

MONTBRISON

# Semaine Bleue

OFFICE MUNICIPAL DES PERSONNES ÂGÉES ET DES RETRAITÉS

ANIMATIONS POUR LES SÉNIORS 6 AU 17 OCTOBRE 2025

INFOS :  
04 77 96 39 31  
OMPAR



Photo: Jean-Michel Gauthier / La Semaine Bleue



[WWW.VILLE-MONTBRISON.FR](http://WWW.VILLE-MONTBRISON.FR)

# Éditorial



**Claudine POYET**  
Conseillère municipale déléguée  
aux personnes âgées

## Viellir, une force à partager !

La Semaine Bleue est un moment attendu et privilégié pour accompagner nos aînés. La transition démographique que nous connaissons au niveau national, se traduit également à Montbrison par une augmentation importante du nombre de personnes âgées, une tendance qui se renforcera dans les prochaines années.

Cette nouvelle édition de la Semaine Bleue résonne particulièrement avec son thème évocateur : Viellir, une force à partager ! Bien plus qu'un slogan c'est une invitation à changer notre regard sur l'âge, à reconnaître la valeur inestimable de l'expérience et à bâtir une société plus solidaire.

Venez découvrir autour d'un moment convivial notre très riche programme lors du petit déjeuner d'ouverture organisé Lundi 6 octobre en mairie de Montbrison (salle des Cordeliers), par notre office municipal des personnes âgées et des retraités (OMPAR), en présence de tous nos partenaires. Parmi les nombreuses nouveautés, nous vous proposons plusieurs ateliers autour de la conduite automobile, pour rouler avec sérénité en toutes circonstances, ainsi qu'une journée intergénérationnelle le 15 octobre avec des jeux et des activités adaptés à tous. Sans oublier un grand thé dansant à la salle de l'Orangerie pour clôturer cette belle manifestation.

Telles sont les clés du bien vieillir dans notre territoire

Nous vous attendons nombreux !

### NOS PARTENAIRES



## LUNDI 6 OCTOBRE



## &gt; PETIT DÉJEUNER DE LA SEMAINE BLEUE

Venez découvrir toutes les activités de la quinzaine bleue montbrisonnaise, autour d'un moment convivial avec les élèves de la MFR (Maison Familiale Rurale).



Salle des Cordeliers (place de l'Hôtel de Ville)  
Horaires : 9h30 à 12h  
Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous



## &gt; ANIMATION PRÉVENTION SANTÉ

L'après-midi débutera par une présentation de l'association Cœur et Santé, suivie d'un temps d'échange avec les membres du club des randonneurs montbrisonnais. Une professeure d'activités physiques adaptées (APA) de l'EHPAD interviendra ensuite pour parler de l'importance du mouvement à tout âge. Les élèves de terminale bac pro services à la personne proposeront plusieurs ateliers santé, avant de clôturer l'après-midi autour d'un goûter convivial.



MFR (31 Av. d'Allard)  
Horaires : 14h à 16h30  
Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous



### > APRÈS-MIDI JEUX

Venez vous détendre et vous amuser autour d'une table avec des jeux de société, jeux de cartes, scrabble ou billard.



Club Détente et Loisirs (33 rue Martin Bernard)

Horaires : 14h à 17h30

Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous

## MARDI 7 OCTOBRE



### > MARCHÉ À PETIT PAS

Une promenade accessible, d'environ 5km, sera proposée durant la matinée. Pour bouger en douceur, respirer et partager.



Centre social (13 place Pasteur)

Horaires : 9h30 devant le centre social

Gratuit - Sur inscription (04 77 96 09 43)

Ouvert à tous



### > MOBILITÉ ET SÉCURITÉ DES CONDUCTEURS (MODULE 1)

« Plaisir, sécurité, sérénité au volant »

Un atelier pour mieux réagir au volant, gérer le stress en conduite et revoir les règles essentielles du code de la route.



Espace des Associations (20 Av. thermale)

Horaires : 14h à 17h

Gratuit - Sur inscription (04 77 96 39 31)

Ouvert à tous



### > APRÈS-MIDI JEUX

Venez vous détendre et vous amuser autour d'une table avec des jeux de société et des jeux de cartes.



Salle Volle (1 impasse Fernand Léger)

Horaires : 14h à 17h30

Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous

## MERCREDI 8 OCTOBRE



### > MOBILITÉ ET SÉCURITÉ DES CONDUCTEURS (MODULE 2)

Un temps d'échange théorique pour mieux comprendre les nouveaux panneaux, se repérer en circulation, évaluer ses aptitudes et prévenir les risques.



Espace des Associations (20 Av. thermale)

Horaires : 9h à 12h

Gratuit - Sur inscription (04 77 96 39 31)

Ouvert à tous

### > REPAS PUIS CONCERT CRÉOLE

Un moment chaleureux et savoureux à la Régie des Restaurants autour d'un repas créole aux couleurs et aux parfums des îles, suivi d'un concert du Groupe Créole Patrick Pierre Band à la Résidence Séniors des Comtes de Forez.



Place des Comtes de Forez (2 impasse de Rigaud)

Horaires : 12h pour le repas et 15h pour le concert

**Repas** : 15,85 euros - Sur inscription avant le 01/10 (04 77 96 07 80)

Ouvert à tous

**Concert** : Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous



### > MOBILITÉ ET SÉCURITÉ DES CONDUCTEURS (MODULE 3)

Une séance pratique avec un exercice de conduite individuel pour s'auto-évaluer et renforcer sa confiance au volant.



Espace des Associations (20 Av. thermale)

Horaires : 14h à 17h

Gratuit - Sur inscription (04 77 96 39 31)

Ouvert à tous



### > HISTOIRE *SURNATURELLE*

Le musée d'Allard vous invite à entrer dans l'univers fantastique de Jean Fontaine où l'artiste brouille les frontières du vivant avec ses sculptures hybrides mêlant humain, animal et machine.

Musée d'Allard (13 Bd de la Préfecture)

Horaires : 15h

Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous

## JEUDI 9 OCTOBRE



### > ATELIER OPTIQUE & AUDIO

Venez faire le point sur votre vue et votre audition en toute simplicité.



Centre social (13 place Pasteur)

Horaires : 9h à 12h

Gratuit - Sur inscription (04 77 96 09 43)

Ouvert à tous



### > LE PETIT FESTIN

Venez déguster et partager un repas au centre social.

Centre social (13 place Pasteur) - Horaires : 12h

6 euros pour les adhérents, 7 euros pour les non adhérents

Sur inscription avant le 01/10 (04 77 96 09 43) - Ouvert à tous



### > MARCHÉ ACCOMPAGNÉE

Joignez-vous à une promenade guidée dans la ville de Montbrison. Profitez d'un moment convivial et d'échanges lors de cette activité douce, accessible à tous. À l'issue de la marche, un goûter musical vous attend à l'EHPAD. En partenariat avec Les Petits frères des pauvres, l'EHPAD et la MFR.



EHPAD (22 rue du Faubourd de la Croix)

Horaires : 14h devant l'EHPAD

Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous

## VENDREDI 10 OCTOBRE



### >ATELIER MÉMOIRE CONNECTÉE

Stimulez votre cerveau et mobilisez votre mémoire grâce au numérique. Participez à des petits jeux interactifs pour entraîner votre mémoire de manière ludique et innovante.



Maison des permanences (12 Bd de la Préfecture)

Horaires : 9h30 à 11h30

Gratuit - Sur inscription (04 77 58 04 55)

Ouvert à tous



### >GUINGUETTE

Venez danser sur des chansons populaires pour partager un après-midi chaleureux.



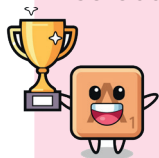
EHPAD (22 rue du Faubourd de la Croix)

Horaires : 15h30

Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous

**> APRÈS-MIDI DÉTENTE ET BIEN-ÊTRE**

Participez à une après-midi détente avec deux activités au choix : une partie scrabble ou une séance de maintien en forme pour bouger en douceur.



**Scrabble** : Club Détente et Loisirs (33 rue Martin Bernard)

Horaires : 14h à 17h - Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous

**Maintien en forme** : Gymnase Soleillant (13 D rue de Beauregard)

Horaires : 16h à 17h - Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous

**DIMANCHE 12 OCTOBRE****> CAFÉ PAPOTE & SPECTACLE**

Le centre social vous invite à un moment de partage autour d'un Café Papote avec jeux de société, suivi du spectacle « Les Fatigués du Volant ».



Centre social (13 place Pasteur)

Horaires : 14h30

Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous

**LUNDI 13 OCTOBRE****> ATELIER NAVETTE**

En coordination avec Loire Forez, le centre social propose de vous familiariser avec la navette urbaine de la commune.



Centre social (13 place Pasteur)

Horaires : 9h30

Gratuit - Sur inscription (04 77 96 09 43)

Ouvert à tous





### >REMUE MÉNINGES

Participez à cette activité pour faire travailler votre esprit !



Club Détente et Loisirs (33 rue Martin Bernard)

Horaires : 9h30 à 11h30

Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous

### > CONCOURS DE COINCHE DU CLUB DÉTENTE ET LOISIRS DE MONTBRISON (EN PARTENARIAT AVEC LE CLUB DE MOINGT)

Place à la compétition : les meilleurs repartiront avec des lots !



Résidence Séniors des Comtes de Forez (2 impasse Rigaud)

Horaires : 14h - Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous

## MARDI 14 OCTOBRE



### >QUIZZ KAHOOT : BIEN UTILISER SON SMARTPHONE

Participez à un jeu interactif pour mieux comprendre les fonctionnalités de votre téléphone, découvrir des astuces pratiques et gagner en aisance avec la technologie.



Maison des permanences (12 Bd de la Préfecture)

Horaires : 9h30 à 11h30

Gratuit - Sur inscription (04 77 58 04 55)

Ouvert à tous



### >PROJECTION SPÉCIALE - FESTIVAL DE CANNES

Le Centre social et l'OMPAR vous proposent une projection du Festival de Cannes, suivie d'un échange avec le réalisateur Philippe Crozier.



Cinéma rex (10 Av. Charles de Gaulle)

Horaires : 14h30

5,5 euros - Renseignements au 04 77 96 39 31

Ouvert à tous (covoiturage possible)

## MERCREDI 15 OCTOBRE

### > ATELIER ÉCONOMIE D'ÉNERGIE

Découvrez des gestes simples pour réduire votre consommation d'énergie.



Maison des permanences (12 Bd de la Préfecture) Horaires : 9h30 à 11h  
Gratuit - Sur inscription (04 77 96 39 31) - Ouvert à tous



### > JOURNÉE INTERG AVEC ADAPEI 42

Le Service d'Accompagnement à la Vie Sociale organise une journée intergénérationnelle avec au programme : jeux géants et séance de yoga adaptée animée par Virginie Pacaud.



Jardin d'Allard et salle de l'Orangerie  
Horaires : 14h à 17h

Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous

### > ACTIVITÉ CHORALE

Venez vous essayer au chant collectif pour créer du lien en musique.



Club Détente et Loisirs (33 rue Martin Bernard)

Horaires : 15h à 17h - Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous

## JEUDI 16 OCTOBRE



### > LE RÉSEAU CUIVRE S'EN VA... MAIS LA FIBRE EST LÀ !

Une permanence d'information en présence de THD42 vous donnera tous les éléments nécessaires sur l'accès fibre optique, éligibilité, services...



Maison des permanences (12 Bd de la Préfecture)  
Horaires : 9h à 12h

Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous



### > RANDONNÉE DOUCE

Le centre social et les Petits Frères des Pauvres vous invitent à une randonnée accessible à tous. Départ depuis le jardin d'Allard (devant l'Orangerie) pour une balade d'environ 6 km.



Jardin d'Allard (devant l'Orangerie)

Horaires : 14h30

Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous

### > APRÈS-MIDI JEUX

Venez jouer aux cartes, aux jeux de société ainsi qu'au billard.



Club Détente et Loisirs (33 rue Martin Bernard)

Horaires : 14h à 17h30 - Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous

## VENDREDI 17 OCTOBRE



### > VISITE DU FOYER JEUNES TRAVAILLEURS « GUY IV »

Découvrez de manière ludique le bâtiment Guy IV, ancien hôpital devenu FJT.



FJT (7 rue Marguerite Fournier)

Horaires : 10h à 11h30

Gratuit - Sur inscription (04 77 96 39 31)

Ouvert à tous

### > THÉ DANSANT ORGANISÉ PAR LE CCAS

L'objectif est de partager un moment chaleureux autour de la musique, des sourires, des souvenirs, et beaucoup de bonne humeur !



Salle de l'Orangerie (jardin d'Allard)

Horaires : 14h à 17h

Gratuit - Sur inscription (04 77 96 39 31)

Ouvert en priorité aux Montbrisonnais (liste d'attente pour les non Montbrisonnais)





### >CONFÉRENCE : COMPRENDRE LE DROIT ET LA FISCALITÉ

L'Université Pour Tous vous invite à une conférence intitulée « Droit et fiscalité en fin de vie » avec Maître Regent. Un rendez-vous pour mieux comprendre les enjeux juridiques et fiscaux liés à cette étape de la vie, ouvert à tous ceux qui souhaitent s'informer.



Cinéma rex (10 Av. Charles de Gaulle)

Horaires : 15h

Gratuit - Sur inscription (04 77 96 39 31)

Ouvert à tous



### >EXPOSITION DES TUPINS PENDANT 4 JOURS

L'association « les Tupins », connue pour leurs peintures uniques, vous propose de découvrir une exposition inédite sur la thématique « Rester en lien ». Celle-ci sera visible pendant les quatre derniers jours de la quinzaine bleue.



Salle des Cordeliers (place de l'Hôtel de Ville)

Horaires : mercredi 15 octobre 14h à 18h,  
jeudi 16 et vendredi 17 10h à 12h et 14h à 18h,  
et samedi 18 10h à 12h et 14h à 17h.

Gratuit - Sans inscription - Ouvert à tous

**OMPAR** (OFFICE MUNICIPAL DES PERSONNES AGÉES ET DES RETRAITÉS)

33, rue Martin Bernard

Tél. 04 77 96 39 31 -mail : [ompar@ville-montbrison.fr](mailto:ompar@ville-montbrison.fr)

Horaires d'ouverture :

mardi et vendredi : 9h-12h / jeudi : 14h-17h30