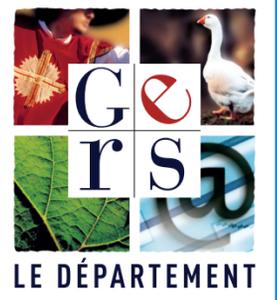




# PROGRAMME

# Semaine Bleue

Du **03** au **09** octobre 2022



# PROGRAMME DU LUNDI 03 OCTOBRE 2022

HORAIRES	PORTEURS	RÉFÉRENTS	ACTIONS	OBJECTIF DE L'ACTION	ADRESSE	COORDONNÉES
9H00 / 10H30 11H00 / 12H30	LIGUE DE L'ENSEIGNEMENT	M <sup>ME</sup> MAGISTER M <sup>ME</sup> PETIT-HUBLIER	Initiation au numérique	Initier les personnes âgées à l'outil numérique	Mairie de Gimont 85 rue Nationale 32200 GIMONT	06 15 63 29 05 06 23 74 54 70
10H00 / 12H00 14H30 / 16H30	COMMUNAUTÉ DE COMMUNE VAL DE GERS	M <sup>ME</sup> BAURES	Ateliers numériques	Initiation à l'outil numérique et internet	Maison de l'intercommunalité 1 place Carnot 32260 SEISAN	05 32 93 99 97
14H / 15H30	SIEL BLEU	M. EMONET	Découverte des activités physiques adaptées et nutrition	Faire découvrir les activités physiques adaptées aux seniors	Espace Robert Laurentie 62 rue Gambetta 32500 FLEURANCE	06 46 69 68 07
14H00 / 16H00	BRAIN UP	M <sup>ME</sup> CHAPLIN	Gymnastique cérébrale : faire travailler sa mémoire	Comprendre les mécanismes de la mémoire, apprentissage de techniques simples de mémorisation	Salle des fêtes (à côté de la mairie) place de la Mairie 32340 MIRADOUX	06 88 08 60 01
14H30 / 15H30	CIAS GRAND AUCH	M <sup>ME</sup> BENOIT M <sup>ME</sup> PALANQUE	Gi Qong	Entretien/améliorer la santé physique et mentale	31 place de la Bascule 32360 JEGUN	05 62 60 61 58 06 74 24 89 53
16H45 / 17H45	SIEL BLEU	M. EMONET	Découverte des activités physiques adaptées	Faire découvrir les activités physiques adaptées aux seniors	12 Rue Valentès 32300 MIRANDE	06 46 69 68 07

# PROGRAMME DU MARDI 04 OCTOBRE 2022

HORAIRES	PORTEURS	RÉFÉRENTS	ACTIONS	OBJECTIF DE L'ACTION	ADRESSE	COORDONNÉES
9H00 / 9H45	ADPAM GERS	M <sup>ME</sup> DELES	Yoga	Maintenir son autonomie par la pratique d'une activité physique adaptée	Salle Bernard IV Rue des carmes 32550 PAVIE	05 62 60 04 68
9H / 10H30 11H / 12H30	LIGUE DE L'ENSEIGNEMENT	M <sup>ME</sup> MAGISTER M <sup>ME</sup> PETIT-HUBLIER	Initiation au numérique	Initier les personnes âgées à l'outil numérique	Mairie de Gimont 85 rue Nationale 32200 GIMONT	06 15 63 29 05 06 23 74 54 70
9H30 / 10H30	SIEL BLEU	M. EMONET	Découverte des activités physiques adaptées	Faire découvrir les activités physiques adaptées aux seniors	Mairie de Miélan Place Jean-Sénac 32300 MIELAN	06 46 69 68 07
9H40 / 11H40	COMMUNAUTÉ DE COMMUNE VAL DE GERS	M <sup>ME</sup> BAURES	Sommeil	Comprendre les mécanismes du sommeil et acquérir des techniques favorisant le sommeil	Mairie de Barran Salle St Roch 45 rue du Docteur Demandes 32350 BARRAN	05 32 93 99 97
10H30 / 11H15	ADPAM GERS	M <sup>ME</sup> DELES	Yoga	Maintenir son autonomie par la pratique d'une activité physique adaptée	Maison de santé du Fezensac Chemin de la téoulère 32190 VIC-FEZENSAC	05 62 60 04 68
14H00 / 16H00	SIEL BLEU	M. EMONET	APA en EHPAD	Conserver et améliorer les capacités physiques, cognitives et sociales des personnes âgées	EHPAD Centre Hospitalier de Mirande Rue Chanzy 32300 MIRANDE	06 46 69 68 07
14H30 / 16H30	SIEL BLEU	M. EMONET	APA en EHPAD	Conserver et améliorer les capacités physiques, cognitives et sociales des personnes âgées	EHPAD MONT ROYAL Rue Pemay 32250 MONTREAL	06 46 69 68 07

# PROGRAMME DU MERCREDI 05 OCTOBRE 2022

HORAIRES	PORTEURS	RÉFÉRENTS	ACTIONS	OBJECTIF DE L'ACTION	ADRESSE	COORDONNÉES
9H00 / 9H45	ADPAM GERS	M <sup>ME</sup> DELES	Yoga	Maintenir son autonomie par la pratique d'une activité physique adaptée	Salle municipale 14 avenue de l'Armagnac 32100 CONDOM	05 62 60 04 68
10H00 / 12H00	GENERATION MOUVEMENT	MPS EXPERTISES SOCIALES M <sup>ME</sup> CASTAINGS	Initiation à l'usage de la tablette	Former à l'utilisation de la tablette	Médiathèque 1 avenue Maréchal Foch 32440 CASTELNAU D'AUZAN	06 71 19 46 60
10H30 / 11H30	ADPAM GERS	M <sup>ME</sup> DELES	Yoga	Maintenir son autonomie par la pratique d'une activité physique adaptée	Salle des Aînés de Lomagne 2 cours Ganbetta 32700 LECTOURE	05 62 60 04 68
10H30 / 11H30	EPS LOMAGNE	M <sup>ME</sup> MEILLON	Médiation animale	Favoriser les liens naturels entre humains et animaux à des fins préventives et thérapeutiques	EHPAD du Tané Route de Tané Unité Nicole BARRERE 32700 LECTOURE	06 30 87 08 22
10H00 / 12H00	GENERATION MOUVEMENT	M <sup>ME</sup> DEPIS	Initiation à l'usage de la tablette	Former à l'utilisation de la tablette	Salle du club 32330 GONDRIN	05 62 60 19 50
15H30 / 17H00	ADMR	ADMR PÔLE ARMAGNAC	Prévention chute et lien social	Prévention des chutes par une activité physique adaptée	Mairie d'EAUZE Salle Marpoy Place de la République 32800 EAUZE	05 62 69 10 98

# PROGRAMME 1/2 DU JEUDI 06 OCTOBRE 2022

HORAIRES	PORTEURS	RÉFÉRENTS	ACTIONS	OBJECTIF DE L'ACTION	ADRESSE	COORDONNÉES
9H00 / 9H45	ADPAM GERS	M <sup>ME</sup> DELES	Yoga	Maintenir son autonomie par la pratique d'une activité physique adaptée	Salle municipale 14 avenue de l'Armagnac 32100 CONDOM	05 62 60 04 68
10H00 / 12H00	EHPAD LAS PEYRERE	M <sup>ME</sup> POMIES	Atelier sophrologie	Réduire les troubles du sommeil, diminuer le stress	Résidence Las Peyrère Chemin de la Jourdianna 32420 SIMORRE	05 62 65 31 41
10H30 / 11H30	ADPAM GERS	M <sup>ME</sup> DELES	Yoga	Maintenir son autonomie par la pratique d'une activité physique adaptée	Salle des Aînés de Lomagne 2 cours Ganbetta 32700 LECTOURE	05 62 60 04 68
10H30 / 11H30	EPS LOMAGNE	EPS LOMAGNE	Médiation animale	Favoriser les liens naturels entre humains et animaux à des fins préventives et thérapeutiques	EHPAD du Tané Route de Tané Unité Pierre-Léon FERAL 32700 LECTOURE	06 30 87 08 22
10H30/12H00	SIEL BLEU	M.EMONET	Equilibre en bleu	Proposer un programme d'activité physique adaptée basé sur la prévention des chutes	Salle des Commissions de la Mairie Cours Delom 32190 VIC FEZENSAC	06 46 69 68 07
10H30/12H00	SIEL BLEU	M.EMONET	Equilibre en bleu	Proposer un programme d'activité physique adaptée basé sur la prévention des chutes	Salle de réunion de la salle des fêtes Le village 32320 RIGUEPEU	06 46 69 68 07
14H/15H30	SIEL BLEU	M.EMONET	Equilibre en bleu	Proposer un programme d'activité physique adaptée basé sur la prévention des chutes	Salle des fêtes Le village 32320 BAZIAN	06 46 69 68 07

# PROGRAMME 2/2 DU JEUDI 06 OCTOBRE 2022



HORAIRES	PORTEURS	RÉFÉRENTS	ACTIONS	OBJECTIF DE L'ACTION	ADRESSE	COORDONNÉES
14H/15H30	EHPAD LOMBEZ - SAMATAN	M <sup>ME</sup> LISCH	Musicothérapie	Solliciter les capacités cognitives et motrices par la musicothérapie	1 chemin des Religieuses Secteur Fidji Salle à manger du haut 32220 LOMBEZ	05 62 62 07 21
14H00 / 17H00	NUTRIMANIA	M <sup>ME</sup> CHAMPOMIER	La retraite c'est pas dans l'assiette 2.1	Mieux gérer son alimentation en qualité et quantité	Salle de la maison des associations 10 rue d'Armagnac 32160 PLAISANCE	07 81 88 72 32
15H30 / 16H30	EHPAD LOMBEZ - SAMATAN	M <sup>ME</sup> LISCH	Musicothérapie	Solliciter les capacités cognitives et motrices par la musicothérapie	1 chemin des Religieuses Secteur Bora - Pasa 32220 LOMBEZ	05 62 62 07 21
15H30/17H00	SIEL BLEU	M.EMONET	Equilibre en bleu	Proposer un programme d'activité physique adaptée basé sur la prévention des chutes	Salle des associations Promenade de l'Auloue 32410 CASTERA VERDUZAN	06 46 69 68 07
16H00/17H00	SIEL BLEU	M.EMONET	Equilibre en bleu	Proposer un programme d'activité physique adaptée basé sur la prévention des chutes	Salle des associations (en face de la pharmacie) Rue Jules FERRY 32310 VALENCE SUR BAÏSE	06 46 69 68 07

# PROGRAMME DU VENDREDI 07 OCTOBRE 2022

HORAIRES	PORTEURS	RÉFÉRENTS	ACTIONS	OBJECTIF DE L'ACTION	ADRESSE	COORDONNÉES
9H00 / 9H45	ADPAM GERS	M <sup>ME</sup> DELES	Yoga	Maintenir son autonomie par la pratique d'une activité physique adaptée	Salle Bernard IV Rue des carmes 32550 PAVIE	05 62 60 04 68
9H00 / 12H00	NUTRIMANIA	M <sup>ME</sup> CHAMPOMIER	La retraite c'est pas dans l'assiette 2.0	Mieux gérer son alimentation en qualité et quantité	Salle des fêtes 32190 ROZES	07 81 88 72 32
9H00 / 12H00	NUTRIMANIA	M <sup>ME</sup> RUIZ	La retraite c'est pas dans l'assiette 2.0	Mieux gérer son alimentation en qualité et quantité	Salle Polyvalente Maison du temps libre 32320 MONTESQUIOU	06 15 53 37 09
10H00 / 11H30	GENERATION MOUVEMENT	M <sup>ME</sup> MONFERRAN	Appropriation du numérique par les séniors	Initier les séniors à la pratique de l'outil informatique	Salle «l'abri du pèlerin» Cahuzan 32200 GIMONT	06 30 60 36 50
10H00 / 11H30	GENERATION MOUVEMENT	MPS EXPERTISES SOCIALES M <sup>ME</sup> SALABARTAN	Initiation à l'usage de la tablette	Former à l'utilisation de la tablette	Salle du Club Ancienne gendarmerie 32240 ESTANG	06 77 76 33 27
14H00 / 16H00	BRAIN UP	M <sup>ME</sup> PASCOLINI	Gymnastique cérébrale : faire travailler sa mémoire	Comprendre les mécanismes de la mémoire, apprentissage de techniques simples de mémorisation	ARCOLAN Espace Familial et Social Route d'Ardizas 32430 COLOGNE	05 62 05 13 61
14H30 / 16H00	CIAS BASTIDE DE LOMAGNE	M <sup>ME</sup> BIGARD	La mémoire sous toutes ses formes	Travailler la mémoire grâce à des ateliers ludiques stimulant l'éveil des 5 sens	ZA - Route d'Auch 32120 MAUVEZIN	06 08 33 16 48

# PROGRAMME DU SAMEDI 08 OCTOBRE 2022



HORAIRES	PORTEURS	RÉFÉRENTS	ACTIONS	OBJECTIF DE L'ACTION	ADRESSE	COORDONNÉES
14H30 / 16H00	EHPAD LA TENAREZE	M <sup>ME</sup> DOLS	En quête de mémoire poétique	Stimuler les capacités cognitives des résidents, les amener à sortir de l'établissement	Départ : 32 rue Aristide BRIAND 32100 CONDOM Puis promenade sur la voie verte	05 62 68 44 00

**PLUS D'INFORMATIONS SUR**  
[gers.fr](http://gers.fr)

**OU SUR**  
[semaine-bleue.org](http://semaine-bleue.org)

