

**LE CCAS PARTICIPE À OCTOBRE ROSE – LA CAMBLYSIENNE »  
LE SAMEDI 8 OCTOBRE PROCHAIN**

Venez retrouver le Conseil des aînés au Parc Chantemesse et participez à la lutte contre le cancer du sein ! Pour toute inscription (6€) à la marche intergénérationnelle (200 m) à 14h ou les parcours (4 km ou 7km), un T-shirt, une collation et une médaille offerts !  
Inscriptions en ligne avant le 2 octobre sur [www.lacamblysienne.fr](http://www.lacamblysienne.fr) ou au local du CLEC (29, rue André Caron)



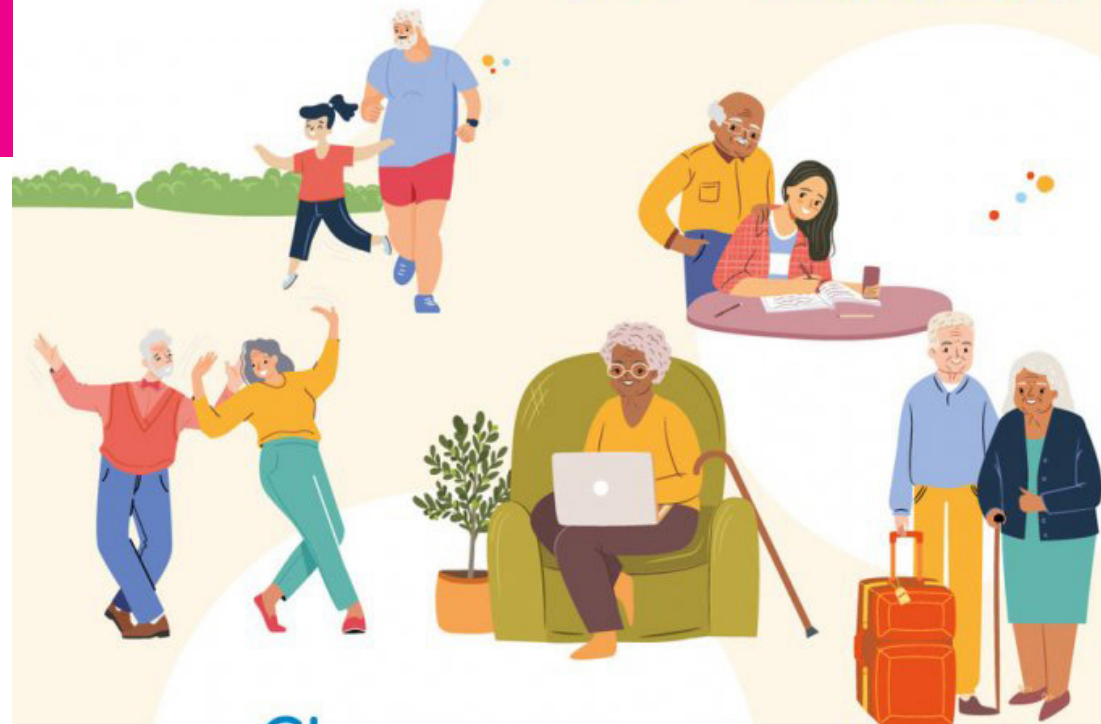
**L'équipe du Centre communal  
d'action sociale**

vous accueille  
du lundi au vendredi  
de 8h30 à 12h30

Centre Communal d'Action Sociale  
187, place de l'église - 60230 Chambly  
Tél : 01 39 37 44 00  
Mail : [information@ville-chambly.fr](mailto:information@ville-chambly.fr)

**chambly**  
ma ville

Semaine Nationale  
des retraités et  
personnes âgées



**Changeons  
notre regard  
sur les aînés**

*Brisons les idées reçues !*



La  
**Semaine  
Bleue**  
À tout âge, ensemble !

**Programme**



## Programme

### « Changeons notre regard sur les aînés, brisons les idées reçues »

À l'occasion de la semaine nationale des personnes retraitées et personnes âgées, le Centre communal d'action sociale (CCAS) de Chambly organise des animations pour créer du lien social et intergénérationnel tout en valorisant la place des seniors à Chambly.

#### LUNDI 3 OCTOBRE

Découverte des activités proposées par le CCAS :

- De 9h à 10h : Gymnastique douce et Parcours Santé
- De 10h à 11h : Atelier Mémoire
- De 11h15 à 12h15 : Gymnastique préventive
- De 14h à 15h : Chorale Résidence  
*Résidence Autonomie Louis-Aragon. Sur inscription au 01 39 37 29 02 - Gratuit*
- De 15h15 à 16h45 - Conférence atelier sur la prévention des chutes avec présentation des aides techniques par le Centre d'Information et de Conseil sur les Aides Techniques de l'Oise et Recycl'Aide  
*Mairie de Chambly – Espace François-Mitterrand. Inscription au 01 39 37 44 14 Gratuit*

#### MARDI 4 OCTOBRE

- De 10h à 12h : Conférence « Mémoire – pourquoi et comment la stimuler ? »  
Quelle méthode pour entraîner sa mémoire, ses mémoires ? Quels sont les facteurs qui perturbent son fonctionnement ? Quelles activités pratiquer pour stimuler les réseaux de neurones ? *Mairie de Chambly – Espace François Mitterrand - Inscription au 01 39 37 44 14 Gratuit*
- De 15h à 17h : Café-rencontre autour du thème « Nos loisirs, nos talents »  
Exposition de peintures de Jacqueline Decayeux - *Salle Camille Desmoulins (rez-de-chaussée) – rue Aurélien Cronnier. Entrée libre*
- De 20h à 21h30 – Conférence « Sécurité routière : faites le point ! » animée par le CER GIL FORMATIONS. *Mairie de Chambly – Espace François-Mitterrand. Inscription au 01 39 37 44 14 - Gratuit*

#### MERCREDI 5 OCTOBRE

Ateliers découverte pour garder la forme (1/2) :

- De 10h à 11h : Initiation au badminton avec le Badminton club de Chambly
- De 11h à 12h : Marche santé sur le Chemin des Marais avec le CLEC  
*Résidence Autonomie Louis Aragon. Sur inscription au 01 39 37 44 14 - Gratuit*
- De 14h à 17h : Rencontres intergénérationnelles avec les enfants des accueils de Loisirs :
  - Jeux de plein air : pétanque et jeu de quilles finlandaises Atelier poésie, pour les poètes en herbe, de tout âge !  
*Parc Chantemesse – 364, rue Henri Barbusse*
  - Jeux de société surdimensionnés : Manipuler, assembler, observer, stimuler et développer le raisonnement... Un moment intergénérationnel pour se divertir.  
*Résidence Autonomie Louis-Aragon. Inscription sur place - Gratuit*

#### JEUDI 6 OCTOBRE

Ateliers découverte pour garder la forme 2/2 :

- De 10h à 11h : Initiation aux pilates avec le CLEC
- De 11h à 12h : Initiation au Stretching avec le CLEC.  
*Résidence Autonomie Louis Aragon. Sur inscription au 01 39 37 44 14 - Gratuit*
- De 10h30 à 12h et 14h à 15h30 : Ateliers numériques La Poste : Répondre aux interrogations et aux freins que peuvent rencontrer les seniors face au numérique et proposer une solution adaptée et sécurisée  
*Sur inscription au 06 42 92 79 87 - La Poste – 425, Pl. Ch. de Gaulle à Chambly*
- 20h30 : Spectacle en tarif réduit pour les plus de 65 ans (5,50 €) : « Le Bourgeois gentilhomme ».  
*Salle Josiane Balasko – Chamblyrama - Sur réservation au 01 39 37 44 00 ou par courriel : reservation@ville-chambly.fr*

#### VENDREDI 7 OCTOBRE

- De 10h à 11h : Se rencontrer, découvrir, échanger... Passez un moment convivial autour d'une sélection d'ouvrages présentée par les bibliothécaires ! *Bibliothèque Marcel-Pagnol – Rue Aurélien Cronnier - Sur inscription au 01 39 37 44 07 - Gratuit*
- De 14h à 15h : Concours de pétanque avec l'association Chambly Pétanque. *Parc Chantemesse - Sur inscription au 01 39 37 44 14 - Gratuit*
- De 15h à 18h – Après-midi dansant avec l'Orchestre « les Guinguettes »  
Venez avec une touche de bleu ! *Mairie de Chambly – Espace François Mitterrand - Inscription au 01 39 37 44 14 - Gratuit*



Pour tout renseignement, contactez le Service Bien-Vieillir  
au 01 39 37 44 14 Maison de la Solidarité Simone Veil