



La semaine bleue

Du 06 au 12 octobre 2025

À CHENÔVE



La
Semaine
Bleue

À tout âge, ensemble !



VIEILLIR, UNE FORCE À PARTAGER !

À Chenôve, « Ville amie des Aînés », nous affirmons depuis de nombreuses années que nos aînés ne sont pas seulement les témoins du passé, mais aussi des acteurs essentiels du présent. Leur expérience, leur regard sur le monde, leur engagement quotidien sont autant de richesses pour notre ville et pour notre vivre-ensemble. Cette conviction est au cœur de notre action municipale, construite avec et pour les seniors, autour de rendez-vous attendus comme les repas de printemps, les colis de fin d'année, les nombreuses activités proposées et, bien sûr, la Semaine Bleue, temps fort national que nous déclinons avec enthousiasme à l'échelle de notre commune, avec le concours du Centre Communal d'Action Social et de nos partenaires locaux.

Cette année, le thème choisi, « Vieillir, une force à partager », résonne particulièrement avec notre ambition : faire de l'âge un levier de transmission, de lien social et de solidarité. Car vieillir, ce n'est pas une fatalité, ni se retirer du monde, c'est continuer à y prendre part pleinement, autrement peut-être, mais toujours avec la même intensité. Les rencontres, animations et ateliers proposés durant cette semaine seront l'occasion de valoriser les savoirs, les récits, les talents et les engagements des aînés de Chenôve. Autant d'occasions de tisser des liens intergénérationnels, d'apprendre les uns des autres et de renforcer le tissu social qui fait la force de notre commune.

Vieillir est une richesse, une chance, une force. À nous de la reconnaître, de la célébrer et de la partager ensemble, dans un esprit d'ouverture, de respect et de fraternité.

Bonne Semaine Bleue à toutes et à tous !

Christiane JACQUOT

Adjointe au maire en charge de l'inclusion, la solidarité et l'action sociale

Thierry FALCONNET

Maire de Chenôve
Président du CCAS

Didier GIRARD

Conseiller municipal délégué en charge de la santé, la politique de l'âge et la mutuelle municipale.





RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

La participation aux activités et animations de la Semaine Bleue est **gratuite** (sauf si précisé dans le programme), mais **l'inscription est obligatoire**.

Les inscriptions sont possibles du lundi 18 août au lundi 15 septembre, de 9h à 12h auprès du Service Personnes âgées. Aucune inscription ne se fera par téléphone. **Inscriptions limitées à 4 choix par seniors hors spectacle.**

Une fois inscrit, vous vous engagez à être présent. **En cas d'empêchement, pensez à nous prévenir au moins 48h à l'avance par téléphone** afin de permettre à une autre personne de bénéficier de la place. Toute absence non signalée pourra entraîner une inscription en liste d'attente pour les prochaines animations.

Nous comptons sur votre compréhension pour faire de cette semaine un moment convivial et respectueux pour tous.

LE SERVICE DES PERSONNES ÂGÉES À VOS CÔTÉS !

33 rue Armand Thibaut

Du lundi au vendredi de 9h à 12h.

► Tél : 03 80 51 55 54

► Email : personnesagees@chenove.fr

SAMEDI 04 OCTOBRE

14h — Auditorium de Dijon

MUSIQUE CLASSIQUE

Spectacle de musique classique offert par la Ville de Dijon. Les places sont à récupérer auprès du service des personnes âgées.

LUNDI 06 OCTOBRE

9h30 — Le Cèdre

PETIT-DÉJEUNER

Pour bien débuter la semaine, nous vous proposons de faire le plein d'énergie autour d'un petit-déjeuner dans les locaux du Cèdre.

10h — Le Cèdre

ATELIER STOP AUX ARNAQUES !

Soyez plus malins que les arnaqueurs. La police municipale vous propose une rencontre conviviale et informative pour vous aider à repérer les pièges et adopter les bons réflexes.

14h30 — Le Cèdre

DANSE ET GOURMANDISES

Ouverture officielle de la Semaine Bleue par Monsieur le Maire suivi d'un après-midi dansant animé par Orphéane.

MARDI 07 OCTOBRE

9h — Bibliothèque-médiathèque

RÉALITÉ VIRTUELLE : NOUVEL OUTIL POUR BIEN VIEILLIR !

Expérience insolite et accessible à tous : si vous pouviez voyager sans bouger de chez vous ? Le tout en sécurité et à votre rythme ? Venez découvrir ce nouveau monde, surprenant !

10h — Parc du Cèdre

NOUVEAU PARC, NOUVEAU NOM !

Balade guidée pour découvrir ou re-découvrir le Parc du Cèdre. Rendez-vous sur l'Esplanade de la République à 9h45.

10h — La Boussole

BIEN-ÊTRE, PAPOTE ET DÉTENTE

Venez profiter d'un moment de découverte ou redécouverte autour des ateliers de Delphine : atelier soins des mains et relaxation !

12h

Dans les écoles de Chenôve

PARTAGER BIEN PLUS QU'UN REPAS !

Moment chaleureux et bonne humeur garantie, en partageant le déjeuner des élèves. Au menu : échanges, sourires et une bonne dose d'intergénérationnel !

15h

Le Cèdre

CAFÉ PHILO

Dans une ambiance conviviale et bienveillante, venez discuter de sujets simples, concrets abordés sans tabou pour rester serein et acteur de sa santé mentale.

16h45

Le Cèdre

SÉANCE DE SOPHROLOGIE

Séance de sophrologie proposée par M. Lionel POUHIN

18h

Le Cèdre

EXPOSITION « JEU DE LANGUES »

Découverte de l'exposition « Jeu de langues » sur le thème des expressions, travaillée en amont avec plusieurs Cheneveliers, petits et grands.

MERCREDI 08 OCTOBRE

10h

Gymnase Curel

DU SPORT INTERGÉNÉRATIONNEL

Venez partager un moment sportif avec les plus jeunes !

11h

La Boussole

CLUB DE LECTURE AVEC LES ENFANTS

Profitez d'un moment privilégié entre petits et grands en venant raconter des histoires aux enfants du PRE (Plan de Réussite Educative). **Un temps de préparation est obligatoire. Il se déroulera le jeudi 25 septembre 2025 à 10h, à la bibliothèque-médiathèque.**

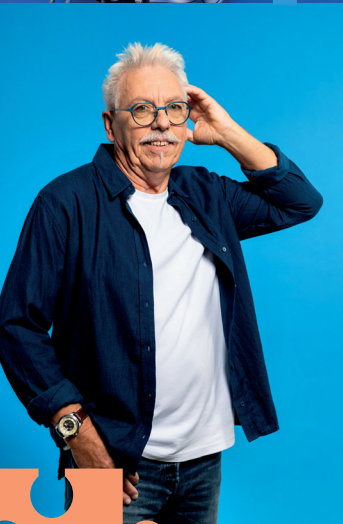
12h

Accueil de loisirs Bourdennières

PETITES FOURCHETTES ET GRANDES HISTOIRES

Venez partager, le temps d'un midi, un repas avec les enfants du centre de loisirs. Un moment qui nourrit le corps et le cœur !





14h — Salle des Fêtes

SPECTACLE DE « TRADI DANSE »

L'Association des Seniors de Chenôve met la danse au programme ! Un goûter sera offert à la suite du spectacle. **Inscriptions directement auprès de l'association les lundis, mercredis et vendredis après-midi.** Contact : ascchenove@gmail.com

14h30 — Théâtre de la Fontaine d'Ouche

DANSER ET CHANTER

Spectacle de chorale et de danse réalisé avec la participation de cinq CCAS et des enfants des écoles primaires de Nuits-Saint-Georges. **Attention, les places sont limitées.**

JEUDI 09 OCTOBRE

A partir de 9h30 — La boîte à vélo de l'Entrepôt

REMISE EN SELLE !

Ateliers vélo proposés par les Maisons Pop. Deux créneaux d'inscription disponibles : de 9h30 à 10h45 et de 10h45 à 11h45.

9h30 — Hôtel des Sociétés

ET SI VOUS REPASSIEZ LE CODE DE LA ROUTE ?

Que vous soyez conducteur régulier, occasionnel ou simple piéton, cet atelier est fait pour vous. Mise à jour des dernières évolutions du code, revisite des règles de circulation : un moment convivial rafraîchir ses connaissances et gagner en confiance sur la route.

11h — Salle Mesguis

BOUGER EN DOUCEUR : ATELIER DÉCOUVERTE

Initiation au sport adapté : découvrir, dans un cadre bienveillant, des exercices simples et accessibles favorisant la mobilité et la détente.

14h — Maison des Sports

CES NUISIBLES QUI NOUS GÂCHENT LA VIE !

Prévenir c'est guérir ! Le service DDT vous propose un atelier sur les nuisibles du quotidien. Vous apprendrez quels sont les bons gestes à adopter pour s'en prévenir et s'en débarrasser efficacement.



VENREDI 10 OCTOBRE

10h

EHPAD George Sand

ESCAPADE GOURMANDE

Le rendez-vous des gourmandes : venez déguster dans une ambiance chaleureuse et conviviale des douceurs à la française.

12h

Salle des fêtes

REPAS DANSANT

Cette année au menu, l'association La Chenevelière vous propose une choucroute de la mer et un après-midi dansant animé par Christelle. **Inscription les mardis et jeudis après-midi, Salle Giroux. Tarif 37€ par personne. Attention : pas de remboursement en cas de desistement.** Contact : asso.lacheneveliere@gmail.com

14h

Parc de la Toison d'Or

MARCHE SANTÉ

Venez profiter d'une marche conviviale, accessible à tous les rythmes dans un espace verdoyant. Moment de bien-être garanti ! **Départ communiqué lors de l'inscription.**

SAMEDI 11 OCTOBRE

10h

Les Chenevières

ÉVASION BIEN-ÊTRE

Les jeunes de l'Acodège vous proposent une séance de soins esthétiques suivi d'un repas avec dégustation à l'aveugle de mets avec la participation de l'association «Les auxiliaires des Aveugles». **Les Chenevières, 6 rue Alfred Changenet à Chenôve.**

DIMANCHE 12 OCTOBRE

17h

Le Cèdre

SPECTACLE « LES CAROLINES »

Différentes et complémentaires, tour à tour burlesques et tendres, les chanteuses et comédiennes Caroline Loeb et Caroline Montier, accompagnées au piano et au chant par Vincent Gaillard s'amuse à déglinguer un tour de chant glamour. Autour du répertoire de Mistinguett, Pauline Carton, Brigitte Fontaine, Régine, Odette Laure et Juliette, elles s'en donnent à cœur joie pour votre plus grand bonheur. **Un tarif solidaire vous sera demandé.**



Vieillir,
une force
à partager !

