

Tous mobilisés pour les aînés !

Programme détaillé

La Semaine Bleue, « **Semaine nationale des retraités et des personnes âgées** », a lieu chaque année la première semaine d'octobre sur tout le territoire français, sous le haut parrainage du ministère des Solidarités et de la Santé. La Semaine Bleue a pour vocation, depuis 1951, de valoriser la place des aînés dans la société et de favoriser les liens intergénérationnels.

Cet événement est l'occasion pour les acteurs qui travaillent régulièrement auprès des aînés, d'organiser tout au long de la semaine des animations qui permettent de créer des liens entre générations en invitant le grand public à prendre conscience :

- de la place et du rôle social que jouent les aînés dans la société,
- de leur contribution à la vie économique, sociale et culturelle,
- des préoccupations et difficultés rencontrées par les aînés,
- des réalisations et projets des associations.

De nombreuses actions sont organisées dans toute la France et un concours prime les meilleures initiatives.

LE CCAS DE CARIGNAN DE BORDEAUX SE MOBILISE !!!

Du 6 au 10 octobre 2021, dans le cadre de ses actions de développement social, le CCAS de Carignan de Bordeaux organise sa Semaine Bleue qui se veut conviviale, chaleureuse, festive, magique, pour consolider à nouveau le lien social, mis à dure épreuve depuis mars 2020.

Une semaine bleue à Carignan de Bordeaux pour :

- sensibiliser les Carignanais aux enjeux du grand âge aujourd'hui :
- considérer les personnes âgées comme des citoyens à part entière, titulaires de droits effectifs.

- porter une vision positive du grand âge.
- promouvoir et réfléchir à de nouvelles formes de solidarités en direction des personnes les plus fragiles et vulnérables.
- accompagner le vieillissement à travers, entre autres, la révolution numérique/domotique, l'adaptation des logements et la valorisation des métiers de proximité...

Cette semaine bleue a été organisée et coconstruite avec les acteurs institutionnels et associatifs locaux. Initiée en 2020, la dynamique partenariale s'est renforcée encore en 2021 avec une quinzaine de partenaires sociaux et médico sociaux, associatifs, associés à l'élaboration du programme dont de nombreux intervenants carignannais.

Cet évènement se veut familial, intergénérationnel, ouvert à tous.

Les jeunes d'aujourd'hui sont les aînés de demain ! Le besoin d'échanger, de se retrouver concerne tout le monde. Cette manifestation est l'occasion pour les familles, les aidants, de rencontrer de nombreux acteurs ressources du territoire pour répondre aux questions qu'ils se posent.

Un grand merci à tous les intervenants, bénévoles, partenaires qui ont permis la concrétisation de cet évènement.



Et parce que ce projet lui tenait beaucoup à cœur, et qu'elle aurait aimé y participer, cette semaine bleue est entièrement dédiée à Mme Michèle SAGE, Conseillère déléguée à l'action sociale et aux Solidarités, qui nous a quittés beaucoup trop tôt et qui nous manque déjà. Nous pensons très fort à elle, à son mari et à son fils ainsi que ses proches. Un registre de condoléances est ouvert toute cette semaine pour tous ceux qui souhaitent lui rendre hommage.

Très bonne semaine bleue à toutes et à tous.

Thierry GENETAY

Maire de Carignan de Bordeaux

Président du CCAS

PASS SANITAIRE DEMANDÉ POUR TOUTES LES ANIMATIONS

MERCREDI 6 OCTOBRE

10h30 - Conférence

«Les grands-parents, des séniors comme les autres ?»

Gisèle Gizard, l'École des Grands-Parents Européens

Résumé :

Si autrefois leur place s'imposait comme détenteur de l'autorité, les grands-parents d'aujourd'hui ne peuvent le devenir que par la volonté de leurs enfants. Ils doivent trouver leur juste place et respecter la bonne distance sans être ni indifférents ni envahissants, tout en créant des relations de tendresse avec leurs petit-enfants.

Comment donc est-on grands-parents dans un contexte de mutation des familles et de la société ? Et quelles sont aujourd'hui les attentes des enfants devenus parents ? Qu'en est-il dans cette période troublée par la COVID où les grands-parents ont dû revendiquer leur droit à ne pas être discriminés par leur âge ?

Entre grands bonheurs et petits soucis, la grand-parentalité, un beau projet pour les seniors d'aujourd'hui !!

Créée il y a 20 ans, l'École des Grands Parents Européens (EGPE), avec ses 15 antennes régionales, est la seule association en France à jouer le rôle de porte-parole de 16 millions de grands-parents. L'EGPE se veut être un Observatoire de la Grand-parentalité afin d'acquérir une fonction de représentation des grands-parents auprès des pouvoirs publics, des organismes familiaux et sociaux, de la presse et du grand public.



Contact : 07 82 14 96 94 - egpe33@gmail.com www.egpebordeauxgironde.fr

14h00 - Conférence

«Habitats partagés, présentation du projet de Lestiac»
Florence Delisle-Errard, Directrice, Habitats des Possibles

Résumé :

L'habitat partagé, phénomène apparu dans les années 80, remet en cause nos modes de vie individualistes. Alliant besoin d'intimité et nécessité du lien social, le projet collectif d'habitat apparaît comme une solution aux multiples avantages. Qu'en est-il précisément ?

A travers le projet de Lestiac, « Habitats des possibles », association créée en 2016, nous détaillera :

- ce concept qui permet de partager un style de vie (autonomie, liberté) mais aussi des valeurs, (entraide, sociabilité...).



- les différentes étapes essentielles à la création d'un projet d'habitat partagé, notamment celles de la participation des habitants.

Habitats des possibles

Contact : 24 Rue du 8 Mai 1945, 33640 Portets.

09 87 57 20 45 - contact@habitatsdespossibles.org

www.habitatsdespossibles.org

14h00 - Rencontre littéraire



« On aime, on vit, on rêve »

Marie-Laure Hubert Nasser

« Marianne et Margot se retrouvent quelques décennies plus tard pour concrétiser ce fameux projet de maison à partager ! Enthousiastes et libres, elles se laissent tenter par un bonheur immédiat, simple et sans mémoire. Au fil des amitiés nouvelles naît l'espoir d'un futur heureux et lumineux. »

Dédicaces

JEUDI 7 OCTOBRE

10h00 - Conférence

«Des loisirs pour bien vieillir»

Mme Guichard, CLIC Rive Droite / ASEPT

Résumé :

« A tout âge il est possible de rester acteur de sa vie et de faire valoir son rôle dans notre société, sa ville, son quartier.

Les loisirs et la vie sociale ont un impact positif sur la santé et l'avancée en âge. La retraite offre du temps libre pour soi et les autres, représentant ainsi une période idéale pour se (re)découvrir... »

L'Association de Santé d'Education et de Prévention sur les Territoires

Missions :

- la promotion de toute action dans les domaines de la prévention et de l'éducation en santé,
- la réalisation d'actions de prévention et d'éducation en santé,
- le développement des liens de proximité entre les personnes leur permettant de partager sur la prévention et l'éducation en santé, en s'appuyant sur les valeurs de solidarité et de responsabilité.

Contact : 06 13 90 77 81 - nathalie.gouault@asept-gironde.fr

www.asept-sudaquitaine.fr



Centre local d'Information et de Coordination Gériatologique (CLIC Rive Droite)

Objectif : Améliorer et coordonner la prise en charge des personnes âgées, pour leur maintenir une qualité de vie.

Contact : 7, avenue de la Libération 33310 Lormont

05 57 80 00 95 - clicrivedroite@gmail.com

11h15 - Pause magique

Vincent Romac - Magicien Illusionniste



11h30 - Conférence

«La Sagouine : un pays ou un roman ?» d'après l'oeuvre de Antonine Maillet
- Marc Gizard, Comité de jumelage

Résumé :

LA SAGOUINE : un pays ou un roman ? Les deux. Les Français canadiens de la province du Nouveau-Brunswick se nomment Acadiens. La romancière Antonine MAILLET a mis en forme le roman des gens ordinaires et de la rude vie de ces français. Est née « la Sagouine », représentée aujourd'hui par un village « Bouctouche » sur la côte atlantique du Canada. Elle a demandé à une vieille personne de jouer le personnage de la Sagouine : Viola LEGER. Elle personnifie la vie rude de ces gens mais aussi les injustices sociales subies, enfin une langue inimitable, faite bien sûr de français mais aussi de mots

plus anciens que le français et dont les Français du Canada ont le secret. Ces Français partis de Saintonge, du Périgord et d'ailleurs nous donnent un exemple d'opiniâtreté, de courage et aussi de joie de vivre que nous pourrions faire nôtre. Place au petit film : la SAGOINE par Viola LEGER.

Contact : Comité jumelage : 06 72 73 54 74

cjumelagecarignanbdx@gmail.com

14h00 - Conférence

«Les Ateliers Temps Libres et les services civiques pour lutter contre l'isolement des aînés sur la communauté de communes Les Coteaux Bordelais»

Coralie Blache, coordinatrice animation UFCV

Résumé :

Le nombre de seniors isolés des cercles familiaux et amicaux a plus que doublé (+ 122 %) en quatre ans, passant de 900 000 en 2017 à 2 millions en 2021.

Pour lutter contre cet isolement en hausse depuis le début de la crise sanitaire qui a mis fin aux rencontres, l'UFCV ne ménage pas ses efforts :

Atelier temps libres, recrutement de services civiques...Mme BLACHE vous dira tout sur les objectifs de ces ateliers et sur les missions de ces jeunes motivés pour aller à la rencontre des aînés isolés sur le territoire de la Communauté de Communes Les Coteaux Bordelais.

L'UFCV :

L'UFCV est une association nationale de jeunesse et d'éducation populaire à but non lucratif. Reconnue d'utilité publique et agréée entreprise solidaire d'utilité sociale, elle agit prioritairement pour combattre les inégalités, défendre le droit aux vacances pour toutes, favoriser l'engagement pour les autres et accompagner les personnes dans leur droit à l'éducation et à la formation.



Contact : UFCV Domaine de la Frayse

48 avenue de Lignan 33370 Fargues Saint Hilaire

coralie.blache@ufcv.fr - 05 56 21 10 42

<https://la-frayse.ufcv.fr>

14h45 - Pause magique :

Vincent Romac - Magicien Illusionniste



JEUDI 7 OCTOBRE

15h00 - Spectacle/défilé

« Tout sur la création de mes costumes de spectacle »

Vincent Romac, magicien illusionniste

Résumé :

A ses côtés dans ses spectacles, ses partenaires de magie sont habillés de somptueux costumes. Entre élégance pour le show et confort pour la réussite des numéros de magie, Vincent Romac vous livrera tous les secrets de confection des costumes utilisés dans ses spectacles. Mais attention, il gardera pour lui ses secrets de magie !!

Contact : 06 31 53 90 68 – vincentromac.com

VENDREDI 8 OCTOBRE

10h00 - Conférence

«Comment renforcer ses défenses immunitaires naturellement» Alexia Bernard, Naturopathe

Résumé :

« Mieux vaut prévenir que guérir » ne dit-on pas ? Ainsi, je vous propose d'aborder le thème de la santé sous l'angle de la prévention grâce à des moyens naturels.

Pendant ce temps de transmission, de partage et d'échange, je répondrai aux questions suivantes : Comment prendre soin de vous pour passer un hiver des plus sereins ? Que mettre en place pour renforcer votre système immunitaire simplement et surtout naturellement ?

Quelles sont les habitudes à adopter pour vous maintenir en bonne santé physique et émotionnelle ?

Si possible, pensez à apporter de quoi noter !

Contact : 06 87 01 81 86 - naturopathie.carignan@gmail.com
reconnexionaunaturel.fr



11h00 - Marche Bleue

«Au pied des jardins - départ à L'Odyssée

Première marche de la semaine, dans les rues de Carignan de Bordeaux avec plusieurs étapes spécifiques en lien avec la thématique des jardins partagés (Visite du nouveau jardin communal, les carrés potagers et les serres de Carignan). Explication par des bénévoles des réalisations, partage d'expériences, trucs et astuces sur le jardinage, le compostage etc... Marche nature assurée !

VENDREDI 8 OCTOBRE

14h00 - Café discut' : se retrouver, tout simplement !!



Echanges, jeux, convivialité, pétanque, belote, partage sont les maîtres mots de cet après-midi.

Avec la participation de la Ludothèque des Coteaux Bordelais.

14h30 - Atelier Yoga

Pour celles et ceux qui veulent profiter d'un moment de relaxation, un atelier Yoga/relaxation par **ANANDITA** (Stella SMIERNOW, professeur de Yoga à Carignan de Bordeaux)



INSCRIPTION sur l'affiche dans le hall de L'Odyssée

SAMEDI 9 OCTOBRE

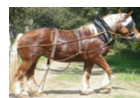
10h00 / 17h00 - Forum associatif

Ce forum sera l'occasion de rencontrer :

- les acteurs ressources du territoire sur les thématiques des droits, de la santé, des aménagements de logements...
- les acteurs associatifs pour les loisirs (culture, sport, nature...), l'engagement bénévole.



Restauration sur place, présence de food-trucks
Exposition de voitures anciennes



Balade en calèches l'après-midi (gratuit)



Buvette avec la Pena Cariñana

Acteurs présents :

Association des Coteaux de Bordeaux

L'association Les Coteaux de Bordeaux (ACDB) est une association de services aux personnes. Sa mission ? Intervenir chez toute personne ou famille ayant besoin d'un accompagnement : permettre de rester chez soi, pour un peu plus de confort, pour retrouver un équilibre familial ou tout simplement pour bien vivre chez soi.

Contact : 33 avenue de la mairie 33370 POMPIGNAC - 05 56 72 89 94
contact@lescoteauxdebordeaux.com lescoteauxdebordeaux.fr



ASEPT

Présentation au début de ce guide



Présence verte

L'association est spécialisée dans le secteur du service à la personne grâce au système de téléassistance à domicile.



Contact : 13 rue Ferrère 33000 BORDEAUX
05 56 44 09 09 - pv16-17-33@presenceverte.fr

SOLIHA Gironde



L'association est affiliée au premier réseau associatif intervenant dans le domaine de l'amélioration de l'habitat. Elle intervient notamment sur l'accompagnement des ménages dans leur maintien à domicile et l'amélioration de leur confort de vie

Contact : 211 cours de la Somme 33800 BORDEAUX - 05 56 33 88 88
info.gironde@solihha.fr - gironde.solihha.fr

CHAD



L'Association a pour vocation d'organiser des manifestations pour animer la vie culturelle de la commune et essayer de varier l'offre des divertissements. Le lien social est sa motivation première.

Contact : regis.bertranet@wanadoo.fr

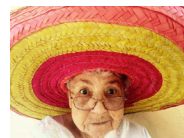
Ecrivains publics

Un écrivain public vous accompagne dans la rédaction de tout type de documents administratifs ou professionnels : courrier de réclamation, courrier juridique, formulaire administratif, lettre de motivation, et autres... Sa mission ne remplace pas celle des agents du service social. Si vous souhaitez les rencontrer, contactez le 05.56.68.15.02 ou envoyez un mail à actionsociale@carignandebordeaux.fr . Ce service est gratuit, sans engagement.

Rayons de Soleil

L'association est là pour lutter contre la solitude et l'isolement des personnes âgées et seules.

Contact : rayonsdesoleil@sfr.fr



Anandita

Pratique et enseignement du yoga et de la méditation, ainsi que la pratique du développement personnel et celle de la santé au naturelle (reiki , fleurs de bach)

Contact : 06 64 38 61 66 - anandita.kundalini@gmail.com



ELC

Association pour la promotion et le développement des activités culturelles, artistiques ou de loisirs afin de les rendre accessibles au plus grand nombre.

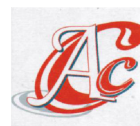
Contact : elc33360@gmail.com



CAC

Le CAC est un club omnisports comprenant 15 sections où se pratiquent le sport loisir ou de compétition par 1 300 adhérents.

Contact : 06 24 86 77 08 - club.athlethique.carignanais@gmail.com



CCAS

Le CCAS anime une action générale de prévention et de développement social dans la commune.

Il participe à l'instruction des demandes d'aide sociale légale (RSA, aide aux personnes âgées...

Il intervient également dans l'aide sociale facultative qui constitue souvent l'essentiel de la politique sociale de la commune (secours d'urgence, prêts sans intérêt, colis alimentaires

Contact :31 route de Latresne 33360 CARIGNAN DE BORDEAUX

05 56 68 15 02 - -06 12 12 64 19

actionsociale@carignandebordeaux.fr



CIAS

Le centre intercommunal d'action sociale permet, pour les communes qui le souhaitent, de se regrouper et de créer un établissement public intercommunal dédié à des actions sociales concertées, démultipliées par un territoire d'intervention et des moyens plus importants.



Contact : 8 rue Newton
Parc d'activités 33370 TRESSES
Téléphone: 05 57 34 26 37

DIMANCHE 10 OCTOBRE

10h00 - Marche Bleue : si Carignan m'était conté !

RDV à 10h à l'EHPAD Les Muriers pour pot de départ (café, jus de fruits...).
Départ de la marche à 10h30.

Après être parti de l'EHPAD, la marche rejoindra l'Odyssée pour cette seconde marche bleue où le CHAD proposera une balade commentée de Carignan.

Possibilité de transport entre l'EHPAD et L'Odyssée pour celles et ceux qui préfèrent s'économiser.

14h00 - Thé dansant

Animé par Fabienne Renaud

Tombola - Goûter

Dimanche 10 octobre

Thé dansant

Solidarité

Convivialité

14h - L'Odyssée Carignan de Bordeaux

Ensemble

Tombola

animé par Fabienne Renaud

Nombre de places limité.
Sur inscription : 06 12 12 64 19 ou
actionsociale@carignandebordaux.fr

