



Dans le cadre de la SEMAINE BLEUE,
le Centre Communal d'Action Sociale de la Ville
de Cernay, en partenariat avec l'association AMAELLES, la
COMMISSION DES FINANCEURS, le CINÉ CROISIÈRE, l'HÔPITAL
GERIATRIQUE SITE DE CERNAY - GHRMSA, l'association LE LIEN,
l'association LA PASSERELLE DES AINÉS, la CPAM du Haut-Rhin,
l'auto-école SANDRA et l'association SIEL BLEU.

PROPOSE

du lundi 6 au vendredi 10 octobre 2025

Ateliers, conférences et cinéma

Informations et inscriptions
au C.C.A.S. de la mairie de Cernay
03 89 75 82 73

ACTIVITÉS GRATUITES

PROGRAMME de la SEMAINE BLEUE du 6 au 10 octobre 2025

LUNDI 6 OCTOBRE

ATELIER NUMERIQUE COMPTE AMELI ET APPLICATION CARTE VITALE

Espace Grün
32 rue Georges Risler
de 9h30 à 11h30

Places limitées - inscriptions souhaitées
(en partenariat avec la CPAM du Haut-Rhin et LA PASSERELLE DES AINES)

« atelier numérique de deux heures qui aura pour thème : la création de compte Ameli, demande de nouvelle carte vitale, carte vitale européenne, récupération de mot de passe...»

DECOUVERTE DES JEUX DE SOCIETES

Espace Grün
32 rue Georges Risler
de 14h30 à 17h30

Places limitées - inscriptions souhaitées
(en partenariat avec LA PASSERELLE DES AINES)

« Atelier de découverte et de partage de différents jeux de société ».

MARDI 7 OCTOBRE

ATELIER ART-THERAPIE

Résidence «La Forêt»
6 quai des Platanes
de 10h à 12h

Places limitées - inscriptions souhaitées
(en partenariat avec AMAELLES)

« Animé par Ilona BIZOLIER au programme : 12 séances de 2h autour de la peinture, le pastel, le fusain, l'encre de chine pour une découverte sensorielle. »

CINEMA

Espace Grün
32 rue Georges Risler
de 14h30 à 17h

2 euros la séance

Places limitées - inscriptions souhaitées
(en partenariat avec LA PASSERELLE DES AINES et le CINE CROISIERE)

« Projection du film LA TRESSE de Laetitia Colombani, comédie dramatique de 2023, destin de trois femmes relié par le fil de la vie, durée du film : 2h. »

ATELIER QI GONG

Résidence «La Forêt»
6 quai des Platanes
de 16h à 17h30

Places limitées - inscriptions souhaitées
(en partenariat avec AMAELLES)

« 12 séances de Qi GONG animé par Myriam Martel qui proposera des exercices de renforcement des articulations, des muscles, des tendons et des os pour une meilleure maîtrise de son corps et de ses mouvements. »

MERCREDI 8 OCTOBRE

KARAOKE

Hôpital gériatrique
7 rue Georges Risler
à partir de 14h

Places limitées - inscriptions souhaitées

(en partenariat avec l'HÔPITAL GERIATRIQUE SITE DE CERNAY - GHRMSA et l'association « Le Lien »)

« Un moment de convivialité autour du chant, cet atelier tend à réveiller des souvenirs lointains et à faire travailler la mémoire, tout cela dans la bonne humeur ! »

ATELIER ARTISTIQUE

Espace Grün
32 rue Georges Risler
de 14h30 à 17h30

Places limitées - inscriptions souhaitées

(en partenariat avec LA PASSERELLE DES AINES)

« Atelier découverte de la peinture artistique, du dessin et du scrapbooking. »

JEUDI 9 OCTOBRE

CONFERENCE SECURITE ROUTIERE

Résidence «La Forêt»
6 quai des Platanes
de 10h à 12h

Places limitées - inscriptions souhaitées

(en partenariat avec l'auto-école SANDRA)

« Conférence sur les nouveautés du code de la route et les risques liés à la perte de réflexes ou de la vue, les assurances, le contrôle technique et deux ateliers en parallèle sur l'effet de l'alcool et les angles morts. »

RANDONNEE NATURE

Départ Espace Grün
32 rue Georges Risler
de 13h30 à 17h30

Places limitées - inscriptions souhaitées

(en partenariat avec LA PASSERELLE DES AINES)

« Petite marche tranquille le long de la Thur. Grande diversité de végétation à découvrir sous la houlette de Maurice Stemmelen. »

VENDREDI 10 OCTOBRE

ATELIER Y A PAS D'AGE POUR BOUGER

Résidence «La Forêt»
6 quai des Platanes
de 10h à 11h

Places limitées - inscriptions souhaitées

(en partenariat avec SIEL BLEU)
« 24 séances de 1h, au programme un accompagnement autour de la prévention des chutes afin de garantir un maintien à domicile réussi. »

CAFE DES AINES

Espace Grün
32 rue Georges Risler
de 14h30 à 17h30

Places limitées - inscriptions souhaitées

(en partenariat avec LA PASSERELLE DES AINES)

« Une conférence de trois heures sur la vanille : de la fleur à la gousse. »

ACTIVITÉS

GRATUITES

Informations & inscriptions au
C.C.A.S. de la mairie de Cernay
03 89 75 82 73



La
Semaine
Bleue
À tout âge, ensemble !