

# LA SEMAINE BLEUE

25 SEPT. > 6 OCT. 2024

**BOUGER ENSEMBLE  
POUR ENTRETENIR  
LA FLAMME !**



## EXPOSITION

### LES TALENTS CACHÉS DES AÎNÉS

Du jeudi 26 au dimanche 29 sept.

Tous les jours de 14 h à 18 h

Salle Proudhon - Kursaal de Besançon

Présentation d'œuvres réalisées par des aînés bisontins, des résidences autonomie du CCAS, de l'Escapade, des groupes de danse de la Mission Animations Inter-âges et de l'atelier peinture de l'ORPAB.

GRATUIT, ENTRÉE LIBRE

**Jeudi 26 septembre à 15 h**

Vernissage en musique et présentation des animations de la Semaine Bleue

GRATUIT, ENTRÉE LIBRE

**Vendredi 27 et samedi 28 sept.  
de 15 h à 17 h**

Ateliers de créations artistiques et manuelles

GRATUIT SUR INSCRIPTION  
(NOMBRE DE PLACES LIMITÉ)

Renseignements et inscriptions :

**Maison des Séniors** Tél : 03 81 41 22 04

## DU SPORT POUR LES SÉNIORS

**Vendredi 4 octobre de 14 h à 17 h**

**Maison de quartier Grette-Butte, salle polyvalente**

OUVERT À TOUS - GRATUIT

Stands et initiations à plusieurs activités - Tenue de sport conseillée

RENSEIGNEMENTS : MAISON DES SENIORS

14 h à 15 h 30 - Séances d'initiation proposées par l'EPGV : gymnastique dynamique, pilates et fitball

15 h 45 à 16 h 45 - Découverte de la danse en ligne, activité proposée par l'ORPAB

**ORPAB - Centre Pierre Bayle**

**Gymnastique adaptée**

**Mardi 1er octobre de 9 h 30 à 10 h 30**

**Jeudi 3 octobre de 9 h 30 à 10 h 30**

**Gymnastique équilibre**

**Vendredi 4 octobre de 9 h 30 à 11 h 30**

ACTIVITÉS POUR TOUS - GRATUIT

Renseignements et inscription :

Tél : 03 81 82 22 05

## VISITES GUIDÉES

GRATUIT SUR INSCRIPTION  
(NOMBRE DE PLACES LIMITÉ)

**LE SPORT À BESANÇON 1865-2020**

Durée 1 h 30

**Mardi 1<sup>er</sup> oct. à 10 h**

**Bibliothèque d'étude**

**Archives municipales**

**LE TOUR DU MONDE EN 80 ŒUVRES**

Durée 1 h 30

**Jeudi 3 oct. à 10 h**

**Musée des Beaux-Arts**

**et d'Archéologie**

Visite guidée et temps d'échanges.

**AMOUR**

Durée 1 h 30

**Vendredi 4 oct. à 10 h**

**Musée du Temps**

Dans les collections du musée peuvent se cacher les ailes de cupidon...

Renseignements et inscriptions :

**Maison des Séniors** Tél : 03 81 41 22 04

## MUSIQUE EN CHŒUR

**Mercredi 25 sept.**

**de 18 h à 19 h**

**Maison de quartier de Planoise**

**Centre Nelson Mandela**

Spectacle musical intergénérationnel avec *Les résichœurs* et l'association Miroirs du Monde

GRATUIT, ENTRÉE LIBRE  
(NOMBRE DE PLACES LIMITÉ)

**Vendredi 4 oct.**

**de 9 h 30 à 11 h 30**

**Centre Pierre Bayle**

Portes ouvertes de la chorale de l'ORPAB.

GRATUIT, ENTRÉE LIBRE

Renseignements et inscriptions :

**ORPAB** Tél : 03 81 82 22 05

## CINÉMA ET DÉBATS

### **DANCING DE LOÏC MAHÉ**

Durée 52 mn

**Les résidences autonomie du CCAS vous accueillent et vous proposent la projection du film Dancing, suivie d'un temps convivial.**

Yasmine, Franco, Roger et Simone fréquentent les pistes de danse chaque dimanche. La semaine, ils y pensent, comptent les jours...

**Vendredi 27 sept. à 15h**

**Résidence autonomie Les Cèdres**

Tél : 03 81 54 31 00

**Mardi 1<sup>er</sup> oct. à 15h**

**Résidence autonomie Les Lilas**

En présence de Catherine SIMEON, productrice du film et Aurélia BESNARD chargée de diffusion de l'APARR

Tél : 03 81 65 45 00

**Jeudi 3 oct. à 15h**

**Résidence autonomie Le Marulaz**

Tél : 03 81 65 29 00

**Vendredi 4 oct. à 15h**

**Résidence autonomie Les Hortensias**

Tél : 03 81 61 48 00

### **DE TOUTES NOS FORCES**

#### **DE NILS TAVERNIER**

**Lundi 30 sept. à 14h30**

Durée 1h35

#### **Petit Kursaal**

Suivi d'un temps d'échange, de partage et de sensibilisation avec le comité départemental handisport du Doubs

GRATUIT, ENTRÉE LIBRE

(NOMBRE DE PLACES LIMITÉ)

Renseignements :

**Maison des Séniors** Tél : 03 81 41 22 04

### **LES FLEURS ET LES MUSICIENS**

#### **DE BASTIEN BOURGEOIS**

#### **ET CORENTIN VAILLANT**

**Jeudi 3 oct. à 18h30**

Durée 38 mn

**Médiathèque des Tilleuls**

Retour sur ce qui a été mené avec les habitants de Palente en 2023 : le projet Caravane qui vient questionner l'habitat des personnes âgées et vise à co-construire un nouveau modèle d'habitat inclusif.

GRATUIT, ENTRÉE LIBRE

(NOMBRE DE PLACES LIMITÉ)

Renseignements :

**Médiathèque des Tilleuls** Tél : 03 81 87 80 66

## MARCHE BLEUE

### **INTERGÉNÉRATIONNELLE**

**Mercredi 2 oct. de 14h à 15h**

**RDV à la fontaine du parc Chamars à partir de 13h45**

*Organisée par l'Association créatrice de lien social, Créa'So*

Marche douce, conviviale et intergénérationnelle, ponctuée de pauses bien-être. Arrivée place Granvelle, buvette solidaire au Grand Kursaal

GRATUIT, OUVERT À TOUS

Renseignements :

**Créa'so** Tél : 07 67 12 90 58

## DANSER ENSEMBLE

### **DÉMONSTRATIONS ET SPECTACLES**

**Mercredi 2 oct. de 15h30 à 17h45**

**Grand Kursaal**

Venez découvrir et vous initier auprès de plusieurs compagnies de danse bisontines :

- Paysage d'un corps  
*Compagnie ASTRAGALE*
  - Acro Danse  
*Marie Saba*
  - Danse en couple  
*Association Franche-Comté Danse Sportive*
  - Danse country  
*Association Four Riders*
  - Buvette solidaire  
*Association créatrice de lien social, Créa'So*
- GRATUIT, OUVERT À TOUS



- A** Maison des Séniors
- B** Parc Chamars
- C** Résidence autonomie Le Marulaz
- D** Résidence autonomie Les Lilas
- E** Résidence autonomie Les Hortensias
- F** Kursaal - Salle Proudhon
- G** Musée du temps
- H** Résidence autonomie Les Cèdres
- J** MBAA
- K** Archives municipales
- L** Médiathèque des Tilleuls
- M** La maison de quartier Grette Butte
- N** La maison de quartier de Planoise
- O** Centre Pierre Bayle - ORPAB

### Partenaires :

Le Kursaal - Bibliothèques et Archives municipales de Besançon - Musées d'Arts et du Temps - Les maisons de quartiers municipales et associatives - Les 2 Scènes - Créa'So, Association créatrice de lien social - APARR, Association des professionnels du cinéma et de l'audiovisuel de Bourgogne-Franche-Comté - ORPAB, Office des retraités et des personnes âgées bisontines - EPGV, Éducation physique et gymnastique volontaire - Comité départemental handisport du Doubs - Miroirs du Monde - Médiathèque des Tilleuls - Maison de l'Architecture de Franche-Comté - Collectif Hôp Hop Hop - Université de Franche-Comté.



**MAISON DES SENIORS**  
 8 rue Pasteur - 25000 Besançon  
 Tel : 03 81 41 22 04  
[maison-des-seniors@besancon.fr](mailto:maison-des-seniors@besancon.fr)