

PROGRAMME DES ACTIVITÉS D'OLIVET



ANIMATIONS GRATUITES

sauf pour les séances de cinéma
pour laquelle une participation est demandée.

CCAS
d'Olivet

SPECTACLE DE FIN D'ANNÉE

**Jeudi 12 novembre
de 14h à 17h**

Laissez-vous emporter le temps d'un spectacle mêlant élégance, mystère et instants inattendus. Strass, élégance et surprises seront au rendez-vous pour cet après-midi festif placé sous le signe du spectacle et de l'émerveillement.

Places limitées, inscriptions au CCAS : 02 38 69 83 12. Transport possible sur demande dans la limite des places disponibles.

📍 L'Alliage, 1 rue Michel Roques



LES JEUDIS D'HARMONIE

**Tous les jeudis
de 14h à 17h30**

Après-midis récréatifs, pour dérouiller ses neurones dans la bonne humeur en jouant au scrabble®, à la belote, au tarot, au Triomino®, au loto... Tout cela autour d'un goûter. Animé par l'association Olivet Solidarité.

Informations au 02 38 49 14 48 ou au 06 08 70 49 48. Transport possible sur demande dans la limite des places disponibles, réservations auprès du CCAS au plus tard la veille avant 16h.

**📍 Salle Harmonie,
146 rue du général de Gaulle**

PRATIQUE ! Cochez les animations sur lesquelles vous vous êtes inscrit(e) pour ne rien oublier !



CINÉMA

Mardi 8 septembre à 15h

Intouchables (1h52)

Comédie dramatique d'Éric Toledano et Olivier Nakache.
Avec François Cluzet et Omar Sy.

Mardi 8 décembre à 15h

Cocorico (1h31)

Comédie de Julien Hervé avec Christian Clavier, Marianne Denicourt et Didier Bourdon.

Accueil dès 14h30. Participation demandée. Places limitées, inscription au CCAS : 02 38 69 83 12. Transport possible sur demande dans la limite des places disponibles.

**📍 Résidence de la Mothe,
1940 rue du Général de Gaulle**

LE GRAND LOTO

Mardi 29 septembre à 15h

Participez à un grand loto !
Par l'association Les Seniors d'Olivet, l'EHPAD de la Reine Blanche et la résidence Autonomie Oui Seniors.

Places limitées, sur inscription au CCAS : 02 38 69 83 12. Transport possible sur demande dans la limite des places disponibles.

**📍 Résidence de la Mothe,
1940 rue du Général de Gaulle**



☐ NOS SENIORS ONT DU TALENT !

**Jeudi 8 octobre
de 14h à 16h**

Coup
de
cœur

Passionnée d'astrologie, Danièle, senior olivetaine vous invite à un temps d'échanges convivial pour vous faire découvrir les mystères des astres.

Vous aussi, vous avez une passion ou des connaissances à partager ? N'hésitez pas à contacter Isabelle, référente seniors et coordinatrice animation et ateliers de prévention 60+, pour proposer votre atelier ! isabelle.huinbilley@olivet.fr

**Places limitées, sur inscription
au CCAS : 02 38 69 83 12.**

📍 **L'Alliage, 1 rue Michel Roques**



☐ DÉCOUVREZ LE BRIDGE !

**Jeudi 17 septembre
de 15h à 16h**

ou

**Jeudi 8 octobre
de 10h30 à 11h30**

Une séance d'initiation pour découvrir le bridge, ce jeu de cartes stimulant et convivial.

Accessible à tous, même aux débutants, le bridge fait appel à la mémoire, à la réflexion et au plaisir de jouer ensemble.

Par le Groupement Amical des Bridgeurs Olivetains (GABO).

**Places limitées, inscription
au CCAS : 02 38 69 83 12.**

📍 **Espace de la Reine Blanche,
3 rue d'Ivoy**

ORANGE SOLIDARITÉ

**Mardi 22 septembre
de 14h30 à 16h30**

Découverte des outils numériques liés à la santé et au bien-être : créer un compte Ameli, prendre un rendez-vous médical en ligne, explorer Happy Visio...

**Mardi 3 novembre
de 14h30 à 16h30**

Atelier ludique et interactif pour apprendre à naviguer sur Internet et effectuer ses achats en ligne en toute sécurité, avec quiz et conseils pratiques.

**Mardi 8 décembre
de 14h30 à 16h30**

Venez découvrir le codage en imaginant et créant des animations amusantes pour stimuler sa logique, sa réflexion et sa créativité.

**Places limitées, sur inscription
au CCAS : 02 38 69 83 12.**

📍 **Bibliothèque Le Temps Retrouvé,
365 rue du Général de Gaulle**

EN ROUTE VERS LE NUMÉRIQUE

**Les lundis
de 14h à 16h30 :**

- **21, 28 septembre**
- **5, 12 octobre**
- **2, 9, 16, 23 novembre**

Série de **8 ateliers** pour vous accompagner à faire face à la dématérialisation croissante des démarches en vous aidant à vous approprier les outils numériques.

Apprendre à naviguer en toute sécurité sur internet, communiquer via les mails et réseaux sociaux, initiation aux démarches en ligne, découverte des sites sur le bien vieillir, etc...

Apportez votre matériel.

Par la mutualité Française, la CARSAT et la conférence des Financeurs.

**Places limitées,
sur inscription
au CCAS : 02 38 69 83 12.
Participation à l'ensemble
des séances.**

📍 **L'Alliage,
1 rue Michel Roques**



LES RDV DU CCAS



□ LES SERVICES DE TAO

**Lundi 28 septembre
à 9h30**

Le CCAS a convié la maison nomade de TAO, qui se tiendra à votre disposition pour pouvoir faire vos démarches sur le parvis de l'Alliage.

à 10h30

TAO vient à votre rencontre pour vous présenter ses services RésaTAO et AccessTAO.

**Évènement ouvert aux seniors
et à leurs familles.**

**Places limitées, sur inscription
au CCAS : 02 38 69 83 12. Transport
possible sur demande dans la limite des
places disponibles.**

📍 L'Alliage, 1 rue Michel Roques

□ BIENVENUE À LA RETRAITE

**Les lundis de 17h30
à 19h30 :**

- 2, 9, 16, 23, 30 novembre
- 7 décembre

6 séances, dédiées au passage à la retraite. Constituant une des principales transitions vécues au cours de la vie d'une personne, ce changement de vie se passe d'autant mieux qu'il est anticipé et réfléchi. Intervention d'une psychologue et d'un spécialiste retraite pour y voir plus clair dans ces démarches (à quel moment, à qui s'adresser, etc...)

Par l'association Brain UP.

**Places limitées, sur inscription
au CCAS : 02 38 69 83 12.**

📍 L'Alliage, 1 rue Michel Roques

□ MA METRO RENOV'

**Mardi 3 novembre
de 14h30 à 16h30**

Venez découvrir les aides et accompagnements possible pour adapter ou rénover votre logement.

Évènement ouvert aux seniors et à leurs familles.

Places limitées, sur inscription au CCAS : 02 38 69 83 12. Transport possible sur demande dans la limite des places disponibles.

📍 **L'Alliage, 1 rue Michel Roques**



□ CONFÉRENCE: INTERVENTION NOTARIALE

**Mardi 10 novembre
de 9h30 à 12h**

Maître Marlène Tourlourat vient à votre rencontre pour vous apporter un éclairage juridique clair et accessible sur la succession (anticipation de la transmission de patrimoine, testament, etc..) et la protection de vos proches (procuration générale, protection juridique, mandat de protection future).

Évènement ouvert aux seniors et à leurs familles.

Places limitées, sur inscription au CCAS : 02 38 69 83 12.

📍 **L'Alliage, 1 rue Michel Roques**



☐ LA PASSERELLE DES AIDANTS



Les vendredis :
du 11 sept. > 11 déc.
de 15h à 17h

Rendez-vous mensuel pour
aider les aidants à s'informer.

En partenariat avec Oui seniors
(anciennement la Girandière)
et VYV3.

Collation offerte.

Places limitées, sur inscription :
Tiphaine Chandon au 06 42 99 58 89
ou à tiphaine.chandon@vyv3.fr

📍 **Résidence Oui seniors,**
436 rue Jacques Monod
(possibilité de se garer sur le parking
de la résidence sur demande)

Vendredi 11 septembre

Les droits des usagers en cas
d'hospitalisation et les recours
pour faire appel. Par France
Asso Santé.

Vendredi 9 octobre

Ouihelp et Destia :
présentation de leurs services.

Vendredi 6 novembre

Intervention de «Sophie
Lunettes», opticienne à
domicile.

Vendredi 11 décembre

Les résidences autonomie
Oui Seniors et Domitys
présentent leurs services dont
l'hébergement temporaire.



☐ CAFÉ DES AIDANTS

**Du 15 sept. > 15 déc.
de 10h à 11h30**

Vous accompagnez un proche malade, en situation de handicap ou dépendant du fait de l'âge ? Temps convivial d'échanges et d'informations, animé par des professionnels. Organisé par Proximité Services, avec le soutien de l'association française des aidants.

Mardi 15 septembre

Où trouver de l'aide pour que mon proche soit bien accompagné ?

Jeudi 15 octobre

Le refus de soin et l'agressivité.

Mardi 17 novembre

Domicile ou institution : faire un choix.

Mardi 15 décembre

Les fêtes approchent, «qu'est-ce que je me souhaite ?»

**Places limitées, sur inscription
au 02 38 64 09 43 ou à
prox.serv@orange.fr**

📍 **Restaurant le 128, 128 av. du Loiret**

☐ DÉJEUNERS INTERGÉNÉRATIONNELS

Du 5 au 11 octobre



L'école du Plissay invite chaque jour 4 seniors olivetains à partager un temps de repas avec les enfants. Un moment de convivialité et d'échanges, suivi d'une petite animation partagée pour prolonger ce temps ensemble.

**Places limitées, sur inscription
au CCAS : 02 38 69 83 12.**

📍 **École du Plissay,
250 rue des Sternes**





YOGA SUR CHAISE

Les jeudis de 10h à 11h :

- 17 septembre
- 15 octobre
- 19 novembre

Accessible à tous, ce yoga doux favorise la détente, la respiration et le relâchement du corps en toute sécurité. Séances encadrées par Misela Milla, professeur de YOGA.

**Places limitées, sur inscription
au CCAS : 02 38 69 83 12.**

📍 L'Alliage, 1 rue Michel Roques

□ HOP GRANDS SENIORS

Les mardis :
du 29 sept. > 15 déc.
de 10h à 11h ou de 11h à 12h



Séances d'activités physique adaptées, conçues pour entretenir la forme et le bien-être, encadrées par des professionnels. Organisées par le service des sports, Profession Sport Loisirs 45 et le CCAS.

Places limitées, inscription au CCAS : 02 38 69 83 12.
Les inscriptions pour chaque nouvelle séance ouvriront une fois la séance précédente terminée.

📍 Espace de la Reine Blanche,
3 rue d'Ivoy

Mardi 29 septembre

Prévenir la chute :
un pied après l'autre.

Mardi 27 octobre

Je chouchoute mes
épaules.

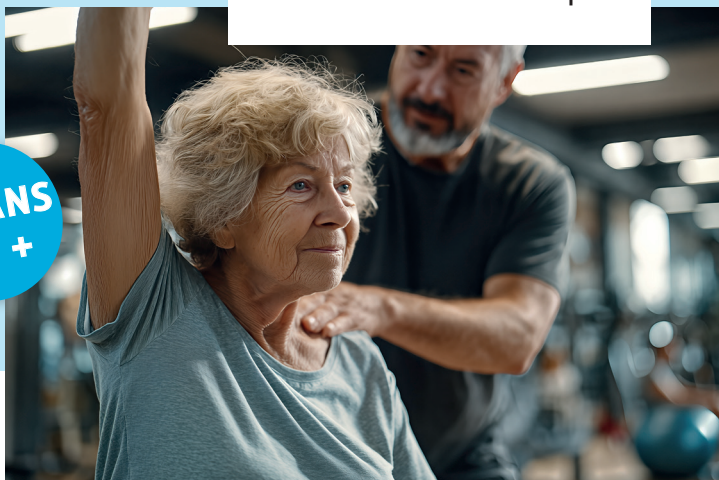
Mardi 24 novembre

J'harmonise mon corps.

Mardi 15 décembre

Redressons notre corps.

**75 ANS
ET +**





□ PARCOURS SÉRÉNITÉ

Les mardis de 14h à 16h :

- 15, 22, 29 septembre
- 6 et 13 octobre



Parenthèse de bien-être destinée à préserver la santé globale (physique, mentale et sociale).

Parcours de 5 séances mêlant détente, sophrologie, méditation et échanges conviviaux.

Animé par un intervenant professionnel du bien-être de l'association NEOSILVER

Places limitées, sur inscription
à l'ensemble des séances au CCAS :
02 38 69 83 12.

📍 **L'Alliage, 1 rue Michel Roques**

□ NUTRITION

Les mardis de 10h à 12h :

- 15, 22, 29 septembre
- 6 et 13 octobre
- 3, 10, 17, 24 novembre
- 1^{er} décembre

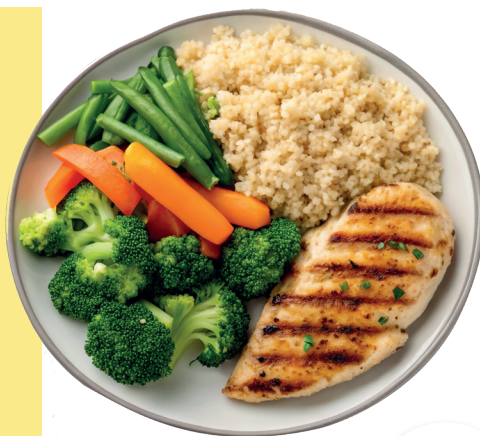
Les ateliers nutrition sont un cycle de **10 rencontres de 2 heures**, dont 2 séances pratiques, visant à redécouvrir le plaisir de bien se nourrir.

Les participants bénéficient d'expériences gustatives et d'une sensibilisation aux nombreux bienfaits d'une alimentation équilibrée.

Encadrés par un professionnel de l'Association NEOSILVER.

Places limitées, sur inscription au CCAS : 02 38 69 83 12.

📍 **Cuisine de l'EHPAD de la Mothe, 1940 rue du Général de Gaulle**



□ CONFÉRENCE: L'ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE ET LES BESOINS SPÉCIFIQUES DES SENIORS

Vendredi 9 octobre à 10h

Conférence dédiée aux enjeux de l'alimentation face au vieillissement.

Par l'association Brain UP.

Places limitées, sur inscription au CCAS : 02 38 69 83 12.

📍 **L'Alliage, 1 rue Michel Roques**



Coup
de
cœur



☐ LES MADELEINES

Les mardis de 9h30
à 12h :

- 15 et 29 septembre
- 6 et 13 octobre
- 3 et 17 novembre
- 1 et 15 décembre

Réfléchir sans pression, discuter en s'amusant. Un moment convivial, sans papier ni crayon pour entretenir son moral, rafraichir sa mémoire et faire des découvertes.

Accessible à tous, animé par Valérie Clème.

Places limitées, sur inscription
au CCAS : 02 38 69 83 12.

📍 L'Alliage, 1 rue Michel Roques

☐ CONFÉRENCE: IL N'EST JAMAIS TROP TÔT POUR PRENDRE SOIN DE SA MÉMOIRE !

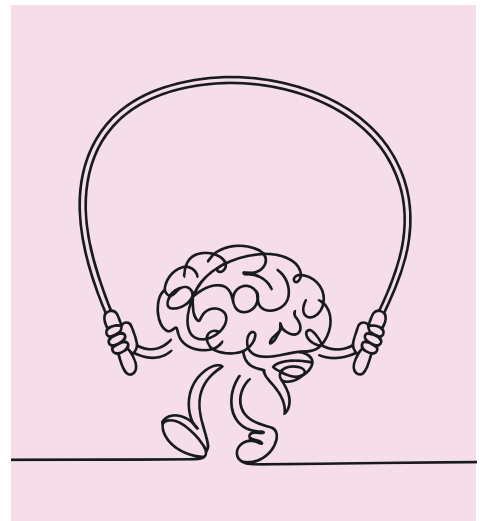
Jeudi 8 octobre de 10h à 12h

Comprendre les mécanismes de la mémoire et apprendre des techniques simples de mémorisation par l'application d'un mode de vie mêlant curiosité et plaisir d'apprendre, relations sociales épanouies et hygiène de vie saine.

Par l'association Brain UP.

Places limitées, sur inscription
au CCAS : 02 38 69 83 12.

📍 L'Alliage, 1 rue Michel Roques



□ ENTREtenir SA MÉMOIRE TOUT EN Y PRENANT DU PLAISIR

Les vendredis de 10h à 12h :

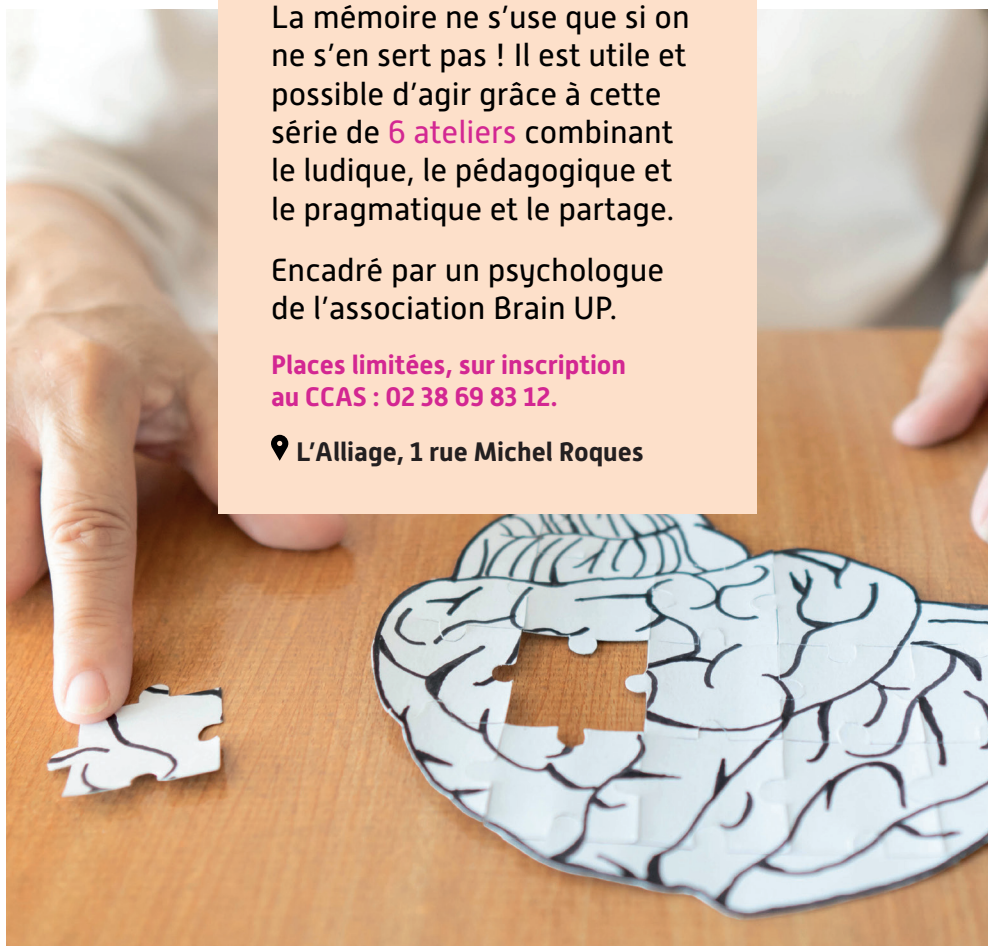
- 6, 13, 20, 27 novembre
- 4 et 11 décembre

La mémoire ne s'use que si on ne s'en sert pas ! Il est utile et possible d'agir grâce à cette série de 6 ateliers combinant le ludique, le pédagogique et le pragmatique et le partage.

Encadré par un psychologue de l'association Brain UP.

Places limitées, sur inscription
au CCAS : 02 38 69 83 12.

📍 L'Alliage, 1 rue Michel Roques





RENSEIGNEMENT ET INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS À PARTIR DU LUNDI 25 AOÛT 2026

Au CCAS* ou au 02 38 69 83 12

* Centre Communal d'Action Sociale



LE CCAS VOUS AIDE

Prise en charge jusqu'à 100 euros de l'adhésion sportive ou culturelle auprès d'une association Olivétaine pour les plus de 60 ans bénéficiaires de l'ASPA. Demande possible jusqu'au 15 novembre 2026.



TRANSPORT TOUTES LES SEMAINES

Transport toutes les semaines, dans la limite des places disponibles : les jeudis d'Harmonie, le marché du vendredi après-midi. Informations et réservations au plus tard la veille avant 16h auprès du CCAS.

