

PROGRAMME SEMAINE BLEUE

L'INTERGÉNÉRATIONNEL
SOUS TOUTES SES FACETTES

Du 5 au 10 octobre 2026

Bien vieillir : 6 jours
d'animations pour tous



TOUT LE PROGRAMME SUR AVIGNON.FR

SEMAINE BLEUE

L'INTERGÉNÉRATIONNEL
SOUS TOUTES SES FACETTES

Du 5 au 10 octobre 2026



Avancer en âge dans les meilleures conditions possibles, jouir de ces années tout en profitant de ceux que l'on aime et de notre environnement... Autant de défis à relever pour notre société qui prévoit, pour 2030, que 30% de la population aura plus de 60 ans.

Ce pari du bien vieillir, nous pouvons tous le gagner ensemble si nous prenons aujourd'hui les bonnes décisions. La prévention reste le facteur essentiel d'une vieillesse réussie, autonome et épanouie.

À Avignon, nous faisons de nos aînés une priorité et engageons de multiples actions. Cette Semaine Bleue est le moment privilégié pour nous rencontrer, débattre, échanger, réfléchir autour d'une question qui nous concerne tous.

Très belle semaine à vous tous.



Olivier GALZI
Maire d'Avignon
Président
du Grand Avignon

LUNDI 5 OCTOBRE

Les couleurs de la vitalité

Plaine des sports *Avenue Pierre de Coubertin*

Séance d'initiation sportive (fitness / gym douce)

Accessible à tous ▲ 9h00 - 9h45
▲ Gratuit

Renseignements :
Service des Sports :
04 90 16 31 60
Espace Pluriel : 04 90 88 06 65

Animations par Génération Sports

Gratuit ▲ Tout public ▲
Renseignements :
generations-sports@hotmail.fr

- ▲ Initiation au Dripping
9h00 - 10h00
- ▲ Exposition « Fall Colors »
9h30 à 11h30

Ouverture de la Semaine Bleue 10h00

En présence de Laetitia DOSNE,
adjointe déléguée à l'action
sociale, aux aînés, à l'emploi et à
l'insertion

Brunch sportif

11h

Profitez de ce moment
convivial pour échanger avec la
diététicienne et les éducateurs
des activités physiques et
sportives

Repas dansant *Variations en bleu*

Salle polyvalente de Montfavet - 256 Rue Félicien Florent

12h00 - 18h00

Touche vestimentaire bleue
souhaitée « Variations en bleu »

- ▲ Tarifs usagers CCAS : 18 €
- ▲ Tarifs non-usagers CCAS et
extérieur : 25 €
- ▲ Renseignements et inscriptions
obligatoires avant le lundi 28
septembre : 04 90 87 81 11

Club lecture *Les gens de Mogador*

14h00 - 17h00

Club lecture animé par les
bénévoles de la réserve
citoyenne et de l'association
Vox Populire, dans les EHPAD
et Résidences Autonomie
participant à l'opération

- ▲ Renseignements :
Pôle solidarités : 04 90 16 32 36
/ 06 99 45 29 97

MARDI 6 OCTOBRE

Actifs toujours !

Faisons connaissance !

Musée lapidaire - 27 rue de la République

10h30 - 12h00 ▲ Visite guidée
▲ Gratuit ▲ Tout public /
intergénérationnel

Se familiariser avec les lieux,
explorer la richesse des
nombreuses collections du musée,
Faisons connaissance ! une autre
façon d'entrer en contact avec
l'histoire et les œuvres d'art

- ▲ Réservation :
Office de Tourisme :
04 32 74 32 74 ou
officetourisme@avignon-tourisme.com

Bains Pommer - 5 rue du Four de la Terre

11h00 - 12h00 ▲ Visite guidée ▲
Gratuit ▲ Durée : 1h ▲ Adultes

Plongez dans le quotidien d'un
ancien établissement de bains
(1890-1972). Des premiers soins par
hydrothérapie à l'évolution sociale
des pratiques d'hygiène, laissez-
vous conter l'histoire de la famille
Pommer. Un parcours captivant pour
vous imprégner de l'atmosphère de
ce lieu atypique et unique en France.

- ▲ Sur réservation, dans la limite
des places disponibles
- ▲ Réservation par courriel :
reservation.bainspommer@mairie-avignon.com ou par
téléphone : 04 13 60 54 22

Portes ouvertes *Foyer restaurant du Château de la Barbière*

Château de la Barbière : 10 Avenue du Roi Soleil 14h00 - 17h00

Possibilité de déjeuner sur place
sur inscription à partir de 12h15

Repas à thème suivi d'une après-
midi « portes ouvertes » au
foyer restaurant du Château de la
Barbière

- ▲ Inscription obligatoire au repas
avant le jeudi 1^{er} octobre :
04 90 87 81 11
- ▲ Renseignements tarifaires
(selon tranche d'imposition)

50 et + comptons sur l'expérience

Salle des fêtes - Hôtel de ville 14h00 - 17h00 ▲ Entrée libre

Valorisons les talents
expérimentés !

Table ronde, job dating, atelier
interactif de coaching

- ▲ Renseignements : France
Travail : recrutementjolyjean@francetravail.net

MERCREDI 7 OCTOBRE

Ensemble, à tout âge !

Journée intergénérationnelle

Parc du Clos de la Murette Rue Diane de Poitiers

10h00 – 16h00 ▲ *Gratuit ▲ Tout public/intergénérationnel*

Tous ensemble au parc ! Venez profiter d'une journée festive où petits et grands se rencontrent autour d'animations et d'ateliers gratuits pour tous.

HORS LES MURS !

Gratuit ▲ Tout public / intergénérationnel

LE MATIN :

10h00 - 11h30 : Ateliers sportifs ludiques accessibles à tous

10h00 - 12h30 : Archives municipales

Redécouvrir 7 sites emblématiques de la ville grâce à une chasse aux détails avant – après, au travers de l'exposition « Contrastes : Avignon à travers deux siècles de photographies ».

Les 5 premiers gagnants remporteront un prix !

10h00 - 13h00 : Les Idées Box prennent leurs quartiers au parc du Clos de la Murette

Profitez d'un instant de lecture sur un transat, ou installez-vous autour des tables pour une partie de jeu de société ou un atelier créatif. Tout est réuni pour passer un moment de détente en compagnie de vos bibliothécaires !

L'APRÈS-MIDI :

À partir de 13h : Initiation à la pétanque avec l'association Amicale Boule du Mistral.

Venez découvrir ou redécouvrir les bases du jeu de boules dans une ambiance conviviale et détendue

14h00 : Début du concours de boules en mêlée (s'inscrire avant 14h00).

14h00 - 16h00 : Découverte du cyanotype « les empreintes bleues » avec l'association IMAGO

Où comment la lumière naturelle permet de processus photographique.

14h00 - 16h00 : Ne manquez pas l'atelier culinaire en plein air animé par l'association SEMAILLES

Venez partager un moment gourmand, convivial et créatif

autour de la préparation de recettes en extérieur. Une belle opportunité d'échanger, de transmettre et de créer du lien entre les générations.

14h00 - 16h00 : Fresque « intergénérationnelle »

L'ALSH Maternel vous accueille, enfants, parents, grands-parents à participer à ce moment créatif.

TOUT AU LONG DE LA JOURNÉE :

Les musées dans tous les sens : Toucher, sentir, écouter, pour être au plus près des œuvres. Les musées Calvet et lapidaire viennent à votre rencontre pour vous présenter les dispositifs multisensoriels mis en place pour éveiller vos sens et vous entraîner dans une expérience inédite pleine de découvertes.

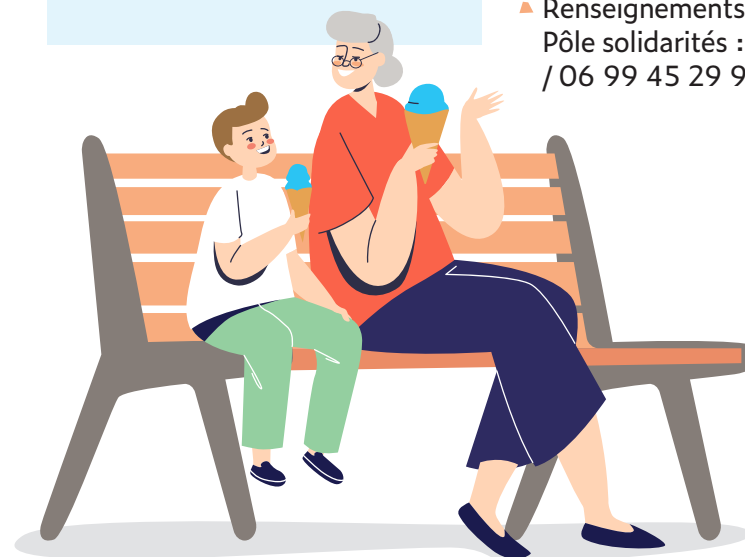
Stand découverte du musée du Petit Palais et du palais de Roure

Kits de visite, livrets-jeux, espace famille ... autant de manières de découvrir avec l'équipe de médiation, les collections de nos musées.

Nous vous proposerons également des mini-activités à partager en famille

Ateliers Do-In, ateliers créatifs, jeux et espaces de partage animés par **les centres sociaux et culturels La Croix des Oiseaux, l'Espelido et la Fenêtre**. Une invitation à se rencontrer, échanger et s'amuser dans une ambiance chaleureuse et participative

▲ Renseignements :
Pôle solidarités : 04 90 16 32 36 / 06 99 45 29 97



JEUDI 8 OCTOBRE

Les clés du bien vieillir

Forum du bien vieillir

Mairie Nord, 34ter avenue Jean Boccace

10h00 - 16h30 ▲ *Entrée libre*

Stands d'information, ateliers thématiques, table ronde ... Un rendez-vous incontournable, ouvert aux seniors, leurs proches aidants et à l'ensemble des professionnels

Comment préparer une vieillesse active et sereine : accès aux droits, santé, prévention, autonomie, lien social, loisirs et bien-être au quotidien

Au programme :

10h00 - 16h30 : Stands d'information

10h00 - 11h30 : Ateliers sur les bienfaits de l'activité physique et de la nutrition sur la santé

10h00 - 11h30 : Toucher, sentir, écouter, les musées Calvet et lapidaire viennent à votre rencontre pour vous présenter les dispositifs multisensoriels et vous entraîner dans une expérience inédite. Kits de visite, livrets-jeux, activités à partager...

ou comment découvrir, de 7 à 77 ans, les collections des musées avignonnais.

Stand découverte du musée du Petit Palais et du palais du Roure

L'équipe de médiation vient à votre rencontre ...

Elle vous proposera des activités pour découvrir les collections. Un temps convivial qui laissera place à l'échange et à la créativité

10h20 : La domotique et le maintien à domicile

Présentation par Régis MESSONNIER, Coordinateur pédagogique spécialisé silver éco

14h00 : Table ronde « Choisir son 4^e âge ! » animée par David BERARD, avec la participation de :

Laetitia DOSNE, Adjointe déléguée à l'action sociale, aux aînés, à l'emploi et à l'insertion

Frédéric RODRIGUES, Directeur Gérontopôle Sud

Maylis CANCE, infirmière coordinatrice, Facilit'Age

Myriam COULON, Directrice adjointe, Dispositif d'Appui à la Coordination du Vaucluse

Anticiper aujourd'hui pour vivre demain selon ses choix : autonomie, prévention et accompagnement

▲ Renseignements :
04 90 16 32 36 /
06 99 45 29 97

VENDREDI 9 OCTOBRE

Actifs toujours !

Visite guidée *Le parcours des sens*

Musée lapidaire

27 rue de la République

10h30 - 12h00 ▲ *Gratuit* ▲ *Tout public* ▲ *Visite accessible aux personnes mal et non-voyantes*

Sentir, voir, toucher...

Reproductions tactiles et dispositifs olfactifs servent de supports pour découvrir les très riches collections archéologiques du Musée lapidaire. Avec cette visite hors norme, expérimentez une façon attractive et vivante de découvrir les œuvres du musée par les sens.

▲ Réservation :
Office de Tourisme :
04 32 74 32 74 ou
officetourisme@avignon-
tourisme.com

Bains Pommer - 5 rue du Four de la Terre

14h00 - 15h00 ▲ 15h30 - 16h30 ▲
Visite guidée ▲ *Gratuit* ▲ *Durée : 1h*
▲ *Adultes*

Plongez dans le quotidien d'un ancien établissement de bains (1890-1972). Des premiers soins par hydrothérapie à l'évolution sociale des pratiques

d'hygiène, laissez-vous conter l'histoire de la famille Pommer. Un parcours captivant pour vous imprégner de l'atmosphère de ce lieu atypique et unique en France.

▲ Sur réservation, dans la limite des places disponibles
▲ Réservation par courriel :
reservation.bainspommer@mairie-avignon.com ou par
téléphone : 04 13 60 54 22

Portes ouvertes *Foyer restaurant la Livrée de Viviers*

La livrée de Viviers - 5 rue collège de la croix

14h00 - 17h00

Possibilité de déjeuner sur place sur inscription à partir de 12h15

Repas à thème suivi d'une après-midi « portes ouvertes » sur le foyer restaurant la Livrée de Viviers

▲ Renseignements tarifaires (selon tranche d'imposition)
▲ Inscription obligatoire au repas avant le jeudi 1^{er} :
04 90 85 46 19

SAMEDI 10 OCTOBRE

Ouvrons les portes du bien vieillir

Journées portes ouvertes Résidences seniors

Découvrez les Résidences autonomie et seniors de la commune et venez partager un moment de convivialité avec les équipes et les résidents.

- ▲ **Résidence Arcadie** (le 10 octobre) : 16 boulevard St Roch - Avignon
- ▲ **Résidence autonomie Le Clos de la Jarretière** (le 10 octobre de 9h à 13h) : 16 rue Corot - Montfavet

- ▲ **Résidence autonomie Le Clos du Noyer** (le 10 octobre de 9h à 13h) : 36 chemin Pont des Deux Eaux - Avignon
- ▲ **Les jardins d'Avenie** (le 9 octobre) : 31 rue Guillaume Puy - Avignon
- ▲ **Résidence Montana** (les 10 et 11 octobre) : 7 rue Mourre - Avignon
- ▲ **Résidence Nohée** (le 10 octobre, après-midi) : 100 avenue de Tarascon - Avignon
- ▲ **Résidence Oh Activ** (les 9 et 10 octobre) : 2 avenue Eisenhower - Avignon

Merci de bien vouloir vérifier les dates et horaires d'ouverture des résidences ainsi que les informations relatives à ces portes ouvertes auprès des établissements (répertoire en fin de programme).



RÉPERTOIRE

Les services de la ville

LE SERVICE DES SPORTS

74 boulevard Jules Ferry – AVIGNON
Tél : 04 90 16 31 60

ARCHIVES MUNICIPALES

6 rue Saluces – Avignon
archives.municipales@mairie-avignon.com

LES BIBLIOTHÈQUES – Mairie

d'Avignon – site officiel
Mairie d'Avignon – site officiel

LES MUSÉES – Mairie d'Avignon –

site officiel
Mairie d'Avignon – site officiel

CELLULE SOLIDARITÉ

Registre solidarité, opération tranquillité seniors, stages conducteurs confirmés
Place de l'horloge – Mairie d'Avignon
Tél : 04 13 60 51 45 / 46
cellule.solidarite@mairie-avignon.com

LE CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE (CCAS)

Ouverture au public du lundi au vendredi : 08h30 – 12h00 / 13h30 – 17h00
4 avenue de St Jean
Tél : 04 32 74 31 00
www.ccas-avignon.fr

Service Accompagnement Social :
Tél : 04 32 74 31 00
accompagnement_seniors@ccas-avignon.org

Service Aide et Accompagnement à Domicile :

Tél : 04 32 74 31 00
serviceaideadomicile@ccasavignon.org

Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC) :

Centre de ressources gratuit au service des retraités et de leurs aidants
Tél : 04 32 74 31 14
clic_grand_avignon@ccasavignon.org

Foyer Restaurant du Château de la Barbière

10 avenue du Roi Soleil
Tél : 04 90 87 81 11

Foyer Restaurant de la Livrée de Viviers

5 rue du Collège de la Croix
Tél : 04 90 85 46 19
animationsretraites@ccasavignon.org

Les centres sociaux et culturels

CENTRE SOCIAL ET CULTUREL L'ESPACE PLURIEL

1 rue Paul Poncet – AVIGNON
Tél : 04 90 88 06 65

CENTRE SOCIAL D'OREL

1 place de la résistance – AVIGNON
Tél : 04 90 87 15 19
accueil@aslc-cso.fr

ESC CROIX DES OISEAUX

Rue du tambour d'Arcole – AVIGNON
Tél : 04 90 13 41 41
accueil@esccroixdesoiseaux.org

LA FENETRE

6 av. François Mauriac – AVIGNON
Tél : 04 90 87 31 27
fenetre84@yahoo.fr

MPT MONTFLEURY

2 rue Marie Madeleine – AVIGNON
Tél : 04 90 82 62 07
accueilchampfleury@mptmonfleury.fr

CENTRE SOCIAL ET CULTUREL L'ESPELIDO

20 cours des frères Folcoaud – AVIGNON
Tél : 04 90 32 45 65
accueil@espelido.fr

Les résidences autonomie et seniors

LE CLOS DU NOYER

36 chemin du Pont des 2 Eaux – AVIGNON
Tél : 04 90 87 15 52
f.logmtclosnoyer@orange.fr

LE CLOS DE LA JARRETIERE

16 rue Corot – MONTFAVET
Tél : 04 90 31 03 17
f.logmtclosjarretiere@orange.fr

Les résidences seniors :

LES JARDINS D'ARCADIE

16 boulevard Saint-Roch – AVIGNON
Tél : 04 90 27 77 17
avignon@jardins-arcadie.fr

LES JARDINS D'AVENIE

31 rue Guillaume Puy – AVIGNON
Tél : 04 90 16 44 16
contact@jardins-avenie.fr

MONTANA

7 rue Mourre – Avignon
Tél : 04 32 70 10 10
accueil.avignon@residences-montana.com

NOHEE

100 avenue de Tarascon – Avignon
Tél : 04 51 58 07 29
avignon@nohee.fr

OH ACTIV

2 avenue Eisenhower – Avignon
Tél : 04 12 39 05 45
avignon@ohactiv.fr

Les EHPAD

ENCLOS SAINT JEAN

5 route de Montfavet – AVIGNON
Tél : 04 90 80 59 00

MAISON PAISIBLE

1440 chemin du lavarin – AVIGNON
Tél : 04 90 81 80 30

RÉSIDENCE CLOS SAINT ROCH

1 rue de la petite vitesse – AVIGNON
Tél : 04 90 16 71 00

RÉSIDENCE LES PORTES DU LUBERON

2 avenue de la gare – AVIGNON
Tél : 04 90 16 51 00

LA DURANÇOLE

308 rue André-Jean Boudoy – AVIGNON
Tél : 04 65 81 61 54

VILLA BETHANIE

90 avenue de Tarascon – AVIGNON
Tél : 04 14 23 70

NOTES

PROGRAMME SEMAINE BLEUE

L'INTERGÉNÉRATIONNEL
SOUS TOUTES SES FACETTES

Du 5 au 10 octobre 2026

Bien vieillir : 6 jours
d'animations pour tous



TOUT LE PROGRAMME SUR AVIGNON.FR