

tassinlademilune.fr



**TASSIN  
LA DEMI-LUNE**  
TELLEMENT  
PROCHE  
DES AINÉS



# **SEMAINE BLEUE VOTRE PROGRAMME À TASSIN LA DEMI-LUNE**

SEMAINE NATIONALE DES RETRAITÉS ET DES PERSONNES AGÉES  
du 30 septembre au 4 octobre 2024

# ÉDITO

À Tassin la Demi-Lune, « Ville amie des aînés », nous veillons au bien-être de nos seniors en leur garantissant un cadre de vie agréable. Commerces de proximité, équipements culturels de qualité, festivités, parcs publics et Résidence autonomie en centre-ville, navette des aînés, sécurité publique, réseau associatif dense mais aussi diverses animations tout au long de l'année... Autant d'atouts qui font de Tassin la Demi-Lune, une commune où il fait bon vivre pour nos seniors !

Pour prolonger cette belle dynamique, la Ville a à cœur de participer chaque année, à la Semaine Bleue, un événement national dédié aux retraités et personnes âgées. Pour cette édition 2024, nous vous proposons toute une série d'activités originales, variées et gratuites que nous avons imaginées pour vous avec nos équipes et nos partenaires. Alors pas d'hésitation, profitez pleinement de cette programmation ludique, conviviale et informative.



**Yohann HACHANI**

Conseiller délégué à la Solidarité  
intergénérationnelle, Politique Seniors,  
à la Vie animale



**Pascal CHARMOT**

Maire de Tassin la Demi-Lune

# Lundi 30 septembre

## Séance gratuite de golf

*découverte avec un enseignant*

 Golf Lyon Tassin  
119 bis route de Sain-Bel

 10 h à 11 h  
11 h à 12 h

## Atelier remue-méninges

*animé par le Centre social  
de l'Orangerie*

 Résidence Beau séjour  
143 avenue Charles de Gaulle

 15 h à 16 h

# Mardi 1<sup>er</sup> octobre

## Atelier loisirs créatifs

*initiation à la peinture chinoise  
traditionnelle*

 Résidence Beau Séjour  
143 avenue Charles de Gaulle

 10 h à 12 h

## Dégustation de fromages et vins rhodaniens

 « Comptoir des Épicuriens »  
10 avenue  
Georges Clemenceau

 14 h

## Randonnée

(2 h 30 de marche)

*animée par Rando Lune*

 Départ Espace culturel L'Atrium  
35 avenue du 8 Mai 1945

 13 h 30 à 18 h

Inscriptions auprès du Centre social  
de l'Orangerie : 04 78 34 14 82



# Mercredi 2 octobre

## Voyage à Aix Les Bains



Départ Résidence Beau Séjour  
143 avenue Charles de Gaulle



7 h 30 à 19 h

## Pizzaiolo d'un jour



« Antonio et Marco »  
76 avenue Charles de Gaulle



15 h à 16 h 30

## Conférence de lancement et de présentation des 4 ateliers collectifs gratuits

« Rendez-vous proches aidants (60 ans et plus) »\*

qui auront lieu sur octobre et novembre à la Maison des Familles.

**Conférence gratuite – Sur inscriptions au 04 78 73 18 14 ou sur [maisondesfamilles@villetassinlademilune.fr](mailto:maisondesfamilles@villetassinlademilune.fr)**

\*Animés par un kinésithérapeute de l'Association KPAURA, ces 4 ateliers collectifs gratuits ont pour objectif la prévention de l'épuisement des aidants avec une sensibilisation et une information des participants sur les risques de fragilité et d'épuisement des aidants.

Ils apporteront aussi des conseils pratiques : Comment aménager les lieux de vie avec l'intervention d'un ergothérapeute? Comment prendre du temps pour soi et rester en forme ? Comment utiliser les aides techniques ? Mieux connaître les principes d'équilibre et limiter les risques de chute, améliorer la gestuelle spécifique de mobilisation des personnes...



Maison des Familles  
13 avenue Général Leclerc



15 h à 16 h

# Jeudi 3 octobre

## Atelier sophrologie

 Maison des Familles  
13 avenue Général Leclerc

 9 h 30 à 10 h 30  
10 h 30 à 11 h 30

## Atelier tricot

 Résidence Beau Séjour  
29 avenue du 11  
Novembre 1918

 10 h à 11 h

## Rendez-vous Santé : Nutrition ne pas perdre ses muscles *avec nutritionniste*

 Maison des Familles  
13 avenue Général Leclerc

 14 h 30

## Atelier remue-méninges

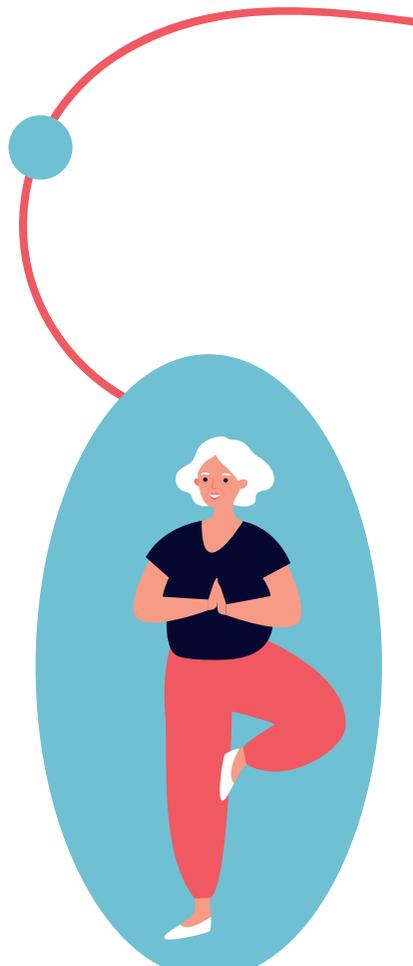
 *Centre social de l'Orangerie*  
29 avenue du 11 Novembre 1918

 10 h à 11 h

## Dégustation de fromages et vins rhodaniens

 « Comptoir des Épicuriens »  
143 avenue Charles de Gaulle

 15 h 30



**Vendredi 4 octobre**

## **Conférence sur la prévention routière**

*par l'association de Prévention Routière,  
Comité Départemental du Rhône*

 Espace Jules Ferry  
12 rue Jules Ferry

 9 h 30 h à 12 h 30

## **Quiz les fruits et légumes ont une saison**

*suivi d'un goûter dégustation  
par les « Petites cantines »*

 Résidence Beau Séjour  
143 avenue Charles de Gaulle

 15 h

**Samedi 5 octobre**

## **Matinée informative « Quelles aides pour les aidants ? »**

*(les droits des aidants, la médiation aidants/aidés...)*

 Maison des Familles  
13 avenue Général Leclerc

 10 h à 12 h



# Ateliers et animations gratuits

Inscriptions auprès de la Maison des Familles  
de Tassin la Demi-Lune :

 04 78 73 18 14

 [maisondesfamilles@villettassinlademilune.fr](mailto:maisondesfamilles@villettassinlademilune.fr)

 13 avenue Général Leclerc, 69160 Tassin la Demi-Lune

Mardi au Vendredi : 8 h 30 à 12 h et de 14 h à 18 h

Samedi : 9 h 30 à 12 h 30

## RETROUVEZ-NOUS SUR



Ville Tassin la Demi-Lune



villettassinlademilune



@TassinDemiLune



Tassin-la-Demi-Lune - 69160



Ville Tassin la Demi-Lune



tassinlademilune.fr