

LE CCAS DE NOMMAY



VOUS INVITE À SA :

Première Semaine bleue à Nommay

PROGRAMME D'ACTIVITES POUR
SENIORS FOYENS

UNE SEMAINE POUR CREER, BOUGER
ET PARTAGER ENSEMBLE !



SEMAINE BLEUE A NOMMAY : du 5 au 10 octobre 2026

une semaine pour bouger, créer et partager ensemble !

À Nommay, la Semaine Bleue prendra des couleurs particulièrement chaleureuses pour la première fois. Du 5 au 10 octobre 2026, le CCAS de Nommay invite les foyens à vivre une série d'animations gratuites, pensées pour renforcer le lien social intergénérationnel et célébrer la place des aînés dans la vie de la commune.

Au fil de la semaine, chacun pourra participer à des moments variés et accessibles :

- . Une **Marche bleue** toute douce, pour démarrer la semaine en mouvement, avec les tout-petits de la Première section de maternelle,
- . Une **Dictée bleue** intergénérationnelle, un rendez-vous complice entre générations, avec les CM1 et CM2. Petits et grands à la même table d'écriture.
- . Une **Excursion bleue** découverte au Sacré Cœur d'Audincourt avec une guide conférencière agréée
- . Une partie de **Pétanque bleue** conviviale, ouverte à tous les amateurs du cochonnet,
- . Un **Concours photo** pour tous pour capturer la nature et des instants de vie à 2,
- . Un **Atelier bleu** pour les futurs et nouveaux retraités en 4 séances
- . Une **Exposition bleue** thématique de la CLAP, mettant en lumière l'intergénérationnalité aux heures d'ouverture de la foyothèque du 5 au 10 octobre
- . Et même une **comédie musicale** « Holà mon senior » à voir à Valentigney et une **pièce de théâtre bleue** « la retraite de Babeth » à Bavans dans le cadre de notre partenariat avec les ateliers bons jours.

Bref, tous les formats seront utilisés pour que cette semaine bleue, la première à Nommay soit mémorable et intergénérationnelle au maximum.

Cette programmation, à la fois dynamique et inclusive, a été imaginée pour favoriser les rencontres, encourager le bien-être et valoriser la richesse intergénérationnelle des foyens.

Alors à bientôt, l'équipe du CCAS

le 5...

MARCHE BLEUE - SEMAINE BLEUE - MARCHE BLEUE

PETITE MARCHE BLEUE INTERGENERATIONNELLE

AINES & PETITS EXPLORATEURS DE L'ECOLE MATERNELLE

Lundi 05 octobre 2026

- **9h30** départ de l'école maternelle pour la Forêt de Nommay
à **10 h 30**

Le CCAS de Nommay invite chaleureusement les aînés de la commune à partager un moment doux, joyeux et intergénérationnel avec les 21 enfants de la classe de Petite Section (3-4 ans) de Maîtresse Marielle.

Ensemble, nous partirons pour une petite marche bleue, adaptée à tous, au cœur de la forêt de Nommay. Un petit goûter partagé viendra clôturer cette balade pleine de rires, de découvertes et de complicité.

Objectif du cœur : réunir **21 aînés** pour accompagner les 21 enfants en forêt.

Un **Goûter de rencontre** avant la marche pour créer un premier lien tout doux, aura lieu : **Vendredi 02 octobre 2026 - de 15h à 16h** à l'École maternelle de Nommay

Ce moment, simple et bienveillant, est nécessaire pour faire connaissance avant la marche.

Informations pratiques

Marche facile, adaptée à tous

Encadrement assuré par l'équipe enseignante et le CCAS

Prévoir des chaussures confortables

Participation gratuite

Transport possible sur demande

la marche pourrait être annulée en cas de mauvaises conditions météo

Inscription :

par mail à nathalie.gaudard@nommay.fr

par téléphone au 03.81.94.36.94

en mairie .



le 6...

EXCURSION BLEUE - SEMAINE BLEUE 2026 - EXCURSION BLEUE



Visite guidée du Sacré-Cœur d'Audincourt

**Mardi 6 octobre
– 14h30 à 16h30**

Visite assurée par une guide conférencière agréée

Une sortie douce, culturelle et conviviale pour découvrir un lieu emblématique, partager et s'émerveiller.

Accessible à tous, dans une ambiance bienveillante.

Départ à 14h
– Parking du stade de Nommay Covoiturage à organiser

Places limitées : 20 participants

Visite gratuite – Seniors de Nommay

Inscriptions :

- par mail à : nathalie.gaudard@nommay.fr
- par téléphone : 03 81 94 36 94
- en mairie

Merci d'indiquer : nom, prénom, téléphone mobile, mail, téléphone, votre transport

le 7...

PETANQUE BLEUE - SEMAINE BLEUE - PETANQUE BLEUE

Une partie de Pétanque ...



Square de la Savoureuse – Nommay



Mercredi 7 octobre 2026



16 h

Venez jouer, rencontrer du monde et partager un moment chaleureux.
Activité ouverte à tous les seniors de Nommay.
Ambiance détendue.



Matériel

Apportez simplement votre paire de boules de pétanque.



Inscription Gratuite –

- en mairie
- par téléphone au 03.81.94.36.94
- par mail : nathalie.gaudard@nommay.fr

Pourra être annulée en fonction de la météo

le 8...

THEATRE BLEU- SEMAINE BLEUE -THEATRE BLEU

THEATRE

Jeudi 8 octobre 2026

14h30

Salle polyvalente

Rue du stade, BAVANS

Le spectacle "La retraite de Babeth" à Bavans, prévu pour le 08 octobre, suit les premières années de la nouvelle vie de Babeth après sa retraite. Babeth, lors de son pot de départ, découvre ses nouvelles activités et projets. Pendant ces 10 ans, elle s'inscrit à un club de loisirs, fait de la cuisine, participe à des activités sportives et même trouve l'amour. Le spectacle aborde des thèmes tels que l'affrontement des préjugés, l'affirmation personnelle et la prise de confiance en soi. Sur un ton léger et humoristique, la Ligue d'Impro LISA 21 visite avec bonne humeur et pédagogie cette nouvelle vie de Babeth. Pendant une heure, les 3 comédiens-improvisateurs changent de rôles, chantent, slament... et nous entraînent dans un spectacle qui fait rire, qui nous touche et nous fait réfléchir aussi.

Réservation obligatoire par téléphone : **Tél. 03 81 25 17 60**

lesbonsjours25

Représentation gratuite pour les foyens



le 9...

DICTEE BLEUE - SEMAINE BLEUE - DICTEE BLEUE

INVITATION POUR UNE DICTÉE BLEUE COLLECTIVE

Vendredi 9 octobre • 10h30 → 11h30

Salle Jacques-Prévert NOMMAY

Dans le cadre de la Semaine Bleue, le CCAS convie les aînés et l'ensemble de la population à un moment chaleureux et inattendu : la Dictée Bleue, un rendez-vous où les générations se rencontrent, s'écoutent et écrivent ensemble. Ainsi, les classes de CM1-CM2 feront une dictée avec les aînés et la population.

La dictée sera menée par Maitresse Estelle pour un instant de transmission, de sourire, de partage et de complicité.

Apportez votre stylo et votre bonne humeur !

Pour une bonne organisation, inscrivez-vous :

- en mairie
- au 03.81.94.36.94
- par mail : nathalie.gaudard@nommay.fr

Laissez vos coordonnées : nom prénom, téléphone mobile et mail.



du 5 au 10...

EXPOSITION BLEUE - SEMAINE BLEUE - EXPOSITION BLEUE

Exposition photos intergénérationnelles de la CLAP à la Foyothèque 18 grand rue Nommay

mardi 6 de 14H30 à 18h

mercredi 7 de 10h à 12h et 14h à 18h

vendredi 9 de 15h à 18h

samedi 10 de 10h à 12h

Pendant plus d'un an, la CLAP a photographié la rencontre des jeunes et des seniors du Pays de Montbéliard pour échanger, s'écouter et partager leurs expériences. La CLAP a mis en lumière les regards, les sourires et les complicités nées de ces rencontres intergénérationnelles...



Coordination
Locale pour
l'Autonomie de la
Personne

Une coordination, une collaboration...

NUMERIQUE BLEU - SEMAINE BLEUE - NUMERIQUE BLEU

Partenariat NOMMAY et Happy Visio

Dans le cadre d'un partenariat avec ABJ25, le CCAS de Nommay propose **gratuitement** aux foyers de plus de 60 ans un accès à Happy Visio. Happy Visio est une plateforme numérique dédiée à la prévention, à la santé et au bien-être, spécialement conçue pour les seniors. Elle permet de suivre des conférences et des ateliers en visioconférence, animés par des professionnels qualifiés.

La plateforme offre également une large variété d'activités : conseils de santé, séances d'activité physique adaptées, ateliers de prévention, ainsi que des sessions de bien-être. L'ensemble de ces contenus vise à améliorer la qualité de vie, à favoriser l'autonomie et à réduire l'isolement des personnes âgées.

Comment faire : _____

Rendez-vous sur le site : <https://www.happyvisio.com>

Puis créez votre compte et votre mot de passe et enfin indiquez le code partenaire **ABJ25**.



le 15...

COMEDIE MUSICALE BLEUE - SEMAINE BLEUE

Spectacle « Holà mon senior »

15 octobre 2026

20h00 - 22h00

Salle Jonesco

74 rue Villedieu, 25700 VALENTIGNEY

Dans un petit village de Bourgogne Franche-Comté, la vie de Christian, un homme bourru et solitaire, est bouleversée par l'arrivée d'Alma, une Espagnole excentrique qui s'installe dans son jardin avec son van. Christian, qui se débat avec la solitude et des relations distantes avec ses enfants, voit son quotidien chamboulé par cette femme pleine de vie. Alma apporte un vent de fraîcheur et de changement, incitant Christian à voir la vie sous un nouvel angle. Entre moments de tension et de complicité, les deux personnages apprennent à cohabiter, chacun apportant quelque chose de nouveau à l'autre. Les amis de Christian, Jean-Marc et Bernard, ajoutent une touche d'humour et de camaraderie à cette histoire touchante. La pièce explore des thèmes universels tels que la solitude, la connexion humaine, le changement, l'adaptation et les gestes simples qui nous permettent de rester en bonne santé, tout en mettant en avant la beauté de la nature et de notre région. Cette comédie musicale promet d'être à la fois drôle et émouvante, offrant des moments de réflexion et d'espoir.

Réservation obligatoire par téléphone : 03 81 25 17 60



du 5...

ATELIER BLEU - SEMAINE BLEUE - ATELIER BLEU

à la foyothèque du 3 octobre au 9 novembre

 **Bienvenue à la retraite !** 

Vous êtes futur retraité ou jeune retraité ? La retraite est une nouvelle étape de vie qui se prépare et se construit. Pour vous accompagner dans cette transition, la CARSAT Bourgogne-Franche-Comté vous propose un parcours collectif gratuit de 4 séances, pour vivre une retraite sereine et active.

Un parcours en 4 séances :

Au fil des rencontres, plusieurs thématiques seront abordées :

Séance 1 – Mes droits, mes démarches administratives et mon budget

Lundi 5 octobre 2026 9h30 à 12h

Séance 2 – Mes envies, mes projets, mon tempo, mon nouveau quotidien

Lundi 12 octobre 2026 9h30 à 12h

Séance 3 – Je continue à prendre soin de moi

Du temps pour soi, du temps pour les autres, prendre soin de soi, aider un proche au quotidien et veiller à son équilibre.

Lundi 2 novembre 2026 9h30 à 12h

Séance 4 – Retrouvons-nous et faisons un point bilan

Lundi 9 novembre 2026 de 9h30 à 12h

Lieu : Salle de la Foyothèque – CCAS de Nommay

18 Grande Rue, 25600 Nommay

Inscription gratuite ! Pour tout renseignement ou pour vous inscrire :

 **09 80 80 43 15**

mail : nathalie.gaudard@nommay.fr

Une belle occasion de préparer ou de bien vivre cette nouvelle étape, dans un cadre collectif, convivial et bienveillant !

Futurs ou jeunes retraités, n'hésitez pas à vous inscrire !

SENIORS DE NOMMAY : RESTONS EN LIEN !

Pour profiter rapidement et pleinement des animations, sorties, ateliers, conseils et actions de prévention proposées par le CCAS ou la commune, nous mettons en place une liste de diffusion dédiée aux seniors.

Vous choisissez ainsi librement de nous transmettre vos coordonnées. Elles sont utilisées uniquement pour les informations seniors du CCAS de Nommay.

Et si un jour vous souhaitez arrêter, il suffit de nous le dire : vos données seront supprimées immédiatement. Vos coordonnées ne seront jamais communiquées à des tiers.



Comment s'inscrire ? Il vous suffit de nous communiquer :
votre nom et prénom,
votre numéro de portable,
votre adresse mail.

Par téléphone : 03 81 94 36 94 ,
Par mail : nathalie.gaudard@nommay.fr
Ou directement à l'accueil de la mairie.