

PROGRAMME de

à RODEZ

sur
inscription

2 octobre



Visite
du Lycée
Louis Querbes
et sa chapelle
avec des élèves

3 octobre



Aquagym
intergénérationnel
Aquavallon

4 octobre



Jeux autour du
tri, goûter
Semaine dévelop-
pement durable

5 octobre



Thé dansant
salle des fêtes
14h00

6 octobre



Voyage en
Vélo interactif
Journée nationale
des Aidants

*Défi de la semaine : traverser au moins 10 villes en vélo interactif : le 2 octobre 2023 à l' EHPAD
Bon Accueil, le 3 à l' EHPAD Combarel, le 4 à l' EHPAD St Cyrice et le 6 à la mairie.*

BULLETIN DU SERVICE CONVIVIALITE SENIORS

Mairie de Rodez - 1er étage - 05 65 77 88 90
Edition N°4 - septembre 2023



Chers lecteurs,

J'espère vous retrouver en forme après la période estivale. La rentrée est le moment propice pour reprendre des activités. A cet effet, le Service Convivialité Seniors vous propose une large palette d'ateliers. Chacun doit pouvoir y trouver une activité à son goût.

De plus, dans ce numéro vous lirez des informations relatives au Conseil des Aînés. Lancée en juin dernier, cette instance fera également sa rentrée à l'automne.

De même, vous pourrez découvrir le programme de la Semaine Bleue, dédiée aux seniors. Elle débutera le lundi 2 octobre 2023 avec de nombreuses animations à Rodez.

Mi octobre, j'aurai l'honneur de lancer "la Rose de Rodez", course solidaire au profit de la lutte contre les cancers féminins.

Je vous souhaite une bonne lecture !

Christian TEYSSÉDRE
Président du CCAS de Rodez

ZOOM SUR QUELQUES ACTIONS EN CETTE RENTREE



TOUS CONTRE LES CANCERS FEMININS

L'opération "Octobre rose" est de retour.

La course solidaire « la Rose de Rodez » revient pour la deuxième année, le dimanche 15 octobre aux Haras. RDV le jour J dès 8h30, aux haras, solidaires et en marche !

Les seniors peuvent s'associer autrement avec la création de décorations en amont pour parer de rose le parcours. Inscription aux Ateliers créatifs auprès du Service convivialité seniors. (Ateliers à compter du 20 septembre 2023)

LE E-SPORT SENIORS : PRATIQUE SPORTIVE A PARTIR DE JEUX VIDEOS

Elle se veut ludique, adaptable en dehors d'une salle de sport et pourra donc s'effectuer en centre-ville. Elle correspond aussi à un support de rencontre entre seniors, créateur de lien social grâce au format jeux vidéos.

L'entraînement a montré des effets sur la rapidité, les réflexes, la coordination des mouvements, la vue, la capacité d'adaptation dans diverses situations...

Nombreux types de sports seront proposés : bowling, golf,... à choisir avec l'animateur, éducateur sportif. Possibilité de participer à des compétitions interclubs. Gratuit et bientôt avec le Service Convivialité Seniors. Précisions demandées par le comité de rédaction.

FILM EN AUDIO DESCRIPTION

La médiathèque s'associe au CCAS pour proposer également en concertation avec l'Association "Voir Ensemble", des activités et l'accès à la culture aux personnes malvoyantes ou non voyantes. Une projection est prévue le mardi 26 septembre 2023 à 15h00. Accompagnement à étudier, tel 0565778890.

"Délicieux" est un film belgo-français d'Éric Besnard et Nicolas Boukhrief - sorti en 2021. durée : 1H53- L'action se déroule à l'aube de la Révolution Française autour d'un cuisinier. Acteurs : Grégory Gadebois · Isabelle Carré · Benjamin Lavernhe · Guillaume de Tonquédec

RENTREE DU CONSEIL DES AINES

Une première réunion des membres du Conseil des aînés s'est tenue le 26 juin. Son rôle :

- Constituer une instance représentative des Aînés de la ville
- Offrir aux Aînés l'occasion de se rencontrer dans un esprit convivial et constructif
- Être un lieu de réflexion et d'échange autour de thèmes d'intérêt général
- Mobiliser les Aînés de façon active et solidaire autour d'objectifs communs
- Constituer un espace d'expression des Aînés citoyens

Faire vivre une instance de dialogue et de projets entre différentes générations

Le Conseil des Aînés prendra connaissance de l'Analyse des Besoins Sociaux de la ville pour sa rentrée à l'automne.

RUBRIQUE HISTOIRE

Place Emma CALVE

J'aime flâner dans la vieille ville, alors, quittant la place de la Cité et me trouvant place E. CALVE, j'apprécie particulièrement la vue qu'on a sur le chevet et le clocher de la cathédrale au coucher du soleil.

Mais qui est donc Emma CALVE ?

Elle naît en 1858 à Decazeville. douée pour le chant lyrique elle ira à Paris suivre des cours et progresser, dès 1881 elle est reconnue comme une soprano de grand talent.

Elle chante sur les plus grandes scènes du monde : Paris, Milan, New York, Londres où elle sera reçue par la reine Victoria.

C'est également une femme au grand cœur, généreuse auprès des plus démunis, elle achète un château près de Millau, envisageant de créer un sanatorium pour enfants.

Elle y décèdera le 6 janvier 1942.



Mais pourquoi une place à son nom ?

En 1906, elle s'oppose à la construction d'un musée, Denys Puech, derrière la cathédrale afin d'en préserver le point de vue et pour cela fait don de 20 000 francs au conseil municipal qui abandonne le projet.

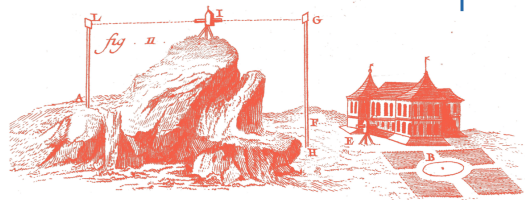
Aujourd'hui un parking occupe la place. Je vous invite à élever votre regard par-dessus les automobiles et contempler notre cathédrale.

Merci Madame Calvé, vous méritez bien une place dans notre souvenir.

C.D. avec son oeil de nouveau ruthénois.

Voyage en Aveyron

Le cadastre
au fil du temps



Les Archives départementales de l'Aveyron ont accueilli un groupe de seniors pour une visite guidée de l'exposition intitulée : «Voyage en Aveyron, le cadastre au fil du temps » le 22 juin 2023 en partenariat avec le CCAS .

La présentation des documents du cadastre conservés en Aveyron depuis le Moyen-Age était l'occasion de découvrir l'histoire du département et de ses populations passées.

Compoix, cadastre napoléonien, cadastre actuel étaient accompagnés de nombreux documents afin de proposer un parcours à travers le temps et les différents espaces aveyronnais.

Ce voyage à travers l'Aveyron malheureusement terminé depuis le 30 juin 2023 a été très apprécié ! T.B. qui a participé et hâte de connaître la date des prochaines expositions, vous suggère d'avoir la curiosité d'aller les voir!

JEU fourni par M. D.

Retrouvez les homophones d'arbres, de légumes et de fleurs qui se cachent derrière ces définitions :

- 1-Une prison de bois
- 2-Arbre très proche
- 3-Couronne d'aromates
- 4-Terre qui pleure
- 5-Fruit qui à la forme
- 6- Fleur des draps humides
- 7-Légume très décevant
- 8-Fleur virtuelle
- 9-Plante chère à Gainsbourg
- 10-Arbuste à fantôme



réponses : fresse,
cyprés, laurier,
saule, pêche,
pissenlit, navet,
immortelle, chou,
houe

PROGRAMME ACTIVITES

Septembre, octobre, novembre 2023

INSCRIPTIONS
AU
0565778890

	SEPTEMBRE	OCTOBRE	NOVEMBRE
1ERE SEMAINE DU MOIS	PRE INSCRIPTION ACTIVITES SUR RDV SAISON 2023/2024  29 AOÛT AU 8 SEPTEMBRE 2023	 La Semaine Bleue À tout âge, ensemble ! nombreuses animations présentées en page 1	CAFE convivialité MERCREDI 8 NOVEMBRE 9H30-11H00 ESPACE NUMERIQUE  BULLETIN SENIORS VENDREDI 10 NOVEMBRE 14H-16H SALLE DES COMMISSIONS 
2EME SEMAINE DU MOIS	RENCONTRE DE JOUEURS <u>vous cherchez des partenaires de jeux,rdv</u> MARDI 12 SEPTEMBRE 15H30 ESPACE NUMERIQUE  CAFE convivialité MERCREDI 13 SEPTEMBRE 9H30-11H00 ESPACE NUMERIQUE  ATELIER REMUE MENINGES VENDREDI 15 SEPTEMBRE 14H- MAIRIE 	CAFE convivialité MERCREDI 11 OCTOBRE 9H30-11H00 ESPACE NUMERIQUE  ATELIER REMUE MENINGES VENDREDI 13 OCTOBRE 14H- MAIRIE 	ATELIER TRAVAUX MANUELS Création  et recyclage MERCREDI 15 NOVEMBRE -14H- 16H ESPACE NUMERIQUE ATELIER REMUE MENINGES VENDREDI 17 NOVEMBRE 14H- MAIRIE 
3EME SEMAINE DU MOIS	ATELIER REMUE MENINGES  LUNDI 18 SEPTEMBRE - 14H MAISON DE QUARTIER DE GOURGAN MARDI 19 SEPTEMBRE -15H30 MAISON DE QUARTIER ST ELOI ATELIER FLEURS CREPON pour octobre ROSE MERCREDI 20 SEPTEMBRE 15H30 SORTIE REPAS CABARET JEUDI 21 SEPTEMBRE 	ATELIER REMUE MENINGES LUNDI 16 OCTOBRE- 14H MAISON DE QUARTIER DE GOURGAN MARDI 17 OCTOBRE -15H30 MAISON DE QUARTIER ST ELOI  ATELIER TRAVAUX MANUELS Création  et recyclage MERCREDI 18 OCTOBRE -14H- 16H ESPACE NUMERIQUE BULLETIN SENIORS VENDREDI 20 OCTOBRE 14H-16H SALLE DES COMMISSIONS 	ATELIER REMUE MENINGES LUNDI 20 NOVEMBRE- 14H MAISON DE QUARTIER DE GOURGAN MARDI 21 NOVEMBRE 15H30 MAISON DE QUARTIER ST ELOI  ATELIER CUISINE JEUDI 23 NOVEMBRE 14-16H EPICERIE SOCIALE 
4EME ET 5EME SEMAINE DU MOIS	RAPPELS LE TRI DES DECHETS MARDI 26 SEPTEMBRE 10H00 ESPACE NUMERIQUE  PETANQUE MERCREDI 27 SEPTEMBRE 14H30 HARAS  FILM "Délicieux" en audiodescription MARDI 26-15H00 MEDIATHEQUE  ATELIER CUISINE JEUDI 28 SEPTEMBRE 14H00 -16H00 EPICERIE SOCIALE 	RENCONTRE DE JOUEURS <u>vous cherchez des partenaires de jeux,rdv :</u> MARDI 24 OCTOBRE 15H30 ESPACE NUMERIQUE  PETANQUE MERCREDI 25 OCTOBRE 14H30  ATELIER CUISINE JEUDI 26 OCTOBRE- 14-16H- EPICERIE SOCIALE 	RENCONTRE DE JOUEURS <u>vous cherchez des partenaires de jeux,rdv :</u> MARDI 28 NOVEMBRE 15H30 ESPACE NUMERIQUE  PETANQUE MERCREDI 29 NOVEMBRE 14H30 