

## SEMAINE BLEUE

# LE PROGRAMME DANS LES CLIC DE L'AIN

Dans le cadre de la « Semaine Bleue », les CLIC de l'Ain (Centres Locaux d'Information et de Coordination gérontologique) ont préparé un programme d'animations à destination des retraités et des personnes âgées.

Conférences, ateliers numériques, jeux, pâtisserie, balades... retrouvez sur <https://www.ain.fr/semaine-bleue-seniors/> les animations proposées par les CLIC de Bugey Sud, de la Plaine de l'Ain, du Haut-Bugey, du Pays de Gex-Valserhône et de la Dombes.

### Bugey Sud

- **Dimanche 1<sup>er</sup> octobre / Culoz** : JO des Seniors - Grande finale des épreuves
  - **Du 17 septembre au 16 octobre / Belley / Corbonod / Groslée-Saint-Benoit / Champagne-en-Valromey / Culoz-Béon** : spectacle "Dernière danse" - Maladies neurodégénératives, si on en parlait ?
- Plus d'infos : <https://www.ain.fr/semaine-bleue-seniors/#bugeysud>

### Plaine de l'Ain

- **Lundi 30 septembre / Ambérieu-en-Bugey** : ciné-débat
  - **Jeudi 3 octobre / Ambérieu-en-Bugey** : fabrication d'un terrarium
  - **Mardi 1<sup>er</sup> octobre / Souclin** : Les Olympiades de la pâtisserie
  - **Mercredi 2 octobre / Meximieux** : réflexologie plantaire et palmaire
  - **Samedi 12 octobre / Meximieux** : rencontre des aidants
  - **Vendredi 4 octobre / Saint-Rambert-en-Bugey** : atelier créatif, découverte du Kumihimo et du Tatakizomé
- Plus d'infos : <https://www.ain.fr/semaine-bleue-seniors/#plainedelain>

### Haut-Bugey

- **Mercredi 1<sup>er</sup> octobre / Plateau d'Hauteville** : Les JO en douceur
  - **Vendredi 4 octobre / Plateau d'Hauteville** : spectacle de la Compagnie Ashaanty Project (Charleston et cirque)
- Plus d'infos : <https://www.ain.fr/semaine-bleue-seniors/#hautbugey>

### Pays de Gex - Valsérhône

- **Lundi 30 septembre / Chanay** : démonstrations d'activités créatives, sophrologie
- **Lundi 30 septembre / Ferney-Voltaire** : création de bougies
- **Mardi 1<sup>er</sup> octobre / Ferney-Voltaire** : gymnastique douce, atelier mémoire, danse de rue
- **Mercredi 2 octobre / Ferney-Voltaire** : spectacle "A table"
- **Jeudi 3 octobre / Ferney-Voltaire** : atelier cuisine, repas partagé
- **Jeudi 3 octobre / Gex** : expo photos
- **Lundi 7 octobre / Gex** : simulateur de vieillissement

- **Lundi 30 septembre / Divonne-les-Bains** : marche bleue
  - **Jeudi 10 octobre / Divonne-les-Bains** : expo photos, simulateur de vieillissement
  - **Vendredi 4 octobre / Ornex** : expo photos
  - **Mardi 1<sup>er</sup> octobre / Valsershône** : ateliers autour de l'expo photos, marche bleue
- Plus d'infos : <https://www.ain.fr/semaine-bleue-seniors/#paysdegex>

## Dombes

- **Lundi 30 septembre / Villars-les-Dombes** : marche bleue, atelier autour des plantes, dégustations de tisanes...
  - **Mardi 1<sup>er</sup> octobre / Villars-les-Dombes** : initiation country et zumba
  - **Mercredi 2 octobre / Villars-les-Dombes** : tricot papote
  - **Jeudi 3 octobre / Villars-les-Dombes** : pilates, renforcement musculaire seniors, art floral, spectacle de la Dieselle Compagnie
  - **Vendredi 4 octobre / Villars-les-Dombes** : aquagym
- Plus d'infos : <https://www.ain.fr/semaine-bleue-seniors/#dombes>

### Zoom sur le Plan Seniors 01 (2023-2028) du Département de l'Ain

L'Ain, bien qu'étant un département jeune, connaît un rythme de vieillissement soutenu : la part de population de plus de 65 ans passera de 15,5% à 25,7% d'ici à 2050, soit une croissance de 66%. Ce rythme est supérieur aux références nationales et régionales. Aussi, le Département, chef de file des politiques sociales en faveur des personnes âgées, se doit de proposer aux habitants de l'Ain une politique ambitieuse pour les seniors qui souhaitent de plus en plus pouvoir vieillir chez eux. C'est dans ce cadre que les élus du Conseil départemental ont adopté, en décembre 2022, un nouveau Plan Seniors 01 pour la période 2023-2028.

D'un montant de 27 130 000 € par an, ce Plan Seniors a pour objectifs de favoriser le bien vieillir à domicile, de transformer l'offre d'accueil et d'hébergement des seniors pour répondre aux besoins d'aujourd'hui et de demain, de renforcer l'accompagnement des personnes atteintes de maladies neurodégénératives, mais aussi, grâce aux CLIC, de simplifier la communication à destination des seniors et faciliter la coordination entre les acteurs.

*« Le Plan Seniors 01 est un cadre d'action ambitieux dont se dote le Département pour accompagner au mieux les Aindinois dans le grand âge. Permettant de prévenir la perte d'autonomie, de favoriser la mobilité des seniors, de proposer des solutions au maintien à domicile, de faciliter la communication, de coordonner les acteurs ou encore d'adapter l'offre d'accueil aux besoins et aux problématiques liées à Alzheimer, il fixe un cap d'ici à 2028. Adapter le territoire à la dynamique démographique de l'Ain, c'est prendre en compte toutes les dimensions du sujet. À n'en pas douter, le vieillissement influe sur les tendances démographiques. Il nous revient de nous saisir de ces enjeux d'avenir pour préparer le territoire et accompagner les Aindinois. »*

**Martine Tabouret, Vice-présidente du Département de l'Ain, déléguée à la démographie médicale et à l'autonomie**

## CONTACT PRESSE

Conseil départemental de l'Ain • Céline Moyne-Bressand  
tél. 04 74 32 33 44 / 07 85 57 56 38 • [celine.moyne-bressand@ain.fr](mailto:celine.moyne-bressand@ain.fr)



[www.ain.fr](http://www.ain.fr)