

Crest

**SAILLANS**

# **Semaine bleue : le Forum met à l'honneur les seniors**

La Semaine bleue est un évènement national qui, chaque année au début du mois d'octobre, met à l'honneur les seniors. C'est l'occasion de valoriser leur savoir-faire et leurs connaissances.

Cette année, pour célébrer les 70 ans de cette Semaine bleue, Le Forum - espace numérique et social de Saillans a concocté un programme riche et varié, avec de nombreux intervenants, sur le thème "Raconte-moi". Du 4 au 8 octobre, pas moins d'une vingtaine d'animations gratuites sont au menu de cette édition inédite et intergénérationnelle.

► Lundi 4 octobre : de 10 à 12 h visite guidée de Saillans ; de 14 à 16 h 30 initiation à la broderie japonaise ; de 16 h 30 à 18 h 30 atelier d'art floral.

► Mardi 5 octobre : de 9 à 9 h 45 séance de Qi gong ; de 10 h 30 à 11 h 30 atelier Rio Abierto (mouvement vital expressif) ; de 14 à 16 h balade commentée à Saint-Sauveur-en-Diois (sur inscription uniquement) ; de 15 à 16 h 30 atelier Zentangle (méthode relaxante de dessins).

► Mercredi 6 octobre : de 9 à 12 h interviews sur "Raconte-moi tes 20 ans". Il s'agit d'une série d'entretiens durant lesquels les personnes volontaires partageront leurs souvenirs au micro des enfants de Saillans ; de 20 à 21 h conférence sur l'histoire de Saillans.

► Jeudi 7 octobre : de 9 à 12 h "À vos plumes" jeux d'écriture ; de 14 à 16 h atelier collage sur le thème "Nous sommes tous des oiseaux" ; de 20 à 21 h 45 spectacle "Éric fait son show" (sur réservation uniquement).

► Vendredi 8 octobre : de 9 à 9 h 45 séance de Qi gong ; de 15 à 17 h 30 blind test "Le goûter musical" ; de 18 à 19 h 30 conférence "Raconte-moi..." ; de 20 à 21 h 45 spectacle "Éric fait son show" (sur réservation uniquement).

Tous les détails du programme sont sur le site Internet <http://www.le-forum.info> (programme sur papier disponible au Forum). Tél. 04 75 22 31 71 ; [contact@le-forum.info](mailto:contact@le-forum.info).

