

* MERCREDI 14 OCTOBRE

16h30 – 18h

« A la rencontre des saveurs »

Plaisir des papilles, richesses et rencontres
Entre saveurs, souvenirs et bienfaits naturels, un
moment de convivialité à partager avec la petite
enfance et l'enfance.

Centre social Françoise Dolto

110 rue Emile Zola - 04 78 49 50 42

* JEUDI 15 OCTOBRE

14h – 16h30

« Formation aux gestes qui sauvent pour les seniors »

Par l'UNASS

Initiez-vous aux gestes de premiers secours et
gagnez les réflexes qui peuvent faire la différence.

Centre social Berthaudière, 65 rue Georges Bizet

La Quinzaine de la Santé est une action
co-construite avec l'ensemble de partenaires
du territoire dans le cadre de l'Atelier Santé Ville.

Pour les actions en plein air, elles pourraient être
annulées ou reportées en fonction de la météo,
renseignez-vous au 06 25 57 02 54.

VENDREDI 16 OCTOBRE

*9h30 – 10h30

« Matinée de découverte d'une activité en plein air »

Par Acivitésanté

Cette séance de découverte de l'activité physique
adaptée vous permettra d'explorer des exercices doux
et accessibles, conçus pour entretenir votre forme,
votre autonomie et votre bien-être au quotidien.

Parc Urbain Raymond Troussier

10h – 12h

« Parcours motricité globale et fine », avec l'ACEPP 69

Enfants de 0 - 3 ans accompagnés d'un adulte.
Quartier du Prainet sur le terrain de pétanque ou
dans l'espace Prainet (selon météo).

Renseignements : Anne-Sophie (Ballad'ou),

06 64 71 68 40

14h – 16h

« Mémoire en fête » Atelier

Plaisir d'échanger, joie de se souvenir : offrez à votre
esprit une parenthèse conviviale et pleine d'énergie !

Places limitées, gratuit, sur inscription au Centre
social Françoise Dolto : 04 78 49 50 42

La quinzaine de la Santé

DU 3 AU 16 OCTOBRE 2026

BIEN-ÊTRE • SPORT • ALIMENTATION • PRÉVENTION



agence nationale
de la cohésion
des territoires



VILLE DE
DECINES
CHARPIEU
Centre Communal d'Action Sociale



VILLE DE
DECINES
CHARPIEU

MÉTROPOLE
GRAND LYON

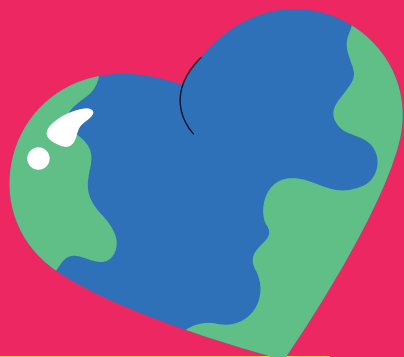
DECINES
CPTS LE GRAND LARGE
SANTÉ, PARCOURS & COORDINATION
MEYZIEU

CINE toboggan#
cinéma d'art et d'essai



VILLE DE
DECINES
CHARPIEU

f @ U S | WWW.DECINES-CHARPIEU.FR



SAMEDI 3 OCTOBRE

9h30 – 12h

Faites le plein de vitalité au naturel

Au jardin des saisons

Cueillette de légumes et fruits de saison

Places limitées, gratuit, sur inscription.

Centre social Françoise Dolto

110 rue Emile Zola - 04 78 49 50 42

* MARDI 6 OCTOBRE

9h30 – 15h

Journée Nationale des Aidants

« Repas aidants / aidés »

Réservée aux duos aidant/aidé.

Club Soleil d'Automne, 147 rue Émile Zola



* JEUDI 8 OCTOBRE

13h

L'histoire du Vinatier, la nature au service de la santé mentale

Lors de cette visite guidée, parcourez le vaste domaine paysager de l'ancien asile d'aliénés du Vinatier ouvert en 1876, devenu centre hospitalier dédié à la santé mentale. Vous serez surpris par l'ampleur et le charme d'un site chargé d'histoire, méconnu des Lyonnais, à la nature préservée. Ne vous étonnez pas d'y voir des chèvres naines et alpines, des vignes ou de nombreuses essences d'arbres centenaires.

Places limitées. RDV 13h Arrêt T3 Décines Centre, prévoir vos tickets tcl

VENDREDI 9 OCTOBRE

10h – 12h

« Parcours de porteurs »

avec l'ACEPP 69.

Enfants de 0-3 ans accompagnés d'un adulte. Quartier du Prainet : Terrain de pétanque ou Espace Prainet (selon météo).

Renseignements : Anne-Sophie (Ballad'ou)

06 64 71 68 40



* JEUDI 8 OCTOBRE

19h30

Séance ciné-débat film « Les Esprits Libres »

C'est l'histoire d'une folle aventure où patients atteints de la maladie d'Alzheimer et soignants se rejoignent pour vivre une expérience thérapeutique faite de théâtre, de musique et de poésie. Dans cette grande maison ouverte, l'accompagnement prend une tout autre forme : plus de blouses blanches ni de couloirs aseptisés mais des esprits libres et bien vivants.

Séance suivi d'un débat avec Leslie Alemagna, Psychologue clinicienne et Dr en psychologie et Laëtitia Blanchon arthérapeute et historienne de l'art.

Ciné Toboggan, sur inscription au 06 25 57 02 54. Tarif : 5€50

VENDREDI 9 OCTOBRE

14h30 – 16h30

« Bon pied, bon œil »

Conférence

Découvrez des solutions simples, concrètes et accessibles pour améliorer votre logement.

Gratuit, sur inscription au Centre social Françoise

Dolto : 04 78 49 50 42

VENDREDI 9 OCTOBRE

20h

Spectacle « Faites des enfants ! Qu'ils disaient...Et maintenant, comment on fait ? »

par la Compagnie Parenthèse.

Laissez-vous surprendre par un spectacle qui répond (enfin !) aux questions des parents avec humour et sincérité. Porté par Corinne Pates, mise en scène par Claudia Pellarin-Raveau, ce one-woman-show promet rires et réflexions.

Gratuit sur inscription au 06 25 57 02 54

Salle des fêtes, Place Roger Salengro

SAMEDI 10 OCTOBRE

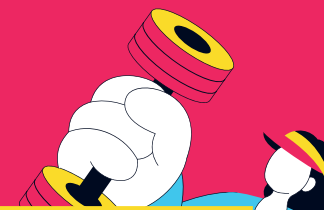
10h – 12h

« Le Plaisir de la Marche »

Les bienfaits pour la santé
Balade au bord du canal de Jonage.

Gratuit, sur inscription au Centre social Montabertlet,

11 Av Chardonnet, Tél 04 72 93 82 37



LUNDI 12 OCTOBRE

9h30 – 12h

« Estime de soi »

Atelier

Un regard sur soi, confiance et bien être au quotidien.

Gratuit, sur inscription au Centre social Françoise

Dolto : 04 78 49 50 42

*13h30 – 16h30

Restez mobile en toute sécurité

Prévention routière pour les seniors

Conférence dédiée aux bons réflexes pour continuer de conduire en toute sécurité, les évolutions du code de la route et les adaptations possibles pour préserver son autonomie.

Club Soleil d'Automne, 147 rue Émile Zola

* MERCREDI 14 OCTOBRE

10h30 – 12h

Conférence du Docteur Vanier (AGIRC-ARRCO)

Les clefs du bien-être en santé

À travers des conseils simples et accessibles, elle abordera les habitudes de vie qui contribuent à préserver sa santé physique et mentale au quotidien : alimentation, activité physique, sommeil, gestion du stress, lien social et prévention.

Salle des Fêtes, Place Roger Salengro

TOUTES LES ACTIVITÉS PRÉCÉDÉES D'UN ASTÉRISQUE * FONT PARTIE DE LA SEMAINE BLEUE.
Ces animations gratuites à destination des seniors décinois se font SUR INSCRIPTION OBLIGATOIRE (nombre de places limité). À l'Espace Seniors Décinois ; 21 rue Nansen ; Tél. 04 78 49 55 92 - De 9h à 12h et de 14h à 17h, du lundi au vendredi (SAUF le jeudi après-midi)