



# Concours de Selfie

J'aime mes grands-parents

Hall de la Mairie

Du 6 au 26 septembre, déposez vos « selfies » sur le site internet de la ville de Dax.

Une initiative conviviale et positive ! Sourire, grimace, bisou ou expression déjantée... Tout est permis, pourvu que l'image témoigne de la bienveillance et de la complicité entre les générations.

L'occasion, aussi, de partager de bons moments.

**Les 10 meilleurs « selfies » seront exposés dans le hall de la mairie et récompensés.**

L'ensemble des clichés envoyés seront consultables librement sur tablette.

**1<sup>ER</sup> PRIX : un voyage de 3 jours en pension complète pour 2 personnes dans un village vacances «ULVF»**



De nombreux autres lots offerts par nos partenaires : L'atelier des Mets, Aux délices de Virginie, Cinéma de Dax, Confiserie Lutine, Librairie Campus, Médicadour, SARL Moana Promocash, Thermes Sarraïth, Thermes de Borda, UGAP, Ville de Dax



Règlement et envoi des photos via ce QR code

# EXPOSITION

# 70

ans de la SEMAINE BLEUE

Exposition d'affiches de 1955 à aujourd'hui

Hall de la Mairie

Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h30  
Samedi de 9h à 12h



# PREX

## CHRONOS DE LITTÉRATURE

Toute la sélection à découvrir à la Bibliothèque de Dax, rue Cazade (ancienne Banque de France).

- Sensibiliser les jeunes à la découverte du parcours de vie, de la naissance à la mort, aux relations entre les générations.
- Permettre à des personnes de tous âges de réfléchir sur la valeur des étapes du parcours de vie.
- Primer les meilleurs albums et romans traitant des relations entre les générations, de la vieillesse...

Horaires de la bibliothèque :

Mardi et vendredi : 12h30 - 18h

Mercredi et samedi : 10h - 18h

Jeudi : 9h - 12h

Dimanche pair : 9h - 12h

Fermeture le lundi



Une semaine d'animations pour les seniors.

«ENSEMBLE, bien dans son âge, bien dans son territoire»

À Dax, on est bien chez soi, bien dans sa ville et bien dans son corps !

### INSCRIPTIONS ET RÈGLEMENTS

À l'Office de Tsourisme de Dax, 11 cours Foch, à partir du 13 septembre et durant la Semaine bleue.

Ouvert du lundi au samedi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h et le dimanche de 9h à 13h. Tél. 05 58 56 86 86.

Règles sanitaires du moment à appliquer.

L'inscription est obligatoire pour toutes les activités signalées, qu'elles soient payantes ou gratuites. Attention places limitées.

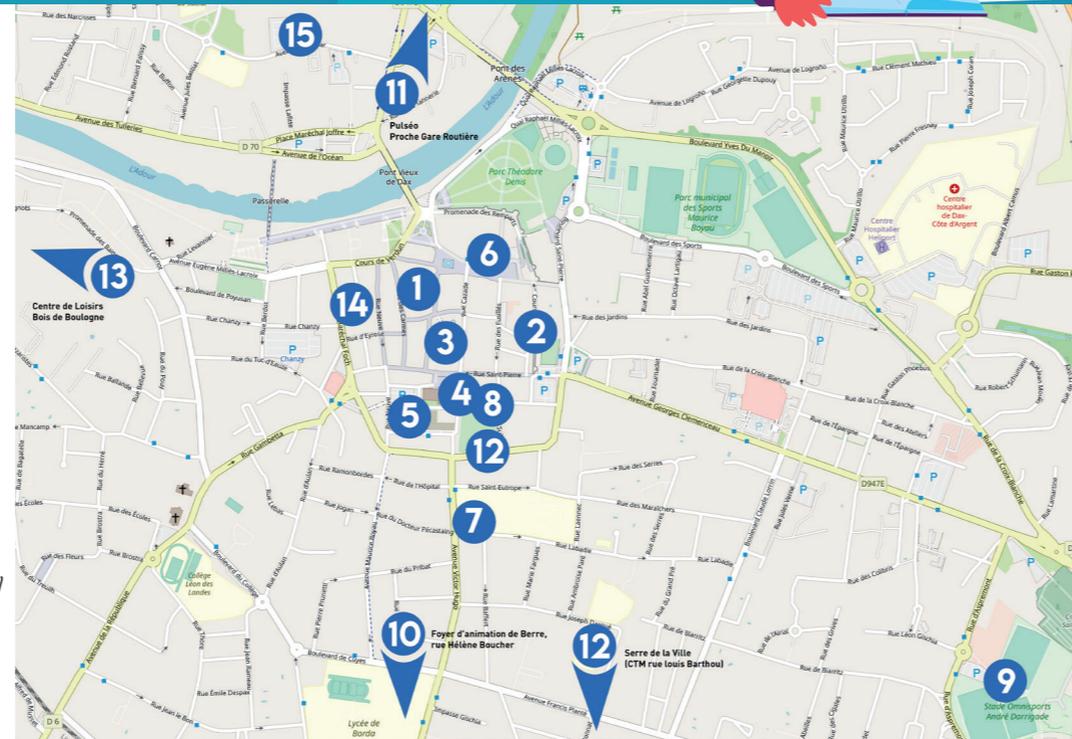
La Ville remercie ses partenaires :

Soliha, France Service, Cinéma de Dax, Ecole de kiné, Lycée de Borda, Elèves de 1<sup>re</sup> bac pro gestion et administration, Les écoles primaires Simone Veil et Sully, Ville de Dax (Service culture, Musée de Borda, Service des sports, Service espaces verts, Brigade de l'environnement) Grand Dax (Ambassadeur du Tri), SAPAL (Service d'Animation, de Prévention et d'Accompagnement des Landes), APF France Handicap, ASEPT : Association de Santé, d'Éducation et de Prévention sur les Territoires Sud Aquitaine, Sophro-Reflexo33, Association 0 déchets, Maillâge, Alliâges, ASPTT, Amicale de Berre, Amicale Laïque Dacquoise, Marche Loisirs et découverte, Les keskonfés, CARSAT, et tous les bénévoles.



### Retrouvez les lieux des animations

- Musée de Borda
- Salle du CCAS
- Bibliothèque (Rue Cazade, ancienne Banque de France)
- Salle René Dassé
- Carreau des Halles
- Place de la course
- Ecole de Kiné
- Hall de la Mairie
- Stade Darrigade
- Foyer d'animation de Berre (Rue Hélène Boucher)
- Pulseo (proche gare routière)
- Serre de la Ville (Rue Louis Blanc)
- Centre de loisirs (Bois de Boulogne)
- Atrium
- Cinéma Le Grand Club



# 70

Une semaine d'animations pour les seniors



VILLE DE DAX

# Semaine bleue

70<sup>e</sup> anniversaire

Ensemble, bien dans son âge, bien dans son territoire

DU 4 AU 9 OCTOBRE 2021

DAX.FR



## Lundi 4 OCTOBRE

- MASSAGE ASSIS**  
De 9h à 12h : **Gratuit sur inscription** auprès des jeunes du lycée de Borda à l'Office de Tourisme École de Kiné de Dax, entrée rue Labadie par les élèves de l'école de Kiné.  
Durée : 15 minutes
- ATELIER GYM DOUCE**  
9h30 : **1 € sur inscription** à l'Office de Tourisme par l'équipe des sports de la ville de Dax Stade Darrigade  
Durée : 1h
- DÉCOUVERTE D'UNE SÉANCE DE SOPHROLOGIE**  
1 séance à 10h et 1 séance à 10h45  
**1 € sur inscription** à l'Office de Tourisme CCAS de Dax, entrée 8 rue des fusillés
- ATELIER GYM DOUCE**  
14h30 : **1 € sur inscription** à l'Office de Tourisme Stade Darrigade par l'équipe des sports de la ville de Dax  
Durée : 1h
- ATELIER «MÉMOIRE» AVEC L'ASEPT**  
14h30 : **1 € sur inscription** à l'Office de Tourisme Foyer de Berre, rue Hélène Boucher  
Durée : 1h30
- THÉÂTRE D'IMPROVISATION LES « KESKONFÉS »**  
16h : **1 € sur inscription** à l'Office de Tourisme Théâtre de l'Atrium

Des joueurs accompagnés d'un maître de cérémonie et d'un DJ mettront en scène, sous forme de cabaret d'improvisation, les thèmes, phrases, mots que le thème de cette semaine bleue, «Ensemble, bien dans son âge, bien dans son territoire» aura inspirés aux spectateurs.  
Durée : 1h15



## Mardi 5 OCTOBRE

- MASSAGE ASSIS**  
De 9h à 12h : **Gratuit sur inscription** auprès des jeunes du lycée de Borda à l'Office de Tourisme École de Kiné de Dax, entrée rue Labadie par les élèves de l'école de Kiné.  
Durée : 15 minutes
- VISITE DU PARC DU SARRAT**  
10h et 14h : **Gratuit sur réservation** au 06 99 70 37 32 à partir du 16 septembre  
Rue du Sel Gemme  
Durée : 1h30
- ATELIER «GESTION DU STRESS» AVEC L'ASEPT**  
10h : **1 € sur inscription** à l'Office de Tourisme Foyer de Berre, rue Hélène Boucher  
Durée : 1h30
- ATELIER TIR À L'ARC**  
14h30 : **1 € sur inscription** à l'Office de Tourisme Stade Darrigade par l'équipe des sports de la ville de Dax  
Durée : 1h
- VISITE GUIDÉE EN VILLE « DAX ANTIQUE »**  
Cheminement en ville (personnes valides)  
14h30 : **1 € sur inscription** à l'Office de Tourisme Départ Musée de Borda, rue des Carmes  
Durée : 1h
- ATELIER «NUTRITION» AVEC L'ASEPT**  
14h30 : **1 € sur inscription** à l'Office de Tourisme Foyer de Berre, rue Hélène Boucher  
Durée : 1h30
- CINÉMA**  
16h : Multiplex Grand Club 11 avenue du Sablar  
Tarif : **5,70 € sans inscription**, paiement sur place  
Programmation sur dax.fr

- PRÉSENTATION D'UNE MAISON AMBULANTE «SHOW-ROOM» (mardi 5 et mercredi 6 octobre)**  
permettant de montrer quelques aménagements et aides techniques adaptés aux seniors.  
Place de la course

## Mercredi 6 OCTOBRE

- PRÉSENTATION DU MINI-BUS «FRANCE-SERVICE»**  
9h à 12h : **sans inscription** Place de la course  
Information, prise de rendez-vous, scan, copie, aide aux démarches numériques, point d'accès informatique libre.
- MASSAGE ASSIS**  
De 9h à 12h : **Gratuit sur inscription** auprès des jeunes du lycée de Borda à l'Office de Tourisme École de Kiné de Dax, entrée rue Labadie par les élèves de l'école de Kiné.  
Durée : 15 minutes
- LE TRI DES DÉCHETS**  
Exposition « La 2<sup>e</sup> vie de nos déchets »  
Les bons gestes et découverte des nouvelles consignes du tri - **9h30 à 12h30 et 14h à 18h**  
Par les ambassadeurs du tri du Grand Dax  
Salle René Dassé - Entrée libre
- MINI-GOLF**  
10h : **1 € sur inscription** à l'Office de Tourisme Stade Darrigade - Durée : 1h
- ATELIER «LES BIENFAITS DU RIRE»**  
10h : **1 € sur inscription** à l'Office de Tourisme Foyer de Berre, rue Hélène Boucher  
Durée : 1h30
- FAIRE SA DÉCLARATION EN LIGNE AUPRÈS DE LA CARISAT**  
Atelier France-Service  
1 séance à 14h et 1 séance à 15h : **1 € sur inscription** à l'Office de Tourisme CCAS, entrée 8 rue des fusillés
- TROC-TOUT**  
14h à 17h30 : **Entrée libre** Carreau des Halles  
Venez avec un objet et repartez avec ce que vous voulez !
- APRÈS-MIDI JEUX**  
De 14h à 17h : **Entrée libre** « Jeux anciens, jeux nouveaux »  
Par la Ludothèque de Dax Carreau des halles
- « JOUONS ENSEMBLE À LA FAMILLE ZÉRO DÉCHETS »**  
1 séance de 14h à 15h et 1 séance de 16h à 17h : entrée libre  
Carreau des halles
- VISITE GUIDÉE AUTOUR DE L'EXPOSITION «DAX ODYSSEE»** 14 H 30 - **1 € sur inscription** à l'OT  
Durée : 1 h
- CINÉMA**  
16h : Multiplex Grand Club 11 avenue du Sablar  
Tarif : **5,70 € sans inscription**, paiement sur place  
Programmation sur dax.fr

## Jeudi 7 OCTOBRE

- MASSAGE ASSIS**  
De 9h à 12h : **Gratuit sur inscription** auprès des jeunes du lycée de Borda à l'Office de Tourisme. École de Kiné de Dax, entrée rue Labadie par les élèves de l'école de Kiné.  
Durée : 15 minutes
- VISITE DES SERRES MUNICIPALES**  
10h : **gratuit sur réservation**  
Réservation au 06 03 60 08 83 à partir du 16 septembre  
Centre technique municipal, rue Louis Blanc  
au 06 03 60 08 83 à partir du 16 septembre
- ATELIER «PARCOURS D'ÉQUILIBRE» AVEC L'ASEPT**  
10h : **1 € sur inscription** à l'Office de Tourisme Foyer de Berre, rue Hélène Boucher  
Durée : 1h30
- ATELIERS CRÉATIFS « MA DÉCO BOX »**  
Aidants / aidés  
10h30 à 12h30 : **1 € sur inscription** à l'Office de Tourisme Par l'association Alliages Pulseo (à coté de la gare routière)
- DISC-GOLF**  
14h30 : **1 € sur inscription** à l'Office de Tourisme par l'équipe des sports de la ville de Dax Stade Darrigade  
Durée : 1h
- ATELIER : JE FAIS MON COMPOST**  
14h30 : **1 € sur inscription** à l'Office de Tourisme Salle René Dassé  
Durée : 1h
- COMMENT LUTTER CONTRE LA PROLIFÉRATION DU MOUSTIQUE TIGRE ?**  
Information par la brigade de l'environnement  
14h30 : **gratuit sur inscriptions** par téléphone à partir du 6 septembre auprès du service : 05 58 56 85 02  
Salle René Dassé, Hôtel de ville  
Durée : 1h
- ATELIER DÉCOUVERTE EXPOSITION «DAX ODYSSEE»**  
15h : **1 € sur inscription** à l'Office de Tourisme Musée de Borda, rue des Carmes  
Durée 1h
- CINÉMA**  
16h : Multiplex Grand Club 11 avenue du Sablar  
Tarif : **5,70 € sans inscription**, paiement sur place  
Programmation sur dax.fr

## Vendredi 8 OCTOBRE

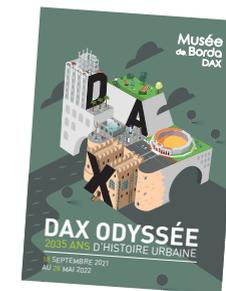
- MARCHÉ BLEUE INTERGÉNÉRATIONNELLE**  
3 parcours accompagnés suivant votre forme :
  - 7.6 km - départ : 9 h 30
  - 4.2 km - départ : 9 h 45
  - 3 km - départ : 10 h**Gratuit sur inscription** à l'Office de Tourisme ou sur place  
Rendez-vous au centre de loisirs du bois de Boulogne



Pique-nique tiré du sac en musique avec la participation du Conservatoire de Dax à l'issue de la marche.



- ATELIER DÉCOUVERTE AUTOUR DE L'EXPOSITION «DAX ODYSSEE»**  
15h : **1 € sur inscription** à l'Office de Tourisme Musée de Borda, rue des Carmes  
Durée : 1h



- CINÉMA**  
16h : Multiplex Grand Club 11 avenue du Sablar  
Tarif : **5,70 € sans inscription**, paiement sur place  
Programmation sur dax.fr

- COMÉDIE MUSICALE « EH BIEN ! DANSONS MAINTENANT... »**  
20h : Théâtre de l'Atrium

Proposée par les caisses de retraite d'Aquitaine (CARISAT, MSA) et leurs partenaires (ASEPT).  
Depuis plus de 10 ans, les caisses de retraite se mobilisent pour la prévention du « bien-vivre, bien-vieillir » et mènent des actions sur l'ensemble du territoire Aquitain.

**Gratuit sur réservation sur**  
<https://www.dansonsmaintenant.fr>  
ou par téléphone au 09 70 26 74 75

