



LES OLYMPIADES

DU 28 SEPTEMBRE AU 13 OCTOBRE 2017

ANIMATIONS SPORTIVES,
RENCONTRES,
CONFÉRENCES...

CCAS 02 33 01 50 71
www.ville-cherbourg.fr

CHERBOURG
en Cotentin

Le mot du maire

Les Olympiades, événement devenu majeur et attendu par tous les seniors de Cherbourg-en-Cotentin, fêtent leurs 30 ans.

Proposant des épreuves alliant sport, détente, échanges et moments conviviaux, ce rendez-vous est incontournable pour un grand nombre de seniors du Nord-Cotentin. Cette manifestation, organisée par le CCAS, regroupe plus de 50 clubs ou associations et compte près de 600 retraités participants à l'ensemble des épreuves.

Cette année encore, les organisateurs vous proposent un programme varié réunissant 13 challenges dont les traditionnelles épreuves de belote et pétanque, mais aussi des nouveautés comme la balade à vélo. Le tout, dans une ambiance festive où l'esprit de compétition n'est pas l'enjeu majeur.

A travers cet événement, le CCAS et ses partenaires associatifs confirment que les seniors peuvent pratiquer une activité physique. Quel que soit son âge, son état de santé ou son quartier, chacun peut y trouver sa place.

Participer, c'est prévenir la perte d'autonomie, c'est entretenir un lien social, c'est lutter contre l'isolement. Participer, c'est rester jeune.

Alors n'hésitez pas, rendez-vous du 28 septembre au 13 octobre, vous ne le regretterez pas !

Benoît Arrivé
Maire
de Cherbourg-en-Cotentin

JEUDI 28 ET
VENDREDI 29
SEPTEMBRE

9h / Tournoi de tennis*

Complexes tennistiques de
la Polle et Louise Michel, Cherbourg-
Octeville et Equeurdreville-Hainneville

DIMANCHE 1^{er}
OCTOBRE

14h / La Cherbourgeoise
Départ place du Général de Gaulle,
Cherbourg-Octeville

Cette marche pour tous empruntera
les quais, les jardins de la Divette
pour revenir sur la place de Gaulle.
Inscription sur place.

**Participation : 2 € minimum au profit de
l'association Cœur et Cancer**

En partenariat avec Octobre Rose



MARDI 3 OCTOBRE

14h / Balade découverte à vélo

Départ du Château des Ravalet

Boucle d'environ 25 km de Tourlaville vers Querqueville. Ouverte à tous. Port du casque obligatoire et vélo en bon état de fonctionnement.

JEUDI 5 OCTOBRE

14h30 / Conférence

L'alimentation après 60 ans : une clé pour bien vieillir

Animée par le professeur Bruno Lesourd, gériatre et nutritionniste de la faculté de médecine de Clermont-Ferrand
Entrée libre.

Grand Salon, mairie déléguée de Cherbourg-Octeville

16h30 / Initiation Basket Santé

Activité physique adaptée aux aptitudes de chacun, valide ou en perte d'autonomie animée par le Patronage Laïque de Tourlaville Basket.

Salle des fêtes, Cherbourg-Octeville

LUNDI 9 OCTOBRE

9h30 / Bowling femmes

Bowling Chantereyne, Cherbourg-Octeville

14h / Bowling hommes

Bowling Chantereyne, Cherbourg-Octeville

14h / Manille

Complexe sportif Chantereyne, Cherbourg-Octeville

MARDI 10 OCTOBRE

10h Tennis de table

Club ASAM, Cherbourg-Octeville

14h Elimatoire Belote

Salle Chantereyne, Cherbourg-Octeville



20h30 Table ronde Sport sur ordonnance

Cette table ronde sera l'occasion de rappeler les bienfaits de l'activité physique et de présenter le dispositif Sport sur ordonnance Cherbourg-en-Cotentin disponible dès janvier 2018. Animée par Alain Daireaux, médecin conseiller de la DRDJSCS de Normandie, Xavier Blairot, coordonnateur du réseau régional de cancérologie et initiateur d'Imapac, Anne Besnier, présidente d'Aqua Santé, premier club labellisé Sport-cancer sur Cherbourg-en-Cotentin, Frédéric Bastian, maire-adjoint à la cohésion sociale et à la promotion de la santé de Cherbourg-en-Cotentin.

Complexe Louise Michel
d'Équeurdreville-Hainneville

En partenariat avec Octobre Rose

MERCREDI 11
OCTOBRE

9h / Tir à la carabine

Club ASAM, Cherbourg-Octeville

14h / Tarot

Salle Montécot, Cherbourg-Octeville

JEUDI 12 OCTOBRE

9h30 Fléchettes

Centre Piquenot, Tourlaville

13h45

Pétanque

Château Ravalet, Tourlaville



13h45 Danse libre

Activité occupationnelle

Salle polyvalente du centre aéré
Picquenot, Tourlaville

14h Golf

La Glacerie

Imprimerie : Ville de Cherbourg-en-Cotentin

VENDREDI 13
OCTOBRE

9h / Finale belote

Centre aéré Picquenot, Tourlaville

13h30 / Karaoké

Centre aéré Picquenot, Tourlaville

14h30 / Conférence

**La sécurité routière pour
les seniors**

Animée par Jean-Charles Lacotte sous
couvert de la DDTM.

Salle polyvalente du centre aéré
Picquenot, Tourlaville

15h30 / Marche

Autour du centre Picquenot, Tourlaville

18h / Remise des Médailles

Salle Montécot, Cherbourg-Octeville

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

Direction de l'Autonomie
18 rue Paul Talluau, Cherbourg-
Octeville

02 33 01 50 71

Droit d'inscription donnant accès
à l'ensemble des épreuves et
animations : 6 €

Une opération soutenue par la conférence
des financeurs de la Manche



CHERBOURG
en Cotentin