

Sur le territoire de la Communauté de communes du Pays de Saint-Aubin-du-Cormier

du 3 au 9 octobre 2016

LA SEMAINE BLEUE

SEMAINE
NATIONALE
DES RETRAITÉS
ET PERSONNES
AGÉES

www.semaine-bleue.org

le temps qui passe



conférence

animations  *intergénérationnelles*
 *musicales*

café-rencontres

À tout âge : faire société

Action Pause quotidien « Contes en gallo »



14h – Café Le Relais du Couesnon
St-Marc-sur-Couesnon

Action visant à soutenir les aidants familiaux et les Personnes aidées. Monsieur Delaunay, conteur en gallo animera cet après-midi convivial.

À la découverte des professionnels des services à la personne



9 h 30 – Salle des halles – St-Aubin-du-Cormier

Petit déjeuner thématique « découverte des services à la personne ». Échanges avec des professionnels (auxiliaire de vie sociale, aide-soignante...) et structures. Témoignages de personnes accompagnées. En partenariat avec le Point Accueil Emploi, les ADMR et le SSIAD.

 *réservation conseillée au 02 99 39 43 53*

Café rencontre/échange autour de l'accueil familial



14 h 30 – 16h – Au domicile d'un accueillant familial
La Chapelle Saint-Aubert
Sur réservation au 02.99.39.22.94

Comment devenir accueillant familial ? Qui peut être accueilli ? Combien ça coûte ? Les différents types d'accueil : permanent, temporaire, à la journée... Cet après-midi permettra de s'informer sur cette solution d'hébergement pour les seniors qui ne peuvent ou ne veulent plus vivre chez elles, momentanément ou définitivement.

Atelier cuisine intergénérationnel



14h – 16h – Au sein des 7 accueils de loisirs communautaires
St-Aubin-du-Cormier, Gosné, Mézières-sur-Couesnon, St-Ouen-des-Alleux, St- Jean-sur-Couesnon, St-Georges-de-Chesné et Livré-sur-Changeon.

Confection de soupes qui seront dégustées en fin de journée pour clôturer la conférence autour de l'alimentation.

Conférence « L'alimentation et l'activité physique au fil du temps »



Merc.
05/10

18h – Espace Bel Air – St-Aubin-du-Cormier

Cette conférence sera animée par une diététicienne et Un éducateur sportif. Elle vise à promouvoir le bien-être par le biais d'une alimentation et une activité physique adaptée à ses besoins et envies.

Initiation au Tai Chi et au Qi Gong



Jeudi
06/10

14 h 30 – EHPAD Saint-Joseph – St-Aubin-du-Cormier

Une initiation tout en douceur afin de vous procurer un sentiment de bien-être et de détente.

Après-midi dansant



Vend.
07/10

14 h 30 – Salle polyvalente – Livré-sur-Changeon

Animé par Ann-Laora qui vous proposera un répertoire varié afin de danser et chanter durant tout l'après-midi.

Café jardinage



Sam.
08/10

10h – 15h – Médiathèque – St-Ouen-des-Alleux

« Troc de plantes, troc de graines », en partenariat avec l'association « Les planteurs de son » et l'équipe de la bibliothèque.

pensez à apporter un pique-nique à partager

Animations intergénérationnelles autour du numérique et des jeux de société



Sam.
08/10

10 h 30 – 12 h 30 – Bibliothèque – St-Georges-de-Chesné

« Jeux surdimensionnés, lectures, musique ... », animé par l'association « Cormier ludique » et l'équipe de la bibliothèque.

repas sur place le midi (réservation conseillée)

L'édition 2016 de **LA SEMAINE BLEUE** se déroule du **3 au 9 octobre**.

Le thème national est « **À tout âge : faire société** ». Le territoire de la Communauté de communes du Pays de Saint-Aubin-du-Cormier a choisi pour fil rouge « **Le temps qui passe** ».

LA SEMAINE BLEUE c'est :

Un moment privilégié pour informer/sensibiliser l'opinion sur la question du vieillissement et sur la contribution des personnes âgées à la vie sociale, économique et culturelle.

Une occasion pour les acteurs travaillant auprès des seniors d'organiser des animations **visant à renforcer les liens entre les générations**.

Information et réservation : **02 99 39 22 94**

Les partenaires de **LA SEMAINE BLEUE** du territoire :

