

**SEMAINE
NATIONALE
DES RETRAITÉS
ET PERSONNES
ÂGÉES**

... en Pays de la Loire

LA SEMAINE BLEUE

Du 5 au 11 octobre 2020



**Ensemble, bien dans son âge,
bien dans son territoire**
Un enjeu pour l'après COVID

Suivez-nous !

 **@semainebleue**

www.semaine-bleue.org

Contacts presse :

Anne-Cécile FOURRAGE : 07 50 56 97 27

Isabelle RUISSEAU : 06 12 94 83 39

« 365 jours pour le dire et 7 jours pour agir »

Ces 7 jours annuels constituent un moment privilégié pour informer et sensibiliser l'opinion sur la contribution des retraités à la vie économique, sociale et culturelle, sur les préoccupations et difficultés rencontrées par les personnes âgées, sur les réalisations et projets des associations, pour inviter le grand public à prendre conscience de la place et du rôle social que jouent les « vieux » dans notre société. Partout en France, des manifestations locales sont organisées pour illustrer le thème retenu. Un site internet permet de visualiser, sur une cartographie dynamique, les actions engagées par les associations, établissements, collectivités,



Créée en 2014, à l'initiative du Ministère des Affaires sociales et de la Santé, la « Marche Bleue » ouvre la Semaine Bleue. Son but est de réunir toutes les générations et toutes les forces vives des territoires (particuliers, associations, collectivités, ...) pour marcher ensemble et célébrer la contribution des retraités à la vie économique, culturelle et au rôle social qu'ils jouent dans notre société.

Consultez la cartographie dynamique pour découvrir la Marche Bleue la plus proche de chez vous.

Ensemble, bien dans son âge, bien dans son territoire *Un enjeu pour l'après COVID*

« Vivre chez soi », dans son territoire est de plus en plus identifié comme une des clés les plus déterminantes du bien vivre et bien vieillir.

Ce constat, corroboré par tous les sondages d'opinion, repose sur le désir massivement exprimé par les personnes âgées de vivre leur âge dans un environnement et un habitat respectueux de leur autonomie et leur garantissant le vivre ensemble dans leur territoire. Cet habitat, c'est bien sûr leur domicile, mais ce peut être un équivalent au sein d'un établissement social et médico-social qui se doit d'être animé comme un véritable lieu de vie...

À l'heure de la transition démographique – qui laisse entrevoir qu'à l'horizon 2040, selon l'INSEE le nombre de personnes âgées de plus de 65 ans augmentera de 45 % et celui des personnes de plus de 80 ans de 72 % – la Semaine Bleue doit être l'occasion d'inverser le regard porté sur les aînés, loin de l'image d'une population dépendante et à charge de la collectivité par le biais du poids des retraites et des dépenses de santé. Les personnes âgées d'aujourd'hui ne se reconnaissent pas d'avantage dans l'image consumériste des séniors véhiculée par les médias. Les parcours de vie au sein de ces deux générations qui structurent l'avancée en âge au-delà de 60 ans sont par nature pluriels et singuliers. Tous les retraités n'ont pas nécessairement envie au gré des opportunités fiscales, d'aller vivre leur temps de retraite au Portugal ou au Maroc et les plus âgés ne sont pas nécessairement « *dépendants* » ou résidents d'EHPAD.

Bien vivre son âge dans son territoire, nécessite quelques précautions ; il est coutumier de parler de prévention de la perte d'autonomie. Il s'agit avant tout de bien vivre avec son corps en lui conservant si possible une mobilité qui constitue la meilleure garantie de pouvoir bouger dans son territoire. C'est tout le sens des « *Marches Bleues* » que nous vous invitons à organiser dans le cadre de la Semaine Bleue. Bien vivre son âge c'est aussi bien s'alimenter en prenant en considération la dimension sociale du repas et les impératifs de sauvegarde de la planète (privilégier les circuits courts d'approvisionnement et les produits de saison). C'est aussi disposer d'un habitat adapté qu'il s'agisse d'un habitat individuel ou collectif.

L'habitat, de par sa localisation et ses équipements, doit garantir à la fois l'ouverture sur l'extérieur, le jardin, la commune, le quartier et la compensation des altérations fonctionnelles. L'accessibilité des commerces et des réseaux de transports en commun constituent également un vecteur déterminant de l'inclusion sociale. La fracture numérique mérite un focus particulier tant les personnes âgées en sont victimes comme l'a démontré l'enquête CSA commanditée par les Petits Frères des Pauvres en 2018. Ce sont près de quatre millions de personnes âgées de plus de 60 ans qui n'accèdent pas à internet. La place du numérique et son intérêt a d'autant pu être démontré lors de cette crise liée au COVID-19 comme moyen de lutte contre l'isolement et de maintien du lien social.

Ensemble, bien dans son âge, bien dans son territoire *Un enjeu pour l'après COVID*

Bien vivre son âge c'est enfin participer à la vie sociale et culturelle de son territoire au contact et en relation avec les autres générations dans sa famille certes, mais aussi et surtout avec les amis, les voisins ceux avec lesquels on peut partager un loisir, une passion, un engagement associatif.

La Semaine Bleue 2020 aura pour objectif de développer et de valoriser la place que les aînés doivent occuper dans la communauté et ce, quels que soient leur âge et leur autonomie. Il s'agit d'impliquer les plus âgés dans la vie sociale et dans les solidarités de proximité, faciliter leur engagement dans les projets de développement de leur territoire. Lutter contre l'isolement social et la relégation sociale dont elle est souvent le corollaire sera un des maîtres- mots de cette Semaine Bleue. C'est le sens des coopérations que nous vous invitons à rechercher avec les réseaux et coordinations existantes tels que les coopérations territoriales MONALISA, le Réseau Francophone Villes Amies des Aînés, les CLIC, ...

« Tout ce que vous faites pour moi mais sans moi, vous le faites contre moi », cette alerte lancée par Nelson Mandela doit nous inciter à veiller à associer très étroitement les personnes âgées à la programmation et à la réalisation des actions qui seront impulsées dans le cadre de la Semaine Bleue.

La Crise liée au Covid a contribué à révéler le sort peu enviable des personnes âgées isolées à leur domicile, et condamnées au confinement renforcé au motif qu'elles pourraient être contaminées, et entraîner le débordement des services de réanimation. Mais il est remarquable de constater que cette situation a suscité des élans de solidarité et de fraternité propres à forcer l'admiration. Nous pouvons constater que ces initiatives sont souvent inspirées par les mêmes valeurs d'entraide intergénérationnelle et de lutte contre la discrimination liée à l'âge que la Semaine Bleue.

Actions ligériennes 2020



Des actions ligériennes, recensées sur le site national (1/2)

Date debut	Date fin	Titre	Organisme	Nom	Prénom	Email	Téléphone	Ville	Lieu
06/10/20	06/10/20	Adaptation du logement : bien vieillir chez soi, ça se prépare	Adil 44	LEMERCIER	Audrey	audrey.lemercier@adil44.fr	02 85 29 14 57	Nantes	Maison de l'Habitant
08/10/20	08/10/20	Habitat participatif et vieillissement		LEMERCIER	Audrey	audrey.lemercier@adil44.fr	02 85 29 14 57	Nantes	Mairie de Nantes
08/10/20	08/10/20	Colocation seniors, cohabitation intergénérationnelle : comment j'envisage mon habitat demain ?		LEMERCIER	Audrey	audrey.lemercier@adil44.fr	02 85 29 14 57	Nantes	Maison de l'Habitant
09/10/20	09/10/20	Permanence de l'association Hal'âge		LEMERCIER	Audrey	audrey.lemercier@adil44.fr	02 85 29 14 57	Nantes	Maison de l'Habitant
08/10/20	08/10/20	BIEN MANGER POUR BIEN VIEILLIR	MIAMNUTRITION ACADEMIE	PARE	MAGALI	magalipare@miamnutrition.com	02 28 02 21 66	NANTES	NANTES
06/10/20	06/10/20	Jean FERRAT, 10 ans déjà	En Mémoire d'Eux	BOURGET	Sylvie	reservation@enmemoiredeux.com	06 70 60 33 71	Chateaubriant	Halle de Béré
02/10/20	02/10/20	Bougez en douceur	Communauté de Communes de Nozay	Bourgeois	Cécile	cecile.bourgeois@cc-nozay.fr	02 40 51 27 86	Treffieux	Tréffieux
05/10/20	05/10/20	Chantons !					02 40 51 27 86	La Grigonnais	La Grigonnais
06/10/20	06/10/20	Café LaMano					02 40 51 27 86	Nozay	Salle de LaMano
06/10/20	06/10/20	Conférence : je suis aidant-e et moi qui					02 40 51 27 86	Vay	Espace Léon Chiron
06/10/20	06/10/20	COFFRET JEUX D'ARTISTES DU FRAC					02 40 51 27 86	Nozay	Orée des jardins
07/10/20	07/10/20	À VOS JEUX, PRÊT, PARTEZ !					02 40 51 27 86	Nozay	Salle de LaMano
07/10/20	07/10/20	ATELIER INFORMATIQUE					02 40 79 35 04	La Grigonnais	Cybercentre
07/10/20	07/10/20	CORONAVIRUS, JE SUIS RESTÉ-E CHEZ MOI					02 40 51 27 86	La Grigonnais	Salle du Mil'lieu
08/10/20	08/10/20	COÛTURE, CUISINE ET BRICOLAGE POUR TOUTES et TOUS					02 40 79 35 04	Nozay	Salle de LaMano
08/10/20		Préparer son dossier retraite					02 40 51 27 86	Abbaretz	Espace France Services à la Mairie d'Abbaretz
09/10/20	09/10/20	CUISINE ET PARTAGE					02 40 51 27 86	La Grigonnais	Salle du Pré Clos
13/10/20	13/10/20	Sophrologie	02 40 51 27 86	Treffieux	Salle du Temps Libre				
05/10/20	09/10/20	Activités aux Résidentiels de St-Brevin	Les Résidentiels de St Brevin	Bourdon	Julie	contact@residentiels.fr	05 49 79 79 70	Saint Brevin les Pins	Les Résidentiels de St Brevin
10/10/20	10/10/20	Preuves de vies !	LA FABRIQUE DU BIEN VIEILLIR 44	CHARTEAU	Sophie	lafabriquedubienvieillir44@gmail.com	06 85 71 18 74	NANTES	Quartier Halvêque
08/10/20	08/10/17	Marches bleues avec coachs sportifs	CSC Loire et Seil	Bru	laetitia	laetitia.bru@mairie-reze.fr	02 40 84 45 50	Rezé	CEPAL rue des Roquios
07/10/20	07/10/20	Cinéma	Mairie de Missillac - CCAS	LE GALL	Sylvie	ccas@missillac.fr	02 40 88 31 09	Missillac	Espace La Garenne
05/10/20	05/10/20	Séance de RELAXATION	DOMITYS	BATARIERE	Lucie	angers.anim@domitys.fr	02 55 97 00 00	Angers	Résidence services sénior DOMITYS Rosa
05/10/20	05/10/20	Quiz 'LES ANNÉES FOLLES'					02 55 97 00 00	Angers	Résidence services sénior DOMITYS Rosa
05/10/20	05/10/20	JEU N'OUBLIEZ PAS LES PAROLES					02 55 97 00 00	Angers	Résidence services sénior DOMITYS Rosa
06/10/20	06/10/20	Séance de PREVENTION DES CHUTES					02 55 97 00 00	Angers	Résidence services sénior DOMITYS Rosa
07/10/20	07/10/20	Séance de GYMNASTIQUE SÉNIOR					02 55 97 00 00	Angers	Résidence services sénior DOMITYS Rosa
07/10/20	07/10/20	Conférence de Siel Bleu 'LES BIENFAITS DU SPORT'					02 55 97 00 00	Angers	Résidence services sénior DOMITYS Rosa
08/10/20	08/10/20	LOTO au profit du Téléthon					02 55 97 00 00	Angers	Résidence services sénior DOMITYS Rosa

Des actions ligériennes, recensées sur le site national (2/2)



Date debut	Date fin	Titre	Organisme	Nom	Prénom	Email	Téléphone	Ville	Lieu
09/10/20	09/10/20	MARCHE BLEUE					02 55 97 00 00	Angers	Angers
05/10/20	05/10/20	CHALLENGE SENIORS	VILLAGE PIERRE RABHI	GANNE	MAGALI	m.ganne@ville-stbarth.fr	02 41 96 12 60	ST BARTHELEMY D'ANJOU	ST BARTHELEMY D'ANJOU
07/10/20	07/10/20	MARCHE CITOYENNE INTERGE					02 41 96 12 60	ST BARTHELEMY D'ANJOU	ST BARTHELEMY D'ANJOU
09/10/20	09/10/20	DES CLES POUR PENSER SON HABITAT D'AUJOURD'HUI ET POUR DEMAIN					02 41 96 12 60	ST BARTHELEMY D'ANJOU	ST BARTHELEMY D'ANJOU
06/10/20	06/10/20	Conférence et Ateliers - Prévention des maux du vieillissement par l'équilibre alimentaire et l'activité physique	CCAS Sainte-Gemmes sur-Loire	Lecomte	Delphine	accueil@res3moulins.fr	02 41 44 12 45	Sainte-Gemmes sur-Loire	Sainte-Gemmes-sur-Loire
08/10/20		Marche végétale					02 41 44 12 45	Sainte-Gemmes sur-Loire	
08/10/20		Marche Bleue 'Petits pas'					02 41 44 12 45	Sainte-Gemmes sur-Loire	Sainte-Gemmes-sur-Loire
09/10/20	09/10/20	Partagez un moment de convivialité !					02 41 44 12 45	Sainte-Gemmes sur-Loire	Sainte-Gemmes-sur-Loire
10/10/20	10/10/20	Tous ensemble sur un même chemin	EHPAD 'Hélianthème'	Leroyer	Vanessa	animation.seiches@aufilduloir.fr	02 41 21 42 42	SEICHES SUR LOIR	SEICHES SUR LOIR
06/10/20	06/10/20	Soirée bretonne	Domitys Le Clos St Martin	Pouteau	Karine	louverne.anim@domitys.fr	02 43 68 45 00	Louverné	Domitys Le Clos St
07/10/20	07/10/20	Loto au profit de Mayenne Nature					02 43 68 45 00	Louverné	Domitys Le Clos St
08/10/20	08/10/20	Echange et Jeu autour du tri et du 0 déchet					02 43 68 45 00	Louverné	Domitys Le Clos St
09/10/20	09/10/20	Marche Bleue éco-citoyenne					02 43 68 45 00	Louverné	Domitys Le Clos St
10/10/20	10/10/20	Rencontre seniors Arche de la Nature	ABCD services (asso loi 1901)	CASSIGNEUL	Brigitte	brigitte.cassigneul@gmail.com	06 37 33 43 71	LE MANS	Arche de la Nature
06/10/20	06/10/20	Temps de sensibilisation 'bien vieillir et prévention des chutes'	Résidence Autonomie l'Issoire	MAHOT	Eric	direction-mormaison@orange.fr	02 51 43 91 54	MONTREVERD	MORMAISON

Dans le cadre de

LA SEMAINE BLEUE

du 5 au 10 octobre 2020
en territoire ligérien

**SEMAINE NATIONALE
DES RETRAITÉS ET
PERSONNES ÂGÉES**

365 jours pour agir
une semaine pour le dire

MASQUE
obligatoire !



RENDEZ-VOUS

SAMEDI 10 OCTOBRE 2020

DÈS 15 h et jusque 17 h sur la Place des 4 Carrés

13 RUE GUSTAVE EIFFEL À NANTES devant le local de l'association Manou Partages

POUR LE LANCEMENT DU RECUEIL

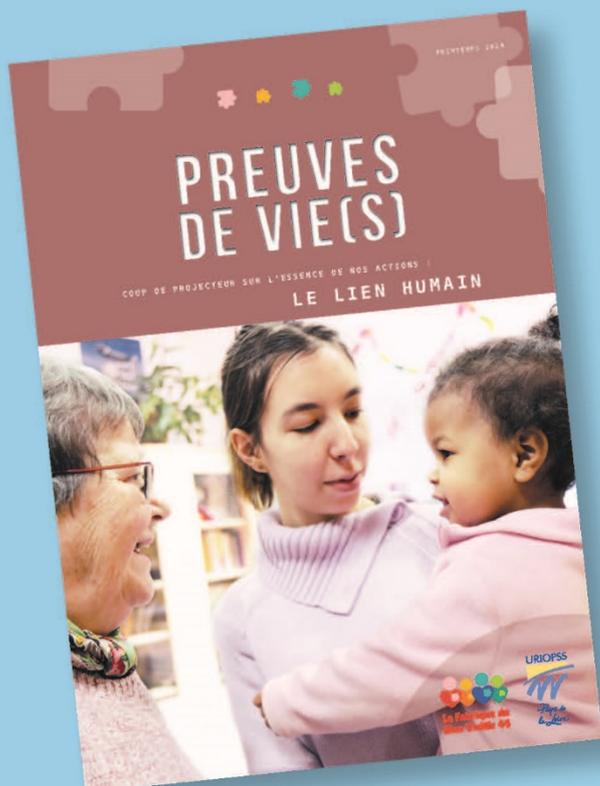
PREUVES DE VIE(S)

À L'OCCASION D'UNE MARCHÉ RYTHMÉE PAR

LES TROUBAD'BOYS

Extrait du spectacle : " De La Fontaine... et puis après ? "

LORS DE CETTE MARCHÉ
DANS LE QUARTIER HALVÈQUE
NOUS FERONS UN COUP DE PROJECTEUR
SUR L'ESSENCE DE NOS ACTIONS :
LE LIEN HUMAIN



LA SEMAINE BLEUE

Ensemble, bien dans son âge,
bien dans son territoire
Un enjeu pour l'après COVID

URIOPSS
Pays de
la Loire

La Fabrique du
Bien Vieillir 44

La Semaine Bleue :
une semaine d'animations
pour les seniors et leurs proches

seniors
et alors?!

du 5 au 10 octobre 2020

CHÂTEAUBRIANT - DERVAL (44)



LA SEMAINE BLEUE : UNE IMPLICATION ANNUELLE DE LA COLLECTIVITÉ

Chaque année au mois d'octobre, la Semaine bleue, temps fort national dédié aux seniors, rappelle l'importance de la place de nos aînés dans la...

En savoir + >

LA SEMAINE BLEUE : UNE IMPLICATION ANNUELLE DE LA COLLECTIVITÉ

Chaque année au mois d'octobre, la Semaine bleue, temps fort national dédié aux seniors, rappelle l'importance de la place de nos aînés dans la société. Au-delà de cette semaine festive, la Communauté de Communes Châteaubriant-Derval souhaite prolonger son engagement auprès des retraités et des personnes âgées du territoire par des actions intergénérationnelles tout au long de l'année.

Sensibiliser l'opinion publique au rôle des aînés dans la société et faire connaître leurs difficultés, tels sont les objectifs de cette manifestation nationale. Le thème retenu pour l'édition 2020 de la Semaine bleue est d'actualité : « Ensemble, bien dans son âge, bien dans son territoire : un enjeu pour l'après-COVID ». Protéger les plus fragiles et renforcer les relations entre génération constituent l'enjeu de cette édition.

Le programme d'animations proposé par la communauté de communes et ses partenaires s'adapte au contexte de la crise sanitaire. Les jauges sont limitées et les réservations sont recommandées, voire obligatoires pour certaines dates (cf. [programme détaillé](#)).

Cette situation exceptionnelle a suscité des propositions alternatives et conforté la volonté d'instaurer des actions qui s'inscrivent dans la durée afin de nouer de véritables liens entre les générations.

Quelques temps forts sont à retenir : des séances-découverte de l'aquatraining, des visites commentées du conservatoire et du Théâtre de Verre, une rencontre pour adapter son logement, une balade et des marches...

Par ailleurs une télévision éphémère permettra aux lycéens de l'établissement castelbriantais Môquet-Lenoir de réaliser des reportages auprès des habitants du territoire puis de les diffuser à l'attention des résidents des EHPAD. Des ateliers de fabrication de fleurs bleues seront également organisés par le lycée rural Saint-Joseph ; les jeunes iront ensuite les remettre aux résidences. L'école de Saint-Vincent-des-Landes développera un projet artistique sur le thème « un monde en bleu », les réalisations seront ensuite exposées sur la clôture mitoyenne avec l'EHPAD, une jolie façon de communiquer et d'embellir le quotidien des résidents encore soumis à de strictes règles sanitaires.

Afin de nouer des liens durables et de proximité entre la population active, les jeunes et nos aînés, la communauté de communes lance aussi un appel à initiatives auprès de tous, professionnels, associations, écoles et citoyens. Toutes les idées pour contribuer à tisser du lien seront les bienvenues.

Le programme détaillé est téléchargeable [en cliquant ici](#)

CONTACT

Service développement territorial

Tél. 02 28 04 06 33

Email. developpement-territorial@cc-chateaubriant-derval.fr



**BIEN DANS
SON ÂGE !**

La Semaine Bleue
DU 5 AU 9 OCTOBRE



vertou.fr



Être ensemble, être bien dans son âge, être bien dans son territoire, le temps d'une semaine c'est ce que vous propose la Ville de Vertou. Profitez d'ateliers à faire en petits groupes*: un temps d'activité thématique suivi d'un temps d'échanges et de convivialité. Et pour en profiter encore plus, à chaque atelier, l'intervenant vous remettra une fiche pratique.

*une douzaine de personnes selon la salle et l'activité. Toutes les activités proposées sont organisées dans le strict respect des mesures sanitaires.

01 SE RESSOURCER



Renforcez votre corps en douceur et apprenez à mieux bouger.

Avec *Émilie Harel*, coach sportif et intervenante Vertou Seniors.
Éveil musculaire - Lundi 5 octobre de 14h à 16h30. Rez de chaussée complexe Sèvre et Maine.
Mobilité douce - Vendredi 9 octobre de 15h à 16h30. Cour et Jardin.

Initiez-vous à de nouvelles activités bien-être avec la gymnastique douce ou le Viet Tai chi.

Avec *Anne-Sophie Rivet*, coach sportif et intervenante activités Vertou Seniors.
Gym douce - Lundi 5 octobre de 9h30 à 11h.
Viet tai Chi - Mercredi 7 octobre de 9h30 à 11h.
Dojo des Échalonnères

Soyez acteur de votre bien-être et de votre santé : découvrez la sophrologie.

Avec *Fanny Martin*, sophrologue.
Mardi 6 octobre de 10h à 11h15. Bibliothèque Libre Cour, la Chapelle.
Mercredi 7 octobre de 10h à 11h15. Kiosque du Loiry.

02

S'AVENTURER EN PLEINE NATURE

Escapade champêtre botanique et dégustation. Utilisez vos sens à la découverte des plantes sauvages !

Avec *Chantal Biotteau*, ethnobotaniste, formatrice et animatrice d'ateliers plantes sauvages comestibles et médicinales.
Mercredi 7 octobre de 14h à 17h. Lieu de départ précisé lors de l'inscription.

Une balade en pleine nature, venez randonner !

Départ 9 km à 9h. Départ 5 km à 10h.
Avec le Club de l'Amitié.
Jeudi 8 octobre.
Départ parking du complexe Sèvre et Maine.

EO RENCONTRER LES AUTRES



Le bonheur et rien d'autre. Existe-t-il un code du bonheur ? Découvrez les 4 points psychologiques fondamentaux et leur nécessaire équilibre pour être heureux. Au programme, deux rendez-vous, une conférence et un atelier.

Avec Dominique Robert, maître praticien en programmation neurolinguistique., formée en intelligence émotionnelle. Conférence - Lundi 5 octobre de 14h à 16h30. Bibliothèque Libre Cour. Atelier - Vendredi 9 octobre de 14h à 16h. Bibliothèque Libre Cour, la Chapelle.

Atelier mémoire : découvrez des astuces pour faire travailler efficacement votre mémoire.

Avec Sandrine Fouchet, psychologue clinicienne. Lundi 5 octobre de 14h à 16h. Salle des Lavandières au Loiry

Il est temps de rire !

Venez « rire sans raison » et rire ensemble lors d'un atelier du rire.

Avec Sabrina Falchier, sophrologue et animatrice en yoga du rire Mardi 6 octobre de 10h à 11h30. Salle Sèvre.

Café psycho « La confiance en soi... (à tout âge) ». Un café et c'est parti pour un moment d'échanges, ouvert, interactif et convivial.

Ouvrez le débat !

Avec Caty Rocheteau, consultante en communication et développement personnel, intervenante Vertou Seniors. Mardi 6 octobre de 14h30 à 16h. Salle Sèvre.

Atelier loisirs créatifs : zoom sur la technique du quilling (ou paperolles). Grâce à des bandes de papiers roulés, réalisez des œuvres toutes plus originales les unes que les autres.

Avec Marie-Jeanne Vezin, intervenante d'Un brin de déco.

Mercredi 7 octobre de 9h30 à 12h.

Salle Les Pinsons (Reigniers).

Séance ciné : Effacer l'histoire. Dans un lotissement en province, trois voisins sont en prise avec les nouvelles technologies et les réseaux sociaux. Ensemble, ils décident de partir en guerre contre les géants d'Internet. Une bataille foutue d'avance, quoique...

Comédie 2020 avec Blanche Gardin.

Mercredi 7 octobre à 15h. Tarif : 2€.

Ciné Vaillant.

« Plus si jeunes mais pas si vieux ». C'est de la parlote, de la tchatte, vous prenez de l'âge, d'accord mais ce ne veut pas dire que vous êtes vieux. Parlez-en, c'est le moment.

Avec l'association Old Up. Vendredi 9 octobre à partir de 10h. Bibliothèque Libre Cour, la Chapelle.

04 SURFER SUR LES NOUVELLES TECHNOLOGIES



Smartphone, tablette, Skype, WhatsApp...
restez connecté, apprenez à les maîtriser !

*Avec l'ANAF
Lundi 5 octobre de 9h30 à 11h30.
Salle Sèvre et Maine.
Vendredi 9 octobre de 9h30 à 11h30.*

La fabrique du futur : techniques de reportage.

Parce que vous être curieux et tournés vers l'avenir, participez à un atelier de réflexion sur les enjeux du futur. Ce rendez-vous est le premier d'une série de six ateliers pour vous initier aux techniques journalistiques puis vous emmener en reportage dans une entreprise locale innovante.

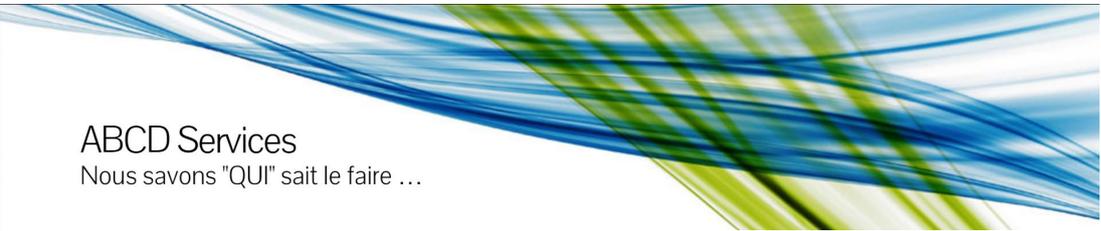
*Avec une journaliste de la Fabrique du futur.
Jeudi 8 octobre de 9h30 à 12h30.
Kiosque du Loiry.*

Pour participer à ces ateliers et conférences dans le respect des conditions sanitaires, les participants sont invités à venir avec un masque. Les personnes ne portant pas de masques ne pourront pas participer aux animations.

**Pour participer aux activités,
Inscrivez-vous auprès du service Solidarité - 02 51 71 05 05**

SERVICE SOLIDARITÉS

Vous avez des questions sur le maintien à domicile, l'APA, les aides, etc. ? Chaque matin, tout au long de l'année, le CLIC et le service solidarité vous proposent des permanences téléphoniques pour répondre à vos demandes et être le relais vers différentes associations et institutions partenaires.



ABCD Services
Nous savons "QUI" sait le faire ...

<http://www.abcd-services.net/>

Brigitte CASSIGNEUL

Tous les ans en octobre <https://semaine-bleue.org/> au niveau national et au Mans de belles initiatives toutes privées par des citoyen(ne)s engagé(e)s ... merci de regarder cette page régulièrement

Déjà le samedi 10/10 à 10h à l'Arche de la Nature, en respectant les consignes sanitaires =

RV à l'entrée près de la Maison de l'eau, pour faire connaissance. Différents ateliers de 6 p maxi le matin et l'après midi. Tables bois et sièges dans l'espace naturel de l'ARCHE de la NATURE. Aide prévue et accompagnement pour les personnes en fauteuil roulant ...

Il est prévu des rencontres tous les jours

Lundi 5

Mardi 6

Mercredi 7

Jeudi 8

Vendredi 9

Samedi 10 : 10h Arche de la Nature (voir ci-dessus)

Dimanche 11 : Place de la République

Mise à jour du 20 septembre 2020



LE MARDI 6 OCTOBRE 2020 À 15:00

TEMPS DE SENSIBILISATION 'BIEN VIEILLIR ET PRÉVENTION DES CHUTES'

ORGANISÉ PAR RÉSIDENCE AUTONOMIE L'ISSOIRE

La Résidence Autonomie l'Issoire propose un temps de sensibilisation sur l'intérêt de l'activité physique notamment pour la prévention des chutes.

Le mardi 6 octobre à 15h
à la Maison des Sœurs Aînées, 10 rue Jean XXIII à MORMAISON.

Le chute ou la peur de chuter est un fléau du vieillissement. De nombreuses personnes de plus de 60 ans chutent chaque année. Ces chutes entraînent un nombre conséquent d'hospitalisation ou de blessures.

Il y a plusieurs causes aux chutes mais notamment la baisse du tonus musculaire, de la souplesse et la baisse générale de la condition physique.

La pratique d'une activité physique régulière permet d'entretenir l'équilibre, la vigueur musculaire et la force de l'ossature.

Animé par l'association Siel Bleu.



INFORMATIONS PRATIQUES

Du 6 octobre 2020 à 15:00

Au 6 octobre 2020 à 17:00

Lieu : MORMAISON



[Imprimer cette fiche](#)

[Ouvrir en plein écran](#)

DES PRÉ SÉLECTIONNÉS LIGERIENS AU CONCOURS NATIONAL

VILLAGE PIERRE RABHI
CHALLENGE SENIORS

LA SEMAINE BLEUE

- *Proposer une demi journée d'activités physiques pour amener les seniors à une pratique du sport, bouger de chez soi, créer du lien social et maintenir l'autonomie.*
- *Montrer par cette action que les seniors peuvent rester actifs et ouverts à des pratiques physiques.*
- *Animé par des éducateurs sportifs professionnels Profession Sport et Loisirs
Suivi par un temps convivial
Sur réservation - 2 €/personne*

<https://semaine-bleue.org/CHALLENGE-SENIORS-4909>

Partir en balades insolites à vélo triporteur sur 3 générations.

Impliquer toutes les antennes possédant un triporteur, soit 17 villes et 30 vélos

Les lieux d'action :

*Tronçais - St Pierre d'Oléron - St Briec - Trégor -
Pacy/Eure - Bordeaux - **Nantes** - St Claude (Jura)-
Biesheim (Alsace) - Capbreton - Roanne - Lyon -
Boulogne Billancourt - Saint Quentin en Yvelines -
Les Ulis – Mulhouse*

<https://semaine-bleue.org/Du-vent-dans-les-cheveux>

A Velo Sans Age
Du vent dans les cheveux



L'illustratrice



<http://www.celinaguine.com/bibliographie>

Céline Guiné, née en 1988, vit et travaille actuellement à Nantes. Elle est illustratrice (édition jeunesse et poésie) et artiste plasticienne (dessin, peinture, installation).

En 2017, elle illustre *Suzanne aux oiseaux*, un album écrit par Marie Tibi et édité par Le Grand Jardin, qui remporte le Prix Chronos en 2019.

Avec douceur et poésie, elle dessine personnages et récits traversés par de grandes thématiques existentielles et sociétales. Travailler l'imaginaire est pour elle une façon d'interroger le regard que l'on porte sur soi et sur l'autre.

Le lien entre les générations représente notamment quelque chose d'essentiel à ses yeux, car il raconte ce que l'on est et ce que l'on tisse ensemble dans le temps. Pour cette affiche, elle a choisi d'explorer le sujet avec fantaisie et bienveillance.

« Mes grands-parents ont toujours fait partie de ma vie. Ils m'ont offert leurs histoires, leurs langues, leurs cuisines, leurs jeux et leurs blagues. Quand je suis devenue une maman, à mon tour, j'ai fait en sorte que mes enfants passent du temps avec leurs grands-parents. Je suis fascinée par le lien qu'ils ont tissé, par l'échange entre ceux qui apprennent à lire en suivant leurs cours en vidéo et ceux qui n'ont découvert la télévision en noir et blanc des voisins qu'une fois adulte. »



Julie Pugeat

Julie Pugeat, est la Directrice de l'atelier de JR et la mère de deux enfants curieux. Après avoir écrit un premier livre pour les adolescents, elle est heureuse de collaborer avec JR sur des livres pour les jeunes enfants, du même âge que les siens. Julie est passionnée par la vie, la nature, la famille et l'éducation. Elle habite à Annecy, en France.

The Wrinkles of the City

<https://www.jr-art.net/fr/project-list/the-wrinkles-of-the-city>

Pendant des siècles, les choses se passaient ainsi. Pendant que les parents travaillaient, les grands-parents s'occupaient des enfants et les générations cohabitaient. L'Histoire a connu une accélération : les aînés vivent plus longtemps, leurs enfants déménagent plus souvent, beaucoup de personnes âgées sont seules.

La Semaine Bleue, c'est un moment privilégié pour retrouver le fil des générations, sensibiliser l'opinion sur la contribution des retraités à la vie économique sociale et culturelle, sur les préoccupations et difficultés rencontrées par les personnes âgées, sur les réalisations des associations.

Je crois profondément que nous avons besoin les uns des autres, à toutes les étapes de nos vies. Nous pouvons nous nourrir de l'expérience de nos aînés, de leur sensibilité à la nature que nous essayons de retrouver, de leur connaissance intime de l'Histoire contemporaine dont ils ont été les témoins.

Des associations œuvrent sur le terrain pour créer des liens, des ponts, des échanges.

Des artistes y travaillent aussi. C'est dans ce cadre que j'ai collaboré avec JR, célèbre artiste contemporain français.

Dans son projet, *The Wrinkles of the City*, l'artiste JR a parcouru de nombreuses villes du monde à la rencontre des femmes et hommes qui ont été les derniers témoins des cicatrices laissées sur leur ville par les vicissitudes de l'Histoire. Grâce à ses collages immenses, JR a permis à la génération la plus ancienne de redevenir visible et de partager ses souvenirs du passé.

Dans le livre pour enfant, *Wrinkles* (« les rides », édité par Phaidon), en m'appuyant sur ce projet, j'ai souhaité ouvrir des perspectives aux enfants. Les rides sont le signe de l'âge et peuvent être perçues négativement. En réalité, elles sont autant de chemins, d'histoires, d'expériences, de sentiments qui ne demandent qu'à être racontés, partagés.

Et les enfants adorent les histoires.



"Grandir, c'est vieillir ; Vieillir, c'est grandir"



Décerné par la Cnav, le **Prix Chronos – Cnav Solidarité** s'inscrit dans le Prix Chronos de littérature. Le Prix Chronos de littérature propose une sélection d'albums et de romans traitant des relations entre les générations, de la transmission du savoir, du parcours de vie, de la vieillesse et de la mort... Parmi les albums et romans soumis au vote des jurés, enfants et jeunes de la maternelle au lycée, certains mettent plus particulièrement en avant le thème de la solidarité et donnent lieu à une sélection particulière proposée pour le Prix Chronos – Cnav Solidarité.

Sélection Prix Chronos – Cnav Solidarité 2020



Monsieur Boudin, Agnès de Lestrade, Juliette Lagrange, Editions Sarbacane 2019



Vue sur mer, Jo Hoestlandt, Editions Magnard jeunesse 2018

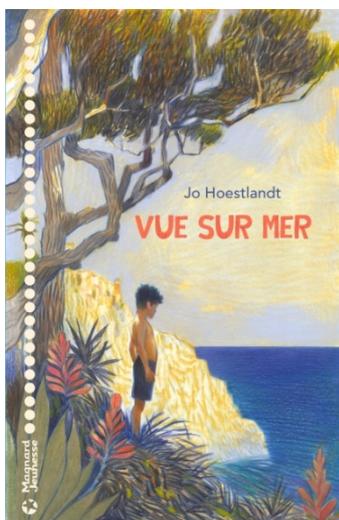


Le gang des vieux schnocks, Florence Thinar, Editions Gallimard jeunesse, 2019



On habitera la forêt, Esmé Planchon, Casterman 2019

Prix Chronos – CNAV Solidarité Lauréat



Vue sur mer, Jo Hoestlandt, Editions Magnard jeunesse 2018
ISBN : 9782210965140 – Prix : 12.90 €

Résumé : A 10 ans Romuald, dit « Rom », n'a guère d'occupations pour les vacances dans sa cité. Aussi, lorsque l'animateur du Secours populaire propose à sa mère de l'envoyer en vacances sur la Côte d'Azur dans une famille d'accueil, il est très partant, même s'il voit bien que cette proposition ne plaît pas trop à sa mère. Pourtant quand il fait la connaissance de Papy Guy et Mamie Juliette, il craint de s'ennuyer mais, la découverte de nouveaux paysages, d'une forme de liberté, de la douceur de vivre lui apprend un nouveau bonheur et le fait grandir.

Mots clés : vacances, mer, bateau, cité.

Thématique : relations intergénérationnelles, transmission, solidarité, vivre ensemble.

Lauréate Prix Chronos – CNAV Solidarité 2020

Comme son nom ne l'indique pas forcément, Jo. Hoestlandt est une femme. Elle est née en 1948, et après avoir passé une enfance en région parisienne, puis dans l'Yonne où ses parents tenaient un petit hôtel restaurant, elle est venue faire des études de lettres à Paris.

D'abord professeur de lettres, elle a ensuite partagé son temps entre ses trois enfants et l'écriture de livres pour la jeunesse. Elle a également créé et animé des ateliers de lecture et d'écriture pour les enfants.

Elle continue d'écrire de tout, romans, contes, poésie, et rencontre ses lecteurs, correspond avec eux, et les invite surtout, autour de ses livres, de la maison de retraite à l'école, à correspondre entre eux, à se rejoindre, à partager petits et grands moments de la vie, toutes générations rassemblées.



Les lauréats 2020

Association l'Agora

Le journal "Paroles de Séniors", un vecteur de lien social.

Paroles de Séniors est un journal écrit par et pour ses lecteurs. Chaque retraité peut proposer un témoignage, une recette, une astuce, participant donc à la création du contenu de chaque numéro.

Ce journal est gratuit sur simple remplissage d'un bulletin d'adhésion. Tous les trimestres, des bénévoles distribuent le journal de la main à la main dans leur commune. C'est l'occasion de discuter, d'échanger et de renforcer le lien entre séniors d'un même territoire.

Parallèlement, notre association propose des cafés marchés mensuels pour rencontrer les habitants. Dans le cadre de la Semaine Bleue, les bénévoles ont souhaité proposer deux cafés marchés thématiques, et ce afin de matérialiser ce lien social qui existe via le journal. L'idée est de rencontrer et d'interroger les habitants autour d'une même question « *être vieux pour vous, ça veut dire quoi ?* » et de faire connaître davantage ce projet collectif. L'objectif est de générer une réflexion collective autour de cette question, pour à la fois proposer un article pour le prochain numéro du journal, mais aussi pour faire émerger des besoins, des envies, des idées pour améliorer la vie des seniors sur le territoire.

*Association l'Agora
Espace Jean-Claude Patriarche
21320 Pouilly en Auxois*

*Marie Chetta
animationfamilles.cspouilly@gmail.com
03 80 90 86 61*

DÉPARTEMENT DE LA MARNE

MAIRIE
D'

ŒUILLY 
51480



CCAS d'Oeuilly

« Ensemble, bien à son âge, chez soi et dans son village »

La Semaine bleue à Oeuilly est marquée par 4 types d'animations qui s'articulent autour de la polysémie de la notion de « territoire ».

Les actions ont été engagées pour faire en sorte que les personnes âgées se sentent bien dans leur territoire individuel, dans leur territoire rural, dans leur territoire vécu et sur leur territoire partagé avec d'autres générations.

Une animation différente est proposée chaque jour de la Semaine Bleue, elle-même encadrée par d'autres actions durant l'année 2020.

*Centre communal d'action sociale
Mairie Oeuilly
7 rue de la Libération
51480 Oeuilly*

*Christine Laurent
chris-laurent@orange.fr
06 71 46 83 75*



Association Ka'fête ô mômes

« La radio comme support d'héritage »

Nous souhaitons organiser l'animation d'une chronique radiophonique intergénérationnelle où les seniors et les enfants s'interrogeront sur la notion du mieux vivre ensemble, bien dans son âge, à travers les thématiques d'égalités sociales et territoriales, d'éco-citoyenneté, ou encore d'interculturalité. L'émission intitulée « Ensemble, Bien dans son âge, Bien dans son territoire » conviera les différentes générations à échanger sur le sujet.

Elle sera enregistrée puis diffusée sur l'audioblog de RadioSonic lors de la Semaine Bleue des seniors, qui pourra également le relier sur leur site internet et réseaux sociaux. Au-delà d'une rencontre intergénérationnelle à distance, il s'agit d'un projet social ayant l'ambition d'offrir à tous ses participants une possibilité d'enrichissement mutuel, de sensibilisation au numérique et un espace d'expression jalonné par le support radiophonique. Ce projet permettra de témoigner de l'engagement des participants et d'avertir la population générale aux défis sociaux défendus dans le cadre de cette Semaine Bleue, ainsi qu'à ceux à défendre tout au long de l'année : l'intégration des personnes en situation de handicap et vieillissantes, l'ouverture aux cultures minoritaires...

Nos objectifs et les moyens utilisés pour mettre en œuvre cette émission, en tenant compte des protocoles de sécurité sanitaire en vigueur, s'inscrivent dans les dimensions citoyennes et créatives requises dans le cadre de la Semaine Bleue.

*Association Ke'Fête ô mômes
53 Montée de la Grande Côte
69001 Lyon*

*Angélique Bricod
angelique@kafeteomomes.fr
04 78 61 21 79*



EHPAD ANRAS Résidence Saint-Dominique

« *Rencontres intergénérationnelles et interculturelles* »

L'EHPAD Saint-Dominique et le CADA du Gers (Centre d'Accueil des Réfugiés) souhaitent inscrire leur action dans une démarche collaborative à plus long terme. Dès cette année, il est envisagé à l'occasion de la Semaine Bleue de faire se rencontrer deux publics très différents, mais aux attentes et espoirs parfois si identiques. Les frontières mentales et environnementales peuvent être franchies dès lors que les volontés de se rencontrer et de créer des moments de partages sont mises en œuvre et accompagnées par des aidants expérimentés. Les deux structures, proches géographiquement l'une de l'autre, situées au sein de la cité, favorisent cette rencontre intergénérationnelle, un peu nouvelle pour ces publics, jusqu'alors habitués à participer de préférence à des jeux avec des enfants. Mais au travers de moments conviviaux (goûters, jeux, expositions), l'approche humaine et la rencontre de l'Autre peuvent être des moments précieux dans ces isolements souvent profonds pour les uns et les autres.

*Ehpad ANRAS
Résidence Saint-Dominique
10 Rue de la Somme
32000 Auch*

*Christine Desclaux
c.desclaux@anras.fr
05 62 60 24 50*

Ehpad Saint-Vincent-de-Paul

**« Mais où sont passés les oiseaux ? » ou comment
s'approprier le 7ème art en Ehpad**

Durant la période de confinement, les résidents se sont mobilisés autour d'un projet de conception et réalisation d'un film en plusieurs épisodes. Les élèves de l'école voisine, également confinés, nous ont aidé à trouver des pistes de travail pour les scripts.

Le film ayant été tourné, une projection intergénérationnelle est prévue durant la Semaine Bleue, souhaitant déboucher sur d'autres actions autour du média film en collaboration avec l'école primaire.

*Ehpad Saint Vincent de Paul
4 Allée des Oiseaux
21200 Vignoles*

*Lise Fontaine
animation.sbe@gmail.com
03 80 22 00 36*

Association Les Rendez-Vous Lecture Ecriture

« Les Lulues dans la cité »

Les « Lulue®, Passeur de lecture » sont des personnes âgées résidant en Ephad, qui, avec des personnes retraitées autonomes et d'autres de tout âge, tout au long de l'année, à l'instar d'un atelier théâtre et entre elles, apprennent et s'épanouissent à travers la lecture à voix haute, pour se produire, par la suite, en public. Action « fil rouge », tout au long de la Semaine Bleue, au cœur de la ville de Cambo-les-Bains : aller à la rencontre des habitants, dans différents lieux de vie de la cité, en leur proposant d'écouter des lectures à voix haute par les « Lulues, passeurs de lecture » avec accompagnement pour certaines de musiciens et de plasticiens...

Tout au long de la Semaine Bleue, chaque jour, les « Lulues » liront des poèmes ou de courts textes, dans divers lieux de la cité, montrant aux habitants, qu'à tout âge, il est possible d'apprendre, de s'épanouir, de partager et de retrouver le plaisir de lire et d'écouter de belles histoires.

Le programme sera largement diffusé aux habitants et aux familles des enfants et des personnes âgées qui, en faisant leurs courses, en se rendant à la médiathèque, à la poste... ou en suivant le parcours des lectures, de lieux en lieux tout au long de la semaine, pourront ainsi, durant quelques minutes, écouter leurs aînés leur lire de beaux textes.

Aspect novateur : les personnes âgées, sont acteurs "passeurs de lectures" et non de simples spectateurs, elles se mettent en scène ; ce sont elles qui créent le spectacle, entraînent les autres lecteurs de tout âge et vont vers le public .

*Association les Rendez-vous Lecture
10 Quai Mendi Gaina
64250 Cambo-les-Bains*

*Paule-Marie Rambert
rdvcambo@gmail.com
07 66 59 47 41*

Les six prix 2020

Les six prix 2020



Prix « Agirc-Arrco » d'une valeur de 3 500 €
décerné par *la retraite complémentaire Agirc-Arrco*.

La Fédération Agirc-Arrco soutient activement la Semaine Nationale des Retraités et Personnes Âgées, à la fois dans son organisation et au travers de la remise du Prix Agirc-Arrco.

Cet engagement, ainsi que l'initiative récompensée annuellement, s'inscrivent dans les orientations prioritaires de l'action sociale du Régime de Retraite Complémentaire qui se déclinent en quatre axes :

- Agir pour le bien vieillir
- Soutenir et accompagner les proches aidants
- Accompagner l'avancée en âge en perte d'autonomie
- Soutenir le retour à l'emploi des actifs les plus fragiles-*

Au-delà de la participation au comité d'entente national, plusieurs initiatives locales ont ainsi été primées par l'Agirc-Arrco depuis plusieurs années.



Fondation
de
France

Grand Prix « Fondation de France » d'une valeur de 3 800 € et **Second Prix** d'une valeur de 3 100 €

Changer le regard porté sur les séniors et mettre en valeur leur participation à la vie sociale sont les objectifs de la Semaine Bleue. C'est aussi depuis 1969, le sens des actions menées par la Fondation de France en faveur des plus âgés.

C'est dans cet esprit qu'elle remet le Grand prix et réaffirme son engagement pour une société incluant tous les âges.

Le programme de la Fondation de France pour les personnes âgées vise à :

- Leur permettre de choisir leur lieu de vie.
- Promouvoir le respect de leurs droits fondamentaux.
- Valoriser leur participation des personnes âgées à la vie locale et citoyenne.



Prix de la Caisse Centrale de la Mutualité Sociale Agricole (CCMSA) d'une valeur de 3 500 €

Partenaire au plan national de la Semaine Bleue et impliquée localement à l'événement via son réseau de caisses, la Caisse Centrale de la Mutualité Sociale Agricole remet un prix récompensant l'une des meilleures contributions à la manifestation.

La remise du prix marque, l'implication d'un organisme de Protection Sociale et l'engagement spécifique de la MSA – acteur reconnu du monde rural – en faveur :

- de la valorisation du rôle et de la place des retraités dans la société
- des actions réalisées en inter génération qui favorisent les échanges
- des problématiques spécifiques liées à l'avancée en âge
- mais aussi, son implication plus générale auprès de publics en difficulté. De par la structure des âges de la population qu'elle protège, la MSA est impliquée depuis de longues années dans la prévention, la préservation de l'autonomie et l'accompagnement de la dépendance

Aujourd'hui, quatre thématiques s'inscrivent dans la politique d'action sanitaire et sociale gérontologique de la MSA :

- Promouvoir le Bien Vieillir
- Favoriser l'accompagnement à domicile
- Promouvoir le soutien aux aidants
- Lutter contre l'isolement



Prix « Cnav » de la Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse d'une valeur de 3 500 €

Activement engagée au sein du Comité national de la Semaine Bleue, l'Assurance retraite récompense chaque année un projet porté par un acteur de proximité. Son engagement dans la dynamique de la Semaine bleue témoigne de son soutien aux initiatives des territoires et au changement de regard sur le vieillissement.

Les six prix 2020



Prix intergénérationnels du Ministère des solidarités et de la Santé d'une valeur de 4 000 €

La Semaine Bleue est l'occasion de mobiliser l'ensemble des acteurs engagés auprès des personnes âgées et de valoriser les initiatives qui favorisent les liens entre générations.

L'implication des personnes âgées dans la vie de la cité, la place qui leur est faite et le changement de regard de notre société sont des enjeux majeurs de cohésion sociale. L'évolution de leur rôle dans notre société, dans les domaines du social, de la culture, de l'économie, ainsi que leurs expériences mises au profit de la communauté ou leurs droits, sont autant de sujets qui vont mobiliser l'ensemble des acteurs engagés auprès des âgés, pour informer et sensibiliser le grand public à l'occasion de la Semaine Bleue. La Direction générale de la cohésion sociale (DGCS) du ministère des Solidarités et de la Santé soutient cette mobilisation qui valorise cette force vive de notre société que sont les personnes retraitées et les personnes âgées.

Contacts presse :

Anne-Cécile FOURRAGE :

07 50 56 97 27

ac.fourrage@uriopss-pdl.fr

Isabelle RUISSEAU :

06 12 94 83 39

i.ruisseau@uriopss-pdl.fr

www.uriopss-pdl.fr