

La
Semaine
Bleue
À tout âge, ensemble !

... en Pays de la Loire

DOSSIER DE PRESSE

Suivez-nous !

@semainebleue

www.semaine-bleue.org

du 30 septembre
au 6 octobre 2024

La
Semaine
Bleue
À tout âge, ensemble !

Semaine Nationale
des retraités et
personnes âgées

du 30 septembre
au 6 octobre 2024



**Bouger
ensemble...
pour entretenir
la flamme !**

www.semaine-bleue.org

Sous le haut parrainage du ministère du Travail, de la Santé et des Solidarités
En lien avec la Journée internationale des personnes âgées le 1^{er} octobre



LA MARCHÉ
BLEUE

Contacts presse :

Mathilde CAPOULADE – 07.48.92.41.71

Isabelle RUISSEAU – 07.56.19.57.13

La Semaine Bleue 2024 en Pays de la Loire du 30 septembre au 6 octobre 2024

Bouger ensemble pour entretenir la flamme !



Les aînés revendiquent de s'inscrire dans le mouvement, synonyme de mobilité mais aussi de lien et de participation à la vie sociale.

En cette année olympique, la Semaine Bleue valorise la mise en mouvement des aînés au sein de la communauté. Trop souvent, l'avancée en âge et la vieillesse sont présentées comme le temps de l'immobilisme et du déclin.

Cette année en Pays de la Loire, plus de 140 actions ou marches sont organisées à l'occasion de la Semaine Bleue ! Certaines sont présentées dans ce dossier de presse.

Bouger, participer, bien vivre avec son corps sont d'autant plus à portée des plus âgés que le territoire est aménagé en intégrant leurs besoins : accessibilité des commerces et des réseaux de transports en commun, existence de nouvelles formes d'habitat permettant de se sentir chez soi en évitant l'isolement, lieux ou actions favorisant les liens intergénérationnels.

La Semaine Bleue promeut une image positive du vieillissement et de la vieillesse, en mettant en avant les contributions que tous les aînés, quels que soient leur âge, leur état de santé et leur niveau d'autonomie, peuvent apporter à la société. Tout au long de la première semaine d'octobre, les acteurs qui travaillent au quotidien auprès des personnes âgées (associations, collectivités locales, centres d'action sociale, établissements pour personnes âgées...) organisent des actions pour et avec les aînés.

Une chose est sûre, ça va « bouger » pendant la Semaine Bleue !

Certaines manifestations illustrent efficacement le thème 2024 : marches bleues, rando, ateliers yoga, gym ou encore escrime... De nombreuses conférences, ateliers de prévention ou expositions culturelles sont également organisés sur tout le territoire.

Toutes les actions sont recensées sur : [TOUTES LES ACTIONS & LES MARCHES \(semaine-bleue.org\)](https://www.semaine-bleue.org)

Contacts presse :

Mathilde CAPOULADE - Chargée de missions et conseils - 07 48 92 41 71 m.capoulade@uriopss-pdl.fr

Isabelle RUISSEAU - Chargée de communication - 07 56 19 57 13 - i.ruisseau@uriopss-pdl.fr



Les actions ligériennes recensées sur le site national au (1/5)

Date début	Date fin	Intitulé	Organisme	Nom	Prénom	Email	Téléphone	CP	Ville
05/10/2024	05/10/24	Journée d'information et de prévention "Restez en forme pour bien vieillir	Association Prévention Fragilité Bien Vieillir	DIALLO	Audrey	bienvieillirensarthe@gmail.com		72230	ARNAGE
02/10/2024	02/10/24	La marche Activ !	OH ACTIV	Belouin	Julian	direction.pontsdece@ohactiv.fr	0623914358	49130	Les Ponts-de-Cé
11/09/2024	30/06/25	Yoga	Club de la Joie	Durand	Philippe	philippe.durand31@orange.fr	0676958904	49510	Beaupréau En Mauges
01/10/2024	01/10/24	Invitation découverte du Bridge	Bridge Club du Roy René	Brevet	serge	ser.brevet@free.fr	0625760709	49000	Angers
05/09/2024	19/12/24	les aines mettent en scène les Jeux Olympiques	MAISON MICHELEL GUILLAUME	silva	eve	eve.silva7859@gmail.com	0244073966	44530	saint gildas des bois
07/10/2024	07/10/24	Les petits plaisirs de la vie	CCAS VILLAGE PIERRE RABHI	GANNE	MAGALI	m.ganne@ville-stbarth.fr	0241961260	49124	ST BARTHELEMY D'ANJOU
08/10/2024	08/10/24	L'art culinaire		GANNE	MAGALI	m.ganne@ville-stbarth.fr	0241961260	49124	ST BARTHELEMY D'ANJOU
12/10/2024	12/10/24	Marche bleue plutôt verte		GANNE	MAGALI	m.ganne@ville-stbarth.fr	0241961260	49124	ST BARTHELEMY D'ANJOU
08/10/2024	10/10/24	De la fourche à la fourchette		GANNE	MAGALI	m.ganne@ville-stbarth.fr	0241961260	49124	ST BARTHELEMY D'ANJOU
11/10/2024	11/10/24	Jardinons ensemble		GANNE	MAGALI	m.ganne@ville-stbarth.fr	0241961260	49124	ST BARTHELEMY D'ANJOU
01/10/2024	01/10/24	Marche Bleue Intergénérationnelle	OPASS	BOUCHERIE	Amandine	coordination@csiopass.fr	0623241883	44660	Soulvache
01/10/2024	09/10/24	danse en fauteuil	EHPAD AMICIE	GELEBERT	Corinne	animation@ehpad-amicie.fr	0243541200	72450	Montfort le gesnois
03/10/2024	03/10/24	La Balade des Générations : en vélos triporteurs adaptés	Mairie	LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU
08/10/2024	08/10/24	La rando des générations	Mairie	LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU
30/09/2024	30/09/24	Rando santé avec les Pieds Vers Tout	Mairie service solidarités	LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU
01/10/2023		Rando Pédestre avec Beautour Loisirs		LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU
03/10/2024	03/10/24	Rando sympa avec le Club de l'Amitié		LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU
03/10/2024	04/10/24	Découverte de la Gym – Pilâtes		LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU
02/10/2024	05/10/24	Portes ouvertes au billard de la Vaillante		LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU
02/10/2024		La pétanque pour Tous		LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU
30/09/2024	30/09/24	Le Yoga du rire		LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU
30/09/2024	30/09/24	Tous en chœur !		LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU
04/10/2024	04/10/24	On chante , on danse , on rit !		LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU
03/10/2024	03/10/24	on danse , on chante, on rit !		LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU
02/10/2024	02/10/24	On chante , on danse , on rit !		LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU
03/10/2024	03/10/24	Animations artistiques & créatives		LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU
01/10/2024	01/10/24	Tout en convivialité.....		LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU
01/10/2024	01/10/24	Intergénérationnel ! Rendez-vous avec les enfants des écoles pour un Quiz		LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU
01/10/2024	01/10/24	Tout en convivialité.....Après-midi intergénérationnel au Café Ass		LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU
01/10/2024	01/10/24	Tout en convivialité..... à Beautour	LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU	
03/10/2024	03/10/24	Tout en convivialité..... avec le Club de l'amitié	LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU	
04/10/2024	04/10/24	Tout en convivialité..... avec le secours catholique	LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	44120	VERTOU	
03/10/2024	03/10/24	FORUM SENIOR - 1ère Edition	CCAS	BEE	Katia	ccas@arnage.fr	0243218087	72230	ARNAGE
02/10/2024	02/10/24	La Marche Bleue d'Arnage	CCAS	BEE	Katia	ccas@arnage.fr	0243218087	72230	ARNAGE
03/10/2024	03/10/24	Unissons nos pas, toutes générations confondues	Association KHERA	GUIHENEUX	Tiphaine	etp.prevention@khera.fr	0665122348	49640	Morannes
26/07/2024	03/10/24	PROMENONS NOUS DANS LES BOIS	Ehpad La Seilleraye	Nigon	sandrine	sandrine.nigon@chu-nantes.fr	0240189075	44470	CARQUEFOU



Les actions ligériennes recensées sur le site national (2/5)

02/10/2024	03/10/24	LA VIE EN BLEUE...Danser, chanter, rire et partager !	Résidence Bon Accueil	FORNIER	Michaël	m.fornier@fondationcemavie.fr	0240316429	44650	Touvois
01/10/2024	01/10/24	Relaxation aux bois tibétains avec approche corporelle	CCAS SAINT MICHEL CHEF CHEF	LEGUAY-GERMAIL	Nathalie	ccas@stmichelchefchef.fr	0240649994	44730	Saint-Michel-Chef-Chef
01/10/2024	14/10/24	SEMAINE BLEUE INTERCOMMUNALE ET INTERGÉNÉRATIONNELLE	BLEU, BLANC, BLOND EN SÈVRE, MAINE ET GOULIANE	DOLLET	JEAN-CLAUDE	bleublancblondensmg@gmail.com	0642754477	44690	La Haie Fouassière
01/10/2024	14/10/24	SEMAINE BLEUE INTERCOMMUNALE ET INTERGÉNÉRATIONNELLE	BLEU, BLANC, BLOND EN SÈVRE, MAINE ET GOULIANE	DOLLET	JEAN-CLAUDE	bleublancblondensmg@gmail.com	0642754477	44690	La Haie Fouassière
01/10/2024	20/10/24	Semaine Bleue intercommunale: Concert intergénérationnel	BLEU, BLANC, BLOND EN SÈVRE, MAINE ET GOULIANE	DOLLET	JEAN-CLAUDE	bleublancblondensmg@gmail.com	0642754477	44690	Monnières
01/10/2024	01/10/24	Documentaire "ce qui nous lie"		LEGUAY-GERMAIL	Nathalie	ccas@stmichelchefchef.fr	0240649994	44730	Saint-Michel-Chef-Chef
02/10/2024	02/10/24	Séance de yoga thai	CCAS de Saint-Michel-Chef-Chef	LEGUAY-GERMAIL	Nathalie	ccas@stmichelchefchef.fr	0240649994	44730	Saint-Michel-Chef-Chef
02/10/2024	02/10/24	Gym séniors	CCAS de Saint-Michel-Chef-Chef	LEGUAY-GERMAIL	Nathalie	ccas@stmichelchefchef.fr	0240649994	44730	Saint-Michel-Chef-Chef
02/10/2024	02/10/24	Cinéma intergénérationnel	CCAS de Saint-Michel-Chef-Chef	LEGUAY-GERMAIL	Nathalie	ccas@stmichelchefchef.fr	0240649994	44730	Saint-Michel-Chef-Chef
03/10/2024	03/10/24	Forum des séniors	CCAS de Saint-Michel-Chef-Chef	LEGUAY-GERMAIL	Nathalie	ccas@stmichelchefchef.fr	0240649994	44730	Saint-Michel-Chef-Chef
26/09/2024	07/10/24	Exposition photos : "Portrait de nos Athlètes en activité"	EHPAD le Rochard	Brodin	Marina	marina.brodin@polepaph.fr	0243910970	53160	Bais
30/09/2024	30/09/24	Les comptines dansées	EHPAD le Rochard	Brodin	Marina	marina.brodin@polepaph.fr	0243910970	53160	Bais
02/10/2024	02/10/24	Les Olympiades du Rochard	EHPAD le Rochard	Brodin	Marina	marina.brodin@polepaph.fr	0243910970	53160	Bais
01/10/2024	01/10/24	Randonnée sportive au viaduc de la Mayenne	CH du Haut-Anjou	SABIN	Sandrine	ssabin@ch-hautanjou.fr	0666403501	53200	Chateau-Gontier sur mayenne
30/09/2024	06/10/24	Création et diffusion d'un clip intitulé "Flammes intergénérationnelles"	CCAS	CONCY LAIR	Ophélie	ccas@remouille.fr	0768810514	44140	REMOUILLÉ
30/09/2024	04/10/24	Toutes les animations intergénérationnelles	Mairie service solidarités	LOSTANLEN	Pascale	pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr	0251710505	4412	VERTOU
01/10/2024	20/10/24	Semaine intercommunale et Intergénérationnelle du Vignoble Nantais	BLEU, BLANC, BLOND EN SÈVRE, MAINE ET GOULIANE	DOLLET	JEAN-CLAUDE	bleublancblondensmg@gmail.com	0642754477	44690	La Haie Fouassière
01/10/2024	03/10/24	La Semaine Beue aux Jardins de l'Erdre	Résidence Les Jardins de l'Erdre	DALIBON	Séverine	animateur@lesjardinsdelerdre.fr	0240970096	44540	Vallons de l'Erdre
02/10/2024	02/10/24	"Savoir rebondir"		Le Brech	Morgane	morgane.lebrech@laval.fr	0619171437	53000	Laval
30/09/2024	04/10/24	Semaine Bleue 2024	CCAS de Rochefort-sur-Loire	Le Carour	Marion	ccas@rochefortsurloire.fr	0241787517	49190	Mozé-sur-Louet, Denée, Val-du-Layon et Rochefort-sur-Loire
30/09/2024	30/09/24	Atelier cuisine intergénérationnel	CCAS DE HAUTE GOULAINNE	PHILIPPOT	ANNE	social@hautegoulaine.fr	0240549224	44115	HAUTE-GOULAINNE
30/09/2024	30/09/24	Atelier mémoire "Remue-ménages"	GOULAINNE	Mme PHILIPPOT	CCAS DE HAUTE GOULAINNE	social@hautegoulaine.fr	0240549224	44115	HAUTE GOULAINNE
01/10/2024	01/10/24	Journée Sports, Santé, Séniors	Département de Loire-Atlantique	BLANDIN	JACQUES	jacques.blandin@loire-atlantique.fr	0677093407	44115	HAUTE GOULAINNE
02/10/2024	02/10/24	Transmettre son patrimoine	CCAS DE HAUTE GOULAINNE	PHILIPPOT	ANNE	social@hautegoulaine.fr	0240549224	44115	HAUTE GOULAINNE
02/10/2024	02/10/24	Atelier chocolat	GOULAINNE	PHILIPPOT	ANNE	social@hautegoulaine.fr	0240549224	44115	HAUTE GOULAINNE
02/10/2023	02/10/24	Balade sonore "Haute-Goulaine, histoires au fil des rues"	GLOBE CONTEUR	LAIDIN	Carole-Anne	caroleanne@globeconteur.org	0695490049	44115	HAUTE GOULAINNE
03/10/2024	03/10/24	Part'âge d'histoires sur la nourriture	CCAS DE HAUTE GOULAINNE	PHILIPPOT	ANNE	social@hautegoulaine.fr	0240549224	44115	HAUTE GOULAINNE
03/10/2024	03/10/24	Zoom sur le Marais de Goulaine	CCAS DE HAUTE GOULAINNE	PHILIPPOT	ANNE	social@hautegoulaine.fr	0240549224	44115	HAUTE GOULAINNE



Les actions ligériennes recensées sur le site national (3/5)

04/10/2024	04/10/24	Balade sonore "Haute-Goulaine, histoires au fil des rues"	GLOBE CONTEUR	LAIDIN	Carole-Anne	caroleanne@globeconteur.org	0695490049	44115	HAUTE GOULAINÉ
03/10/2024	03/10/24	Semaine Bleue : Unissons nos pas vers le marché d'Ancenis !	ASSIEL	ROYNE-RUAULT	Nathalie	liensocial@assiel.fr	0240962788	44150	ANCENIS ST GERÉON
03/10/2024	03/10/24	ASSIEL Conférence : sensibilisation/troubles de la mémoire	ASSIEL	HUCHET	Julien	esa-assiel@assiel.fr	0240962788	44150	ANCENIS ST GERÉON
03/10/2023	03/10/24	MARCHE BLEUE	DOMITYS Rosa Gallica	BATARIERE	BATARIERE Lucie	lucie.batariere@domitys.fr	0255970000	49100	Angers
02/10/2023	02/10/23	DIFFUSION REPORTAGE "Conférence sur la nutrition" du Studio D		BATARIERE	BATARIERE Lucie	lucie.batariere@domitys.fr	0255970000	49100	Angers
02/10/2023	02/10/23	CONCERT DE MUSIQUE CLASSIQUE		BATARIERE	BATARIERE Lucie	lucie.batariere@domitys.fr	0255970000	49100	Angers
04/10/2024	04/10/24	TOURNOI DE MÖLKY AMATEUR		BATARIERE	BATARIERE Lucie	lucie.batariere@domitys.fr	0255970000	49100	Angers
22/10/2024	22/10/24	Le Bal s'enflamme avec les Cœurs Bleus	CLIC Vallée Clisson Sèvre et Maine	Manneheut	Anne	contact@clicvalleedecisson.fr	0285521639	44116	VIEILLEVIGNE
30/09/2024	30/09/24	Petit déjeuner sur le thème de l'équilibre nutritionnel	Centre communal d'action sociale de la Ville d'Angers - Espace du bien-être	Le Roux	Tom	tom.leroux@ville.angers.fr	0241685577	49000	Angers
30/09/2024	30/09/24	Atelier d'échange : la positive attitude		Le Roux	Tom	tom.leroux@ville.angers.fr	0241440040	49000	Angers
02/10/2024	02/10/24	Conférence : comment gérer ses émotions ?		Le Roux	Tom	tom.leroux@ville.angers.fr	0241685577	49000	Angers
30/09/2024	30/09/24	Prendre soin de vos yeux, c'est tout vu		Goizet	Laure	laure.goizet@ville.angers.fr		49000	Angers
01/10/2024	01/10/24	Balade et découverte de la plaine ludique et sportive de la Lande		Goizet	Laure	laure.GOIZET@ville.angers.fr		49000	Angers
02/10/2024	02/10/24	Découverte de la marche nordique		Goizet	Laure	laure.goizet@ville.angers.fr		49100	Angers
02/10/2024	02/10/24	Découverte de l'escrime adaptée	Centre communal d'action sociale	Goizet	Laure	laure.GOIZET@ville.angers.fr		49100	Angers
02/10/2024	02/10/24	Découverte de l'escrime adaptée	Centre communal d'action sociale de la Ville d'Angers	Goizet	Laure	laure.GOIZET@ville.angers.fr		49100	Angers
04/10/2024	04/10/24	Atelier d'échange : se libérer de ses peurs	Centre communal d'action sociale	Goizet	Laure	laure.GOIZET@ville.angers.fr		49000	Angers
03/10/2024	03/10/24	Petit-déjeuner sur le thème de l'équilibre alimentaire	Centre communal d'action sociale	Le Roux	Tom	tom.LEROUX@ville.angers.fr		49000	Angers
03/10/2024	03/10/24	Atelier d'échange : la positive attitude	Centre communal d'action sociale	Le Roux	Tom	tom.LEROUX@ville.angers.fr		49100	Angers
04/10/2024	04/10/24	Comment gérer ses émotions ?	Centre communal d'action sociale	Le Roux	Tom	tom.LEROUX@ville.angers.fr		49000	Angers
01/10/2024	01/10/24	Présentation et prise en main de Via trajectoire	Centre communal d'action sociale	Lemonnier	Florence	florence.lemonnier@ville.angers.fr		49100	Angers
02/10/2024	02/10/24	Balade « respire » : marche bien-être - 5 km	Centre communal d'action sociale	Lemonnier	Florence	florence.lemonnier@ville.angers.fr		49100	Angers
03/10/2024	03/10/24	Art Zen	Centre communal d'action sociale	Lemonnier	Florence	florence.lemonnier@ville.angers.fr		49100	Angers
04/10/2024	04/10/24	Concert de variété française	Centre communal d'action sociale	Lemonnier	Florence	florence.lemonnier@ville.angers.fr		49100	Angers
03/10/2024	03/10/24	Venez bouger avec les résidents des Jardins d'Arborescence	Ovélia	CORBIN	AnneLise	alcorbin@ovelia.fr	0662106967	49100	ANGERS
03/10/2024	03/10/24	Conférence Prévention des chutes par Angers Loire Médical	Domitys Les Botanistes	Leray	Marion	angers-les-botanistes@domitys.fr	0255970300	49000	Angers
02/10/2024	02/10/24	Marche Bleue	EHPAD Bellevue	GONTIER	Anita	animation@ehpadbellevue.fr	0243005342	53500	Saint-Denis-de-Gastines
01/10/24	01/10/24	Séance d'initiation au Qi Gong	Service Cohésion Sociale	Théaudière	Laurie	contact@sagl.fr	0240264436	44860	Saint-Aignan de Grand Lieu
02/10/2024	02/10/24	Découverte du Club Joie de vivre		Théaudière	Laurie	contact@sagl.fr	0240264436	44860	Saint-Aignan de Grand Lieu
03/10/2024	03/10/24	Atelier « ça déménage » spécial sécurité routière		Théaudière	Laurie	contact@sagl.fr	0240264436	44860	Saint-Aignan de Grand Lieu
04/10/2024	04/10/24	Atelier bien-être et prévention autour des huiles essentielles		Théaudière	Laurie	contact@sagl.fr	0240264436	44860	Saint-Aignan de Grand Lieu
26/09/2024	26/09/24	Révision du code de la route		canevet	marie	adjoindcentresocial@comomusdsarthe.fr	0644281384	72510	Mansigné



Les actions ligériennes recensées sur le site national (4/5)

30/09/2024	30/09/24	séniors et sommeil		canevet	marie	adjointcentresocial@comomsudsarthe.fr	0644281384	72510	aubigné racan
01/10/2024	01/10/24	lecture adaptée		canevet	marie	adjointcentresocial@comomsudsarthe.fr	0644281384	72510	mayet
03/10/2024	03/10/24	Aide à la rénovation énergétique		canevet	marie	adjointcentresocial@comomsudsarthe.fr	0644281384	72800	Le Lude
04/10/2024	04/10/24	Petit déjeuner des habitants	centre social	canevet	marie	adjointcentresocial@comomsudsarthe.fr	0644281384	72800	Le Lude
04/10/2024	04/10/24	Bien préparer sa retraite	EQUIP'Ages	canevet	marie	adjointcentresocial@comomsudsarthe.fr	0644281384	72800	Le Lude
09/10/2024	09/10/24	Atelier conférence sur l'alimentation des séniors		canevet	marie	adjointcentresocial@comomsudsarthe.fr	0644281384	72510	pontvallain
11/10/2024	11/10/24	Atelier bien être: la sécheresse cutanée		canevet	marie	adjointcentresocial@comomsudsarthe.fr	0644281384	72510	vaas
11/10/2024	11/10/24	comment alerter en cas d'urgence: les systèmes de téléalarme		canevet	marie	adjointcentresocial@comomsudsarthe.fr	0644281384	72510	Mayet
12/10/2024	12/10/24	Réunion d'informtion sur la mise en place d'un repair café		canevet	marie	adjointcentresocial@comomsudsarthe.fr	0644281384	72800	Le Lude
01/10/2024	01/10/24	randonnée du mardi	relais amical nantes atlantique	EVEN	Ghislaine	ghislaine.even@free.fr	0768554952	44200	nantes
03/10/2024	03/10/24	atelier jeux de société	RELAIS AMICAL NANTES ATLANTIQUE	EVEN	Ghislaine	ghislaine.even@free.fr	768554952	44200	NANTES
01/10/2024	04/10/24	Le Pôle de Gériologie Clinique du CHU de Nantes s'associe à la	CHU DE NANTES - POLE DE GERONTOLOGIE CLINIQUE	MOREAU	ISABELLE	isabelle.moreau@chu-nantes.fr	0240189496	44093	NANTES Cedex 1
02/10/2024	02/10/24	A la découverte de la peinture sur porcelaine	Association des Habitants de Monplaisir	Guédon	Mi-Jo	secretariat@habitantsmonplaisir.fr	0241349815	49100	Angers
02/10/2024	02/10/24	A vous la parole : La richesse de l'âge à travers les partages d'exp		Guédon	Mi-Jo	secretariat@habitantsmonplaisir.fr	0241349815	49100	Angers
02/10/2024	02/10/24	Dansons au rythme de l'âge		Guédon	Mi-Jo	secretariat@habitantsmonplaisir.fr	0241349815	49100	Angers
30/09/2024	30/09/24	Petite balade du lundi	RELAIS AMICAL DU MAINE	JOLY	Daniel	72djol@gmail.com	0607696562	72190	SAINT PAVACE
01/10/2024	01/10/24	PASSEZ NOUS VOIR IL Y AURA DU CAFE !!!		JOLY	Daniel	72djol@gmail.com	0607696562	72000	LE MANS
30/09/2024	30/09/24	Jeux au Chifoumi	Mieire de Couffé	Valeau	Roselyne	roselyne.valeau@couffe.fr		44521	Couffé
02/10/2024	02/10/24	Repas au restaurant scolaire entre enfants et séniors		Valeau	Roselyne	roselyne.valeau@couffe.fr		44521	Couffé
03/10/2024	04/10/24	Initiation aux danses anciennes		Valeau	Roselyne	roselyne.valeau@couffe.fr		44521	Couffé
05/10/2024	05/10/24	Conférence sur la DMLA		Valeau	Roselyne	roselyne.valeau@couffe.fr		44521	Couffé
01/10/2024	01/10/24	Atelier d'Entretien et de Stimulation de la mémoire	Antenne Relais Amical Saint Nazaire	RIEHL	Dominique	domirieh76@yahoo.fr	0652251020	44600	Saint Nazaire
27/09/2024	27/09/24	Partager et bouger!	MALAKOFF HUMANIS SERVICE BENEVOLAT	CHARIER	AURELIE	benevolatnational@malakoffhumanis.com	0608687997	49300	CHOLET
30/09/2024	30/09/24	Atelier Nutrition		Jego	Solène	lesmenuservices.commercial@gmail.com	0771762491	85460	L'aiguillon la Presqu'île
01/10/2024		Atelier Nutrition	Les Menus Services	Jego	Solène	lesmenuservices.commercial@gmail.com	0771762491	85580	Saint Denis Du Payré
03/10/2024		Marche Bleue Les Menus Services & Petits-Fils		Jego	Solène	lesmenuservices.commercial@gmail.com	0771762491	85200	Fontenay le Comte
03/10/2024		Marche Bleue Les Menus Services & Petits-Fils		Jego	Solène	lesmenuservices.commercial@gmail.com	0771762491	85200	Fontenay le Comte
04/10/2024	04/10/24	Atelier Jeux	Antenne Relais Amical Saint Nazaire	RIEHL	Dominique	dominiquerieh76@yahoo.com	0652251020	44600	Saint-Nazaire

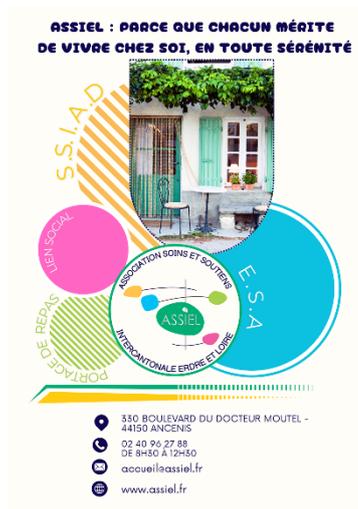


Les actions ligériennes recensées sur le site national (5/5)

			Residence services DOMITYS LE CLOS SAINT MARTIN						
30/09/2024	30/09/24	Initiation Gym douce sur chaise		POUTEAU	Karine	karine.pouteau@domitys.fr	0243684500	53950	LOUVERNE
30/09/2024	30/09/24	Après-midi intergénérationnel		POUTEAU	KARINE	karine.pouteau@domitys.fr	0243684500	53950	LOUVERNE
01/10/2024	01/10/24	Rencontre intergénérationnelle	DOMITYS LE	POUTEAU	Karine	karine.pouteau@domitys.fr	0243684500	53950	LOUVERNE
02/10/2024	02/10/24	Séance de yoga sur chaise intergénérationnelle	CLOS SAINT	POUTEAU	Karine	karine.pouteau@domitys.fr	0243684500	53950	LOUVERNE
02/10/2024	02/10/24	Loto solidaire	MARTIN	POUTEAU	Karine	karine.pouteau@domitys.fr	0243684500	53950	LOUVERNE
03/10/2024	03/10/24	Déjeuner "LE GRAND REPAS"		POUTEAU	Karine	karine.pouteau@domitys.fr	0243684500	53950	LOUVERNE
01/10/2024	01/10/24	Marche Bleue DOMITYS	DOMITYS	Vard	Clément	clement.viard@domitys.fr	0763626528	72000	LE MANS
03/10/2024	03/10/24	Diffusion studio DOMITYS sur la nutrition		POUTEAU	Karine	karine.pouteau@domitys.fr	0243684500	53950	LOUVERNE
04/10/2024	04/10/24	Initiation Sophrologie	DOMITYS LE	POUTEAU	Karine	karine.pouteau@domitys.fr	0243684500	53950	LOUVERNE
04/10/2024	04/10/24	Atelier prévention sécurité routière	CLOS SAINT	POUTEAU	Karine	karine.pouteau@domitys.fr	0243684500	53950	LOUVERNE
04/10/2024	04/10/24	Vernissage exposition actions citoyennes de la résidence	MARTIN	POUTEAU	Karine	karine.pouteau@domitys.fr	0243684500	53950	LOUVERNE
01/10/2024	01/10/24	Journée prévention à Nort sur Erdre	ACSIRNE	AUBERT	BARBARA	acsirne@laposte.net	0240721167	44390	Nort sur Erdre
05/10/2024	05/10/24	"TOUS EN BLEU" Venez petit déjeuner	DOMITYS LE	POUTEAU	Karine	karine.pouteau@domitys.fr	0243684500	53950	LOUVERNE
05/10/2024	05/10/24	Représentation de la troupe "LES NOCIERS D'ATHEE"	CLOS SAINT	POUTEAU	Karine	karine.pouteau@domitys.fr	0243684500	53950	LOUVERNE
30/09/2024	05/10/24	Collecte au profit de l'association louvernéenne "LA GRAINE CITOYENNE"	MARTIN	POUTEAU	Karine	karine.pouteau@domitys.fr	0243684500	53950	LOUVERNE

ASSIEL

Association Soins et Soutiens Intercantonale Erdre et Loire



Dans le cadre de la semaine bleue nous avons plusieurs actions sur la commune d'ANCENIS :

- Le Lundi 30 septembre : de 14h à 18h ASSIEL sera présent au forum sénior d'Ancenis. De plus, nous proposons aux bénéficiaires de s'inscrire aux bilans auditifs et visuels organisés à l'Espace Edouard Landrain.



- Le Jeudi matin, nous conduirons les bénéficiaires d'ASSIEL qui le souhaitent au marché d'Ancenis (alliant plaisirs et mobilités douces)
- Le jeudi après-midi nous animons en collaboration avec France Alzheimer une conférence sur les troubles de la mémoire. Nous accompagnerons à pied les personnes qui le désirent aux COROLLES un EHPAD du CHEL afin de partager un goûter avec les résidents.

Contact :

Séverine TERROM – Directrice ASSIEL - direction@assiel.fr

Semaine bleue mutualisée 2024

Rochefort sur Loire

A l'occasion de la semaine bleue 2024, les 4 CCAS des communes de Mozé-sur-Louet, Denée, Val-du-Layon et Rochefort-sur-Loire, ont œuvré ensemble pour proposer une semaine d'animations gratuites à destinations des aînés et jeunes retraités du territoire.



Transport solidaire GRATUIT
Renseignements auprès du CCAS de votre commune

Lundi 30 septembre - à 15h30 - Devant la mairie
Denée
Rendez-vous devant la mairie pour participer à une séance de gym ludique aux côtés de Claudine Pinier.
Au programme: Réveil musculaire et gym d'entretien, dans la douceur et la bonne humeur! Sur inscription.

Mercredi 2 octobre - de 10h à 11h30 - Salle Galaxia
Rochefort-sur-Loire
L'association W/MOOV vous propose un atelier pour aborder les solutions de mobilité de votre territoire et en apprendre plus sur les dispositifs existants (aides financières, techniques, matérielles). Sur inscription.

Jeudi 3 octobre - à 14h - Salle Jean De Pontoise
Saint-Aubin-de-Luigné
Dans une ambiance ginguette, venez passer un après-midi festif, rythmé par l'accordéon de Mme Musset.
Sur inscription.

Vendredi 4 octobre - de 10h à 11h30 - Salle de l'Aubance
Mozé-sur-Louet
Venez participer à un atelier poterie:
De la découverte du modelage à la réalisation d'un objet en argile blanche.
Sur inscription. Animé par Pascale Cacoub, céramiste.

Et aussi sur vos communes...
Concert de la chorale Trojodyssimo le dimanche 29 septembre à Saint-Aubin-de-Luigné.
Renseignements au 02.41.78.33.28
Week-end du jeu à Denée les 4/5/6 octobre, Renseignements au 02.41.78.72.18

Au programme : Gym ludique, atelier mobilité, après-midi guinguette et activité poterie... Autant d'occasions pour se retrouver et partager un moment convivial ensemble.

Informations et inscriptions auprès du CCAS de Rochefort-sur-Loire au 02.41.78.75.17

Site internet : <https://www.rochefortsurloire.fr/agenda/409003>

Contact :

LE CAROUR Marion, chargée d'accompagnement social et d'animation : ccas@rochefortsurloire.fr

[Compte Facebook](#)

Atelier vélo électrique

Tressage / Château Thébaud

Atelier Vélo Électrique : Envie de découvrir les avantages du vélo électrique ? Rejoignez-nous pour un atelier pratique et ludique, organisé par Tressage, le mercredi 2 octobre 2024 de 10h à midi!

Où ? À la salle du Bois Joli. A château Thébaud

Au programme :

- Atelier sur le code de la rue et les bienfaits de la pratique du vélo ?
- Découverte du vélo à assistance électrique (VAE) ⚡

Inscription gratuite

Pour vous inscrire, envoyez un email à contact@tressage.fr ou contactez Élodie Le Gall au 07 49 09 22 74.

Ne manquez pas cette belle opportunité de pédaler vers un mode de vie plus actif et éco-responsable !



ASSOCIATION DU BIEN-VEILLIR DANS LE VIGNOBLE NANTAIS.

ATELIER VELO ELECTRIQUE

Atelier code de la rue
et bienfaits de la
pratique du vélo



Atelier découverte VAE
vélo à assistance
électrique

MERCREDI 2 OCTOBRE 2024

De 10h à midi, à la salle du bois joli

Inscriptions : contact@tressage.fr

Élodie Le Gall au 07 49 09 22 74



Contact : Elodie LE GALL Fondatrice de l'association contact@tressage.fr -07 49 09 22 74

Comptes Réseaux sociaux de la structure ::

[LinkedIn](#)

[Facebook](#)

Le Bal s'enflamme avec les Cœurs Bleus CLIC – EHPAD / Vieilleville

Dans le cadre de la Semaine Bleue 2024, semaine nationale des retraités et des personnes âgées, Le Clic Vallée Clisson Sèvre et Maine et les Ehpads du secteur vous proposent de participer à un événement à destination des plus de 60 ans.

Cette année, « **LE BAL S'ENFLAMME AVEC LES CŒURS BLEUS** » se déroulera le 22 octobre 2024, salle Trianon de Vieilleville de 14h30 à 17h.

Il sera question d'un bal emmené par deux animatrices, une occasion de danser ensemble, guidés par des gestes simples et accessibles à tous.

L'entrée sera gratuite et ouverte à toutes les personnes de plus de 60 ans, sur inscription auprès du Clic : 02.85.52.16.39.

Une collation sera disponible tout au long de l'après-midi et une exposition photo sur le thème de l'expression corporelle en Ehpads sera présentée.

Ouverture des portes dès 14h.

Site internet : www.clicvalleedeclicson.fr

Contact:

Lucille LEGER - 02.85.52.16.39 - contact@clicvalleedeclicson.fr



La Semaine Bleue
À tout âge, ensemble !

LE BAL S'ENFLAMME AVEC LES CŒURS BLEUS

22 OCTOBRE 2024
14H30 - 16H30

**SALLE LE TRIANON
VIEILLEVILLE**

Bal à destination des Séniors

Animé par " les Infusé.e.s "
Ouvert aux enfants
Exposition photo et collation

Entrée gratuite sur inscription : 02.85.52.16.39

Organisé par le CLIC Vallée Clisson Sèvre Maine et les Ehpads du territoire



La semaine bleue Au Pays de Blain

Proposition de 12 activités gratuites à découvrir :

- Activité physique adaptée – Le 30/09
- Bal – Le 30/09
- Maison de retraite 2 – Le 01/10
- Spécial Centre aquatique – Le 01/10
- Risques domestiques – Le 02/10
- Animation composteur – Le 03/10 et le 04/10
- Pétanques & Jeux en bois – Le 02/10
- Animation déchets – Le 04/10
- Trucs & astuces en cuisine – Le 05/10
- Initiation Premiers secours – Le 05/10



Toutes les informations :

[Semaine bleue - Du 30 septembre au 5 octobre 2024 - Pays de Blain - Pays de Blain \(pays-de-blain.com\)](https://pays-de-blain.com)

[Brochure semaine bleue 2024 VF.indd \(pays-de-blain.com\)](#)

Conférence « Equilibre en bleu » Saint Nazaire



Au sein de la Colocation seniors de Nantes, CetteFamille, facilitateur de vie partagée, organise en partenariat avec Siel Bleu, jeudi 3 octobre 2024, une conférence dédiée aux bienfaits de l'Activité Physique Adaptée, de la prévention des chutes et de la stimulation de l'équilibre.

Un temps d'accueil avec café vous sera proposé à 14h30, avant de participer à la conférence à 15h, et de partager le goûter.

Conçue pour des personnes âgées souffrant de solitude et/ou ayant une perte d'autonomie nécessitant l'accompagnement d'un professionnel pour les gestes du quotidien, cette Maison partagée accueille actuellement 3 colocataires. Une visite de la maison sera possible.



Lien : <https://www.cettefamille.com/>

Contact :

Aurélien MAILLARD, Responsable Rayonnement et Vie Partagée - Pays de La Loire -
aurelien.maillard@cettefamille.com / 06.23.88.09.94

Comptes Réseaux sociaux :

[Facebook](#) / [Instagram](#) / [LinkedIn](#) / [X](#)

LOTO

Saint Nazaire



La Colocation seniors CetteFamille de Saint-Nazaire vous ouvre ses portes, mercredi 2 octobre 2024, à l'occasion de l'organisation d'un LOTO dans une ambiance conviviale.

Un temps d'accueil avec café vous sera proposé à 14h30, avant de jouer au célèbre jeu du Loto, puis de partager le goûter et cela en compagnie des colocataires de la Maison partagée.

Une visite de la maison sera possible.



Lien : <https://www.cettefamille.com/>

Contact :

Aurélien MAILLARD, Responsable Rayonnement et Vie Partagée - Pays de La Loire - aurelien.maillard@cettefamille.com / 06.23.88.09.94

Comptes Réseaux sociaux :

[Facebook](#) / [Instagram](#) / [LinkedIn](#) / [X](#)

Bouger Ensemble... Pour entretenir la Flamme ! Vertou

Le groupe de travail Bien Vieillir à Vertou vous invite à participer à des moments conviviaux en famille ou entre amis dans différentes rubriques pour vous faire plaisir !

C'est du Sport ! On chante, on danse, on rit !

Tous en convivialité ! Animations créatives à l'honneur toute la journée du jeudi 3/10.

Et aussi de la Prévention & des rendez-vous intergénérationnels dans les écoles et temps de loisirs des enfants.



Programme complet :

[La Semaine bleue - Site officiel de la ville de Vertou \(44\)](#)

[Semaine bleue 2024 \(calameo.com\)](#)

Contact:

LOSTANLEN Pascale, chargée d'animation sociale - pascale.lostanlen@mairie-vertou.fr / 02 51 71 05 05 / 07 85 37 24 66

Bouger Ensemble... Pour entretenir la Flamme !

Laval

L'Espace seniors intergénérationnel de Laval a pour objectif d'informer, d'orienter et d'accompagner les seniors afin de favoriser la qualité du bien vieillir à Laval (adhérente au réseau francophone "Ville Amie des Aînés" depuis 2017), à prendre en compte leurs besoins, de lutter contre l'isolement social, d'accompagner à l'accès à la culture et activités de loisirs avec l'objectif de créer du lien social, de favoriser la prévention santé en partenariat avec les forces vives du territoire. Les liens intergénérationnels sont présents à travers l'ensemble des activités proposées.

Plusieurs évènements sont proposés en 2024 dans le cadre de la semaine bleue :

- Conférence « Osez l'amour ! » par Yan Marchand, le 1er octobre à 18h30, en salle du conseil ;
- Marche bleue « Savoir rebondir » départ de l'Espace seniors intergénérationnel jusqu'à l'EHPAD Ferrié (clôture par un goûter), le mercredi 2 octobre à 14h ;
- Spectacle interactif « VIVE LA RETRAITE » avec la compagnie Casus délires, le lundi 14 octobre à 14h30 à l'auditorium de la salle polyvalente de Laval.



Lien : <https://www.laval.fr/au-quotidien/seniors/espace-seniors-intergenerationalnel>

Contact:

Morgane LE BRECH, responsable du service Prévention seniors, bien vieillir et solidarité intergénérationnelle - 22 place Albert Jacquard – CCAS de Laval - 53000 Laval

Atelier Biodanza Saint-Nazaire

LA BIODANZA®(danse de la vie en espagnol) a été créé par Rolando Toro un psychologue, pédagogue... chilien dans les années 1960 et est arrivée en Europe et en France dans les années 80.

Cette pratique permet, par des propositions de mouvements simples, des jeux,... de retrouver du plaisir à bouger son corps en lien avec soi-même et les autres de tout âge et de toute culture. La musique qui accompagne les mouvements stimule la joie, l'élan de vie...

Un atelier adapté pour la semaine bleue sera proposé : jeudi 3 Octobre 2024 de 19h15 à 21h salle de kerfaouet (allée des pinsons-villes martin) à Saint-Nazaire.

Tarif libre (5€ si c'est possible).

Contact :

Réservation obligatoire auprès d'Edith D'AVIAU 0617327181

La marche bleue (colorée) Saint-Brévin les pins

200 personnes intergénérationnelles se retrouvent pour
une marche dans Saint Brevin et finir en color party

sur la plage le 1 octobre 2025 à partir de 14h00

sur la résidence Vent d'ouest 1 bis avenue jacques
Cassard 44250 St Brevin les pins



Contact :

FORET SANDRINE ANIMATRICE COORDINATRICE - s.foret@meretpins.fr 06 13 89 91 41



LES CHAPEAUTES EHPADants Saint-Brévin les pins

Une journée pour se retrouver avec un partage de repas de danses et de musique. Venez partager ce temps festifs (350 personnes)

Jeudi 10 octobre 2024

A partir de 12H00

Salle de l'étoile de jadeles

Saint Brevin les pins



Contact :

FORET SANDRINE ANIMATRICE COORDINATRICE - s.foret@meretpins.fr 06 13 89 91 41

