

Semaine Nationale des retraités et personnes âgées

La Semaine **BLEUE**

Du **6** au **11**
octobre 2025

VIEILLIR
UNE FORCE
À PARTAGER !

Nombreuses
animations gratuites



Lundi 6 octobre

9h15-12h Atelier d'art floral et cartonnage 3D

Organisé par l'AMIRA
Foyer Marie Layraud

14h Marches bleues

Organisées par le Club de l'Amitié
Rdv à 13h45 au parking salle du Gotha

13h30-18h Journée nationale des aidants

Cabaret insolite «Jour de fête», stands d'informations pour les aidants et spectacle de danse folklorique.
Organisée par l'Escale les Moncellières
Inscription conseillée au 02 41 39 66 95
Salle Loire, Espace Edouard Landrain

Mardi 7 octobre

9h15-12h Atelier d'art floral et cartonnage 3D

Organisé par l'AMIRA
Foyer Marie Layraud

13h45-17h30 Jeux de société/belote

Proposés par le Club de l'Amitié
Salle Arc-en-ciel

14h30-16h30 Danses folkloriques

Initiation organisée par l'AMIRA
Salle de la Corderie

16h30-18h30

Prévention sécurité routière seniors

Sensibilisation aux risques routiers, réactualisation du code de la route.
Sur inscription au 02 40 96 25 60
Salles des Abattoirs (Montesquieu)

Mercredi 8 octobre

10h30-11h30 Atelier prévention à la marche

Pour les personnes à mobilité fragile.
Animé par l'association SIEL BLEU
Parc de la résidence La Davrays

Mercredi 8 octobre Suite

10h-12h Conférence « Pouvoir d'achat des seniors »

Organisée par Initiativ'Retraite44 et animée par Bien vieillir chez soi
Salles des Abattoirs (Montesquieu)

13h45-17h Jeux de société

Organisés par l'AMIRA
Foyer Marie Layraud

14h et 15h Initiation swin golf

Proposée par Pays d'Ancenis Swin Golf
Terrain de swin golf - Île Mouchet

14h-17h Conférence « Périnéo seniors »

Prévention périnée : hommes et femmes tous concernés.
A la suite de la conférence, possibilité de s'inscrire à des ateliers gratuits.
Animée par Kiné Ouest Prévention
Espace Corail (salle de conférence)

Jeudi 9 octobre

9h-13h Le marché bleu

Animations musicales et espace de rencontre sur le marché.
Place Saint-Pierre

9h30-12h30 Portes ouvertes de la Résidence Autonomie La Davrays

13h45-17h30 Jeux de société, belote, billard et tennis de table

Proposés par le Club de l'Amitié
Salle Arc-en-ciel

14h-16h Conférence interactive « sensibilisation aux troubles de la mémoire »

Informations et conseils pratiques.
Animée par ASSIEL et France Alzheimer
Salle Tour Moutel

14h-16h Chorale

Proposée par l'AMIRA
Foyer Marie Layraud

Vendredi 10 octobre

9h-11h30 **Atelier tricot**

Proposé par l'AMIRA

Salle Tour Moutel

9h30-10h30 **Gym équilibre**

Avec l'association SIEL BLEU

Résidence Autonomie La Davrays

10h-12h **Dictée intergénérationnelle**

Avec les élèves de CM2

Sur inscription au 02 40 96 25 60

Dans les écoles primaires

 **Midi** : possibilité de déjeuner dans un des trois restaurants scolaires.

Tarif : 6,10 €

Sur inscription au 02 40 96 25 60

14h30-17h30

Atelier prévention des chutes aidants/aidés

Organisé par l'Escale les Moncellières et ASSIEL.

Sur inscription au 02 41 39 66 95

Résidence Autonomie La Davrays

15h-16h **Découverte du parcours artistique et collaboratif «Si ça te chante»**

Parc de la résidence La Davrays

Samedi 11 octobre

9h-13h **Le marché bleu**

Animations musicales et espace de rencontre sur le marché.

Rue du Pont

10h-12h

Prévention sécurité routière seniors

Sensibilisation aux risques routiers, réactualisation du code de la route.

Sur inscription au 02 40 96 25 60

Salle du Gotha

13h45-18h30 **Marches bleues intergénérationnelles et bal dansant**

A partir de 13h45 : 2 parcours de 4 km et 9 km. *Organisées par 4SG.*

A partir de 15h : bal dansant esprit guinguette (animations et buvette).

Salle du Gotha

14-15h **Devenir bénévole**

«Lutte contre l'isolement des seniors»

Rencontre/échanges.

Proposée par Les Petits Frères des Pauvres

Petite salle du Gotha

INFOS PRATIQUES

Les animations de ce programme sont gratuites*.

Elles s'adressent aux seniors, aux aidants et familles.

Contacts : 02 40 96 25 60 - residence.davrays@ancenis-saint-gereon.fr

Transport

Pour vous rendre aux activités, pensez au covoiturage ou au Transport Solidaire !

Voici les coordonnées des bénévoles de permanence :

6, 8 et 11 oct. M. Rongear 06 20 41 46 46

7 et 9 oct. M. Bertrand 06 85 31 57 89

10 oct. M. Collibault 06 17 91 41 21

Tarif : 2,50 € le trajet (à régler en espèces auprès du chauffeur)

* Sauf le repas du 10 octobre aux restaurants scolaires



Ça se passe où ?

1. **Résidence Autonomie La Davrays**, 700 boulevard Joseph Vincent
2. **Salle Loire (Espace E. Landrain)**, boulevard Kirkham
3. **Foyer Marie Layraud**, 60 avenue Robert Schuman
4. **Espace Corail**, place Francis Robert
5. **Terrain de swin golf**, île Mouchet
6. **Marché du jeudi**, place Saint-Pierre
7. **Salle Arc-en-ciel**, 187 avenue du Mortier
8. **Salle du Gotha**, 56 rue des Maîtres
9. **Salle Tour Moutel**, 135 boulevard du Docteur Moutel
10. **Salles des Abattoirs**, 72 rue Saint-Fiacre
11. **Salle de la Corderie**, 65 rue Alexis Carrel
12. **Ecole Madame de Sévigné et restaurant scolaire**, boulevard Mme de Sévigné
13. **Ecole Abert Camus et restaurant scolaire**, 325 boulevard Joseph Vincent
14. **Ecole Alexandre Bernard et restaurant scolaire**, 187 avenue du Mortier
15. **Marché du samedi**, rue du Pont