

# VIEILLIR UNE FORCE À PARTAGER !

leMée  
sur Seine



[www.semaine-bleue.org](http://www.semaine-bleue.org)

Sous le haut parrainage du ministère du Travail, de la Santé, des Solidarités et des Familles

En lien avec la Journée internationale des personnes âgées le 1<sup>er</sup> octobre



Rendez-vous national incontournable, au Mée-sur-Seine, la Semaine Bleue revient du 6 au 10 octobre avec un programme riche. Destinées aux personnes âgées, ces animations sont souvent intergénérationnelles dans le but de favoriser les rencontres entre les Méens, qu'ils soient jeunes ou moins jeunes. N'hésitez pas à participer !

## Lundi 6 octobre

### 10h00 - 11h15 : Quizz « Vieillir une force à partager »

Arpavie - Suivi d'un moment convivial - Sur inscription

### 14h00 : Atelier « Active mémoire »

À la Maison des Loisirs et des Découvertes (MLD) avec l'association Retraite Sportive Melun Val de Seine (RSMVS) - Suivi d'un goûter

## Mardi 7 octobre

### 10h15 : Atelier contes et lecture

Au Centre social Yves Agostini avec les enfants des crèches Vanille-Chocolat et Aquarelle.

### 10h30 : Blind test

À la Maison des Loisirs et des Découvertes (MLD)

### 13h30 : Marche bleue 3S

Parcours de 5 et 10 kms - Départ du Chalet des Bords de Seine (19, rue du 8 Mai 1945) - Collation au retour



## **Mercredi 8 octobre**

**10h30 - 12h00 : Arpavie - Spectacle de danse polynésienne**

Suivi d'un apéritif des Iles

**14h30 : Jeux de société**

Au Club de l'Amitié - Action Intergénérationnelle avec les accueils de loisirs de Fenez et du Centre Social

## **Jeudi 9 octobre**

**10h00 : Sortie parisienne « Croisière déjeuner sur la Seine »**

Départ de l'Hôtel de Ville à 10h00, retour à 16h30

## **Vendredi 10 octobre**

**10h30 : Atelier beauté et Le MIAM-Ô-FRUIT**

Au Centre social Yves Agostini

**14h00 : Atelier « Les Essentiels du Bien être »**

Cuisine, massage et mise en beauté à la Ferme du Marais

**15h00 : Atelier créatif « Toile et collage »**

À la MLD avec les enfants de la crèche Vanille-Chocolat

**Tout au long de la semaine une navette sera mise à disposition pour se rendre aux différentes activités.**

**Renseignements auprès du CCAS**

**01 60 56 97 20 - [ccas@lemeesurseine.fr](mailto:ccas@lemeesurseine.fr)**





**Renseignements au CCAS**  
**01 60 56 97 20 - [ccas@lemeesurseine.fr](mailto:ccas@lemeesurseine.fr)**