

La  
Semaine  
Bleue

À tout âge, ensemble !

Semaine Nationale  
des retraités et  
personnes âgées

du 30 septembre  
au 4 octobre 2024



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

**LOCHES**

cabaret - chorale - jeux  
marche - spectacle  
ateliers art floral,  
cuisine, numériques...



LA MARCHÉ BLEUE



En cette année olympique, la Semaine Bleue valorisera la mise en mouvement des seniors sur le thème « Bouger ensemble... pour entretenir la flamme ! ». L'occasion de partager de nombreuses animations gratuites à Loches.

### Lundi 30 septembre

#### Ouverture de la Semaine Bleue en dansant !

Ambiance cabaret avec la participation de l'association La K'Danse.  
Démonstrations de danses irlandaises, orientales, country, salsa...

➤ Espace Agnès Sorel, 14h-16h30 / transport possible\*

### Mardi 1<sup>er</sup> octobre

#### Jeux d'équipe en lien avec les jeux olympiques

Ateliers, accessibles à tous, organisés par les élèves de la Maison Familiale Rurale du lochois. Apéritif offert.

➤ Espace Agnès Sorel, 9h-12h / transport possible\*

**Atelier gourmand** avec Christelle Royauté, animatrice culinaire.

➤ MFR du Lochois, 14h-16h30 / transport possible\* [inscriptions : 07 72 16 35 77]

### Mercredi 2 octobre

#### Marche intergénérationnelle

proposée par le Conseil départemental d'Indre-et-Loire et le CIAS Loches Sud Touraine.

Accessible à tous (jeunes enfants, séniors, PMR)

➤ Centre Aquilon : petit déjeuner convivial à 9h15

➤ Parking du centre Aquilon, départ de la marche à 10h

**Concert de la chorale Quand tu chantes** de Ferrière-sur-Beaulieu,

sous la direction d'AlainCherrier, avec la participation des élèves de la MFR et du Lycée Ste Jeanne d'Arc, et des enfants de l'accueil de loisirs. Répertoire de chansons en lien avec les J.O.

➤ Résidence Vivéa Mary Flor, 14h15-16h30 [inscriptions : 07 72 16 35 77]

### Jeudi 3 octobre

#### Atelier numérique : arnaques et dangers du Net

Partagez les bonnes pratiques pour mieux vous prémunir des arnaques :  
fraudes bancaires, pages web et mails frauduleux, faux avis de contravention...

Animé par les Conseillers numériques France services.

➤ Médiathèque Jacques Lanzmann, 9h30-11h30 [inscriptions : 07 72 16 35 77]

#### Ateliers « Nature » : plantation en jardinières et art floral

Animés par les Apprentis d'Auteuil et la Société d'horticulture de Touraine.

➤ Résidence Vivéa Mary Flor, 14h-16h30 / transport possible\* [inscriptions : 07 72 16 35 77]

### Vendredi 4 octobre

#### Spectacle « Boîte à musique » pour la clôture de la Semaine Bleue.

Une petite fille, Nina, partage ses rêves de futur tandis qu'Odette une femme âgée, raconte ses souvenirs passés... Cette « Boîte à musique » recèle de chansons populaires, mises en scène par deux personnages hauts en couleur qui sauront tisser un lien unique.

➤ Espace Agnès Sorel, 14h-17h / transport possible\*

