

Vieillir ensemble une chance à cultiver !



**Semaine nationale des retraités
et personnes âgées
du 2 au 6 octobre 2023**

Rendez-vous national incontournable au Mée-sur-Seine, la Semaine Bleue revient du 2 au 6 octobre avec un programme riche en animations. 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 à ces actions !

Lundi 2 octobre : Marche bleue

13h30 : échauffement musculaire avec les 3S sur le parvis du Club de l'amitié (221 avenue du Vercors).

14h00 : départ des deux parcours au choix entre 4 et 8 kms.

16h00 : goûter offert aux marcheurs et visite de l'exposition de patchworks réalisée par le Club de l'amitié et la MLD (ex-MJC).



Mardi 3 octobre : animation intergénérationnelle

15h30 : découverte de la ferme pédagogique à l'EHPAD la Ferme du Marais (565 avenue de Marché Marais).

Visite ouverte aux séniors et aux enfants des structures Petite enfance de la ville.

Mercredi 4 octobre : visite virtuelle et jeux

14h30 : visite virtuelle guidée « *La Corse sur les pas de Napoléon* » ouverte aux séniors et aux enfants des accueils de loisirs à la Résidence autonomie Arpavie Les Tournelles (380 allée Plein ciel) - **Places limitées**

15h00 : organisation de jeux/challenges/Battle Karoké en équipes intergénérationnelles à la MLD (ex-MJC)



Jeudi 5 octobre : Sortie au cabaret « Le Philadelphia » à Samois-sur-Seine

10h30 : rendez-vous sur le parking de l'Hôtel de Ville pour un retour à 18h30. Inscription auprès du service Monétique à l'Hôtel de Ville (555 route de Boissise)



Vendredi 6 octobre : parcours de jeux et d'équilibre

10h30 : rendez-vous au gymnase « Les Régals » (Allée Pierre de Ronsard) avec la crèche familiale Ribambelle en partenariat

Semaine du 3 au 7 octobre

Une table thématique de livres sur « le bien vieillir ensemble » sera à votre disposition à la Médiathèque la Méridienne, en section adultes.





Renseignements au CCAS
01 60 56 97 20 - ccas@lemeesurseine.fr