

Communiqué de presse

Semaine Bleue : 6 jours d'animations pour les seniors



Une semaine d'événements sont programmés du 30 septembre au 5 octobre dans le cadre de la Semaine Bleue par la Communauté de Communes Châteaubriant-Derval, organisatrice de la manifestation. Le thème de cette édition 2024 : « *Bougeons ensemble... pour entretenir la flamme* » invite au mouvement et à la rencontre. Des animations sont prévues tous les jours, rythmées par 3 temps forts à ne pas manquer les 30 septembre, 2 et 3 octobre.

Cette année encore, la semaine bleue propose aux seniors **de très nombreuses activités sur l'ensemble du territoire** : promenades, yoga, exposition, spectacle humoristique, bien-être, atelier cuisine, séance de prévention des chutes, gymnastique douce, atelier mémoire dynamique, danse, réflexologie, tir à l'arc, visites de résidences...

3 temps forts incontournables viennent ponctuer la Semaine Bleue :

- **Une séance de découverte de l'aquatraining** et de l'espace bien-être. Rendez-vous à l'**espace aquatique Aquachoisel à Châteaubriant**, lundi 30 septembre de 16h à 17h30.
- **Un Forum d'informations dédié à la santé, au bien-être et à l'autonomie**, organisé par le Centre Socio Culturel Intercommunal et plusieurs partenaires qui proposent des ateliers sur des thématiques liées aux seniors (santé, autonomie, habitat, loisirs...). Rendez-vous au **Foyer Restaurant, Esplanade des Terrasses à Châteaubriant**, mercredi 2 octobre de 9h à midi.
- **La Guinguette gratuite pour tous**. L'après-midi sera animée par Véronique Mancel, accordéoniste, chanteuse et batteuse, pour les danseurs et les autres. Les élèves d'une école maternelle viendront participer à ce moment intergénérationnel. Un goûter sera même servi en milieu d'après-midi. Rendez-vous à la **halle de Béré à Châteaubriant**, jeudi 3 octobre de 14h à 16h30.

➤ [Consultez ou téléchargez le programme complet de la Semaine Bleue 2024.](#)

Événement national dédié aux retraités et aux personnes âgées, la Semaine Bleue contribue à valoriser la place des retraités et des personnes âgées dans la vie économique, sociale et culturelle et à renforcer les liens intergénérationnels.

Zoom sur l'audiographe

Une audiographe sera présente lors du deuxième temps fort au Foyer Restaurant à Châteaubriant mercredi 2 octobre de 9h à midi. Maud Mestrard, de Soudan, propose aux aînés d'enregistrer leur voix lorsqu'ils racontent leur histoire. Biographe, elle met ensuite en mots tout ce qu'on lui raconte pour en faire un livre plein d'anecdotes et d'histoires.

Comment venir ?

Venir à la Semaine Bleue, c'est simple, grâce aux services de la communauté de communes et particulièrement du Transport à la Demande. Il suffit d'appeler la Maison de la Mobilité au 02.40.07.54.71 et de réserver un créneau horaire ou auprès du Allô Aléop au 09.69.39.14.14.

Contact Presse

Communauté de Communes Châteaubriant-Derval

Amélie Servant

06 70 62 22 01

amelie.servant@cc-chateaubriant-derval.fr