

© Ville de
SAUMUR

Semaine Bleue

SEMAINE NATIONALE
DES RETRAITÉS
ET DES PERSONNES
ÂGÉES

25/09 > 15/10



☐ **VENDREDI 25 SEPT.**

« Ridée...mais pas fanée »

Conférence-gesticulée. Par Marianne Blin.

MJC de Saumur 20h00

Renseignement et inscription

02 41 40 25 60

☐ **LUNDI 5 OCT.**

Projection

Cinéma. Papi-Sitter, comédie française avec Gérard Lanvin et Olivier Marchal.

Cinéma le Grand Palace 14h30 > 17h00

Places limitées.

Inscription lors des permanences

☐ **MARDI 6 OCT.**

Conduire en toute sécurité

Conférence-atelier. Révision du code de la route et sensibilisation aux maladies de l'œil (Cataracte et DMLA) par l'utilisation de lunettes spéciales.

*Avec la gendarmerie du peloton motorisé de Vivy
SUIVI D'UN GOÛTER.*

Salle des Hauts-Quartiers 14h00 >16h00

Places limitées.

Inscription lors des permanences

☐ **MERCREDI 7 OCT.**

Visite du musée de la cavalerie

Découverte de notre histoire. À l'occasion des 80 ans de la bataille des Cadets de Saumur, Visite guidée du musée.

SUIVI D'UN GOÛTER.

Place Charles de Foucauld 14h00 > 15h20

Places limitées.

Inscription lors des permanences

☐ **JEUDI 8 OCT.**

Tout sur le chèque emploi service

Atelier-numérique.

14h00 > 15h15 sur inscription auprès de la coordination autonomie

Information.

15h30 > 17h00 « L'emploi à domicile entre particuliers et le CESU »

Proposé par la Coordination Autonomie et animé par Particulier emploi et URSSAF.

SUIVI D'UN MOMENT CONVIVIAL.

Espace Jean Rostand

Places limitées.

Inscription et information Coordination

Autonomie - 02 41 83 22 20

S'engager bénévolement à la retraite

Information. Présentation par

France Bénévolat

MJC de Saumur 14h00 > 16h00

Renseignement : 02 41 40 25 60

VENDREDI 9 OCT.

Documentaire à la médiathèque

Visite-Ciné. Visite de la médiathèque de Saumur, et projection d'un film documentaire. « Curés de montagne d'une splendide contrée où l'opiniâtreté, la gaîté et le charisme permettent de résister aux intempéries de la vie » (durée : 52mn).

SUIVI D'UN GOÛTER.

Médiathèque de Saumur 15h00

Places limitées.

Inscription lors des permanences

LUNDI 12 OCT.

Aquasénior

Atelier sport-loisir. Venez profiter d'une séance relaxante adaptée.

SUIVI D'UN GOÛTER.

Piscine Val de Thouet 16h15 > 17h00

Places limitées.

Inscription lors des permanences

□ **MARDI 13 OCT.**

Plaisir de bouger

Activités de Bien-être. Pour votre plaisir, découvrez les bienfaits de la pratique d'activités physiques accessibles à tous.

Des ateliers proposés par des professionnels et élaborés spécifiquement pour les seniors.
SUIVI D'UN GOÛTER.

Salle du Thouet 14h00 > 17h00

En accès libre.

Inscription lors des permanences

□ **LES 8, 9, 15 ET 16 OCT.**

(dates au choix)

Informatique et Internet

Atelier-découverte. Vous aspirez à découvrir l'outil informatique et comprendre comment utiliser les services liés à Internet (messagerie, réservations de trains...).

La médiathèque de Saumur vous propose un atelier, en petit comité, pour tout comprendre.

Médiathèque de Saumur 10h00 > 11h30

Places limitées.

Inscription lors des permanences

Le programme de cette Semaine Bleue est proposé par le CCAS de la Ville de Saumur, avec la participation des services de la Ville de Saumur, des associations sportives saumuroises, de la communauté d'agglomération Saumur Val de Loire, de la Coordination Autonomie, de la MJC, de l'Ecole Nationale d'Equitation et du peloton motorisé de la gendarmerie de Vivy.

TOUTES LES ANIMATIONS SONT GRATUITES

Inscriptions lors des permanences
lundi 14/09, jeudi 17/09,
vendredi 18/09, mardi 22/09
Hôtel de Ville / salle Cocasserie
(rue Bonnemère) de 9h00 à 12h00

RENSEIGNEMENTS
06 08 87 59 74



Coordination Autonomie



**PORT DU MASQUE
OBLIGATOIRE**

Selon les conditions sanitaires, les informations contenues dans ce programme peuvent évoluer. Nous vous invitons donc à vous tenir informés régulièrement via internet et nos réseaux sociaux.