

DU 5 AU 11 OCTOBRE 2025 • L'ESCALL • SAINT-SÉBASTIEN-SUR-LOIRE

La Semaine Bleue

SANTÉ • HABITAT • LOISIRS



Service Seniors :
02 40 80 85 75

CCAS
Centre Communal d'Action Sociale
SAINT-SÉBASTIEN-SUR-LOIRE



saintsebastien.fr



Saint-Séb^{astien}
sur-Loire

Édito

Nous vous donnons rendez-vous à l'ESCALL pour une nouvelle édition de la Semaine Bleue ! Animations gratuites, moments conviviaux, échanges et découvertes : le programme est riche, ouvert à toutes et à tous. Venez en famille, entre amis ou en solo pour en profiter. Préparé par le service Seniors de la Ville, en partenariat avec les associations locales, le programme alterne temps d'information et instants ludiques, pour allier utilité et plaisir.

À noter aussi dans vos agendas : **le 21 octobre**, l'ESCALL accueillera le **Forum des Aidant-es**, un moment dédié à celles et ceux qui accompagnent un proche au quotidien. Ateliers pratiques, échanges et stands d'information rythmeront l'après-midi.

En tant que Ville Amie des Aînés - label or, Saint-Sébastien-sur-Loire place l'écoute, le lien social et le partage au cœur de son action en faveur des seniors, tout au long de l'année.

Passez une très belle semaine Bleue !



Thomas Boucher,
*Maire de
Saint-Sébastien-sur-Loire*



Michèle Bonnet,
*Adjointe au Maire
en charge des seniors*



..... Infos pratiques

- **Toutes les animations sont gratuites (sauf le thé dansant et le loto).** Elles se déroulent à l'ESCALL (27 rue des Berlaguts) et sont ouvertes à toutes et tous, pour tout âge.
- Bus : 27, arrêt Escall
- Si vous avez des difficultés pour vous déplacer, vous pouvez contacter le service Seniors.

Informations et inscriptions
auprès du **service Seniors**
au **02 40 80 85 75**

Dimanche 5 octobre

- **THÉ DANSANT**

14 h 30 - 19 h

Sans inscription.

Entrée 10 € pour les adhérents de l'ORPASS, 12 € pour les non adhérents. Goûter offert.

Organisé par l'ORPASS

Lundi 6 octobre

- **PRÉVENTION SANTÉ**

14 h - 17 h

Sur inscription auprès du service Seniors (02 40 80 85 75)

Tout l'après-midi, venez réaliser des **dépistages** (auditif, visuel, physique, nutrition, cognitif) auprès de professionnels de santé de la Communauté Professionnelle de Santé Sèvre et Loire.

Mardi 7 octobre

- **DANSE PARTAGÉE**

15 h - 17 h

Sans inscription.

Animé par la Compagnie NGC25 avec le service culturel.

Goûtez aux plaisirs de la danse avec cette compagnie professionnelle, pour tout âge.

Mercredi 8 octobre

- **MOBILITÉ : remise en selle**

10 h - 12 h

Inscription auprès du service Seniors (02 40 80 85 75)

Une initiation pour acquérir les bons réflexes avec son vélo, avec l'association Place au vélo.

- **MOBILITÉ : olympiades**

14 h - 17 h

Inscription recommandée auprès du service Seniors (02 40 80 85 75)

Participez à des olympiades intergénérationnelles ludiques !

Jeudi 9 octobre

- **DICTÉE INTERGÉNÉRATIONNELLE**

9 h 30 - 11 h 30

Inscription auprès du service Seniors (02 40 80 85 75)

Avec des élèves de CM2, retrouvez les bancs de l'école le temps d'une dictée partagée.

- **CHORALE**

15 h - 16 h 30

Sans inscription

Venez chanter avec les Mamies Blues de l'ORPASS. Elles reprendront des succès de la variété française.

Vendredi 10 octobre

- **HABITAT : atelier « Anticiper et préparer son futur choix de logement »**

9h15 - 16h30

Inscription auprès du service
Seniors (02 40 80 85 75)

Le service Seniors propose le premier atelier d'un cycle sur le parcours résidentiel, animé par Loki Ora. Au total, 3 ateliers seront programmés. Les objectifs sont d'anticiper son futur logement, de découvrir les habitats dédiés aux seniors sur le territoire, d'accompagner sa réflexion sur son "chez soi", de favoriser sa capacité à choisir, le tout dans un esprit convivial.

- **HABITAT : conférence sur la succession et l'héritage**

10h - 12h

Sans inscription.

Informations et conseils autour de ces thématiques avec un notaire de la Chambre des Notaires.

- **SANTÉ : conférence sur la sexualité**

15h - 16h30

Sans inscription.

« L'amour n'a pas d'âge » : échanges avec Sébastien Landry, sexologue.

Samedi 11 octobre

- **LOTO FAMILIAL**

14h - 17h30

Sans inscription.

Carte à jouer à partir de 3 euros

Venez jouer en famille ! Ouvert à tous, proposé par l'ORPASS.

À votre agenda !

FORUM DES AIDANT-ES

Mardi 21 octobre

13h45 - 17h à l'ESCALL

La Ville propose un forum avec la présence de nombreux partenaires (France Alzheimer 44, Bistrot mémoire, UDAF 44, CLIC Villes Villages, Maison des aidants de Nantes...). Vous pourrez échanger et vous informer auprès d'eux.

Au programme également :

- Une pièce de théâtre à 14h15, proposée par la compagnie Poisson Pilote, mettant en scène différentes situations d'aidance. Suivra un échange.
- Un atelier autour du bien-être mental avec Solène Evrard, psychologue à la Maison des Aidants.
- Un atelier de danse assise avec l'association Trait d'Union.

Gratuit. Programme complet
disponible début octobre sur
saintsebastien.fr

