

© 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 gaïté 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.