



LUNDI
16
OCTOBRE

14h - 17h
Salle Raymond Barret
(Espace de la Tour)

Atelier culinaire

Vous aidez régulièrement un proche de plus de 60 ans lors des repas ? Venez découvrir comment faire de ce moment un temps agréable, de partage et de découverte culinaire.

Au programme :

- Cuisine avec un chef
- Découverte d'astuces culinaires
- Dégustation !

Inscription obligatoire auprès du CCAS.

Action soutenue par la CARSAT Rhône-Alpes dans le cadre de la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de la Loire. En partenariat avec Les Insatiables.

Carsat Retraite & Santé au travail
Rhône-Alpes

Les INSATIABLES
Groupes SOS

Mably, Ville Amie des Aînés

Le CCAS de Mably a été retenu dans le cadre du Fonds d'appui pour des territoires innovants seniors, porté par le Réseau Francophone des Villes Amies des Aînés et soutenu par le Ministère chargé de l'Autonomie et par la CNSA.

Son objectif ? Soutenir l'émergence d'actions territoriales en faveur du vieillissement actif et en bonne santé.



L'ensemble de la programmation est gratuite.

Informations, renseignements et réservations auprès du CCAS de Mably :
04 77 44 21 83
ccas42300@ville-mably.fr

semaine-bleue.org

02 > 16
OCTOBRE 2023

La
Semaine
Bleue
À tout âge, ensemble !

Semaine Nationale des retraités et personnes âgées



Vieillir ensemble à Mably, une chance à cultiver !

Des activités gratuites pour les + de 60 ans !

ville-mably.fr





LUNDI
2
OCTOBRE

14h30 - 16h30
Salle Robert Allier
(Espace de la Tour)

Atelier mobilité avec la STAR Roanne

« Comment bouger à Mably avec la STAR ? »

Présentation des différents services et moyens de transport disponibles, des lignes du réseau et de la tarification.



VENDREDI
6
OCTOBRE

14h30 - 17h
Salle Robert Allier
(Espace de la Tour)

Café-Débat

« Vieillir, comment ? Parlons-en »

Pour vous ou un proche, la question du vieillissement est toujours source de discussion. Un libre échange vous est proposé en présence d'Émilie CHAPONNEAU PEYRARD, psychologue spécialisée en gériatrie.

MARDI
10
OCTOBRE

9h ou 10h
Salle Robert Allier
(Espace de la Tour)

Atelier « Onglerie »

La section Esthétique du CFA de Mably vous propose une pause bien-être d'une heure pour mettre de la couleur au bout de vos doigts.



VENDREDI
13
OCTOBRE

20h*
Espace culturel
Pierre Hénon

« Vieillardises »

Théâtre d'objets
par la Cie La Masure Cadencée

Vieillardises est un spectacle enlevé, rythmé, plein de fraîcheur pour parler du très grand âge et de ses décalages avec une audace joyeuse et un réalisme étonnamment doux. C'est un spectacle de théâtre d'objets se déployant dans un décor astucieux de cartons colorés. Deux comédiennes virtuoses pour donner la vie à cette galerie de personnages surprenants auxquels vous allez vite vous attacher. Mêlant délicatesse et humour, ce spectacle nous prend doucement par la main pour aller à la rencontre de ceux à qui nous n'aurions peut-être jamais eu l'idée de rendre visite !

Une séance scolaire est également organisée à 9h30*, ouverte à tous, sur un nombre de places limitées.
* Réservation pour chaque séance auprès du CCAS.

