

Programme

La
Semaine
Bleue
À tout âge, ensemble !



SEMAINE BLEUE

Du 6 au 12 octobre 2025



Semaine Nationale
des retraités et
personnes âgées

VIEILLIR UNE FORCE À PARTAGER !

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

88, route de la Combe.
73130 St Etienne de Cuines
04.79.56.35.06
accueil@declicc73.fr



SAVOIE
LE DÉPARTEMENT
Communauté de Communes
du Canton de La Chambre



Lundi 6 octobre

Ouverture Semaine bleue

Dès 7h30 Petit déj' à l'école de Ste Marie de Cuines

Le petit déjeuner qui réunit toutes les générations pour partager des sourires et des souvenirs!

Dès 10h Qi Gong et conférence nutrition et diététique chinoise avec Aurélie Saje

Dès 14h Après-midi Bien être

Sophrologie avec Virginie Paret. Prenons soin de nous ensemble et à tout moment de la vie !



Mardi 7 octobre

9h30-12h / 13h30-17h Ateliers "mobilité séniors"

Prenez la route en toute sérénité » avec Itinéraires de santé et la MSA

14h Médiation Artistique «Surprises & inédits »

Par Corinne Duclos Bertrand « L'art au service du lien : s'exprimer, écouter, exister »

18h Blind test intergénérationnel

Prêt à dégainer vos oreilles ? C'est parti pour un blind test 100% intergénération. *Espace Jeunes*



Mercredi 8 octobre

10h La Grande Dictée / **10h30** Premières pages

Pour petits et grands, qui fera le moins de fautes? / Pour toutes les drôles de bestioles *Salle du conseil mairie de Cuines*

13h30 Parcours santé intergénérationnel

Santé, partage et bonne humeur au programme de ce parcours intergénérationnel. Direction St Colomban des Villards

14h-16h Marathon de jeux de société intergénérationnel

Avec les enfants du centre de loisirs. Saurez-vous réussir les défis de l'après-midi? *Alsh Ste Marie de Cuines*



Jeudi 9 octobre

Dès 8h Stand Animation Transport à la demande

Bouger, c'est facile. Comprendre les démarches, aussi. Venez, nous rencontrer au marché de la Chambre, on vous guide ! ».

Avec la participation de France Services



16h30 Et si on allait à l'école faire des mandalas land'art!

Rendez-vous à St Avre pour partager avec les enfants du service périscolaire



Vendredi 10 octobre

Journée de clôture

MARCHE BLEUE SAINTE MARIE DE CUINES

Jeunes et moins jeunes, unis
dans la marche, et la joie
sous un ciel de ballons Stade de cuines

À l'an prochain pour une
nouvelle vague bleue !

