

# La semaine bleue à La Frette

Du 30 septembre au 6 octobre 2024

Le Programme de La Semaine Bleue à La Frette



**La Semaine Bleue**  
À tout âge, ensemble !

**Dans le cadre de la Semaine bleue, le CCAS vous propose**  
Activités réservées aux plus de 65 ans

**Lundi 30 septembre :** Marche Bleue (départ à 14 h)  
Accompagné de M. Pierre CLEMENT, venez marcher ensemble sur 4 km à la découverte des sentes de la ville. Un goûter sera servi pour les marcheurs.  
► Salle Paulette Arragon

**Mardi 1er octobre :** Après-midi Santé (de 14 h 00 à 17 h)  
Venez rencontrer des professionnels de santé (audition, hygiène bucco-dentaire, santé des yeux...) Et de 15h à 17h, un atelier d'initiation à l'aromathérapie vous est proposé. (avec participation financière-atelier à partir de 12 personnes)  
► Petit-Gymnase – 8 avenue des Lilas

**Mercredi 2 octobre :** Jeux Intergénérationnels (de 14 h 00 à 17 h 30)  
Venez partager un agréable moment avec les enfants de l'accueil de loisirs "Espace Juniors". Au programme : jeux de sociétés et goûter.  
► Salle de Convivialité Pissarro – 16 rue du Professeur Calmette

**Jeudi 3 octobre :** Tournoi de Pétanque (de 15 h à 18 h)  
Venez partager un après-midi sportif autour d'un tournoi de pétanque clôturé par la remise d'un trophée et d'un goûter.  
► Terrain de sport – avenue des Lilas

**Vendredi 4 octobre :** Repas partagé et Chantons ensemble (de 12 h à 17 h)  
Venez partager un repas où chaque convive apportera une recette « maison » d'un plat salé ou sucré. L'après midi se déroulera dans la bonne humeur, accompagné de Jean-Philippe, animateur des maisons « Marianne » et de la chorale « Pousse café », vous montrerez vos talents de chanteur !  
► Salle de Convivialité Pissarro – 16 rue du Professeur Calmette

**Dimanche 6 octobre :** Ciné-Débat (de 14 h à 16 h 30)  
Venez découvrir le film « Maison de Retraite », suivi d'un échange sur des sujets en lien avec le vieillissement animé par Floriane LANGLOIS, neuropsychologue, membre de France Alzheimer 95, et Julie SOCHA, psychologue clinicienne spécialisée en neuropsychologie. Un pôt de clôture de cette belle semaine d'activités, sera offert.  
► Petit Théâtre – 55 Quai de Seine

**LA FRETTE SUR-SEINE**  
Pour tous renseignements et inscriptions (obligatoire)  
• par Mail : [ccas@lafrettesurSeine.fr](mailto:ccas@lafrettesurSeine.fr)  
• par téléphone : 01 39 31 50 09  
En indiquant : Nom - Prénom et Téléphone

**Le CCAS propose un programme très varié pour la Semaine Bleue**, du lundi 30 septembre au dimanche 6 octobre prochain: Marche bleue, Après-midi santé, Tournoi de pétanque, Jeux intergénérationnels, Chantons ensemble et Ciné-débat ☐☐.

*Pour les frettois de plus de 65 ans*

Infos pratiques

*Inscription et renseignements:*

Par mail: [ccas@lafrettesurSeine.fr](mailto:ccas@lafrettesurSeine.fr)

Par téléphone au 01 39 31 50 09