

Semaine Nationale
des retraités et
personnes âgées

Du 5 au 11 octobre 2026

La
Semaine
Bleue
À tout âge, ensemble !

Relions tous les âges dans des territoires engagés !



www.semaine-bleue.org



Sous le haut parrainage du ministère de la Santé, des Familiales, de l'Autonomie et des Personnes handicapées

La Semaine Bleue est coordonnée par l'Uniopep depuis 1951



LUNDI 5 OCTOBRE

Atelier Mémoire

Découvrez les astuces et connaissances pour travailler votre mémoire facilement, avec l'association Les Petites Herbes.

- 🕒 De 14h30 à 16h
- 📍 La Boîte à l'Être
- 📝 Inscriptions en mairie avant le 28 septembre

MARDI 6 OCTOBRE

Randonnée de 14 km autour du lac

Pique-nique tiré du sac.

- 🕒 De 10h à 16h
- 📍 RDV à 9h30 au complexe Lacaille pour le minibus ou 10h à la plage de Géraudot
- 📝 Inscriptions en mairie avant le 28 septembre

JEUDI 8 OCTOBRE

Visite du Musée St-Loup

Visite guidée du muséum d'histoire naturelle et de la partie archéologie.

- 🕒 10h 📍 RDV à 9h30 au complexe Lacaille pour le minibus ou 9h50 devant le parvis de la cathédrale
- 📝 Inscriptions en mairie avant le 28 septembre

JEUDI 8 OCTOBRE

Soin découverte au Lipstick Institut

Soin des mains ou du visage.

- 🕒 3 créneaux disponibles entre 10h et 11h30
- 📍 Rendez-vous sur place
- 📝 Inscriptions en mairie avant le 28 septembre

MERCREDI 7 OCTOBRE

Repas intergénérationnel

Joignez-vous aux enfants pour profiter ensemble des menus gourmands préparés par l'équipe de restauration scolaire.

- 🕒 12h 📍 Salle Maurice Sommer
- 💰 3,14 € 📝 Inscriptions en mairie avant le 28 septembre

MERCREDI 7 OCTOBRE

Soin découverte au Lipstick Institut

Soin des mains ou du visage.

- 🕒 3 créneaux disponibles entre 14h et 16h15
- 📍 Rendez-vous sur place
- 📝 Inscriptions en mairie avant le 28 septembre

JEUDI 8 OCTOBRE

Soin découverte au Lipstick Institut

Soin des mains ou du visage.

- 🕒 8 créneaux disponibles entre 14h et 17h15
- 📍 Rendez-vous sur place
- 📝 Inscriptions en mairie avant le 28 septembre

JEUDI 8 OCTOBRE

Atelier bien-être psychologie positive

pour cultiver l'auto-bienveillance. Atelier suivi sur 7 séances avec des thèmes différents.

- 🕒 De 14h à 16h
- 📍 La Boîte à l'Être
- 📝 Inscriptions en mairie avant le 28 septembre

MERCREDI 7 OCTOBRE

Concours de tartes

Apportez vos recettes secrètes et défiez-vous sur un concours convivial de tartes à la Boîte à l'Être !

- 🕒 De 14h à 16h30
- 📍 La Boîte à l'Être
- 📝 Inscriptions en mairie avant le 28 septembre

MERCREDI 7 OCTOBRE

Soirée lecture à haute-voix

Le club de St-Lyé vient vous faire découvrir des romans et nouvelles en lecture à haute voix.

- 🕒 De 17h45 à 19h
- 📍 La Boîte à l'Être
- 📝 Inscriptions en mairie avant le 28 septembre

VENDREDI 9 OCTOBRE

Marche avec bâtons

Découvrez cette discipline douce de la marche randonnée avec Yoan, éducateur sportif aguerri.

- 🕒 2 créneaux disponibles : 9h - 10h / 10h - 11h
- 📍 RDV à 8h50 devant la salle Lacaille
- 📝 Inscriptions en mairie avant le 28 septembre

VENDREDI 9 OCTOBRE

Loto convivial

Loto convivial et petits lots à gagner lors de cette après-midi jeux, en compagnie des bénévoles de Vies & Roses.

- 🕒 De 14h15 à 17h
- 📍 La Boîte à l'Être
- 📝 Inscriptions en mairie avant le 28 septembre

SAMEDI 10 OCTOBRE

Repas des aînés au restaurant Le Sarrail

Pour clôturer la Semaine Bleue en beauté, nous vous donnons rendez-vous à l'incontournable repas-spectacle des aînés !

🕒 RDV sur place à midi

📅 Inscriptions en mairie à partir du 7 septembre

Attention : cette sortie est accessible uniquement aux seniors âgés de 70 ans et plus en 2026

LES ACTIVITÉS PROPOSÉES AU COURS DE LA SEMAINE BLEUE SONT OFFERTES PAR LE CCAS ET LA MAIRIE DE LA RIVIÈRE-DE-CORPS.

**LES INSCRIPTIONS SERONT OUVERTES À PARTIR DU LUNDI 17/08.
APPELEZ LE 03.25.79.05.10 POUR RÉSERVER VOS ACTIVITÉS**

RAPPELS UTILES

- INSCRIPTIONS POSSIBLES DANS LA LIMITE DES PLACES DISPONIBLES.
- LES ACTIVITÉS RÉCURRENTES, NOTAMMENT LE SOIN AU LIPSTICK INSTITUT, SONT DES ACTIVITÉS DE DÉCOUVERTE QUI SERONT PAR CONSÉQUENT RÉSERVÉES EN PRIORITÉ AUX NOUVEAUX INSCRITS.
- LES PRÉINSCRIPTIONS NE FONT PAS OFFICE D'INSCRIPTIONS.



PARTENAIRES :

