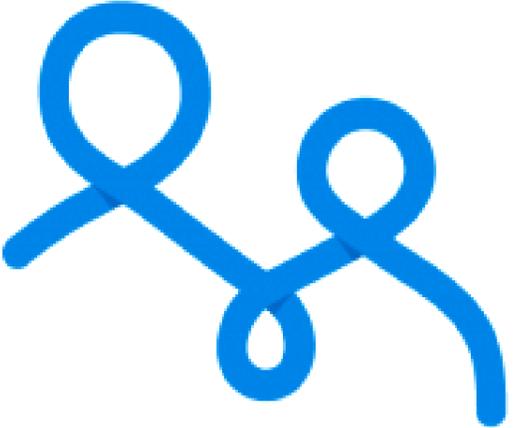


*Changeons notre regard sur les  
aînés Brisons les idées reçues*

*A tout âge  
Faire société*



# La Semaine Bleue

À tout âge, ensemble!



DEPARTEMENT  
DES  
YVELINES  
—  
ARRONDISSEMENT  
DE  
MANTES-LA-JOLIE  
—  
CANTON  
DE  
LIMAY  
—

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

MAIRIE DE FONTENAY-SAINT-PÈRE (78440)

TÉLÉPHONE 01 34 79 11 21  
COURRIEL : [mairie-fontenay.st.pere@wanadoo.fr](mailto:mairie-fontenay.st.pere@wanadoo.fr)

**CCAS**



**La Semaine Bleue  
du 30 septembre  
au 6 octobre 2024**



**Bouger Ensemble**

***pour entretenir la flamme !***

En cette année olympique, la Semaine Bleue valorisera la mise en mouvement des aînés. Trop souvent, l'avancée de l'âge et la vieillesse sont présentées comme le temps de l'immobilisme et du déclin, les aînés revendiquent aujourd'hui de s'inscrire dans le mouvement, synonyme de mobilité mais aussi de lien et de participation à la vie sociale.



**Le CCAS de Fontenay-Saint-Père  
propose durant cette semaine  
des activités pour les séniors  
de 65 ans et plus.**

# La Semaine Bleue



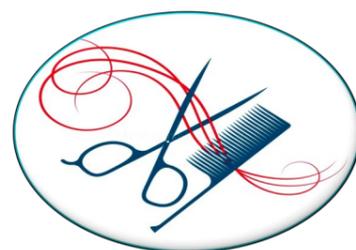
## Mardi 1 octobre

### "Manucure" avec Sandrine

Dans la salle de réunion de la Maison Claude DELORME : **Matin et Après-midi**  
(en fonction du nombre d'inscrits)

## Mardi 1 octobre

### "Coiffure" avec Nathalie



- **Matin** : à domicile pour les personnes ne pouvant pas se déplacer

- **Après-midi** : dans la salle de réunion de la Maison Claude DELORME



## Mardi 1 octobre

Soin apaisant et énergétisant

### "Amma assis" avec Maud

Dans la salle de réunion de la Maison Claude DELORME : **Matin et Après-midi**

*Il se pratique en position assise sur chaise ergonomique et sur personne habillée. C'est un enchaînement de pressions, d'étirements, de percussions et de balayages selon des principes de médecines traditionnelles japonaise et chinoise.*

# La Semaine Bleue

## Inscriptions gratuites obligatoires

ACTIVITÉS	DATE	Nom, prénom	n° de téléphone
MANUCURE	MATIN		
MANUCURE	APRÈS MIDI		
COIFFURE	MATIN (à domicile)		
COIFFURE	APRÈS-MIDI		
AMMA ASSIS	MATIN		
AMMA ASSIS	APRÈS MIDI		

Merci de remettre en Mairie le tableau d'inscription rempli avec vos choix avant le vendredi 20 septembre

Animée par une éthique forte, la Semaine Bleue est l'occasion de promouvoir une image positive du vieillissement, en mettant en avant les contributions que tous les aînés, quelques soient leur âge, leur état de santé et d'autonomie, peuvent apporter à la société.