

*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

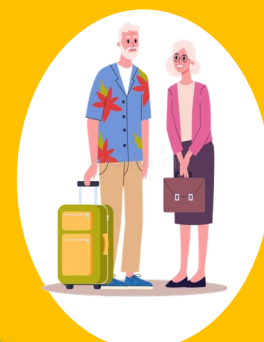
MAIRIE DE FONTENAY-SAINT-PÈRE (78440)

TÉLÉPHONE 01 34 79 11 21
COURRIEL : mairie-fontenay.st.pere@wanadoo.fr

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



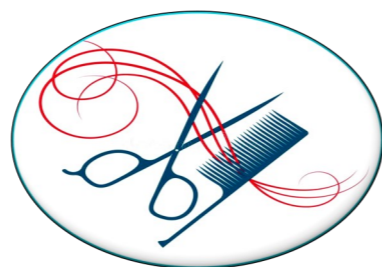
Mardi 1 octobre

"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.