



SEMAINE PROGRAMMATION BLEUE

VIEILLIR, UNE FORCE À PARTAGER !

**DU 23 SEPTEMBRE
AU 11 OCTOBRE**

**Semaine nationale des
retraités et personnes
âgées**

PROGRAMMATION

ATELIER SUR LE SOMMEIL

(sur inscription)

Le sommeil, mieux le comprendre pour mieux le gérer

23 et 30 septembre, 7 octobre

De 14h30 à 16h30

Salle du conseil municipal, Benais

Intervenant(e)s : Brain up, psychologue et sophrologue

Contact : Astrid HEROGUELLE, 02 47 97 30 11 ou astrid.heroguelle@gmail.com

En cas de manquement, des ateliers supplémentaires auront lieu les 14 octobre, 4, 18 et 26 novembre.

Intervenant(e)s : Club photo Declic

Contact : Service Culturel de la mairie au 06 72 85 13 00 ou culture@bourgueil.fr

Photographies réalisées par le club photo Declic de Bourgueil

EXPOSITION PHOTOGRAPHIQUE

Portraits de seniors Bourgueillois dans leur quotidien

Du 23 septembre au 11 octobre

Salle Chantal Jeandrot,

Bibliothèque municipale, Bourgueil

Horaires d'ouverture de la bibliothèque

DÉJEUNER DES AÎNÉS

(sur inscription)

Le 5 octobre

à partir de 11h45

Salle In'Ox, Langeais

Intervenant(e)s : CCAS de Langeais

PROGRAMMATION

Intervenant(e)s : CCAS de Langeais
en collaboration avec les AVL

EXPOSITION – LANGEAIS AU XX^{ÈME} SIÈCLE

(accès libre)

à partir du 6 octobre

**Horaires d'ouverture de la bibliothèque
Bibliothèque de Langeais**

CONFÉRENCE

(sur inscription / tout public)

**Vulnérabilité des personnes âgées,
quand et comment saisir la justice ?**

Le 6 octobre

De 14h à 16h30

Salle des fêtes, Bourgueil



Intervenant(e)s : CDAD (Conseil Départemental de l'Accès au Droit), Agaïs PERROT (coordinatrice), Marine LONGIN (juriste)

Contact : Inscriptions auprès du CDAD au
06 81 55 29 28

Renseignements auprès du CCAS de Bourgueil au
02 47 97 25 51 ou ccas.contact@bourgueil.fr

Objectif : informer sur les situations pouvant donner lieu à saisine, les modalités et conséquences.

Présentation des interventions possibles du CDAD.

Intervention en fin de conférence du CLS et de l'APF pour la présentation du guide de l'autonomie sur le territoire du Pays Loire Nature.

PROGRAMMATION

Intervenant(e)s : Aline NICOLAS
(Association Agir Sport-Santé)

Contact : 07 83 26 62 79 ou
agir.sport.sante@gmail.com

*Tester vos capacités physiques,
souplesse, endurance, force des
jambes et découvrez les activités
proposées proche de chez vous.*

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE À LA SANTÉ

(sur inscription)

Test de forme

Le 6 octobre

De 14h30 à 17h30

**Salle de gym, Maison des associations,
Cinq-Mars-la-Pile**

CONFÉRENCE SPORT-SANTÉ

Le sport-santé et son essentialité à tout âge

Le 8 octobre

De 14h30 à 16h30

Salle Jean Hugues Langlade, Langeais

Intervenant(e)s : Aline NICOLAS
(Association Agir Sport-Santé)

Contact : 07 83 26 62 79 ou
agir.sport.sante@gmail.com

*Adapter l'activité physique à toute personne.
Modalités, prescription, remboursements et
prise en charge.*

Intervenant(e)s : EHPAD Langeais, ALSH la Citadelle,
Centre social

Contact : Chloé BAUDOIN,
referente.familles@agora-association.fr

*Préparation du goûter avec des résident(e)s de l'EHPAD,
un groupe d'ALSH et des familles du centre social.
Dégustation l'après-midi.*

ATELIER CUISINE

(sur inscription)

Le 8 octobre

De 10h à 11h30

**Centre social la Fabrique,
Langeais**

PROGRAMMATION

Intervenant(e)s : EHPAD Langeais, ALSH la Citadelle et
Centre social

Contact : Chloé BAUDOIN,
referente.familles@agora-asso.fr

*Jeunes contre moins jeunes autour des jeux vidéos suivi du
goûter.*

JEUX VIDÉOS ET GOÛTER INTERGÉNÉRATIONNEL

(sur inscription)

Le 8 octobre

De 14h30 à 16h30

**Centre social la Fabrique,
Langeais**

PROJECTION DÉBAT

(sur inscription)

**Projection d'extraits et discussion sur la
place de l'aidant**

Le 8 octobre

De 14h30 à 17h

Salle des fêtes, Savigné-sur-Lathan

Intervenant(e)s : Agévie, Familles Rurales,
Plateforme de répit pour les aidant(e)s
Agévie, Bulle d'R

Contact : Solène PAPIILLON,
spapillon@agevie.fr

Intervenant(e)s : AGEVIE, CCTOVAL, Soliha

Contact : 02 47 97 30 11 ou
agourdon@agevie.fr

*Parlez logement, adaptation et aides
financières en présence des partenaires*

PORTES OUVERTES RELAIS SEPIA DU LATHAN

Le 9 octobre

De 10h à 12h - 14h à 17h

**Relais Sépia du Lathan, rue des
Grands Champs, Savigné-sur-Lathan**

PROGRAMMATION

SPECTACLE THÉÂTRAL

(sur inscription)

« Souffler sur les braises »
Théâtre de la Jeune Plume

Le 10 octobre
À 20h30

Salle des fêtes, Bourgueil

Intervenant(e)s : Théâtre de la Jeune Plume, Planning Familial 37, Conseil Départemental d'Indre-et-Loire, Service autonomie

Tarifs : 15€ plein tarif ou 12€ tarif réduit (si CE partenaire), achat sur place et sur réservation

Contact :

Réservation des billets auprès de l'Office de Tourisme Touraine Nature et billetterie en ligne



Renseignements auprès du Service Culturel de la mairie de Bourgueil au 06 72 85 13 00 ou culture@bourgueil.fr

Parler de la vie sexuelle et affective des seniors à travers le slam, le théâtre et la danse. Désir, consentement, habitudes de vie et sacrifice...

Intervenant(e)s : Association Agir Sport-Santé

Contact : 07 83 26 62 79 ou agir.sport.sante@gmail.com

GYM DOUCE

(sur inscription)

Activité, équilibre et prévention des chutes

Le 10 octobre

De 10h à 12h

Salle du cercle des loisirs, Ambillou

MOBILITÉ SOLIDAIRE

(sur inscription et réservation)



Faites appel au service de **mobilité solidaire** pour vous rendre aux différents événements en toute confiance.

Contactez la **Fédération Familles Rurales**

au **07 66 52 68 91**

ou **mobilite-solidaire.fd37@famillesrurales.org**

