

# La Semaine Bleue

31 août 2022

**Rendez-vous à l'ESCALL du 7 au 12 octobre pour une nouvelle édition de la Semaine Bleue. Grâce à la collaboration de nombreux partenaires, un programme riche sera proposé.**

Les animations gratuites permettront à tout habitant de partager des activités, d'échanger et de s'informer sur la question du bien-vieillir. Cette année, nouveauté, chaque journée s'articulera autour d'une thématique : l'alimentation, la santé des proches aidants, la mobilité, la culture et les sens.



## La santé des aidants

Parmi les temps forts de cette édition : la journée du mardi 8 octobre qui sera dédiée aux proches aidants. L'accompagnement d'une personne vulnérable est de plus en plus fréquent. Il est primordial que les aidants soient accompagnés et informés pour vivre au mieux ces moments difficiles. Plusieurs partenaires seront présents pour orienter, conseiller et informer sur les différents dispositifs d'accompagnement. La vie sociale, le répit, la prévention seront abordés, notamment par une conférence. L'aidant pourra venir avec la personne aidée. Un atelier de danse assise sera proposé pour permettre d'assister à la conférence en toute sérénité.

Autres actions de prévention : le vendredi 11 octobre sera consacré à l'ouïe et la vue, avec la participation d'associations et professionnels de santé. Loisirs, mobilité, adaptation de son logement... : comment bien vivre avec des pertes sensorielles ? Il sera également possible de faire des tests de dépistage gratuits (sur inscriptions).

Cette semaine sera aussi l'occasion de partager des temps conviviaux et intergénérationnels : atelier cuisine, repas partagé, dictée, olympiades, chorale, loto...

## Programme

[Lire plus de publications sur Calaméo](#)

## Contact

### Service Seniors

7 rue du Petit Anjou

44230 Saint-Sébastien-sur-Loire

02 40 80 85 75

[Écrire](#)

Lundi, mardi, mercredi et vendredi : 8h30 - 12h30 et 13h30 - 17h30

Jeudi : 13h30 - 17h30

■

- [Contact](#)