

OCTOBRE

bleu



*Changeons notre regard  
sur les aînés,  
brisons les idées reçues*

du 3 au 31 octobre 2022

# "La vieillesse bien comprise est l'âge de l'espérance"

Victor Hugo

Chaque année, la CCSE met à l'honneur les seniors via sa participation à la « Semaine Bleue » nationale qu'elle décline durant tout le mois d'octobre. **Les associations et structures d'accueil locales multiplient les animations durant ce mois festif dédié à la valorisation de la place des aînés dans la vie sociale.**

Nous remercions tous les partenaires pour leur participation et leur investissement dans l'organisation de cet événement.

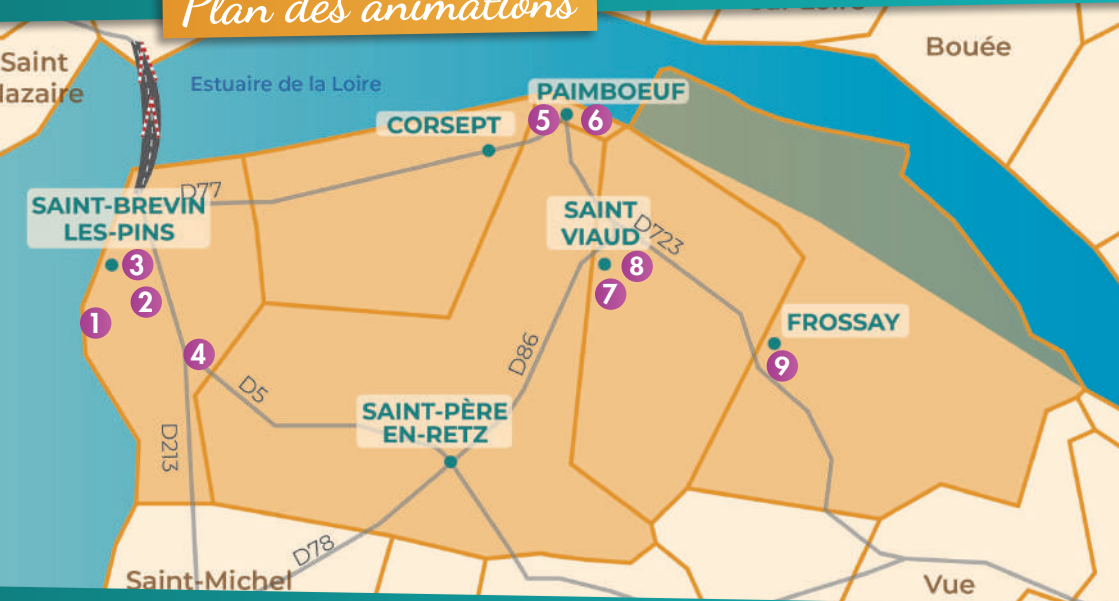


[www.seniors-sudestuaire.fr](http://www.seniors-sudestuaire.fr)

Toute l'actualité du territoire pour les seniors en un clic !



## Plan des animations



## Contacts et adresses des organisateurs

1	Retz'Activités	31 Av. Jules Verne Saint-Brevin-les-Pins	07 49 39 89 50 06 62 53 73 94
2	Les Résidentiels	Avenue Jean Claude Brialy Saint-Brevin-les-Pins	02 40 21 21 21
3	Résidence Vent d'Ouest	1bis av. Jacques Cassard Saint-Brevin-les-Pins	06 13 89 91 41
4	Cinéjade	2 Av. des Frères Lumière Saint-Brevin-les-Pins	
5	EHPAD Mer Estuaire	2 rue Constant Riou Paimboeuf	06 67 13 55 57
6	Centre socioculturel Mireille Moyon	33 Bd Dumesnildot Paimboeuf	02 40 27 51 77
7	Médiathèque de St-Viaud	18 bis rue du faubourg St-Jean Saint-Viaud	02 40 27 63 04
8	Salle du lac de St-Viaud	Rue du Parc des Sports Saint-Viaud	02 40 27 63 04
9	Association de Bienfaisance du Sud Estuaire	Salle de la cour du pain 14 rue Antoine de St-Exupéry Frossay	02 40 39 88 50

## Portes ouvertes *Retz'Activités*



Sur inscription

Retz'activités est une association qui propose des espaces de convivialité aux personnes à la recherche de lien social, d'échanges, d'entraide et de solidarité.

Elle ouvre ses portes à tous et notamment aux aînés, pour découvrir les ateliers loisirs créatifs, les ateliers cuisine, l'atelier bois et le jardin partagé.

Rendez-vous sur les communes de St-Brevin-les-Pins, Paimbœuf et Frossay. **Transport possible à partir de St-Brevin.**

**Du lundi 3 au vendredi 7 octobre**

Horaires selon les ateliers. Information auprès de Retz'Activités.

**ST-BREVIN-LES-PINS** • Retz'Activités

☎ 07 49 39 89 50 ou 06 62 53 73 94

## *Thé dansant*



Sur inscription

Rendez-vous pour un thé dansant avec le groupe de musette Tangoleo.

**Lundi 3 octobre** • à 15h

**ST-BREVIN-LES-PINS** • Les Résidentiels

☎ 02 40 21 21 21 € 5€

## *Chorale Les Mimosas*



Entrée libre

La chorale des Mimosas propose de nous interpréter leur répertoire.

**Mercredi 5 octobre** • à 15h

**ST-BREVIN-LES-PINS** • Les Résidentiels



## Initiation à la tablette

Vous avez plus de 60 ans et souhaitez vous initier ou approfondir vos connaissances sur l'outil tablette numérique ? Un atelier vous est destiné. Un professionnel vous accompagne dans cette découverte lors d'un **atelier de 10 séances**.

*En partenariat avec l'ASEPT (Association de Santé, d'Éducation et de Prévention sur les Territoires)*

**Tous les mercredis du 5 octobre au 7 décembre**  
de 10h à 12h • € 10€ les 10 séances

**SAINT-BREVIN-LES-PINS** • Résidence Vent d'Ouest

☎ 02 40 27 51 77 (CSC Mireille Moyon)

Sur inscription



## Marche bleue

Marche intergénérationnelle ouverte à tous, des enfants aux seniors.

Une marche conviviale et festive qui se terminera avec...de la poudre bleue !

**Jeudi 6 octobre** • à 14h • **ST-BREVIN-LES-PINS**

Rendez-vous à la Résidence Vent d'Ouest

Ouvert à tous



## Initiation «Jeux des sens»

Avec l'association *Le Poulp*, venez ressentir des émotions en mobilisant vos sens grâce à des activités ludiques, physiques adaptées tel que le «Parcours à l'aveugle».

**Lundi 10 octobre** • de 10h à 11h *réserve aux seniors*

**Lundi 17 octobre** • de 10h à 11h **OUVERT À TOUS**

**ST-BREVIN-LES-PINS** • Les Résidentiels

☎ 02 40 21 21 23

Sur inscription

## Théâtre d'improvisation

Un spectacle d'improvisation sur le thème d'Octobre Bleu par la compagnie Coïncidences.

En partenariat avec les écoles de la commune et les résidents des établissements de l'Association de Bienfaisance du Sud Estuaire autour d'une question : « C'est quoi un vieux ? ».

**Mardi 11 octobre** • à 15h

**FROSSAY** • Salle de la cour du pain

☎ 02 40 39 39 41 ✉ coordo.fv@abse44.fr

↳ Les mardis et jeudis de 9h à 16h

Sur inscription

## Restons connectés

Un atelier informatique pour découvrir toutes les fonctionnalités d'un smartphone, d'une tablette ou d'un ordinateur... Possibilité d'amener vos appareils.

**Mercredi 12 octobre** • à 15h

**ST-BREVIN-LES-PINS** • Les Résidentiels

☎ 02 40 21 21 21

Sur inscription

## Loto intergénérationnel

Loto d'images sur les jeux et les jouets imaginé et créé par les résidents et les enfants.

Petits lots à gagner et convivialité assurée.

**Mercredi 12 octobre** • de 10h à 12h

**ST-BREVIN-LES-PINS** • Résidence Vent d'Ouest

☎ 07 49 39 89 50

Sur inscription

La vieillesse embellit tout : elle a l'effet du soleil couchant dans les beaux arbres d'octobre.

## Les gestes qui sauvent



Sur inscription

Un temps d'initiation aux premiers secours.

**Jeudi 20 octobre** • de 15h à 16h

**ST-BREVIN-LES-PINS** • Les Résidentiels

☎ 02 40 21 21 21 € 3€

## Portes ouvertes *Les Résidentiels*



Entrée libre

Les Résidentiels vous ouvrent leurs portes.

**Samedi 22 octobre** • de 10h à 18h

**ST-BREVIN-LES-PINS** • Les Résidentiels

☎ 02 40 21 21 21

## Switchons d'époque !



Sur inscription

Un temps d'échange autour de jeux, appareils et jeux du quotidien des années 40 aux années 2020. Vous pouvez apporter vos objets : téléphone, poêle, moulin à café, beurrier, walkman...

**Samedi 22 octobre** • à 15h

**ST-BREVIN-LES-PINS** • Les Résidentiels

☎ 02 40 21 21 21

*Le bonheur supprime la vieillesse.*

Franz Kafka

## Poils de lecture



Une médiation littéraire tout en douceur, interactive, dédiée aux livres et avec de vrais animaux ! Un chien, des cochons d'Indes, des lapins... à rencontrer et à caresser.

Projet intergénérationnel financé par le Conseil Départemental et la bibliothèque départementale de la Loire-Atlantique.

**Dimanche 23 octobre • à 16h**

**ST-VIAUD** • Médiathèque de St-Viaud

Sur inscription

☎ 02 40 27 63 04

Deux femmes une œuvre  
Anne et Astrid Mandeville  
Jean-Pierre Tallec

## Exposition

Venez contempler les travaux artistiques de deux Paimblotines Anne et Astrid.

Astrid vous fera découvrir une histoire culturelle, des techniques artistiques et des œuvres d'art réalisées tout au long de leur vie d'artiste.

**Mardi 25 octobre** • De 14h à 15h30 et de 15h30 à 17h

**PAIMBOEUF** • 114 av. Charles de Gaulle

☎ 02 40 27 51 77 (CSC Mireille Moyon)

✉ [accueil@csc-mireillemoyon.fr](mailto:accueil@csc-mireillemoyon.fr)



Sur inscription

## Portes ouvertes

*EHPAD Mer Estuaire*



À l'EHPAD Mer Estuaire, venez découvrir des nouvelles technologies et l'aromatologie, essayer un simulateur de vieillissement, suivre un parcours d'orientation tout en dégustant crêpes et gâteaux.

**Mercredi 26 octobre** • de 14h à 17h

**PAIMBOEUF** • EHPAD Mer Estuaire

Ouvert à tous





## Escape Game

L'escape game est un jeu collaboratif visant à mener une enquête et à résoudre dans un temps limité les énigmes permettant de s'échapper.

Le scénario proposé dans cet escape game est futuriste puisqu'il se déroule en 2150. «À cette date, l'espérance de vie a chuté à cause de mauvaises habitudes ayant fortement dégradé notre état de santé. C'est pourquoi nous avons besoin de vous de toute urgence afin de connaître les bonnes pratiques à mettre en place pour prolonger notre espérance de vie». À VOUS DE JOUER !

**Jeudi 27 octobre • de 14h à 15h30**

**PAIMBŒUF** • CSC Mireille Moyon

Sur inscription

☎ 02 40 27 51 77 ✉ [accueil@csc-mireillemoyon.fr](mailto:accueil@csc-mireillemoyon.fr)



## Spectacle : Fable

La compagnie *Pois Plume* présente leur spectacle **FABLE**. Deux comédiens donnent vie aux fables de la Fontaine à travers une quinzaine de tableaux qui s'entremêlent et se répondent à un rythme effréné.

On y croise les plus célèbres, d'autres plus confidentielles, avec toujours une jubilation à se laisser raconter ces fables à la fois drôles et cruelles, où le sensible n'est jamais loin.

Spectacle intergénérationnel financé par le Conseil Départemental et la bibliothèque départementale de la Loire-Atlantique.

**Dimanche 30 octobre • à 16h**

**ST-VIAUD** • Salle du Lac de St-Viaud

Sur inscription

☎ 02 40 27 63 04 (médiathèque de St-Viaud)

*La vieillesse est comparable à l'ascension d'une montagne,  
plus vous montez,  
plus vous êtes fatigués, mais combien votre vision s'est élargie !*

ST-BREVIN-LES-PINS  
Cinéjade • Tarif : 4€

## Edith

Jeudi 13 octobre • 20h30 - **V.O.**  
Mardi 18 octobre • 14h - **V.F.**



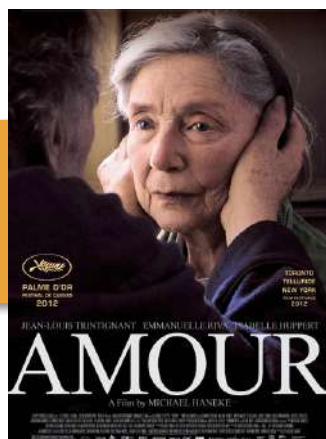
## Maison de retraite

Jeudi 20 octobre • 20h30  
Mardi 25 octobre • 14h



## Amour

Jeudi 27 octobre • 20h30  
Mardi 31 octobre • 14h





Octobre Bleu dans le Sud Estuaire ce sont aussi des événements organisés en partenariat entre les différents acteurs locaux de notre territoire à destination de leurs résidents, adhérents, bénéficiaires permettant de créer du lien social et intergénérationnel !

*Journée EHPADante*

**Mardi 4 octobre • 12h-17h**

**ST-BREVIN-LES-PINS** • Salle de l'Étoile de Jade

*Quizz d'autrefois  
à aujourd'hui*

**Mardi 4 octobre • 16h30-18h**

*Intergénération*

**ST-VIAUD** • Accueil Périscolaire

*Animation  
autour du jeu*

**Mercredi 5 octobre**

*Intergénération*

**PAIMBŒUF** • CSC Mireille Moyon

*Exposition*

**Mercredis 5, 12 et 18 octobre • 14h-15h30 / 15h30-17h**

**PAIMBŒUF** • 114 av. Charles de Gaulle

*Atelier cuisine*

**Mercredi 12 octobre**

*Intergénération*

**PAIMBŒUF** • CSC Mireille Moyon

*Chansons populaires*

**Judi 13 octobre • à 15h**

**ST-PÈRE-EN-RETZ** • EHPAD Les Hortensias

*Mamie lit*

**Judi 13 et mardi 18 octobre**

**FROSSAY** • Accueil de loisirs

*« Poils de lecture »*

**Mercredi 19 octobre • 10h30-15h30**

*Intergénération*

**ST-PÈRE-EN-RETZ** • Médiathèque



*À vos papilles !*

**Mercredi 26 octobre • 10h30-15h30**

**ST-PÈRE-EN-RETZ** • EHPAD Les Hortensias

OCTOBRE

*bleu*