

Semaine Nationale
des retraités et
personnes âgées

La
Semaine
Bleue
À tout âge, ensemble !

Du 5 au 11 octobre 2026

Relions tous les âges dans des territoires engagés !



Rambouillet

Maison de l'Accueil et de l'Action Sociale
Centre Communal d'Action Sociale

Plus d'informations : www.rambouillet.fr / CCAS : 01 34 83 84 18



Bien Vieillir

Senior
Compagnie

VIVA SERVICES

MFR

GÉNÉRALE DES
SERVICES

PETITS FRÈRES
DES PAUVRES

HERITAGES SOLIDAIRES

VITAL HOME

Les ateliers
de Dillie

LES JARDINS
D'ARCADIE

Rotary
Club de Rambouillet

La Lanterne

L'usine à chapeaux

PROGRAMME SEMAINE BLEUE 2026

**Relions tous les âges
dans des territoires engagés !**

MERCREDI 30 SEPTEMBRE

19h - Quiz Mémoire

- Lieu : Lanterne
- Organisateurs : CCAS, Service prévention, Santé, Handicap
En partenariat avec La Lanterne et le groupe retraite prévoyance B2V
- Nombre maximum : 100 personnes
- Inscription : CCAS 01 34 83 84 18

LUNDI 5 OCTOBRE

9h ou 10h30 - Atelier Gym Douce & relaxation

(Deux créneaux d'une heure proposés. Merci de choisir un seul des deux horaires.)

- Lieu : Salle Vernes - 14 rue Antoinette Vernes
- Organisateur : CCAS
- Partenaire : Odrey Bien-être
- Nombre maximum : 15 personnes par cours
- Inscription : CCAS 01 34 83 84 18

14h - Yoga du rire

- Lieu : Salle Vernes - 14 rue Antoinette Vernes
- Organisateur : Plateforme des Aidants PART'AGE
- Nombre maximum : 10 personnes
- Inscription : plateforme.aidants@icsy.fr ou 06 07 11 84 47

15h - 17h - Café rencontre "Estaminet"

Café rencontre ciné débat

- Lieu : Usine éphémère - 1 rue de Clairefontaine
- Organisateur : Usine à Chapeaux
- Nombre maximum : 60 personnes
- Inscription : estaminet@usineachapeaux.fr

16h - Atelier pour les aidants

Expérimenter les troubles cognitifs

- Lieu : Salle Vernes - 14 rue Antoinette Vernes
- Organisateur : Plateforme des Aidants PART'AGE
- Nombre maximum : 10 personnes
- Inscription : plateforme.aidants@icsy.fr ou 06 07 11 84 47

MARDI 6 OCTOBRE

10h30 – Remue-méninges

- Lieu : 24 rue Louis Leblanc
- Organisateur : Les ateliers de Délhia
- Inscription : lesateliersdedelhia@gmail.com ou par sms au 07 75 76 42 43

12h – Repas Espagnol

- Participation : 15 euros
- Lieu : Résidence du bon vieux temps, 3 rue d'Angiviller
- Organisateur : CCAS
- Nombre maximum : 60 personnes
- Inscription : CCAS 01 34 83 84 18

14h30 – Loto Musical

- Lieu : 24 rue Louis Leblanc
- Organisateur : Les ateliers de Délhia
- Inscription : lesateliersdedelhia@gmail.com ou par sms au 07 75 76 42 43

15h – Loto

- Lieu : Jardin d'Arcadie - 10 rue Gambetta
- Organisateur : Jardin d'Arcadie, Petits frères des pauvres
- Nombre maximum : 50 personnes
- Inscription : Jardin d'Arcadie 01 30 88 04 61

MERCREDI 7 OCTOBRE

9h45 - Marche Bleue et visite guidée de la Bergerie

- Lieu : Bergerie de Rambouillet - Parc du Château
- Organisateur : CCAS
- Partenaires : MFR, Pôle Famille
- Possibilité de pique-niquer sur place
- Nombre maximum : 30 personnes
- Inscription : CCAS 01 34 83 84 18

10h30 - 11h30 - Atelier de médiation animale (chien) Découverte médiation animale

- Lieu : Salle Vernes - 14 rue Antoinette Vernes
- Organisateur : Générale des Services
- Partenaire : Amandine ALAPHILIPPE
- Nombre maximum : 10 personnes
- Inscription : Générale des Services - 01 88 21 22 23

10h30 – Atelier créatif intergénérationnel

- Lieu : 24 rue Louis Leblanc
- Organisateur : Les ateliers de Délhia
- Inscription : lesateliersdedelhia@gmail.com ou par sms au 07 75 76 42 43

14h – Atelier tenue de vieillissement

- Lieu : Salle Vernes - 14 rue Antoinette Vernes
- Organisateur : Trait d'union
- Inscription : rambouillet@bienvieillir-idf.org ou 01 85 76 49 06

14h30 – Jeux de lettres

- Lieu : 24 rue Louis Leblanc
- Organisateur : Les ateliers de Délhia
- Inscription : lesateliersdedelhia@gmail.com ou par sms au 07 75 76 42 43

14h – 16h - Quiz Musical

- Lieu : MFR - 5 rue de la Grange Colombe
- Organisateur : MFR
- Nombre maximum : 20 personnes
- Inscription : CCAS 01 34 83 84 18

JEUDI 8 OCTOBRE

14h30 - Bowling

- Lieu : Bowling de Rambouillet - 11 rue Hippolyte Mège-Mouriès
- Organisateur : CCAS
- Nombre maximum : 20 personnes
- Inscription : CCAS 01 34 83 84 18

14h30 - 16h30 - Laser Run - Tir laser santé et activités dynamiques

- Lieu : Vital Home Club - 48 rue G. Lenotre
- Organisateur : Vital Home Club
- Partenaires : Laser Run Rambouillet Pentathlon
- Nombre maximum : 20 personnes
- Inscription : Vital Home Club 01 84 77 07 07

VENDREDI 9 OCTOBRE

10h30 – Atelier écriture

- Lieu : 24 rue Louis Leblanc
- Organisateur : Les ateliers de Délhia
- Inscription : lesateliersdedelhia@gmail.com ou par sms au 07 75 76 42 43

14h30 – Atelier art floral

- Lieu : Résidence du bon vieux temps, 1 rue d'Angiviller
- Organismes : CCAS / ROTARY
- Nombre maximum : 20 personnes
- Inscription : CCAS 01 34 83 84 18

14h30 – Quiz culture générale

- Lieu : 24 rue Louis Leblanc
- Organisateur : Les ateliers de Délhia
- Inscription : lesateliersdedelhia@gmail.com ou par sms au 07 75 76 42 43

15h – Conférence historique : Notre-Dame de Paris

- Lieu : EHPAD Georges Rosset - 40 rue des Eveuses
- Organisateur : EHPAD G. Rosset
- Partenaire : M. Lombardi
- Nombre maximum : 20 personnes
- Inscription : CCAS 01 34 83 84 19

Pour les personnes rencontrant des difficultés de déplacement, un transport peut être envisagé, dans la mesure des possibilités du service. N'hésitez pas à le signaler lors de votre inscription aux animations de la Semaine Bleue.





365 jours pour agir, 7 jours pour le dire

La Semaine Bleue, forte de ses 73 ans d'histoire dédiés à la valorisation de la place des aînés dans la vie sociale, doit être l'occasion de promouvoir une image positive du vieillissement et des personnes âgées. Face aux enjeux de la transition démographique, il s'agit de faire vivre la conviction selon laquelle vieillir ensemble est une chance, à la fois pour les personnes âgées et les plus jeunes générations. C'est une chance à cultiver qui doit se construire progressivement, être nourrie et enrichie continuellement des apports et des regards de chacun pour lutter contre cette vision négative de l'avancée en âge.



Ville de Rambouillet



Mairie de Rambouillet



@Rambouillet_78



Ville de Rambouillet

www.rambouillet.fr