



# La Semaine Bleue

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

**5>11**  
**octobre**  
**2026**

**Découvrez les 9 activités gratuites**

commune de **BOUYRON**



**LA CHEVALLERAIE**



**Loire Atlantique**

**La Semaine Bleue**  
A tout âge ensemble!



**malakoff humanis**

**agric-arco**

**PETITS FRÈRES DES PAUVRES**

Non à l'exclusion de nos aînés

« au cœur du temps et de l'objet »  
**LE MUSÉE DE BLAIN**



**Pays de Blain**  
communauté

**CENTRE SOCIOCULTUREL**



**Recycl'erie**  
notre atelier

**biocop BLAIN**



# Au programme

## «Tricote un tableau »

Venez découvrir le tableau réalisé par les résidents de la Résidence du Martrais, exposé en accès libre au rez-de-chaussée du musée.

 Musée, Blain

 Du 5 au 11 octobre

 Entrée libre



 Base de loisirs de Vioreau, 1 rue de La Boustière, 44440, Joué-sur-Erdre

 Renseignements & inscription : auprès du CLIC au 02 28 02 25 45

**Lundi 05/10 • 9h30 > 15h30**

## Journée sport adapté

Participez à une journée conviviale mêlant activités sportives et moments de partage. Choisissez votre matinée avec 3 activités et découvrez trois disciplines : voile, catamaran, VTT, tir à l'arc, tir laser, marche nordique, orientation...

**Mardi 06/10 • 10h > 12h**

## Visite site Valocentre

Visitez Valocentre, un lieu qui regroupe le Pôle Consom'acteur avec la Recyclerie, une Abrisothèque et la déchetterie intercommunale. Visite organisée en partenariat avec le SMCNA, la Recyclerie Nord Atlantique et Pays de Blain Communauté.



 18 rue des Frères Lumière, Blain

 Sur réservation, au 02 40 79 09 92 ou [accueil@paysdeblain.fr](mailto:accueil@paysdeblain.fr)



 Salle des fêtes, Blain

Entrée libre,  
 Renseignements : 02 40 79 09 92 ou [accueil@paysdeblain.fr](mailto:accueil@paysdeblain.fr)

**Mardi 06/10 • 14h > 17h**

## Atelier « Bien vieillir chez soi »

Participez à un atelier « Bien vieillir chez soi » et découvrez des conseils pour adapter votre logement, faciliter vos déplacements et préserver votre autonomie. Des professionnels répondront à vos questions.



📍 **CSC Tempo,**  
7 Rue du 11 Novembre, Blain

📞 **Renseignements & inscription :**  
CSC Tempo au 02 40 87 12 58

**Mercredi 07/10 • 10h > 11h30**

## Atelier « Papilles et Souvenirs »

Éveillez vos papilles et partagez vos souvenirs lors d'un atelier convivial autour de la nutrition. À travers les saveurs d'hier et d'aujourd'hui, découvrez comment le goût évolue avec l'âge, échangez autour de vos habitudes alimentaires et profitez d'un moment de partage.

**Mercredi 07/10 • À partir de 12h**

## Mercredi intergénérationnel

Partagez un moment convivial avec les enfants des centres de loisirs lors d'animations intergénérationnelles organisées dans les communes du territoire. Ateliers, jeux et repas partagés rythmeront ces rendez-vous.

**Renseignements & inscription**  
**auprès de chaque mairie :**

Blain : 02 40 79 00 08

Bouvron : 02 40 56 32 18

La Chevallerais : 02 40 79 10 12

Le Gâvre : 02 40 51 26 18



📍 **Dans les 4 communes**

📞 **Renseignements & inscription**  
**auprès de chaque mairie**



📍 **Biocoop, Blain**

📞 **Renseignements & inscription :**  
02 40 79 09 92 ou  
accueil@paysdeblain.fr

**Mercredi 07/10 • 14h > 16h**

## Goûter antigaspi

Participez à un goûter intergénérationnel anti-gaspillage ! Venez partager une parenthèse sucrée, entre petits et grands, en cuisinant un goûter antigaspi avec un animateur prévention des déchets du SMCNA. Apportez fruits abîmés, pain sec ou épluchures d'agrumes.

**Jeudi 08/10 • 10h30 > 11h15**

## Séance Aquadouce

Profitez d'un moment de bien-être : des exercices doux dans l'eau vous aideront à préserver votre mobilité et à vous détendre.

Un 2<sup>ème</sup> créneau pourra être ouvert selon la demande.



 Centre aquatique Canal-Forêt, Blain

 Renseignements & inscription  
au 02 28 05 39 01 ou  
[piscine@paysdeblain.fr](mailto:piscine@paysdeblain.fr)

## Un jour, Tu vieilliras...

Un film écrit et réalisé par Édouard Carrion

 Salle du Théâtre, La Chevallerais

 Renseignements & inscription  
au 02 40 79 09 92 ou  
[accueil@paysdeblain.fr](mailto:accueil@paysdeblain.fr)

**Jeudi 08/10 • 14h30 > 17h30**

## Ciné - Papot'Âges « Un jour, tu vieilliras » d'Édouard Carrion

Après la projection du film, retrouvons-nous autour d'une pause gourmande pour échanger sur l'avancée en âge, le lien social et les relations entre générations. Un moment chaleureux de partage, ouvert à toutes et tous.



 Musée, Blain

 Renseignements & inscription  
au 06 59 97 53 58 ou  
[musee.de.blain@wanadoo.fr](mailto:musee.de.blain@wanadoo.fr)

**Vendredi 09/10 • 10h > 12h**

## Visite guidée Musée de Blain

Découvrez gratuitement le musée lors d'une visite guidée de ses collections : fèves, archéologie, rabots et boutiques des années 1900. Exposition à l'étage, sur deux niveaux.



## La Semaine Bleue, c'est aussi des Olympiades nature & un pique-nique zéro déchet

Les résidents du Martrais partageront ce temps convivial avec les élèves de deux écoles du Gâvre. Au programme : des défis nature et sport, un pique-nique et un goûter zéro déchet, et les conseils d'une nutritionniste autour d'une alimentation durable.

© Images Pays de Blain / Petits Frères des Pauvres / Musée de Blain / Adobe stock : Halfpoint, Robert Kneschke, BuyOutFelix05, Marina Shvedak, Krakenimages

Pays de Blain Communauté  
7 rue Victor Schœlcher, 44130 Blain  
02 40 79 09 92 • [accueil@paysdeblain.fr](mailto:accueil@paysdeblain.fr)  
[www.pays-de-blain.com](http://www.pays-de-blain.com)

    
[@paysdeblain](https://www.facebook.com/paysdeblain)

