



SENIORS

LA SEMAINE BLEUE À CHÂTEAUDUN

DU 2 AU 19 OCTOBRE 2023

➤ SPECTACLE, VISITES, THÉ DANSANT, RANDONNÉE, CONFÉRENCES
ET RENDEZ-VOUS INTERGÉNÉRATIONNELS

Renseignements et programme complet sur
eurelien.fr ou mda.pays-dunois@mda28.fr
02 37 94 05 90 les mardis et les jeudis
et à la Maison des Seniors de Châteaudun
au 02 37 98 34 61 du lundi au vendredi.

SENIORS

LA SEMAINE BLEUE À CHÂTEAUDUN

DIMANCHE 1^{ER} OCTOBRE

MARCHE INTERGÉNÉRATIONNELLE

◆ Parking de la piscine Roger CREUZOT - 19, Rue du Champdé à Châteaudun - 9h30

En partenariat avec l'association LADASSOL et les élèves du Lycée Emile ZOLA

• Départ parking de la piscine Roger CREUZOT / arrivée Résidence autonomie Léo LAGRANGE Pot de l'amitié à l'issue de la marche

› Inscriptions et renseignements : Maison des Seniors (13, rue de Sancheville) au 02 37 98 34 61 du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h.

LUNDI 2 OCTOBRE

CONFÉRENCE SOPHROLOGIE

◆ Maison des Seniors - 13, rue de Sancheville à CHATEAUDUN - 14h

• Conférence sophrologie avec Mme ROULIAT Marie-Line

Accompagnement vers le bien-être, la relaxation, la confiance en soi et l'amélioration du quotidien..

› Inscriptions et renseignements : Maison des Seniors (13, rue de Sancheville) au 02 37 98 34 61 du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h.

MARDI 3 OCTOBRE

RANDONNÉE DE LA SEMAINE BLEUE

◆ Château de Maintenon de 10h à 16h

Le Château de Maintenon et la MDA vous proposent une journée mêlant marche et découverte du château. Randonnées de 6 km dans les traces de Mme de Maintenon accompagnées de la visite du château avec de nombreuses activités sur place. Possibilité de manger sur place en intérieur. Pique-nique à apporter

Nous vous proposons la possibilité de co-voiturage grâce à l'application Covievent :



› Inscriptions : Maison Départementale de l'Autonomie du Pays Dunois mda.pays-dunois@mda28.fr ou 02 37 94 05 90 les mardis et les jeudis

› Gratuit sur inscription obligatoire avant le 29 septembre 2023. Dans la limite des places disponibles.

CONFÉRENCES

◆ Maison des Seniors - 13, rue de Sancheville à Châteaudun - 9h30 et 14h

9H30 : Conférence suivie d'un débat « Rompre l'isolement » avec Lucie STOPIN, infirmière DE.

14H00 : Conférence sur le « bien vivre » avec Catherine CHEVET, infirmière DE.

› Inscriptions : Maison des Seniors (13, rue de Sancheville) au 02 37 98 34 61 du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h.

MERCREDI 4 OCTOBRE

THÉ DANSANT

◆ Espace André MALRAUX - Impasse des Cordeliers à Châteaudun - de 14h à 18h

Thé dansant animé par l'association musicale «les Six Dièses» et l'association « Danses Pontoises »

› Inscriptions avant le 24 septembre 2023 : Maison des Seniors (13, rue de Sancheville) au 02 37 98 34 61 du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h.

Action organisée en partenariat avec :



JEUDI 5 OCTOBRE

JOURNÉE INTERGÉNÉRATIONNELLE AVEC LES JEUNES HABITANTS DU FOYER DE JEUNES TRAVAILLEURS CHARLES BRENNUS

📍 F.J.T - 1, rue Anatole FRANCE à Châteaudun, à partir de 9h30

9h30 - Marche conviviale

12h - Déjeuner «bleu» au Foyer des Jeunes Travailleurs (repas à 5€)

14h - Visite de l'établissement et du CFAI (Centre de Formation des Apprentis Industriels)

› Inscriptions avant le 24 septembre 2024 : Maison des Seniors (13, rue de Sancheville) au 02 37 98 34 61 du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h.

VENDREDI 6 OCTOBRE

VISITE DE LA MÉDIATHÈQUE

📍 Médiathèque - 36, boulevard Grindelle à Châteaudun de 10h à 11h30

-Présentation des différents espaces de la médiathèque

-Présentation de livres du fonds patrimonial dans la salle LOUVANCOUR

-Clôture de la visite par le visionnage d'un film animé sur les monuments de Châteaudun suivi d'un apéritif offert par la Maison des Seniors

› Inscriptions : Maison des Seniors de Châteaudun (13, rue de Sancheville) au 02 37 98 34 61 du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h.

MERCREDI 11 OCTOBRE

SPECTACLE FORUM DE LA SEMAINE BLEUE

📍 Espace André MALRAUX - Impasse des Cordeliers à Châteaudun - 14h

Spectacle à 14h30

• La Compagnie Vol de Nuit présente un spectacle cabaret polar « Un p'tit crime et l'addition» ou l'histoire d'une rencontre amoureuse en chanson à la manière de AUDIARD et JEANSON.

• De 13h30 à 17h00, les associations et partenaires présenteront les activités et services pour les Seniors lors d'un forum

› Inscriptions : Maison Départementale de l'Autonomie du Pays Dunois mda.pays-dunois@mda28.fr ou 02 37 94 05 90 les mardis et les jeudis

› Gratuit et ouvert à tous dans la limite des places disponibles

Action organisée dans le cadre de la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie

JEUDI 19 OCTOBRE

SORTIE « CHOLET ET LE TRAIN DE MORTAGNE-SUR-SÈVRE »

Visite guidée du musée des métiers de la chaussure. Déjeuner à bord d'un train à vapeur.

Visites commentées de la savonnerie GONNORD, l'un des derniers savonniers de France et du musée du textile et de la mode (mouchoir rouge de Cholet).

› 176€ par personne.

› Inscriptions : Maison des Seniors de Châteaudun (13, rue de Sancheville) au 02 37 98 34 61 du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h.