

## VIVRE ENSEMBLE, SANTÉ

# Une Semaine bleue pour les seniors à Brest

Mis en ligne le **lundi 26 septembre 2016**

Du 3 au 9 octobre, la ville de Brest et ses partenaires organisent une Semaine bleue à l'attention des seniors. Objectif : apporter un éclairage sur toutes les activités et animations proposées tout au long de l'année aux aînés de 70 à 80 ans.



Depuis 2011, la ville de Brest a engagé une démarche autour du bien vieillir afin de permettre aux aînés de vivre du mieux possible leur retraite à Brest. Cette démarche a été renforcée par l'adhésion de la collectivité au réseau francophone Ville amie des aînés. Dans le cadre de cette dynamique, la ville a souhaité s'impliquer davantage avec cette première édition d'une Semaine bleue.

Organisée par la ville de Brest et de très nombreux partenaires, se décline autour de la thématique « A tout âge : faire société ». Du 3 au 9 octobre, une vingtaine de rendez-vous sont organisés en plusieurs endroits de la ville. Pour élaborer ce programme, un appel à projets a été lancé auprès des acteurs du bien vieillir à Brest afin de valoriser et de faire connaître au public des actions nouvelles ou déjà bien en place. Yoga, auto-portage, relooking, self défense, expositions, recettes de grands-mères, histoire de Brest, habitat participatif, ciné-café... les animations proposées sont diverses et veulent favoriser le maintien du lien social et éviter l'isolement des personnes âgées.

### Un forum « Bien vieillir dans nos communes »

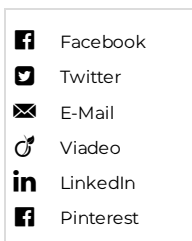
Durant cette Semaine bleue, toutes les communes de la métropole et de nombreux acteurs du « bien vieillir » organisent un temps fort le jeudi 6 octobre avec un forum « Bien vieillir dans nos communes ». Sous la tribune

Foucaud du stade Francis Le Blé, des stands d'information (organisés en trois espaces : Transport-Déplacement, Lien social, Information-Accès aux droits), des ateliers (équilibre, sécurité routière, rigologie, prévention des chutes...) sont mis en place.

L'objectif de ce forum est de favoriser la mobilité des seniors en les informant sur les différents services de transport à leur disposition sur la métropole mais également les activités, dispositifs et services permettant de maintenir du lien social et de rester actif et autonome le plus longtemps possible.

En savoir plus

<https://www.brest.fr/agenda/agenda-133/la-semaine-bleue-semaine-internationale-des-retraites-et-personnes-agees-11242.html?cHash=241592a7544168499727c680ed1c6a9e>



**RETOUR À LA LISTE**



**Brest**  
MÉTROPOLE & VILLE

#### **HÔTEL DE METROPOLE**

24, rue Coat-ar-Guéven - CS 73826

29238 BREST CEDEX 2

Tel. : 02 98 33 50 50

[www.brest.fr](http://www.brest.fr)

Accueil au guichet :

Lundi au Vendredi : 7h45 à 18h30 (17h30 pendant les vacances scolaires)

Accueil téléphonique au 02 98 33 50 50

Lundi au Vendredi : 8h /18h

Samedi 8h30/12h30

#### **Hôtel de ville de Brest**

2, rue Frézier - CS 63834

29238 Brest cedex 2

Tel. : 02 98 00 80 80

[www.brest.fr](http://www.brest.fr)

Accueil téléphonique :

02 98 00 80 80

Lundi au Vendredi de 8h à 18h

Samedi de 8h30 à 12h30