

LA SEMAINE BLEUE

La Semaine Bleue met à l'honneur les retraités et les personnes âgées à travers des actions de sensibilisation, d'information et de partage.

À Auribeau-sur-Siagne, la commune et ses partenaires proposent du 6 au 10 octobre 2025 une série d'ateliers gratuits autour de la santé, de la prévention, du numérique et de l'habitat.

Ces rencontres, destinées aux retraités et à leurs aidants, sont l'occasion d'échanger, de s'informer et de renforcer les liens de solidarité dans une ambiance conviviale.

PARTICIPEZ À LA SEMAINE BLEUE !

Les ateliers sont LIBRES GRATUITS mais l'inscription est obligatoire pour le voyage.

La sortie à Tourves est organisée dans le cadre du Voyage d'Automne.

Contact : CCAS d'Auribeau-sur-Siagne
Tél : 04 92 60 20 24
Mail : ccas@mairie-auribeau.fr

LA SEMAINE BLEUE À AURIBEAU-SUR-SIAGNE



La
Semaine
Bleue

DU LUNDI 6 AU
VENDREDI 10 OCTOBRE 2025

Pour les séniors
auribellois



PROGRAMME DE LA SEMAINE

”

Découvrez le programme des ateliers gratuits et des conférences proposés toute la semaine.

En parallèle, le CCAS vous propose également une sortie conviviale (activité payante).

Tout se déroulera à la Salle Léon Mallet, à l'ancienne école.

• LUNDI 6 OCTOBRE

Bien réagir, bien se protéger

11h00 - 12h00 : Cours de self-défense adapté. **Par IGBT**

14h00 - 17h00 Dépistage diabète. **Par Lions Club**

• MARDI 7 OCTOBRE

Habitat & prévention au quotidien

9h30 - 11h30 : Café gourmand et présentation des aides à l'amélioration de l'habitat (adaptation du logement, lutte contre la précarité énergétique, aides techniques et financières) **Par la Communauté d'Agglomération du Pays de Grasse accompagnée de Pays de Grasse Développement**

14h30 - 16h30 : Prévention des arnaques et cambriolages (bons réflexes à domicile et en vacances, dispositifs Voisins vigilants, démarchage abusif, usurpation d'identité). **Par la Gendarmerie.**

• MERCREDI 8 OCTOBRE

Une journée d'évasion à Tourves

Départ pour Saint-Maximin - Visite guidée de la basilique (1h30), déjeuner-spectacle cabaret dans un domaine provençal, après-midi dansant. **Retour en fin de journée.** Tarif : 40 € / personne (transport, visite, déjeuner avec boissons, spectacle et après-midi dansant inclus).

• JEUDI 9 OCTOBRE

Sensibilisation et sécurité

9h30 - 11h30 : Sensibilisation aux gestes de premiers secours (réflexes en cas de chute, malaise ou accident). **Par un sapeur-pompier professionnel**

• VENDREDI 10 OCTOBRE

Santé & numérique en toute confiance

10h - 12h : Présentation pour comprendre le fonctionnement, les avantages et la sécurité de Mon Espace Santé AMELI, avec création d'un espace personnalisé sur place.

14h - 16h : Sensibilisation aux escroqueries numériques

Ateliers animés par la Communauté d'Agglomération du Pays de Grasse

**VIEILLIR
UNE FORCE
À PARTAGER !**

