

ACTIVITÉ	DESSCRIPTIF	INFORMATIONS PRATIQUES
JEUDI 8 OCTOBRE		
JOURNÉE INTER-GENERATIONNELLE	Matinée : café des générations autour d'une dictée intergénérationnelle et de quizz par équipe avec les élèves de CM2 de l'école des Verdins. Midi : Possibilité d'apporter son pique-nique afin de se restaurer avec les élèves Après-midi : Olympiades autour d'activités sportives adaptées et animation vélo-smoothie. Organisé par le Centre de Ressources Territorial du CIAS, l'école des Verdins et Emeline GARZENNE enseignante en activités physiques adaptées. En partenariat avec la mairie de Saint-Doulchard	De 9h à 17h CENTRE DE LOISIRS 28 rue des Petites Plantes Saint-Doulchard
 VENDREDI 9 OCTOBRE		
INSTANT CULTURE	Invitation au voyage culturel à la médiathèque de Saint- Germain-du-Puy Participez à des expériences immersives (son, image, VR) et jeux pour vous évader Organisé par le Centre de Ressources Territorial du CIAS, la mairie et la médiathèque de Saint-Germain-du-Puy	De 9h30 à 11h30 MÉDIATHÈQUE MARGUERITE RENAUDAT Rue Léonard Hippolyte Roger, Saint-Germain-du-Puy
ENSEMBLE, C'EST MIEUX !	Venez partagez un moment convivial et intergénérationnel à l'espace Monmartreau Organisé par le CCAS de la ville de Bourges et Le Centre de Ressources Territorial du CIAS. En partenariat avec les bénévoles du CCAS, les Petits Frères des Pauvres, Unis-Cité et l'association SC2S	De 14h à 17h ESPACE MONMARTEAU Rue Jean Bouin, Bourges



Semaine Nationale
des retraités et
personnes âgées



Du 5 au 9 octobre 2026

Relions tous les âges dans des territoires engagés !



www.semaine-bleue.org



Sous le haut parrainage du ministère de la Santé, des Familles, de l'Autonomie et des Personnes handicapées
La Semaine Bleue est coordonnée par l'Unipops depuis 1951



Renseignements et inscription auprès du CIAS : 02.48.23.25.39/49



ACTIVITÉ	DESCRIPTIF	INFORMATIONS PRATIQUES
LUNDI 5 OCTOBRE		
BALADE DES AIDANTS	« Prendre du plaisir à bouger ensemble » lors d'une balade le long du canal avec votre proche aidé. Organisé par le Centre de Ressources Territorial du CIAS et Emeline GARZENNE, enseignante en activités physiques adaptées. En partenariat avec la mairie de Marmagne, Mutuale. Renseignements et inscription auprès du CIAS	De 9h30 à 11h30 PARC DE LOISIRS Rue des Ponts, Marmagne
APRÈS-MIDI "JEUX INTER- GENERATIONNELS"	Profitez d'un après-midi intergénérationnel de jeux autour de la prévention et la santé en partenariat avec les élèves ASSP du Lycée Jean Mermoz et Les Petits Frères des Pauvres. Organisé par le Centre de Ressources Territorial du CIAS. Renseignements et inscription auprès du CIAS	De 14h à 16h30 SALLE ELSA TRIOLET 4 et 6 Rue Alexandra David-Néel, Bourges
MARDI 6 OCTOBRE		
MUSIQUE À TOUT ÂGE	Découvrez des instruments insolites aux côtés des enfants de l'école maternelle de La Chapelle-Saint-Ursin. Organisé par le Centre de Ressources Territorial du CIAS. En partenariat avec la mairie de La Chapelle-Saint-Ursin et Marion Moreau Art-Thérapeute. Renseignements et inscription auprès du CIAS	De 9h30 à 11h30 ÉCOLE MATERNELLE Rue des Écoles, La Chapelle- Saint-Ursin
COLLOQUE CDCA	Vieillir, une chance à cultiver. Programme et inscription sur : cdca18.fr/colloque ou auprès du CDCA : 02.48.55.44.37 cdca18@departement18.fr Organisé par le Conseil Départemental de la Citoyenneté et de l'Autonomie du Cher	De 14h à 17h PALAIS D'AURON 7 Bd Lamarck, Bourges

Renseignements et inscription auprès du CIAS : 02.48.23.25.39/49

MARDI 6 OCTOBRE		
ACTIVITÉ	DESCRIPTIF	INFORMATIONS PRATIQUES
PARENTHÈSE MUSICALE EN DUO	Accompagné de votre proche aidé, profitez d'un temps musical mené par la violoniste Marion Moreau Artiste et Art-Thérapeute. Organisé par le Centre de Ressources Territorial du CIAS. Renseignements et inscription auprès du CIAS	De 14h à 16h TIERS LIEU DES RÉSIDENCES DE BELLEVUE Rue du Président Maulmont, Bourges
MERCREDI 7 OCTOBRE		
MARCHE BLEUE	Participez à une marche intergénérationnelle autour de la préservation de la nature. Possibilité PMR Organisée par le Centre de Ressources Territorial du CIAS, le CCAS de Mehun-Sur-Yèvre et la RAMY (Randonnée Amicale de Mehun sur Yèvre). En partenariat avec Emilie GARZENNE enseignante en activités physiques adaptées. Renseignements et inscription auprès du CCAS de Mehun-Sur-Yèvre : 02.48.57.06.16	De 9h30 à 11h30 Quai du canal Mehun-sur-Yèvre
CONCOURS CULINAIRE	Finale du concours culinaire intergénérationnel Organisé par le Centre de Ressources Territorial du CIAS.	De 14h à 16h30 Villa MONIN 40 Rue Moyenne, Bourges
ATELIER SANTÉ-FORME	Atelier de sensibilisation et de prévention autour de la nutrition et la santé, pour rester en forme. Organisé par la ville de Bourges et le Centre Municipal de santé. Renseignements et inscription auprès de Florence BUCHON, responsable du service Restauration Collective, Diététicienne. 06.03.62.97.56 florence.buchon@ville-bourges.fr	De 14h à 16h CENTRE MUNICIPAL DE SANTÉ JACQUELINE MANICOM 8 Avenue Stendhal, Bourges

Renseignements et inscription auprès du CIAS : 02.48.23.25.39/49