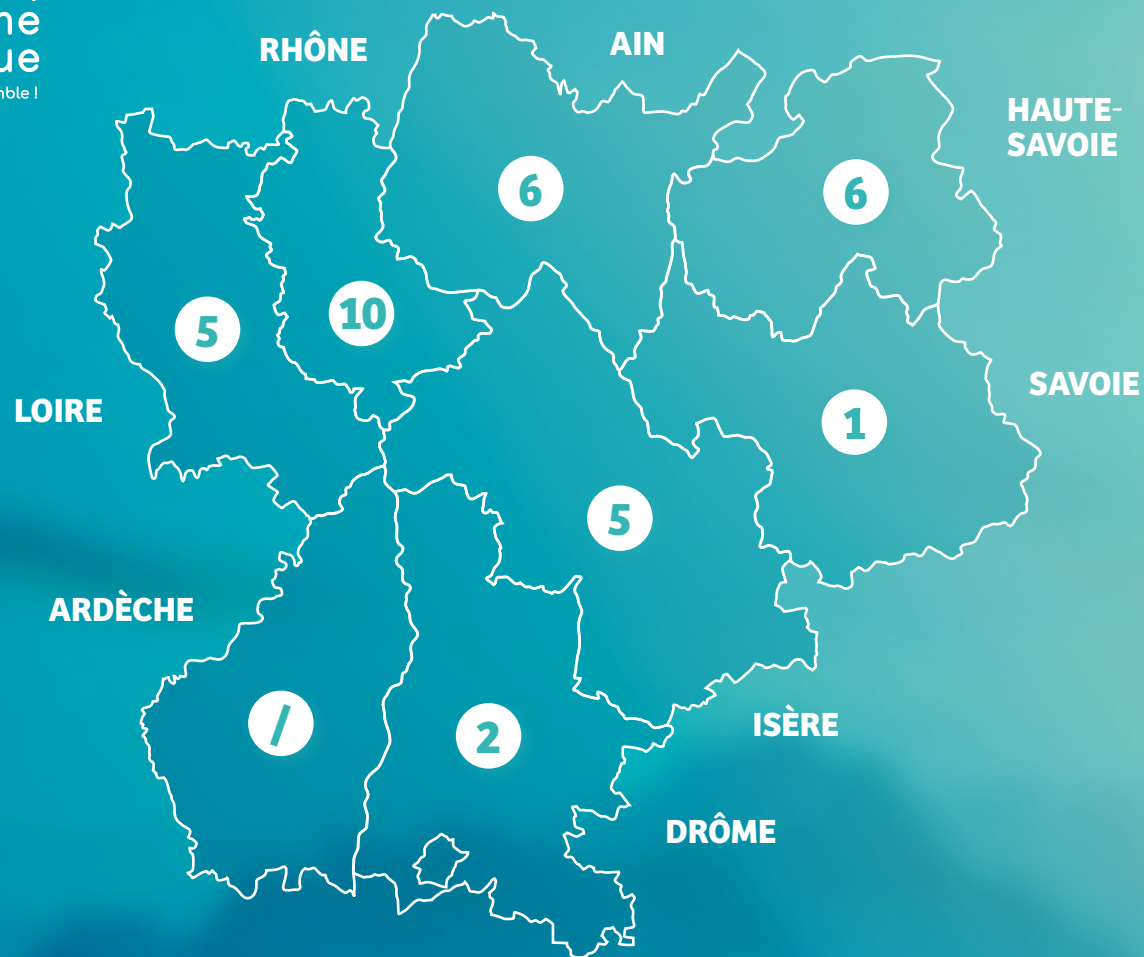


# SEMAINE BLEUE

du 06 au 12 octobre 2025  
PROGRAMMATION DES  
ATELIERS & CONFÉRENCES  
D'ATOUTS PRÉVENTION RHÔNE-ALPES



## AIN (01)

VILLE	THÈME	FORMAT	DATE / HORAIRES / LIEU	INFOS ET INSCRIPTION
BOURG-EN-BRESSE	Aidants	Théâtre débat	Lundi 6 octobre à 14h	Comite Action Sociale Agirc-Arrco <a href="mailto:actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr">actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr</a>
CHALAMONT	Transmission du patrimoine	Conférence	Jeudi 9 octobre de 10h à 12h	Centre Social Mosaïque <a href="mailto:animation@csmosaique.fr">animation@csmosaique.fr</a> 04 74 61 73 35
MIRIBEL	Comment mettre de la couleur dans notre vie ?	Conférence	Jeudi 9 octobre de 14h à 16h La Salle de conférence 17 Rue Joseph Carre 01700 Miribel	Anne Barland <a href="mailto:accueil@cesam-miribel.fr">accueil@cesam-miribel.fr</a> 04 72 88 28 55
ST-ETIENNE-DU-BOIS	Atelier mnémotricité	Atelier	9 et 16 octobre 6, 13 et 20 novembre	04 74 22 11 11 <a href="mailto:clicbassinburgien@ain-appui.fr">clicbassinburgien@ain-appui.fr</a>
SEYSSEL	Le lien social, la passion du cerveau	Conférence	Lundi 6 octobre de 14h30 à 16h30 Mairie de Seyssel 1 Quai du Rhône 01420 Seyssel	CLIC Départemental BUGEY SUD 06 89 57 27 50 <a href="mailto:maud.hernandez@ain.fr">maud.hernandez@ain.fr</a>
SAINT- MAURICE- DE-GOURDANS	Le sommeil	Conférence	Jeudi 9 octobre de 14h30 à 16h30 1 route de Lyon 01800 Saint-Maurice-de-Gourdans	Esprit Retraite Mutuelle <a href="mailto:prevention@espritretraite.fr">prevention@espritretraite.fr</a>

---

## DRÔME (26)

VILLE	THÈME	FORMAT	DATE / HORAIRES / LIEU	INFOS ET INSCRIPTION
DONZERE	En quoi la sophrologie peut être une aide précieuse dans la prise en charge de la douleur	Conférence	Vendredi 10 octobre de 14h à 16h Salle de Chênes 1 avenue des Pétunias, place des Chênes 26290 Donzère	AURA ROCHE Camacho <a href="mailto:centresocial@donzere.net">centresocial@donzere.net</a> 04 75 49 75 49
LORIOIOL	Bien Manger Bien Bouger!	Atelier (1ère séance)	Mardis 7, 14, 17, 21, 28 octobre 4 novembre De 9h30 à 11h30	04 75 61 64 88 <a href="mailto:Animation.ra@loriol.com">Animation.ra@loriol.com</a>
CREST	Bien chez soi	Atelier	Lundis 6,13 et 20 octobre 4 novembre De 14h à 16h Restaurant Senior Louise-Vallon Place Abbé-Pierre, 26400 Crest	04 75 25 64 75 <a href="mailto:ccas@mairie-crest.fr">ccas@mairie-crest.fr</a>

## LOIRE (42)

VILLE	THÈME	FORMAT	DATE / HORAIRES / LIEU	INFOS ET INSCRIPTION
LENTIGNY	Sérénité piétons	Ateliers (2ème séance pendant la semaine bleue)	Mardis 30 septembre et 7 octobre de 14h à 16h	Roannais Agglomération et le Comité d'Action Sociale Agirc-Arrco 06 88 84 08 92 ou <a href="mailto:actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr">actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr</a>
RENAISON	Santé mentale	Journée filière gérontologique	Mardi 07 octobre (Journée)	<a href="mailto:sandrine.tiebi@ccas-grenoble.fr">sandrine.tiebi@ccas-grenoble.fr</a>
ROANNE	Sommeil	Ateliers (1ère séance pendant la semaine bleue)	Lundi 06 octobre de 14h30 à 16h30E	Centre social la Livatte <a href="mailto:collectif@centresocial-lalivatte.fr">collectif@centresocial-lalivatte.fr</a>
ROANNE	Bien-être et estime de soi	Ateliers (1ère séance pendant la semaine bleue)	9, 16, 23, et 30 octobre de 14h à 16h30	<a href="mailto:accueil-aosroanne@agesdorservices.com">accueil-aosroanne@agesdorservices.com</a> 0428720110
ST-PAUL-EN JAREZ	Aidants	Spectacle	Lundi 6 octobre à 14h	Comité Action Sociale Agirc-Arrco <a href="mailto:actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr">actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr</a>

## ISERE (38)

VILLE	THÈME	FORMAT	DATE / HORAIRES / LIEU	INFOS ET INSCRIPTION
CESSIEU	Bien manger bien bouger	Conférence	Vendredi 10 octobre de 9h30 à 11h	CCAS Cessieu 04 74 88 31 76 mairie@cessieu.fr
SAINT-QUENTIN-FALLAVIER	J'aide un proche et moi qui m'aide ? à Saint Quentin Fallavier	Conférence, forum et spectacle	Mardi 07 octobre à partir de 14h Le Médiant 4 Rue du Bivet, 38070 Saint-Quentin-Fallavier	Entrée libre et gratuite
SATOLAS-ET-BONCE	La fatigue, la comprendre pour mieux la gérer	Conférence	Lundi 6 octobre de 10h à 12h	CCAS SATOLAS-ET-BONCE 04 74 90 22 97
VOIRON	Vie sexuelle et avancée en âge	Forum	Mardi 7 octobre de 10h à 11h15	CCAS Voiron 04 76 89 30 30
VOIRON	Comment vivre sa vie sentimentale quand on est seul	Conférence	Mardi 7 octobre de 10h à 11h15	CCAS Voiron 04 76 89 30 30

## RHONE ET METROPOLE (69)

VILLE	THÈME	FORMAT	DATE / HORAIRES / LIEU	INFOS ET INSCRIPTION
CHAPONOST	Les clés d'une conduite efficace	Conférence	Mercredi 8 octobre de 10h à 12h	Ville de Chaponost 04 78 16 90 32
DECINES	Prévention	Conférence et village santé	Judi 9 octobre (Journée)	Comité Action Sociale Agirc-Arrco <a href="mailto:actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr">actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr</a>
FRANCHEVILLE	Bien vieillir	Spectacle	Mardi 7 octobre à 14h	Comité Action Sociale Agirc-Arrco <a href="mailto:actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr">actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr</a>
IRIGNY	Sommeil	Conférence	Lundi 6 octobre de 9h30 à 11h	<a href="mailto:accueilsocial-ccas@irigny.fr">accueilsocial-ccas@irigny.fr</a> 04 72 30 76 76

LYON	Journée nationale des Aidants	Journée nationale	Mardi 7 octobre de 10h à 18h	Lien d'inscription <a href="https://www.helloasso.com/associations/metropole-aidante/evenements/journee-nationale-des-aidants-mardi-7-octobre-2025">https://www.helloasso.com/associations/metropole-aidante/evenements/journee-nationale-des-aidants-mardi-7-octobre-2025</a>
LA CHAPELLE DE GUINCHAY	Aidants	Spectacle débat	Vendredi 10 octobre à 13h	Comite Action Sociale Agirc-Arrco <a href="mailto:actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr">actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr</a>
RILLIEUX LA PAPE	Mémoire	Conférence	Mercredi 8 octobre à 14h	Comité Action Sociale Agirc-Arrco <a href="mailto:actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr">actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr</a>
VAULX-EN-VELIN	Lien social, la passion du cerveau	Conférence	Vendredi 10 octobre de 9h30 à 11h30	<a href="mailto:coordovielocale@micvv.com">coordovielocale@micvv.com</a> 04 72 04 87 67
VILLEURBANNE	Forum seniors « vivre au présent »	Forum	Lundi 06 octobre de 10h30 à 17h Place Lazare Goujon 69100 Villeurbanne	Maison des Aînés 04 78 68 90 50
SAINT-PRIEST	Forum Séniors	Forum	Mardi 7 octobre (journée)	Comité Action Sociale Agirc-Arrco <a href="mailto:actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr">actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr</a>
GIVORS	Forum Séniors	Forum	Lundi 06 octobre de 09h à 12h Salle Rosa Park - Maison du fleuve 3 place de la liberté 69700 Givors	04 72 49 18 25

## SAVOIE (73)

VILLE	THÈME	FORMAT	DATE / HORAIRES / LIEU	INFOS ET INSCRIPTION
LA ROCHETTE	Bien être et estime de soi	Ateliers (1ère séance pendant la semaine bleue)	Lundis 6, 13, 20 et 27 octobre de 14h30 à 17h	CCAS <a href="mailto:Animation@ccas-valgelon-la-rochette.com">Animation@ccas-valgelon-la-rochette.com</a> 04 79 75 96 10

## HAUTE SAVOIE (74)

VILLE	THÈME	FORMAT	DATE / HORAIRES / LIEU	INFOS ET INSCRIPTION
VILLY LE PELLOUX	Mobilité et sécurité des conducteurs seniors	Ateliers (1ère séance pendant la semaine bleue)	Lundi 6 octobre de 13h30 à 17h Mardi 7 octobre de 9h à 12h puis de 13h30 à 17h	Fanny CASELANI 04 50 46 86 42
ARTHAZ PONT NOTRE DAME	Ridés n'est pas fanés	Forum et conférence	Mercredi 8 octobre (Journée)	Comité Action Sociale Agirc-Arrco <a href="mailto:actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr">actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr</a>
THIEZ	Bien-être et estime de soi	Atelier (1ère séance pendant la semaine bleue)	Mardis 7, 14, 17, 21 et 28 octobre	CCAS 04 50 98 60 92 <a href="mailto:ccas@mairie-thiez.fr">ccas@mairie-thiez.fr</a>
LA ROCHE-SUR-FORON	Cuisiner au quotidien, j'y prends goût	Conférence	Judi 9 octobre de 14h30 à 16h30	Résidence les Rocailles du Verger <a href="mailto:verger.animation@larochesurforon.fr">verger.animation@larochesurforon.fr</a>
THONON	Equilibre	Séance découverte	Vendredi 10 octobre de 11h à 12h	<a href="mailto:atoutseniors@ville-thonon.fr">atoutseniors@ville-thonon.fr</a> 04 50 71 18 56
EPAGNY METZ-TESSY	Mieux vivre son stress	Conférence	Vendredi 10 octobre de 14h à 15h30	<a href="mailto:cvalceschini@epagnymetztesy.fr">cvalceschini@epagnymetztesy.fr</a>

---

## CONFÉRENCE EN DISTANCIEL

NOM	THÈME	FORMAT	DATE / HORAIRES / LIEU	INFOS ET INSCRIPTION
HAPPYVISIO	Et si on apprenait à porter les premiers secours en santé mentale autrement ?	Conférence	Lundi 6 octobre de 14h à 15h30	Site <a href="#">Happyvisio</a> Code SENIORSRA



## LE SAVIEZ-VOUS ?

Les ateliers d'Atouts Prévention Rhône-Alpes,  
c'est toute l'année !

Rendez-vous sur [www.atoutsprevention-ra.fr/trouver-un-atelier](http://www.atoutsprevention-ra.fr/trouver-un-atelier)  
pour en savoir plus et vous inscrire à l'un de nos ateliers près de chez vous.

La  
Semaine  
Bleue  
À tout âge, ensemble !



[www.atoutsprevention-ra.fr](http://www.atoutsprevention-ra.fr)



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent