

Semaine



MARCHEPRIME
Une ville au cœur

* Blene

DU 5 AU 9 OCTOBRE

ÉDITION 2026

**Ateliers mémoire,
numériques, activités
intergénérationnelles, yoga
et bien plus !**

*Ensemble, célébrons la
vitalité des Seniors !*

Renseignements auprès du CCAS : 05.57.71.50.80





Lundi 5 octobre

ATELIER 'ÇA PAPOTE...'

De 9h30 à 11h30 à « l'Essentiel », 2 rue de la Gare

Envie d'un moment d'échanges ? Venez participer à ce rendez-vous convivial !

Renseignements et inscriptions auprès du CCAS : 05.57.71.50.80 ou ccas@ville-marcheprime.fr

BOOSTER VOTRE MÉMOIRE PAR L'ASEPT

(ASSOCIATION DE SANTÉ, D'ÉDUCATION ET DE PRÉVENTION SUR LES TERRITOIRES)

De 14h à 16h au Club Seniors

Des astuces pour mieux gérer les trous de mémoire, des exercices ludiques pour stimuler le cerveau, préserver ses capacités cérébrales et partager un moment convivial.

Renseignements et inscriptions auprès de l'ASEPT: 05.57.99.79.41

Mardi 6 octobre

ATELIER DÉCOUVERTE ET APPROFONDISSEMENT DU MODELISME FERROVIAIRE

De 10h à 11h et de 11h à 12h, Zone Réganeau, 2 allée de Réganeau (salle au fond du complexe – longeant la nationale)

Par l'Association Modélisme Ferroviaire de Marcheprime
Groupe de 4 personnes par heure

Renseignements et inscriptions auprès du CCAS : 05.57.71.50.80 ou ccas@ville-marcheprime.fr

ATELIER NUMERIQUE PAR L'ASEPT

De 14h30 à 16h30 à « l'Essentiel »

Renseignements et inscriptions auprès de l'ASEPT : 05.57.99.79.41

Mercredi 7 octobre

MA FUTURE VILLE : ATELIER CRÉATIF INTERGÉNÉRATIONNEL (DESSINS, MAQUETTE)

• De 10h à 11h à l'ALSH maternel :

Enfants et seniors réaliseront ensemble une capsule temporelle retraçant l'histoire de Marcheprime. Chacun pourra y déposer un dessin, un message, une photo... Cette capsule réunira les souvenirs des aînés, le regard des enfants sur le Marcheprime actuel ainsi que leurs souhaits et rêves pour la ville de demain.

• De 10h à 11h30 au restaurant scolaire de l'élémentaire (école Maurice Fognet) :

« Une toile, mille souvenirs »

Chaque binôme déposent leurs empreintes sur une toile, symbole de la rencontre entre deux générations. La toile est ensuite personnalisée avec des motifs différents de tons bleus pour créer un souvenir de ce moment d'échange.



Renseignements et inscriptions auprès du CCAS : 05.57.71.50.80 ou ccas@ville-marcheprime.fr



'BOUGE TA BALADE'

De 13h30 à 17h30, Parc de la Bibliothèque et Parc de l'Eglise

Jeux sportifs itinérants avec les jeunes du JAM :

- Jeu du Clap,
- Parcours à l'aveugle : les jeunes yeux bandés seront guidés par les seniors
- Jeux de mémoire...

Possibilité de dépistage du diabète proposé et réalisé par le Lions Club

Renseignements et inscriptions auprès du CCAS : 05.57.71.50.80 ou ccas@ville-marcheprime.fr



*Jeu***di 8 octobre**

ACTIVITÉ YOGA

De 10h à 12h / Studio de Danse (à côté de la Pétanque)

De 10h à 11h : yoga sur chaise / De 11h à 12h : yoga classique

Par la section Yoga du Club des Écureuils / Places limitées

Renseignements et inscriptions auprès du CCAS :

05.57.71.50.80 ou ccas@ville-marcheprime.fr

SENIORS AU VOLANT - CYCLE 2

(DESTINATION MULTIMÉDIA)

De 10h à 11h30 à « L'essentiel » 2 rue de la Gare

Atelier pour les personnes ayant déjà effectué le cycle 1

Renseignements et inscriptions auprès du CCAS : 05.57.71.50.80 ou

ccas@ville-marcheprime.fr

REUNION PUBLIQUE : DEVEZ BÉNÉVOLE !

À 20h à la Salle des Fêtes de Marcheprime (complexe Emilie Andéol)

Tous concernés pour rompre l'isolement de nos aînés ! Aidez-les en devenant bénévoles à Marcheprime aux côtés de la Ville

Renseignements et inscriptions auprès du CCAS :

05.57.71.50.80 ou ccas@ville-marcheprime.fr

Mona Lisa
ENGAGÉS CONTRE L'ISOLEMENT DES ÂGÉS

*Vend***redi 8 octobre**

ATELIER SÉCURITÉ ET PRÉVENTION DES FRAUDES

(DESTINATION MULTIMÉDIA)

De 10h à 11h30 au Club Séniors

Reconnaître les arnaques, protéger ses données et adopter les bons réflexes

ATELIER LIEN SOCIAL ET COMMUNICATION

(DESTINATION MULTIMÉDIA)

De 14h à 15h30 à « L'Essentiel » - 2 rue de la Gare

Communiquer avec ses proches, partager photos et souvenirs

Renseignements et inscriptions

auprès du CCAS : 05.57.71.50.80

ou ccas@ville-marcheprime.fr



MARCHEPRIME
Une ville au cœur

