

VENDREDI 10 OCTOBRE

OPÉRATION DE PRÉVENTION

« DÉPISTAGE AUDITIF ET OPTIQUE »

De 9h00 à 12h00 • Salle des Mariages de la Mairie (accès par la place du marché)

Dépistages auditifs et optiques gratuits, avec possibilité de contrôles audio prothétiques (réglages et nettoyage) proposé par Audio/Optic 2000. Prestations réalisées par une équipe d'audioprothésistes et de professionnels de l'optique. **Gratuit / Sans prise de RDV.**

Entrée libre

ATELIER CRÉATIF NATURE

« MOSAÏQUE VÉGÉTALE »

De 10h00 à 12h00 • Résidence Saint-Jacques

Création de petites fresques à partir de minéraux, le temps d'un moment de relaxation. **Gratuit / Nombre de place limité.**

Sur inscription

LOTO GRATUIT

De 14h30 à 17h00 • Salle des Granges

Le CCAS pour propose un loto, animé par le Comité de Jumelage, suivi d'un goûter.

Inscription souhaitée

SAMEDI 11 OCTOBRE

DICTÉE INTERGÉNÉRATIONNELLE

De 14h00 à 17h30 • Salle des Granges

Animée par l'association HMPY, nous vous proposons une dictée pour 3 catégories de binômes par niveau intergénérationnel : **1-** Primaires/collèges (10-15 ans) + Senior / **2-** Lycées /étudiants (16-22 ans) + Senior / **3-** Adultes (23-65) + Senior.

Un goûter vous sera ensuite offert, le temps de la correction et de la remise des prix.

Inscription souhaitée, en duo senior/jeune ou individuellement (un partenaire sera attribué aux participants inscrits seuls). Nous invitons tous les concurrents à venir avec un livre (en bon état) que nous pourrons proposer lors de la remise des prix.

Inscription souhaitée

LES ANIMATIONS, Y COMPRIS CELLES PROPOSÉES À LA RÉSIDENCE SAINT-JACQUES, SONT OUVERTES À TOUS LES SENIORS DU PERRAY. LES ANIMATIONS « SUR INSCRIPTIONS » SONT RÉSERVÉES UNIQUEMENT AUX PERROTINS.


**La
Semaine
Bleue**
À tout âge, ensemble !

Semaine Nationale
des retraités et
personnes âgées

**Du lundi 6 au samedi 11
OCTOBRE 2025**



PROGRAMME DES ACTIVITÉS

Inscriptions et informations auprès du CCAS
à partir du 10 septembre 2025



5 rue de l'Église • 78610 Le Perray-en-Yvelines
07 64 17 05 06 • animationsociale@leperray.fr

LUNDI 6 OCTOBRE

RÉUNION D'INFORMATION SUR L'ACCÈS AUX SOINS ET LES MUTUELLES POUR TOUS

Entrée libre

De 11h00 à 12h30 • Salle des Granges

Besoin d'une complémentaire santé adaptée ? Des difficultés pour financer vos soins ?... L'ADEP vous propose une réunion d'information sur ces problématiques et les solutions de mutuelle et d'assurance à tarifs adaptés.

ACTION DE PRÉVENTION « SÉCURITÉ ROUTIÈRE »

Entrée libre

De 14h00 à 15h30 • Salle des Granges

Cette action, proposée par Prévention MAIF, est organisée en divers ateliers interactifs, offrant aux participants une compréhension approfondie des enjeux liés à la sécurité routière et des outils pour améliorer leurs compétences de conduite. **Gratuit.**

MARDI 7 OCTOBRE

SORTIE TOURISTIQUE DANS L'ORNE

Sur inscription

Départ 8h00 sur le parking d'Auchan • Départ 8h15 à la gare

Visite guidée du Musée des Commerces et des Marques à Tourouvre, déjeuner à Villiers-sous-Mortagne, visite du Musée des Sapeurs-pompiers à Saint-Julien-sur-Sarthe.

Tarif subventionné par le CCAS : 55€ / personne.

MERCREDI 8 OCTOBRE

ACTIVITÉ SPORTIVE « MARCHÉ MODÉRÉE »

Sur inscription

De 9h00 à 12h00 • RDV au gymnase des Lauriers

Proposée par l'Association l'ÉLAN - Sport pour tous. Marche de 2h en forêt. Prévoir des chaussures de marche et une bouteille d'eau. **Gratuit.**

ATELIER DESSIN (Intergénérationnel)

Inscription souhaitée

De 15h00 à 16h30 • Résidence Saint-Jacques

Animé par Marc VÉDRINES, auteur de bande dessinée. Avec la participation des enfants de l'accueil de loisirs Les P'tits Loups. **Gratuit / Ouvert à tous les niveaux !**

BOWLING À RAMBOUILLET (Intergénérationnel)

Sur inscription

Départ de la navette à 14h00 devant l'AJP à la Mare au Loup

Sortie avec les adolescents de l'Accueil Jeune du Perray.

Gratuit / Nombre de place limité.

JEUDI 9 OCTOBRE

MINI-FORUM DES PARTENAIRES DU CCAS ET DE LA MAISON DES SOLIDARITÉ

Entrée libre

De 10h00 à 12h00 • Salle des Granges

Présentation des prestations et services proposés par la Maison des Solidarités en partenariat avec des associations locales et des organismes du secteur du maintien de l'autonomie.

RÉUNION D'INFORMATION « ENSEMBLE 2 GÉNÉRATIONS »

Entrée libre

De 10h00 à 12h00 • Salle de réunion de la Maison des Solidarités

Vous souhaitez partager des moments de convivialité avec un jeune, bénéficier d'une présence rassurante la nuit, de quelques menus services ou d'un complément de revenus. Ensemble2générations vous met en contact avec des jeunes de confiance et vous accompagne tout au long de cette expérience.

En marge du stand tenu par l'association au forum, nous vous proposons une présentation de la démarche, avec des témoignages en vidéo.

ACTIVITÉ SPORTIVE « REMISE EN FORME »

Entrée libre

De 14h30 à 15h30 • Grande salle du gymnase des Lauriers

Séance découverte de l'activité « Remise en forme » proposée par l'UFOLEP tout au long de l'année, avec des animations variées et adaptées. Prévoir des chaussures de sport propres et une bouteille d'eau. **Gratuit.**

ATELIER PRÉVENTION DU DIABÈTE

Sur inscription

« Prévenir ou traiter le diabète par la nutrition »

De 14h30 à 16h30 • Résidence Saint-Jacques

Nous vous proposons une réunion d'information sur le diabète, animée par une diététicienne de l'organisme BÉLÉNOS, suivi d'un atelier culinaire. **Gratuit / Nombre de place limité.**