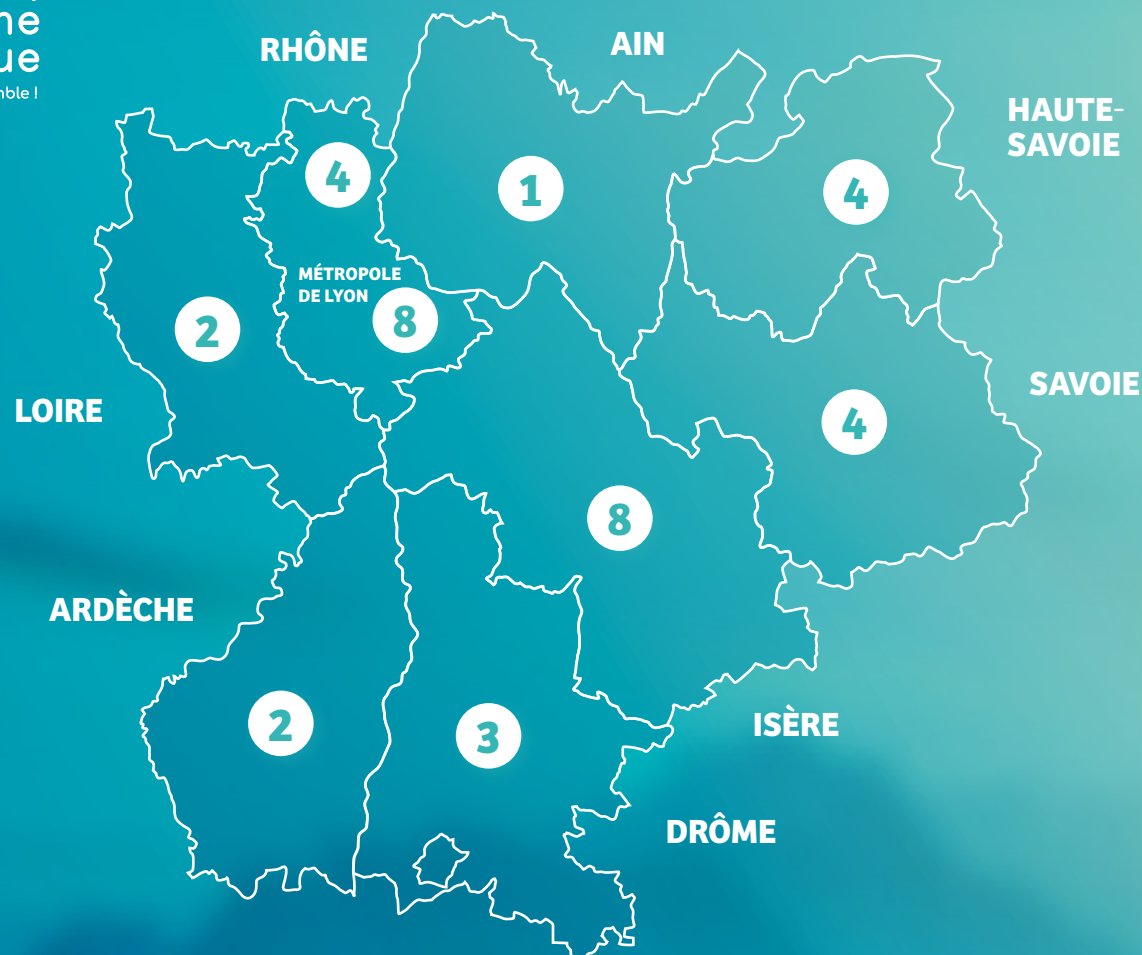


SEMAINE BLEUE

du **05 au 11 octobre 2026**
PROGRAMMATION
D'ATOUTS PRÉVENTION
RHÔNE ALPES
**ATELIERS, CONFÉRENCE
ET FORUMS**



AIN (01)

VILLE	THÈME	FORMAT	DATE / HORAIRES	INFOS ET INSCRIPTION
SAINT-MAURICE-DE-GOURDANS	Comment mettre de la couleur dans votre vie ?	Conférence	08/10 de 14h à 16h	CCAS ccas@saintmauricedegourdans.fr En savoir +

ARDÈCHE (07)

VILLE	THÈME	FORMAT	DATE / HORAIRES	INFOS ET INSCRIPTION
GUILHERAND-GRANGES	Tiss'âge de liens	Forum	08/10 de 10h à 17h	Département Ardèche tissage.liens@ardeche.fr En savoir +
VILLENEUVE-DE-BERG	Musique et cerveau, prenez le tempo de votre bien-être	Conférence	06/10 de 14h30 à 16h30	Sandrine CHEVALIER 04 75 94 72 36 s.social@csclapinede07.fr En savoir +

DRÔME (26)

VILLE	THÈME	FORMAT	DATE / HORAIRES	INFOS ET INSCRIPTION
CLÉON-D'ANDRAN	Mobilité et sécurité des conducteurs seniors	Atelier	08/10 de 14h à 17h 09/10 de 9h à 12h puis de 14h à 17h	Danielle VITIELLO 06 62 75 06 44 danielle.vitiello1426@gmail.com En savoir +
CREST	Les 5 sens : les stimuler, les préserver	Conférence	08/10 de 14h30 à 16h30	Sylvie DEJARDINS 04 75 76 75 79 ccas@mairie-crest.fr En savoir +
TAIN-L'HERMITAGE	Comment ne pas se laisser envahir par la peur de l'avenir ?	Conférence	05/10 de 14h à 16h	MJC-CS TAIN - Elie AVIGNON 04 75 08 28 28 passfamillea@mjc-cs-tain.fr En savoir +

ISÈRE (38)

VILLE	THÈME	FORMAT	DATE / HORAIRES	INFOS ET INSCRIPTION
EYBENS	Musique et cerveau, prenez le tempo de votre bien-être	Conférence	05/10 de 10h à 12h	Elisa ANDREU 04 76 60 76 07 elisa.andreu@eybens.fr En savoir +
FARAMANS	Equilibre	Atelier	du 06/10 au 22/12 de 15h30 à 16h45	HUGONIN Dorothée 06 75 37 58 33 faramans@maisondeblandine.fr En savoir +
LES DEUX ALPES	Mobilité et sécurité des conducteurs seniors	Atelier	05/10 de 13h30 à 17h 06/10 de 9h à 12h30 puis de 13h30 à 17h	Mélanie CHOLLET 06 30 49 32 18 m.chollet@mairie2alpes.fr En savoir +
PALADRU	Forum des seniors et de leurs aidants	Forum	08/10 de 10h à 18h	Commission Solidarité du Tour 0476323053 villageslacpaladru@vlpaladru.fr En savoir +
SAINT-ISMIER	Nos émotions : amies ou ennemies ?	Conférence	09/10 de 14h à 16h	CAS - Emilie SURAN 04 76 52 52 25 e.suran@saint-ismier.fr En savoir +
SAINT-MARTIN-D'HÈRES	Forum seniors	Forum	10/10 de 09h30 à 18h	En savoir +
TIGNIEU-JAMEYZIEU	Mobilité et sécurité des conducteurs seniors	Atelier	09/10 de 13h30 à 17h 16/10 de 9h à 12h30 puis de 13h30 à 17h	Laurence GOTTI 04 78 32 12 89 accueil.mjcentresocial@tignieu-jameyzieu.fr En savoir +
VIENNE	Estime de soi au coeur du bien-être	Atelier	05/10 - 12/10 -19/10 - 26/10 de 14h à 16h30	Carrousel de l'Isle 04 74 53 43 39 contact@mairie-vienne.fr En savoir +

LOIRE (42)

VILLE	THÈME	FORMAT	DATE / HORAIRES	INFOS ET INSCRIPTION
LA TALAUDIÈRE	Chamboultout	Ciné débat	06/10 de 14h à 17h	AGIRC-ARRCO actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr En savoir +
SAINT-ÉTIENNE	Musique et cerveau, prenez le tempo de votre bien-être	Conférence	09/10 de 14h30 à 16h30	Michel GONDRAN 06 38 53 52 83 gondranufals@gmail.com En savoir +

RHÔNE (69)

VILLE	THÈME	FORMAT	DATE / HORAIRES	INFOS ET INSCRIPTION
L'ARBRESLE	Salon du bien vieillir	Forum	05/10 de 10h à 20h	CPTS Monts du Lyonnais ideparcours@cpts-montsdulyonnais.fr En savoir +
LOZANNE	Bien manger bien bouger	Atelier	07/10 - 14/10 - 21/10 - 28/10 04/11 - 18/11 de 14h à 16h	Résidence Domaine de Louise 04 74 22 82 45 ledomainedelouise@semcoda.com En savoir +
TARARE	La nutrition un atout pour bien vieillir	Conférence	07/10 de 14h à 16h	AGIRC-ARRCO actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr En savoir +
VAL D'OINGT	Les clés pour rester en forme	Conférence	05/10 de 14h30 à 16h	CCAS 04 74 71 60 51 ccas@valdoingt.org En savoir +

MÉTROPOLE DE LYON (69)

VILLE	THÈME	FORMAT	DATE / HORAIRES	INFOS ET INSCRIPTION
ECULLY	Bienvenue à la retraite	Atelier	08/10 et 15/10 de 9h à 11h et 14h à 16h	Ouvert aux nouveaux retraités (moins de 2 ans) 04 72 16 18 99 pole.bar@carsat-ra.fr En savoir +
LYON 01	Bien vivre sa retraite à Lyon	Conférence	05/10 à 9h30	Ouvert aux nouveaux retraités lyonnais (moins de 2 ans) En savoir +
LYON 03	Journée Nationale des Aidants	Forum et théâtre forum	09/10 de 10h à 17h	Inscription pour le théâtre forum (14h à 16h) uniquement En savoir +
LYON 07	La sophrologie, une aide précieuse dans la prise en charge de la douleur	Conférence	06/10 de 14h à 16h	Pole seniors CCAS 04 72 73 68 00 poleseniors.ccas@mairie-lyon.fr En savoir +
LYON 09	Equilibre	Atelier	du 09/10 au 18/12 de 15h30 à 17h	FRAGNON Shokou 04 78 76 30 28 shokou.fragnon@centresociauxsauvegarde.com En savoir +
MEYZIEU	Bienvenue à la retraite	Atelier	05/10 - 12/10 - 19/10 - 26/10 de 9h à 11h	Ouvert aux nouveaux retraités (moins de 2 ans) 04 72 16 18 99 pole.bar@carsat-ra.fr En savoir +
OULLINS-PIERRE-BÉNITE	Bienvenue à la retraite	Atelier	06/10 - 13/10 - 20/10 - 27/10 de 14h30 à 17h	Ouvert aux nouveaux retraités (moins de 2 ans) CCAS Oullins-Pierre-Benite 04 72 30 56 16 sarto@oullinspierrebenite.fr En savoir +
VILLEURBANNE	Forum	Forum	05/10 de 14h à 18h	Place Wilson Entrée libre et gratuite laetitia.lameche@mairie-villeurbanne.fr En savoir +

SAVOIE (73)

VILLE	THÈME	FORMAT	DATE / HORAIRES	INFOS ET INSCRIPTION
AIX-LES-BAINS	Nutrition	Conférence	29/10 de 15h à 16h30	Anais HOURMOUZIS 04 79 88 07 91 En savoir +
CHAMBÉRY	Mobilité et sécurité des conducteurs seniors	Atelier	08/10 de 09h à 12h30 09/10 de 09h à 12h30 puis de 13h30 à 17h	APERCA - Patrice ARPIN 06 77 24 43 36 En savoir +
LA MOTTE-SERVOLEX	Forum "Bien Vieillir"	Forum	08/10	CLIC du bassin Chambérien 04 79 85 79 60 clic-bassin-chamberien@savoie.fr
LE CHÂTELARD	D-marche	Atelier	05/10 - 10/11 - 30/11 de 9h30 à 12h30	Les Amis des Bauges 04 79 54 87 64 senior@amisdesbauges.org En savoir +

HAUTE-SAVOIE (74)

VILLE	THÈME	FORMAT	DATE / HORAIRES	INFOS ET INSCRIPTION
ANNECY	Mistral Aimant	Théâtre forum	06/10 de 14h à 16h	AGIRC-ARRCO actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr En savoir +
CLUSES	Ma journée, ma santé	Conférence	05/10 de 9h30 à 11h30	CCAS 04 50 96 47 02 rpinger@cluses.fr En savoir +
THONON-LES-BAINS	Alzhei'mere	Spectacle	05/10 de 14h30 à 16h	AGIRC-ARRCO actionsocialerhonealpes@agirc-arrco.fr En savoir +
VILLE-LA-GRAND	Estime de soi au coeur du bien-être	Atelier	06/10 - 13/10 - 20/10 - 27/10 de 14h à 16h30	Mairie de Ville-La-Grand 04 50 84 24 24 secretariat.general@vlg.fr En savoir +



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
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



**POUR Bien
Vieillir**

Carsat
Retraite
& Santé
Rhône-Alpes

RETRAITE COMPLÉMENTAIRE
agirc-arrco

santé
famille
retraite
services
L'essentiel & plus encore

ANGDM
Agence Nationale
pour le Droit
des Droits des Mineurs

Filieris
la santé en action

Avec le soutien de
ircantec
La retraite complémentaire publique

CNRA
Commissariat
à l'égalité
des territoires
Rhône-Alpes

Ensemble, les caisses de retraite s'engagent