

édito

L'actualité de cet automne nous invite à parler de la retraite et à penser à notre vieillesse.

Au-delà des questions essentielles – solidarité et ressources financières – il est important de prendre conscience du rôle social majeur que jouent les seniors et les personnes âgées dans notre société.

Le programme de la Semaine Bleue 2010 propose des « temps pour penser à soi » et des « temps à partager avec les autres ».

Tous les acteurs engagés autour de ce projet souhaitent contribuer à changer notre regard sur ce temps de la vie et favoriser le « Vivre ensemble à tous les âges de la vie ».

À leurs côtés, je serai heureuse de vous rencontrer tout au long de cette semaine au fil du programme.

Vera Briand, Adjointe au Maire déléguée aux personnes âgées
Présidente du CODEM de Rennes



lundi 18 octobre

de 10h à 13h30

Repas intergénérationnel

Les résidents ainsi que les enfants d'une école du quartier, assistés d'un cuisinier, s'improvisent « cordons bleus » pour un repas gourmand.

Organisé par la Résidence Léon-Grimault
1, rue du Pré-de-Bris - Info au 02 99 59 35 47

de 14h à 17h

Conférence sur le Code de la rue et Le Vélo STAR

Présentation de la charte rennaise du Code de la rue et du Vélo STAR, le système de vélos en libre service de Rennes Métropole. Ateliers pratiques d'utilisation du Vélo STAR.

Organisé par l'OPAR, en lien avec Le VéloStar
62, rue de Dinan - Info au 02 99 54 22 23

de 15h à 16h30

Goûter-causant « Vouloir la solidarité entre générations »

À partir de l'expérience de la résidence intergénérationnelle Simone-de-Beauvoir, un échange sur le « bien vivre ensemble ». Débat introduit par Juvénal Quillet, philosophe habitant place Simone-de-Beauvoir et conduit par Eric Chopin, journaliste à Ouest-France.

Bien vieillir - Vivre ensemble à Rennes

Organisé par l'association ARGO
Restaurant Fourchette et Compagnie
1, place Simone-de-Beauvoir
(métro : station Anatole-France)
Info au 06 74 89 55 38 ou
coordination@fourchetteetcie.com

mardi 19 octobre

de 10h30 à 12h30

Conférence et atelier « Cuisinez votre santé »

Animés par Hubert Jouan, auteur de « la cuisine de demain » pour apprendre à combiner saveurs, plaisirs et petits budgets, cuisine bio et végétarienne.

Organisé par l'OPAR, en lien avec l'association la Bonne assiette
OPAR – 62, rue de Dinan,
participation : 4 € - Info au 02 99 54 22 23

de 14h à 16h30

Conférence-débat sur le thème « Suicide et personnes âgées » : vers une reconnaissance de la souffrance

Temps d'échanges pour identifier les moyens d'améliorer le repérage et la prise en charge des personnes âgées dont le risque suicidaire est élevé.

Intervenants :

- Jean Maisondieu, géronto-psychiatre
- Daniel Adrian, géronto-formateur
Animatrice :

- Huguette Le Gall, présidente de la Maison Associative de la Santé (MAS).
Traduction LSF par l'URAPEDA

Organisée par la MAS et la Mutuelle Radiance

CHU de Rennes (amphi Bretagne)
Rue Henri-Le-Guilloux - Métro : station Pontchaillou - Info au 02 99 53 48 82 ou maisonsante@orange.fr

de 14h30 à 16h

Table-ronde sur la prévention des chutes

Et démonstration pour sensibiliser aux postures et réflexes à adopter pour éviter les chutes, à domicile et dans l'espace public.

Organisée par la Maison de quartier de La Binquenais
Maison de quartier de la Binquenais -
Place Bir-Hakeim - Info au 02 99 50 57 41
ou comitequartierlabinquenais@wanadoo.fr

de 15h à 16h30

Café intergénérationnel et interculturel

Echanges entre parents, grands-parents et petits-enfants.

Organisé par l'UAIR, en lien avec la crèche Tannou et la Maison de retraite Saint-Cyr
UAIR – 62, rue de Dinan
Info au 02 99 33 01 03

de 17h30 à 19h30

Diffusion de « Nous n'étions pas des Bécassines »

Film de Thierry Compain (Prix européen du documentaire Kolding-Danemark 2006), suivi d'un débat avec le réalisateur. Documentaire réalisé à partir du témoignage de femmes bretonnes, aujourd'hui retraitées, employées comme domestiques dans le Paris des années cinquante.

Organisée par la commission « Ensemble et Solidaires » du conseil de quartier sud-gare
Lycée Sainte-Thérèse (auditorium)
27, rue Sully-Prudhomme

Info auprès de la Direction de quartier sud-ouest au 02 23 62 21 56 ou dqso@ville-rennes.fr

de 20h à 22h

Café-citoyen sur « L'habitat groupé à l'initiative d'habitants de tous âges »

Cette rencontre s'inscrit dans le cadre d'une programmation de quatre cafés-citoyens proposés dans les quartiers rennais au cours de ce semestre. Avec la participation de M. Theurier de l'association Parasol et M. Jan, habitant de la Petite Maison (habitat groupé autogéré) - Projection du film sur l'expérience d'un écoquartier « La Basse Renaudais » (Betton).
Organisé par la Direction de quartiers sud-est
Restaurant « Les p'tits clous »
49, rue de Châteaugiron
Bus n°7 : arrêt Louis-Raison - Info au 02 23 62 25 90 ou dqse@ville-rennes.fr

mercredi 20 octobre

de 9h à 12h30

Stand d'information à la Maison de quartier La Binquenais

Temps d'échanges et de rencontres avec des professionnels, partenaires et associations « ressources » pour les personnes âgées du quartier.

Organisé par la Maison de quartier
Maison de quartier de La Binquenais
Place Bir-Hakeim
Info au 02.99.50.57.41. ou comitequartierlabinquenais@wanadoo.fr

de 14h30 à 17h

Animation-jeu « La famille en or »

Un temps convivial pour favoriser l'échange entre les résidents de la Mai-

son de retraite des Champs-Manceaux, leurs familles et les habitants du quartier.
Organisée par la Maison de retraite des Champs-Manceaux
2A, rue Jean-Coquelin
Info au 02 99 22 24 90

de 15h à 16h30

Café à Palabres

Temps de rencontre et d'échanges interculturels et intergénérationnels autour d'un goûter.

Organisé par l'UAIR, la Maison de retraite Saint-Cyr, le CDAS et la crèche Tannou .
Maison de retraite Saint-Cyr
59, rue Papu - Info au 02 99 33 01 03

de 15h à 18h

Bistrot Mémoire sur le thème de « La bienveillance »

Rencontres et échanges entre les personnes confrontées à la maladie d'Alzheimer et leurs proches, avec l'intervention de M^{me} Cosnard, membre bénévole du Bistrot Mémoire.

Organisé par le Bistrot Mémoire de Rennes
Café « Chez Mamaï » - 10, rue Dupont-des-Loges - Info au 02 99 59 48 80

de 17h30 à 19h30

Conférence-débat « Le temps de la retraite : un temps pour soi, un temps pour les autres ? »

Les thèmes :
- la retraite : représentations, difficultés et opportunités

- une nouvelle étape de vie ? un temps subi ? que faire de sa retraite et de ce nouveau temps libre ?

Avec la participation de M. Arbus,

auteur de l'ouvrage *Préparer et vivre sa vieillesse - Faire face aux nouveaux défis de l'âge* et M^{me} Fuchs, de l'association OLD'UP, qui œuvre en faveur de la participation des personnes âgées à la vie sociale et citoyenne.
Animée par M. Wassmer, journaliste.

Organisée par la Ville de Rennes
MIR (Maison Internationale de Rennes)
7, quai Chateaubriand
Info au 02 23 62 20 00 (poste 307641)
ou Innaze@ccasrennes.fr

jeudi 21 octobre

de 9h à 17h

Journée de formation et de réflexion

Sur le thème « Exercer le métier d'animateur auprès des personnes âgées : vie quotidienne et animation en gérontologie », pour échanger sur les moyens d'apporter des améliorations à la pratique du métier. Spectacle d'Edouard HH sur « La vie quotidienne ou les banalités extraordinaires en maison de retraite ».

Organisée par la Maison Associative de la Santé (MAS) et l'IRTS de Bretagne
IRTS - 2, avenue du Bois-Labbé
Participation : 45 €.
Inscription obligatoire au 02 99 09 14 00 ou anne.tribodet@irts-bretagne.fr
Info au 02 99 53 48 82

de 14h à 19h

Fête « des âges sans frontière »

Temps festif interculturel et intergénérationnel. Animations : musique avec Diverzik, spectacle *Les passeurs de mémoire*, spectacle cabaret avec la troupe OASIS... Temps informel avec des stands d'information de profession-

nels et acteurs du secteur.

Organisée par l'OPAR et l'UAIR, en lien avec le CDAS, Espacil à domicile, l'ASSAD du Pays de Rennes, la CNL 35 et le foyer-logement du Colombier
Halle Martenot - place des Lices
Info au 02 99 54 22 23 ou 02 99 33 01 03

de 15h à 17h

Table-ronde : « Regards croisés aidants familiaux/professionnels, pour un choix de vie à domicile »

Faire comprendre le quotidien des aidants, montrer l'importance du répit pour les aidants, et valoriser la complémentarité entre les intervenants professionnels et les aidants familiaux. Animée par une psychologue, avec la participation de professionnels et d'aidants. Témoignages autour de situations vécues. Goûter offert.

Organisée par le pôle services à domicile du CCAS de Rennes
Restaurant Fourchette et Compagnie,
1, place Simone-de-Beauvoir
(métro Anatole-France)
Info auprès de la Direction des Personnes Agées Ccas au 02 23 62 20 18 ou secretariat-pole-domicile@ccasrennes.fr

de 14h à 19h30

Agir et vieillir ensemble

• de 14h à 18h : exposition souvenirs « Œuvres familiales »

• de 15h à 16h30 : « Hier et aujourd'hui », la photo comme support d'échanges

• de 18h à 19h30 : rencontre-débat sur « Le quartier : un territoire à taille humaine pour bien vieillir » - Sur inscription.

Organisé par la Maison de retraite Les Jardins de la Poterie
32, square Ludovic-Trarieux
Info au 02 99 32 15 66

Egalement, tout au long de la semaine :

- la création d'une Gazette par l'OPAR, avec des reportages sur les actions développées au cours de la Semaine Bleue, en lien avec un ancien journaliste de Ouest-France,
- des portraits itinérants sur les différentes actions de la Semaine Bleue, par une jeune artiste portraitiste,
- des cafés-rencontres organisés par la Résidence Léon-Grimault en présence de professionnels, du mardi 19 au vendredi 22 octobre, entre 10 h 30 et 11 h 30, sur les thèmes : «La maladie d'Alzheimer», «L'entrée en institution, lieu de vie»... (renseignements au 02 99 59 35 47),
- une expo photos proposée par Archipel Habitat avec ses locataires, sur le thème du lien social et de l'intégration des personnes âgées dans leur environnement, au siège d'Archipel Habitat (1, rue Jean-Coquelin à Rennes); du lundi au vendredi de 8 h 30 à 17 h,
- une expo-photos «Donne-moi ta main», par l'association ARGO et l'espace Simone-de-Beauvoir, ou comment un jeune photographe habitant la résidence Simone-de-Beauvoir illustre à sa façon la Semaine Bleue; (du lundi au vendredi); restaurant «Fourchette et Compagnie», 1, place Simone-de-Beauvoir.

vendredi 22 octobre

de 9h à 17h

Porte ouverte d'un « Logement bleu »

Conçu par Espacil Habitat, ce logement prend en compte les spécificités liées au vieillissement: accessibilité de l'extérieur, adaptations techniques (douches, barre de maintien, volets roulants électriques...), proximité des commerces et des services... sans oublier de favoriser le lien social. Maurepas est le premier quartier choisi par Espacil pour développer ce type de logement. Visite d'un appartement témoin, ouverte à tous.

Organisée par Espacil Habitat
22, rue Guy-Ropartz
Info au 02 99 27 20 00

de 11h à 12h
et de 14h à 16h

Porte ouverte à la Maison de retraite Raymond-Thomas

Animations intergénérationnelles et goûter convivial

Organisée par la Maison de retraite
10, avenue Winston-Churchill
Info au 02 23 46 44 10

de 14h à 16h

Café à palabres

Temps de rencontre et d'échanges interculturels et intergénérationnels. Projection du film *Kontakthof* de Pina Bausch, suivie d'un goûter, avec la participation d'une diététicienne.

Organisé par l'UAIR et Espacil à domicile, en lien avec le CDAS, la Résidence du Gast et l'association «Danse à tous les étages»

Espacil à domicile - 4A, rue Alexandre Lefas - Info au 02 99 33 01 03

de 14h à 17h

Porte ouverte à l'accueil de jour de la Résidence du Gast

Cette résidence vient de créer un pôle d'activités et de soins adaptés pour ses résidents désorientés. Projection du film *Corps sensibles* autour de la danse indienne, réalisé avec les résidents par l'association «Danse à tous les étages».

Organisée par la Résidence du Gast
4B, rue Alexandre-Lefas
Info au 02 99 63 10 95

de 15h à 17h30

Entrez dans la danse

Danses et percussions africaines proposées aux résidents, aux habitants du quartier et aux autres maisons de retraite de Rennes.

Organisé par la Maison de retraite de Cleunay
70, rue Ferdinand-de-Lesseps
Info au 02 99 65 25 30

samedi 23 octobre

de 9h30 à 17h30

Porte ouverte à l'association des Amis des Petits Frères des Pauvres

Une journée pour faire connaître les valeurs, objectifs et réalisations de l'association, notamment auprès des personnes isolées

Organisé par l'association des Amis des Petits Frères des Pauvres
23, rue Rabelais - Info au 02 99 41 88 52

de 15h à 17h30

« Les mains âge'iles »

Des moments de partage intergénérationnels autour d'ateliers de loisirs créatifs à la Maison de retraite

Gaëtan-Hervé

Maison de retraite Gaëtan-Hervé
38, boulevard Oscar-Leroux
Info au 02 23 30 02 25

de 11h30 à 14h

Animation musicale intergénérationnelle et déambulation dans le quartier La Touche

Accompagné d'une fanfare «Les Zazous» et arrêt dans les établissements pour personnes âgées du quartier. Un moment festif intergénérationnel sera proposé sur la Place Simone-de-Beauvoir

Organisées par l'association ARGO
Accès: métro, station Anatole-France
Info au 06 74 89 55 38 ou
coordination@fourchetteetcie.com

La Semaine Bleue 2010

est coordonnée par le Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC) de Rennes, avec la participation du Conseil Général d'Ille-et-Vilaine, de la Ville de Rennes, du CCAS de Rennes, de l'Observatoire et Pôle d'Animation des Retraités rennais (OPAR), de la CNL 35, du Bistrot Mémoire, de la Maison Associative de la Santé, de l'Union des Associations Interculturelles de Rennes (UAIR), de l'association des Amis des Petits Frères des Pauvres, de l'association Espacil à domicile, d'Espacil Habitat, d'Archipel Habitat, de l'association «Danse à tous les étages», de l'ASSAD du Pays de Rennes, de l'association ARGO, de la Maison de retraite Saint-Cyr, de l'EHPAD les Jardins de la Poterie, de la Mutuelle Radiance, de l'association Maison en ville, de la Maison de quartier de la Binquenais, de la Commission «ensemble et solidaires» du Conseil de quartier sud-gare, du lycée Sainte-Thérèse, de l'IRTS de Bretagne, des Éditions de Juillet, du Vélo STAR et des membres du CODEM de Rennes.

Toutes les manifestations proposées sont ouvertes à tout public et gratuites sauf précision contraire indiquée dans le programme.

Pour info, contactez le CLIC de Rennes, 3, rue Georges Dottin - Rennes 02 23 62 21 40 - clic@ccasrennes.fr

18-23
octobre
2010

Semaine nationale des retraités
et des personnes âgées

Bien vieillir Vivre ensemble à Rennes



semaine bleue
des animations rencontres & débats
temps festifs, près de chez vous