

La Semaine Bleue : 7 jours pour mettre les aînés à l'honneur !

(<https://ville-cachan.fr/actualites/la-semaine-bleue-7-jours-pour-mettre-les-aines-a-lhonneur/>)

Du 5 au 11 octobre 2026, Cachan s'associe au rendez-vous national dédié aux retraités et aux personnes âgées. Cette belle manifestation, qui fête sa 75e édition cette année, est l'occasion de valoriser pleinement la place et le rôle essentiels de nos aînés dans notre société. Elle nous invite également à renforcer les liens entre les générations, pour une collectivité plus solidaire et plus riche de toutes les expériences.

Depuis 1951, chaque première semaine d'octobre est l'occasion d'organiser des actions pour et avec les aînés. L'édition 2026 a pour thème « Relions tous les âges dans des territoires engagés ! ». Elle donne l'occasion de promouvoir les contributions que tous les aînés peuvent apporter à la collectivité, quels que soient leur âge, leur état de santé, leur niveau d'autonomie et leur lieu de vie, et valorise les relations et les liens intergénérationnels, garants d'une société plus inclusive et plus solidaire.

Une ville engagée pour un environnement social de qualité

Aujourd'hui, à Cachan, il existe de nombreuses opportunités pour que les seniors bénéficient d'un environnement social de qualité.

- Le service Animation loisirs du CCAS (Centre communal d'action sociale) propose toute l'année à ses adhérents des sorties et loisirs adaptés à toutes et tous ;
- Le Service d'aide à domicile (SAD) assure quotidiennement des missions d'aides à la personne ;
- La Résidence autonomie du Moulin accueille les personnes autonomes dans une structure assurant un confort de vie, une vie sociale épanouie et de nombreuses activités et services ;
- Les 3 clubs du troisième âge animent chaque semaine des moments de partage : chorale, ping-pong, sortie et excursions... ;
- Les associations locales et centres socioculturels développent un programme annuel autour d'activités sportives et créatives.

Programme 2026 de la Semaine Bleue

La Ville et ses partenaires se mobilisent pour faire vivre cette belle semaine. Le programme s'articule autour de moments conviviaux, d'ateliers ludiques, de conférences et d'activités bien-être, pensés pour créer des rencontres authentiques.

Service Animations loisirs

Réservé aux personnes inscrites auprès du CCAS.

- Lundi 5 octobre : thé Ciné (courts métrages sur la sensibilisation au numérique). De 15h à 17h au cinéma La Pléiade ;
- Mardi 6 octobre 2026 : conférence HappyVisio « Être proche aidant sur le territoire du Val-de-Marne ». À 14h, en salle Cécile Hertz-Eyrolles ou visioconférence
- Mercredi 7 octobre 2026 : visite appartement témoin 13e arrondissement de Paris.
- Jeudi 8 octobre 2026 : thé musical (concert de découverte d'instruments) et visite des conservatoires de Cachan et d'Arcueil.

Pour plus d'informations, [consultez le programme trimestriel Loisirs des seniors](#)

Agaesc

Réservé aux adhérents.

- Mardi 6 octobre 2026 : podcast participatif autour de l'exposition « Au fil de ma vi(I)le » au CSC Lamartine. À 14h30. Gratuit.
- Mercredi 7 octobre 2026 : visite « Paris espionnage ». Tarif : 3€, 5€ ou 7€ selon QF.
- Jeudi 8 octobre 2026 : visite de l'exposition « Au fil de ma vi(I)le » avec un pot de l'amitié, à la galerie du théâtre Jacques Carat. Gratuit.
- Vendredi 9 octobre 2026 : repas et thé dansant à la Maison Cousté. Tarif: 6€
- Samedi 10 octobre 2026 : les samedis coustéens intergénérationnel + visite de l'exposition « Au fil de ma vi(I)le » à la galerie du théâtre Jacques Carat. Gratuit.

Pour rappel, l'exposition « Au fil de ma vi(I)le » se tiendra du 5 octobre au 6 novembre 2026, à la galerie du Théâtre Jacques Carat. Ce travail a été mené par la Maison Cousté avec un groupe de seniors à Cachan.

Ehpad Cousin de Méricourt

- Vendredi 9 octobre 2026 : cours de chant lyrique proposé par une résidente de l'Ehpad. À 14h30 en salle de spectacle. Gratuit (émargement nécessaire à l'accueil). Nombre de places limité.

Crédit photo : Henri Perrot