

# PROGRAMME

Vend. 24 Septembre,  
8 & 22 octobre

Dim. 12 Septembre

## Ouverture de la Semaine Bleue,

en partenariat avec la commission culturelle.

### 14h00 | Le théâtre "Quidam",

vous soufflera des textes aux oreilles, sur le thème de la traversée des âges et du lien entre les générations. Les comédiennes déambuleront dans le public lors de leurs trois interventions tout au long de l'après-midi, avant et après les deux spectacles proposés par la commission culturelle.



### 14h30 | Magicien Kornély

Mystères et bizarreries, ventriloquie, grande illusion, mentalisme, rêve de Chine, pauvre chaussure, foulards merveilleux, machine à laver détraquée, apparitions, disparitions, transformations, Kornély vous entrainera dans un monde où le rêve devient réalité !



### 16h30 | Compagnie Fracasse de 12

Un chef rigoureux tente de mener son équipe vers la perfection professionnelle, mais les trois employés municipaux s'avèrent être tous plus dissipés, délirants et fâneurs les uns que les autres.



Ven. 17 Septembre

### 14h30 | Conférence "Seniors consommateurs : ayez les bons réflexes!"

Achat par internet, sur les foires et salons, démarchage à domicile ou par téléphone, appel à une société pour un dépannage d'urgence... Quelques mises en garde s'imposent afin d'éviter de devenir victime de pratiques peu scrupuleuses ou abusives.

*Le CLIC de l'Ille et de l'Illet en partenariat avec la Maison de la consommation et de l'environnement*

*Salle du conseil municipal  
30 personnes - Gratuit*

### 14h00 | Chauffe-citron

Aventurerez vous dans l'histoire méconnue d'un objet, d'une tradition, d'une personnalité ou d'une œuvre d'art ? Guidés par l'animateur, les participants vont jouer et résoudre ensemble des énigmes en chatouillant leur curiosité et leur mémoire.

*Elise LELEU, Chauffe-Citron*

*Salle du conseil municipal  
15 personnes - Gratuit*

Ven. 1er Octobre

### 14h00 | Sortie Faune et Flore

Mettez le nez dehors pour découvrir la faune et la flore automnale qui nous entourent. Nous observerons les oiseaux et les plantes présentes aux étangs de notre commune.

*Animée par Nicolas HYON  
"Le-Nez-Dehors"*

*Départ de la mairie  
2 à 15 personnes - Gratuit*

Lun. 4 octobre

### 14h00 | Ateliers physiques adaptés aux seniors

L'activité physique adaptée (APA) est idéale si l'on craint de se faire mal. L'animatrice s'adapte à vos envies, vos attentes et à vos capacités de chacun. Un programme d'activités physiques personnalisées sollicitant l'équilibre, le renforcement musculaire, la souplesse, l'orientation spatio-temporelle, la coordination...

*Lucie LERAY, coordinatrice de la maison HELENA*

*Salle de motricité Astro'Mômes  
10 personnes - Gratuit*

**Mar. 5 Octobre**

**14h00 | Conférence décalée "Je suis resté-e chez moi!"**

Nous avons tous vécu cette période étrange où le coronavirus a perturbé nos vies quotidiennes. Il est important d'échanger collectivement sur cette expérience, nos réactions, peurs et espoirs... Ce théâtre-débat ludique permettra à chacun de réfléchir sur ces moments. Mélodie et Micheline, "conférencières dans le monde entier" vont de façon originale, évoquer ce thème, en particulier le premier confinement.

Salle Cassiopée -  
120 à 150 personnes - Gratuit

**Ven. 15 Octobre**

**14h30 | Café-seniors**

Des temps d'échanges mensuels où les seniors se rencontrent autour de diverses questions comme l'anticipation du vieillissement, comment favoriser le lien social. Une activité différente est proposée à chaque café-senior. La rencontre d'octobre sera l'occasion de faire une ballade à pied sur la commune puis d'échanger autour d'un café-thé au bar L'Excuse.

Animé par le CLIC de l'Ille et de l'Illet, une psychologue

Bar L'Excuse  
10 personnes - Gratuit

**Dim. 17 Octobre**

**L'île aux Pies**

Ballade le matin sur le site spectaculaire de l'île aux Pies. Entre falaises et chapelets d'îlots. L'après-midi, en route pour...

**La Fête des Fruits d'Automne de Peillac.**

Découvertes des savoir-faire traditionnels : artisanat, pressoir à jus, musique...

Départ de la mairie à 9h00  
40 personnes - 5€ adulte / 3€ enfant



**Ven. 22 Octobre**

**14h00 | Diffusion d'un film**

Un moment convivial avec la diffusion d'un film qui sera suivi d'une visite guidée de la médiathèque "Les Mots Passants"

30 personnes - Gratuit - Médiathèque

**Mer. 27 Octobre**

**14h00 | Atelier "cuisine bretonne"**

Nos seniors montreront comment faire des desserts traditionnels bretons aux enfants. Echange de recettes et chacun pourra partir avec un petit carnet de recettes.

Lucie LERAY | Foyer Soleil - Gratuit

**Du 2 au 5 Novembre**

**Radio du Macériado**

Les jeunes macériens interrogeront les seniors de la commune par le biais de la radio qu'ils ont fondé avec le Macériado.

10 à 12 places - Gratuit



**Jeu. 4 Novembre**

**14h30 | Réunion d'info "Notions de secourisme & pose d'un défibrillateur"**

Bien que l'utilisation d'un Défibrillateur Automatisé Externe (DAE) ne requiert pas de compétences spécifiques, il est souhaitable que chaque citoyen ait des notions de secourisme (comment alerter et secourir).

Claire LENAIN, Protection civile

Salle du conseil municipal  
10 places - Gratuit

**Dim. 7 Novembre**

**12h00 | Repas des seniors & après-midi dansant.**

Ce temps de convivialité et d'animations s'adresse aux seniors de 71 ans et plus qui seront destinataires d'un courrier d'invitation. Les seniors auront le choix entre le repas ou le colis gourmand distribué en décembre.

Les aînés qui ne seraient pas inscrits sur la liste électorale et souhaitant participer, peuvent contacter le CCAS.

Salle Cassiopée



La semaine Bleue est organisée par la  
municipalité et le CCAS

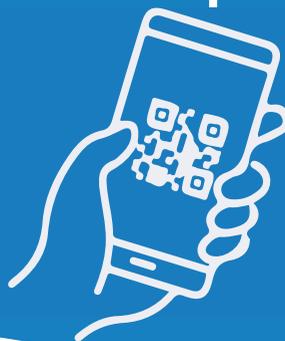
Retrouvez le programme sur [lameziere.com](http://lameziere.com)

Pour plus d'informations et inscriptions :  
CCAS de la Mézière au 02 99 69 38 43

## INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES

### PASS SANITAIRE OBLIGATOIRE Pour l'ensemble des animations

- Certificat de vaccination avec schéma vaccinal complet
- Test négatif (*PCR ou antigénique de moins de 72h*)
- Certificat de rétablissement de la Covid-19 (*datant d'au moins 11 jours et de moins de 6 mois*)



REMERCIEMENTS à l'ensemble de nos partenaires,  
prestataires et bénévoles



12 SEPTEMBRE  
AU  
7 NOVEMBRE  
2021

# LA SEMAINE BLEUE

8 ÈME ÉDITION



Ensemble, bien dans son âge,  
bien dans son territoire



8<sup>ème</sup> Édition communale  
70<sup>ème</sup> Édition nationale