

Programme de la Semaine Bleue



ANIMATION COMPOSTEUR

📍 Salle Henri Dunant - Blain

📅 Ven. 04/10 - 10h >12h

📄 Entrée libre

Rens. 02.40.23.00.27 ou
animation-prevention@paysdeblain.fr

Découvrez toutes les astuces pour fabriquer du compost de qualité ! A quoi ça sert ? Les ingrédients du compost, les différentes méthodes et le matériel de compostage. Comment démarrer son compost ? Comment utiliser le compost produit ? Faites le plein de conseils pour valoriser les déchets verts issus du jardinage.



ANIMATION DÉCHETS

📍 Résidence du Martrais - Le Gâvre

📅 Ven. 04/10 - 14h >16h

📄 En interne

Rens. 02.40.23.00.27 ou
animation-prevention@paysdeblain.fr

Animation réservée aux résidents du Martrais et aux élèves de deux classes des écoles primaires du Gâvre.



TRUCS & ASTUCES EN CUISINE

📍 Salle des Loisirs - La Chevallerais

📅 Sam. 05/10 - 10h >12h

📄 Sur réservation (places limitées)

Rens. 02.40.23.00.27 ou
animation-prevention@paysdeblain.fr

Comment changer ses habitudes pour des pratiques plus durables ? Courses, réduction des emballages, recettes anti-gaspillage alimentaire... Venez découvrir et partager vos solutions pour diminuer vos déchets dans la cuisine. En bonus : fabrication de deux produits éco-responsables. Apportez un bocal vide !



INITIATION PREMIERS SECOURS

📍 Caserne des pompiers - Blain

📅 Sam. 05/10 - 10h >12h

📄 Entrée libre

Rens. 02.40.79.09.92 ou
accueil@paysdeblain.fr

Vous souhaitez être sensibilisé aux premiers soins ? Vous vous demandez comment utiliser un défibrillateur ? Initiez-vous aux gestes de premiers secours auprès des pompiers de Blain.

LA SEMAINE BLEUE

au Pays de Blain

Du **30** SEPT.
➔ **05** OCT.
2024

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE, BAL,
TRUCS & ASTUCES ÉCORESPONSABLES,
VISITE DU CENTRE AQUATIQUE, PÉTANQUE,
PRÉVENTION DES RISQUES DOMESTIQUES...

12 ACTIVITÉS GRATUITES
À DÉCOUVRIR

BOUGER ENSEMBLE...

POUR ENTREtenir LA FLAMME !

Programme de la Semaine Bleue



ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

📍 Salle Orge - Bouvron

📅 Lun. 30/09 - 10h >12h

📄 Sur inscription (places limitées)

Rens. & inscription CLIC au 02.28.02.25.45

C'est parti ! Démarrez cette nouvelle édition de la Semaine Bleue avec un réveil musculaire en douceur... Au programme, gym douce suivie d'un parcours de marche nordique soft vous sont proposés. À vos baskets !



SPÉCIAL CENTRE AQUATIQUE

📍 Centre aquatique Canal Forêt - Blain

📅 Mar. 01/10 - 09h30 et/ou 10h30

📄 Sur inscription (places limitées)

Rens. & inscription 02.28.05.39.01 ou piscine@paysdeblain.fr

Dès 9h30, initiez-vous aux activités en milieu aquatique encadrées par un maître-nageur et découvrez les plaisirs et bienfaits physiques qu'elles procurent. À partir de 10h30, partez à la visite du Centre aquatique. L'équipement sportif n'aura plus aucun secret pour vous ! Inscription obligatoire pour chaque activité.



RISQUES DOMESTIQUES

📍 EHPAD - Bouvron

📅 Mer. 02/10 - 10h >11h30

📄 Ouvert à tous sur inscription

Rens. & inscription 02.40.79.09.92 ou accueil@paysdeblain.fr

Comment aider un proche à se relever ? Comment éviter les chutes ? Les pompiers de la caserne de Bouvron vous diront tout sur les accidents domestiques et vous montreront des gestes de premiers secours.



ANIMATION COMPOSTEUR

📍 Marché - Bouvron

📅 Jeu. 03/10 - 9h >12h

📄 Ouvert à tous

Rens. 02.40.23.00.27 ou animation-prevention@paysdeblain.fr

Découvrez toutes les astuces pour fabriquer du compost de qualité ! A quoi ça sert ? Les ingrédients du compost, les différentes méthodes et le matériel de compostage. Comment démarrer son compost ? Comment utiliser le compost produit ? Faites le plein de conseils pour valoriser les déchets verts issus du jardinage.



BAL

📍 Salle du Pontrais - Le Gâvre

📅 Lun. 30/09 - 14h30 >17h

📄 Entrée libre

Rens. 02.40.79.09.92 ou accueil@paysdeblain.fr

Bougez ensemble pour entretenir la flamme ! Chantez, dansez et participez activement à l'animation musicale proposée par Franck ROBE. « The show must go on ! ».



MAISON DE RETRAITE 2

📍 Cinéma Saint-Laurent - Blain

📅 Mar. 01/10 - 14h30 >17h30

📄 Sans réservation

Rens. 02.40.79.09.92 ou accueil@paysdeblain.fr

Le cinéma de Blain vous ouvre ses portes pour la projection du film « Maison de retraite 2 » de Claude Zidi Jr, avec Kev Adams, Jean Reno, Daniel Prévost, Liliane Rovère. Une comédie qui mêle humour et émotion, l'occasion de faire le plein de bonne humeur !



PÉTANQUE & JEUX EN BOIS

📍 Terrain de foot - La Chevallerais

📅 Mer. 02/10 - 14h >17h

📄 Ouvert à tous

Rens. 02.40.79.09.92 ou accueil@paysdeblain.fr

« Tu tires ou tu pointes ? ». Petits et grands, découvrez la pétanque et profitez d'un moment convivial en présence des clubs du territoire. Des jeux en bois seront également mis à disposition pour varier les plaisirs lors de cette rencontre intergénérationnelle.

