

MESSERY

SEMAINE BLEUE 2026

Des rendez-vous ouverts à toutes et tous !

Du 5 au 9 Octobre à MESSERY



LUNDI 5 OCTOBRE / 10H

RENCONTRE

Ouverture de la Semaine Bleue



Mot d'accueil du Maire • Présentation du programme • Café convivial / Espace Littorelle

LUNDI 5 OCTOBRE | 14H

INTERGÉNÉRATIONNEL

Marche Bleue intergénérationnelle



Départ de l' École → Étang à Mathieu → retour à l'École :
Balade accessible à tous • Arrêts cōntés • Goûter convivial ,

MARDI 6 OCTOBRE / 10H

MÉMOIRE ET
TRANSMISSION

Jeux de Mémoire



Ludo Labo • Un moment ludique et stimulant / Salle des fêtes du bas

MARDI 6 OCTOBRE / 14H

RENCONTRE

Comment mieux vivre ensemble à Messery ?



Atelier participatif • Messery Rencontre • M. Jaouen / Salle des Fêtes du bas

MARDI 6 OCTOBRE / 16H

SANTÉ ET
BIEN ÊTRE

Prévention Santé & Bien Vieillir



Yoga, Pilates, Méditation, Relaxation - Muriel Association Univers Méditation
Salle des Fêtes en haut

MERCREDI 7 OCTOBRE / 10H

SANTÉ ET
BIEN ÊTRE

Gym douce & Equilibre



Association Tous Cap • Équilibre • Mobilité • Prévention des chutes
Salle des fêtes du haut,

***Je me renseigne et m'inscris en Mairie
ou en scannant le QR Code***



MESSERY

SEMAINE BLEUE 2026

Des rendez-vous ouverts à toutes et tous !

Du 5 au 9 Octobre à MESSERY



MERCREDI 7 OCTOBRE / 15H

INTERGÉNÉRATIONNEL

Lecture intergénérationnelle

Participation des enfants, des aînés • Bénévoles • Bibliothèque municipale



JEUDI 8 OCTOBRE / 10H

NUMÉRIQUE & SÉCURITÉ

Mieux utiliser son smartphone

Philippe Chalabreysse et l'équipe des Conseillers Municipaux Salle Litorelle



JEUDI 8 OCTOBRE / 14H

NUMÉRIQUE & SÉCURITÉ

Démarches administrative en ligne

AMELI, les impôts, sites utiles au quotidien avec Leila Conseillère FS



VENDREDI 9 OCTOBRE / 10H

NUMÉRIQUE & SÉCURITÉ

Conférence Cybersécurité

Arnaques en ligne : savoir se prévenir avec Alain Giannini Association ECTI



VENDREDI 9 OCTOBRE / 14H

HABITAT

Habitat intergénérationnel

De nouvelles façons d'habiter» • Expériences favorisant le lien social et la solidarité entre les générations salle des fêtes du haut



VENDREDI 9 OCTOBRE / 15H30

HABITAT

Habitat intergénérationnel

Rencontre avec l'association Chablais Entre-Age / salle des fêtes du haut



***Je me renseigne et m'inscris en Mairie
ou en scannant le QR Code***

