

Jour	Matin (Action phare)	Après-midi (Bien-être & convivialité)
Lundi 5 octobre	Lancement officiel de la Semaine Bleue : ouverture par le Président ou la Vice-Présidente du CCAS, présentation du projet Mémwa Voklen, présentation des équipes intergénérationnelles, signature de la Charte Mémwa Voklen, photo officielle.	Cinéma
Mardi 6 octobre	Mémoires de Voklen : collecte de témoignages dans les quartiers (histoire, traditions, pêche, agriculture, anecdotes, photos anciennes, patrimoine). Enregistrements audio et vidéo réalisés par les jeunes.	Atelier cuisine & transmission : réalisation de recettes traditionnelles revisitées pour les seniors, dégustation et captation vidéo des recettes.
Mercredi 7 octobre	Solidarité numérique : accompagnement des seniors par les jeunes sur smartphone, applications, démarches en ligne, réseaux sociaux et communication avec les proches.	Village Prévention Santé : dépistages, nutrition, mémoire, audition, prévention des chutes, aidants, bien vieillir, stands des partenaires.
Jeudi 8 octobre	Marchons ensemble : balade intergénérationnelle dans un quartier avec haltes patrimoniales, témoignages et découverte de l'évolution du territoire.	Activité Physique Adaptée : gym douce, danse traditionnelle, équilibre, relaxation ou marche santé. Pause Douceurs : massage main, pied ou nuque de 30 minutes ou moment détente au Domaines des Bulles
Vendredi 9 octobre	Construisons demain : Arbre des Transmissions (Jardins rimed razié ou jardins de la mairie) avec engagements des participants, Inauguration du premier Banc des Générations (en lien avec projet mobilier public dans le cadre de Ville Amie des Aînés)	Salon des souvenirs : jeux traditionnels (dominos, belote), exposition de photos anciennes. Ou Le grand loto de la semaine bleue (si cadeau partenaire gratuit) ou Karaoké géant En parallèle montage des photos et vidéos réalisées durant la semaine et création de la capsule numérique Mémwa Voklen par le chargé de communication de la ville
Samedi 10 octobre	Grande restitution intergénérationnelle : projection des vidéos, présentation des témoignages, lecture des engagements, lancement officiel du réseau Mémwa Voklen, remise des diplômes d'Ambassadeurs Mémwa Voklen, verre de l'amitié.	—