

VENDREDI 9 OCTOBRE 2026

8 H 30 > 12 H - Stand d'information départemental sur l'accès aux droits et sur les dispositifs d'autonomie (grand âge et handicap) Marché de LA GARDE et de SAINTE-MAXIME

9 H > 12 H - Formation Pathologie

Alzheimer. LE LUC-EN-PROVENCE : Maison départementale des Aidants quartier Précoumin, Route de Toulon.
Sur inscription : 06 26 65 03 47

9 H 30 > 12 H - Escape Game numérique

« Le mystère de la Semaine Bleue » organisé par la Maison des Initiatives Sociales.
BRIGNOLES : Maison des Initiatives Sociales, Rue des déportés.
Sur inscription à l'accueil de l'association.
Pour plus d'info : 07 55 60 25 57

10 H > 11 H 30 - Activité physique

adaptée. LE THORONET : Salle de l'Écomusée, impasse des Magnolias.
Sur inscription : 06 26 65 03 47

14 H > 16 H 30 - Karaoké « N'oubliez pas les paroles ».

TOULON : Résidence autonomie Port Marchand, Place du Commandant Laurenti.
Sur inscription : 04 94 03 37 00, portmarchand@ccas-toulon.fr

16 H 30 - Spectacle interactif « Nouvelle

Jeunesse » organisé par l'association AURORA. SAINT-RAPHAËL : Auditorium Saint-Exupéry, Centre Culturel, Pl. Gabriel Péri.
Sur inscription auprès du CCAS : 04 94 19 51 21 / 04 94 19 51 27

SAMEDI 10 OCTOBRE 2026

14 H > 17 H - Journée portes Ouvertes de la Maison du Partage

VINON-SUR-VERDON : Maison du Partage, Salle de l'Oustau, route de St Julien.
Entrée libre. Plus d'info : 04 92 79 34 62 / 07 82 28 99 08

DIMANCHE 11 OCTOBRE 2026

À PARTIR DE 9 H - La Grande Randonnée Départementale 2026. LE MUY (Vallée de l'Endre). Sur inscription avant le 8 octobre gro-pdesi83@var.fr

À PARTIR DE 14 H - Guinguette, thé dansant par l'association les familles rurales de Bargemon. BARGEMON : Place des Ruines. **Entrée libre.**
Plus d'info : 07 69 26 37 54
accueil.bargemon@famillesrurales.org



LE DÉPARTEMENT

Le Var inclusif et solidaire



Retrouvez d'autres actions près de chez vous
auprès des centres communaux d'action sociale (CCAS)
et associations ainsi que sur les sites
semaine-bleue.org
et **www.pourbienvieillir.fr**



LE DÉPARTEMENT

La Semaine Bleue, le Var inclusif et solidaire

PROGRAMME
5 > 11 octobre 2026



LE VAR, AVEC VOUS, PRÈS DE CHEZ VOUS, CHAQUE JOUR

LE VAR, AVEC VOUS, PRÈS DE CHEZ VOUS, CHAQUE JOUR

À l'occasion de La Semaine Bleue 2026, le Département du Var et ses partenaires, sa Maison Départementale des Aidants, la MPDH se mobilisent du 5 au 11 octobre 2026 auprès des séniors, des personnes en situation de handicap et de leurs aidants : des activités sportives, créatives et culturelles, des temps d'échanges sur plusieurs marchés du Var...



LUNDI 5 OCTOBRE 2026

9 H 30 - Atelier créatif « Créer votre étoile d'Hollywood ». LA GARDE : Résidence autonomie Marie Curie. 346, rue Aspirant Albert Piault
Sur inscription : 04 22 80 13 88

10 H > 11 H 30 - Activité physique adaptée (Maison départementale des Aidants)
LE LUC-EN-PROVENCE : Quartier Précoumin, route de Toulon. Sur inscription : 06 26 65 03 47

10 H > 12 H 30 / 13 H 30 > 16 H 30
Forum « Bien vivre sa retraite à Draguignan »
organisé par la Mutualité Française PACA DRAGUIGNAN. Maison des sports, bd Marx Dormoy.
Sur inscription : 04 94 50 42 20

13 H 30 > 16 H 30 - Trophée de la Ressence (Tournoi de pétanque par équipe de 3).
TOULON : Résidence autonomie La Ressence, chemin de la Ressence. Sur inscription : 04 94 27 52 02, ressence@ccas-toulon.fr

14 H > 17 H - Atelier Art-thérapie (IZART)
SAINT-RAPHAËL : Salle d'activités St-Sébastien, 583, avenue Marguerite Audoux. Entrée libre
Plus d'info : izart.asso@gmail.com

17 H 30 > 18 H 30 - Atelier Méditation (Accorderie en Provence Verte).
BRIGNOLES : Salle d'activité, 10 place Cavaillon.
Sur inscription : 06 46 06 02 20 / 07 89 55 34 12
accorderieprovenceverte@gmail.com / provenceverte@accorderie.fr

MARDI 6 OCTOBRE 2026

8 H 30 > 12 H - Stand d'information départemental sur l'accès aux droits et sur les dispositifs d'autonomie (grand âge et handicap). Marché de COTIGNAC

9 H > 16 H - Sortie Pirogue pour les aidants
Club nautique de SIX-FOURS-LES-PLAGES : Route du Brusc. Sur inscription : 06 26 65 03 47

9 H 30 > 12 H - Conférence « Bien vieillir cognitif » et portes ouvertes de l'association Coridys. OLLIOULES : Espace Athéna, Parc Athéna, Bâtiment D. Sur inscription : 07 59 72 67 46
developpement@coridys.fr

10 H > 17 H - Forum Journée Nationale des Aidants porté par LADAPT.
LA VALETTE-DU-VAR Galerie Grand Var.
Entrée libre

10 H 30 > 12 H - Activité physique adaptée
LA GARDE. Salle Guy Moquet 1, chemin de la Planquette. Sur inscription : 06 26 65 03 47

10 H 30 - 12 H - Activité physique adaptée
SAINT-RAPHAËL : Les Libellules 500, bd Delli-Zotti
Sur inscription : 06 26 65 03 47

14 H > 17 H - Loto gourmand
organisé par l'association Les Insatiables.
SAINT-MAXIMIN-LA-SAINTE-BAUME : Salle des fêtes, Place Gabriel Péri. Sur inscription : 04 94 72 93 05, ccas@st-maximin.fr

17 H > 18 H - Atelier de guitare
par l'association Thiercelieux.
AUPS : Siège de l'association Thiercelieux. 33, bis avenue Georges Clémenceau.
Entrée libre. Plus d'info : 06 35 28 09 22
thiercelieux@mailo.com



MERCREDI 7 OCTOBRE 2026

8 H 30 > 12 H - Stand d'information départemental sur l'accès aux droits et sur les dispositifs d'autonomie (grand âge et handicap). Marché D'AUPS

10 H > 11 H 30 - Atelier collectif de découverte de la Gym Douce par les centres sociaux de Toulon. TOULON : Parc de la Tour Royale, avenue de la Tour Royale.
Entrée libre. Plus d'info : 04 94 21 05 79, jmehdaoui@cs-toulon.fr

10 H > 12 H - Atelier Alimentation
par le CODES du Var.
SAINT-MAXIMIN-LA-SAINTE-BAUME : Salle Cassiopée, MJA, 318 boulevard Rey
Sur inscription : 04 94 72 93 05

14 H > 15 H 30 - Activité physique adaptée. SALERNES : IME chemin du Pin Bernard.
Sur inscription : 06 26 65 03 47

14 H 30 > 17 H - Ateliers créatifs intergénérationnels (Tricot, cuisine, puzzle, collage thérapeutique, réalisation d'une fresque). SALERNES : Résidence Le Naï, Avenue Pierre Gaudin.
Sur inscription : 04 94 70 66 45

JEUDI 8 OCTOBRE 2026

9 H > 11 H - Atelier Alimentation
par le CODES du Var. LA CRAU : Foyer des anciens, 15 bd de la République.
Sur inscription : 04 89 29 51 65

8 H 30 > 12 H - Stand d'information départemental sur l'accès aux droits et sur les dispositifs d'autonomie (grand âge et handicap). Marché des ARCS-SUR-ARGENS

10 H > 12 H - Atelier « Une parenthèse de reconnexion à soi ». LE LUC-EN-PROVENCE
Maison départementale des Aidants, quartier Précoumin Route de Toulon.
Sur inscription : 06 26 65 03 47

14 H > 16 H - Animation chorale, fête des résidents EHPAD le Luc en partenariat avec l'association Amicaline. LE LUC-EN-PROVENCE : EHPAD Précoumin, jardin Pierre Gaudin.
Entrée libre. Plus d'info : 06 26 65 03 47

14 H > 16 H - Plumes en fête : La dictée pour tous. TOULON: Résidence autonomie Le Porphyre. 1, bd Pellicot, le Pont du Las.
Sur inscription : 04 94 92 05 92
porphyre@ccas-toulon.fr

14 H 30 > 17 H - Concert gratuit organisé par la Maison du Partage. VINON-SUR-VERDON
Salle de l'Oustau, route de St Julien.
Entrée libre. Plus d'info : 04 92 79 34 62 / 07 82 28 99 08

18 H > 19 H - Café papote anglais par l'association Thiercelieux.
AUPS : Siège de l'association. 33 bis, avenue Georges Clémenceau.
Entrée libre. Plus d'info : 06 35 28 09 22 / thiercelieux@mailo.com

