



**+ SENIORS**

## Semaine bleue : des activités variées pour les seniors

Fort du succès rencontré l'an dernier, la Ville s'associera une nouvelle fois à la semaine nationale des personnes retraitées et âgées, dite semaine bleue. Cette dernière aura lieu du 8 au 12 octobre à l'Espace Jules Verne. De nombreuses animations leur permettant de s'informer et de se divertir leur seront proposées par le Centre communal d'action social. Découvrez le programme riche et varié.

Mis en ligne le 05 septembre 2018

Cette semaine constitue un moment privilégié pour informer et sensibiliser les seniors à la vie économique, sociale, culturelle et aux difficultés qu'ils rencontrent dans leur vie quotidienne.

De nombreuses animations leur permettant de s'informer et de se divertir leur seront proposées par le Centre communal d'action sociale (CCAS).

Le programme est le suivant :

### **Lundi 8 octobre**

**- Organiser sa succession : un notaire vous répond !**

*De 10h à 12h, salle Roger-Joly*

**- Venez chanter et danser avec Jacky et son taxi danseur!**

*Karaoké dansant*

*De 14h30 à 18h, salle principale*

## **Mardi 9 octobre**

### **- Venez créer votre bouquet avec notre atelier floral !**

De 9h30 à 10h30/ et de 11h à 12h, salle Roger-Joly

### **- Préserver son corps avec le yoga Atelier yoga**

De 14h à 14h30 (sur sol) / de 14h45 à 15h15 (sur chaise) / de 15h30 à 16h (sur sol)  
Salle Roger-Joly

## **Mercredi 10 octobre**

### **- Internet et ses dangers : soyez informés**

Avec le Conseil municipal des jeunes citoyens (CMJC)

De 10h à 12h, salle Roger-Joly

### **- Evasion garantie avec une pièce de théâtre pleine de rythme et d'émotion**

Compagnie IMLA proposée par Malakoff-Médéric

De 14h30 à 16h30, salle principale

## **Jeudi 11 octobre**

### **- Les droits des consommateurs : le CLCV répond à vos questions.**

De 10h à 12h, salle Roger-Joly

### **- Tout savoir sur l'arthrose et l'ostéoporose**

avec de D<sup>r</sup> Marie, rhumatologue au Centre médico-social

De 14h30 à 16h30, salle Roger-Joly

## **Vendredi 12 octobre**

### **- Eviter les chutes : un atelier équilibre**

animé par une kinésithérapeute

De 9h30 à 10h30 / de 11h à 12h, salle Roger-Joly

### **- Montrez-nous vos talents : concours de danse de la semaine bleue**

Avec la compagnie Skydance-Show.

De 14h30 à 17h30, salle principale

Animations gratuites sur inscription **à la maison des Seniors selon les places disponibles.**

Pour tout renseignement, s'adresser à la Maison des Séniors : 3, place François Mitterrand - Tél : 01 43 88 81 41

# LA SEMAINE BLEUE

SEMAINE  
NATIONALE  
DES RETRAITÉS  
ET PERSONNES  
ÂGÉES

[www.semaine-bleue.org](http://www.semaine-bleue.org)

Du 8 au 12 octobre  
2018

Animations gratuites



Venez nombreux découvrir nos divers ateliers



Service communication - Août 2018

Inscription du 17 septembre au 21 septembre 2018 à la Maison des Seniors selon les places disponibles





MAIRIE DE LIVRY-GARGAN  
3, PL. FRANÇOIS-MITTERRAND - B.P. 56 - 93891  
LIVRY-GARGAN

☎ 01 41 70 88 00 📠 01 43 30 38 43