



+ SENIORS

Semaine bleue du 7 au 11 octobre

Lancée en 1951 au niveau national, la Semaine Bleue a pour vocation de valoriser la place des aînés dans la société.

Mis en ligne le 04 septembre 2019

Du 7 au 11 octobre, c'est un cocktail complet d'animations qui sera proposé gratuitement aux seniors par le CCAS, à l'Espace Jules-Verne. Dès le 16 septembre, les seniors pourront s'inscrire aux différentes activités proposées : conférences, réunion d'informations et de prévention, ateliers créatifs, santé, après-midis musicaux et festifs. Des domaines variés qui intéressent particulièrement les aînés livryens. Cette semaine d'échanges permettra également de créer du lien, notamment entre générations et de souligner le rôle social des seniors dans notre société.

Lundi 7 octobre

- Après-midi en chansons, au rythme des « bals perdus »

De 14h30 à 16h30

Concert des bals musettes du Paris des années 30 à 50 par Cécile Rose et son accordéoniste et contrebassiste.

Mardi 8 octobre

- Pour ne pas perdre pied, venez voir notre Kiné !

De 9h30 à 10h30 et de 11h à 12h

Deux ateliers pratiques sur l'équilibre, animés par un kinésithérapeute.

- Conférence du PRIF sur l'importance de l'équilibre

De 14h à 16h

Information du PRIF (Prévention Retraite Île-de-France) en prévision des ateliers « équilibre » du mois de novembre 2019.

Mercredi 9 octobre

- Une matinée réussie en créant son bouquet fleuri

De 9h30 à 10h30 et de 11h à 12h

Deux ateliers créatifs animés par des fleuristes.

- Atelier écologique pour une gestion durable des déchets

De 14h30 à 16h30

Conférence intergénérationnelle proposée par l'Etablissement Public Territorial Grand Paris Grand Est, en présence des enfants du Conseil Municipal des Jeunes Citoyens, sur le tri et la réduction des déchets.

Jeudi 10 octobre

- L'alimentation après 60 ans - Informez-vous, c'est important !

De 9h30 à 11h30

Atelier interactif proposé par « Silver- Fourchette » et animé par un diététicien nutritionniste, suivi d'une dégustation.

- Votre police de proximité veille à votre sécurité

De 14h à 16h

Conférence en présence de la Police Municipale sur les bons réflexes à adopter pour sa sécurité.

Vendredi 11 octobre

- Les aides du département pour l'entrée d'un proche en établissement (Maison de Retraite).

De 9h30 à 11h30

Réunion d'informations et d'échanges sur les différentes aides sociales à l'hébergement (obligation alimentaire, succession, APA...)

- Thé dansant, venez passer un bon moment !

De 14h30 à 18h

Après-midi musicale avec la Compagnie Skydance-Show et ses taxis danseurs professionnels.

*Animations gratuites **sur inscription du 16 au 20 septembre** à la Maison des Seniors. Nombre de places limité.*



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

☎ 01 41 70 88 00 📠 01 43 30 38 43