



La semaine bleue : demandez le programme !

AKTUALIT?T

SENIOR

Montag, 2. oktober 2023

La semaine bleue : demandez le programme !

Du 2 au 6 octobre, la Ville met l'honneur les seniors. Un moment privilégié pour se retrouver, s'informer et partager des instants de convivialité !



Conférences, jeux, animations, film, débat,... C'est tout un programme que le service Seniors de la Ville a prévu pour cette semaine bleue du 2 au 6 octobre. Sur le thème "vieillir ensemble, une chance à cultiver", les aînés vont passer cinq jours riches et animés !

Lundi 2 octobre

- ? 9h30 : Ouverture par Monsieur le Maire, Pascal Thévenot, et Michèle Menez, adjointe chargée des seniors. Salle Icare, Place Dautier.
- ? 10h : Conférence via UFC Que Choisir sur le thème des données personnelles suivi d'une projection de film et d'un ciné-débat. Salle Icare, Place Dautier.
- ? 14h - 16h : Atelier sophrologie pour apprendre à pratiquer des exercices faciles propices à la détente. Salle Icare, Place Dautier.

Mardi 3 octobre

- ? 10h : Conférence sur la sécurité menée par Fabienne Boulard, major de police, sur le thème des arnaques à éviter. Salle Icare, Place Dautier.
- ? 14h - 17h : Des professionnels de santé d'ophtalmo, réseau de télé-médecine, vous apprendront le fonctionnement de l'œil, les bonnes pratiques, le dépistage, la prévention, etc... Avant de terminer l'après-midi par un atelier sur le yoga des yeux. Salle Icare, Place Dautier.

Mercredi 4 octobre

- ? 10h : Rando santé au cœur de la forêt par l'association Chlorophylle.
- ? 10h30 - 11h30 : Conférence de l'association Destination Multimédia pour découvrir ou progresser en informatique. Salle Icare, Place Dautier.
- ? 14h - 16h30 : Première conférence avec quiz sur la sécurité routière par AGIROUTE. Sur inscription. Salle Icare, Place Dautier.

Jedi 5 octobre

- ? 10h - 12h : Conférence par AGIR ARRCO intitulée "Pour vivre heureux, vivons autonome". Le public de Jouy-en-Josas et de Viroflay sera également

présent. Il s'agit d'un cycle de trois conférences, les deux autres auront lieu lors de la semaine de la santé mentale. Salle du conseil et des mariages, Hôtel de Ville.

? 14h - 16h30 : Deuxième conférence avec quiz sur la sécurité routière par AGIROUTE. Sur inscription. Salle Icare, Place Dautier.

Vendredi 6 octobre

? 9h - 12h : Permanence de deux intervenants de Destination Multimedia. Sur inscription. Salle Icare, Place Dautier.

? 14h : Loto des seniors. Salle du conseil et des mariages, Hôtel de Ville.

Inscriptions au service Seniors ou par téléphone au 01 34 58 71 89

La navette du Transport Solidaire de la ville sera mise à disposition toute la semaine sur demande.