



La Semaine Bleue

AGENDA

SENIORS

Du lundi 30 septembre 2024 au vendredi 4 octobre 2024

La Semaine Bleue



Découvrez le programme détaillé :

Lundi 30 septembre

- Lancement des festivités

par Monsieur le Maire, Pascal Thievenot, et Michèle Menez, adjointe chargée des seniors.

9h45 salle Icare, Place Dautier.

- Présentation de la Police Municipale

par Cédric Blondel, directeur de la Prévention et de la Tranquillité Publique

De 10h à 12h, salle Icare

- Prévention des accidents de la vie courante

Cette séance interactive a pour objectif de réduire les risques d'accidents domestiques chez les seniors, favorisant ainsi leur autonomie et leur maintien à domicile.

De 14h à 16h30, salle Icare

Mardi 1er octobre

- Conférence ♦ Se préserver des fraudes ♦ d'ABC Insertion

Identifiez les différentes tentatives de fraude - Ayez les bons réflexes face ♦ une tentative de fraude - Adoptez les bonnes pratiques de prévention

De 10h ♦ 12h, salle Icare

Mercredi 2 octobre

- Randonnée santé ♦

avec l'association Chlorophylle 78

Marche lente de 3-4 km sur terrain plat

Départ ♦ la mairie ♦ 10h

- L'atelier du Lilas bleu

Présentation des cosmétiques naturelles, introduction ♦ un atelier annuel pour les seniors

De 14h ♦ 16h, salle Icare

Jeudi 3 octobre

- Sport : s'approprier des postures sportives par le mime

en partenariat avec la médiathèque

Testez différentes activités tirées de la mallette pédagogique ♦ Jeux, Arts et Sports ♦ - Découvrez des œuvres d'art représentant des disciplines sportives

De 10h ♦ 11h30, médiathèque

- Présentation de la médiathèque numérique

Découvrez ce service gratuit permettant d'accéder depuis chez vous ♦ de nombreux contenus : films, formations, titres de presse, bandes-dessinés.

De 14h30 ♦ 15h30, médiathèque

Vendredi 4 octobre

- Le truck de l'autonomie

Présentation du camion de l'adaptation des logements ♦ la perte de mobilité.

De 9h30-13h, parvis de l'Onde

- Loto

14h, salle du conseil municipal et mariage, 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 ♦ disposition toute la semaine sur demande.

Contact

Service Seniors

Tel : 01 34 58 71 89

loisirsdesretraites@velizy-villacoublay.fr