



La Semaine Bleue : un rendez-vous pour les seniors ne pas manquer !

## ACTUALITÉ

SENIORS

Jedi 29 août 2024

# La Semaine Bleue : un rendez-vous pour les seniors ne pas manquer !

À l'occasion de la semaine nationale des retraités et personnes âgées, la Ville a prévu un programme riche en animations et en ateliers orientés prévention, du 30 septembre au 4 octobre. Sur le thème "Bouger ensemble... pour entretenir la flamme !", la semaine sera chargée !



### Lundi 30 septembre

- **Lancement des festivités**

par Monsieur le Maire, Pascal Thévenot, et Michèle Monnez, adjointe au maire chargée des seniors. 9h45, Salle Icare.

- **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. Objectifs : Identifiez les différentes tentatives de fraude, ayez les bons réflexes face à une tentative de fraude, adoptez les bonnes pratiques de prévention. De 10h à 12h, salle Icare

## Mercredi 2 octobre

- **Randonnée santé**

avec l'association Chlorophylle 78. Marche lente de 3-4 km sur terrain plat. Départ de la mairie à 10h.

- **L'atelier du lilas bleu**

Présentation des cosmétiques naturels, introduction à un atelier annuel pour les seniors. De 14h à 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 à 11h30, médiathèque.

- **Présentation de la médiathèque numérique**

Découvrez ce service gratuit permettant d'accéder depuis chez vous à de nombreux contenus : films, formations, titres de presse, bandes-dessinés. De 14h30 à 15h30, médiathèque.

## Vendredi 4 octobre

- **Le truck de l'autonomie**

Présentation du camion de l'adaptation des logements à la perte de mobilité. De 9h30 à 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 à disposition toute la semaine sur demande.

Tous les ans, lors de la Semaine Bleue, des ateliers de prévention sont proposés, car nous avons à cœur de sensibiliser les personnes âgées. Grâce à cela, les deux dernières années, la police nationale a conduit des interventions sur les escroqueries à domicile et sur la voie publique, telles que des faux policiers ou des faux agents d'EDF se présentant au domicile des personnes âgées. Cette année, le directeur de la police municipale sera présent pour parler des actions et du rôle de cette police de proximité. D'autres ateliers, en lien avec la prévention, se dérouleront également tout au long de la semaine. Nous avons une conférence avec un intervenant extérieur, ABC Insertion, pour apprendre à se prémunir des fraudes ou encore une visite au musée des CRS (Compagnies républicaines de sécurité) qui a été refait récemment. Ce sont des actions importantes pour le bien-être de nos seniors valiziens.

- Pierre Testu, Adjoint au maire, chargé de la Sécurité