

## Adresses des initiatives

**Résidence « Arpavie Les Lozaitz »**  
65, avenue Karl-Marx

**Médiathèque Elsa-Triolet**  
Esplanade Pierre-Yves-Cosnier

**Crèche Robert-Lebon**  
29, rue Lamartine

**Service des sports**  
2, rue du 19 mars 1962

**MPT Gérard-Philippe**  
118 rue Youri-Gagarine

**Salle du Conseil municipal**  
(Proximité de l'Hôtel-de-Ville)

**Locaux association FAP EFREI**  
30/32, avenue de la République

### INFOS / INSCRIPTIONS

**Service municipal des Retraités**  
155 rue Jean-Jaurès - 01 86 93 32 20

**MPT Gérard-Philippe**  
118 rue Youri-Gagarine - 01 46 86 08 05

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

**LA SEMAINE BLEUE**

SEMAINE NATIONALE DES RETRAITÉS ET PERSONNES ÂGÉES

70° ANNIVERSAIRE

ENSEMBLE, BIEN DANS SON ÂGE, BIEN DANS SON TERRITOIRE

➤ DU 4 AU 10 OCTOBRE 2021 ◀

LA MARCHÉ BLEUE  
FAP EFREI  
ARPAVIE  
Happy Vieo  
VIZRQUES  
Pôle Citoyen de Libération  
LE PARI SOLIDAIRE  
malakoff humanis  
APA SANTÉ & FORME  
LA LIQUE  
VILLEJUIF

**LUNDI 4 OCTOBRE****9h30-10h30/11h-12h****Sport-santé**

« Ateliers parcours équilibre »  
Exercices physiques ludiques et conseils pour améliorer son équilibre, travailler la coordination et adopter les bons gestes au quotidien.  
Tenue confortable à la pratique d'une activité physique de rigueur  
Animé par l'Association APA SANTE-EQUILIBRE

24 places (12 places/atelier)

M.P.T. G-Philippe 118 rue Youri Gagarine

**14h-16h****Sport-santé**

« Initiation Bungy-Pump »  
Activité physique douce combinant : marche, musculation, étirements sans chocs articulaires  
Conduite et encadrée par une éducatrice sportive diplômée.  
Tenue de sport de rigueur 18 places  
Service des sports 2 rue du 19 mars 1962

**MARDI 5 OCTOBRE****10h30-12h00****Théâtre/spectacle/débat****« Mon côlon à 50 ans »**

Présenté par la « Déesse-compagnie » autour du dépistage du cancer colorectal.  
Débat animé par des intervenants du CRCDC 94.  
160 places

M.P.T. G-Philippe 118 rue Youri Gagarine

**14h-17h****Activité/ateliers Prévention-Sécurité seniors**

« La circulation à vélo »  
Plan des pistes cyclables en ville, reconnaissance des panneaux de signalisation, protection, utilisation du vélo électrique...  
Animé par l'association Vigi'2roues  
50 places  
Salle culturelle de la Médiathèque et Parvis

**MERCREDI 6 OCTOBRE****10h-12h****Conférence/échanges****« Happy-Visio »**

Comment se connecter, s'inscrire, rechercher des ateliers, des conférences seniors subventionnés sur différentes thématiques : santé, culture, bien-être, vie pratique... en ligne  
Animé par un intervenant d'Happy-Visio.  
20 places  
Résidence ARPAVIE des Lozaitz  
65 avenue Karl Marx

**14h30-17h****Nouveau spectacle de l'Atelier****Théâtre Seniors « Les sans âges »**

Mise en scène par Jean-Pierre Pivolut, comédien  
Atelier mis en place lors de la semaine bleue de 2017, venez applaudir les comédiens seniors avec au programme :  
« Puck et la Fée d'après Le Songe d'une nuit d'été William Shakespeare ; Au concours Agricole Christian Moriat ,

L'Extra Lucide Georges Courteline, La boîte Cyrille Royer, Le Jaloux corrigé d'après un conte de Boccace 15ème siècle (création de Michèle Cardin - Danièle Coursel et Jean-Marie Roux, comédiens seniors de l'atelier dans l'esprit Comédie Italienne du 17ème siècle).

160 places

M.P.T. G-Philippe 118 rue Youri Gagarine

**JEUDI 7 OCTOBRE****9h30-12h****« A la rencontre de grands - parents »**

Ateliers participatives : pâtisserie, pâte à sel, jeux éducatifs, comptines...suivi du déjeuner en compagnie des enfants de grande section de maternelle. Point de départ à d'autres initiatives durant l'année

Encadré et animé par les éducatrices de la Crèche

10 places

Crèche Robert Lebon

31/33 rue Lamartine

**14h-16h****Activités-échanges intergénérationnels**

Rencontre avec les formateurs de la FAP-Efrei

Encadrée et animée par les élèves ingénieurs formateurs de la FAP-Efrei.  
Présentation de l'association, de la diversité des cours dispensés durant l'année et plus particulièrement à l'écoute de la demande des usagers seniors .....

60 places

Ecole d'Informatique Efrei

30/32 avenue de la République.

**17h-19h****Ciné-débat intergénérationnel**

« Adopte un veuf » comédie de François DESAGNAT de 2016

Projection suivi d'échanges intergénérationnels sur le thème « il n'y a pas d'âge pour la collocation ».

Animé par l'association Le pari solidaire  
160 places

M.P.T. G-Philippe 118 rue Youri Gagarine

**VENDREDI 8 OCTOBRE****10h-12h****Ateliers-échanges**

« Présentation de la Médiathèque »  
• Parcours /découverte de la structure  
• Quizz musical et littéraire

Animés par les bibliothécaires  
30 places

Médiathèque Elsa Triolet, esplanade Pierre Yves Cosnier.

**14h-17h30****Clôture de la semaine Bleue**

« Thé dansant guinguette »  
Après-midi festif en compagnie de « François et son accordéon »  
Même si vous ne dansez pas, venez partager un moment convivial, c'est l'occasion de tisser des liens en retrouvant des voisins, amis, anciens collègues de la ville  
80 places

Salle du conseil municipal

Le nombre de places sera modifié selon le cadre de la veille sanitaire. Les animations et ateliers seront suivis d'échanges conviviaux autour d'une collation.

Renseignement et inscriptions :

Service municipal des retraités - 155 rue Jean Jaurès - 01 86 93 32 20