

INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES
au PLUS TARD 15 JOURS avant la semaine bleue auprès
du CCAS ou du service seniors de votre commune



CHAMPLAN

CCAS : 01 69 74 86 60
ou par mail à social@ville-champlan.fr



CHILLY-MAZARIN

Pôle Séniors : 01 69 10 37 47
ou par mail à seniors.solidarites@ville-chilly-mazarin.fr



ÉPINAY-SUR-ORGE

Service Séniors : 01 69 10 25 75



LONGJUMEAU

Service Intergénérationnel et Retraite active :
01 69 74 19 00



SAULX-LES-CHARTREUX

CCAS : 01 69 74 11 24 ou au 01 69 74 11 54

COVID-19

POUR VOTRE SANTÉ
ET CELLE DES AUTRES
RESPECTEZ LES
GESTES BARRIÈRES



DU LUNDI 5 AU SAMEDI 10 OCTOBRE 2020

LA SEMAINE BLEUE

SEMAINE NATIONALE POUR LES SENIORS

ENSEMBLE, BIEN DANS SON ÂGE,
BIEN DANS SON TERRITOIRE



Activités pour informer
et sensibiliser les seniors

EN PARTENARIAT AVEC :



DU LUNDI 5 AU SAMEDI 10 OCTOBRE 2020

LUNDI 5 OCTOBRE 2020

- **INITIATION DE TAI-CHI**
à 14h, salle Fernand Arnoult, 80 avenue Paul Doumer à Saulx-Les-Chartreux.
GRATUIT



MARDI 6 OCTOBRE 2020

- **RANDONNÉE AUTOUR DU LAC DE SAULX-LES-CHARTREUX**
Rendez-vous à 13h45. Départ à 14h pour le Lac de Saulx-les-Chartreux, salle polyvalente Chemin du Lavoir, Champlan (avec le SIAHVY)
GRATUIT



MERCREDI 7 OCTOBRE 2020

- **ACTION INTERGÉNÉRATIONNELLE AUTOUR DU JEU**
à 14h, organisée sur chaque commune. Jeux nouveaux et anciens avec des séniors et des jeunes des centres de loisirs.
GRATUIT



JEUDI 8 OCTOBRE 2020

- **ATELIER DE PRÉVENTION CONTRE LES ACCIDENTS MUSCULAIRES**
à 9h30 au gymnase des Chardonnerets, 18 rue Pierre Mendes France, Chilly-Mazarin
GRATUIT



JEUDI 8 OCTOBRE 2020

- **CINÉ-DÉBAT « UN JOUR TU VIEILLIRAS »**
à 14h au cinéma F. Truffaut, 2 rue de l'Ecole, Chilly-Mazarin. Un film juste et émouvant qui sait mettre en lumière les différents sujets liés à l'avancée en âge. En présence du réalisateur du film pour le débat. GRATUIT



VENDREDI 9 OCTOBRE 2020

- **CONFÉRENCE « LE BIO DANS L'ALIMENTATION : LE VRAI DU FAUX »**
à 14h, salle Manouchian, Hôtel de Ville, 6 Bis rue Léontine Sohier, Longjumeau.
GRATUIT



SAMEDI 10 OCTOBRE 2020

- **APRÈS-MIDI DANSANT**
à 14h au complexe sportif Jesse-Owens, 5 rue de l'Europe, Chilly-Mazarin. Pour les extérieurs : inscriptions par mail (seniors.solidarites@ville-chilly-mazarin.fr) et paiement sur place le jour de l'action au complexe sportif Jesse Owens ou après avoir contacté le Pôle Seniors par téléphone (01 69 10 37 47) venir à la cité administrative 31 avenue Pierre Brossolette à Chilly-Mazarin pour s'inscrire et régler. 3€ par personne. Sous réserve des conditions sanitaires. Dates d'inscriptions : du 31/08 au 25/09/2020.

