

La semaine bleue :

Être actif et créatif à tout âge !



LUNDI 8 OCTOBRE

de 10h30 à 11h30,

résidence autonomie de La Pie

Atelier de prévention des chutes, animé par une éducatrice en activités physiques adaptées.

Entrée libre.



16h, au cinéma Le Lido,

place Jacques Tati

Les aventuriers, projection du film de Robert Enrico en version restaurée.

Tarifs habituels du cinéma.



MARDI 9 OCTOBRE

de 14h à 17h,

résidence autonomie de La Pie

Atelier de dégustation de smoothies, milkshakes et brochettes de fruits, en partenariat avec une diététicienne de l'association « Saveurs et Vie ».

Entrée libre.



MERCREDI 10 OCTOBRE

de 14h30 à 17h30,

salle des fêtes de l'Hôtel de Ville

Prévention des risques routiers pour les seniors, conférence de l'association Vigi2roues. L'intervention sera suivie de 4 ateliers permettant de mieux appréhender les risques routiers.

Entrée libre.



JEUDI 11 OCTOBRE

de 10h30 à 11h30,

résidence autonomie de La Pie

Atelier prévention des chutes, animé par une éducatrice en activités physiques adaptées.

Entrée libre.



de 14h à 16h,

salle des fêtes de l'Hôtel de Ville

Conférence nutrition « Cuisiner les aliments pour allier plaisir et santé sans gaspiller », animée par une nutritionniste de l'association Bélénos.

Entrée libre.

de 19h30 à 23h30,

salle des fêtes de l'Hôtel de Ville

Conférence-débat « Bien vieillir en bonne santé : mode d'emploi », animé par le docteur Pierre Garçon, chirurgien orthopédiste spécialisé dans le sport, en partenariat avec la VGA Saint-Maur.

Entrée libre



VENDREDI 12 OCTOBRE

de 15h à 16h,

résidence autonomie Du Bellay

Atelier de prévention des chutes, animé par une éducatrice en activités physiques adaptées.

Entrée libre



de 17h à 19h,

salon bleu de l'Hôtel de Ville

Le cercle littéraire des amateurs d'épluchures de patates, animation culturelle autour du livre d'Annie Barrows et Mary-Ann Shaffer par l'association Lire ensemble à Saint-Maur.

Entrée libre



DIMANCHE 14 OCTOBRE

de 15h à 18h,

salle des fêtes de l'Hôtel de Ville

Thé dansant avec l'orchestre de Michel DAN.

5€, l'entrée comprend une pâtisserie et une boisson chaude.

L'ensemble de ces animations est ouvert à tous les Saint-Mauriens

Pour tous renseignements, vous pouvez contacter le pôle seniors : 01 45 11 65 65 poste 5124
conseil.seniors@mairie-saint-maur.com