

VENDREDI 4 OCTOBRE

• CONFÉRENCE

Animée par Clinalliance.

Prévention de la mobilité par le biais d'activités physiques

> De 10h à 12h



• ATELIER L'ART DU PARFUMEUR CRÉATION D'UN PARFUM

- Création d'un parfum. Participation à toutes les étapes de la fabrication d'un parfum.

- Fabrication d'un bâton d'encens. 100 % naturel à base de résines, d'écorces, de racines...

- Fabrication d'un baume parfumé.

> De 10h à 12h. À l'espace loisirs seniors



• PROJECTION DU FILM MAISON DE RETRAITE

Réalisé par Thomas GILOU

> À 14h. Au cinéma le Scarron

INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS

Espace Loisirs Seniors,

du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h

11/13, rue Jean Jaurès - 92260 Fontenay-aux-Roses. Tél. : 01 41 13 20 14



PROGRAMME

La
 Semaine
 Bleue
 À tout âge, ensemble !

Semaine Nationale
 des retraités et
 personnes âgées

Du 30 septembre
 au 4 octobre



Bouger
 ensemble...
 pour entretenir
 la flamme !

www.semaine-bleue.org

PROGRAMME DE LA SEMAINE BLEUE

Inscription obligatoire auprès de l'Espace loisirs seniors
Gratuits pour les retraités Fontenaisiens à partir de 62 ans sur
présentation d'une pièce d'identité et d'un justificatif de domicile.

LUNDI 30 SEPTEMBRE

BAL D'OUVERTURE DE LA SEMAINE BLEUE



Vous êtes invités à vous déhancher avec nous afin d'entretenir la flamme et célébrer l'ouverture de la semaine bleue 2024

> À 14h.
Salle Iris au centre de loisirs Pierre Bonnard
5, rue de l'Avenir

MARDI 1^{ER} OCTOBRE

ATELIERS- CONFÉRENCES

En partenariat avec France Service.



• Ateliers conférence sur le thème de la «Vérification de l'information» sur internet (Infos/Infox, Sites sûrs, origine des sites, service public.fr, etc.)

> De 10h30 à 12h à l'Espace loisirs seniors

Ateliers conférence sur le thème de la « Sécurité informatique » (Cybercriminalité, sécurité des mots de passe, protection des données personnelles)

> De 14h à 15h30 à l'Espace loisirs seniors

MERCREDI 2 OCTOBRE

• ACTIVITÉ THÉÂTRE

Proposé par le CCJL.

Scénette, improvisation, etc.

> De 14h à 16h à l'Espace loisirs seniors

• SÉANCE DE MARCHÉ NORDIQUE



En partenariat avec le service des sports de la Ville de Fontenay-aux-Roses.



JEUDI 3 OCTOBRE

• SÉANCE DE RELAXATION

Animée par Zoé FAROCK

> De 9h30 à 10h30

• CONFÉRENCE ET QUIZ SÉCURITÉ ROUTIÈRE

En partenariat avec l'association Vigie2roues.

L'objectif de ces ateliers est d'actualiser les connaissances du Code de la Route et



d'appréhender les nouvelles règles de conduite. De prendre conscience des effets de l'âge sur la conduite (temps de réaction, habitudes de conduite, vision, audition, fatigue, vigilance, effets des médicaments sur la conduite...) afin de continuer à conduire en toute sécurité de manière autonome le plus longtemps possible.

> De 14h à 17h. À l'Espace loisirs seniors