

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 Seniors : 01 69 10 37 95

ou par mail à seniors.solidarites@ville-chilly-mazarin.fr



ÉPINAY-SUR-ORGE

Service Seniors : 01 69 10 25 75



LONGJUMEAU

Service Intergénérationnel :

01 69 74 19 00

ou par mail à seniors@longjumeau.fr

COVID-19

POUR VOTRE SANTÉ
ET CELLE DES AUTRES
RESPECTEZ LES
GESTES BARRIÈRES



DU LUNDI 4 AU DIMANCHE 10 OCTOBRE 2021

LA SEMAINE BLEUE

SEMAINE NATIONALE POUR LES SENIORS

ENSEMBLE, BIEN DANS SON ÂGE,
BIEN AVEC SES ÉMOTIONS,
BIEN DANS SON TERRITOIRE



Activités pour informer
et sensibiliser les seniors

EN PARTENARIAT AVEC :



RANDONNÉES MARCHES BLEUES LUNDI 4 OCTOBRE 2021

À LONGJUMEAU, 14H
Inscription auprès de votre commune de résidence. Départ du Parc Nativelle



RANDONNÉES MARCHES BLEUES JEUDI 7 OCTOBRE 2021

À ÉPINAY S/ORGE, 10H
Inscription auprès de votre commune de résidence. Départ de la résidence des Hauts Graviers, 20 rue des Hauts Graviers.

WEB CONFÉRENCE LES HORMONES DU BONHEUR

ANIMÉE PAR CHRISTOPHE PAVANT, NEUROPSYCHOLOGUE (1H30)

MARDI 5 OCTOBRE 2021

GRATUIT - DE 14H À 16H
Inscription auprès du Pôle seniors de Chilly-Mazarin soit par mail à seniors.solidarites@ville-chilly-mazarin.fr ou par téléphone au 01 69 10 37 95.
En distanciel ou à l'Espace Seniors de Chilly-Mazarin, 6 rue de l'École, 91380 Chilly-Mazarin.



ATELIER PARTICIPATIF CONNECTÉ NOS ÉMOTIONS SONT NOS ALLIÉES

ANIMÉ PAR SYLVIE ALLONNEAU, FORMATRICE, MÉDIATRICE
• 1^{ER} ATELIER : GROUPE A

MERCREDI 6 OCTOBRE 2021

GRATUIT - DE 10H À 12H
Inscription auprès du Pôle seniors de Chilly-Mazarin soit par mail à seniors.solidarites@ville-chilly-mazarin.fr ou par téléphone au 01 69 10 37 95.
En distanciel ou à l'Espace Seniors de Chilly-Mazarin, 6 rue de l'École, 91380 Chilly-Mazarin.



COMPTE TENU DE LA LUTTE CONTRE LA PROPAGATION DU VIRUS COVID-19,
LE MAINTIEN DES ACTIONS EN PRÉSENTIEL EST SOUMIS AUX RÈGLES SANITAIRES EN VIGUEUR

ATELIER DÉCOUVERTE CONNECTÉ YOGA DU RIRE

ANIMÉ PAR AYMERIC ASTIER, RIGOLOGUE (1H)

JEUDI 7 OCTOBRE 2021

GRATUIT - DE 14H À 16H
Inscription auprès du Pôle seniors de Chilly-Mazarin soit par mail à seniors.solidarites@ville-chilly-mazarin.fr ou par téléphone au 01 69 10 37 95.
En distanciel ou à l'Espace Seniors de Chilly-Mazarin, 6 rue de l'École, 91380 Chilly-Mazarin.



ATELIER PARTICIPATIF CONNECTÉ NOS ÉMOTIONS SONT NOS ALLIÉES

• COMPRENDRE NOS ÉMOTIONS
ANIMÉ PAR SYLVIE ALLONNEAU, FORMATRICE, MÉDIATRICE

• 1^{ER} ATELIER : GROUPE B

VENDREDI 8 OCTOBRE 2021

GRATUIT - DE 14H À 16H
Inscription sur RDV auprès du Pôle seniors de Chilly-Mazarin soit par mail à seniors.solidarites@ville-chilly-mazarin.fr ou par téléphone au 01 69 10 37 95.
En distanciel ou à l'Espace Seniors de Chilly-Mazarin, 6 rue de l'École, 91380 Chilly-Mazarin.



APRÈS-MIDI DANSANT THÈME : « LES ANNÉES FOLLES »

SAMEDI 9 OCTOBRE 2021

DE 14H À 19H - GRATUIT POUR LES CHIROQUOIS. 3 € POUR LES EXTÉRIEURS, À RÉGLER LE JOUR DE L'ACTION.
Inscriptions auprès de chaque CCAS ou par mail à seniors.solidarites@ville-chilly-mazarin.fr ou par téléphone au 01 69 10 37 95.
Présentation du pass sanitaire obligatoire.
Complexe Sportif Jesse Owens, rue de l'Europe, 91380 Chilly-Mazarin (grand parking gratuit à proximité).

ATELIERS PARTICIPATIFS CONNECTÉS

NOS ÉMOTIONS SONT NOS ALLIÉES

• GÉRER LES SITUATIONS DE CONFLITS
ANIMÉS PAR SYLVIE ALLONNEAU
FORMATRICE, MÉDIATRICE
• 2^E ATELIER

JEUDI 21 OCTOBRE 2021

GRATUIT
GROUPE A : DE 10H À 12H
GROUPE B : DE 14H À 16H

Inscription auprès du Pôle seniors de Chilly-Mazarin soit par mail à seniors.solidarites@ville-chilly-mazarin.fr ou par téléphone au 01 69 10 37 95.
En distanciel ou à l'Espace Seniors de Chilly-Mazarin, 6 rue de l'École, 91380 Chilly-Mazarin.

