

du 2 au 8 octobre

Inscription à partir du 19 septembre

La Semaine Bleue des seniors

à partir de 60 ans

Vieillir ensemble,
une chance à cultiver



HERBLAY
sur-Seine

Lundi 2 octobre Atelier création d'un terrarium

Les jardiniers de la ville vous guideront dans les étapes de création d'un terrarium durable. Laissez libre cours à votre imagination pour une composition unique à emporter à l'issue de l'atelier. La ville remet l'ensemble des fournitures.

- 🕒 2 séances : 10h et 14h | Durée : 2h
- 📍 Pôle Seniors, 29 rue de Pontoise

Mardi 3 octobre « Le Paris du Crime », visite thématique de Paris

Un guide vous emmène au cœur de Paris pour découvrir les affaires criminelles, étranges, insolites ou sinistres qui ont entaché l'histoire de la ville. Une visite à pied de la ville lumière avec des récits insolites pour découvrir sa part sombre !

- 🕒 14h | Durée : 2h
- 📍 Rendez-vous place Saint-Michel, sous les arcades près du café « Le rive gauche »

Mercredi 4 octobre Après-midi jeux de société

Venez partager un moment convivial et ludique autour de jeux de société avec des enfants.

- 🕒 14h | Durée : 2h
- 📍 Pôle Seniors, 29 rue de Pontoise

Jeudi 5 octobre Ateliers et conférence « Bien agir pour votre sécurité »

Testez vos connaissances sur les règles du code de la route avec l'association de prévention routière, prenez de bons conseils pour éviter les arnaques par l'UFC Que Choisir ou encore apprenez à vous protéger avec les agents de la Police municipale.

- 🕒 10h – 17h
- 📍 Bois des Fontaines, rue Chateaubriand

Lundi 2 et mardi 3 octobre Initiation au sport adapté

Plusieurs clubs sportifs de la ville vous feront découvrir une pratique douce de diverses disciplines sportives : yoga, tennis, Ping Santé (tennis de table), boccia (sport de boule apparenté à la pétanque), taïso et aikido. + infos auprès du Pôle Seniors

Vendredi 6 octobre Ciné-débat

Assistez à la projection du film sur grand écran « Un jour, tu vieilliras... » produit par le CCAS de la ville d'Orléans pour aborder l'isolement des personnes âgées, suivie d'un débat porteur d'espoir avec le réalisateur Édouard Carrion.

- 🕒 14h | Durée du film : 2h
- 📍 Espace André Malraux, 5 chemin de Montigny

Samedi 7 octobre Atelier magie

L'illusionniste Adrien Wild, en représentation le lendemain sur la scène du Théâtre Roger Barat, partagera avec vous quelques secrets pour vous initier à la magie.

- 🕒 2 séances : 14h ou 16h | Durée : 1h
- 📍 Théâtre Roger Barat, place de la Halle

Dimanche 8 octobre Spectacle de magie et d'illusion « La vraie vie d'un Magicien »

Adrien Wild, vu sur TF1, M6 et dans l'émission « Plus Grand Cabaret du Monde » de Patrick Sébastien, vous présentera ses grandes illusions à couper le souffle. Mêlant interrogations et émerveillement, ce spectacle vous fascinera à coup sûr. Du rêve à la surprise, préparez-vous à faire un voyage dans le monde où tout est possible !

- 🕒 14h | Durée : 1h30
- 📍 Théâtre Roger Barat, place de la Halle

Sur inscription, dans la limite des places disponibles, à partir du 19 septembre
Pôle Seniors : 01 30 40 48 07 / ris@herblay.fr