

LA SEMAINE BLEUE



DU 3 AU 9 OCTOBRE 2022

**CHANGEONS NOTRE REGARD
SUR LES ÂÎNÉS, BRISONS LES
IDÉES REÇUES**

**SEMAINE NATIONALE
DES RETRAITÉS
ET DES PERSONNES AGÉES**

**Les réservations pour les activités de la semaine seront ouvertes
à partir du 7 septembre à la MELC.**

Renseignements et inscriptions au 01.30.27.30.90

Programme

LUNDI 3 OCTOBRE

10h : Petit-déj' de lancement de la Semaine Bleue à la MELC

13h30 : Marche Bleue intercommunale au parc de Grouchy d'Osny suivi d'un goûter solidaire

- Parcours débutant de 3km, départ à 15h00
- Parcours doux de 6/8 km, départ à 14h00
- Parcours des marcheurs confirmés de 10/12 km

Départ de la MELC à 13h

Transport jusqu'au parc de Grouchy en minibus et covoiturage

MARDI 4 OCTOBRE

SORTIE AU CHÂTEAU DE PIERREFONDS

- Accès au Château via le petit train pour une découverte de la ville
- Visite avec conférencier de cette forteresse construite au XV^e siècle redessinée et meublée par l'architecte Viollet-le-Duc au XIX^e siècle
- Après-midi randonnée : différents circuits possibles « à l'ombre des hautes futaies de hêtre et du puissant château de Pierrefonds »

Départ Place Claire Girard à 8h30 puis passage à la MELC

Retour : 18h30

Coût : 3,30 euros + repas du midi à prévoir (les restaurants étant fermés sur place)

MERCREDI 5 OCTOBRE

À LA MELC

De 14h30 à 16h : Atelier numérique avec les jeunes de l'Antenne Jeunes : venez apprendre à utiliser votre tablette ou votre smartphone

De 16h30 à 18h : Conférence en ligne « Evasion en Italie, les villas et jardins extraordinaires ». Avec Juliette Ferdinand, historienne de l'art, qui propose de partir à la découverte de ses somptueuses villas, symboles de l'art de vivre italien et de la fameuse Dolce Vita.

JEUDI 6 OCTOBRE

À LA MELC

De 10h à 11h ou de 11h à 12h : Atelier équilibre en mouvement, séance spéciale

Ouverte à tous

De 14h30 à 16h30 : Atelier « repérer les arnaques à fuir absolument » proposé par l'Association UFC que choisir.

VENDREDI 7 OCTOBRE

À LA MILLELLERIE

10h à 12h : Commission séniors

12h : Repas du vendredi

Sur inscription, tarif de 4,18 € à payer au service de la régie à réception de la facture.

RÉSERVATIONS
POUR LES ACTIVITÉS
DE LA SEMAINE
À LA MELC OU
AU 01.30.27.30.90

