Ville d'Orly

DU 06 AU 10 OCTOBRE 2025

SEMAINE BLEUE

VIEILLIR, UNE FORCE À PARTAGER

Les inscriptions se feront au guichet unique du centre administratif les **4 et 5 septembre** (sauf pour les entrées libres).

www.mairie-orly.fr

SEMAINE BLEUE

VIEILLIR, UNE FORCE À PARTAGER

Les aînés : nous avons besoin d'eux, ils ont besoin de nous.

Trop souvent l'avancée en âge et la vieillesse sont présentées comme le temps de l'immobilisme et du déclin.

Les aînés s'inscrivant aujourd'hui dans la vie sociale de leur territoire, ils revendiquent que cela soit reconnu.

Découvrez le programme de la semaine bleue dans votre ville.

LUNDI 06 OCTOBRE

De 9h à 11h30

CONFÉRENCE SUR L'ALIMENTATION ET LA SANTÉ

- À la Résidence Méliès
- 40 places
- En partenariat avec Les insatiables, financé par le PRIF

Conférence interactive pour sensibiliser sur les facteurs favorisant l'apparition du diabète, les symptômes et les adaptations alimentaires nécessaires pour prévenir l'apparition ou vivre avec la maladie.

Démonstration et dégustation d'une recette à IG bas par la diététicienne.

De 12h30 à 18h

VISITE DU CHÂTEAU DE COURSON (91)

- RDV à 12h30 au centre administratif
- 60 places
- Transport en car

Visite guidée du château de Courson et visite libre du parc et du château d'eau.

Puis **goûter** dans les écuries du duc de Padoue.

MARDI 07 OCTOBRE

De 9h à 13h

CUEILLETTE DE SERVIGNY (77)

- RDV à 9h au centre administratif
- 30 places
- Transport en car

Betteraves, carottes, choux, courges, céleris, épinards, navets, pommes de terre, poivrons, radis, salades, pommes, rhubarbe et coings.

Prévoyez des sacs de courses et un moyen de paiement.

De 14h30 à 17h

LE SPECTACLE DES SENIORS

- Centre culturel
- Entrée libre - Gratuit

MERCREDI 08 OCTOBRE

De 9h30 à 12h

FACE À FACE : PAINT / DRINK

- Château de Méliès
- 10 enfants pour 10 seniors

Le principe ? Dessiner la personne en face de soi, tout en sirotant un jus. Moment de convivialité et de créativité assuré. **Activité intergénérationnelle** avec des élèves de CM1 et CM2 d'un centre de loisirs.

De 13h30 à 19h30

RANDONNÉE

- RDV devant le Métro 14 Thiais-Orly (Pont de Rungis)
- 30 places
- Prévoir de bonnes chaussures de marche et son ticket de transport en amont

Direction les jardins : entre l'expérimental Arboretum de Paris et l'exotique jardin d'agronomie tropicale, une belle parenthèse nature vous attend.

Semaine bleue 2025

JEUDI 09 OCTOBRE

De 9h30 à 12h

BEAUTÉ DES MAINS

- RDV au Foyer Neruda
- 20 places

Les élèves d'une classe d'esthétique du Lycée Armand Guillaumin viendront prendre soin de vos mains.

De 13h30 à 18h

LES MACARONS DE RÉAU

- RDV à 13h30 devant le centre administratif
- 60 places
- Transport en car

Visite démonstrative de fabrication artisanale des macarons, puis dégustation de macarons.
Possibilité d'acheter sur place.

VENDREDI 10 OCTOBRE

De 15h à 18h

THÉ DANSANT

- 100 places

Thème : Gatsby / Années 20 / Charleston
Sortez votre plus belle tenue pour l'occasion !

INFORMATIONS

LES INSCRIPTIONS SE FERONT AU GUICHET UNIQUE DU CENTRE ADMINISTRATIF LES 4 ET 5 SEPTEMBRE

(sauf pour les entrées libres)

AU CHOIX

- Visite du Château de Courson OU Les macarons de Réau
- Face à face : paint / drink OU Beauté des mains
- Randonnée OU Cueillette de Servigny