

La Semaine Bleue

du 29 septembre
au 8 octobre 2023

La
Semaine
Bleue

FIER D'ÊTRE SENIOR !
ET SI ON PENSAIT
À DEMAIN ?



Toutes les activités
sont gratuites

(SAUF CABARET DU VENDREDI 6 OCTOBRE)



Renseignements
et inscriptions

CCAS : 01 64 10 59 25
social@vert-saint-denis.fr

**La
Citrouille :** 01 60 63 32 93
www.mlchouillon.com



Les partenaires



CONSEILLER
NUMÉRIQUE
France
services



Samedi 7 oct

INITIATION DESSIN ET INITIATION À LA DANSE COUNTRY

10H30 À 11H30

Avec le club de l'amitié de Cesson

📍 Mairie de Cesson,
Pour le dessin : salle du hêtre
Pour la danse : parvis de la mairie



Lundi 2 oct

Sur inscription auprès de la Citrouille

ATELIER DO IN 9H30 À 11H30

Issu de la médecine chinoise, le Do In est une technique d'automassage qui associe pressions, frictions, tapotements des doigts sur l'ensemble des corps.

Apaisant, ou vitalisant, cette pratique énergétique est ouverte à tous.

Avec *Françoise Laschzok, bénévole (diplômée de la FFST (Fédération Française de shiatsu Traditionnel) et la Citrouille*

📍 Salle de danse, Place condorcet, Vert-Saint-Denis



Mardi 3 oct

ECHANGE "LA VILLE RICHE DE SES SÉNIORS-BÉNÉVOLES" 18H30 À 20H30

Témoignages de bénévoles sur leur activité, échanges d'expériences, pourquoi s'engager ?

«Je donne du temps selon mes valeurs»

Avec *Gérard Bernheim et CCAS de Vert-Saint-Denis*

📍 Salle du conseil de Vert-Saint-Denis, 2 rue Pasteur



Exposition & Vernissage du Club de l'amitié de Cesson

Du vendredi 29/09 au samedi 07/10 de 8h30 à 12h et 14h à 17h30, Fermé jeudi après-midi

Mercredi 4 oct

ATELIER ARNAQUES INTERNET 9H30 À 11H30

Trucs et astuces pour bien planter les arnaqueurs sur internet. Les arnaqueurs feront chou blanc, car vous saurez comment ils procèdent pour récupérer vos données de Carte Bancaire, d'identité...

Avec *Béatrix Donnart, conseillère numérique de Vert-Saint-Denis*

📍 Salle Chipping, 2 rue de la plaine, Cesson

"VENEZ REPASSER VOTRE CODE DE LA ROUTE" 14H À 15H ET DE 15H30 À 16H30

Avec *l'association MAIF Prévention*

📍 Salle Chipping, 2 rue de la plaine, Cesson

Sur inscription auprès de la Citrouille

ÉCHANGES AVEC UN NOTAIRE SUR LES RÉGIMES MATRIMONIAUX ET SUCCESSION 17H À 18H30

Informations autour des régimes patrimoniaux et de la succession (successions et anticipations successorales pour les couples qu'ils soient en concubinage, PACS et mariage...)

Avec *Thibault Rollet, notaire et le CCAS de Cesson*

📍 Salle Chipping, 2 rue de la plaine, Cesson

Jeudi 5 oct

Sur inscription auprès du CCAS

FILM "ET SI ON PENSAIT À DEMAIN ENSEMBLE?", SUIVI D'UN ÉCHANGE 10H À 12H

«Et si on parlait de demain ?» en présence du réalisateur Edouard Carrion. Film + débat avec les services du Département pour toutes les questions sur l'aide à domicile et le vie en maison de retraite, les aidants et les seniors.

Suivi d'un verre de l'amitié.

Avec *le CCAS de Vert-Saint-Denis, le Pôle Autonomie Territoriale, et l'association Le Rivage*

📍 Ferme des Arts, 60 rue Pasteur, Vert-Saint-Denis

Vendredi 6 oct

CABARET "SOIRÉE JAZZ ENSEMBLE" 20H

20€ AVEC REPAS

Sur inscription auprès de la Citrouille

Deux ensembles accompagneront les spectateurs convives dans l'univers de ce jazz qui a revivifié la chanson française, notamment avec Claude Nougaro ou Nino Ferrer, une musique proche du battement du cœur, des joies et nostalgies de nos vies. Les deux groupes en scène, Bac À Sable et le Jazz et la Java, sont prêts à vous emmener en voyage en douceur et en rythmes mutins et latins. Places limitées

Avec *la Citrouille*

📍 La Citrouille 35, rue Janisset Soeber, Cesson

Mairie de Cesson, Galerie Guy Michel Boix