

# SEMAINE BLEUE | atelier tremplin : bienvenue à la retraite !

jeudi 3 octobre

**La semaine bleue 2024**  
1ère édition

PROGRAMME du 1<sup>er</sup> au 4 octobre inclus  
Activités pour les seniors

100% Gratuit

- Conférence
- Ateliers
- Jeux
- Découvertes
- et + encore...

**•MARDI 1<sup>ER</sup> OCTOBRE**  
10h > 12h | Mezzanine  
>45 rue Victor Hugo  
sans inscription  
sans frais

**CONFÉRENCE**  
sur la prévention des chutes.  
Animée par l'association ASIRabod.

**•MERCREDI 2 OCTOBRE**  
14h > 16h30 | Joyer club  
et Joyer club seniors  
>2 rue de la Paix  
Sur inscription.

**GRAND JEU INTERGÉNÉRATIONNEL**  
Organisé par les jeunes du CMJ.

**•VENDREDI 4 OCTOBRE**  
14h > 17h | Joyer club  
>2 rue de la Paix  
Sur inscription

**APRÈS-MIDI DANSANTE**  
Dress code : rose et/ou bleu apprécié !

**•JEUDI 3 OCTOBRE**  
14h > 16h | Salle Julien Lauprêtre  
>15 Clos St Pierre  
Sur inscription.

**ATELIER TREMPLIN : BIENVENUE À LA RETRAITE !**  
Réunion d'information collective.

**INSCRIPTIONS / RENSEIGNEMENTS**

**CENTRE SOCIAL LES MARRONNIERS**  
42 bis rue Victor Hugo  
(Bâtiment situé derrière la mairie)  
Tél : 01 34 32 41 90

Programme complet :  
> [www.pierrelaye.fr](http://www.pierrelaye.fr)

PIERRELAYE ASIR PRIF ABC

© Pierrelaye

Dans le cadre de la semaine bleue, le Centre social propose un atelier tremplin : bienvenue à la retraite ! **Séance d'information collective.**

À la suite de cette séance plusieurs ateliers seront programmés **pour ceux qui s'inscriront** :

Ils auront lieu de **14h à 15h30**, salle Julien Lauprêtre.

Voici les futures dates à retenir :

- **10 oct** : bien vivre le passage à la retraite.
- **17 oct** : prendre soin de soi
- **24 oct** : gérer son budget
- **07 nov** : j'aide un proche au quotidien, je veille à mon équilibre
- **21 nov** : s'engager dans des activités et des projets
- **23 janvier** : point d'étape

## Coordonnées

Salle Julien Lauprêtre  
9 clos st Pierre  
95480  
Pierrelaye

Date

Jeudi 3 octobre, 14:00 - 16:00

Infos pratiques

Pour les seniors.

Salle Julien Lauprêtre. (9 clos St Pierre)

**Sur inscription** auprès du Centre social.

Places limitées. Priorité aux pierrelaysiens.

Gratuit.

Contact

**Centre social "Les Marronniers"**

42 bis rue Victor Hugo

01 34 32 41 90