

VENDREDI 8 OCTOBRE 2021

Réservation obligatoire au CCAS ☎ 01 48 92 42 87
dans la limite des places disponibles

Dictée de la semaine bleue

10h-11h • Salle Grignon

Venez tester votre niveau en orthographe et gagnez un prix si vous êtes parmi les 3 meilleurs !

Conférence information sur l'accès aux droits

10h30-12h • Salle de la Sausaie

(entrée libre dans la limite des places disponibles)

Connaître les aides existantes pour le maintien à domicile (APA, aides sociales...), les aides financières, les droits généraux (minimum vieillesse) et les lieux de vie dédiés aux seniors : Kathleen Mallet, assistante sociale au CCAS de Thiais répond à vos questions et présente tout ce qu'il faut savoir pour "bien vieillir".

Bachata

14h-15h • Palais Omnisports

Alors on danse vous propose de découvrir la Bachata, danse latine voluptueuse et pleine d'élégance originaire de République Dominicaine facile à apprendre.

Conférence : la Camargue

15h-17h • Café-Théâtre

Avec le CCAT, découvrez ce coin de paradis unique au bord de la Méditerranée et ses incroyables sites préservés.

SAMEDI 9 OCTOBRE 2021

Réservation obligatoire au CCAS ☎ 01 48 92 42 87
dans la limite des places disponibles

Atelier cuisine

9h-11h • Résidence de l'Espérance

Vous aimez cuisiner ? Cet atelier animé par un agent du CCAS est fait pour vous. Menu surprise pour les gourmands. Pensez à vos tupperwares !

Théâtre intergénération

10h-12h • Centre de loisirs Ferry

La troupe des *Chérubins Stars* vous accueille avec vos petits-enfants pour une initiation au théâtre.

Visite commentée de Thiais

14h-16h30 • Parvis de l'église

Marche historique animée par Claude Mangin, thiaisien retraité. Église, lavoir, académie des arts, théâtre, centre de loisirs Jules Ferry... l'occasion de (re)découvrir le patrimoine de sa ville. Prévoir de bonnes chaussures de marche !

Concert

20h00-21h30 • Café-Théâtre

Jazznotes propose une parenthèse musicale pour vous évader : jazz, variétés... du velours pour les oreilles !



LA SEMAINE BLEUE

SAMEDI 16 OCTOBRE 2021 À 20H30

théâtre municipal René Panhard*

Les Bonimenteurs fêtent leurs 20 ans
humour & improvisation

Quoi de si original et de si talentueux chez le duo des Bonimenteurs ? Leur spectacle diablement drôle fait la part belle à l'improvisation et à la prise de risque. Étonnants, bluffants d'inventivité, jamais vulgaires, ils jonglent avec les situations et les personnages, traversent les époques et emmènent le public sur des chemins improbables. À ne pas manquer !

Réservation obligatoire dans la limite des places disponibles



*Attention : présentation du pass sanitaire à l'entrée et port du masque en salle

DIMANCHE 17 OCTOBRE 2021 À 15H30

théâtre municipal René Panhard*

Des rêves dans le sable
spectacle intergénérationnel :
venez avec vos enfants
et petits-enfants !

Lorène Bihorel présente un spectacle étonnant de dessins sur sable qui émerveille les enfants (dès 7 ans) et fascine les adultes. Sur sa table lumineuse rediffusée simultanément sur grand écran, les dessins naissent en quelques secondes et se transforment au rythme des histoires contées ou en musique auxquelles ils donnent vie. Une pépite qui envoûte petits et grands : on vient curieux et, emporté dans un univers onirique, on en ressort conquis. Une superbe parenthèse d'enchantement !

Réservation obligatoire dans la limite des places disponibles



**DANS LE CADRE DE LA 70^È ÉDITION DE
LA SEMAINE NATIONALE
DES RETRAITÉS ET PERSONNES ÂGÉES**

LA SEMAINE BLEUE
du 4 au 17 octobre 2021

**LA VILLE
DE THIAIS
PROPOSE
DE MULTIPLES
RENDEZ-VOUS
GRATUITS**



ENSEMBLE, BIEN DANS SON ÂGE, BIEN DANS SON TERRITOIRE
ateliers • rencontres • conférences • spectacle • sport...
natation • marche • loto • art floral • écriture • relaxation • voyage • théâtre • santé • droit...

GRATUIT

www.ville-thiais.fr
www.semaine-bleue.org



Sous le haut parrainage du ministère des Solidarités et de la Santé
En lien avec La Journée internationale des personnes âgées le 1^{er} octobre





Une semaine de gaieté et de partage

Je suis heureux de vous adresser ce dépliant préparé avec Caroline Ossard, Adjointe chargée des affaires sociales, à travers lequel nous vous présentons les divers rendez-vous que nous proposons aux Thiaisais à l'occasion du 70^e anniversaire de "la Semaine bleue".

Cet événement représente un moment particulièrement privilégié pour informer et sensibiliser l'opinion sur la contribution des retraités à la vie économique, sociale et culturelle, sur les préoccupations et les difficultés rencontrées par les personnes âgées, sur les réalisations et projets des acteurs qui travaillent régulièrement auprès d'elles.

Tout au long de "la Semaine bleue", nous allons proposer des animations mises en place par l'équipe du Centre Communal d'Action Sociale afin de multiplier les liens entre générations en invitant le grand public à prendre conscience de la place et du rôle social que jouent ceux que l'on appelle affectueusement dans notre société "nos aînés" et ceux qui les protègent au quotidien, "les aidants".

Je tiens à remercier toutes celles et tous ceux qui ont œuvré pour donner à ces rencontres une couleur teintée de gaieté et de partage, et vous assure que nous avons mis en place toutes les solutions pour assurer des échanges dans les meilleures conditions sanitaires possibles.

RICHARD DELL'AGNOLA
Maire de Thiais
Vice-Président de la Métropole du Grand Paris



Caroline OSSARD
Adjointe au Maire
chargée des Affaires sociales



LUNDI 4 OCTOBRE 2021

Réservation obligatoire au CCAS ☎ 01 48 92 42 87
dans la limite des places disponibles

Dictée de la semaine bleue

10h-11h • Centre de loisirs L.Terray
Venez tester votre niveau en orthographe et gagnez un prix si vous êtes parmi les 3 meilleurs ! Cette animation sera assurée par par Caroline Ossard, Adjointe au Maire chargée des affaires sociales.

Visite commentée de Thiais

10h-12h • Parvis de l'église
Marche historique animée par Claude Mangin, thiaisien retraité. Église, lavoir, académie des arts, théâtre, centre de loisirs Jules Ferry... l'occasion de (re)découvrir le patrimoine de sa ville. Prévoir de bonnes chaussures de marche et une bouteille d'eau.

Loto géant

14h-17h • Salle de la Saussaie
Venez jouer et tenter de gagner de nombreux lots !
(entrée libre dans la limite des places disponibles)

Concert

20h00-21h30 • Café-Théâtre
Jazznotes propose une parenthèse musicale pour vous évader : jazz, variétés... du velours pour les oreilles !

MARDI 5 OCTOBRE 2021

Réservation obligatoire au CCAS ☎ 01 48 92 42 87
dans la limite des places disponibles

Atelier cuisine

9h-11h • Résidence de l'Espérance
Vous aimez cuisiner ? Cet atelier animé par un agent du CCAS est fait pour vous ! Muffins salés et mousse au chocolat à emporter ! Pensez à vos tupperwares.

Conférence information sur l'accès aux droits

10h30-12h • Salle de la Saussaie
Pour connaître les aides au maintien à domicile, les aides financières, les droits généraux et les lieux de vie dédiés aux seniors. Assistante sociale au CCAS de Thiais, Kathleen Mallet répondra à vos questions et présentera tout ce qu'il faut savoir pour bien vieillir.

Atelier d'art floral

14h-16h • Salle Louis Duperrey
Le CCAT vous donnera les astuces pour créer vos propres compositions et égayer votre intérieur.

Gym douce

17h30-18h30 • Palais Omnisports
Menée par un intervenant sportif avec une pédagogie adaptée et douce, la séance permet de prévenir les chutes et de définir les bonnes postures. Prévoir une tenue de sport, des chaussettes, une bouteille d'eau, une serviette.

MERCREDI 6 OCTOBRE 2021

Réservation obligatoire au CCAS ☎ 01 48 92 42 87
dans la limite des places disponibles

Atelier manuel intergénération

10h-12h • Résidence de l'Espérance
Partagez un agréable moment de créativité avec vos petits-enfants !

Atelier couture

10h-12h • Salle Louis Duperrey
Lou-Isa Folly propose de découvrir la technique du point de Feston, appelée aussi point de languette, utilisé essentiellement pour orner le bord d'un tissu ou pour empêcher un tissu de s'effiloche.

Conférence santé

14h-16h • Salle de la Saussaie
Un infirmier libéral présentera les risques domestiques liées à l'âge et les solutions pour adapter son logement. Il parlera des bons gestes à adopter pour prévenir les chutes et comment réagir face à une situation d'urgence (premier secours).

Aquagym

15h15-16h15 ou 16h30-17h30
Piscine municipale M.Berlioux
Les jeunes retraités sont invités à partager une séance en musique en 3 temps : 15 minutes de nage libre, 30 minutes d'aquagym douce ou d'initiation à la nage avec palmes par 2 maîtres nageurs-sauveteurs, et enfin 15 minutes de détente.

JEUDI 7 OCTOBRE 2021

Réservation obligatoire au CCAS ☎ 01 48 92 42 87
dans la limite des places disponibles

Écriture & détente

9h30-11h • Médiathèque
• Atelier d'écriture : partagez le plaisir d'écrire en laissant votre imagination vous guider et découvrez la plume des autres.
• Atelier détente : relaxation et instant poétique au programme !

Multi danse

11h-12h • École de danse (23 avenue René Panhard)
Vous aimez danser ? L'école B-style propose de découvrir plusieurs styles de danses chorégraphiées (madison...). Prévoir une tenue de sport et une bouteille d'eau.

Improvisation théâtre

15h-17h • Café-théâtre de Thiais
Essayez-vous à l'improvisation, (communément appelée "impro" dans le milieu) lors d'un atelier animé par l'association *La tribu du verbe* qui vous initiera aux techniques de l'art dramatique.

Gym douce

17h30-18h30 • Palais Omnisports
Menée par un sportif avec une pédagogie adaptée et douce, la séance permet de prévenir les risques de chute et de définir les bonnes postures. A prévoir : tenue de sport, chaussettes, eau, serviette.