



**JEUDI 5 OCTOBRE 2023**

## **ATELIER** **Naturopathie**

**10 H À 11 H 30**

Dans les salons de la mairie  
Atelier explicatif sur la  
naturopathie.

Les bienfaits du bien-être  
physique et psychique. Prendre  
soin de sa santé avec l'activité  
sportive, l'alimentation,  
le sommeil.

### **Les thématiques abordées :**

Digestion et transit (technique  
d'automassage et dégustation de  
tisanes digestives). Les plantes  
du confort articulaire.

## **SORTIES**

### **Visite de la fromagerie** **GANOT JOUARRE (77)**

**DE 15H À 19H**

Découvrez la plus ancienne  
fromagerie de la Brie  
(depuis 1895).

### **Déroulé de la visite :**

La visite guidée par les  
propriétaires sur les ustensiles

et objets anciens. Visionnage  
d'un film sur l'élaboration du brie.  
Visite du tunnel d'affinage. Et  
enfin, place à la dégustation de  
3 fromages avec un verre de vin.

**Se munir d'un gilet ou pull pour  
les caves + prévenir en amont si  
personne PMR car ascenseur.**

**RDV 13H30 DEVANT LE CENTRE  
ADMINISTRATIF.**

Transport en car.

**VENDREDI 6 OCTOBRE 2023**

## **THÉ DANSANT** **La guinguette mobile !**

**DE 15H À 19H**

Dans les salons de la mairie  
Deux partenaires de danse  
racontent, avec leur vélo Guinguette  
mobile la folle aventure des bals  
français de 1900 jusqu'au début des  
années 50.

- 4 décennies,
- 4 démonstrations,
- 4 initiations de danse.

**DIMANCHE 8 OCTOBRE 2023**

## **ORLYSIENNE** **Parcours de 2,5 km**

Possibilité de constituer un  
groupe pour les personnes  
à mobilité réduite. Les deux  
animatrices vous aideront à  
atteindre la ligne d'arrivée !

**Réservation au 06 12 13 87 63 ou  
07 50 30 22 87**

Ville d'Orly

**DU 2 AU 6 OCTOBRE 2023**



Vieillir ensemble,  
une chance à cultiver

# la Semaine Bleue

**Spectacle, visites, ateliers,  
marche bleue, thé dansant...**

**Inscriptions au centre administratif  
de 9h à 12h du 11 au 13 septembre** (sauf pour les entrées libres)

Toutes les sorties, activités ou ateliers proposés  
durant cette semaine sont gratuits.

[www.mairie-orly.fr](http://www.mairie-orly.fr)



# la Semaine Bleue

La Semaine Bleue est un dispositif national permettant de valoriser la place qu'occupent les aînés dans notre société. Pour l'occasion, nous vous proposons de redécouvrir votre territoire grâce à des visites, des balades et des événements conviviaux qui sauront vous surprendre !  
Une semaine dédiée à la joie à la bonne humeur !

**LUNDI 2 OCTOBRE 2023**

## **SORTIE** **La marche bleue**

**DE 10H À 12H**

La randonnée des gorges d'Aprémont - Forêt de Fontainebleau, 5km - 2h.  
RDV À 8H DEVANT LE CENTRE ADMINISTRATIF.  
Retour estimé 12h.  
Transport en car.



## **SORTIE** **Musée du cirque et de l'illusion** **Dampierre-en-Burly**

**DE 15H À 17H**

Unique en France, le musée du cirque et de l'illusion a pour principale ambition de faire rêver ses visiteurs.  
Visite guidée du musée et spectacle de magie.  
RDV À 13H45 DEVANT LE CENTRE ADMINISTRATIF.  
Transport en car.

**MARDI 3 OCTOBRE 2023**

## **SORTIE** **Street Art à la butte aux Cailles**

**DE 9 H - 12 H**

Un véritable safari urbain, en noir et blanc et en couleur, qui vous permettra de découvrir les œuvres les plus discrètes comme les fresques les plus monumentales de la colline du Street Art.

RDV À LA GARE D'ORLY VILLE À 8H30.

Transport en commun.

Merci de vous munir de votre ticket de transport (direction Paris).

## **SPECTACLE** **des seniors**

**DE 15H À 17H**

Au centre culturel

**Entrée libre - Gratuit**



**MERCREDI 4 OCTOBRE 2023**

## **ATELIER** **confection lessive et savon**

**DE 9 H - 12 H**

Au foyer restaurant Neruda, 33 rue des hautes bornes.  
Projet intergénérationnel avec les lycéens. Fabrication de lessive et de savon en partenariat avec la filière ASSP (accompagnement, soins et services à la personne).

## **PROJET** **Ciné-débat** **intergénérationnel**

**DE 14H À 16H30**

Au centre culturel

**Entrée libre**

Visualisation du film humoristique «Maison de retraite» avec Kev Adams puis, temps d'échanges, en partenariat avec les professionnels de l'EHPAD Saule Cendré.

## **CONFÉRENCE** **Thème «Vieillir ensemble, une chance à cultiver»**

**DE 17H À 18H**

Au centre culturel

**Entrée libre**