



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



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