

Conférence : « Votre sécurité au quotidien, prévenir et agir »

🕒 à 14h

Salle La Passerelle,
Place Jacques-Brel

Lors de cette conférence, différents thèmes seront abordés (vol par ruse, arnaques en tout genre...). Un commandant de police réserviste et un gardien de la paix vous apprendront à adopter les bonnes attitudes et vous donneront les démarches à suivre pour assurer votre sécurité au quotidien.

« Regard sur l'exposition »

🕒 à 14h30

Centre culturel Robert-Desnos,
3 allée Jean-Ferrat

Visite du Conseil Municipal des Enfants en présence de Josiane Berrebi, Conseillère Municipale chargée des Retraités et de la Santé.

Jeudi 5 octobre

Marche Bleue « Sur les traces du Tramway & Saint Eutrope »

🕒 à 10h

Parking, avenue Paul-Langevin,
face au Centre Technique Municipal

Nous découvrirons les lignes de Tramway et continuerons notre balade au parc de Saint-Eutrope

pour revenir, par une boucle, au point de départ.

Séance de cinéma

🕒 à 14h30

Centre culturel Robert-Desnos
3 allée Jean-Ferrat

Séance de cinéma réservée aux retraités rissois, offerte par la municipalité (Film à définir selon les sorties de la semaine).

Remise des prix des expositions

🕒 à 16h30

Hall du centre culturel Robert-Desnos
3 allée Jean-Ferrat

Après la séance de cinéma, nous découvrirons les résultats de l'élection de vos œuvres préférées.



Vendredi 6 octobre

Initiation aux gestes qui sauvent

🕒 de 9h à 12h30

Salle La Passerelle,
Place Jacques-Brel

Un moniteur diplômé vous apprendra de comment réagir face à une situation d'urgence. Les gestes de premiers secours seront abordés.
Animée par la MACIF Prévention

Initiation et démonstration de danse Country

🕒 14h30

Salle Emile-Gagneux,
60 rue Albert-Remy



Découvrez cette danse idéale pour ceux et celles qui veulent allier exercice physique et plaisir de bouger.
Animé par Échanges et loisirs.

Dimanche 8 octobre

Bal

🕒 à 14h

10 place Jacques-Brel

Rencontres, rythmes endiablés et convivialité sont au programme de ce qui clôturera la Semaine bleue.
Proposé par l'AGCRPA.

INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS

Service Retraités
et Temps libre
13 route de Grigny
Tél : 01 69 02 73 40

Toutes les activités proposées dans le cadre de la Semaine Bleue des retraités sont gratuites et ouvertes à tous les retraités rissois sur inscription.

Pour les personnes en perte d'autonomie, le transport sur les lieux des activités peut être assuré durant la semaine sur demande auprès des agents du Service Retraités et Temps libre.



DU 30 SEPTEMBRE AU 8 OCTOBRE 2023

**SEMAINE BLEUE
DES RETRAITÉS**

ÉDITO

Madame, Monsieur,

À Ris-Orangis, les retraités sont nombreux. En effet, notre ville compte plus de 4 500 personnes de plus de 60 ans. Conscients des enjeux liés au vieillissement, nous développons depuis de nombreuses années des services adaptés (réseau solidaire qui passe des appels de courtoisie et visite nos séniors, portage des repas à domicile 7 jours/7, navette gratuite en semaine et le week-end, soins infirmiers à domicile, aide pour le ménage, ...).

Nous savons aussi que beaucoup d'entre vous entendent pleinement profiter de cette période de votre vie par la pratique d'activités sportives, culturelles, artistiques, ou par un engagement citoyen dans un cadre associatif.

Aussi, nous donnons au service Retraités et Temps libre de la commune et aux associations dont je remercie chaleureusement les bénévoles pour leur implication, les moyens matériels, financiers et humains de remplir leurs missions en direction de nos aînés.

Avec Josiane Berrebi, mon adjointe chargée des Retraités et des Personnes âgées, nous tenons à remercier chaleureusement Émile Steinmetz - Président de l'AGCRPA, Liliane Kolb - Présidente de l'AVTRO, le CIARE et Nicole Michau - Présidente d'Échanges et loisirs pour leur sincère et si précieux engagement dans la vie de notre commune.

Belle semaine bleue à toutes et tous,

Stéphane Raffalli
Maire de Ris-Orangis
Conseiller départemental de l'Essonne



INAUGURATION DE LA SEMAINE BLEUE DES RETRAITÉS

Samedi 30 septembre

Au Centre Culturel

Robert-Desnos

3 allée Jean-Ferrat

Vernissage des expositions

🕒 à 14h

- « Nos Séniors ont du talent »
par le Service Retraités
et Temps libre
- De peinture par l'atelier
de l'AGCRPA
- ASA - Ambiance et
stimulations artistiques

*Nouveauté : votez tout au long de la
semaine pour votre œuvre favorite.*

**Allocution de Monsieur
le Maire**

🕒 à 15h30

**Spectacle « J'avais oublié
que les bleuets sont bleus »**

🕒 à 15h45

Redécouvrons les chansons que
l'on croyait disparues nichées dans
nos mémoires.

Par Daniel Picq Productions Editions

Cocktail d'inauguration

🕒 à 17h15

offert par la Municipalité

Lundi 2 octobre

« La dictée de Pivot »

🕒 de 10h à 12h

Salle La Passerelle,
Place Jacques-Brel

Venez plancher sur la dictée de
Bernard Pivot. Pas d'inquiétude
pour cet exercice, les copies sont
anonymes.

Animée par Échanges et loisirs



**Atelier « Nutrition pour se
préparer à l'hiver & manger
local »**

🕒 de 13h45 à 17h

Jardins familiaux

L'hiver est souvent une saison dif-
ficile pour beaucoup d'entre nous.
Cet atelier vous donnera les clés
pour passer un bel hiver en forme
et avec le moral tout en mangeant
des produits locaux et de saison.
*Animé par une cheffe cuisinière,
une diététicienne et la cheffe de
projet Les Insatiables.*

Mardi 3 octobre

Loto

🕒 à 14h30

Salle Emile-Gagneux,
60 rue Albert-Remy

Passez un moment convivial et
tenter de gagner de nombreux lots.
Organisé par l'AVTRO

Mercredi 4 octobre

Zumba

🕒 à 10h

Salle La Passerelle,
Place Jacques-Brel

La Zumba, une remise en forme
d'origine colombienne qui mélange
aérobic et fitness sur des rythmes et
des chorégraphies issues de danses
latines. Elle est idéale pour travailler
le cardio mais aussi pour assainir
et tonifier son corps. Elle aide à
améliorer la posture et travaille la
silhouette.

Animée par 1,2,3 Zumba

