



mairie Onze
Paris



vingt[®]
MAIRIE DU

Salon des seniors

Activités
Associations
Informations
Conférences

vendredi 02 octobre
de 10h à 17h

Espace Reuilly
1 Rue Riesener, 75012 Paris



Programme de la journée

Animations toute la journée sur la scène de l'Espace Reuilly, proposées par les clubs seniors des 11e, 12e et 20e

10h15-10h45 : Atelier « Bouge tes jambes »

11h-11h30 : Quiz sur le thème de la mixité

11h45-12h15 : La chorale de Saint-Blaise

12h30-13h : Séance de yoga adapté sur chaise et sur tapis

13h -14h : Un atelier de dance Bien être par le CPA Fratellini

14h-14h30 : Atelier de remise en forme

14h45-15h15 : Représentation de danse rythmique debout et adaptée sur chaise

15h30-16h00 : Atelier théâtre et chant

15h30-16h15 : Activité bien-être : modelage des mains

16h15-16h45 : Atelier country

Ateliers sur les stands

"Découverte de l'IA "et" sécuriser son PC" les Jardins numériques répondent à vos questions

Des bilans de conditions physique individuels par Viacti

Participez aux conférences dans le hall du Centre Paris Anim' Bessie Smith

10h15-10h45 : Lien entre le sport et la santé, par la Maison sport santé Viacti

10h45-11h45 : Table ronde autour des expériences intergénérationnelles avec l'association Ayyem Zamen, le studio Senior Social Lab et la Fondation Rothschild

11h45-12h45 : "Et si les aînés reprenaient la parole ?"
Projection/débat d'Hello Art Up

Animation de sport-santé seniors dans la salle de danse du Centre Paris Anim' Bessie Smith

10h-14h : Atelier prévenir les chutes, préserver ses capacités, maintenir son autonomie

