

PROGRAMME DE LA SEMAINE BLEUE

Jeudi 9 octobre

LOTO BINGO

10h - 12h

Ludo-médiathèque
Jean-Jaurès

ATELIER PÂTES MAISON

10h - 12h

Maison de quartier Jean-Jaurès

REPASSONS LE CODE

(Session 2)

13h30 - 15h

Salle des réceptions
de la mairie

QUIZ :
BIEN MANGER
ET MIEUX DORMIR

15h30 - 17h30

Mairie - Salle des réceptions

Vendredi 10 octobre

JEUX D'ÉQUILIBRE

10h - 11h30

Maison des arts martiaux

À VOS MARQUES, PRÊT...
CUISINEZ !

10h - 13h

Maison de quartier Jean-Jaurès

CHAISES MUSICALES :
COURS DE GYM DOUCE

13h30 - 14h30

(Session 1)

14h30 - 15h30

(Session 2)

Mairie - Salle des réceptions

AQUABLEUE
(AQUAGYM- AQUAZUMBA)

15h45 - 17h

Piscine du Parc

LA VOIX DES SENIORS.FM

14h - 17h

Espace culturel Musique & Dance

Inscriptions gratuites et obligatoires pour
toutes les activités :

CCAS, Pôle administratif V. Hugo,
76, rue Victor-Hugo
93150 Le Blanc-Mesnil

E-mail : semainebleue@blancmesnil.fr

Téléphone : 01 48 67 63 63

CÉRÉMONIE DE CLÔTURE

Discours de clôture

COCKTAIL

17h30 - 18h30

Mairie - Salle des réceptions

La
Semaine
Bleue
À tout âge, ensemble !

DU 06
AU 10
OCTOBRE

Réservé
aux + de 60 ans et
un accompagnant
au choix

Vieillir ensemble au Blanc-Mesnil

3^e
édition

UNE FORCE À PARTAGER

INSCRIPTIONS GRATUITES ET OBLIGATOIRES À PARTIR DU 8 SEPTEMBRE 2025

 **Le
Blanc-Mesnil**
POUR LE MEILLEUR ET POUR L'AVENIR

E d i t o



Jean-Philippe Ranquet
Maire du Blanc-Mesnil



Thierry Meignen
Sénateur
de la Seine-Saint-Denis
Président de la Majorité
municipale



Christine Cerrigone
1^{re} adjointe au maire
Conseillère régionale
d'Île-de-France



Bénédicte Lefevre
9^e adjointe chargée
de la Solidarité et de l'Emploi

Au Blanc-Mesnil, nous avons une conviction forte : vieillir n'est pas un déclin, c'est une richesse, ce n'est pas subir, c'est agir. Et nos seniors blanc-mesnilois sont en effet l'une des catégories les plus actives de notre ville ! Visites du Sénat, cours de danse, d'informatique, de langues ou d'aquarelle, séjours en France ou à l'étranger, tarifs préférentiels au Théâtre ou au golf, banquets ou noces d'or, carré « VIP » à Beach Mesnil... nous leur proposons tout au long de l'année des activités variées qui rencontrent toujours un vif succès.

Depuis 2014, notre municipalité s'est mobilisée pour offrir à nos aînés une place de choix dans la vie de notre commune – et nos seniors nous le rendent bien, en transmettant leurs savoirs, leurs connaissances, leurs mémoires, à leurs petits-enfants et à la ville tout entière, ou étant encore en étant parmi les plus engagés au sein de nos associations.

Dans la droite ligne de ces constats et de nos engagements, nous avons donc décidé de réitérer, **pour la troisième année consécutive, la Semaine bleue blanc-mesniloise**, un temps fort que nous avons voulu à la hauteur de nos ambitions – et de vos attentes ! Cette nouvelle édition, sur le thème national **Vieillir : une force à partager !**, cette nouvelle édition s'annonce plus vivante que jamais.

Du 6 au 10 octobre, des dizaines animations gratuites – sur inscriptions obligatoires – vous attendent : yoga du rire, musicothérapie, escrime, aquagym, ateliers cuisine et nutrition, quiz santé, loto, ciné-karaoké, peinture, repas partagés... sans oublier des temps de dialogue comme le groupe de parole ou le Café Aidant. Autant d'activités conçues pour renforcer le lien social, favoriser les échanges et valoriser l'expérience de chacun.

Nous vous invitons à découvrir, dans ce dépliant, les nombreuses surprises qui vous attendent lors de cette semaine riche en émotions dans ce dépliant. Alors, inscrivez-vous, venez nombreux, et partageons ensemble cette belle énergie qui fait du Blanc-Mesnil une ville où il fait bon vieillir – et surtout, bien vivre.

PROGRAMME DE LA SEMAINE BLEUE

Lundi 6 octobre

CÉRÉMONIE D'OUVERTURE

9h30 - 10h

*Cinéma municipal
Louis-Daquin
.....*

BALADE AUTOMNALE

10h30 - 12h

*Ferme Notre-Dame
.....*

MUSICOTHÉRAPIE

10h30 - 12h

*Espace Eiffel
.....*

YOGA DU RIRE (Session 1)

14h30 - 15h30

*Espace Eiffel
.....*

YOGA DU RIRE (Session 2)

16h - 17h

*Espace Eiffel
.....*

GROUPE DE PAROLE

16h - 17h30

*Mairie -
Salle des mariages*

Mardi 7 octobre

REPASSONS LE CODE (Session 1)

10h30 - 12h

*Mairie -
Salle des réceptions
.....*

CINÉ KARAOKÉ

14h30 - 16h30

*Cinéma municipal
Louis-Daquin
.....*

LE CAFÉ AIDANT

16h - 17h30

*Pôle administratif
Victor-Hugo*

Inscriptions
gratuites
et obligatoires
pour toutes
les activités.

Mercredi 8 octobre

EN PISTE ! INITIATION À L'ESCRIME

10h - 11h30

*Maison
des arts martiaux
.....*

ATELIER AQUARELLE/FUSAIN INTERGÉNÉRATIONNEL

10h - 12h

(Groupe 1)

12h - 14h

Déjeuner
intergénérationnel

14h - 16h

(Groupe 2)
École élémentaire
Jules-Ferry
.....

RACONTE-MOI UNE HISTOIRE

14h - 16h

École élémentaire
Jean-Macé

LA VOIX DES SENIORS.FM

Espace culturel Musique & Dance

14h - 17h