

## Du sport

Vous pourrez profiter de plusieurs initiations sportives proposées par la Ville de Paris ou des associations. *Sur inscription à l'accueil du salon.*

**10h15-11h15** : Activités sportives adaptées, association *Siel Bleu*

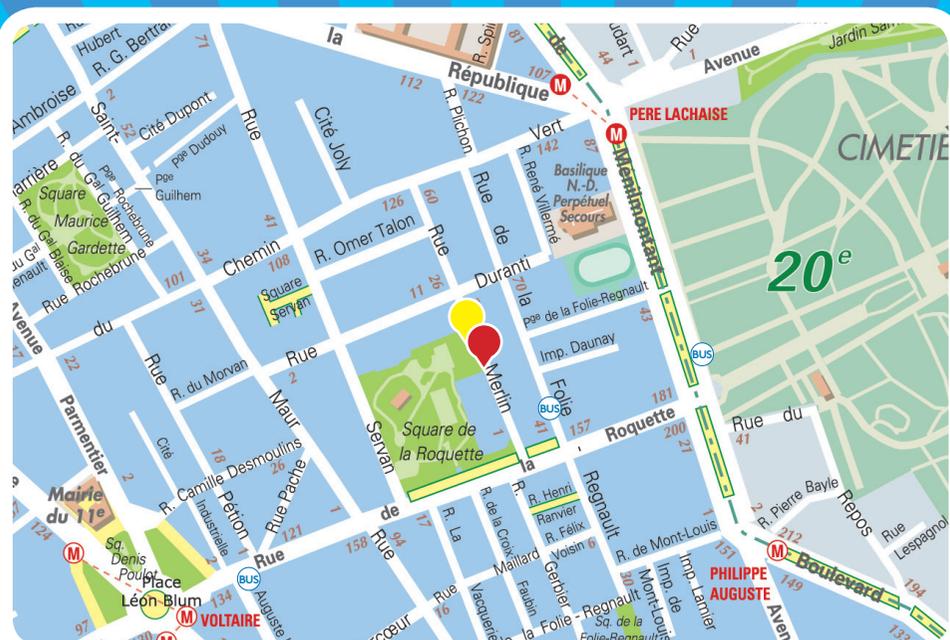
**11h15-12h15** : Sports collectifs, association *Viacti*

**13h45-14h45** : Mouvement Vitalité, association *Des Soins et des Liens*

**14h45-15h45** : Animations sportives proposées par la Ville de Paris

Et tout au long de la journée, parcours sportifs, ping pong...

**À 16h30 Grand Bal dansant  
animé par l'orchestre Les Dauphins**



- 📍 Salle Olympe de Gouges : 15, rue Merlin 75011 Paris
  - 📍 Club Senior Roquette : 19, rue Merlin 75011 Paris
- Métro Voltaire 9, Père Lachaise 2, Philippe Auguste 2,  
Bus 61, 69

**Jeudi  
17 octobre  
de 10h à 17h30**

Salle Olympe de Gouges  
15, rue Merlin 75011 Paris

M Voltaire 9

ou Père Lachaise /  
Philippe Auguste 2

BUS 61, 69

**SALON DES  
SENIORS**

dans le cadre de

**La Semaine Bleue**

## ÉDITO



**Frédérique CALANDRA**  
Maire du 20<sup>e</sup>  
arrondissement



**Thierry BLANDIN**,  
Adjoint à  
la Maire du 20<sup>e</sup>,  
chargé des Personnes  
âgées et du Lien  
intergénérationnel

L'Est parisien ne manque pas d'initiatives et d'activités pour toutes et tous et pour tous les âges. Le succès des séances gratuites de Ciné Séniors comme celui des bals et des clubs du Centre d'action sociale de la Ville de Paris mais aussi l'investissement précieux des seniors dans de nombreuses associations du 20<sup>e</sup> ne nous donneront certainement pas tort ! Danser, bouger, sortir, faire du sport, jouer... Il n'y a pas d'âge pour être actif et se divertir ! C'est le mot d'ordre de ce 4<sup>e</sup> Salon des seniors co-organisé par les Mairies des 11<sup>e</sup>, 12<sup>e</sup> et 20<sup>e</sup> arrondissements. Il se veut un lieu de rencontre, où vous croiserez de vieilles connaissances et où vous tisserez des liens ; un lieu d'information, où vous pourrez trouver tous les renseignements sur les loisirs, la santé ou encore les services à votre disposition ; un lieu de fête, où vous enchaînez valses et madison à l'occasion du traditionnel bal de clôture. Profitez pleinement de la vie, si belle dans nos arrondissements !

## Des conférences d'informations

**10h00 - 11h30** : Échange et information avec le commissariat de police sur les réflexes de prévention et de sécurité

**11h30 - 12h15** : Présentation du dispositif d'accompagnement « Paris en Compagnie »

**13h30 - 14h15** : Comment choisir son aide à domicile ?  
*Présentation de [monaideadomicile.paris.fr](http://monaideadomicile.paris.fr)*

**14h15 - 15h15** : Présentation des prestations du Centre d'action sociale de la Ville de Paris

**15h15 - 16h30** : Aide aux aidants  
*Atelier proposé par la Maison des aînés et des aidants*

## La connaissance des acteurs de votre territoire

*Des associations et des acteurs institutionnels présents sur nos territoires viennent présenter leurs activités durant cette journée tournée vers la culture et le sport mais aussi vers l'accès aux services publics et à la santé.*

### Culture et loisirs

À la recherche de loisirs accessibles et adaptés ? De multiples acteurs tel que les Centres Paris Anim' ou encore les clubs seniors du Centre d'action sociale de la Ville de Paris vous proposent de découvrir leur offre.

### Acteurs institutionnels

Pour vous ou pour un parent, venez trouver des réponses à vos questions. Quels droits ? Quelles aides ? Les acteurs du champ social seront présents pour vous renseigner et vous orienter vers les services qui sont à votre disposition.

### Santé

Vous vous interrogez sur votre Santé ? Des dépistages gratuits vous seront proposés autour de différentes problématiques telles que la vue, l'audition mais aussi le diabète ou encore la cardiologie.

## Des animations

### Sur scène de 10h à 16h30

Les clubs seniors des trois arrondissements vous proposeront des démonstrations de leurs activités, ainsi que de nombreux spectacles et performances.

### Visite street art à 11h

La conférencière Virginie Fromentin vous proposera de découvrir le street art avec une visite dans le quartier de la Roquette. Vous pourrez ainsi découvrir les artistes et l'histoire des œuvres éphémères qui couvrent les murs de notre ville. *Durée approximative : 1h30, sur inscription à l'accueil du salon.*

### Visites historiques à 10h15 et 14h30

L'association Paris Greeters vous proposera de partir à la découverte de l'histoire du quartier. *Durée approximative : 2h. Inscription auprès de : [florent.voisin@paris.fr](mailto:florent.voisin@paris.fr), 01.53.27.11.04*

### Repair Café de 13h30 à 16h

Jeter ? NON ! Réparer : OUI ! Vous avez du petit électroménager en panne ? Apportez-le et tentez de le réparer avec l'aide et les conseils de la Petite Rockette.