

Avec la Semaine bleue, les seniors se mettent au vert



Du 8 au 15 octobre 2018, les seniors spinassiens pourront participer à une nouvelle édition de la Semaine bleue. Plusieurs activités sur les thématiques de la protection de la planète et de l'alimentation seront proposées à cette occasion.

Une semaine d'activités variées sur un sujet d'actualité

La Semaine bleue est un événement annuel à destination des seniors spinassiens. En s'appuyant sur une thématique précise, des activités et des ateliers sont organisés toute la semaine et permettent aux participants de découvrir de nouveaux horizons et de s'ouvrir à de nouvelles pratiques. Après une édition 2017 consacrée à l'art impressionniste, le respect de l'environnement dans l'alimentation est au programme de cette année.

Ainsi, plusieurs ateliers seront proposés du 8 au 15 octobre aux seniors spinassiens :

- **Lundi 8 octobre** : cueillette de Cergy et marché de Caroline ;
- **Mardi 9 octobre** : atelier cuisine avec des produits biologiques, frais et de saison ;

Ville d'Epinay-sur-Seine

Communiqué de presse

Le 04/10/2018 16:40

-
- **Mercredi 10 octobre** : visite du Conservatoire National des Plantes à Parfum à Milly-la-Forêt ;
 - **Jeudi 11 octobre** : atelier de jardinage et dégustation de tisanes et sirops ;
 - **Vendredi 12 octobre** : croisière sur la Seine ;
 - **Lundi 15 octobre** : initiation à la marche nordique et au renforcement musculaire.

Ces différentes activités permettront aux participants de découvrir de nouvelles astuces pour apprendre à manger sainement tout en respectant l'environnement. L'occasion idéale pour découvrir de nouvelles alternatives dans les assiettes des seniors spinassiens.

Informations et inscriptions et auprès du Club Senior au 01 58 34 69 88

CONTACTS

Anne BERNARD — Direction de la communication
Ville d'Epinay-sur-Seine
01 49 71 89 31 · anne.bernard@epinay-sur-seine.fr

Mairie d'Épinay-sur-Seine — Centre Communal d'Action Sociale
0149719910 · communication@epinay-sur-seine.fr