




Renseignements et inscriptions obligatoires auprès du CLIC6
4 Place Nelson Mandela – 94550 Chevilly-Larue
Tél : 01 48 53 79 09
Mail : contact@clic6.org



Conférences, ateliers, échanges
Février ▶ Avril 2019



 **ABLON-SUR-SEINE**
À pied ou au volant :
ayez la senior attitude

▶ **Mercredi 6 février à 14h**
Conférence « *La conduite automobile des seniors* »

▶ **Jeudi 7 février à 14h**
Ateliers thématiques :

- Comment gérer les situations stressantes au volant ?
- Jeu de l'oie du code de la route
- Le piéton senior
- Agir et réagir efficacement au volant

Espace Culturel Alain Poher
7 avenue Auguste Duru

 **ORLY**
À l'ère du numérique :
des seniors connectés

▶ **Jeudi 14 février à 14h**
Conférence « *Les nouvelles technologies : quel impact au quotidien ?* »
Salon de la Mairie
1 Place François Mitterrand

 **THIAIS**
Seniors : soyez sport !

▶ **Jeudi 21 février à 14h**
Conférence « *Les bienfaits de l'activité physique* »
Salle La Saussaie
54-56 rue de La Saussaie

▶ **Vendredi 22 février à 10h**
Ateliers thématiques :

- Danse
- Tai-chi
- Yoga du rire
- Marche nordique
- Gym mémoire

Palais Omnisports
Place Vincent Van Gogh

 **RUNGIS**
Pas de retraite pour
ma santé

▶ **Jeudi 14 mars à 14h**
Conférence « *Les clés du bien vieillir* »

▶ **Vendredi 15 mars à 14h**
Forum santé (stands équilibre, mémoire, nutrition, audition, les gestes qui sauvent, cardiologie...)
Salle La Grange
5 rue Sainte Geneviève

 **CHOISY-LE-ROI**
Successions et donations

▶ **Jeudi 21 mars à 14h**
Conférence « *Les successions, les donations et le mandat de protection future* »
Salle Le Royal
13 avenue Anatole France

 **CHEVILLY-LARUE**
Sexualité : il n'y a pas
d'âge pour s'aimer

▶ **Jeudi 28 mars à 14h**
Pièce de théâtre « *Quelle vie affective et sexuelle après 60 ans ?* » jouée par la compagnie Naje, suivie d'un débat animé par un médecin
Salle de l'ancien centre de loisirs : 15 rue de l'Adjudant-chef Dericbourg

 **VILLENEUVE-LE-ROI**
Et si aider un proche,
c'était aussi prendre
soin de soi

▶ **Jeudi 4 avril à 14h**
Ateliers thématiques :

- Gestion du stress et du sommeil
- Estime de soi
- Les aides non médicamenteuses
- Se préserver pour continuer à aider
- Sortir de l'isolement : quelles solutions sur le terrain ?

Résidence Jean Rostand
15 voie Normande

Inscriptions obligatoires pour
les conférences, inscriptions par
ordre d'arrivée pour les ateliers.