

À Vitry,
votre retraite
dynamique
et sereine



Activités senior·e·s Octobre 2026

INSCRIPTION PANIER-REPAS DE FÊTE OU SPECTACLE CABARET JUSQU'AU 16 OCT. 2026 :

- **par courrier** à l'hôtel de ville service vie sociale des retraité·e·s :
2, av. Youri-Gagarine 94400 Vitry-sur-Seine
- **dans l'urne**, à l'entrée de l'hôtel de ville
- **par téléphone** au 01 88 15 00 45, du lundi 12 oct. au vendredi 16 oct.



vitry-sur-seine

DIMANCHE 4 OCT.
DE 14H À 17H AU
JEUDI 8 OCT.
DE 9H30 À 11H30

LA SEMAINE DU GOÛT

Explorer la diversité culturelle à travers les traditions du petit-déjeuner, en valorisant les produits locaux et équilibrés.
Parc des Chouettes – 22 rue du 18 juin - **Gratuit.**
Sans inscription le 4 octobre - Avec inscription le 8 octobre

DU LUNDI 5 OCT.
AU VENDREDI 9 OCT.

LA SEMAINE BLEUE

Lundi 5 octobre : **Atelier « Bien-être »** - Résidence Paul et Noémi Froment
Mardi 6 octobre : **Atelier « Motricité et équilibre »** - Résidence Henri Barbusse
Mercredi 7 octobre : **Atelier « Prévention santé-Conseils pour le quotidien »** - Résidence Lucien Français
Jeudi 8 octobre : **Atelier « Podologie »** - Résidence Paul et Noémi Froment
Vendredi 9 octobre : **Atelier « APA et danse d'Amérique du Sud »** - Centre social Vitry'Haut
Gratuit.

MARDI 6 OCT.
À 16H

CONFÉRENCE RACONTE-MOI UNE OEUVRE - Le merveilleux de l'épouvante

À l'occasion du festival MURS-MURS, cette conférence vous invite à suivre la trace des monstres qui peuplent l'histoire de l'art, du Moyen Âge à aujourd'hui.
Bibliothèque Nelson Mandela - 26 av Maximilien-Robespierre - **Gratuit.**

MERCREDI 7 OCT.
ET JEUDI 27 NOV.
À 10H30

CONFÉRENCES SANTÉ BUCCO-DENTAIRE

Séances de sensibilisation et loto
Résidence Henri Barbusse - 10/18 rue Henri-de-Vilmorin - **Gratuit.**

JEUDI 8 OCT.
À 10H30

CAFÉ LECTURE - La figure du monstre dans la littérature

Une invitation à explorer les diverses facettes du monstre dans la littérature.
Bibliothèque Nelson-Mandela - 26, av. Maximilien-Robespierre - **Gratuit.**

LUNDI 12 OCT.
À 13H45

APRÈS-MIDI CINÉMA - Film de l'actualité

3 Cinés Robespierre - 19. av Robespierre
Gratuit avec la carte cinéma ou 5€ la séance

LES MARDIS 13 & 27 OCT.
DE 14H À 17H

« MARCHER C'EST LE PIED » AVEC L'ASSOCIATION CITYGEM

Présentation des bienfaits de la marche et de l'application numérique support, suivie d'une mise en pratique : marche.
Résidence Henri-Barbusse - 10/18, rue Henri-de-Vilmorin. **Gratuit.**

MERCREDI 14 OCT.
DE 10H30 À 12H

ATELIER PHILOSOPHIE AVEC RAPHAËL SERRAIL

Comment survivre dans une société numérique ?
Bibliothèque Nelson-Mandela - 26, av. Maximilien-Robespierre. **5€**

MERCREDI 21 OCT.
DE 14H À 15H

ATELIER LIGHT PAINTING

Une initiation à une technique photographique créative permettant de dessiner avec la lumière, accessible à tous et favorisant l'expression artistique.
Exploradôme - 18 av. Henri Barbusse - **Gratuit.**

MERCREDI 21 OCT.
DE 15H À 16H

VISITE DÉCOUVERTE DE L'ESPACE PERMANENT À L'EXPLORADÔME

Une visite guidée conviviale pour explorer les différentes thématiques scientifiques à travers des manipulations interactives, favorisant l'échange et la curiosité.
Exploradôme - 18 av. Henri Barbusse - **Gratuit.**

JEUDI 22 OCT.
DE 14H À 15H30

CONFÉRENCE SANTÉ AVEC ABC INSERTION

Comprendre ses émotions pour gérer son stress
Maison de la Vie associative - 36 rue Audigeois - **Gratuit.**

INSCRIPTION OBLIGATOIRE AU SERVICE VIE SOCIALE DES RETRAITÉ-E-S
par téléphone : 01 46 82 83 74 - par mail : viesociale@mairie-vitry94.fr