

JEUDI 9 OCTOBRE

• 9h20-11h

Initiation à la marche nordique

Avec l'Assurance Maladie de Paris et Espace 19

Parc des Buttes-Chaumont (RDV devant la grille en face de la Mairie)

• 10h-12h

Visites guidées de la médiathèque et de la Maison des Réfugiés

Focus sur les collections « Facile à Lire et à Comprendre », livres en gros caractères, textes lus, DVD/CD.

Médiathèque James Baldwin, 10 bis rue Henri Ribière

• 14h-17h

Initiation aux jeux vidéo

Avec un interprétariat en langue des signes française (LSF).

Avec la Médiathèque James Baldwin et son pôle sourd

Médiathèque James Baldwin, 10 bis rue Henri Ribière

• 14h30-16h30

Bal guinguette de l'automne

Avec la Fondation Maison des Champs et le Rosa Bonheur, animé par Christophe Devarenne

Rosa Bonheur, parc des Buttes-Chaumont, 2 avenue de la Cascade

• 14h30-16h30

Jeux mémoire

Exercices autour de souvenirs des années 1950 à 1980. Inscription obligatoire à apatd@apatd.org

Avec l'APATD

102 boulevard Sérurier

• 15h30-16h30

Tissons des liens, le cœur du quotidien !

Activités sportives : pétanque, fléchettes.

Avec la Résidence Amaraggi

11 boulevard Sérurier

• 17h30-19h

Spectacle Quatrième étage

Une aide-soignante découvre l'univers de l'EHPAD.

Avec la compagnie Euphémé

Centre Paris Anim'Mathis, 15 rue Mathis

VENDREDI 10 OCTOBRE

• 11h-11h45

Quiz de culture générale

Quiz spécial Semaine Bleue via téléphone portable.

Avec Happyvisio

En ligne sur happyvisio.com.

Code partenaire SEMAINEBLEUE.

• 14h30-16h30

Balade « Social notre 19^e ? Vous avez dit social ? »

Balade sur les figures engagées du 19^e.

Avec Espace 19 Ourcq

Départ : Parvis de la Mairie -

Arrivée : Gymnase Avenue Jean Jaurès

• 15h-17h

Vieillir, une force à partager...

Projection de témoignages, échanges, goûter.

Avec la résidence Edith Piaf

50 rue des Bois

(Salon La Vie en Rose)

SAMEDI 11 OCTOBRE

• 10h-12h30

Promenons-nous dans Paris !

Participez à la promenade chorégraphique, entre le 10^e et le 19^e arrondissement. Pique-nique partagé.

Avec la Compagnie KeatBeck

Départ du Jardin Villemin-Mahsa

Jina Amini (14 Rue des Récollets,

75010 Paris), arrivée au parc des

Buttes-Chaumont.

• 11h-12h

Lecture d'histoires

Avec la Ligue de l'enseignement et Lire et faire Lire

Bibliothèque Jacqueline Dreyfus Weill,

6 rue Fessart



Semaine Nationale
des retraités et
personnes âgées

DU 4 AU 11 OCTOBRE 2025
DANS LE 19^e

VIEILLIR
UNE FORCE
À PARTAGER !

Forum
séniors

Lundi 6 octobre
de 10h à 16h

Salle des fêtes de la
Mairie du 19^e



mairie19.paris.fr

[f](#) Mairie du 19e

[x](#) @Paris19e

[@Mairie19](#)

LA MARCHÉ
BLEUE

PROGRAMME

SAMEDI 4 OCTOBRE

• 14h-17h

Les Olympiades

Une après-midi festive, avec des stands pour découvrir des jeux adaptés aux séniors et des mises en situation.

Place de Joinville

Avec la Fondation Maison des Champs, l'EHPAD Alice Guy, Sensations Inclusives, l'Accorderie Paris 19, les Rhiz'hommes et la résidence Gautier-Wendelen.



FORUM SÉNIORS : LUNDI 6 OCTOBRE

Salle des fêtes de la Mairie du 19^e

Rassemblement des acteurs séniors, partenaires de la Mairie du 19^e, œuvrant pour l'accès aux droits, la santé, le logement, l'inclusion numérique et bien plus encore ! Les stands sont organisés en trois univers :

- **Bien connaître ses droits :** CPAM, CNAV, CAF, Maison des Solidarités du 19^e arrondissement...
- **Bien se loger :** EHPAD Hérold, EHPAD Alice Guy...
- **Bien vivre chez soi :** Fondation Maison des Champs, Petits frères des pauvres, Emmaüs Connect, dépistage visuel (si possible, se munir de la dernière ordonnance ophtalmologique)

• 10h-16h

Bourse aux livres.

Avec le Lions Club Buttes-Chaumont
Sur le parvis avant de la Mairie

• 11h

Défilé de mode.

Avec la Maison des Solidarités du 19^e,
la Fondation Maison des Champs et
Débrouille Compagnie

• 15h

Performance de danse improvisée
« Les Pierrettes dans la ville ».

Avec L'Eclaboussée

LUNDI 6 OCTOBRE

• 10h-10h45

Séance de pilates en ligne

Une séance à pratiquer debout ou sur chaise.

Avec Happyvisio

En distanciel sur happyvisio.com.

Code partenaire SEMAINEBLEUE.

• 14h30-15h30

Conférence philosophique sur le sujet de l'aïdance

Et si la philosophie du temps nous aidait à mieux comprendre l'aïdance ?

Avec Happyvisio

En distanciel sur happyvisio.com.

Code partenaire SEMAINEBLEUE.

• 18h-20h

Biodanza-danse adaptée

Mouvements simples, accessibles à tous, sur des musiques variées.

Exercices réalisables assis.

Avec Au cœur de la vie Biodanza

Maison de la Place des Fêtes,

10 rue Augustin Thierry

• 18h30-19h30

Cérémonie de remise de la médaille de l'aïdant

Avec Paris Association pour le Maintien à Domicile des Personnes Handicapées (PAMDPH)

Salle des Mariages de la Mairie du 19^e

MARDI 7 OCTOBRE

• 9h30-10h45

Contes intergénérationnels

Avec l'Académie de Paris, le Lions Club Buttes-Chaumont et l'association ENSEMBLE DEMAIN

Salle du Conseil de la Mairie du 19^e

• 10h30-14h

Moment convivial autour du potager de la résidence Gautier-Wendelen

Atelier de jardinage et moment de convivialité autour d'un repas.

Avec la résidence Gautier-Wendelen

Résidence Gautier-Wendelen,

11 rue Mélingue

• 14h30-16h30

Conférence « Promenade historique sur les ponts de Paris »

Avec CHER 19

Salle du Conseil de la Mairie du 19^e

• 15h30-16h30

Initiation au qi gong

Gymnastique chinoise alliant mouvements lents, respiration et concentration.

Avec l'Accorderie de Paris 19

Parc de la Butte du Chapeau Rouge,
5 avenue Deboudour

• 16h-18h

Conférence Informé-e-s connecté-e-s #9 spéciale Danube démocratie

Conférence sur la démocratie à l'ère numérique.

Avec L'Éternel solidaire

1 rue de la Solidarité



MERCREDI 8 OCTOBRE

• 10h-16h

Prévention santé active dès 60 ans

Programme pour maintenir sa forme à l'aide d'outils numériques.

Avec le Centre de Ressources Territorial de l'EHPAD Hérold.

EHPAD Hérold,

60-74 rue du Général Brunet

• 11h-12h

Atelier d'automassage

Avec la résidence Les Jardins de Belleville

259 rue de Belleville

• 14h-17h

Séance de jeux de société

Venez découvrir une sélection de jeux de société.

Avec la Médiathèque James Baldwin

Médiathèque James Baldwin,

10 bis rue Henri Ribière

• 14h30-16h

Découverte du quartier Barbanègre

Avec l'Accorderie de Paris 19 et les enfants de l'école Barbanègre

53 rue de l'Ourcq

• 15h-16h30

Dance DJ party

Avec la résidence Les Jardins de Belleville

259 rue de Belleville

• 17h-18h30

Conférence : « Arnaques en ligne : naviguez en toute sécurité »

Les escroqueries en ligne se multiplient... Apprenez à les repérer et à vous en protéger efficacement.

Avec Kocoya Thinklab

Salle du Conseil de la Mairie du 19^e