

SEMAINE BLEUE 2025

Du 6 au 12 octobre

Ateliers, visites,
grand bal,
Madison géant...



Plus d'informations sur saintdenis.fr
ou dans vos structures municipales

 Saint-Denis

CHÈRES HABITANTES, CHERS HABITANTS,



Mathieu Hanotin
Maire de Saint-Denis



Michel Fourcade
Maire de Pierrefitte-sur-Seine,
commune déléguée de
Saint-Denis



Sandrine Martinie-Jamar
Adjointe au maire en charge
des seniors et de la solidarité
intergénérationnelle



Guy Jovenelle
Conseiller communal délégué
en charge des seniors

Comme chaque année, notre ville prend part à la mobilisation nationale de La Semaine Bleue dédiée aux seniors. **L'édition 2025, qui se déroulera du 6 au 12 octobre 2025, met à l'honneur un thème fort : « Vieillir : une force à partager ! ».** Ce rendez-vous annuel est une belle occasion de vous rencontrer, de vous informer, mais surtout de renforcer le lien intergénérationnel qui fait la richesse de notre vivre-ensemble. Il nous permet également de rappeler combien nos aînés occupent une place essentielle au cœur de la vie de notre cité. En ce sens, la Semaine Bleue est un formidable levier pour changer le regard de la société sur nos aînés.

Vous découvrirez dans ce programme une riche palette d'activités et de temps de sensibilisation conçu autour de la transmission et du lien intergénérationnel. Tout au long de la semaine, venez découvrir des activités autour du jeu, de la lecture et des ateliers artistiques visant à mettre en lumière les savoir-faire des seniors. Une exposition d'art-thérapie sera proposée, ainsi que des démonstrations de danse et de chant par nos aînés. La marche entre Pierrefitte-sur-Seine et Saint-Denis viendra symboliquement créer un nouveau trait d'union, tandis que le forum santé, à la salle de la Légion d'honneur, permettra d'aborder des thématiques essentielles au bien-vieillir.

Pour lutter contre l'isolement des seniors, des panneaux participatifs seront à disposition et des animations seront accessibles au plus près de chez vous. Des cafés itinérants se rendront dans les quartiers de la commune nouvelle pour aller à votre rencontre, et à celle de nos aînés les plus isolés.

Enfin, cette Semaine Bleue sera ponctuée de moments festifs, avec notamment le Bal en bleu, ainsi que le désormais incontournable Madison géant, qui avait rencontré un vif succès l'an dernier et que nous aurons le plaisir de retrouver pour, pourquoi pas, battre à nouveau le record. Faisons de cette semaine un temps de partage, de joie et de reconnaissance. Merci à toutes celles et ceux qui y contribuent, et à vous, chères habitantes, chers habitants, pour votre présence et votre engagement dans cette belle dynamique collective.

 Lundi 6 octobre
9h > 10h
et 10h15 > 11h15

 60 places par créneau

 Gratuit

 Gymnase
Maurice-Baquet
Rue Elsa-Triolet
Saint-Denis

 Inscriptions à la Maison
des seniors de
Saint-Denis ou au Pôle
seniors de
Pierrefitte-sur-Seine

Séances de Sport et bien-être

En partenariat avec la direction des sports



Participez à une séance de renforcement musculaire, étirements avec un rythme adapté.

 Lundi 6 octobre
14h > 17h

 Gratuit - Entrée libre

 Place de la Mairie
2, place de la Libération
Pierrefitte-sur-Seine

Café itinérant

En partenariat avec le Service d'Autonomie à Domicile (SAD), la CGTO, les Résidences pour Personnes Âgées (RPA), la Maison Départementale des Solidarités (MDS), le service de portage de repas à domicile, le service social, les maisons de quartier et le Centre Municipal de Santé (CMS).

Mise en place d'un espace mobile proposant un point d'information et d'orientation sur les services disponibles au sein de la Commune nouvelle et un espace convivial (café-rencontre, discussions, animations).

 Mardi 7 octobre
10h > 12h

 Gratuit

 Résidence Basilique
2, rue du Pont-Godet
Saint-Denis

 30 places

 Inscriptions à la Maison
des seniors de
Saint-Denis ou au Pôle
seniors de
Pierrefitte-sur-Seine

Atelier lecture : Des mots et des enfants

En partenariat avec l'association Mots et regards

- Découverte de l'album jeunesse : formes, langages, thématiques.
- Techniques de lecture à voix haute : articulation, intonation, rythme, posture.
- Choix d'un album en fonction de l'âge des enfants et du contexte.
- Création de moments de lecture vivants et interactifs.
- Sensibilisation à l'échange intergénérationnel autour du livre.

 Mardi 7 octobre
10h > 11h

 20 places

 Hôtel de ville de
Pierrefitte
Place de la Libération
Pierrefitte-sur-Seine

 Gratuit

 Inscriptions à la Maison
des seniors de
Saint-Denis ou au Pôle
seniors de
Pierrefitte-sur-Seine

Visite au musée numérique

En partenariat avec la Micro-folie

Assistez à une présentation de tableaux par une médiatrice sur la thématique suivante :
« Les âges de la vie à travers les arts ».



 Mardi 7 octobre
13h30 > 19h30

 Présence de l'association Petits Frères des Pauvres afin de présenter leur association et leurs actions

 Gratuit - Entrée libre

 Salle de la légion d'honneur
6, place de la Légion-d'Honneur
Saint-Denis

Forum À votre santé

Organisé par la Communauté professionnelle territoriale de santé (CPTS) de Saint-Denis et la Maison des seniors, en partenariat le Défi Forme Santé, le DAC 93, la Mission Audition, Optic 2000, les Petits Frères des Pauvres, le CCAS et des professionnels de santé de Saint-Denis.

Vous avez 60 ans ou plus ?

Vous souhaitez rester en bonne santé, mieux prendre soin de vous et connaître vos droits ?

Le forum À votre santé est une journée dédiée à la prévention santé et à l'accès aux droits.

Ce temps de rencontre vous permettra de bénéficier d'accompagnement ou de faire des mini-bilans personnalisés avec des professionnels de santé et du secteur social sur des sujets comme la nutrition, la vision, l'audition, la santé, vos droits sociaux.

Vous pourrez également assister à des conférences de 20 minutes sur les facteurs de risques cardiovasculaires ainsi qu'à une présentation réalisée par la Maison des seniors sur les activités de loisirs, sportives et culturelles, l'événementiel, les sorties et séjours en France et à l'étranger, ou encore la Ligne bleue, l'offre de transport dédiés aux seniors.

 Mercredi 8 octobre
10h > 11h30

 Gratuit

 Résidence Dionysia
2, rue Eugène-Fournière
Saint-Denis

 10 places

 Inscriptions à la Maison des seniors de Saint-Denis ou au Pôle seniors de Pierrefitte-sur-Seine

Atelier Patajeux intergénérationnel

Venez participer à une matinée ludique et conviviale avec les enfants de l'accueil de loisirs Victor-Hugo. Vous aurez l'occasion de découvrir une variété de jeux et partager un moment de convivialité. Pour finir sur une note gourmande, vous pourrez déguster une collation que vous aurez préparée avec les enfants.

📅 Mercredi 8 octobre

👥 10h30 > 12h :
Théâtre avec un groupe
de 12 enfants.
• Ouvert à 10 personnes

15h > 16h30 :
Arts plastiques avec un
groupe de 6 enfants.
• Ouvert à 6 personnes

★ Gratuit

★
📍 Espace culturel
Maurice-Utrillo
Place Jean-Jaurès à
Pierrefitte-sur-Seine

✍️ Inscriptions à la Maison
des seniors de
Saint-Denis ou au Pôle
seniors de
Pierrefitte-sur-Seine

Ateliers artistiques proposés par l'espace culturel Maurice-Utrillo

L'espace culturel Maurice-Utrillo invite les seniors à participer à des ateliers artistiques avec des enfants pour un moment de partage et de création intergénérationnelle.



© Yann Mambert

📅 Mercredi 8 octobre
14h > 17h

★ Gratuit - Entrée libre

📍 Rue de Lorraine
à Saint-Denis
(en face du centre
de santé Place Santé)

Café itinérant

En partenariat avec le Service d'Autonomie à Domicile (SAD), la CGTO, les Résidences pour Personnes Âgées (RPA), la Maison Départementale des Solidarités (MDS), le service de portage de repas à domicile, le service social, les maisons de quartier et le Centre Municipal de Santé (CMS).

Mise en place d'un espace mobile proposant un point d'information et d'orientation sur les services disponibles au sein de la Commune nouvelle et un espace convivial (café-rencontre, discussions, animations).



© Adobe Stock

-  Mercredi 8 octobre
14h > 16h
-  14h > 15h : 2 groupes de
4 personnes
15h > 16h : 2 groupes de
4 personnes

 Gratuit

 Résidence Croizat
10, avenue
Romain-Rolland
Saint Denis

 Inscriptions à la Maison
des seniors de
Saint-Denis ou Pôle
seniors de
Pierrefitte-sur-Seine

Initiation à l'art thérapie et exposition

Animation proposée par la résidence Croizat

Venez découvrir l'art thérapie avec Mathew et Chloé. Vous pourrez vous initier lors des ateliers à la poterie et à l'aquarelle tout cela sur un fond musical.

 Mercredi 8 octobre
15h > 17h

 12 places

 Gratuit

 Rendez-vous devant
la Maison des seniors
à 14h45
6, rue des Boucheries
Saint-Denis

 Inscriptions à la Maison
des seniors de
Saint-Denis ou au Pôle
seniors de
Pierrefitte-sur-Seine

Visite de la fabrique de la ville de Saint-Denis

En partenariat avec l'association Franciade

Là-Haut, Saint-Denis se raconte (durée 2h) :

- 1h de visite guidée (par une guide de l'Unité d'Archéologie de Saint-Denis) suivi d'une pause au belvédère avant le début de l'atelier.
- 1h d'atelier où chaque participant réalise sa *carte d'identité d'autrefois* en choisissant sa période historique préférée. Grâce à des documents, les participants seront amenés à en apprendre plus sur les habitants de Saint-Denis à l'époque et pourront choisir quel aurait été leur profession, leur passe-temps...



© Virginie Suères

 Jeudi 9 octobre
10h > 12h

 Gratuit

 Résidence Dionysia
2, rue Eugène-Fournière
Saint-Denis

 10 places

 Inscriptions à la Maison
des seniors de
Saint-Denis ou Pôle
seniors de
Pierrefitte-sur-Seine

Atelier *Tambouille* à mots pour petits et grands

En partenariat avec l'association Mots et regards

Un moment chaleureux à destination des enfants et des seniors où les livres ouvrent l'appétit et où la cuisine devient prétexte à raconter, à rire et à partager.

Au programme :

- Des lectures d'albums jeunesse pleines de goûts et de couleurs.
- Une recette simple à préparer ensemble.
- Des échanges autour des souvenirs, des mots, des saveurs et des générations.

 Jeudi 9 octobre
10h > 13h et 14h > 17h

 Gratuit - Entrée libre

 Hôtel de ville
de Saint-Denis
2, place du Caquet
Saint-Denis

Atelier : lutte contre l'isolement

En partenariat avec le Service d'Autonomie à Domicile (SAD), en présence d'une responsable de secteur et d'une aide à domicile

Qu'est-ce qu'une personne âgée isolée ?

Comment la repérer ?

Quelles situations peuvent créer l'isolement ?

Quels sont les impacts de l'isolement ?

Comment agir pour rompre l'isolement des personnes âgées ?

Les situations d'isolement sont nombreuses et peuvent concerner plus de personnes qu'on ne croit. Il peut s'agir de personnes seules, avec peu ou pas de ressources financières, de personnes avec des problématiques de santé qui limitent leur autonomie et leur capacité à se déplacer, ou encore de celles vivant dans des endroits isolés avec peu de modes de déplacement. Repérer ces personnes permet de mettre en place des actions adaptées à chaque situation d'isolement.

📅 Jeudi 9 octobre
14h > 18h

★ Gratuit - Entrée libre

📍 Hôtel de ville
de Saint-Denis,
Salle des mariages
2, place du Caquet -
Saint-Denis

👥 350 places

Bal de la Semaine Bleue « Tous en bleu »

Bienvenue au traditionnel bal de la Semaine Bleue ! La Maison des seniors de Saint-Denis et le Pôle seniors de Pierrefitte-sur-Seine vous invitent à une après-midi festive animée par la célèbre Céline Arnaud accompagnée de ses musiciens et de ses danseurs et danseuses qui vous mèneront sur la piste de danse. Notre splendide salle des mariages sera spécialement réaménagée pour l'occasion, créant l'atmosphère parfaite pour ce moment tant attendu de l'année. Ne manquez pas ce grand rendez-vous offert à tous, une opportunité unique de danser, de s'amuser et de partager des souvenirs inoubliables.



© Ville de Saint-Denis

 Vendredi 10 octobre
10h > 12h

 15 places

 Gratuit

 Hôtel de ville
de Pierrefitte
Place de la Libération
Pierrefitte-sur-Seine

 Inscriptions à la Maison
des seniors de
Saint-Denis ou au Pôle
seniors de
Pierrefitte-sur-Seine

Atelier artistique sur la transmission générationnelle et le souvenir

*En partenariat avec la Réunion des musées nationaux - Grand palais
et la Micro-Folie*

Avec l'artiste Frédéric Guérin, venez raconter vos souvenirs à propos de Pierrefitte et de Saint-Denis et les intégrer en écriture ou en dessin à une carte de GR (grande randonnée).

 Vendredi 10 octobre
12h > 14h

 Gratuit

 Rendez-vous à 12h
devant l'hôtel de ville de
Pierrefitte
Place de la Libération
Pierrefitte-sur-Seine

 Inscriptions à la Maison
des seniors de
Saint-Denis ou au Pôle
seniors de
Pierrefitte-sur-Seine

Pique-nique au Parc Frédéric-Lemaître et rando bleue

Après avoir participé à l'atelier artistique à l'hôtel de ville de Pierrefitte, venez nous rejoindre avec votre pique-nique au parc Frédéric-Lemaître. Ensuite, participez à la rando bleue de Pierrefitte jusqu'à la Basilique de Saint-Denis, pour célébrer ensemble la clôture de cette semaine qui vous est dédiée !



📅 Vendredi 10 octobre
14h > 15h

★ Gratuit - Entrée libre

📍 Place Jean-Jaurès
Saint-Denis

Concert de *la chorale des seniors du conservatoire*

La chorale des seniors, créée à l'initiative de la Maison des seniors et du Conservatoire en 2021 suite à une première « chorale éphémère », accueille désormais une cinquantaine de participants, réunis en 3 pupitres (Soprano, Alto et Basse). Venez assister à une représentation dirigée par Marie-Reine Bogui, enseignante au conservatoire. La chorale vous fera voyager à travers un répertoire varié : gospel, opéra, variété française, R&B, musiques africaines et latines, et même percussions corporelles.



© Adobe Stock

📅 Vendredi 10 octobre
15h30 > 16h30

★ Gratuit - Entrée libre

📍 Place Jean-Jaurès
Saint-Denis

Démonstration de danse des Lyly's girls

Venez découvrir notre démonstration de danse animée par notre animatrice de la Maison des seniors avec la participation de nos seniors ayant suivi les cours toute l'année !

 Vendredi 10 octobre
17h

 Gratuit - Entrée libre

 Place Jean-Jaurés
Saint-Denis

Madison géant intergénérationnel de la Semaine Bleue

*En partenariat avec les directions des sports, des accueils loisirs
et la DGEP*

Pour clôturer en beauté la Semaine Bleue 2025, nous souhaitons renouveler l'expérience en essayant de battre ensemble un nouveau record avec le plus grand Madison en bleu et intergénérationnel au monde.

Après plusieurs séances d'initiation, notre objectif est de rassembler toutes les générations pour un moment festif et inoubliable autour d'une danse indémodable sur l'esplanade du centre-ville, de l'hôtel de ville jusqu'à la Basilique, puis jusqu'à la salle de la légion d'honneur.



📅 Samedi 11 octobre
15h30 > 16h30

★ Gratuit - Entrée libre

📍 Cinéma l'Écran
Place du Caquet
Saint-Denis

Cinéma Bleu : l'homme qui a vu l'ours qui a vu l'homme

Michel, jeune homme autiste Asperger passionné de poésie, contemple le monde avec une simplicité désarmante. Grégoire, ermite solitaire, a fui sa famille et rêve du héros qu'il aurait voulu être. Malgré la différence d'âge, une amitié fantasque et indéfectible les unit. Quand un cirque voisin annonce la fuite de son ours, les deux amis voient l'occasion d'accueillir dans leur monde un compagnon inattendu : un évadé. | Film suivi d'une collation





© Yann Mambert

PLUS D'INFORMATIONS :

- Sur le site internet de la ville : saintdenis.fr/seniors
- Sur la page facebook de la Ville de Saint-Denis
- Dans le journal municipal Les nOouvelles

Pour recevoir des informations ainsi que le programme par mail inscrivez-vous à notre liste d'envois à la Maison de seniors de Saint-Denis ou au Pôle seniors de Pierrefitte-sur-Seine ou par mail à l'adresse : loisirs-seniors@saintdenis.fr

Nous avons également créé notre page Facebook et Instagram nommée [Loisirs Seniors](#) pour suivre l'actualité des seniors au sein de la Commune nouvelle de Saint-Denis.

