

# PROGRAMME

## LE PRINTEMPS DES SENIORS

MERCREDI 27 MAI  
9H30 - 18H MAIRIE DU 13<sup>e</sup>

### SALLE DES FÊTES

**9h30 - 18h :** Village associatif et institutionnel

#### SCÈNE DE LA SALLE DES FÊTES

**11h et 14h :** Démonstrations de nunchaku par l'ARPE

**11h30 - 13h :** Parties de jeu d'échecs géant avec l'ARPE

### SALLE DU CONSEIL

**10h - 11h30 :** « Comprendre le Nutriscore pour manger le plus équilibré possible », conférence de l'UFC - Que Choisir

**14h - 14h30 :** Présentation de « Mon Espace Santé », espace numérique personnel et sécurisé de l'Assurance Maladie, par le SESAN

**15h - 16h30 :** Présentation de l'offre de services de l'Assurance Retraite Ile-de-France

### ANTICHAMBRE

**9h30 - 18h :** Expo-vente des Clubs Seniors du 13<sup>e</sup>

### SALLE DU FER À CHEVAL

**10h - 12h :** Atelier découverte IA avec les Jardins Numériques

**14h - 15h30 et 16h - 17h30 :** Atelier « Comment sécuriser son matériel informatique (PC et téléphone) » avec les Jardins Numériques

### SALLE D'ATTENTE DES MARIAGES

**10h - 11h et 11h - 12h :** Mini-conférence sur les bienfaits de l'activité physique suivie d'une séance d'activité physique adaptée avec Prévention Retraite Ile-de-France

**15h - 16h30 :** Table-ronde « *bien vieillir dans le logement social* » avec la fédération 75 de la Confédération Nationale du Logement et les bailleurs sociaux de la Ville de Paris

### PARVIS DE LA MAIRIE

**14h - 15h :** Initiation au football en marchant avec l'AFFM - Association Française de Football en Marchant

**14h30 - 15h30 :** Balade à la découverte du patrimoine architectural et de l'histoire du 13<sup>e</sup> arrondissement avec le CQ3, un projet lauréat du Budget Participatif 2024. Départ du parvis de la Mairie à 14h15.

### GALERIE ATHÉNA

**9h30 - 18h :** Exposition multimédia interactive *Issues de femmes des Jardins Numériques*