

Vendredi 18 mai

Sur le temps scolaire

PARC DÉPARTEMENTAL

> **Course contre la faim et marche**
afin de récolter des fonds, organisées
par les collèges en collaboration avec
le service Retraités/santé/handicap.

18h - 20h30

PISCINE MUNICIPALE

> **Soirée Zen**

TOUT PUBLIC

Samedi 19 mai

13h45 - 16h45

> **Visite des potagers**

Départ à La Ferme du Saut du Loup
pour rejoindre les potagers, à proximité.
Conseils et techniques de plantations
(sans engrais ni pesticides) par les
jardiniers.

Informations sur l'alimentation
saine et saisonnière suivie d'un conte
par La Maison du Conte.

14h - 17h

> **Animations autour du sport,
de la relaxation et de la nutrition**

Intervention de Cathy ZALCMAN,
sophrologue.

ESPACE COLLÉGIENS ET ESPACE LYCÉENS

11/17 ANS

Plus d'infos auprès du SMJ : 01 46 87 97 65
contactsmj@ville-chevilly-larue.FR

Dimanche 20 mai

9h - 12h30

PISCINE MUNICIPALE

Temps bien-être en famille

ENTRÉE LIBRE

REMERCIEMENTS

- Le service des sports
 - La Direction de l'Éducation
 - Le service Archives-documentation
 - La Direction de l'Habitat et de l'Aménagement
 - Le Club omnisports l'Élan
 - La Ferme du Saut du Loup
 - La Maison du Conte
 - La Maison pour tous
 - La médiathèque Boris Vian
 - Le Centre de planification et d'éducation familiale (CPEF)
 - L'Association Accueil Écoute Rencontre Adolescents (AERA)
 - Le service des Retraités/Santé/Handicap
 - La Mission locale Bièvre Val-de-Marne
 - Le Club Espoir
 - L'association Main dans la main
- & les établissements scolaires de Chevilly-Larue.

SEMAINE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE

sentez-vous bien

Voire imprimeur agit pour l'environnement - RCS B 622 053 189 - ne pas jeter sur la voie publique

du 14 au 20 mai 2018



Plus d'infos auprès du SMJ > 15, rue Henri Cretté
01 46 87 97 65 - contactsmj@ville-chevilly-larue.fr



Toute la semaine ...

> 10 règles de bon usage des écrans, à appliquer sans modération ...

Un projet élaboré avec les élèves délégués des classes de vie des collèges (CVC), les jeunes du SMJ et les enfants des centres de loisirs.

> Aqua bike

aux heures d'ouverture* de la piscine municipale
104, rue du Lieutenant Petit-Le-Roy > *Plus d'infos sur <http://www.ville-chevilly-larue.fr/>

> 20 minutes de lecture collective ou individuelle dans tous les lieux partenaires de 13h30 à 13h50

Plus d'infos : SMJ : 01 46 87 97 65

> Dégustation de menus spécifiques dans les écoles, les collèges, le lycée et dans le cadre du portage de repas à domicile.

> Testez gratuitement les activités de la section « sport santé » de l'Élan :

Cours collectifs : préparation physique [step-pilates, body barre, remise en forme, relaxation, sports individuels ou collectifs, entraînements cardio training].

Plateau musculation : préparation physique générale ou spécifique [renforcement musculaire, prise de volume musculaire, entraînements fonctionnels, traitement des pathologies].

Coaching personnalisé : perte de masse adipeuse, prise de masse musculaire, réathlétisation.
possibilité de s'inscrire auprès du SMJ dans la limite des places disponibles

En amont de la semaine

Samedi 12 mai

Sortie de la section Cyclotourisme de l'Élan adaptée sport-santé.

Départ à 9 h 30 du restaurant le Marrakech (angle boulevard Mermoz/Général De Gaulle).

Retour 11 h 30.

Plus d'infos : Jacques PAUGET > 06 32 25 70 03

Lundi 14 mai

10h

SERVICE MUNICIPAL DE LA JEUNESSE

> Petit-déjeuner

À destination des partenaires.

Sur le temps scolaire

> **Action de prévention** organisée par l'association OLYMPIO sur le thème "bouc émissaire" auprès des élèves de 5^e du collège Liberté.

Mardi 15 mai

12h - 13h

RDV MÉDIATHÈQUE BORIS VIAN

> Randonnée urbaine

TOUT PUBLIC

14h - 16h

> **Animation du CPEF** (Centre de planification et d'éducation familiale) autour du jeu de cartes "Chemin de parents", avec un groupe de parents de la MPT.

18h30 - 20h30

MÉDIATHÈQUE BORIS VIAN

> Soirée/débat autour de l'utilisation des écrans

animée par Thomas GAON, psychologue au centre Ithaque (Villejuif), spécialiste des addictions aux écrans.

SPÉCIALEMENT POUR LES PARENTS SANS LEURS ENFANTS.

L'OMS (Organisation mondiale de la santé) va déclarer les jeux vidéo comme facteur d'addiction en mai 2018.

Mercredi 16 mai

14h - 17h

CPEF - 70 AVENUE FRANKLIN ROOSEVELT

> Portes ouvertes au CPEF autour de la santé affective et sexuelle

15h - 17h

MÉDIATHÈQUE BORIS VIAN

> RDV ados autour du e-sport* et sieste musicale

*Tournoi de Wifleet & kinect

16h - 18h30

PISCINE MUNICIPALE

> Temps bien-être en famille

ENTRÉE LIBRE

Toute la journée

POUR LES ENFANTS DES CENTRES DE LOISIRS

> **Sensibilisation sur l'usage des écrans** avec pour support "Les 4 temps sans écrans = 4 pas pour mieux avancer".

Jeudi 17 mai

Sur le temps scolaire

> **Groupe de parole sur l'estime de soi** encadré par l'Association Accueil Écoute Rencontre Adolescents (AERA) auprès des collégiens.

(SOUS RÉSERVE)

> **Spectacle autour de l'addiction aux écrans** par la Cie Olympio dans le cadre des temps d'activités périscolaires.

(SOUS RÉSERVE)

Intervention de Cathy ZALCMAN, sophrologue et relaxologue auprès des élèves de 3^e du collège Liberté.