



CALVADOS

EURE

MANCHE

ORNE

SEINE MARITIME

L'ASEPT NORMANDIE SUR LE TERRAIN

Programme des actions séniors

MAI 2024



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à consulter notre site Internet : www.asept-normandie.fr
ou à nous contacter au **02 31 25 38 31** si cela concerne nos actions de Basse-Normandie
ou au **02 32 98 72 00** pour celles de la Haute-Normandie



EURE

Les actions proposées par l'ASEPT Normandie sont ouvertes aux seniors retraités de 55 ans et plus, quel que soit leur régime de retraite ou d'assurance maladie. Intégralement financées par le biais de subventions, ces actions sont offertes aux retraités.

| | | | |
|--|---|--|---|
| LIEUREY 7 mai 2024 10h00 | Conférence "Le sommeil, c'est la santé !" 6 séances de sophrologie d'1h les jeudis 16/05, 23/05, 30/05 et les mardis 21/05, 28/05, 04/06/24 | Salle Polyvalente Place de la Mairie | Inscriptions auprès du CLIC Plateau Ouest au 02 32 41 76 74 ou par mail clic-ouest@eure.fr |
| CONCHES EN OUCHE 13 mai 2024 14h30 | Théâtre débat "Une nouvelle saison" Spectacle d'1h | Salle Jean-Pierre Bacri 14 rue Jacques Villon | Inscriptions auprès de la Com Com du Pays de Conches au 02 32 30 31 09 ou au 06 15 68 37 39 ou par mail à vincent.pozo@conchesenouche.com |
| BOURNEVILLE STE CROIX 14 mai 2024 14h00 | Conférence "Les 1ers gestes qui sauvent" 2 séances de 3h30 les mardis 28/05 et 04/06/24 | Conciergerie La Solid'Eure 6 grande rue | Inscriptions auprès de la Conciergerie La Solid'Eure au 09 72 51 22 00 ou par mail à lasolid.eure@gmail.com |
| PONT AUDEMER 14 mai 2024 14h00 | Conférence "Rythme, bien-être et santé" 2 séances d'2h les mardis 28/05 et 04/06/24 | 1er étage de la Salle de la Risle 13 rue des Carmes | Inscriptions auprès du CCAS de Pont-Audemer au 02 32 42 35 03 ou par mail à ccasepontaudemer.fr |
| LOUVIERS 17 mai 2024 10h00 | Conférence "Prévention des accidents domestiques" 2 séances de 3h les mardis 04/06 et 11/06/24 | Résidence du Parc 35 rue Massacre | Inscriptions auprès du Pôle Séniors de Louviers au 02 32 50 94 21 |
| | | | |

SEINE MARITIME

Les actions proposées par l'ASEPT Normandie sont ouvertes aux seniors retraités de 55 ans et plus, quel que soit leur régime de retraite ou d'assurance maladie. Intégralement financées par le biais de subventions, ces actions sont offertes aux retraités.

| | | | |
|--|--|--|---|
| FECAMP 2 mai 2024 14h30 | Conférence "Prévention des accidents domestiques" 2 séances de 3h le jeudi 23/05 et le mercredi 05/06/24 | Résidence Gaston Marest 27 rue Renelles | Inscription auprès du CCAS de Fécamp au 02 35 10 60 64 |
| LE HAVRE 3 mai 2024 14h00 | Conférence "Le sommeil, c'est la santé !" 3 séances de sophrologie d'1h le vendredi 10/05 et les mercredis 15/05, 22/05/24 | Pôle Simone Veil 3 parvis Simone Veil | Inscriptions auprès de la Maison Dahlia au 02 35 44 97 28 ou par mail à lamaisondahlia@lehavre.fr |
| BLANGY SUR BRESLE 17 mai 2024 10h00 | Atelier numérique "Ma retraite connectée" 8 séances de 2h tous les vendredis du 17/05 au 05/07/24 | Centre Social l'Atelier 18 rue du Brianchon | Inscriptions auprès du Centre Social l'Atelier au 02 32 97 12 64 ou par mail à animations.latelier@outlook.fr |
| FERRIERES EN BRAY 21 mai 2024 14h00 | Conférence "Mémoire tonique" 4 séances de 2h les mardis 04/06, 11/06, 18/06 et 25/06/24 | Salle les Valembours Route de Songeons | Inscriptions auprès de la Mairie Ferrières en Bray (sauf le mercredi après-midi) au 02 35 90 02 81 |
| | | | |
| | | | |