



CALVADOS

EURE

MANCHE

ORNE

SEINE MARITIME

L'ASEPT NORMANDIE SUR LE TERRAIN

Programme des actions séniors

FÉVRIER 2025



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



☎ Départements 14, 50 et 61 : **02 31 25 38 89**

☎ Départements 27 et 76 : **02 35 12 71 52**

✉ **contact@aseptnormandie.fr**

🌐 **www.asept-normandie.fr**

🌐 **www.pourbienvieillir.fr**

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.

ST AUBIN SUR GAILLON 21 janvier 2025 14h30	Théâtre débat "Une nouvelle saison" Spectacle d'1h	Salle des Fêtes 1 rue des Motelles	Inscriptions auprès de la Mairie de St Aubin Sur Gaillon au 02 32 53 02 62 ou par mail à mairie@staubin27.fr
BERNAY 27 février 2025 10h00	Atelier "Socio esthétique" 6 séances de 2h les jeudis 27/02, 06/03, 13/03, 20/03, 27/03 et 03/04/25	(Adresse à venir)	Inscriptions auprès du CCAS de Bernay au 02 32 46 63 16 ou par mail à ccasebernay27.fr
LE NEUBOURG 27 février 2025 14h00	Conférence "Mémoire tonique" Suivie de 4 séances de 2h les mardis 04/03, 18/03 et jeudis 13/03, 27/03/25	Salle du Haut Phare Rue Jean de la Fontaine	Renseignements auprès de l'Association Inter Séniors du Neubourg par mail à christine.fossardeorange.fr
MESNILS SUR ITON 1er avril 2025 14h30	Théâtre débat "Mathilde, Jacques et les autres" Spectacle d'1h	Salle des Fêtes Place de Général de Gaulle	Inscriptions auprès du CCAS de Mesnils Sur Iton au 02 32 34 50 37 ou par mail à ccas@mesnils-sur-iton.fr

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.

QUINCAMPOIX 21 janvier 2025 14h30	Conférence "Mémoire tonique" Suivie de 4 séances de 2h les mardis 28/01, 04/02, 25/02 et 11/03/25	Salle des Fêtes Jean-Baptiste Jouanne 2560 route de Neufchâtel	Inscriptions auprès de la Mairie de Quincampoix au 02 35 34 70 15
MOLAGNIES 22 janvier 2025 14h30	Conférence "Mémoire tonique" Suivie de 4 séances de 2h les mercredis 05/02, 12/03, 02/04 et 23/04/25	Salle Communale Rue de l'Eglise	Inscriptions auprès de la Présidente de l'Association Joie de Vivre de Molagnies au 06 43 10 78 11
GONFREVILLE L'ORCHER 30 janvier 2025 14h00	Atelier "Socio esthétique" 6 séances de 2h les jeudis 30/01, 06/02, 27/02, 06/03, 20/03, 27/03/25	Résidence de l'Estuaire 143 route d'Orcher	Inscriptions auprès du CCAS de Gonfreville l'Orcher au 02 35 47 73 34
ROUEN 6 février 2025 14h00	Conférence "Les lers gestes qui sauvent" Suivie de 2 séances de 3h30 le vendredi 28/03 et le mardi 01/04/25	Maison des Associations 11 avenue Pasteur	Inscriptions auprès de la Maison des Aînés de Rouen au 02 32 08 60 80
ST MARTIN DE L'IF 24 février 2025 14h00	Conférence "Les lers gestes qui sauvent" Suivie de 2 séances de 3h30 les mardis 11/03 et 25/03/25	(Adresse à venir)	(Modalités d'inscriptions à venir)
SAHURS 28 février 2025 10h00	Conférence "Mémoire tonique" Suivie de 4 séances de 2h les vendredis 07/03, 14/03, 21/03 et 04/04/25	(Adresse à venir)	(Modalités d'inscriptions à venir)

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.

DIEPPE 3 mars 2025 16h00	Atelier d'initiation à la "Danse en ligne" 12 séances d'1h tous les lundis du 03/03 au 02/06/25 (Hors vacances scolaires)	Salle Maurice Levasseur Square Leroux	Inscriptions auprès de de Mme Marchand de l'Union Nationale Des Retraites et Personnes Agées au 06 75 74 53 42
GRANDCOURT 4 mars 2025 14h00	Conférence "Mémoire tonique" Suivie de 4 séances de 2h les mardis 18/03, 25/03, 01/04 et 08/04/25	Foyer Rural Route de Dieppe	(Modalités d'inscriptions à venir)
QUINCAMPOIX 10 mars 2025 14h00	Atelier d'initiation à la "Self défense" 12 séances d'1h tous les lundis du 10/03 au 23/06/25 (Hors vacances scolaires)	Salle des Fêtes Jean-Baptiste Jouanne 2560 route de Neufchâtel	Inscriptions auprès de la Mairie de Quincampoix au 02 35 34 70 15