

L'ASEPT NORMANDIE SUR LE TERRAIN 2023 CALVADOS 14

**ATTENTION : CONDITIONS D'ACCUEIL SOUMISES AUX RESTRICTIONS SANITAIRES EN VIGUEUR
et les inscriptions préalables sont souhaitables pour certaines actions.
Merci de votre compréhension.**

En date du **30/01/2023**

DATE	LIEU (Nouvelle Commune)	ADRESSE	THEME
2023			
31/01/2023 14h	SAINT DESIR Renseignements auprès du CLIC Pays d'Auge Sud au 02 14 47 54 20 ou de l'ASEPT Normandie au 02 31 25 38 89	Salle St Clair Route de Falaise	Conférence "Equilibre et vous" Suivie de 12 séances d'1h de "Gym Equilibre" les mardis du 07/02 au 25/04/23
Du 02/02 au 06/04/23 Les jeudis 10h-12h Groupe 2	LA VESPIERE FIARDEL Inscriptions auprès du CLIC Pays d'auge Sud au 02 14 47 54 20 ou clicpaysdaugesud@calvados.fr	Salle Annexée à la Mairie 65 rue de Mervilly LA VESPIERE	Ateliers "Initiation au numérique" 8 séances les jeudis du 02/02 au 06/04/23
Du 02/02 au 06/04/23 Les jeudis 14h-16h	HERMIVAL LES VAUX Inscriptions auprès de la Mairie de Hermival au 02 31 62 23 57	Salle face à la Mairie	Ateliers "Initiation au numérique" 8 séances les jeudis du 02/02 au 06/04/23
06/02/2023 14h	LE TRONQUAY Inscriptions auprès du CLIC du Bessin au 02 31 51 10 72 ou clicbessin@calvados.fr	Salle des Fêtes Le Bourg Face à la Mairie	Conférence "Entraîner sa mémoire tout en prenant plaisir" Suivie de 3 séances les lundis 27/02, 06/03 et 13/03/23
Du 28/02 au 02/05/23 Les mardis 9h45	TOUQUES Inscriptions auprès du CLIC Pays d'Auge Nord au 02 31 65 38 71 <u>avant le 07/02/2023</u>	Salle du Lavoir Située Parking du Lavoir Derrière la Maison des Touquais Rue de la Poste	Ateliers "Initiation au numérique" 8 séances le mardis du 28/02 au 02/05/23
Du 02/03 au 01/06/23 Les jeudis 15h	NOUES DE SIENNE Renseignements auprès de l'ASEPT Normandie 02 31 25 38 89	Ecole de Danse et de Musique Rue du Vieux Pressoir SAINT SEVER	Ateliers "Danse de salon" 12 séances d'1h les jeudis du 02/03 au 01/06/23
Du 03/03 au 02/06/23 Les vendredis 15h	CARPIQUET Renseignements auprès de l'ASEPT Normandie 02 31 25 38 89	Espace Athéna Salle Apollon Avenue Charles de Gaulle	Ateliers "Danse de salon" 12 séances d'1h les vendredis du 03/03 au 02/06/23

L'ASEPT NORMANDIE SUR LE TERRAIN 2023
CALVADOS 14

<u>DATE</u>	<u>LIEU</u> (Nouvelle Commune)	<u>ADRESSE</u>	<u>THEME</u>
07/03/2023 14h	BENOUVILLE <u>Renseignements</u> auprès de la Mairie au 02 31 44 62 01	Salle Polyvalente Rue du Grand Clos	<i>Conférence "Mémoire tonique"</i> <i>Suivie de 4 séances les mardis 28/03, 04/04, 12/04 et 18/04/23</i>
09/03/2023 14h	LIVAROT PAYS D'AUGE <u>Sur Inscription</u> auprès du CLIC Pays d'auge Sud au 02 14 47 54 20 ou clicpaysdaugesud@calvados.fr	Recherche de salle en cours LIVAROT	<i>Pièce de théâtre (Troupe professionnelle)</i> <i>"Une Nouvelle Saison"</i>
27/03/2023 14h	NOUES DE SIENNE <u>Inscriptions</u> auprès du CLIC du Bocage au 02 14 47 52 80 ou du Point Info 14 au 02 31 09 27 76	Salle Multiactivités du Pôle Socio Culturel Place du Champ de Foire SAINT SEVER	<i>Conférence "Les 1ers gestes qui sauvent"</i> <i>Suivie de 2 séances le mardi 03/04 et vendredi 14/04/23</i>
11/04/2023 14h30	EVRECY <u>Renseignements</u> auprès de l'association SOLIHA au 06 37 59 10 96 ou l'ASEPT Normandie au 02 31 25 38 89	Salle de Justice Mairie d'Evrecy 1 place du Général de Gaulle	<i>Conférence "Bien chez soi"</i> <i>Suivie de 3 séances les mardis 09/05, 16/05 et 23/05/23</i>
12/04/2023 14h	CONDE EN NORMANDIE <u>Renseignements</u> auprès de l'ASEPT Normandie au 02 31 25 38 89	Salle des Commissions 1er Etage Mairie Place de l'Hôtel de Ville	<i>Conférence "Prévention routière"</i> <i>Suivie de 2 séances les mercredis 03/05 et 10/05/23</i>
Du 13/04 au 15/06/23 Les jeudis 10h	HEAUVILLE <u>Inscriptions</u> auprès de la Mairie au 02 33 04 58 92 <u>avant le 13/03/23</u>	Salle du Jardin de la Mairie 2 place de la Mairie	<i>Ateliers "Initiation au numérique"</i> <i>8 séances les jeudis du 13/04 au 15/06/23</i>
13/04/2023 14h30	HEROUVILLE ST CLAIR <u>Renseignements</u> auprès de l'ASEPT Normandie au 02 31 25 38 89	Pole Séniors 504 Le Val	<i>Conférence "Séniors, soyez acteur de votre santé"</i> <i>Suivie de 6 séances (dates à définir)</i>

Siège : Bâtiment MSA
37 rue de Maltot 14000 CAEN
02 31 25 38 81 - contact@aseptnormandie.fr

Antenne : Bâtiment MSA
Cité de l'agriculture 76280 BOIS-GUILLAUME
02 32 98 72 00 - contact@aseptnormandie.fr



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



L'ASEPT NORMANDIE SUR LE TERRAIN 2023

EURE 27

ATTENTION : CONDITIONS D'ACCUEIL SOUMISES AUX RESTRICTIONS SANITAIRES EN VIGUEUR
et les inscriptions préalables sont souhaitables pour certaines actions.
Merci de votre compréhension.

En date du **30/01/2023**

DATE	LIEU (Nouvelle Commune)	ADRESSE	THEME
2023			
06/02/2023 10h	LE VAL D'HAZEY Inscriptions au 02 79 29 00 55	Résidence Edmond Bliard 43 All. Simone Signoret	Conférence "Sommeil entre veille et éveil" Suivie de 2 séances d'1h de SOPHROLOGIE les lundis 27/02 et 06/03/23
28/02/2023 14h	DRUCOURT Inscriptions auprès du Clic Ouest de l'Eure au 02 32 41 76 74	Salle des Fêtes 5 bis place du Commandant Mesnil	Conférence "Prévention routière" Suivie de 2 séances les mardis 07/03 et 14/03/23
06/03/2023 14h	BOURGTHEROULDE Inscriptions auprès du Clic Ouest de l'Eure au 02 32 41 76 74	Centre Gilbert Martin Route d'Elbeuf	Conférence "Sommeil entre veille et éveil" Suivie de 2 séances d'1h de SOPHROLOGIE les lundis 20/03 et 27/03/23
07/03/2023 14h	LOUVIERS Inscriptions auprès du Pôle Sénior au 02 02 50 94 21	Salle du Clos Morlet Rue Alexandre Dumas	Conférence "Bien chez soi" Suivie de 3 séances les mardis 21/03, 28/03 et 04/04/23
09/03/2023 14h	BRIONNE Inscriptions auprès de l'ASEPT Normandie au 02 35 12 71 52	Salle de la Gare Place de la Gare	Conférence "Mémoire tonique" Suivie de 4 séances les jeudis 23/03, 30/03, 06/04 et 13/04/23
17/03/2023 14h	BOURNEVILLE STE CROIX Inscriptions auprès de la Conciergerie La Solid'Eure au 09 72 51 22 00 ou au 06 09 35 30 52 ou lasolid.eure@gmail.com	Conciergerie de Village La Solid'Eure 6 Grande Rue Bourneville	Conférence "Nutrition" Suivie de 2 séances les vendredis 24/03 et 31/03/23
20/03/2023 14h	BERNAY Sans inscriptions préalables	Maison des Associations Espace Marie-Louise Hémet 8 rue Jacques Philippe Bréant	Théâtre forum (Troupe professionnelle) "Encore bien acteurs"

L'ASEPT NORMANDIE SUR LE TERRAIN 2023
EURE 27

<u>DATE</u>	<u>LIEU</u> <u>(Nouvelle Commune)</u>	<u>ADRESSE</u>	<u>THEME</u>
04/04/2023 14h	DAMVILLE / MESNILS SUR ITON Sans inscriptions préalables	Salle des Fêtes de Damville Place du Général de Gaulle	<i>Pièce de théâtre (Troupe professionnelle)</i> <i>"Qu'est-ce qu'on attend pour être vieux !"</i>

Siège : Bâtiment MSA
37 rue de Maltot 14000 CAEN
02 31 25 38 31 - contact@aseptnormandie.fr

Antenne : Bâtiment MSA
Cité de l'agriculture 76230 BOIS-GUILLAUME
02 32 98 72 00 - contact@aseptnormandie.fr

L'ASEPT NORMANDIE SUR LE TERRAIN 2023
MANCHE 50

ATTENTION : CONDITIONS D'ACCUEIL SOUMISES AUX RESTRICTIONS SANITAIRES EN VIGUEUR
et les inscriptions préalables sont souhaitables pour certaines actions.
Merci de votre compréhension.

En date du **30/01/2023**

DATE	LIEU (Nouvelle Commune)	ADRESSE	THEME
2023			
02/03/2023 14h	LA HAGUE Renseignements auprès de la MSP de La Hague au 02 33 01 83 90	Salle des Expositions 8 rue de la Mare Boineau JOBOURG	Conférence "Séniors, soyez acteur de votre santé" <i>Suivie de 6 séances les jeudis du 23/03 au 11/05/23 (hors vacances scolaires)</i>
Du 03/03 au 05/05/23 Les vendredis 9h45-11h45 <i>Groupe 4</i>	SAINT JAMES Inscriptions auprès du CCAS de Saint James / Marion Lejeune au 06 87 37 00 02 ou marion.lejeune@mairie-stjames.com	Espace Publique Numérique 7 Rue Willy Stein	Ateliers "Initiation au numérique" <i>8 séances les vendredis du 03/03 au 05/05/23</i>
Du 03/03 au 05/05/23 Les vendredis 13h30-15h30 <i>Groupe 5</i>	SAINT JAMES Inscriptions auprès du CCAS de Saint James / Marion Lejeune au 06 87 37 00 02 ou marion.lejeune@mairie-stjames.com	Espace Publique Numérique 7 Rue Willy Stein	Ateliers "Initiation au numérique" <i>8 séances les vendredis du 03/03 au 05/05/23</i>
09/03/2023 (à définir)	CHERBOURG EN COTENTIN Inscriptions auprès du Centre Communal d'Action Sociale Yveline René au 02 33 87 87 20	Recherche de salle en cours	Conférence "Mémoire tonique" <i>Suivie de 4 séances les 16/03 et 23/03, à 14h et les 17/03 et 24/03/23, à 10h</i>
Du 13/03 au 29/05/23 Les lundis 9h45-11h45 <i>Groupe 6</i>	SAINT JAMES Inscriptions auprès du CCAS de Saint James / Marion Lejeune au 06 87 37 00 02 ou marion.lejeune@mairie-stjames.com	Espace Publique Numérique 7 Rue Willy Stein	Ateliers "Initiation au numérique" <i>8 séances les lundis du 13/03 au 29/05/23</i>
Du 13/04 au 15/06/23 Les jeudis 10h	HEAUVILLE Inscriptions auprès de la Mairie au 02 33 04 58 92 <u>avant le 13/03/23</u>	Salle du Jardin, Mairie 2 place de la Mairie	Ateliers "Initiation au numérique" <i>8 séances les jeudis du 13/04 au 15/06/23</i>
21/04/2023 14h	AVRANCHES Inscriptions auprès du Centre L'Esc'Halles au 02 33 79 39 40	Salle Ernest Lenoël 24 Place du Marché	Théâtre forum (Troupe professionnelle) "Encore bien acteurs !"

Siège : Bâtiment MSA
37 rue de Maltot 14000 CAEN
02 31 25 38 31 - contact@aseptnormandie.fr

Antenne : Bâtiment MSA
Cité de l'agriculture 76230 BOIS-GUILLAUME
02 32 98 72 00 - contact@aseptnormandie.fr



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



Avec le concours financier de la CNSA dans le cadre des conférences des financeurs de la perte d'autonomie des personnes âgées du Cotentin, de la Manche, de l'Orne, de l'Eure et de la Seine-Maritime.

L'ASEPT NORMANDIE SUR LE TERRAIN 2023 ORNE 61

**ATTENTION : CONDITIONS D'ACCUEIL SOUMISES AUX RESTRICTIONS SANITAIRES EN VIGUEUR
et les inscriptions préalables sont souhaitables pour certaines actions.
Merci de votre compréhension.**

En date du **30/01/2023**

DATE	LIEU (Nouvelle Commune)	ADRESSE	THEME
2023			
07/02/2023 14h30	LE MELE SUR SARTHE Renseignements auprès de la Mairie Le Méle au 02 33 81 21 91	Salle Daniel Rouault 46 Grande Rue	<i>Pièce de théâtre (Troupe professionnelle) "Une nouvelle saison"</i>
27/02/2023 14h	ARGENTAN Inscriptions auprès de la Maison du Citoyen au 02 33 36 85 84	La Maison du Citoyen 1 rue des Prevenches	<i>Conférence "Sommeil entre veille et éveil" Suivie de 2 séances d'1h de SOPHROLOGIE les lundis 06/03 et 13/03/23</i>
Du 07/03 au 06/06/23 Les mardis 14h	SEES Inscriptions auprès du CCAS de Sées au 02 33 81 79 71 (uniquement les lundis et mardis toute la journée et le mercredi matin)	Foyer Municipal Rue Charles Forget	<i>Ateliers "Danse de salon et Danse en ligne" 12 séances d'1h</i>
Du 13/03 au 22/05/23 Les mardis 10h	CHAMPSECRET Inscriptions auprès de la Mairie de Champsecret au 02 33 30 40 16 <u>avant le 01/03/23</u> & Informations auprès du CCAS au 02 33 64 66 13	Salle du Conseil de la Mairie 5 rue Albert Christophe	<i>Atelier "Initiation au numérique" 8 séances</i>
15/03/2023 14h	LA FERTE MACE Inscriptions recommandées auprès du Centre Socio Culturel au 02 33 14 14 83	Centre Socio Culturel 14 rue Pasteur	<i>Conférence "Les 1ers gestes qui sauvent" Suivie de 2 séances le mardi 21/03 et le jeudi 30/03/23</i>
17/03/2023 14h	RAI Inscriptions recommandées auprès du Pôle d'Animation Pierre Sevin au 02 33 84 82 93	Pôle Animation Pierre Sévin Route de Saint-Symphorien	<i>Conférence "Sommeil entre veille et éveil" Suivie de 2 séances d'1h de SOPHROLOGIE les vendredis 24/03 et 31/03/23</i>
Du 21/03 au 23/05/23 Les mardis 10h	CHAMPSECRET Inscriptions auprès de la Mairie de Champsecret au 02 33 30 40 16 <u>avant le 01/03/23</u>	Salle du Conseil de la Mairie 5 rue Albert Christophe	<i>Atelier "Initiation au numérique" 8 séances</i>

L'ASEPT NORMANDIE SUR LE TERRAIN 2023
ORNE 61

<u>DATE</u>	<u>LIEU</u> (Nouvelle Commune)	<u>ADRESSE</u>	<u>THEME</u>
Du 21/03 au 23/05/23 Les mardis 14h	LE MELE SUR SARTHE <u>Inscriptions</u> auprès de la Mairie du Mêle sur Sarthe au 02 33 81 21 91 <u>avant le 01/03/23</u>	Salle du Conseil Municipal de la Mairie 21 rue de Libcany	Atelier "Initiation au numérique" 8 séances
21/03/2023 2 horaires d'arrivée possible 13h30 ou 15h30	FLERS <u>Renseignements</u> auprès du CDOS au 06 02 42 63 28	Halle des Sports rue Joseph Morin	1/2 journée découverte "activité physique adaptée" Différents sports à découvrir : marche nordique, gym douce, karaté self défense, tennis de table, etc.
12/04/2023 14h	LA FERTE MACE <u>Inscription recommandées</u> auprès du Centre Socio Culturel au 02 33 14 14 83	Centre Socio Culturel 14 rue Pasteur	Conférence "Prévention des accidents domestiques" Suivie de 2 séances les lundis 17/04 et 24/04/23
22/05/2023 14h30	L'AIGLE <u>Inscriptions</u> auprès du CIAS Pays de l'Aigle au 06 17 67 58 36	Recherche de salle en cours	Conférence "Bien chez soi" Suivie de 3 séances les lundis 05/06, 12/06 et 19/06/23 (14h à 17h)

Siège : Bâtiment MSA
37 rue de Maltot 14000 CAEN
02 31 25 38 31 - contact@aseptnormandie.fr

Antenne : Bâtiment MSA
Cité de l'agriculture 76230 BOIS-GUILLAUME
02 32 98 72 00 - contact@aseptnormandie.fr

L'ASEPT NORMANDIE SUR LE TERRAIN 2023
SEINE MARITIME 76

ATTENTION : CONDITIONS D'ACCUEIL SOUMISES AUX RESTRICTIONS SANITAIRES EN VIGUEUR
et les inscriptions préalables sont souhaitables pour certaines actions.
Merci de votre compréhension.

En date du **30/01/2023**

DATE	LIEU (Nouvelle Commune)	ADRESSE	THEME
2023			
06/02/2023 14h30	CANTELEU Inscriptions auprès du CCAS (Mme. Salaün) au : 02 35 15 45 85 ou par mail à : c-salaun@ville-canteleu.fr	Mairie de Canteleu Place Jean Jaurès	Conférence "Séniors, soyez acteur de votre santé" <i>Suivie de 6 séances les lundis du 27/02 au 03/04/23</i>
07/02/2023 10h	ST MARTIN DE L'IF Renseignements auprès de la Communauté de Communes au 02 35 56 14 14	RPA de Fréville "La Roseaie" 60 rue de Croix-Mare	Conférence "PEPS Eurêka" <i>Suivie de 10 séances lesmardis du 07/03 au 23/05/23 (hors vacances scolaires)</i>
06/02/2023 14h	ISNEAUVILLE Inscriptions auprès du CLIC Seniors du Plateau Nord au 02 32 10 27 80 ou clic.seniors@yahoo.fr	Salle des Fêtes Place Cramilly	Conférence "Séniors, soyez acteur de votre santé" <i>Suivie de 6 séances les lundis du 16/03 au 04/05/23 (hors vacances scolaires)</i>
03/03/2023 14h	LE HAVRE Inscriptions auprès de la Maison Dahlia au 02 35 44 97 28	La Maison Dahlia 70 avenue Paul Verlaine (Tram B / Direction Pré Fleuri / Arrêt Curie)	Conférence "Prévention des accidents domestiques" <i>Suivie de 2 séances les vendredis 24/03 et 31/03/23</i>
06/03/2023 14h	OCTEVILLE SUR MER Inscriptions auprès de Mme DONNET au 06 43 98 79 70	Salle Ventoux 4 avenue Michel Adam	Conférence "Les 1ers gestes qui sauvent" <i>Suivie de 2 séances les lundis 20/03 et 27/03/23</i>
Du 07/03 au 06/06/23 Les mardis 16h15	EU Inscriptions auprès de l'Espace O2s au 02 35 50 53 60 ou o2s@villes-sœurs.fr	O2s Sport Santé Bien être 49 route de Mancheville	Ateliers "Danse solo chorégraphiée et Danse en couple" <i>12 séances d'1h</i>
08/03/2023 10h	LE TRAIT Inscriptions auprès du CCAS du Trait au 02 35 37 49 53 au 02 31 51 10 72 ou clicbessin@calvados.fr	Recherche de salle en cours	Conférence "Entraîner sa mémoire tout en prenant plaisir" <i>Suivie de 3 séances les mercredis 22/03, 29/03 et 05/04/23</i>

L'ASEPT NORMANDIE SUR LE TERRAIN 2023
SEINE MARITIME 76

<u>DATE</u>	<u>LIEU</u> <u>(Nouvelle Commune)</u>	<u>ADRESSE</u>	<u>THEME</u>
08/03/2023 14h	<u>ROUEN</u> <u>Inscriptions</u> auprès de la Maison des Aînés au 02 32 08 60 80 ou clic@rouen.fr	Maison des Associations 11 avenue Pasteur	<i>Conférence "Les 1ers gestes qui sauvent"</i> <i>Suivie de 2 séances les mercredis 22/03 et 29/03/23</i>
09/03/2023 14h	<u>GONFREVILLE L'ORCHER</u> <u>Inscriptions</u> au 02 35 47 73 34 ou directement à la Résidence de l'Estuaire (125 route d'Orcher - 76700, Gonfreville l'Orcher)	Salle des Fêtes Arthur Fleury 33 rue Maurice Thorez	<i>Conférence "Nutrition"</i> <i>Suivie de 2 séances les jeudis 16/03 et 23/03/23</i>
Du 10/03 au 02/06/23 Les vendredis 15h	<u>MONT ST AIGNAN</u> <u>Inscriptions</u> auprès de l'ASEPT Normandie au 02 32 98 72 23	ASRUC 37 Rue de la Croix Vaubois	<i>Ateliers "Soft rugby"</i> <i>12 séances d'1h</i>
16/03/2023 14h	<u>BOIS HIMONT</u> <u>Inscriptions</u> auprès de la Communauté de Communes d'Yvetôt Normandie au 02 35 56 14 14	Salle de la Mairie 94 rue de la Pierre Noire	<i>Conférence "Prévention des accidents domestiques"</i> <i>Suivie de 2 séances le mardi 28/03 et jeudi 06/04/23</i>
16/03/2023 10h	<u>HAUTOT LE VATOIS</u> <u>Inscriptions</u> auprès de la Communauté de Communes d'Yvetôt Normandie au 02 35 56 14 14	Salle Polyvalente 102 route d'Yvetôt	<i>Conférence "Equilibre et vous"</i> <i>Suivie de 12 séances d'1h de "Gym Equilibre" les jeudis du 23/03 au 29/06/23</i>
21/03/2023 14h	<u>HOUPEVILLE</u> <u>Inscriptions</u> auprès du CLIC Seniors du Plateau Nord au 02 32 10 27 80 ou clic.seniors@yahoo.fr	Salle des Associations (Derrière la Mairie) Rue du Bon Vent	<i>Conférence "Nutrition"</i> <i>Suivie de 2 séances les mardis 28/03 et 04/04/23</i>
24/03/2023 14h	<u>AMFREVILLE LA MIVOIE</u> <u>Inscriptions</u> auprès du CLIC Plateau Est au 02 35 65 02 68 ou clicplateauest@gmail.com	Centre Culturel Simone Signoret 30 rue Jean Binard	<i>Pièce de théâtre (Troupe professionnelle)</i> <i>"Qu'est-ce qu'on attend pour être vieux !"</i>
05/04/2023 Les mercredis 14h	<u>DARNETAL</u> <u>Inscriptions</u> au 06 61 30 31 50	Résidence La Belle Etoile 1 rue des Belges	<i>Ateliers "Ma retraite connectée"</i> <i>8 séances les mercredis du 05/04 au 24/05/23</i>

Siège : Bâtiment MSA
37 rue de Maltot 14000 CAEN
02 31 25 38 31 - contact@aseptnormandie.fr

Antenne : Bâtiment MSA
Cité de l'agriculture 76230 BOIS-GUILLAUME
02 32 98 72 00 - contact@aseptnormandie.fr



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



Avec le concours financier de la CNSA dans le cadre des conférences des financeurs de la perte d'autonomie des personnes âgées du Calvados, de la Manche, de l'Orne, de l'Eure et de la Seine-Maritime.