

L'AGENDA des seniors

Programme trimestriel

ÉTÉ 2024

JUILLET À SEPTEMBRE

Communauté de Communes



| www.cocm.fr

ANIM' seniors

Temps de convivialité
autour d'activités d'aiguilles,
jeux de société, bricolage...
Mais aussi pour échanger
de l'information.

JUILLET

Mardi 23 juillet de 14 h 30 à 16 h 30

Salle des fêtes de Coigny (Montsenelle)

Mardi 30 juillet de 14 h 30 à 16 h 30

N°1 le Bourg, à côté de la mairie de Saint-Germain-sur-Sèves

Mercredi 31 juillet de 14 h 30 à 16 h 30

Parking de la salle communale de Saint-Patrice-de-Claids

AOÛT

Mardi 6 août de 14 h 30 à 16 h 30

Salle de réunion de la mairie du Plessis-Lastelle

Mardi 13 août de 14 h 30 à 16 h 30

Salle Léopold Marie à Geffosses

Mardi 20 août de 14 h 30 à 16 h 30

Mairie de Surville (La Haye)

SEPTEMBRE

Jeudi 12 septembre de 14 h 30 à 16 h 30

Salles des fêtes de Bretteville-sur-Ay

Mardi 17 septembre de 14 h 30 à 16 h 30

Salle polyvalente dans le bourg de Varengebec

Mercredi 25 septembre de 14 h 30 à 16 h 30

Salle de convivialité d'Auxais



Encore plus d'animations !



Ciné seniors

Prix de la séance : 5 €

Cinéma de Pirou : 2 vendredis par mois à 14 h 30

Transport possible. Renseignements : 02 33 46 72 35 / 02 33 46 66 09

Cinéma de La Haye : tous les mardis à 15 h (sauf le 10/09)

Goûter à l'issue de la projection du 9 juillet avec le SAG de La Haye

Ateliers mémoire

De retour en septembre. Un vendredi par mois.

La Haye : contacter le CLIC des Marais (02 33 42 17 60)

Lessay : contacter la Maison du Pays de Lessay (02 33 46 84 69)

Périers : contacter Mme ANGER (06 83 96 09 02)



Animations diverses

Party Ludo : animations autour du jeu ouvertes à tous

Samedis 6 juillet et 12 septembre - 14h à 18h - Ludothèque à Périers (4 place du Fairage). Gratuit. Entrée libre. Infos sur cocm.fr

Bien-être et cuisine (ateliers mensuels du CLIC des Marais)

Montsenelle et Saint-Sébastien-de-Raids. Inscriptions : 02 33 42 17 60

« Les premiers gestes qui sauvent » (cycle de 3 ateliers)

Lundi 30 septembre à Lessay. Inscription : 02 33 46 84 69

Prévention des accidents domestiques (cycle de 3 ateliers)

Vendredi 20 septembre - 14h à 16h : réunion d'information
Médiathèque de La Haye, 5 rue de la Libération. Inscription : 02 33 76 50 95

Prévention santé (stands d'information, tests de santé, dépistage...)

Jeudi 26 septembre à la salle Mandela de Périers.

Renseignements : 02 33 76 50 95

Fêtons les 30 ans de la Maison du Pays de Lessay

Du 15 au 20 juillet. Demandez le programme : 02 33 46 84 69

« Made-laine » : à vos aiguilles !

Les « made-laine » sont des manchons sensoriels destinés à réchauffer les mains et à apaiser les personnes âgées souffrant de troubles cognitifs. Des groupes se réunissent sûrement près de chez vous : rejoignez le mouvement ! **Contact : 03 33 76 50 95**



RENSEIGNEMENTS INSCRIPTIONS AIDE AU TRANSPORT

Vous souhaitez participer
à une activité mais n'avez pas
de solution de mobilité pour vous
y rendre ?

Vous voulez en savoir plus
sur les animations proposées ?

Contactez Stéphanie LE BÉHOT,
coordinatrice de la vie sociale
des seniors :

☎ 02 33 76 50 95

☎ 07 43 15 63 24



Côte Ouest Centre Manche

La Cart'info

Vos infos à la carte

À la recherche d'une balade ? D'une animation
proche de vous ?

Rendez-vous sur la Cart'info de Côte Ouest
Centre Manche sur cartinfo.cocm.fr