



**CALVADOS**

**EURE**

**MANCHE**

**ORNE**

**SEINE MARITIME**

## L'ASEPT NORMANDIE SUR LE TERRAIN

Programme des actions séniors

**JUIN 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](mailto:contact@aseptnormandie.fr)

🌐 [www.asept-normandie.fr](http://www.asept-normandie.fr)

🌐 [www.pourbienvieillir.fr](http://www.pourbienvieillir.fr)

# CALVADOS

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.

<b>MEZIDON VALLEE D'AUGE</b> 19 mai 2025 14h00	<b>Conférence "Mémoire tonique"</b> Suivie de 4 séances de 2h les lundis 02/06 et 16/06, les jeudis 12/06 et 26/06/25	Salle des Associations 17 rue Lemeray <u>MEZIDON CANON</u>	Inscriptions auprès du CLIC Pays d'Auge Sud au <b>02 14 47 54 20</b> ou par mail à <b>clipcaysdaugesud@calvados.fr</b>
<b>COLOMBELLES</b> 20 mai 2025 14h30	<b>Atelier "Socio esthétique"</b> 6 séances de 2h les mardis 20/05, 27/05, 03/06, 10/06, 17/06 et 24/06/25	Foyer Résidence Jean Goueslard 9 rue Lucien Mangematin	Inscriptions auprès de la Résidence Jean Goueslard au <b>02 85 29 48 71</b>
<b>NOUES DE SIENNE</b> 20 mai 2025 15h00	<b>Atelier d'initiation au "Golf"</b> 6 séances d'1h tous les mardis du 20/05 au 24/06/25	Golf de Vire la Dathée La Basse Haye St Manvieu Bocage	Inscriptions auprès du CLIC du Bocage au <b>02 14 47 52 80</b>
<b>FONTENAY LE MARMION</b> 27 mai 2025 10h00	<b>Conférence "Les lers gestes qui sauvent"</b> Suivie de 2 séances de 3h30 le jeudi 12/06 et le mardi 17/06/25	Salle Multiactivités Rue des Ecoles	Inscriptions auprès du de la Mairie de Fontenay le Marmion au <b>02 31 79 82 24</b> ou du Club de l'Amitié au <b>06 71 71 13 72</b>
<b>FALAISE</b> 10 juin 2025 14h00	<b>Atelier d'initiation aux "Boules lyonnaises"</b> 6 séances de 2h le mardi 10/06, les jeudis 12/06, 19/06, 26/06, le mardi 01/07 et le jeudi 03/07/25	Terrain de Pétanque Léon Ruel La Fresnaye	Inscriptions auprès du CLIC de Falaise au <b>02 14 47 52 35</b>

# 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.

<b>ETREPAGNY</b> 20 mai 2025 9h45	<b>Conférence</b> <b>"Alimentation, santé et plaisir"</b> Suivie de 2 séances d'1h30 les mardis 10/06 et 17/06/25	Salle Multimédia 3 rue Maison de Vatimesnil	Inscriptions auprès de l'Association Trait d'Union au <b>06 03 04 06 72</b>
<b>BEAUMONT LE ROGER</b> 20 mai 2025 14h00	<b>Atelier "Ma retraite connectée"</b> 8 séances de 2h tous les mardis du 20/05 au 08/07/25	Résidence Autonomie Serge Desson Rue de la Belgique	Inscriptions auprès de la Résidence Serge Desson au <b>02 32 44 09 30</b>
<b>TERRES DE BORD</b> 20 mai 2025 14h30	<b>Conférence</b> <b>"Prévention des accidents domestiques"</b> Suivie de 2 séances de 2h le lundi 26/05 et le mardi 03/06/25	Salle Polyvalente Ste Anne de Tostes Rue de l'Eglise	Inscriptions auprès de la Mairie de Terres de Bord au <b>02 32 50 63 19</b>
<b>MONTREUIL L'ARGILLE</b> 2 juin 2025 14h00	<b>Conférence habitat "Bien chez soi"</b> Suivie de 3 séances de 2h les lundis 16/06, 23/06 et 30/06/25	Salle des Fêtes Place de la Mairie	Inscriptions auprès du CLIC Ouest Eure au <b>02 32 41 76 74</b> ou par mail à <b>clic-ouest eure.fr</b>
<b>PONT AUDEMER</b> 27 juin 2025 14h00	<b>Théâtre forum "Encore bien acteurs"</b> Spectacle d'1h30	Salle d'Armes (au RDC) Place du Général de Gaulle	Inscriptions auprès du CCAS de Pont Audemer au <b>02 32 42 35 03</b> ou par mail à <b>ccas@pontaudemer.fr</b>

# MANCHE

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.

<b>CARENTAN</b> 20 mai 2025 10h00	<b>Atelier "Socio esthétique"</b> 6 séances de 2h les mardis 20/05, 27/05, 03/06, 10/06, 17/06 et 24/06/25	Espace France Services 28 rue de la 101ème Airborne	Inscriptions auprès de l'Espace France Services au <b>09 85 60 01 33</b>
<b>TOURNEVILLE SUR MER</b> 11 juin 2025 14h00	<b>Conférence "Alimentation, santé et plaisir"</b> Suivie de 2 séances d'1h30 le lundi 23/06/25 et le mercredi 25/06/25	Salle des Fêtes 61 rue Levivier <u>ANNOVILLE</u>	Sans inscriptions préalables : Renseignements auprès du CLIC du Coutançais au <b>02 33 45 08 39</b>
<b>MONTMARTIN SUR MER</b> 5 juin 2025 10h00	<b>Conférence "Mémoire tonique"</b> Suivie de 4 séances de 2h les jeudis 12/06, 19/06, 26/06 et 03/07/25	Salle du Conseil Mairie de Montmartin Sur Mer 1 place Pierre Pigaux	Inscriptions auprès de la Mairie de Montmartin Sur Mer au <b>02 33 47 54 54</b>
<b>PONTAUBAULT</b> 16 juin 2025 14h00	<b>Conférence "Prévention routière"</b> Suivie de 2 séances de 2h les lundis 23/06 et 30/06/25	Salle Polyvalente Jean-François Loizel Rue Charles de Gaulle	Inscriptions auprès du CLIC Sud Manche au <b>02 33 68 21 35</b>

# ORNE

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.

<b>ST PIERRE D'ENTREMONT</b> 23 mai 2025 14h00	<b>Conférence "Mémoire tonique"</b> Suivie de 4 séances de 2h les vendredis 06/06, 13/06, 20/06 et 27/06/25	Salle Bromley Le Bourg	Inscriptions auprès de l'Association Harmonies au <b>02 33 66 53 40</b>
<b>ST DENIS SUR SARTHON</b> 24 juin 2025 14h00	<b>Atelier "Un instant pour les aidants"</b> 4 séances de 2h les mardis 24/06, 01/07, 08/07 et le vendredi 11/07/25	Centre Social ALCD 51 rue Principale	Inscriptions auprès du Centre Social ALCD au <b>02 33 27 40 02</b>

# 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.

Retrouvez également sur le site Internet de la **"Fédération Française de Randonnée de la Seine-Maritime"** l'agenda des manifestations financées par notre association : [www.seine-maritime.ffrandonnee.fr](http://www.seine-maritime.ffrandonnee.fr) ➡ Rubrique "Manifestations" puis "Agenda"

<b>ST ROMAIN DE COLBOSC</b> 22 mai 2025 14h30	<b>Théâtre débat</b> <b>"Qu'est-ce qu'on attend pour être vieux !"</b> Spectacle d'1h05	Salle du Siroco Rue Henri Odièvre	Inscriptions auprès de la Mairie de St Romain de Colbosc au <b>02 32 79 24 60</b>
<b>MONT ST AIGNAN</b> 1er juillet 2025 14h00	<b>Demi journée découverte de l'APA</b> <b>"Activité physique adaptée"</b> Différents sports à découvrir : Les détails seront indiqués prochainement.	ASRUC 37 rue de la Croix Vaubois	Inscriptions auprès de l'ASEPT Normandie au <b>02 32 98 72 23</b>