



Agenda des seniors

Programme de juillet à septembre



Anim' Seniors

Après-midi convivial : jeux, bricolage, coloriage, papotage. Pour sortir de chez soi et rencontrer du monde

Juillet

Jeudi 3 juillet, 14 h 30-16 h 30

Après-midi puzzle à la ludothèque de Périers, place du Fairage

Vendredi 11 juillet, 14 h 30-16 h 30

Animation jeux à la Ludothèque de Périers, place du Fairage

Mardi 22 juillet, 14 h 30-16 h 30

Animation aquarelle avec les enfants du centre de loisirs au pôle communautaire, place du Fairage

Août

Mardi 5 août, 14 h 30-16 h 30

Place du pressoir, Feugères

Jeudi 7 août, 14 h 30-16 h 30

1 route de Glatigny, Montgardon

Vendredi 29 août, 14 h 30-16 h 30

Salle de l'ancienne école (à droite de la mairie) Millieres

Septembre

Mardi 9 septembre, 14 h 30-16 h 30

Salle de convivialité (derrière la mairie), Doville

Mercredi 10 septembre, 14 h 30-16 h 30

Salle des fêtes, Raids

Nouveau

Vendredi 8 août et vendredi 19 septembre, à partir de 14 h 30

Bibliothèque de Périers, 34 avenue de la gare

Le tri, c'est tri facile

Savoir identifier quel déchet mettre dans quelle poubelle



Lundi 4 août, 14 h 30

Résidence âge et vie, Lessay

Vendredi 8 août, 14 h 30

Bibliothèque de Périers

Jeudi 21 août, 14 h 30

Résidence du donjon, La Haye



Voir contacts au dos !



Encore + d'animations !

Ciné seniors

Projection cinéma de Pirou

2 vendredis par mois à 14 h 30

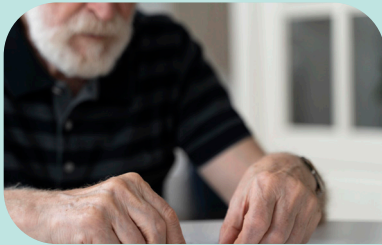
Transport possible.

Contact : 02 33 46 72 35 / 02 33 46 66 09

Projection cinéma de la Haye

Tous les mardis à 15 h.

Goûter à l'issue de la projection le 1^{er} mardi du mois avec le SAG de La Haye



Ateliers mémoire

Un vendredi par mois à :

 La Haye

 Lessay

 Périers

Animations diverses

Journée des Familles

Samedi 12 juillet, 9 h 30-13 h 30

Ouvert à tous, Bretteville-sur-Ay

Marche nordique

Mer. 9 juillet, mar. 22 juillet

et mar. 19 août

Départs variés à Lessay, Pirou & Créances

Dictées à la bibliothèque

Tous les vendredis de juillet, à 17h

Bibliothèque de Périers,
34 avenue de la gare

Pas d'âge pour le Sport

À partir du 4 septembre, de 14h30 à 15h30

Sur inscription, Doville.

Prévention des chutes

À partir de septembre,
plusieurs dates à prévoir

Dans des communes variées

Sieste sonore

Mardi 30 septembre, à 14 h

Dans le cadre de la Semaine Bleue,
Médiathèque de Bretteville-sur-Ay

Ateliers bien être et cuisine

Une fois par mois

Montsenelle et La Feuillie.

À ne pas manquer

Semaine de la Mobilité

Du mardi 16 septembre au
vendredi 19 septembre inclus

Semaine sur le thème
de la mobilité douce
programme à venir.

Semaine Bleue

Du mardi 30 septembre au
vendredi 17 octobre inclus

Programme à venir.



Qui contacter ?



**Stéphanie
LE BÉHOT**

02 33 76 50 95
07 43 15 63 24



**Maison du
Pays de Lessay**

02 33 46 84 69



**CLIC des
Marais**

02 33 42 17 60



**Evelyne
ANGER**

06 83 96 09 02

**Vous souhaitez participer à une activité mais
vous 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



cocm
Côte Ouest Centre Manche

La Cart'info
Vos infos à la carte

À la recherche d'une balade ?
D'une animation proche de chez vous ?
Rendez-vous sur la Cart'info de la COCM sur
cartinfo.cocm.fr

Nos partenaires

