



# **Agenda des seniors**

**Programme de janvier à mars**



# Anim' Seniors

Après-midi convivial : jeux, bricolages, papotages. Pour sortir de chez soi et rencontrer du monde ☎

## Janvier

**Mardi 13 janvier, 14 h 30 - 16 h 30**  
Salle de la mairie, La Feuillie

**Mardi 20 janvier, 14 h 30 - 16 h 30**  
Fabrication d'un pompon géant pour le carnaval de La Haye  
Salle de Lithaire, Montsenelle

**Jeudi 29 janvier, 14 h 30 - 16 h 30**  
Local EVS Familles rurales,  
2 rue Minostrand, Marchésieux

## Février

**Lundi 2 février, 14 h 30 - 16 h 30**  
Salle des fêtes, Gorges

**Jeudi 5 février, 14 h 30 - 16 h 30**  
Fabrication d'un pompon géant pour le carnaval de La Haye  
Salle de convivialité, Doville

**Jeudi 12 février, 14 h 30 - 16 h 30**  
Salle Saint-Cloud, Lessay

**Vendredi 27 février, 14 h 30 - 16 h 30**  
Bibliothèque de Périers, 34 rue de la gare

## Mars

**Lundi 2 mars, 14 h 30 - 16 h 30**  
Salle Léopold Marie, Geffosse

**Mercredi 11 mars, 14 h 30 - 16 h 30**  
Salle des fêtes, Feugères

**Lundi 16 mars, 14 h 30 - 16 h 30**  
La Hay'Epicerie, rue Nicolle, La Haye

**Vendredi 30 mars, 14 h 30 - 16 h 30**  
Bibliothèque de Périers, 34 rue de la gare



## À ne pas manquer !

### Préparons le carnaval de La Haye ! ☎

Fabrication d'un pompon géant.

**Mardi 20 janvier, 14 h 30-16 h 30**

Salle de Lithaire, Montsenelle

**Jeudi 5 février, 14 h 30 - 16 h 30**

Salle de convivialité, Doville

Atelier vannerie : fabrication du bonhomme carnaval avec les enfants du centre de loisirs.

**Mercredis 4 et 11 février, 14 h 30 - 16 h 30**

Résidence du Donjon, La Haye

# Encore + d'animations !

## Ciné seniors

### Projection cinéma de Pirou

**2 vendredis par mois, 14 h 30**

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



### Projection cinéma de la Haye

**Tous les mardis, 15 h**

Goûter à l'issue de la projection le 2<sup>e</sup> mardi du mois avec le SAG de La Haye

### Projection bibliothèque de Créances

**Vendredi 23 janvier, 14 h 30 - 16 h 30**

Comédie sur le retour à la campagne  
Contact : 02 33 07 82 64

## Animations diverses

### Shopping à l'EHPAD avec l'AFERE ☎

L'AFERE déplace sa boutique dans les EHPADs du territoire. Venez flâner et faites-vous plaisir. Ouvert à tous.

**Jeudi 15 janvier, 14 h 30 - 16 h 30**

EHPAD de Montsenelle

**Jeudi 19 février, 14 h 30 - 16 h 30**

Résidence Anaïs de Groucy, Périers

**Jeudi 19 mars, 14 h 30 - 16 h 30**

EHPAD de Lessay

### Visite de l'AFERE ☎

**Jeudi 22 janvier, 14 h**

Venez visiter les coulisses, du tri à la vente  
Périers

### Atelier code de la route ☎

Atelier de remise à niveau.

**Vendredi 30 janvier, 10 h**

Salle des fêtes, Saint-Germain-sur-Sèves

**Vendredi 30 janvier, 14 h**

Salle de la Mairie, Saint-Martin d'Aubigny

### Prévention des chutes ☎

**Vendredi 30 janvier, 14 h 30 - 16 h 30**

Avec l'aide de la réalité virtuelle, simulez des situations pour apprendre sans risques.  
Salle de Surville (mairie), La Haye

## Ateliers mémoire

**Une à deux fois par mois :**

La Haye ☎



Lessay ☎

Périers ☎



### Mémoire tonique ☎

**Vendredi 13 février, 10 h**

Conférence de présentation.

**Les 6, 13, 20 et 27 mars, 10 h - 12 h**

Jeux et échanges autour de la mémoire.  
Salle de convivialité derrière la mairie, Doville

### Prévention des arnaques ☎

**Mardi 10 février, 14 h 30**

Temps d'information et de prévention avec la gendarmerie, France Services et l'Espace Public Numérique.

Salle Lithaire, Montsenelle

### Bienvenue en retraite ! ☎

**Les 9 et 10 mars, 9 h**

2 jours d'ateliers, 6 thématiques pour bien préparer sa retraite.

Salle des associations, Périers



### Ateliers bien être et cuisine ☎

**Une fois par mois**

Créances et Saint-Martin-d'Aubigny

**Retrouvez les contacts au dos !**



# Qui contacter ?

 **Stéphanie  
LE BÉHOT**

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 :

07 43 15 63 24



Réalisation : COCM - Décembre 2025. Photographies : AdobeStock. Imprimé par nos soins. Ne pas jeter sur la voie publique



**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](http://cartinfo.cocm.fr)

## Nos partenaires

