

Honfleur
Deauville
Pont-l'Évêque
Lisieux
Méziidon Vallée d'Auge
Livarot-Pays-d'Auge



INFOS/CONTACT



CLIC DU PAYS D'AUGE
Antenne de Lisieux
Maison départementale des solidarités
127 bis, rue Roger Aini • 14100 Lisieux
Tél. : 02 14 47 54 20
Antenne de Pont-l'Évêque
Maison départementale des solidarités
14, rue de la Chaussée Nival • 14130 Pont-l'Évêque
Tél. : 02 14 47 54 94



**Vous souhaitez être informés
d'autres évènements ?**

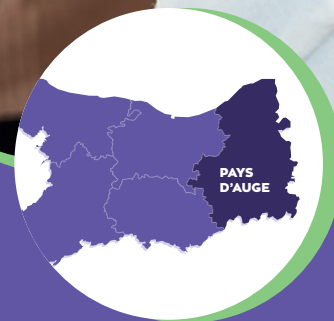
**Demandez l'Agenda Seniors
auprès de votre CLIC !**



calvados.fr



SEMAINE BLEUE



**DU 4 AU 11
OCTOBRE 2026**

THÈME RELIONS TOUS LES ÂGES
DANS DES TERRITOIRES ENGAGÉS !

PROGRAMME
► **PAYS
D'AUGE**



calvados.fr

Programme Semaine bleue

CLIC Pays d'Auge

DIMANCHE 4 OCTOBRE

Dans 5 villes du Calvados Bal des séniors

► 14h

Le même jour, à Bonnebosq, Molay-Littry, Saint-Pierre-en-Auge, Vassy et Verson, seront proposés de grands thés dansants avec orchestre que tous les amoureux de la danse apprécieront.

Les séniors sont invités à danser, à partager un goûter et à rire ensemble.

- Entrée gratuite avec goûter
 - Réservation obligatoire au 06 99 55 03 75
- Organisation :** Département du Calvados



LUNDI 5 OCTOBRE

DEAUVILLE

Club Jacques Letarouilly
29 rue Albert Fracasse

Loto du goût

► De 14h30 à 16h30

- Gratuit sur réservation
 - Inscription : 02 31 88 29 97
- Organisation et animation :** CCAS de Deauville

LE BREUIL-EN-AUGE

Résidence Les Bougainvillées
Lieu-dit Le Plessis

Tournoi de jeux vidéo intergénérationnel

► De 14h30 à 17h

Venez partager un moment ludique et convivial sur une sélection de jeux vidéo accessibles à tout public.

- Gratuit sur réservation
 - Inscription : auprès de l'EHPAD au 02 31 65 05 65
- Organisation et animation :** conseillers numériques du Département

LIVAROT

Fondation Saint Joseph
55 rue Général Leclerc

Bal « Tous en bleu »

► Accueil à partir de 14h00, début du bal 14h30

Après-midi dansant au rythme des musiques populaires. Dress code : « Tous en bleu ! »

- Gratuit sur réservation
 - Renseignements : 02 31 63 51 80 ou animation@stjosephlivarot.fr
- Organisation :** Fondation Saint Joseph

PONT-L'ÉVÊQUE

Ecole primaire publique - allée de l'Isle

Journée à l'école

► De 10h à 16h

Immersion dans une classe de l'école publique de Pont-l'Évêque (matin), suivie d'un pique-nique et d'un atelier intergénérationnel.

- Gratuit sur réservation
 - Inscription : auprès de Sophie au 02 31 65 02 89 ou par mail animation@clos-des-cedres.com
- Organisateur :** résidence le Clos des Cèdres
2 impasse des bruyères - 14130 Pont-l'Évêque



PONT-L'ÉVÊQUE

Maison Départementale des Solidarités
14 rue de la Chaussée Nival

Bien vieillir en sérénité : prévenir et gérer le stress et l'anxiété

► De 14h30 à 16h30

Apprenez à repérer les facteurs et les manifestations du stress et de l'anxiété. Et découvrez comment agir de manière naturelle : alimentation adaptée, aromathérapie, techniques respiratoires, pratiques en conscience. Conférence avec possibilité de s'inscrire à des ateliers pratiques de do in (12/10 ; 19/10 ; 26/10) et de réflexologie palmaire (02/11).

- Gratuit sur réservation
 - Inscription : 02 14 47 54 94 ou clicpaysdaugenord@calvados.fr
- Organisateur :** CLIC du Pays d'Auge
Pont-l'Évêque

ROCQUES

Parking de la mairie de Rocques

Balade canine

► De 10h à 12h

Balade collective avec votre animal à quatre pattes ! Uniquement réservé aux chiens sociables. Maximum 8 chiens. Prévoir des chaussures de marche.

- Gratuit sur réservation
 - Inscription obligatoire : 02 14 47 54 20 ou clicpaysdaugesud@calvados.fr
- Organisation :** CLIC Pays d'auge
Lisieux, Théracanis

TROUVILLE-SUR-MER

Villa Médicis - 30 Rue des Sœurs de l'Hôpital

Bien manger et bouger pour bien vieillir

► De 14h30 à 16h30

Conférence sur l'alimentation et l'activité physique adaptée (APA). Séance d'activité physique adaptée (APA). Atelier culinaire et dégustation.

- Gratuit sur réservation nombre de places limitées
 - Renseignements et inscription : 07 56 89 45 88 ou mssvillers@outlook.com
- Organisateur :** Association Maison Sport Santé de la Côte Fleurie (AMSSCF)



MARDI 6 OCTOBRE

DEAUVILLE

Club Jacques Letarouilly
29 rue Albert Fracasse

Stimulez votre vitalité avec la sophrologie

► De 14h30 à 16h

- Gratuit sur réservation
 - Inscription : 02 31 88 29 97
- Organisation :** CLIC du Pays d'Auge en partenariat avec le CCAS de Deauville

FERVAQUES

MARPA - 340 route de la Boissière

Escape game intergénérationnel

► De 14h à 15h45

Venez résoudre des énigmes en équipes !

- Gratuit sur réservation nombre de places limitées
 - Inscription : 02 31 32 01 34 ou marpafervaques@orange.fr
- Organisation :** MARPA, MFR de la Pommeray, école de Fervaques



LE BREUIL-EN-AUGE

Les Bougainvillées - Lieu-dit Le Plessis

Initiation à la poterie

► 14h

Découverte de la poterie et de ses bienfaits avec Florence Ruff.

- Tarif confirmé à l'inscription nombre de places limitées
 - Inscription : 02 31 65 05 65
- Organisateur :** EHPAD Les Bougainvillées

LISIEUX

Musée d'art et d'histoire de Lisieux

38 boulevard Pasteur

Sortie - atelier nature et visite au musée

► De 14h à 16h30

Accompagnés d'animateurs nature, partez à la découverte des richesses naturelles de la ville pour collecter en chemin des plantes sauvages que vous utiliserez pour des créations artistiques personnelles selon la technique du cyanotype. En préambule à cette sortie et en guise d'inspiration, vous découvrirez l'exposition du musée d'art et d'histoire « Du Pré à l'œuvre. Bestiaire champêtre dans l'œil des artistes », qui présente presque 150 œuvres représentant des vaches au cœur de leurs vertes prairies, broutant herbes sauvages et fleurs des champs. Sortie et visites déconseillées aux personnes à mobilité réduite.

- Gratuit sur réservation
 - Inscription : 02 50 68 90 27 ou m.prince@agglo-lisieux.fr
- Organisation :** Agglomération Lisieux Normandie

LISIEUX

Médiathèque André Malraux

Place de la République

Atelier « ça bacouette ! »

► 15h

A l'aide de photos anciennes, de journaux locaux, de recettes normandes, d'extraits de chansons et de mots de patois, les bibliothécaires vous invitent à échanger vos souvenirs, à papoter et à rire !

- Gratuit sur réservation
 - Inscription : 02 31 48 41 00
- Organisation :** Médiathèque André Malraux

LIVAROT

Parking voie verte

(à proximité de la pépinière Saint Amour)

Marche d'orientation

► De 10h30 à 12h30

Une manière ludique et conviviale d'améliorer son endurance et de travailler son sens de l'orientation. Séance adaptée au rythme de chacun, sans objectif de performance. Prévoir tenue et chaussures adaptées, une bouteille d'eau.

- 5€ par personne
 - Inscription : 02 14 47 54 20 ou clicpaysdaugesud@calvados.fr
- Organisation :** CLIC Pays d'Auge Lisieux, Siel Bleu

MEZIDON-VALLEE-D'AUGE

EHPAD Anaïs Mézidon

Fashion-week : « flower power, le pouvoir des fleurs »

► De 14h30 à 16h30

L'EHPAD Anaïs Mézidon organise sa semaine de la mode avec des expositions de vêtements mis à disposition par l'association des Baladins du Val d'Auge.

Nous avons créé un jardin floral et nous allons confectionner des accessoires de mode avec les enfants de l'école.

Les résidents défilent avec les créations confectionnées lors d'ateliers couture sur le thème « Flower power, le pouvoir des fleurs ». Inauguration de la fresque murale sur le thème florale créée avec les résidents. Gouter thème « Nature » vers 16h offert par l'établissement.

- Gratuit sur réservation
 - Inscription : 02 31 20 25 40
- Organisation :** EHPAD Anaïs Mézidon, école élémentaire Albert Camus de Mézidon, l'association « les Baladins du Val d'Auge », SB évènementiel

PONT-L'ÉVÊQUE

Résidence autonomie Gustave Flaubert,
rue du Lieu Roquet

Atelier manuel

► 14h30

Atelier manuel réservé aux séniors.

► Gratuit sur réservation

► Inscription : 02 31 64 04 32
ou busnel@seminor.fr

Organisateur : Résidence Gustave Flaubert



PONT-L'ÉVÊQUE

Dojo du Gymnase Even – rue de la vicomte

Portes ouvertes Taïso : prévention des chutes

► De 17h15 à 18h15

Venez découvrir une activité physique adaptée à tous encadrée par un enseignant en activité physique adaptée et professeur de judo.

« Taïso » signifie « préparer le corps » en japonais. Cette discipline emprunte ses codes de préparation physique au judo, chutes et combats en moins. Adaptée aux seniors, la pratique du taïso permet de travailler le renforcement musculaire, les assouplissements, les habiletés motrices, l'équilibre, la coordination, la locomotion et la détente.

► Gratuit sur réservation

► Renseignements et inscription :
07 88 62 30 70

ou corentin.dausse14@gmail.com

Organisateur : EVA Judo

SAINT-DESIR

MFR La Pommeray - 2109 route de Dives

Loto gourmand

► De 14h à 16h

Les élèves de la section SAPAT organisent un loto gourmand avec quelques petits lots en récompense.

► Gratuit sur réservation

► Inscription : 02 31 61 14 58

Organisateur : MFR La Pommeraye

SAINT-GATIEN-DES-BOIS

Le Pôle - 16 chemin du Reux

Journée des aidants :

« Je ne suis pas qu'un(e)
aidant(e), je suis aussi aimant(e) »

► De 12h à 17h

• De 12h à 14h : les aidants familiaux, les proches aidés, les bénévoles et les professionnels partenaires de la journée des aidants pourront échanger de manière conviviale autour d'un pique-nique.

Apportez votre repas ou un plat à partager.

• À partir de 14h : activités conviviales proposées par les assistantes de soins en gérontologie du Temps Retrouvé aux proches aidés.

• À partir de 14h15 : animation théâtralisée (saynètes) et temps d'échange sur la vie quotidienne, les aides, le risque d'épuisement et le besoin de répit, le maintien de la vie sociale... Les partenaires du Collectif des Aidants répondent sans tabou aux questions des Aidants.

► Gratuit - Entrée libre

► Renseignements : 02 14 47 54 94

ou clicpaysdaugenord@calvados.fr

Organisateur : Collectif des Aidants sous la coordination du CLIC du Pays d'Auge Pont-l'Évêque

TROUVILLE-SUR-MER

La Roseraie - 28 rue du manoir

La boîte à transmission

► De 14h à 16h

Créez une vidéo de ce que vous souhaitez transmettre aux générations futures.

Venez avec un message, un conseil, une valeur, une compétence à expliquer...

► Gratuit sur réservation

► Inscription : 06 98 63 43 59
ou 02 31 14 65 50

Organisateur : CCAS de Trouville-sur-Mer



MERCREDI 7 OCTOBRE

HONFLEUR

Hall de la Maison des Familles

avenue du Canteloup

Atelier Creadiaz® : danse sur chaise

► De 14h à 15h30

Une activité conviviale qui permet de stimuler à la fois son corps et sa mémoire. 6 séances du 7 octobre au 18 novembre.

► Gratuit sur réservation

► Inscription : 02 14 57 54 94

ou clicpaysdaugenord@calvados.fr

Organisation : CLIC Pays d'Auge
Pont-l'Évêque et JSF Honfleur

LISIEUX

Filature des Possibles - 11 rue d'Orival

Tournoi de jeux vidéo intergénérationnel

► De 10h à 12h

Quand les générations jouent ensemble, le vrai boss final c'est la bonne humeur !

► Gratuit sur réservation

► Inscription : 02 31 31 88 39

Organisateur : Filature des Possibles,
conseillers numériques France Services

LISIEUX

Filature des Possibles - 11 rue d'Orival

Découverte et création au Fablab

► De 14h à 16h

En duo intergénérationnel, venez faire des étincelles et créer votre objet grâce à la gravure laser !

► Gratuit sur réservation

► Inscription : 02 31 31 88 39

Organisateur : Filature des Possibles,
conseillers numériques France Services

LISIEUX

Salle Mosaic - 13 boulevard Pasteur

Après-midi dansant et chantant

► De 14h30 à 16h30

Vous aimez la musique ? Vous aimez chanter ? Vous aimez danser ? Inscrivez-vous au CLIC, et si vous souhaitez chanter, donnez-nous le titre de votre chanson ! Pause gourmande offerte par le CLIC.

► Gratuit sur réservation

► Inscription : 02 14 57 54 20

Organisation : CLIC Pays d'Auge-Lisieux, salle Mosaic, Réseau Lexovien d'Echanges Réciproques de Savoires



LISIEUX

Jardin de l'Evêché

12 rue Jacques de Condorcet

Chasse aux monuments historiques

► De 15h à 17h

Initiez-vous aux QR Codes tout en redécouvrant votre ville !

► Gratuit sur réservation

► Inscription : 06 98 64 87 08

Organisation : Mairie de Lisieux, Mission Locale, Mathilde Fonitcheff Conseillers numériques

LIVAROT

Médiathèque La Fabrique

20 rue Georges Leroy

Heure du conte intergénérationnel

► 11h

Quand les aînés racontent aux tout petits. Venez tester la lecture individuelle un adulte / un enfant.

► Gratuit sur réservation

► Inscription : 02 31 61 88 18

Organisation : Médiathèque La Fabrique

LIVAROT

Médiathèque La Fabrique

20 rue Georges Leroy

Atelier pâtisserie

► De 14h30 à 16h

Découvrez les techniques d'un professionnel de la pâtisserie avec Nicolas de la boulangerie Blanchard de Livarot.

► Gratuit sur réservation

► Inscription : 02 31 61 88 18

Organisation : Médiathèque La Fabrique



LIVAROT

Médiathèque La Fabrique

20 rue Georges Leroy

Concours de tartes sucrées

► De 14h30 à 16h

Confectionnez une tarte sucrée qui sera testée par un jury de jeunes et gagnez un lot si vous êtes sur le podium.

► Gratuit sur réservation

► Inscription : 02 31 61 88 18

Organisation : Médiathèque La Fabrique



PONT-L'ÉVÊQUE

Dojo du Gymnase Even - rue de la vicomte

Judo inter-générationnel

► De 16h30 à 17h15

Venez pratiquer le judo de manière adaptée avec les jeunes judokas d'EVA Judo.

► Gratuit sur réservation

► Renseignements et inscriptions :

07 88 62 30 70

ou corentin.dausse14@gmail.com

Organisateur : EVA Judo

TROUVILLE-SUR-MER

Villa Médicis - 30 rue des Sœurs de l'Hôpital

Café dessin

► De 10h à 12h

Zéro stress grâce à cet atelier dessin où le café remplace la peinture.

► Gratuit sur réservation

► Inscription : 02 14 47 54 94

ou clicpaysdaugenord@calvados.fr

Organisateur : CLIC du Pays d'Auge Pont-l'Évêque



JEUDI 8 OCTOBRE

DEAUVILLE

Club Jacques Letarouilly
29 rue Albert Fracasse

Plantes de nos jardins et tisanes maison

► De 14h30 à 16h30

Atelier animé par Agathe Vastel.

► Gratuit sur réservation

► Inscription : 02 31 88 29 97

Organisation et animation : CCAS de Deauville



LISIEUX

Salle Mozart

Atelier carterie

► De 14h à 17h

Découverte des techniques de carterie et réalisation d'une carte personnalisée à emporter. Cet échange est ouvert à tous, débutants comme initiés, dans une ambiance conviviale. Tout le matériel est fourni par l'organisateur. Il ne vous reste qu'à venir partager ce moment créatif dans la bonne humeur.

► Gratuit sur réservation

nombre de places limitées

► Inscription : 02 31 61 18 94

Organisation : Réseau Lexovien d'Échanges
Réciproques de Savoirs

LIVAROT

Médiathèque La Fabrique
20 rue Georges Leroy

Découverte de la réalité virtuelle

► De 14h30 à 16h30

Evadez-vous dans des contrées lointaines grâce à la réalité virtuelle !

► Gratuit sur réservation

► Inscription : 02 31 61 88 18

Organisation : Médiathèque La Fabrique,
conseillers numériques



ORBEC

EHPAD Marie du Merle

Loto

► 14h30

A l'occasion de la Semaine Bleue, l'EPMS d'Orbec a la joie de célébrer les liens, le partage et la bonne humeur ! Nos portes s'ouvrent pour des parties de loto inter-structures. Un goûter gourmand et convivial sera proposé pour clôturer ce moment de joie.

► Gratuit sur réservation

places limitées à 15 personnes

► Inscription : 02 31 32 49 26 ou par mail
à secretaire@epms-orbec.fr

Organisation : EHPAD Marie du Merle

PONT-L'ÉVÊQUE

EHPAD du centre hospitalier
23 avenue du Rambault

Loto des chansons

► 14h

► Gratuit sur réservation

► Inscription : auprès de l'animatrice
au 02 31 65 31 11

Organisateur : EHPAD du centre hospitalier de
Pont-l'Évêque

SAINT-PIERRE-SUR-DIVES

Bâtiment conventuel - rue Saint Benoît

Journée découverte du patrimoine

► De 10h à 16h

Programme de la journée :

- Visite guidée des bâtiments conventuels le matin
- Pique-nique dans le pavillon Notre-Dame au sein des bâtiments conventuels (chacun apporte son repas)
- Visite guidée du parc des tanneries et du jardin conservatoire l'après-midi

► Gratuit sur réservation

nombre de places limitées

► Inscription : 02 14 57 54 20

Organisation : CLIC Pays d'Auge-Lisieux,
CCAS de Saint-Pierre-sur-Dives, M. Dereuder
Jean-Michel

SAINT-PIERRE-SUR-DIVES

EHPAD La Mesnie

Loto musical

► De 14h30 à 16h30

Ambiance musicale garantie !

Un goûter sera offert en fin d'après-midi.

► Gratuit sur réservation

► Inscription : 02 14 47 54 20

ou clicpaysdaugesud@calvados.fr

Organisation : EHPAD La Mesnie

TOUQUES

Salle des fêtes

8 bis avenue Charles de Gaulle

Activité physique et mémoire : un duo gagnant !

► De 9h30 à 16h30

L'activité physique a-t-elle un impact positif sur le fonctionnement de notre cerveau et notamment sur le fonctionnement de notre mémoire ? Réponse au cours de cette journée dynamique et conviviale où vous assisterez à une conférence interactive et ponctuée par des exercices de mémoire (matin). Puis découvrez deux activités pour stimuler à la fois son corps et son cerveau :

- Le « air batterie » consiste à faire semblant de jouer de la batterie avec des baguettes seulement. Cette activité permet de développer la condition physique et la coordination notamment. Elle est accessible à tout le monde, peut se dérouler assis ou debout. Laissez-vous entraîner par les rythmes des baguettes et de la musique pour améliorer la condition physique !

- Atelier Créadiaz® « La mémoire en mouvement » : convient aux personnes à mobilité réduite.

Pensez à apporter votre pique-nique !

Prévoir une tenue confortable.

► Gratuit sur réservation

► Inscription : auprès du CLIC au

02 14 47 54 94

ou clicpaysdaugenord@calvados.fr

Organisateur : Comité Action Sociale
Agirc-Arrco de la région Normandie,
CLIC du Pays d'Auge - antenne Pont-L'Évêque
et Ville de Touques

TOUQUES

Tennis club - avenue Charles de Gaulle

Découverte du tennis santé

► De 10h à 11h

Le tennis club de Touques ouvre ses portes pour vous permettre de découvrir le tennis santé. Il s'agit d'une pratique adaptée et ludique, recommandée notamment pour les personnes souffrant de maladies chroniques.

- Gratuit sur réservation
 - Inscription : auprès du CLIC au 02 14 47 54 94 ou clicpaysdaugenord@calvados.fr
- Organisateur :** Tennis club de Touques



VENDREDI 9 OCTOBRE

LA RIVIERE-SAINT-SAUVEUR

Espace de Vie Sociale « La Dynamik »
41 rue du Bourg

Café IA

► De 10h à 12h

Venez découvrir, échanger et comprendre l'intelligence artificielle autour d'un café.

- Gratuit sur réservation
 - Inscription : 06 37 42 68 94
- Organisation et animation :** Conseillers Numériques du Département

LE BREUIL-EN-AUGE

Les Bougainvillées - lieu-dit Le Plessis

Loto

► 14h

Loto ouvert à tous.

- Gratuit sur réservation
nombre de places limitées
 - Inscription : 02 31 65 05 65
- Organisateur :** EHPAD Les Bougainvillées



LISIEUX

EHPAD Les balcons du Pays d'Auge
10 rue d'Ecosse

Blind test

► De 14h à 16h

Dans une ambiance bar, venez vous amuser en équipe à l'occasion d'un blind test animé par Aurélie Ysebaert.

- Gratuit sur réservation
 - Inscription : auprès de Virginie 06 24 43 33 68
- Organisation :** EHPAD Les balcons du Pays d'Auge

MEZIDON-CANON

Salle « le foyer rencontre »

rue Eugène Moulin - stade Ladoumègue

Atelier médiation animale

► De 10h à 12h

La première heure est dédiée à une animation de médiation animale en présence de cochons d'Inde et d'un chien. Ce temps permettra de favoriser les échanges, la détente, la stimulation sensorielle et les interactions autour de l'animal. La seconde partie de l'atelier sera consacrée à la prévention des morsures canines avec sensibilisation au langage du chien, compréhension des situations à risques et conseils pour adopter les bons comportements au quotidien.

- Gratuit sur réservation
nombre de places limitées
 - Inscription : 02 14 47 54 20
- Organisation :** CLIC Pays d'Auge
Lisieux et Theracanis



PONT-L'ÉVÊQUE

En visioconférence ou à la Maison

Départementale des Solidarités

14 rue de la Chaussée Nival

Mieux comprendre les démarches lorsqu'on emploie un salarié à domicile

► De 10h à 11h15

Recherche d'un salarié à domicile, contrat de travail, déclaration et rémunération du salarié avec le CESU, gestion des congés et des absences, rupture du contrat de travail... Ce n'est pas toujours facile de comprendre ses droits et ses obligations d'employeur. La Fédération des Particuliers Employeurs (FEPEM) vous propose une visioconférence pour vous informer et vous aider dans vos démarches. 2 possibilités pour assister au webinaire :

1. Chez soi en se connectant individuellement :

- Inscription par mail : normandie@franceemploiadomicile.fr pour recevoir personnellement le lien de connexion

2. En groupe à la Maison Départementale des Solidarités de Pont-l'Évêque :

- Gratuit sur réservation
- Inscription : auprès du CLIC au 02 14 47 54 94

Organisation : FEPEM de Normandie

PONT-L'ÉVÊQUE

Résidence le Clos des Cèdres
2 impasse des bruyères

Atelier numérique

► De 14h à 16h

Evadez-vous avec la réalité virtuelle, l'incrustation numérique et des jeux vidéos. Atelier animé par les conseillers numériques du département du Calvados.

► Gratuit sur réservation

► Inscription : auprès de Sophie
au 02 31 65 02 89 ou par mail :
animation@clos-des-cedres.com

Organisateur : résidence le Clos des Cèdres
2 impasse des bruyères - 14130 Pont-l'Évêque

TOUQUES

Tennis club - avenue Charles de Gaulle

Découverte du tennis santé

► De 10h à 11h

Le tennis club de Touques ouvre ses portes pour vous permettre de découvrir le tennis santé. Il s'agit d'une pratique adaptée et ludique recommandée notamment pour les personnes souffrant de maladies chroniques.

► Gratuit sur réservation

► Inscription : auprès du CLIC
au 02 14 47 54 94
ou clicpaysdaugenord@calvados.fr

Organisateur : Tennis club de Touques

VILLERS-SUR-MER

Les Régatiers - 20 rue du stade André Salesse

Bien manger

et bouger pour bien vieillir

► De 14h30 à 16h30

Conférence sur l'alimentation et l'activité physique adaptée (APA) suivie d'une séance d'activité physique adaptée (APA), d'un atelier culinaire et d'une dégustation.

► Gratuit sur réservation

nombre de places limitées
► Renseignements et inscription :
07 56 89 45 88 ou mssvillers@outlook.com

Organisateur : Association Maison Sport Santé de la Côte Fleurie (AMSSCF)



SAMEDI 10 OCTOBRE

LISIEUX

Médiathèque André Malraux - Place de la République

Jeux de société

► De 14h à 15h

Session jeux de société à l'atelier de la médiathèque.

► Gratuit - entrée libre

Organisation : Médiathèque André Malraux

LISIEUX

Médiathèque André Malraux - Place de la République

Karaoké nostalgique

► De 15h à 17h

Choisissez une chanson dans notre liste de titres et à vous les micros !

► Gratuit - entrée libre

Organisation : Médiathèque André Malraux



LIVAROT

Médiathèque La Fabrique

20 rue Georges Leroy

Lectures en tasse

► 10h

Une activité bimestrielle où les adultes se réunissent autour d'un café ou thé. C'est l'occasion de discuter de vos lectures et de vos coups de cœur, d'échanger sur divers auteurs et titres avec les bibliothécaires, le tout dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

► Gratuit sur réservation

► Inscription : 02 31 61 88 18

Organisation : Médiathèque La Fabrique

DIMANCHE 11 OCTOBRE

LE BREUIL-EN-AUGE

Résidence Les Bougainvillées

lieu-dit Le Plessis

Bal intergénérationnel

► De 15h à 17h30

Au cours du mois de septembre, dessins, danses et chants à répondre réunissent petits et grands pour préparer un grand bal « tradi » revisité. Une belle occasion de faire revivre les souvenirs d'antan et surtout, d'en créer de nouveaux. Animations encadrées par les artistes de la troupe des Rêveurs New World et la bibliothèque Terre d'Auge. Dimanche 11 octobre, après leur représentation, place au bal !

Exposition « Raconte-moi un souvenir de bal ».

► Tous publics - gratuit sur réservation

► Inscription : 02 14 47 54 94
ou clicpaysdaugenord@calvados.fr

Organisateur : Communauté de communes Terre d'Auge et CLIC du Pays d'Auge Pont-l'Évêque

JEUDI 15 OCTOBRE

TROUVILLE-SUR-MER

La Roseraie - 28 Rue du Manoir

Atelier numérique : l'intelligence artificielle (IA)

► De 9h30 à 11h30

Les conseillers numériques du département du Calvados vous proposent de découvrir les bases de l'IA : comprendre le fonctionnement, conseils pratiques et points de vigilance.

► Gratuit sur réservation

► Inscription : 06 98 63 43 59
ou 02 31 14 65 50

Organisateur : CCAS de Trouville-sur-Mer