

# L'AGENDA des seniors

Programme trimestriel



PRINTEMPS

AVRIL À JUIN 2024

Communauté de Communes



| [www.cocm.fr](http://www.cocm.fr)

# ANIM' seniors

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

## AVRIL

**Jeudi 18 avril de 14 h 30 à 16 h 30**

La Haye (Saint-Rémy-des-Landes - salle communale)

**Lundi 22 avril de 14 h 30 à 16 h 30**

Lessay (Résidence Âge et Vie, rue de Gaslonde)

**Jeudi 25 avril de 14 h 30 à 16 h 30**

Saint-Sébastien-de-Raids (salle des fêtes)

## MAI

**Vendredi 17 mai de 14 h 30 à 16 h 30**

Vesly (mairie - salle du conseil)

**Mardi 21 mai de 14 h 30 à 16 h 30**

Montsenelle (Lithaire - salle des fêtes)

**Mercredi 22 mai de 14 h 30 à 16 h 30**

Saint-Martin d'Aubigny (mairie)

## JUIN

**Jeudi 6 juin de 14 h 30 à 16 h 30**

Laulne (mairie)

**Vendredi 14 juin de 14 h 30 à 16 h 30**

Gorges (salle des fêtes)

**Lundi 17 juin de 14 h 30 à 16 h 30**

La Haye (Montgardon - salle des fêtes)

Encore plus d'animations !



## Ciné seniors

Prix de la séance : 5 €

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

Prochaines dates : 12 et 26 avril / 10 et 24 mai / 7 et 21 juin

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

### Cinéma de La Haye : tous les mardis à 15 h

## Ateliers mémoire

Un vendredi par mois.

La Haye : contacter le CLIC des Marais (02 33 06 04 17)

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

## Animations diverses

### Stage de conduite

Mardi 14 mai - 9 h à 16 h 30 - Lessay (espace des sports mécaniques, route de l'aérodrome). 10€. Inscription : 02 33 06 04 17

### « La poésie de l'échec » (Spectacle Villes en scène)

Vendredi 19 avril à 20 h 30 - Lessay (espace culturel). Infos sur cocm.fr

### Balade botanique et réalisation d'un herbier

Les mercredis 15 mai et 5 juin à Périers. Avec un botaniste musicien et les enfants de l'accueil de loisirs. Sur inscription

### Balade botanique « arthrose »

Jeudi 23 mai à 14 h 30 - Mont de Doville. Inscription : 02 33 06 04 17

## Championnades : en route pour les jeux olympiques

Parcours sportif en vue de championnades intergroupes

### Cérémonie d'ouverture

Mardi 4 juin - 10 h à 12 h - Créances (complexe sportif)

Introduction sur l'intérêt de la pratique sportive + 2 ateliers

Inscriptions aux entraînements et aux championnades

### Entraînements sportifs (séances d'une heure)

à Créances (complexe sportif), Doville (salle de convivialité) et Saint-Sébastien-de-Raids (salle des fêtes) les mardis 11, 18 et 25 juin

### Championnades : à qui la médaille d'or ?

Mardi 9 juillet - Créances (complexe sportif)



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