



# Agenda Seniors

Côté  
BESSIN

☎ 02 31 51 10 72

NOVEMBRE & DÉCEMBRE

## C maintenant ...

Jeudi 1<sup>er</sup> novembre

### BAYEUX – à 12h

**Déjeuner de Toussaint.** Le Restaurant « Les Falaises Blanches » vous propose un repas à thème pour des moments de rencontres et de partages.

*Ouvert à tous.*

*Tarif normal : 18,40 €*

*Tarif « carte loisirs » : 14,70 €*

*C'est où ? Résidence Les Falaises Blanches  
Renseignements et inscriptions conseillées  
☎ 02 31 10 44 00*

Vendredi 2 novembre

### GRANDCAMP MAISY – à 14h30

**Atelier « Médiation animale ».** Méthode thérapeutique basée sur l'échange positif. Elle se base sur un phénomène des plus anciens : le lien qui s'est tissé, depuis des millénaires, entre l'Homme et l'Animal.

*Gratuit & Ouvert à tous.*

*C'est où ? Résidence Les Ondines – Haute Vierville.*

*Renseignements et inscriptions conseillées  
☎ 02 31 51 36 36*

Mardi 6 novembre

### ISIGNY SUR MER – à 14h

**Pièce de théâtre-forum « Qu'est ce qu'on attend pour être vieux ! »**

Qui plongera le public de retraités dans une émission de télévision interactive sur le « bien vieillir ».

Qui balaye des thématiques en lien avec le « bien vieillir » :

⌚ entretenir sa mémoire, stimuler son cerveau (jeux, lecture, sorties, voyages...)  
⌚ rester en forme, tonifier son corps (activité physique quotidienne, alimentation équilibrée...)  
⌚ partager et rester en contact (relations



amoureuses, amicales et familiales, bénévolat...)

⌚ penser à soi et veiller à sa santé

**Entrée libre**

*C'est où ? Salle des fêtes*

*Renseignements et inscriptions conseillées  
auprès CLIC du Bessin ☎ 02 31 51 10 72  
ou l'ASEPT ☎ 02 31 25 38 31*

Mardi 6 novembre

### COURSEULLES SUR MER – à 14h



**Conférence « Les premiers gestes qui sauvent ».** Comment intervenir en cas de malaise cardiaque, sauver un enfant qui s'étouffe ou simplement savoir donner l'alerte...

*C'est où ? Salle du Conseil Municipal au 48 rue de la Mer*

*Contact : CCAS de Courseulles sur Mer*

*☎ 02 31 36 17 17*

*ASEPT ☎ 02 31 25 38 89*

Réservée aux aidants familiaux

Jeudi 8 novembre

### BAYEUX – de 14h à 16h

**Conférence intitulée « La Protection Juridique des personnes : Pourquoi et Comment ? »** portée par Malakoff Médéric et animée par des mandataires judiciaires partenaires. Cette conférence apportera un éclairage juridique et des conseils sur les différentes mesures de protection (tutelle, curatelle et mandat de protection future), leurs contextes et leurs procédures de mise en place

*C'est où ? Hôtel Novotel situé au 117 rue Saint Patrice à BAYEUX*

*Renseignements, inscriptions et modalités CLIC du Bessin ☎ 02 31 51 10 72*



Mardi 13 novembre

### BAYEUX – de 14h30 à 16h30

**Après-midi musical « L'art baroque avec Bach »** Quelques extraits de son immense

œuvre, notamment le choral « Jésus, que ma joie demeure », bien connu de tous, montreront la créativité de Bach qui occupe une place importante dans la période baroque, riche en musiciens. Présenté par Alain BONDINO.

*C'est où ? Espace Saint Patrice  
Contact : AVF ☎ 02 31 51 87 20*

Jeudi 15 novembre

### BAYEUX – de 14h30 à 16h30

**Sortie du patrimoine au Château de Caen.** Visite guidée du château de Caen en salle et en extérieur avec accès exceptionnel aux vestiges du donjon. Goûter au Café Mancel.

Départ 13h15, rdv parking rue de Bretagne en véhicules partagés

Retour vers 18h à Bayeux

*Renseignements et tarifs auprès de Mme GOVAERT*

*Contact : AVF ☎ 06 75 94 59 08*

Samedi 17 et Dimanche 18 novembre

### SOMMERVIEU – Samedi de 14h à 18h, Dimanche de 10h30 à 18h

**Salon Bien-Etre** organisé par l'association Le Z'Arts de Vivre. Nombreux ateliers.

*Entrée libre.*

*Renseignements et tarifs auprès de Madame Rachel BOBEE ☎ 06 20 79 03 32*

Mardi 20 novembre

### BAYEUX – à 18h

**SOIREE NUMERIQUE.** Venez vous informer sur comment bien réaliser vos démarches administratives par internet (administrations et formulaires en ligne, France-connect, création de compte...)

*Gratuit. Sur inscription auprès de l'EPN.*

*C'est où ? Espace Argouges, 48 bis rue de Beauvais*

*Contact : EPN ☎ 02 31 92 11 08*

Jeudi 22 novembre

### CAUMONT SUR AURE

**SENSIBUS.** Le bus du Bien vieillir qui accompagne les séniors pour le maintien à domicile permet de diffuser informations et conseils sur tout le territoire. Retrouvez l'encart en fin d'agenda.

*C'est où ? Marché de Caumont sur Aure  
Contact : CLIC Bessin ☎ 02 31 51 10 72*

Vendredi 23 novembre



### BAYEUX – de 15h à 17h

**CAFE DES AIDANTS.** Autour d'un café, nous vous proposons un temps convivial en libre accès, chacun arrive et repart quand il le désire ; c'est un temps d'échange et de rencontres pour les personnes qui accompagnent un proche dépendant ou en perte d'autonomie.

*C'est où ? L'Accueil Restaurant – ZAC Bellefontaine*

*Renseignements et inscriptions :  
CLIC du Bessin ☎ 02 31 51 10 72*



Samedi 24 novembre

### ELLON – à partir de 10 h

**Marché traditionnel de Noël** organisé par la résidence, en partenariat avec l'Association Un Rayon de Soleil. Nombreux exposants présents. Les bénéfices sont destinés au financement des sorties des Résidents et manifestations organisées à la Résidence.

*C'est où ? EHPAD Beausoleil.*

*Contact : Résidence ☎ 02 31 51 29 30*



Lundi 26 novembre

### BAYEUX – 20h15

**Ciné-Débat** avec film « Big Eyes » de Tim Burton – Cinéma le Méliès.

Organisé par le CCAS de Bayeux et ses partenaires dans le cadre de la journée internationale de lutte contre les violences faites aux femmes.

*Entrée Gratuite*

*C'est où ? Cinéma le Méliès.*

*Contact : CCAS Bayeux ☎ 02 31 51 60 73*

### PORT EN BESSIN

**SENSIBUS.** Le bus du Bien vieillir qui accompagne les séniors pour le maintien à domicile permet de diffuser informations et conseils sur tout le territoire. Retrouvez l'encart en fin d'agenda.

*C'est où ? Parking du Super U*

*Contact : CLIC Bessin ☎ 02 31 51 10 72*

Vendredi 30 novembre

### TREVIERES

**SENSIBUS.** Le bus du Bien vieillir qui accompagne les séniors pour le maintien à domicile permet de diffuser informations et conseils sur tout le territoire. Retrouvez l'encart en fin d'agenda.

*C'est où ? Marché de Trévières*

*Contact : CLIC Bessin ☎ 02 31 51 10 72*

## C en Décembre ...

Samedi 1<sup>er</sup> décembre

### BAYEUX – de 10h à 18h

**Marché de Noël.** La Résidence Domitys Les Falaises Blanches organise son traditionnel marché de Noël. De nombreux commerçants de la ville seront présents. Les résidents tiendront également un stand dont les profits seront reversés au Téléthon.

Ouvert à tous.

Contact : Domitys ☎ 02 31 10 44 00



Samedi 1<sup>er</sup> et Dimanche 2 décembre

### STE HONORINE DES PERTES – de 10h à 18h

**Marché de Noël artisanal.** C'est organisé par le Club de l'Amitié. Point d'accueil TELETHON, lâcher de ballons au profit du Téléthon le dimanche à 16h. Entrée libre.

C'est où ? Salle socio-culturelle

Contact : Club l'Amitié ☎ 06 11 28 27 23

Jeudi 6 décembre



### BERNIERES SUR MER – à 14H

**Théâtre Forum « L'argent par la fenêtre ».** Comment réduire sa consommation énergétique ?

Infos, conseils grâce aux partenaires présents (EDF, SOLIHA, CAPEB...)

C'est où ? Espace Nature - Salle de la Mer

Contact : CLIC Caen-Ouest

☎ 02 31 37 64 64

### GRANDCAMP MAISY – à partir de 14h30

**Animation « Arbre de Noël »,** fêtez Noël, animée par l'Association La Bigaille avec des chants musicaux d'antan.

Gratuit & Ouvert à tous.

C'est où ? Résidence Les Ondines – Haute Vierville.

Renseignements et inscriptions conseillées  
☎ 02 31 51 36 36

Jeudi 13 décembre

### BAYEUX – à 14h30

**CONFERENCE « L'ENFANT DANS L'ART » de Culture & Compagnie.** A partir du 18<sup>ème</sup> siècle, la baisse de la mortalité infantile et l'avènement de la famille bourgeoise, vont conduire naturellement à une reconnaissance de l'enfance, avec son innocence originelle et son besoin de tendresse, de jeu et d'éducation. Cette conférence sera animée

par Anne-Sophie Le Bigot de Culture & Compagnie.

C'est où ? Domitys Les Falaises Blanches  
Gratuit.

Contact : ☎ 02 31 10 44 00

### BAYEUX – à 14h30

**Conférence « 13 juillet 1793 », une normande change le cours de la Révolution.** Une caennaise, Charlotte Corday, assiste, en juin 1793 à Caen, à une série d'évènement qui l'amène à penser que le véritable responsable de tous les maux qui empêchent le déroulement pacifique de la Révolution est, par ses écrits et ses discours, Marat. Animée par Alain BONDINO.

C'est où ? Espace Saint Patrice

Contact : AVF ☎ 02 31 51 87 20

Mardi 18 décembre

### BAYEUX – De 10h à 12h

**ATELIER « SMARTPHONE ».** Venez avec votre smartphone pour une utilisation des fonctions de base.

C'est où ? Espace Argouges, 48 bis rue de Beauvais

Tarifs et Inscriptions auprès de l'EPN

☎ 02 31 92 11 08

Mercredi 19 décembre

### ISIGNY SUR MER

**SENSIBUS.** Le bus du Bien vieillir qui accompagne les séniors pour le maintien à domicile permet de diffuser informations et conseils sur tout le territoire. Retrouvez l'encart en fin d'agenda.

C'est où ? Sur le marché

Contact : CLIC Bessin ☎ 02 31 51 10 72

Lundi 31 décembre

### BAYEUX – à 19h30

**SOIREE DU NOUVEL AN.** Venez passer le réveillon du Nouvel An dans une ambiance festive et conviviale. Daniel Dolley vous fera passer la soirée en chansons, des 50's à nos jours !

C'est où ? Domitys Les Falaises Blanches

Tarif normal : 45 € - Tarif résidents : 40 €

☎ 02 31 10 44 00



## C News ...

❖ Une première dans le Calvados : **un service d'accueil de nuit**. L'EHPAD Les Deux Fontaines propose une prise en charge nocturne pour soulager et bénéficier de périodes de repos auprès des aidants familiaux. La personne est accueillie une ou plusieurs nuits par semaine (en journée, elle rejoint son domicile). Possibilité de prise en charge dans le cadre de l'APA.

*C'est où ? EHPAD Les Deux Fontaines à Fontenay le Pesnel  
Contact pour renseignements et tarifs :  
EHPAD ☎ 02 61 45 16 50*

❖ Service de transport assuré par des bénévoles : **Solidarité Transport**. Pour accompagner les personnes dans des déplacements occasionnels (visites médicales, achat de médicaments, démarches administratives et sociales, visites aux malades...). Hors dimanches et jours fériés ; dans un rayon géographique limité.

*C'est où ? Secteur de Grandcamp Maisy et à ses alentours  
Contact pour renseignements et tarifs :  
Familles Rurales ☎ 07 68 65 74 60*

Toute l'équipe du CLIC du Bessin vous souhaite de bonnes fêtes de fin d'année

## C à noter sur l'agenda 2019

Jeudi 10 janvier



**BAYEUX – de 14h30 à 16h30**

**Conférence « Le prélèvement à la source ».** Vous souhaitez embaucher quelqu'un à votre domicile. Combien ça coute ? Quelles sont les aides financières ? Le prélèvement à la source, qu'est ce qui va changer ? Nous répondrons à vos questions.

*C'est où ? CLIC du Bessin, 3 rue François Coulet – Salle de réunion du RDC  
Sur inscriptions auprès du CLIC du Bessin  
☎ 02 31 51 10 72*

Retrouvez toutes les dates des présences sur le Bessin dans cet AgendaSeniors



## Le Sensibus, c'est quoi ?

**Le Sensibus Calvados** accompagne le maintien à domicile des seniors en diffusant informations et conseils sur tout le territoire. Aménagé avec une salle de bains, une cuisine et une chambre, le bus est installé sur les marchés hebdomadaires du secteur. L'animateur fait une démonstration des aides techniques possibles pour favoriser le maintien à domicile. Des ergothérapeutes peuvent être sollicités pour compléter l'information et effectuer des évaluations à domicile. Vous souhaitez obtenir des informations, le CLIC du BESSIN est à votre service ☎ 02 31 51 10 72