



AgendaSeniors



Le conseil de
Simone

La baisse des capacités **auditives** et **visuelles** touche un nombre croissant de personnes. Malgré les avancées technologiques, beaucoup de Français prennent le risque de « décrocher » de la vie sociale. Les raisons avancées sont souvent liées au prix des équipements, au défaut de dépistage ou encore aux difficultés d'adaptation.

Il est pourtant possible de maintenir ou de retrouver une autonomie grâce à l'accompagnement de professionnels afin d'adapter ses gestes et/ou aménager son environnement. Une bonne information préalable sur les défauts visuels et auditifs, ainsi qu'une bonne appropriation des aides techniques spécifiques permettent de mieux anticiper pour une meilleure compensation.



Depuis le **lundi 25 février**
BAYEUX – 14h

FORMATION DES AIDANTS

« *Vivre au quotidien avec une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer* »

Cycle de 6 séances animé par des professionnels.
De 14h à 16h30 :

- le 25 février
- les 4, 11, 18 et 25 mars
- le 1er avril

C'est où ?

Bayeux - CLIC du Bessin, 3 rue François Coulet
Information & Inscription ☎ 02 31 51 10 72 - Gratuit



Mardi 12 mars – GRANDCAMP-MAISY
Vendredi 15 mars – BAYEUX
Mardi 19 mars – TRÉVIERES

Réunions publiques : 10h30 à 12h30
Tests individuels : 14h à 16h

MA VUE, MON AUDITION, OÙ J'EN SUIS ?

Informations sur les baisses de capacité liées à l'âge et tests individuels dans le cadre d'un dépistage préventif.

C'est où ?

Grandcamp-Maisy - Salle d'animation, Rue des anciennes écoles
Bayeux - CLIC du Bessin, 3 rue François Coulet
Trévières - Résidence M. Simon, Allée de la 2^e div. américaine
Information & Inscription ☎ 02 31 51 10 72 - Gratuit

CLIC DU BESSIN

3 rue François Coulet 14400 BAYEUX

Tél. 02 31 51 10 72 – Mail : clicbessin@calvados.fr



Jeudi 28 mars
TRÉVIÈRES – 14h

DÉBAT THÉÂTRAL « CHANGEMENT DE DIRECTION »
Spectacle par la Compagnie Entrées de jeu sur la conduite et la mobilité des seniors. Quatre mises en situation seront abordées avec humour invitant les spectateurs à donner leur avis et à proposer des solutions.

C'est où ?
Trévières - Salle des fêtes, 22 place du Marché
Information & Réservation ☎ 02 31 51 10 72 - Gratuit



Jeudi 4 avril
BAYEUX – 13h45 à 15h45

RENCONTRE DES AIDANTS
« Seul on peut s'épuiser, ensemble on se soutient »
Destinée aux aidants de personnes malades ou en perte d'autonomie, animée par une ergothérapeute.

Des aides techniques pour quoi faire ?
Associées aux aides humaines, les aides techniques contribuent à la préservation de l'autonomie des personnes et à la compensation des situations de handicap. Elles contribuent à améliorer la sécurité et facilitent l'intervention des aidants qui accompagnent la personne âgée. Elle favorise le maintien ou le retour à domicile. Il s'agit de tout équipement, instrument, dispositif, système technique ou logiciel adapté ou spécialement conçu pour prévenir ou compenser une limitation d'activité.

C'est où ?
Bayeux - CLIC du Bessin, 3 rue François Coulet
Information ☎ 02 31 51 10 72 – Gratuit



Le dimanche 31 mars
RENCONTRE avec François Lepage
5 places offertes à destination des
membres de l'agendaseniors
à retirer auprès du CLIC du Bessin
après inscription

Du mardi 12 mars au dimanche 7 avril
BAYEUX

EXPOSITION & RENCONTRE « PHOTOGRAPHE DE L'EXTREME »
François Lepage, photographe de l'extrême vous évoquera son périple en Antarctique. Une mission périlleuse pour but de ravitailler une base populaire française située dans une zone quasi-inaccessible. Mais rien ne va se passer comme prévu...

C'est où ?
Bayeux, 1 Boulevard Fabian Ware
Information & Réservation conseillée ☎ 02 31 51 10 72
Retrait des billets auprès du CLIC

Activités, sorties ... de nos partenaires

C maintenant ...

Lundi 11 mars

BAYEUX – 15h à 16h

Atelier mobilité « Piétons seniors »

Pour sensibiliser et informer les usagers sur les risques et dangers encourus sur la voie publique. Pratique d'exercices d'équilibre, de déplacements et de franchissement d'obstacles, ateliers animés par SIEL Bleu. Retrouvez les autres dates de cette action aux 18 et 25 mars.

C'est où ?

Espace Argouges

Information ☎ 02 31 51 60 73 - Gratuit



Jusqu'au vendredi 15 mars

SAINT VIGOR LE GRAND - 14h à 17h

Exposition « Les 232 de Bayeux »

Œuvres réalisées par le collège Letot de Bayeux dans le cadre du centenaire de la guerre 14/18 et présentée au Ministère de l'Education Nationale.

C'est où ?

EHPAD Les Hauts de l'Aure

Information ☎ 02 31 51 93 78 - Gratuit

Lundi 18 mars

BAYEUX – 12h

Parcours extérieur « Piétons seniors »

Sortie de mise en situation sur un parcours piéton dans Bayeux.

C'est où ?

Espace Argouges

Information ☎ 02 31 51 60 73 - Gratuit



Mardi 19 mars

BAYEUX – 14H30 à 16H30

Après-midi musical

Durant la vie de Mozart, le clavecin est remplacé par le « pianoforte » qui, au fil des années, se perfectionne. Sonates et concertos illustreront cette partie de cette immense œuvre. Présenté par Alain BONDINO.

C'est où ?

Espace Saint Patrice

Information AVF ☎ 02 31 51 87 20 - Gratuit



Jeudi 21 mars

BAYEUX – 12h

Repas à thème « retour des beaux jours »

C'est où ?

Restaurant Clémenceau

Information, tarif et réservation auprès de MME HUTREL ☎ 02 31 92 23 24

CLIC DU BESSIN

3 rue François Coulet 14400 BAYEUX

Tél. 02 31 51 10 72 – Mail : clicbessin@calvados.fr

SAINT-LO – départ 13h de Bayeux

Visite de la ville

Visite guidée du patrimoine, de ses origines à nos jours, visite libre du musée des Beaux Arts et goûter au « grand balcon ».

Rendez-vous à 13h, parking rue de la Bretagne de BAYEUX en véhicules partagés.

Qui organise ?

AVF - Madame Govaert

Information et inscription ☎ 06 75 94 59 08 ou au local AVF, 1 rue des Cuisiniers les lundis et mercredis de 14h30 à 16h30. Tarif : 16 €

Lundi 25 mars

ETRÉHAM – départ 14h de Trévières

ADAPT'GYM

Balade à ETRÉHAM, animée par Gilbert TORCHEUX, Maire de Russy.

Sorties courtes d'environ 2 à 5 kms, à chacun son rythme, où en herborise et on observe la nature.

Qui organise ?

Michel Jouen ☎ 02 31 22 56 97- Gratuit

Rendez-vous à Trévières à 14h pour les balades organisées à l'ouest du territoire



BAYEUX – 15h à 16h

Atelier mobilité « Piétons seniors »

Pour sensibiliser et informer les usagers sur les risques et dangers encourus sur la voie publique. Pratique d'exercices d'équilibre, de déplacements et de franchissement d'obstacles, ateliers animés par SIEL Bleu.

C'est où ?

Espace Argouges

Information ☎ 02 31 51 60 73 - Gratuit



C en avril ...

Jeudi 18 avril

BAYEUX – 12h

Repas de Pâques

C'est où ?

Restaurant Clémenceau

Information, tarif et réservation auprès de MME HUTREL ☎ 02 31 92 23 24



Lundi 29 avril

BOCAGE PRES DE SAINT-LO – départ 14h de Trévières

ADAPT'GYM

Balade dans le bocage près de SAINT LÔ, animée par Michel JOUEN.

Sorties courtes d'environ 2 à 5 kms, à chacun son rythme, où en herborise et on observe la nature.

Qui organise ?

Michel Jouen ☎ 02 31 22 56 97- Gratuit

Rendez-vous à Trévières à 14h pour les balades organisées à l'ouest du territoire.



C bientôt ...

Jeudi 16 mai

LA CAMBE – 10h30 à 17h

Journée conduite et mobilité Seniors

Interventions, simulateur de conduite, parcours auto-école, stands sur la mobilité...

Qui organise ?

CLIC du Bessin, Gendarmerie Nationale, Préfecture du Calvados, Groupama, Solidarité Transport de Grandcamp-Maisy/La Cambe et sa région, Monalisa Calvados, Comité Régional de l'action sociale Agirc-Arrco, MSA Côtes Normandes etc.

Information ☎ 02 31 51 10 72 - Gratuit

Jeudi 23 mai

DREUX – départ 7h de Bayeux

Visite de la ville

De la Chapelle Royale, en passant par la ville jusqu'au Musée de Dreux avec conférence musicale de quatre œuvres majeures. Départ du parking d'Ornano de Bayeux à 7 h; retour vers 21 h.

Qui organise ?

AVF - Madame Govaert

Information et inscription ☎ 06 75 94 59 08 ou au local AVF, 1 rue des Cuisiniers les lundis et mercredis de 14h30 à 16h30. Tarif à définir : entre 72 et 80 euros.

C Esprit Détente...

C'est une agence de voyages dédiée aux personnes âgées, elle promeut le tourisme et la culture, en adaptant les séjours touristiques à la perte d'autonomie.

Séjours 2019 :

AJACCIO : Mercredi 10 avril au mercredi 17 avril

CARNAC : Mercredi 15 mai au mercredi 22 mai

Qui organise ?

TRAVEL VOYAGE

Information et inscription ☎ 06 16 56 50 34



Travel Age

C des services...

BESSIN

Croix-rouge sur roues

☎ Transport solidaire à la demande d'un Travailleur Médico-Social

☎ Visite à domicile de convivialité

☎ Ecoute et aide administrative (avec matériel numérique)

Secteurs : cantons de Bayeux, Trévières, Vire et une partie de Courseulles

Comment les joindre ?

Contact et information ☎ 06 61 31 36 40

GRANDCAMP-MAISY/LA CAMBE ET SA RÉGION

Solidarité Transport

Vous avez du temps disponible... Vous souhaitez aider des personnes... Vous aimez conduire... Alors devenez chauffeur-bénévole de Solidarité Transport (avec votre véhicule personnel). Participation aux frais (du départ de votre domicile à votre retour à domicile).

Comment participer ?

Contact et information ☎ 07 68 65 74 60 ou blandine.lefevre@famillesrurales.org

RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS > contactez directement l'organisateur
Inscriptions dans la limite des places disponibles

CLIC DU BESSIN

3 rue François Coulet 14400 BAYEUX

Tél. 02 31 51 10 72 – Mail : clibessin@calvados.fr