

# L'AGENDA SÉNIORS 2024

---

Programme  
Activités  
Animations



Pôle Senior  
Pôle Action Sociale & Solidarités  
CCAS de Louviers

# L'ÉDITO

---

**En décrochant le label "Ville amie des aînés" niveau Or, la Ville de Louviers entend plus que jamais être une cité attractive, agréable, résolument humaine et facile à vivre à tous les âges de la vie. À travers son Pôle sénior, la municipalité se mobilise pour décliner un programme d'actions, de temps de rencontres, de sorties et d'activités, qui répondent au mieux à vos besoins.**

Au fil de ces pages, vous découvrirez toute la diversité du programme proposé pour l'année 2024 : sorties, séjours, ateliers de prévention, conférence santé, sans oublier les temps de convivialité autour de rencontres ou d'ateliers culinaires.

La Ville de Louviers s'attache à développer le lien social grâce à des projets innovants, comme les ateliers « équithérapie » primés au concours national des villes amies des aînés.

En 2024, Louviers se met aux couleurs des Jeux olympiques et paralympiques de Paris, avec en point d'orgue le passage de la flamme paralympique le 26 août prochain. Du sport qui se décline toute l'année à travers de nombreux événements propices pour allier santé, détente, balades et défis !

**Nous vous souhaitons de belles découvertes.**

**François-Xavier PRIOLLAUD**  
Maire de Louviers  
Vice-président de la Région  
Normandie

**Gaëtan BAZIRE**  
Conseiller municipal délégué  
auprès du maire,  
chargé des séniors, des festivités  
et des liens intergénérationnels



# INFOS

**Inscription obligatoire pour tous les ateliers et sorties** auprès du Pôle Senior, lors des permanences le **lundi matin entre 9h et 12h30** au bâtiment A de la Résidence du Parc ou le **jeudi matin** (mêmes horaires), à l'accueil Mairie (hors vacances scolaires).



## **VOS INSCRIPTIONS VOUS ENGAGENT :**

les absences répétées (et non justifiées) entraîneront une annulation instantanée de votre prochaine inscription.

## **PERMANENCES :**



Vous pouvez rencontrer votre élu, Gaëtan Bazire, sur rendez-vous au **02 32 50 94 21.**

Conseiller numérique : auprès du CCAS au **02 32 09 58 90.**



## **LE JOURNAL DU PÔLE SÉNIOR**

Le Pôle Senior édite un petit journal numérique : Informations, divertissements, rappels du programme sénior, cuisine et jeux. Pour le recevoir, merci de nous transmettre votre adresse mail. Pour y contribuer, contactez-nous!

# JANVIER

Reprise des ateliers permanents sur l'année : dates communiquées lors de votre inscription (hors vacances scolaires).

## BIEN DANS SON CORPS

### LES JEUDIS MATINS

#### GYMNASTIQUE DOUCE

10h45

Résidence du Parc

Avec Alain du Service des Sports

## BIEN DANS SON CORPS

### LES VENDREDIS APRÈS-MIDIS

#### GYMNASTIQUE RYTHMIQUE ADAPTÉE AVEC BÂTONS

15h15

Résidence du Parc

Avec l'Association Siel Bleu



## BIEN DANS SES NEURONES

### LES MERCREDIS APRÈS-MIDIS

#### COGIT'ÂGES

14h30 ou 15h45

(en fonction du nombre d'inscrits)

Médiathèque

Avec Céline Duval

## BIEN DANS SA MUSIQUE

### LES LUNDIS APRÈS-MIDIS

(hors vacances scolaires)

#### CHANT

16h

Résidence du Parc - Petit Salon

Avec Éric Boyer



## FÉVRIER

Ateliers permanents +

### INSCRIPTIONS BANQUET

#### JEUDI 1<sup>ER</sup> FÉVRIER

9h - 17h

Salle des colonnes, cour de la mairie de Louviers

Munis de votre carte senior (À défaut : photo d'identité + pièce d'identité + justificatif de domicile autre que l'avis d'imposition)

Réservations possibles lors des permanences du 05 et 08 février 2024 à la mairie.

## SORTIE

### MARDI 13 FÉVRIER

#### DÉJEUNER - SPECTACLE AU VITOTEL CABARET

Départ 11h30

Résidence du Parc

Tarif : 72€ (déjeuner + spectacle + partie dansante)

Règlement dès le 22 janvier 2024

## BAVARD'ÂGES

### VENDREDI 16 FÉVRIER

10h

Musée de Louviers

## MARS

Ateliers permanents +

### MARDI 12 MARS

#### BANQUET DES AÎNÉS sur le thème des Jeux Olympiques

À 12h

Hub Expo & Congrès Avenue Winston Churchill

Munis de votre invitation

Inscriptions préalables le 1<sup>er</sup> février 2024

Pour les 65 ans et +





Pour  
les 65 ans  
et +

# BANQUET DES AÎNÉS

SUR LE THÈME DES JEUX OLYMPIQUES

MARDI 12 MARS 2024 // 12H

HUB EXPO & CONGRÈS 26 Av. Winston Churchill,  
27400 Louviers

INSCRIPTIONS 1<sup>er</sup> février 2024 - 9h à 17h\*

Salle des colonnes, cour de la mairie,  
19 rue Pierre Mendès France, 27400 Louviers.

Renseignements auprès du Pôle Sénior  
02 32 50 94 21.

\*ou sur les permanences du Pôle Sénior  
les 5 et 8 février 2024, dans la limite des places disponibles.



## BIEN DANS SON ART

**VENDREDI 15 MARS**

### ATELIER ARTS CRÉATIFS

De 10h à 12h

Résidence du Parc

Limité à 8 personnes

---

## BIEN DANS SON ASSIETTE

**MARDI 19 MARS**

### ATELIER CUISINE

De 10h à 12h

Résidence du Parc

Avec Amandine Boutel

---

## SORTIE

**MARDI 19 MARS**

### THÉ DANSANT AUX ANDELYS

Départ à 13h30

Résidence du Parc

Avec Dominique Sorin

Droit d'entrée à régler sur  
place : 10€

---

## BIEN DANS SA MUSIQUE

**LUNDI 25 MARS**

### ATELIER MUSIQUE

De 14h15 à 16h15

École de Musique Maurice  
Duruflé

Avec Léon Andraud

Limité à 12 personnes

---

## BIEN DANS SON CORPS

**MARDI 26 MARS**

### ÉQUITHÉRAPIE à la ferme pédagogique « les crins de verdure » à Elbeuf

Départ 9h30, retour 12h30

Résidence du Parc

---

## BIEN DANS SON CORPS

**JEUDI 28 MARS**

### ATELIER DANSE

De 15h15 à 16h45

Résidence du Parc

Avec Maëline

---



## BAVARD'ÂGES

**VENDREDI 29 MARS**

À 10h

ÉPIREUIL (Épicerie Sociale  
et Solidaire)  
Immeuble Le Tarn  
20 Rue Guy de  
Maupassant, Louviers

Limité à 6 personnes

---

# AVRIL

Ateliers permanents +

## BIEN DANS SON CORPS



**MARDI 2 AVRIL**

### MON PARI 2024 Découverte des disciplines des jeux olympiques adaptées aux séniors avec « L'été Indien »

14h

Salle des colonnes,  
cour de la mairie de Louviers

*Réunion d'information en  
amont des ateliers*

---

## BIEN DANS SON ART VENDREDI 5 AVRIL

### ATELIER ARTS CRÉATIFS

De 10h à 12h

Résidence du Parc

Limité à 8 personnes

---

## BIEN DANS SON CORPS

**MARDI 9 AVRIL**

### ÉQUITHÉRAPIE à la ferme pédagogique « les crins de verdure » à Elbeuf

Départ 9h30, retour 12h30

Résidence du Parc

---



## BIEN DANS SON CORPS



**MARDI 9 AVRIL**

**MON PARI 2024**  
Découverte des  
disciplines des  
jeux olympiques  
adaptées aux séniors  
avec « L'été Indien »

14h

Salle des colonnes,  
cour de la mairie de Louviers

Séance 1

## BIEN DANS SON CORPS

**JEUDI 11 AVRIL**

**ATELIER DANSE**

De 15h15 à 16h45

Résidence du Parc

Avec Maéline

## BAVARD'ÂGES

**VENDREDI 12 AVRIL**

10h

Scène 5 – Théâtre de Louviers

## BIEN DANS SA MUSIQUE

**LUNDI 15 AVRIL**

**ATELIER MUSIQUE**

De 14h15 à 16h15

École de Musique Maurice  
Durufié

Avec Léon Andraud

Limité à 12 personnes

## BIEN DANS SON ASSIETTE

**MARDI 16 AVRIL**

De 10h à 12h

Résidence du Parc

Avec Amandine Boutel

## BIEN DANS SON CORPS

**MARDI 16 AVRIL**

**MON PARI 2024**  
Découverte des  
disciplines des  
jeux olympiques  
adaptées aux séniors  
avec « L'été Indien »

14h

Salle des colonnes,  
cour de la mairie de Louviers

Séance 2

## SORTIE

**VENDREDI 19 AVRIL**

**SORTIE AU MUSÉE  
DU VERRE à  
Conches-en-Ouche**

Départ 13h30

Résidence du Parc

Tarif : 6€

Règlement 1 mois avant la  
sortie



# MAI

Ateliers permanents +

## BIEN DANS SON ART

**VENDREDI 3 MAI**

**ATELIER ARTS  
CRÉATIFS**

De 10h à 12h

Résidence du Parc

Limité à 8 personnes



## BIEN DANS SON CORPS



**MARDI 7 MAI**

**MON PARI 2024**  
Découverte des  
disciplines des  
jeux olympiques  
adaptées aux séniors  
avec « L'été Indien »

14h

Salle des colonnes,  
cour de la mairie de Louviers

Séance 3

## BIEN DANS SA MUSIQUE

**LUNDI 13 MAI**

**ATELIER MUSIQUE**

De 14h15 à 16h15

École de Musique Maurice  
Durufié

Avec Léon Andraud

Limité à 12 personnes

**MARDI 14 MAI**

**CONFÉRENCE ASEPT**  
sur les accidents  
domestiques

De 10h à 11h30

**SORTIE**

**MARDI 14 MAI**

**SORTIE À ANYMANIA**  
Parc animalier à Val-  
de-Reuil  
+ Atelier du monde  
Apicole

Départ 13h15

Résidence du Parc

Tarif 11.50€

Règlement de la sortie dès  
le 15 avril



**BIEN DANS  
SON CORPS**



**MARDI 14 MAI**

**MON PARI 2024**  
Découverte des  
disciplines des  
jeux olympiques  
adaptées aux séniors  
avec « L'été Indien »

14h

Salle des colonnes,  
cour de la mairie de Louviers

Séance 4

**BIEN DANS SON  
CORPS**

**JEUDI 16 MAI**

**ATELIER DANSE**

De 15h15 à 16h45

Résidence du Parc

Avec Maëline

**SÉNIORS AU  
VOLANT**

**JEUDI 16 MAI**

**RÉVISER VOTRE  
CODE DE LA ROUTE**  
les nouvelles  
légalisations et  
pratiquer sur des  
voitures manuelles  
ou automatiques  
avec un moniteur

De 9h à 17h

IFAIR, 7/9 rue des  
entrepôts, 27400 Louviers

Avec L'IFAIR



**BIEN DANS SON  
CORPS**

**MARDI 22 MAI**

**ÉQUITHÉRAPIE**  
à la ferme  
pédagogique « les  
crins de verdure » à  
Elbeuf

Départ 9h30, retour 12h30

Résidence du Parc

**BIEN DANS SON  
ASSIETTE**

**MARDI 22 MAI**

**ATELIER CUISINE**

De 10h à 12h

Résidence du Parc

Avec Amandine Boutel

**BIEN DANS  
SON CORPS**



**MARDI 22 MAI**

**MON PARI 2024**  
Découverte des  
disciplines des  
jeux olympiques  
adaptées aux séniors  
avec « L'été Indien »

14h

Salle des colonnes,  
cour de la mairie de Louviers

Séance 5

**BAVARD'ÂGES**

**VENDREDI 24 MAI**

À 10h

Centre d'Incendie et de  
Secours Louviers Val de  
Reuil, 27100 Val de Reuil

Covoiturage obligatoire car  
places de parking limitées



**SÉJOUR  
ANCV  
À CHAMONIX**



**DU SAMEDI 25 MAI  
AU SAMEDI 1<sup>ER</sup> JUIN**

**SÉJOUR DE 8 JOURS  
avec excursions et  
pension complète**

Informations et inscriptions  
auprès du Pôle Senior

Transport en autocar

Hébergement en chambre  
double uniquement

Possibilité de régler en  
plusieurs fois avant le départ



**BIEN DANS  
SON CORPS**



**MARDI 28 MAI**

**MON PARI 2024  
Découverte des  
disciplines des  
jeux olympiques  
adaptées aux séniors  
avec « L'été Indien »**

14h

Salle des colonnes,  
cour de la mairie de Louviers

Séance 6

**BIEN DANS SON  
CORPS**

**JEUDI 30 MAI**

**ATELIER DANSE**

De 15h15 à 16h45

Résidence du Parc

Avec Maéline

**JUIN**

Ateliers permanents +

**MARDI 4 JUIN**

**LES ACCIDENTS  
DOMESTIQUES**

(atelier 1)

De 10h à 12h

**BIEN DANS  
SON CORPS**



**MARDI 4 JUIN**

**MON PARI 2024  
Découverte des  
disciplines des  
jeux olympiques  
adaptées aux séniors  
avec « L'été Indien »**

14h

Salle des colonnes,  
cour de la mairie de Louviers

Séance 7

**BIEN DANS SON ART**

**VENDREDI 7 JUIN**

**ATELIER ARTS  
CRÉATIFS**

De 10h à 12h

Résidence du Parc

Limité à 8 personnes



**BIEN DANS  
SON CORPS**



**MARDI 11 JUIN**

**MON PARI 2024  
Découverte des  
disciplines des  
jeux olympiques  
adaptées aux séniors  
avec « L'été Indien »**

14h

Salle des colonnes,  
cour de la mairie de Louviers

Séance 8

**SORTIE**

**VENDREDI 14 JUIN**

**DÉCOUVERTE  
du Château  
et ses jardins  
remarquables de St  
Germain en Laye**

Départ 13h

Résidence du Parc

Tarif : 13.05€

Règlement de la sortie dès  
le 13 mai 2024



**BIEN DANS SA  
MUSIQUE**

**LUNDI 17 JUIN**

**ATELIER MUSIQUE**

De 14h15 à 16h15

École de Musique Maurice  
Duruflé

Avec Léon Andraud

Limité à 12 personnes

**MARDI 18 JUIN**

**LES ACCIDENTS  
DOMESTIQUES**

De 10h à 12h

**BIEN DANS SON  
CORPS**

**MARDI 18 JUIN**

**ÉQUITHÉRAPIE à la  
ferme pédagogique  
« les crins de  
verdure » à Elbeuf**

Départ à 9h30

Résidence du Parc

**BIEN DANS  
SON CORPS**



**MARDI 18 JUIN**

**MON PARI 2024  
Découverte des  
disciplines des  
jeux olympiques  
adaptées aux séniors  
avec « L'été Indien »**

14h

Salle des colonnes,  
cour de la mairie de Louviers

Séance 9

**BAVARD'ÂGES**

**VENDREDI 21 JUIN**

**ENTREPRISE  
SOLUTIONS ET  
SOURIRE, échange  
avec Céline Cormeau  
Venez découvrir son  
activité**

10h (durée env. 2h)

Résidence du Parc

**BIEN DANS  
SON CORPS**



**MARDI 25 JUIN**

**MON PARI 2024  
Découverte des  
disciplines des  
jeux olympiques  
adaptées aux séniors  
avec « L'été Indien »**

14h

Salle des colonnes,  
cour de la mairie de Louviers

Séance 10

**JUILLET**

**BIEN DANS  
SON CORPS**



**MARDI 2 JUILLET**

**MON PARI 2024  
Découverte des  
disciplines des  
jeux olympiques  
adaptées aux séniors  
avec « L'été Indien »**

14h

Salle des colonnes,  
cour de la mairie de Louviers

Bilan

**AOÛT**

**LUNDI 26 AOÛT**

**PASSAGE DE  
LA FLAMME  
PARALYMPIQUE  
À LOUVIERS**

Programme à venir  
(rdv sur ville-louviers.fr)



**SEPTEMBRE**

Reprise des ateliers  
permanents +

**VILLAGE DES  
ASSOCIATIONS**

**SAMEDI 7  
SEPTEMBRE**

Maison des Sports et des  
Associations

Ouvert à tous



## BIEN DANS SON CORPS

**MARDI 10 SEPTEMBRE**

**ÉQUITHÉRAPIE à la ferme pédagogique « les crins de verdure » à Elbeuf**

Départ 9h30, retour 12h30

Résidence du Parc

---

## BIEN DANS SON CORPS

**JEUDI 12 SEPTEMBRE**

**SOPHROLOGIE « Bulle des émotions »**

16h

Résidence du Parc

---



## BAVARD'ÂGES

**VENDREDI 13 SEPTEMBRE**

**PRÉSENTATION DE LA PROGRAMMATION DES SPECTACLES 2024/2025**

10h (durée env. 2h)

Le Moulin

Avec Fabienne Gleye

---

## FOITE À TOUT

**SAMEDI 14 SEPTEMBRE**

Inscriptions auprès du Pôle Senior à partir du 12 août

Résidence du Parc

3€ le mètre (stand de 3m minimum)

Animation et restauration sur place

Ouvert à tous

---

## BIEN DANS SON CORPS

**LUNDI 16 SEPTEMBRE**

**YOGA**

De 15h à 16h

Salle de la Maison des Projets (Résidence Intergénérationnelle)

Avec Caroline Ribeiro

---



## BIEN DANS SA MUSIQUE

**LUNDI 16 SEPTEMBRE**

**ATELIER MUSIQUE**

De 14h15 à 16h15

École de Musique Maurice Duruflé

Avec Léon Andraud

Limité à 12 personnes

---

## SORTIE

**MARDI 17 SEPTEMBRE**

**VISITE DU MUSEE BOHIN - Dernière manufacture de fabrication d'aiguilles à coudre**

(Prévoir pique-nique)

10h45

Résidence du Parc

Tarif : 10€

Règlement à partir du 12 août

---

## BIEN DANS SON CORPS

**JEUDI 19 SEPTEMBRE**

**SOPHROLOGIE « Bulle des émotions »**

16h

Résidence du Parc

---

## BIEN DANS SON ART

**VENDREDI 20 SEPTEMBRE**

**ATELIER ARTS CRÉATIFS**

De 10h à 12h

Résidence du Parc

Limité à 8 personnes

---



## BIEN DANS SON ASSIETTE

**JEUDI 24 SEPTEMBRE**

### ATELIER CUISINE

De 10h à 12h

Résidence du Parc

Avec Amandine Boutel

---

## BIEN DANS SON CORPS

**LUNDI 30 SEPTEMBRE**

### YOGA

De 15h à 16h

Salle de la Maison des Projets (Résidence Intergénérationnelle)

Avec Caroline Ribeiro

---

# OCTOBRE

Ateliers permanents +

## OCTOBRE ROSE

**TOUT LE MOIS**

### ACTIONS EN FAVEUR D'OCTOBRE ROSE

Programme communiqué ultérieurement.



## BIEN DANS SON ASSIETTE

**MARDI 1<sup>ER</sup> OCTOBRE**

### VISITE DE L'ATELIER CÉRAMIQUE (1<sup>er</sup> groupe)

Départ à 13h30

Résidence du Parc

Avec Florent Rodier, Le Tilleul Lambert

Limité à 8 personnes

Règlement dès le 02 septembre

---

## BIEN DANS SON CORPS

**JEUDI 3 OCTOBRE**

### SOPHROLOGIE

« Bulle des émotions »

16h

Résidence du Parc

---

## SEMAINE BLEUE

**DU LUNDI 7 AU VENDREDI 11 OCTOBRE**

Programmation de la semaine bleue à découvrir à partir de septembre 2024

---

## BIEN DANS SON CORPS

**LUNDI 7 OCTOBRE**

### YOGA

De 15h à 16h

Salle de la Maison des Projets (Résidence Intergénérationnelle)

Avec Caroline Ribeiro

---

## BIEN DANS SON CORPS

**MARDI 8 OCTOBRE**

### ÉQUITHÉRAPIE à la ferme pédagogique « les crins de verdure » à Elbeuf

Départ à 9h30

Résidence du Parc



## BIEN DANS SON CORPS

**JEUDI 10 OCTOBRE**

### SOPHROLOGIE

« Bulle des émotions »

16h

Résidence du Parc

---

## BAVARD'ÂGES

**VENDREDI 11 OCTOBRE**

10h

Service communication et événementiel

---

## BIEN DANS SA MUSIQUE

**LUNDI 14 OCTOBRE**

### ATELIER MUSIQUE

De 14h15 à 16h15

École de Musique Maurice Duruflé

Avec Léon Andraud

Limité à 12 personnes

---

## BIEN DANS SON CORPS

**LUNDI 14 OCTOBRE**

### YOGA

De 15h à 16h

Salle de la Maison des Projets (Résidence Intergénérationnelle)

Avec Caroline Ribeiro

---

## SORTIE

**MARDI 15 OCTOBRE**

### VISITE DE L'ATELIER CÉRAMIQUE

(2<sup>ème</sup> groupe)

Départ à 13h30

Résidence du Parc

Avec Florent Rodier,  
Le Tilleul Lambert

Limité à 8 personnes

Règlement dès le 16 septembre

---



## BIEN DANS SON CORPS

**JEUDI 17 OCTOBRE**

### SOPHROLOGIE

« Bulle des émotions »

16h

Résidence du Parc

---



## BIEN DANS SON ART

**VENDREDI 18 OCTOBRE**

### ATELIER ARTS CRÉATIFS

De 10h à 12h

Résidence du Parc

Limité à 8 personnes

---

## NOVEMBRE

Ateliers permanents +

## BIEN DANS SON CORPS

**LUNDI 4 NOVEMBRE**

### YOGA

De 15h à 16h

Salle de la Maison des Projets (Résidence Intergénérationnelle)

Avec Caroline Ribeiro

---

## BIEN DANS SON ASSIETTE

**MARDI 5 NOVEMBRE**

### ATELIER CUISINE

De 10h à 12h

Résidence du Parc

avec Amandine Boutel

---

## BIEN DANS SON CORPS

**JEUDI 7 NOVEMBRE**

### SOPHROLOGIE

« Bulle des émotions »

16h

Résidence du Parc

---

## BIEN DANS SON CORPS

**JEUDI 14 NOVEMBRE**

### SOPHROLOGIE

« Bulle des émotions »

16h

Résidence du Parc

---

## BAVARD'ÂGES

**VENDREDI 15 NOVEMBRE**

10h

École de Musique Maurice Durufly



## BIEN DANS SA MUSIQUE

**LUNDI 18 NOVEMBRE**

### ATELIER MUSIQUE

De 14h15 à 16h15

École de Musique Maurice Durufly

Avec Léon Andraud

Limité à 12 personnes

---

## SORTIE

**MARDI 19 NOVEMBRE**

Surprise !

---

## BIEN DANS SON CORPS

**JEUDI 21 NOVEMBRE**

**SOPHROLOGIE**  
« Bulle des émotions »

16h

Résidence du Parc

---

## BIEN DANS SON ART

**VENDREDI 22 NOVEMBRE**

**ATELIER ARTS CRÉATIFS**

De 10h à 12h

Résidence du Parc

Limité à 8 personnes

---

**VENDREDI 22 NOVEMBRE**

**CONFÉRENCE ASEPT les premiers secours**

(Séance 1)

14h (durée env. 2h)

Résidence du Parc

---



## BIEN DANS SON CORPS

**LUNDI 25 NOVEMBRE**

**YOGA**

De 15h à 16h

Salle de la Maison des Projets (Résidence Intergénérationnelle)

Avec Caroline Ribeiro

---

## BIEN DANS SON CORPS

**JEUDI 28 NOVEMBRE**

**SOPHROLOGIE**  
« Bulle des émotions »

16h

Résidence du Parc

---

## DÉCEMBRE

Ateliers permanents +

## BIEN DANS SON CORPS

**LUNDI 2 DÉCEMBRE**

**YOGA**

De 15h à 16h

Salle de la Maison des Projets (Résidence Intergénérationnelle)

Avec Caroline Ribeiro

---

## SORTIE

**MARDI 3 DÉCEMBRE**

**DÉCO ET CADEAUX DE NOËL**

Départ à 14h

Résidence du Parc

Jardinerie Desjardins, Cléon

Gratuit dans la limite des places disponibles

---



## BIEN DANS SON ART

**VENDREDI 6 DÉCEMBRE**

**ATELIER ARTS CRÉATIFS**

De 10h à 12h

Résidence du Parc

Limité à 8 personnes

---

**VENDREDI 6 DÉCEMBRE**

**ASEPT SÉANCE 1 les premiers secours**

14h (durée env. 2h)

Résidence du Parc

---

**SAMEDI 7 DÉCEMBRE**

**MARCHE DE NOËL à la Résidence du Parc**

De 10h à 17h

---



## BIEN DANS SON CORPS

**LUNDI 9 DÉCEMBRE**

**YOGA**

De 15h à 16h

Salle de la Maison des Projets (Résidence Intergénérationnelle)

Avec Caroline Ribeiro

---

## **BIEN DANS SON ASSIETTE**

**MARDI 10 DÉCEMBRE**

### **ATELIER CUISINE**

De 10h à 12h

Résidence du Parc

Avec Amandine Boutel

---

## **BAVARD'ÂGES**

**VENDREDI 13  
DÉCEMBRE**

10h

Association L'OUTIL EN  
MAIN, 4 impasse des prés,  
27400 Louviers



**VENDREDI 13  
DÉCEMBRE**

### **ASEPT les premiers secours** *(Séance 2)*

14h (durée env. 2h)

Résidence du Parc

---

## **BIEN DANS SA MUSIQUE**

**LUNDI 16 DÉCEMBRE**

### **ATELIER MUSIQUE**

De 14h15 à 16h15

École de Musique Maurice  
Duruflé

Avec Léon Andraud

Limité à 12 personnes

---

## **NOTES :**

## **PÔLE SENIOR CCAS**

**Résidence Autonomie du Parc  
35 rue Massacre - entrée A  
27400 Louviers**

---

**02 32 50 94 21  
pole.senior@ville-louviers.fr**

---

### **Nos permanences :** *(hors vacances scolaires)*

- **lundi de 9h et 12h30** à la Résidence du Parc
- **le jeudi de 9h à 12h30** à l'accueil de la Mairie



Louviers, ville  
« AMI DES AÎNÉS »

*Avec le concours financier de la CNSA dans le cadre de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de l'Eure.*