

L'AGENDA de votre



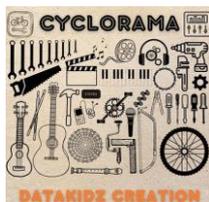
Mai et Juin 2025

ACTIONS DU CLIC CAEN ELARGI – ANTENNE CAEN CANADA :

Le CLIC de Caen Elargi a le plaisir de vous proposer son programme d'actions collectives de prévention :

Ciné Concert CYCLORAMA

Dans le cadre de la 11ème édition du Printemps des CLIC, vous êtes invités à un ciné-concert convivial et dynamique animé par la compagnie Datakidz création. Profitez de ce spectacle surprenant conçu à partir de vidéos et instruments de musique faisant référence au vélo. Laissez-vous happer par la frénésie de ce duo d'artistes !



☐ **Jeudi 15 mai à 14h15**

Salle socio-culturelle - Zone artisanale rue St André
14880 COLLEVILLE MONTGOMERY

Renseignements et inscriptions auprès du CLIC Caen élargi ou 02 14 47 50 74 ou par mail cliccaencouronne@calvados.fr

Cet évènement s'inscrit dans la programmation des Véلودays du Département du Calvados.

SALON SENIORS

Venez rencontrer les professionnels sur leur stand d'informations et participer à différentes activités et ateliers proposés. Vous pourrez également assister à des conférences animés par une neuropsychologue et un notaire sur différents thèmes. Présence su SENSIBUS pour vous présenter les différentes aides techniques favorisant le maintien à domicile.



☐ **Mercredi 4 Juin de 10h à 18h**

Résidence Les Templitudes
321 rue de Falaise – 14000 CAEN

Renseignements et inscriptions auprès du CLIC Caen élargi ou 02 14 47 50 74 ou par mail cliccaencouronne@calvados.fr

Calvados



LE DÉPARTEMENT

calvados.fr
f t i in v

Swinguez vers la forme et la préservation de l'eau !

Participez à une initiation au golf et découvrez les gestes simples pour préserver notre ressource en eau



☐ **Mardi 10 juin de 13h45 à 17h30**
Golf de Caen la Mer – Le Vallon
à **BIEVILLE BEUVILLE**

Renseignements et inscriptions auprès du CLIC Caen élargi ou 02 14 47 50 74 ou par mail cliccaencouronne@calvados.fr

Théâtre forum « Je n'ai plus vingt ans, l'amour est-il toujours possible? »

La compagnie MACEDOINE abordera avec humour le thème de la vie affective des séniors.
Une sexothérapeute répondra à toutes vos questions.



☐ **Vendredi 20 juin du 14h30 à 17h (accueil à partir de 14h)**
Le Forum – place de la république
14370 ARGENCES

Renseignements et inscriptions auprès du CLIC Caen élargi ou 02 14 47 50 74 ou par mail cliccaencouronne@calvados.fr

Forum Bien Vieillir, suivi d'un débat-théâtre

Venez rencontrer les professionnels qui interviennent auprès des séniors et assistez à un débat-théâtre animé par la compagnie MACEDOINE sur le thème de l'isolement.

ENTREE LIBRE



☐ **Mercredi 25 Juin de 14h30 à 18h**
Salle Ardenna – 3 place du clos maulier
14280 Saint Germain La Blanche Herbe

Renseignements auprès de Mme POTIER à celine.potier@inolya.fr

LES ACTIONS DES PARTENAIRES :

Le CLIC de Caen Elargi a le plaisir de vous présenter les manifestations de ses partenaires (inscription auprès de chacun d'eux) :

ATELIER BIEN CHEZ SOI

☐ Mardi 29 Avril à 14h

Lieu : Salle municipale – Place de la mairie – SAINT CONTEST

Conférence visant à obtenir des conseils pratiques afin d'aménager son habitat pour y vivre le plus confortablement possible et en sécurité.

A l'issue de la conférence, possibilité de s'inscrire à un cycle d'atelier pour approfondir le sujet.

Ateliers les mardi 13,20 et 27 Mai de 14h à 16h30.

GRATUIT- Entrée libre. Renseignements auprès de l'association SOLIHA au 06 37 59 10 96

VISITE EN DIRECT AVEC GUIDE

☐ Lundi 5 Mai à 15h50

Lieu : Résidence DOMITYS – 30 rue du Docteur Tillaux – CAEN

Rejoignez nous autour d'une visite d'Arles sur les pas de Vincent VAN GOGH

GRATUIT - Inscription auprès de la Résidence au 02 58 23 04 00

ATELIER SOPHROLOGIE

☐ Mardi 6 Mai à 14h50

☐ Mardi 3 Juin à 14h50

Lieu : Résidence DOMITYS – 30 rue du Docteur Tillaux – CAEN

Retrouvez Charline, notre sophrologue pour une séance de détente.

Tarif 4 € – Inscription auprès de la Résidence au 02 58 23 04 00

ACTIVITE MUSICALE

☐ Mercredi 7 mai à 14h30

Lieu 13 rue Pasteur – GIBERVILLE

Blind-test, venez tester vos connaissances avec nous !

GRATUIT, inscription auprès d'Unis Cité au 07 67 04 50 71 ou à cverdun@uniscite.fr

ACTIVITE MEMOIRE

☐ Mercredi 7 Mai

Lieu : Espace citoyen – 10 rue des écoles – SOLIERS

Ateliers variés pour faire chauffer votre mémoire !

GRATUIT- Inscription auprès de l'association Unis Cité au 07 67 04 50 71 ou à cverdun@uniscite.fr

LES ACTIONS DES PARTENAIRES (SUITE) :

MARCHE NORDIQUE

Lundi 12, 19 et 26 Mai de 14h30 à 15h 30

Lundi 2, 16, 23 et 30 Juin de 14h30 à 15h30

- 12 et 19 Mai : rendez-vous à la salle des fêtes - LOUVIGNY
- 26 Mai : rendez-vous à la vallée des jardins - CAEN
- 2 Juin : rendez-vous à la pointe du siège - OUISTREHAM
- 16 Juin : rendez-vous à la colline aux oiseaux – CAEN
- 23 Juin : rendez-vous parking des joyeux coureurs de la prairie – CAEN
- 30 Juin : rendez-vous au bois – IFS

Lieu : Résidence DOMITYS – 30 rue du Docteur Tillaux – CAEN

Retrouvez Renaud chaque semaine pour une marche nordique

GRATUIT, inscription auprès de la Résidence au 02 50 23 04 00

ACTIVITE MEMOIRE

Jeudi 15 Mai de 14h à 16h30

Lieu : Salle communale de Tourville sur Odon (face à la Mairie) – 4 rue du Château – TOURVILLE SUR ODON

Venez jouer à des jeux de société pour stimuler votre mémoire.

GRATUIT – inscription auprès d'Unis Cité au 07 67 04 50 71 ou à cverdun@uniscite.fr

DECOUVERTE DES PIERRES PRECIEUSES

Mardi 20 Mai de 10h à 17h

Lieu : Résidence Happy Séniors – 35/37 rue Fred Scamaroni – CAEN

Animation autour de la découverte des pierres précieuses. Présentation et vente de bijoux

GRATUIT – Entrée libre - Renseignements auprès de la Résidence au 02 61 10 04 00

CONFERENCE « GUILLAUME LE CONQUERANT »

Mercredi 21 Mai à 14h50

Lieu : Résidence DOMYTIS – « Les Robes d'Airain » - 30 rue du Docteur Tillaux – CAEN

Venez rencontrer notre conférencier William qui vous présentera une conférence sur l'histoire de Guillaume le Conquérant.

GRATUIT - Réservation auprès de la résidence par téléphone au 02 58 23 04 00

BLABLA'DE

Mardi 27 Mai de 14h à 16h

Lieu : 10 rue de l'église – EPRON

Promenade de l'espace de vie sociale jusqu'à la microforêt d'Epron et création d'un terrarium à partir d'éléments recueillis pendant la balade.

Pensez à vous munir d'un récipient en verre refermable (type bocal alimentaire)

GRATUIT – Inscription auprès de l'association Unis Cité au 07 67 04 50 71 ou à cverdun@uniscite.fr

LES ACTIONS DES PARTENAIRES (SUITE) :

OLYMPIADES

☐ Jeudi 5 juin à 14h

Lieu : Résidence Happy Seniors – 35/37 rue Fred Scamaroni – CAEN

Venez partager un moment convivial en participant à des activités sportives et ludiques adaptées

GRATUIT – Renseignements et inscriptions auprès de la Résidence au 02 61 10 04 00

PREVENTION DES ARNAQUES, réunion animée par M. Frédéric LABROSSE, Délégué à la Cohésion Police Population

☐ Mardi 10 Juin à 15h

Lieu : Résidence Happy Séniors – 35/37 rue Fred Scamaroni – CAEN

Démarchages frauduleux, vol par ruse, arnaques en ligne... Comment les repérer ? Comment les éviter ? Quelles sont les précautions à prendre ? Faites le point et découvrez les bonnes pratiques pour être en sécurité chez soi.

GRATUIT – Renseignements et inscriptions auprès de la Résidence au 02 61 10 04 00

CONFERENCE SUR LA CYBERSECURITE

☐ 10 Juin, 16 Juin, 19 Juin, 24 Juin et 25 juin

Lieu : Maisons et pôle de vie de quartier – CAEN

Conférence sur la vigilance à avoir lorsque l'on navigue sur internet, les arnaques à éviter et les bonnes pratiques à adopter. Conférence organisée dans le cadre de l'Appel du Cyber Juin proposé par l'Université de Caen Normandie, en partenariat avec le Département du Calvados et la Mission Bien Vieillir.

Mardi 10 Juin : maison de quartier de Venoux (14h30-17h)

Lundi 16 Juin : pôle de vie de quartier rive droite (14h30-17h)

Jeudi 19 Juin : maison de quartier du chemin vert (14h30-17h)

Mardi 24 Juin : maison de quartier de la pierre heuzé (10h-12h30)

Mercredi 25 Juin : salle de quartier arc en ciel (14h-16h30)

GRATUIT – Renseignements auprès de la Mission Bien Vieillir (CCAS) au 02 31 52 04 83 ou à animationseniors@caen.fr

GOUTER CONCERT ANIME

☐ Dimanche 22 Juin de 15h50 à 17h

Lieu : Résidence DOMITYS – 30 rue du Docteur Tillaux – CAEN

Rejoignez nous autour d'un goûter convivial et d'un concert de chansons françaises animé par Elise Castel.

Tarif 4 € - Renseignements et inscriptions auprès de la Résidence au 02 58 23 04 00

LES ACTIONS DES PARTENAIRES (SUITE) :

JOURNEES PORTES OUVERTES SPORT SANTE SENIORS

☐ Jeudi 26 Juin de 14h à 18h

Lieu : 6 rue du petit Clos Saint Marc – CAEN

Journées pour découvrir les activités physiques adaptées, organisée par l'avant-garde à destination des seniors ainsi que des ateliers de prévention en collaboration avec des professionnels de santé et Harmonie Mutuelle.

Journées portes ouvertes également tous les Jeudi de Mai de 14h à 17h

GRATUIT – Renseignements auprès de l'association au 02 31 44 50 50

CONFERENCE / RECIT DE VOYAGE : Tour de France à pied

☐ Lundi 30 Juin à 14h50

Lieu : Résidence DOMITYS – 30 rue du Docteur Tillaux – CAEN

Notre conférencière Aurélie se fera un plaisir de vous raconter son récit de voyage du tour de France à pied.

GRATUIT – Renseignements et inscriptions auprès de la Résidence au 02 58 23 04 00

ACTIONS POUR LES AIDANTS :

Le CLIC de Caen Couronne vous communique ses actions, et celles de ses partenaires, réservées aux aidants :

CAFE MEMOIRE

Lieu : Café des arts, 2 square du Théâtre – 14200 HEROUVILLE SAINT CLAIR

☐ Vendredi 23 mai de 16h à 18h30

☐ Vendredi 18 juillet de 16h à 18h30

Le café mémoire propose un format chaleureux, dans un lieu public propice à la rencontre et à l'échange. Les bénévoles et une psychologue accueillent et animent le moment. Les personnes malades, proches aidants et toute personne intéressée par le sujet, pourront prendre connaissance des informations et échanger. Chacun arrive et repart à l'heure qui lui convient.

GRATUIT – Renseignements auprès de l'association France Alzheimer au 02 31 28 03 54 ou à contact@francealzheimer14.fr

ACTIONS DU SILVER APPART :

Le CLIC de Caen Elargi a le plaisir de vous présenter le programme des animations du Silver Appart, proposé par SOLIHA Territoires en Normandie :

Toutes les actions suivantes ont lieu au :
Silver Appart - 10 rue Molière (au 2ème étage) - CAEN

GRATUIT

Réservation obligatoire au 06 56 78 83 88 ou à silver-appart@solihanormandie.fr

DU 15 MAI AU 19 JUIN
10H30 – 11H30
LA MÉMOIRE : ET SI ON EN PARLAIT ?

LUNDI 12 MAI
14H – 17H
TOUCHER SENSORIEL

MARDI 13 MAI
14H15 – 16H
LES BONS GESTES POUR PRENDRE SOIN DE VOS
PIEDS

LUNDI 19 MAI
14H30 – 16H30
NUMERIQUE : GERER SES FICHIERS

LUNDI 26 MAI
14H30 – 16H30
NUMERIQUE : TRANSFERT DE PHOTOS

MARDI 27 MAI
10H – 11H30
1001 BUCHES : COMMENT PREVENIR LES CHUTES

MERCREDI 4 JUIN
10H – 11H
AUTOMASSAGE DO IN

LUNDI 16 JUIN
14H30 – 16H30
NUMERIQUE : LES BASES DU TABLEUR EXCEL

VENDREDI 20 JUIN
10H – 11H30
SOLIHA'QUIZZ

LUNDI 23 JUIN
14H30 – 16H30
NUMERIQUE : LES BASES DU DOCUMENT WORD

Retrouvez le programme complet prochainement auprès du CLIC ou en envoyant un mail à :
silver-appart@solihanormandie.fr

TOUTE INSCRIPTION VOUS ENGAGE

Merci de bien vouloir nous prévenir en cas de désistement

- Vous souhaitez recevoir l'Agenda Séniors du CLIC par mail ?
- Vous ne souhaitez plus recevoir cet agenda ?

Envoyez-nous votre demande par mail à cliccaencouronne@calvados.fr
Ou transmettez-nous votre mail en téléphonant au **02 14 47 50 74**

- Vous êtes aidant et vous souhaitez recevoir le programme des actions destinées aux proches aidants?

Contactez le CLIC au **02 14 47 50 74** ou par mail à cliccaencouronne@calvados.fr

Pour tout renseignement complémentaire :

CLIC DE CAEN ELARGI – ANTENNE CAEN CANADA

Place du Canada

14000 CAEN

☎ 02.14.47.50.74

✉ cliccaencouronne@calvados.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30