



Les jeudis 14 mars et 18 avril

VAL D'ARRY – 14h à 16h

Le Café ça Déméninge !

Musclez votre cerveau, travaillez votre mémoire, la concentration et le raisonnement de manière ludique et conviviale avec une psychologue.

Gratuit – Tout public

C'est où ?

Nul Bar Ailleurs – 1800 route de Bretagne – Noyer Bocage

Renseignements et inscription ☎ 06 40 82 27 86



Le mercredi 20 mars

BAYEUX – 10H à 16H

Derniers Secours : la mort fait partie de la vie, parlons-en !

« Derniers secours » est une formation courte, citoyenne, animée par des bénévoles soignants et non soignants en partenariat avec l'ASPEC pour sensibiliser, informer et guider les aidants dans l'accompagnement des derniers moments de la vie de leurs proches.

Gratuit – pour les aidants

C'est où ?

GCS AXANTE – 3 rue François Coulet

Places limitées, inscription sur <https://www.derniers-secours.fr>

ou ☎ 07 44 88 39 82

Prévoir un pique-nique personnel.



Le jeudi 21 mars

SAINTE MARGUERITTE D'ELLE – 14H à 16H30

Sensibus, le bus du bien vieillir.

Aménagé en trois pièces - salle de bain, cuisine et chambre - ce bus permet de faire la démonstration que des aménagements simples sont envisageables afin favoriser le maintien à domicile des personnes âgées, le plus longtemps possible.

Gratuit – Tout public

C'est où ?

Place de la Mairie

Infos partenaires



SECOURS CATHOLIQUE – CARITAS France

Des bénévoles vous aident à l'utilisation de l'outil numérique, avec équipement ou non. L'accueil se fait en individuel, sur rendez-vous, à l'association ou à domicile (Bayeux et proches alentours) en cas d'impossibilité de déplacement.

Gratuit – Tout public

C'est où ?

42 rue de la Chaîne ☎ 07 57 44 61 02 en laissant un message.



Les vendredis 29 mars et 19 avril
LONGUES SUR MER ET MOSLES – 13h30

Balade nature.

L'association ADAPT'GYM Saint Vigorienne vous emmène en balade. Circuits de 3 à 5 kms qui permettent de marcher à son rythme tout en observant la nature.

Gratuit – Tout public

C'est où ?

Les départs se font sur le parking du CLIC du Bessin à 13h30

Renseignements et inscription ☎ 02 31 92 67 73 ou 06 79 75 59 71



Les vendredis 29 mars et 26 avril
VILLERS-BOCAGE – de 14h à 15h30

Parcours et activités en intérieur ou en extérieur

L'Instant répit et la Maison de Jeanne lancent un cycle d'activités adaptées telles que la gym douce et la marche adaptée.

Gratuit – Tout public

C'est où ?

La Maison de Jeanne – 13 rue Curie – Villers-Bocage

Renseignements et inscription ☎ 06 40 82 27 86

Réservé aux habitants de Bayeux



Du mardi 2 au vendredi 6 avril
MÛR-DE-BRETAGNE

Vacances Seniors

Le Centre Communal d'Action Sociale de Bayeux organise un séjour en Bretagne en partenariat avec l'ANCV.

Transport en autocar, pension complète, activité et animations en journée et en soirée sont au programme de ce voyage destiné aux seniors autonomes entre 60 et 75 ans.

Renseignements et inscription ☎ 02 31 51 60 73 - **Payant**

✉ vacanceseniors@mairie-bayeux.fr



Du mercredi 10 au mercredi 17 avril
AJACCIO

Voyages Seniors

Travel Age, agence de voyages dédiée aux seniors, vous propose de découvrir la ville d'Ajaccio en Corse ! Séjour proposant des visites touristiques et culturelles variées, à un rythme doux et sur des distances et temps raisonnables.

Groupe de 15 participants maximum - **Payant**

Renseignements et inscription ☎ 06 16 56 50 34 ✉ contact@travel-age.fr