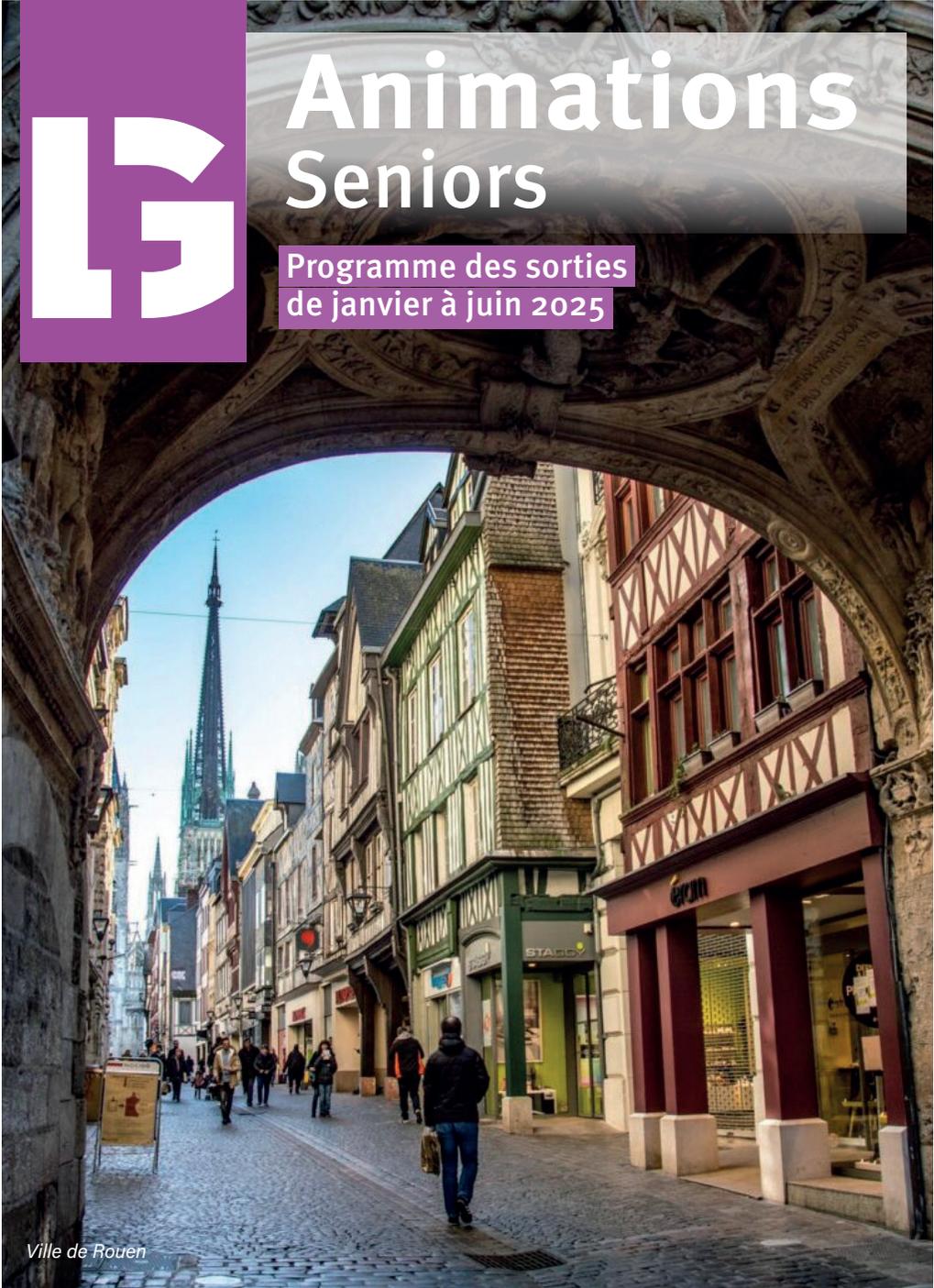




Animations Seniors

Programme des sorties
de janvier à juin 2025



Ville de Rouen

Pour information, les horaires des sorties et des ateliers sont susceptibles d'être modifiés.

JANVIER

Inscriptions lundi 2 décembre 2024
à l'espace Jules Verne de 14h à 16h

DU DIMANCHE 5 AU MERCREDI 8 VŒUX DU MAIRE AUX SENIORS



Repas spectacle et après-midi dansant

- De 11h45 à 17h au gymnase Alfred-Marcel-Vincent
- Gratuit (sur inscription du 9 au 11 décembre)

MERCREDI 15



GALETTE DES ROIS AVEC LES ENFANTS DU CME

Moment convivial passé avec les enfants du Conseil Municipal des Enfants et distribution de galettes des rois

- De 14h à 16h à l'espace Emile Guichard
- Gratuit sur inscription

VENDREDI 17



SORTIE AU BOWLING (CLAYE-SOUILLY 77)

- Départ : 13h15 - Départ du site : 17h
- Prix : 8,80€

JEUDI 23 JANVIER



DÉJEUNER SPECTACLE AU P'TIT BALTAR (NESLE 80)

- Départ : 9h30 - Départ du site : 17h30
- Prix : 60€ maximum (application du taux d'effort)

MERCREDI 29



LOTO

- De 14h à 17h à l'espace Emile Guichard
- Prix : 6€

Pour les sorties : peu de marche



marche modérée

beaucoup de marche

FÉVRIER

Inscriptions lundi 13 janvier 2025
à l'espace Jules Verne de 14h à 16h

VENDREDI 7



VISITE BISCUITERIE ASTRUC

Découverte du processus de fabrication de la biscuiterie locale ASTRUC

- Départ : 13h15 - Départ du site : 15h30
- Gratuit sur inscription

LUNDI 10



ATELIER MUSICOTHÉRAPIE

Ateliers ludiques basés sur des exercices de respiration, de vocalises et de Mémorisation de paroles

- De 14h30 à 15h30 à l'espace Emile Guichard
- Cycle de 5 séances :
Les lundis 10/02/25, 03/03/25, 10/03/25, 17/03/25, 24/03/25.

JEUDI 13



THÉ DANSANT

- De 14h à 17h à l'espace Jules-Verne
- Prix : 6€ Livryens - 8€ Hors Livry

MERCREDI 26



CHATEAU DE CHATEAUDUN (28)

Visite guidée du château de la touche Hersant.

- Déjeuner au restaurant et balade sous-terrainne, visite des grottes du Foulon
- Départ : 7h30 - Départ du site : 17h
- Prix : 58€ maximum (application du taux d'effort)



Biscuiterie Astruc

MARS

Inscriptions mardi 4 février 2025
de 14h à 16h, Espace Jules Verne

MARDI 4

ATELIER SHIATSU



- De 14h à 16h à l'espace Emile Guichard
- Prix: 10€

MERCREDI 12

CONFÉRENCE POLICE MUNICIPALE



- De 14h à 16h à l'espace Emile Guichard
- Gratuit sur inscription

MERCREDI 19

SORTIE AU CHATEAU DE MONTE-CRISTO



Visite théâtralisée du Château de Monte-Cristo. Des comédiens interviendront lors de la visite guidée vous plongeant dans l'atmosphère de l'époque D'Alexandre Dumas.

- Départ : 12h30 - Départ du site : 17h
- Prix: 22€

MARDI 25

RÉUNION D'INFORMATION SÉJOURS

- De 14h à 16h à l'espace Emile Guichard

JEUDI 27

DÉJEUNER DANSANT AU MOULIN (Fontainebleau 77)



Le moulin vous accueille dans un site classique et historique immortalisé par les célèbres peintres impressionnistes de la fin du XIX^e siècle. Vous y dégusterez la cuisine du chef suivi d'un après-midi dansant

- Départ : 9h30 - Départ du site : 17h30
- Prix : 55€ maximum
(application du taux d'effort)



Château du Comte de Monte-Cristo

AVRIL

Inscriptions lundi 3 mars 2025
de 14h à 16h, Espace Jules Verne

MARDI 1^{ER}

INSCRIPTION SÉJOUR 1

- De 14h à 16h à l'espace Emile Guichard

MERCREDI 2

LOTO



- De 14h à 17h à l'espace Emile Guichard
- Prix : 6€

MERCREDI 9

Sortie intergénérationnelle PLAGES DU DÉBARQUEMENT



- Départ : à définir - Départ du site : à définir
- Prix : à définir

MERCREDI 16

SORTIE AU BOWLING (CLAYE-SOUILLY 77)



- Départ : 13h15 - Départ du site : 17h
- Prix : 8,80€

JEUDI 17

JOURNÉE PERCHE SARTHOIS (Ferté Bernard 72)



Visite guidée de la Ferté Bernard en petit train, déjeuner dans un restaurant, promenade sur les canaux de la Venise de l'ouest. Un safari découverte à la ferme de la Haie.

- Départ : 7h - Départ du site : 17h
- Prix : 50€ maximum
(application du taux d'effort)

JEUDI 24

ATELIER DU PARFUM



Une après-midi ludique, créative et multisensorielle (création de parfum, fabrication d'un bâton d'encens, fabrication d'un baume parfumé)

- De 14h à 17h à l'espace Emile Guichard
- Prix : 15€

MARDI 29

TOUR DE PARIS EN AMPHIBUS (PARIS 75)



Visite insolite de Paris à bord du seul bus pouvant naviguer sur la Seine (priorité aux seniors n'ayant jamais participé à cette sortie, places limitées)

- Départ 12h30 - Départ du site : 17h
- Prix : 39€ maximum
(application du taux d'effort)

MAI

Inscriptions lundi 7 avril 2025
de 14h à 16h, Espace Jules Verne

MERCREDI 7



JOURNÉE A LA GRANDE MOSQUEE (PARIS 75)

Repas couscous au restaurant de la Grande Mosquée et visite guidée de la grande mosquée de Paris

- Départ : 10h - Départ du site : 16h30
- Prix : 30€

JEUDI 15



JOURNÉE À ÉPERNAY (51)

Petit tour de ballon gonflable à 150 mètres au-dessus de la capitale du Champagne, suivi d'une dégustation de champagne, déjeuner dans un restaurant, visite guidée d'Hautvillers suivie d'une visite géologique souterraine où vous découvrirez les vestiges de coquillages laissés par une mer tropicale il y a 45 millions d'années.

- De 7h30 - Départ du site : 17h
- Prix : 68€ maximum
(application du taux d'effort)

DU 20 AU 22

REPAS SPECTACLE DANSANT

- De 12h à 17h à l'espace Jules-Verne
- Gratuit sur inscription



Restaurant de la Grande mosquée de Paris



JUIN

Inscriptions lundi 5 mai 2025
de 14h à 16h, Espace Jules Verne

LUNDI 2

INSCRIPTION SÉJOUR 2

- De 14h à 16h à l'espace Emile Guichard

MERCREDI 4

ATELIER SOPHROLOGIE



- De 14h à 16h à l'espace Emile Guichard
- Prix : 10€

JEUDI 12

JOURNÉE À ROUEN



Visite guidée des hauts lieux de Rouen, déjeuner dans un restaurant, tour de la ville en petit train suivi d'un quartier libre sur la place de la Cathédrale.

- Départ : 7h30 - Départ du site : 17h
- Prix : 48€ (application du taux d'effort)

MERCREDI 18



SORTIE INTERGÉNÉRATIONNELLE À LA CUEILLETTE DE RUTEL (77)

Promenade et cueillette des fruits et légumes de saison à la ferme de Rutel

- Départ : 9h - Départ du site : 11h30
- Gratuit sur inscription

DU 23 AU 27 JUIN 2025



SEJOUR EN FRANCE

(informations communiquées ultérieurement)

LUNDI 30

THÉ DANSANT



- De 14h à 17h à l'espace Jules-Verne
- Prix : 6€ Livryens - 8€ Hors Livry



Cueillette de Rutel