

**ATTENTION** : Les inscriptions aux conférences et ateliers sont indispensables. Les conditions d'accueil seront soumises aux restrictions sanitaires en vigueur. Merci de votre compréhension.

## Seine-Maritime

**Mardi 13  
septembre**  
à 14h30

**Le Mesnil Esnard (76)**  
[ Recherche de lieu ]  
Modalités d'inscriptions à venir

Ateliers  
« Danse de salon »

Puis 11 séances tous les mardis (hors vacances scolaires) jusqu'au 13 décembre 2022

**Mardi 13  
septembre**  
à 14h00

**Saint Nicolas d'Aliermont (76)**  
Salle Polyvalente  
1<sup>er</sup> étage de la Mairie  
Place de la Libération  
Inscriptions auprès du Centre Social  
La Parenthèse, au : 02 35 85 94 74

Conférence  
« Seniors, soyez acteurs de votre santé »

Suivie de 6 séances tous les mardis (hors vacances scolaires) jusqu'au 15 novembre

**Jeudi 15  
septembre**  
à 14h00

**Le Grand Quevilly (76)**  
Espace Seniors Levis  
Adolphe Thiers  
Modalités d'inscriptions à venir

Conférence  
« Gardez l'équilibre ! »

Suivie de 12 séances tous les jeudis (hors vacances scolaires) jusqu'au 12 janvier 2023

**Jeudi 15  
septembre**  
à 14h00

**Déville lès Rouen (76)**  
Résidence Les Hortensias  
82 rue Jules Ferry  
Inscriptions auprès de la Résidence  
Les Hortensias, au : 02 35 76 85 50 ou  
par mail à [hortensias@mairie-deville-les-rouen.fr](mailto:hortensias@mairie-deville-les-rouen.fr)

Conférence  
« Les 1ers gestes qui sauvent »

Suivie de 2 séances les jeudis 22 et 29 septembre 2022



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



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 la Seine-Maritime

Siège : 37 rue de Maltot  
14000 CAEN

Antenne : Bâtiment MSA - Cité de l'Agriculture  
76230 BOIS GUILLAUME

02 31 25 38 31 - [aseptnormandie@gmail.com](mailto:aseptnormandie@gmail.com)

02 32 98 72 00 - [aseptnormandie@gmail.com](mailto:aseptnormandie@gmail.com)

**Vendredi 16  
septembre**  
à 13h30

**La Londe (76)**  
Maison des Sports  
Rue Frêté  
Inscriptions, au : 02 35 77 82 40

Ateliers  
« Danse en ligne »

Puis 11 séances tous les  
vendredis (hors vacances  
scolaires) jusqu'au 6 janvier  
2023

**Vendredi 16  
septembre**  
à 14h00

**Eu (76)**  
Résidence Autonomie Edmont Michelet  
Place du Champ de Mars  
Inscriptions auprès du CCVS, au :  
02 35 50 53 60 ou par mail à :  
[o2s@villes-soeurs.fr](mailto:o2s@villes-soeurs.fr)

Conférence  
« Sérénité au volant »

Suivie de 3 séances les  
vendredis 7, 14 et 21 octobre  
2022

**Lundi 19 septembre**  
à 14h00

**Barentin (76)**  
[ Recherche de lieu ]  
Modalités d'inscriptions à venir

Conférence  
« Nutri'Activ »

Suivie de 6 séances tous les  
lundis (hors vacances  
scolaires) jusqu'au 28  
novembre 2022

**Lundi 19 septembre**  
à 14h00

**Drosay (76)**  
[ Recherche de lieu ]  
Modalités d'inscriptions à venir

Conférence  
« Les 1ers gestes qui  
sauvent »

Suivie de 2 séances les lundis  
3 et 10 octobre 2022

**Mardi 20 septembre**  
14h00

**Blangy sur Bresle (76)**  
[ Recherche de lieu ]  
Modalités d'inscriptions à venir

Conférence  
« Les 1ers gestes qui  
sauvent »

Suivie de 2 séances les  
mardis 27 septembre et 4  
octobre 2022



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



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 la Seine-Maritime

Siège : 37 rue de Maltot  
14000 CAEN

Antenne : Bâtiment MSA - Cité de l'Agriculture  
76230 BOIS GUILLAUME

02 31 25 38 31 - [aseptnormandie@gmail.com](mailto:aseptnormandie@gmail.com)

02 32 98 72 00 - [aseptnormandie@gmail.com](mailto:aseptnormandie@gmail.com)

- |   |  |   |
|---|--|---|
| <b>Jeudi 22 septembre</b><br>à 14h00        | <b>Montivilliers (76)</b><br>Salle La Minot' (1 <sup>er</sup> étage)<br>1 rue des Grainetiers<br><b>Modalités d'inscription à venir</b>  | Conférence<br>« Equibr'et vous »<br><br>Suivie de 12 séances tous les<br>jeudis (hors vacances<br>scolaires) jusqu'au 12 janvier<br>2023    |
| <b>Jeudi 22 septembre</b><br>à 14h00        | <b>St Aubin sur Scie (76)</b><br>Salle des Fêtes<br>Place de la Gare<br>Inscriptions, au : 02 35 04 11 60  | Conférence<br>« Prévention routière »<br><br>Suivie de 2 séances les jeudis<br>29 septembre et 6 octobre<br>2022                            |
| <b>Vendredi 23<br/>septembre</b><br>à 10h00 | <b>Rouen (76)</b><br>Salle de Spectacle du Centre André<br>Malraux<br>110 rue François Couperin<br>Inscriptions auprès du CLIC des Aînés,<br>au : 02 32 08 60 80 ou par mail à :<br><a href="mailto:clic@rouen.fr">clic@rouen.fr</a> | Conférence<br>« Equibr'et vous »<br><br>Suivie de 12 séances tous les<br>vendredis (hors vacances<br>scolaires) jusqu'au 27 janvier<br>2023 |
| <b>Lundi 3 octobre</b><br>à définir         | <b>Fécamp (76)</b><br>Théâtre Le Passage<br>54 Rue Jules Ferry<br>Inscriptions auprès du Service Animation<br>Seniors, au : 02 35 10 60 64   | Pièce de théâtre<br>« Qu'est-ce qu'on attend pour<br>être vieux ? »   |
| <b>Mardi 4 octobre</b><br>à 14h00           | <b>Mont saint Aignan (76)</b><br>[ Recherche de lieu ]<br>Inscriptions auprès du Service Animation<br>Seniors, au : 02 32 10 27 80 ou par mail<br>à <a href="mailto:clic.seniors@yahoo.fr">clic.seniors@yahoo.fr</a>                 | Conférence<br>« Sérénité au volant »<br><br>Suivie de 3 séances les<br>mardis 11, 18 octobre et 8<br>novembre 2022                          |



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



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 la Seine-Maritime

Siège : 37 rue de Maltot  
14000 CAEN

02 31 25 38 31 - [aseptnormandie@gmail.com](mailto:aseptnormandie@gmail.com)

Antenne : Bâtiment MSA - Cité de l'Agriculture  
76230 BOIS GUILLAUME

02 32 98 72 00 - [aseptnormandie@gmail.com](mailto:aseptnormandie@gmail.com)

<b>Jeudi 6 octobre</b> à 14h00	<b>Petit Couronne (76)</b> Salle La Grange Rue Winston Churchill Modalités d'inscriptions à venir	Ateliers « Bienvenue à la retraite » <i>(réservés aux jeunes retraités de 6 mois jusqu'à 2 ans d'ancienneté)</i>
<b>Jeudi 6 octobre</b> à définir	<b>Le Trait (76)</b> [ Recherche de lieu ] Modalités d'inscriptions à venir	Conférence « Nutrition »  Suivie de 2 séances les jeudis 13 et 20 octobre 2022
<b>Jeudi 6 octobre</b> à 14h00	<b>Octeville sur Mer (76)</b> [ Recherche de lieu ] Modalités d'inscriptions à venir	Conférence « Prévention routière »  Suivie de 2 séances les jeudis 13 et 20 octobre 2022
<b>Mardi 11 octobre</b> à 14h00	<b>Sotteville lès Rouen (76)</b> [ Recherche de lieu ] Modalités d'inscriptions à venir	Conférence « Séniors, soyez acteur de votre santé »  Suivie de 6 séances tous les mardis jusqu'au 13 décembre 2022
<b>Mardi 11 octobre</b> à 14h00	<b>Tôtes (76)</b> [ Recherche de lieu ] Modalités d'inscriptions à venir	Conférence « Séniors, soyez acteur de votre santé »  Suivie de 6 séances tous les mardis jusqu'au 13 décembre 2022



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



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 la Seine-Maritime

Siège : 37 rue de Maltot  
14000 CAEN

02 31 25 38 31 - [aseptnormandie@gmail.com](mailto:aseptnormandie@gmail.com)

Antenne : Bâtiment MSA - Cité de l'Agriculture  
76230 BOIS GUILLAUME

02 32 98 72 00 - [aseptnormandie@gmail.com](mailto:aseptnormandie@gmail.com)

<b>Jeudi 13 octobre</b> à définir	<b>La Neuville Chant d'Oisel (76)</b> [ Recherche de lieu ] Modalités d'inscriptions à venir	Conférence « Séniors, soyez acteur de votre santé »  Suivie de 6 séances tous les mardis jusqu'au 13 décembre 2022
<b>Mardi 18 octobre</b> à 10h00	<b>Blangy sur Bresle (76)</b> [ Recherche de lieu ] Modalités d'inscriptions à venir	Conférence « Rythme, bien-être et santé »  Suivie de 2 séances les mardis 8 et 15 novembre 2022
<b>Jeudi 20 octobre</b> à 14h00	<b>Le Grand Quevilly (76)</b> [ Recherche de lieu ] Modalités d'inscriptions à venir	Conférence « PEPS Eurêka »  Suivie de 11 séances tous les jeudis (hors vacances scolaires) jusqu'au 9 février 2023
<b>Jeudi 20 octobre</b> à 14h00	<b>Arques la Bataille (76)</b> [ Recherche de lieu ] Modalités d'inscriptions à venir	Conférence « Mémoire tonique »  Suivie de 4 séances les jeudis 10, 17 novembre, 1 <sup>er</sup> et 8 décembre 2022
<b>Vendredi 21 octobre</b> à 14h00	<b>Le Havre (76)</b> La Maison Dahlia 70 avenue Paul Verlaine Inscriptions auprès de la Maison Dahlia, au : 02 35 44 97 28 ou par mail à <a href="mailto:lamaisondahlia@lehavre.fr">lamaisondahlia@lehavre.fr</a>	Conférence « Séniors, soyez acteur de votre santé »  Suivie de 6 séances tous les mardis jusqu'au 13 décembre 2022



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



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 la Seine-Maritime

Siège : 37 rue de Maltot  
14000 CAEN

02 31 25 38 31 - [aseptnormandie@gmail.com](mailto:aseptnormandie@gmail.com)

Antenne : Bâtiment MSA - Cité de l'Agriculture  
76230 BOIS GUILLAUME

02 32 98 72 00 - [aseptnormandie@gmail.com](mailto:aseptnormandie@gmail.com)

<b>Jeudi 27 octobre</b> à 14h30	<b>Port Jérôme sur Seine (76)</b> Salle de la M.A.D.R.A.G Rue Jean Maridor <b>Modalités d'inscriptions à venir</b>	Conférence « Bien chez soi »  Suivie de 3 séances les jeudis 17, 24 novembre et 1 <sup>er</sup> décembre 2022
<b>Lundi 7 novembre</b> à définir	<b>Fontaine le Dun (76)</b> [ Recherche de salle ] Inscriptions, au : 02 35 57 83 62 ou par mail à <a href="mailto:espace.public@cote-albatre.com">espace.public@cote-albatre.com</a>	Pièce de théâtre « Encore bien acteurs »
<b>Jeudi 17 novembre</b> 14h30	<b>Fécamp (76)</b> [ Recherche de lieu ] <b>Modalités d'inscriptions à venir</b>	Conférence « Sommeil, entre veille et éveil »  Suivie de 2 séances les jeudis 24 novembre et 1 <sup>er</sup> décembre 2022
<b>Vendredi 18 novembre</b> à 14h00	<b>Le Havre (76)</b> La Maison Dahlia 70 avenue Paul Verlaine Inscriptions auprès de la Maison Dahlia, au : 02 35 44 97 28 ou par mail à <a href="mailto:lamaisondahlia@lehavre.fr">lamaisondahlia@lehavre.fr</a>	Ateliers « Bienvenue à la retraite » <i>(réservés aux jeunes retraités de 6 mois jusqu'à 2 ans d'ancienneté)</i>  Puis 2 séances les vendredis 25 novembre et 2 décembre 2022

Retrouvez en pièce-jointe :

- Le programme des ateliers et conférences en ligne de notre partenaire [Happy Visio](#)



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



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 la Seine-Maritime

Siège : 37 rue de Maltot  
14000 CAEN

02 31 25 38 31 - [aseptnormandie@gmail.com](mailto:aseptnormandie@gmail.com)

Antenne : Bâtiment MSA - Cité de l'Agriculture  
76230 BOIS GUILLAUME

02 32 98 72 00 - [aseptnormandie@gmail.com](mailto:aseptnormandie@gmail.com)