



# FEMMES DE PLUS DE 50 ANS

À TRAVERS  
LE MONDE!

JEUDI 5 JUIN 2025  
DE 9H15 À 17H



BIBLIOTHÈQUE  
SIMONE DE BEAUVOIR

# PROGRAMME



## MATIN

- **9h15**: Accueil café et discours d'ouverture.
- **9h30**: Ouverture dansée avec l'association Du ragga dans l'Eure.
- **10h**: Diffusion d'un film sur l'histoire de 3 femmes suivi d'un échange (sur inscription au 02 32 08 60 80).
- **12h30**: Apportez votre pique-nique, des tables seront installées pour le déjeuner !

## APRÈS-MIDI

### ATELIERS SUR INSCRIPTION

AU 02 32 08 60 80

- **14h**: Lecture de contes autour du monde par la **Youle Compagnie**.
- **14h – 14h30**: Renforcement musculaire et équilibre avec **Siel Bleu**.
- **14h30 – 15h**: Taïchi avec un éventail par **l'Institut Confusus**.
- **15h00 – 15h30**: Pilates sur chaise avec **l'association la Chaîne**.
- **15h30 – 16h**: Cardio boxe avec **ASRUC Santé** ou Self défense avec **l'ASPTT**.
- **16h – 16h30**: Renforcement musculaire avec **ASRUC Santé** ou Chambara (combat avec des armes en mousse) avec **l'ASPTT**.

### ATELIERS SANS INSCRIPTION

DE 13H30 À 16H30

- Atelier créatif avec **Nanny coco**.
- Atelier avec **l'Association mille et une saveurs**.
- Dessin autour de la culture **Ukrainienne Olga**.
- Atelier de peinture chinoise à l'encre de chine avec **l'Institut Confusus**.
- Beauté des ongles avec **Néréa**.
- Alimentation, estime de soi, simulateur du vieillissement, représentation des femmes à travers le cinéma avec **Unis-cité**.
- Massages avec **La voie du corps**.

## JEUDI 5 JUIN 2025

### BIBLIOTHÈQUE SIMONE DE BEAUVOIR

Rue Henri II Plantagenêt  
Métro (station Honoré de Balzac)  
Bus ligne F7 (arrêt Simone de Beauvoir)

### STANDS

APRÈS-MIDI, ENTRÉE LIBRE

- **ADEP**: Agence pour le Développement des Emplois de Proximité.
- **Association La chaîne**: l'association dispense des activités physiques adaptées.
- **ASRUC santé**: l'association dispense des activités physiques adaptées.
- **Centre d'examen santé assurance maladie – UC IRSA**: Présentation du bilan santé.
- **Centre de prévention Agirc-Arrco**.
- **CLIC des Aînés**: Centre Local d'Information et de Coordination.
- **GRDR**: migration, citoyenneté et développement.
- **Inseraction**: présentation du parcours de remobilisation par le bien-être et la santé.
- **Ligue contre le cancer de Seine Maritime**: Sensibilisation aux 3 dépistages des cancers: sein, colorectal et utérus.
- **Planeth Patient**: Jeu de l'oie : diabète / alimentation.
- **16h30**: Défilé proposé par **l'association NSA-LASSANI**.

### EXPOSITIONS

- Portrait de femmes de différentes nationalités.
- « Faire corps et lien », œuvre textile confectionnée par un groupe de femmes.

