



JUIN 2024

**Programme d'animations
à destination des aînés**



**Maison des Aînés
24, rue des Arsins
76000 ROUEN
02 32 08 60 80**

Inscriptions aux activités Mardi 28 Mai à partir de 9h



Permanence numérique

Lundis 3, 10, 17 et 24 Juin entre 14h et 17h avec Alexandre

Mercredis 5, 12, 19 et 26 Juin entre 10h30 et 17h avec Salomé

Maison des Aînés - 24 rue des Arsins

Vous avez besoin d'aide dans la réalisation de démarches en ligne, pour vous connecter avec vos proches, pour utiliser des fonctions de votre ordinateur, Salomé et Alexandre, conseillers numériques vous reçoivent en individuel sur un créneau d'une heure.

Inscription au 02 32 08 60 80

A livre ouvert

Mardi 4 Juin : 10h-11h30

Bibliothèque Parment - Espace du Palais, 1er étage - 8 allée

Eugène Delacroix

Virginie, bibliothécaire, vous accueille pour échanger autour des livres selon un thème différent chaque mois.

En Mai - Dans le cadre du mois des fiertés, éclairage sur la culture LGBTQ+.

Inscription sur le site rnbi.rouen.fr ou au 02.76.08.80.88

Marche rapide et découverte de lieux insolites à Rouen

Mardi 4 Juin : 9h30-11h ou Mardi 11 juin : 9h30-11h (rdv 10 minutes avant)

Départ de la Maison des Aînés - 24 rue des Arsins

Thème : Les impressionnistes

Inscription au 02 32 08 60 80

Présentation du projet : film intergénérationnel « Perséides »

Mardi 4 Juin : 14h


MJC Rive Gauche – Place de Hanovre – Metro arrêt Saint-Sever

Dans la suite des ateliers de théâtre intergénérationnel qui se sont déroulés depuis 2021, le projet « **Perséides** » est en train de voir le jour, porté par la Compagnie de la Pleine Lune. Pour cette nouvelle opération, l'ambition est plus large qu'une unique représentation théâtrale ou qu'une pièce radiophonique. Il s'agira de réaliser **un film intergénérationnel**.

Il y en aura pour tous les goûts : de l'écriture du scénario, du jeu d'acteur, de la technique, du maquillage, des costumes, de la réalisation...

ça vous tente ? venez à la réunion de présentation pour en savoir plus.

Inscription au 02 32 08 60 80



De fil en aiguille

Mercredi 5 Juin : 14h

Pavillon des transitions – Quai Boisguilbert T1,T2 et T3 arrêt Pasteur

Mercredi 19 Juin : 14h

Maison des Aînés - 24 rue des Arsins

Un temps convivial pour se retrouver, tricoter, crocheter, broder ensemble et participer à des projets solidaires qui valorisent cette activité.

Inscription au 02 32 08 60 80

Marche sur les quais

Jeudis 6, 13, 20, 27 Juin : 10h-11h30

Rendez-vous sur le pont Boieldieu rive gauche

(au niveau de la descente pour aller sur les quais)

Inscription au 02 32 08 60 80

Sophro balade en forêt

Jeudi 6 Juin : 14h30-16h30

Forêt de Roumare – Parc animalier - 222 route forestière de la réunion, 76380 Val-de-la-Haye ou départ de la Maison des Aînés à 13h45.

Si vous venez en voiture et que vous acceptez d’emmener une personne, merci de nous l’indiquer lors de votre inscription.

Rendez-vous au niveau du parking du parc animalier.

Marche à allure douce à modérée en forêt avec des arrêts.

Equipement à prévoir : Chaussures confortables, bouteille d’eau, coussin ou tissus pour s’asseoir.

Inscription au 02 32 08 60 80

Atelier prévention des chutes et relevés de sol

Jeudi 6 Juin : 14h-15h

Centre du bien vieillir – 57 avenue de Bretagne

Inscription au 02 32 08 60 80

Relaxation dynamique et Sophrologie

Vendredis 7, 14, 21, 28 Juin : 11h-12h

Maison des Aînés - 24 rue des Arsins

Animé par Paul Ageneau

Inscription au 02 32 08 60 80



Atelier nature : Découverte des jardins des plantes aromatiques et médicinales au jardin des plantes

Lundi 10 Juin : 14h30

Jardin des plantes : Rendez-vous devant l'entrée place de Trianon
Ligne F1 et F9 - Arrêt jardin des plantes

Balade et découverte

Animé par Chloé de l'association CARDERE

Inscription au 02 32 08 60 80

Théâtre Rouen séniors « Tous en Scène »

Lundi 10 Juin : 14h30

La Halle aux toiles – place de la Basse Vieille Tour

1 comédien, 11 comédiennes vous livrent un florilège de leur travail.

1h30 de folie douce, d'humour et d'émotion.

Sans inscription

Sophro balade en forêt

Mardi 11 Juin : 14h30-16h30 / Jeudi 20 juin : 14h30-16h30

Forêt du chêne à Leu à grand Quevilly - rendez-vous 15 minutes avant au terminus du métro – arrêt Georges Braques.

Marche à allure douce à modérée en forêt avec des arrêts.

Équipement à prévoir : Chaussures confortables, bouteille d'eau, coussin ou tissu pour s'asseoir.

Inscription au 02 32 08 60 80

Réveil musculaire interactif

Mercredi 12 Juin : 9h15

Résidence Trianon – rue de Trianon, rive gauche.

Gymnastique douce pour séniors animé par Hélène Pérard.

Inscription au 02 35 73 07 38

Revue de presse des curieux aînés

Mercredi 12 Juin : 14h

Maison des Aînés - 24 rue des Arsins

Echanges et débat sur des sujets d'actualité

Inscription au 02 32 08 60 80

Cinéma kinépolis : Chien Blanc

Mercredi 12 Juin : 14h15

Kinépolis : centre commercial Saint-Sever, place de la verrerie 1968 - Etats-Unis. Martin Luther King est assassiné et les haines raciales mettent le pays à feu et à sang. Romain Gary et sa femme l'actrice Jean Seberg, qui vivent à Los Angeles, recueillent un chien égaré, dressé exclusivement pour attaquer les Noirs : un chien blanc. L'écrivain, amoureux des animaux, refuse de le faire euthanasier, au risque de mettre en péril sa relation avec Jean, militante pour les droits civiques et très active au sein des Black Panthers

Tarif : 6,20€ (prévoir l'appoint)

Sans inscription

Jeux de société

Jeudi 13 et 27 Juin : 14h

Cloître des Pénitents - 8 allée Daniel Lavallée : T1,2,3,4
arrêt Clinique Saint-Hilaire

Venez passer l'après-midi autour d'une partie de cartes, de Triomino ou de Rummikub et pourquoi pas découvrir de nouveaux jeux...

Sans inscription

SOS PAPERASSES

Accompagnement aux démarches administratives

Vendredis 14 et 28 Juin : 9h30-11h sur rendez-vous au 02.35.62.14.40

Centre Simone Veil - 74 rue Jules Adeline - Métro (Station Honoré de Balzac)
Ligne F7 (Arrêt Centre Social)

Vendredis 14 et 28 Juin : 9h30-11h30 sans rendez-vous

Bibliothèque du Chatelet – place du Chatelet à Rouen
T2 arrêt Châtelet

Code de la route

Lundi 17 Juin : 14h

MJC Rive Gauche – Place de Hanovre – Metro arrêt Saint-Sever

Animé par David, policier municipale de la ville de Rouen
Venez tester vos connaissances en terme de sécurité routière,
dans la bonne humeur

Inscription au 02 32 08 60 80



Club des Curieux Aînés « Une ville à vivre ensemble »

Mardi 18 Juin : 14h30

Place du Chêne Rouge (derrière le musée des Beaux-arts)

La rencontre sera introduite par des séquences de Théâtre forum
Accompagnement musical proposé par Julien Demezières, clarinettiste
Inscription au 02 32 08 60 80

LOTO

Mardi 18 Juin : 14h45

EHPAD La Pléiade - 16 rue Jacques Fouray, rive gauche

Métro arrêt St Sever ou F7 arrêt Lafayette

Animé par Gilles Labardacq et Nadine Nouin.

Inscription au 02 35 72 01 73 – Participation 2€

Permanence du CLIC dans votre quartier

Jeudi 20 Juin : 9h-12h sans rendez-vous

France Services Antenne CPAM Centre social Diana Armengol-Markarian
Place Alfred de Musset - T2 arrêt Châtelet – F2, F8, Bus 10, 20 arrêt Tamarelle

Initiation Dessin et Peinture

Mardi 18 Juin: 14h30

Mercredi 26 Juin : 14h30

Résidence La Rose des sables – 15 rue Maladrerie -

Métro, F2, F7 ou T4 (gare)

Animé par Edwige Levesque

Inscription au 02 32 10 99 25 – Participation 2€

Visite commentée de l'exposition : WHISTLER, L'EFFET PAPILLON

Mercredi 26 Juin : 14h30

Musée des Beaux-Arts - Esplanade Marcel-Duchamp

L'exposition explore un phénomène majeur de la seconde moitié du 19e siècle et du premier tiers du 20e siècle : le Whistlerisme. Ce mouvement artistique dont James Abbott McNeill Whistler (1834-1903), artiste d'origine américaine, est la figure, a la particularité d'être né de son vivant et d'avoir investi la création contemporaine internationale sur une large période.

Inscription au 02 32 08 60 80

Atelier Cuisine

Jeudi 27 Juin : 14h30 – Cuisine sucrée

Résidence Saint Filleul – 8 rue du Framboisier – T1, T2 ou T3 (Luciline)

Animé par Néréa Mahrouchi

Inscription au 02 32 10 52 00 – Participation 2€

Les Méridiennes : Concert international des jeunes talents en Normandie

Vendredi 28 Juin : 12h15 (placement libre, arrivée conseillée à 11h45)

Chapelle Corneille – 30, rue Boug l'Abbé

Ouvert aux musiciens, chanteurs solistes et ensembles, âgés de 10 à 30 ans, le concours international des jeunes talents en Normandie voit naître de jeunes interprètes. En partenariat avec le concours, le Conservatoire invite les lauréats à se produire dans le cadre de la saison des méridiennes, donnant ainsi un coup de pouce supplémentaire à leur carrière.

Inscription au 02 32 08 60 80

La petite bibliothèque - Rive droite

Vendredi 28 Juin : 14h30

Résidence la Rose des Sables - 15 rue Maladrerie - Métro ou F2 arrêt Gare

Prêt de livres et échange littéraire animés par Thierry Poré et Gracinda De Caldas

Inscription au 02 32 10 99 25

Journée intergénérationnelle dans le cadre du défi jeunes ASPTT Rouen

Samedi 29 Juin toute la journée

Centre sportif Antoine-de-Saint-Exupéry

Rue des Petites Eaux du Robec

Renseignements et inscription au 02.35.12.65.43



Maison des Aînés

24, rue des Arsins, 76000 Rouen

Téléphone : 02 32 08 60 80

Site internet : clic-rouen.fr

Lundi : 13h30 - 17h

Mardi au Vendredi : 9h - 12h30 / 13h30 - 17h

Accueil Maison des Aînés : 02 32 08 60 80

(Animations, événements, projets et manifestations)

CLIC des Aînés : (Information et accompagnement des seniors et de leurs entourage)

Téléphone : 02 32 18 20 92 Site internet : clic-rouen.fr

Service de soins Infirmiers à domicile et Equipe spécialisée Alzheimer : Téléphone : 02 35 07 87 34

Rouen Seniors : (Association de loisirs, sorties et voyages)

Téléphone : 02 35 07 06 88

Lundi au vendredi : 14h - 17h

Modalités d'inscription aux activités

Toutes les activités sont soumises à inscription, en cas d'impossibilité, il est nécessaire de nous avvertir afin de proposer la place aux personnes en liste d'attente.

Modalités de participation financière pour les ateliers des résidences de la ville.

Achat d'une carte de 10 cases auprès d'une des résidences, équivalentes à 1€ par case.

Carte valable dans toutes les résidences, durée illimitée.

Retrouvez le programme sur clic-rouen.fr ou rouen.fr.