



Programme d'animations à destination des aînés

Février 2020



Exposition « Jeux d'enfants »

Edwige Levesque

Maison des Aînés
24 rue des Arsins
76000 Rouen



Sommaire...

Mardi 4	Vernissage de l'exposition « Jeux d'enfants ».....	3
	Atelier cuisine salée.....	3
Mercredi 5	Prix littéraire de la Maison des Aînés.....	3
Jeudis 6 et 13	Atelier informatique.....	3
Jeudi 6	Atelier d'écriture.....	3
Vendredi 7	Gym douce.....	3
Lundi 10	Rendez-vous au jardin: Atelier récup' et faire soi-même.....	4
	Atelier kirigamis et mandalas.....	4
Mardi 11	Goûter philo.....	4
Mercredis 12 et 19	Feuilleton littéraire.....	4
Mercredi 12	Groupe Projet « Peace Boat ».....	4
	Information « Prévention des arnaques ».....	4
Jeudi 13	Prix chronos.....	5
	Loto.....	5
	Prévention routière.....	5
	Atelier conversation.....	5
	Information Park run séniors.....	5
Vendredi 14	La petite bibliothèque de Thierry.....	6
Lundi 17	Tricotage et partage.....	6
Mardi 18	Rencontre musicale Piano-chant.....	6
Mercredi 19	Atelier « Arbre généalogique ».....	6
Jeudi 20	Thé dansant « Paris Guinguette ».....	6
Lundi 24	Café programme.....	6
Mardi 25	Lecture-loisirs.....	7
	Ciné club « L'appel de la forêt ».....	7
Vendredi 28	Chorale.....	7
Du 2 mars au 8 juin	Danse de salon.....	7
Jeudi 5	Conférence « Bien chez soi ».....	7



Nous vous remercions de respecter ces quelques consignes :

- S'inscrire aux animations quand il ne s'agit pas d'une entrée libre.
- Prévenir toute absence afin de libérer les places pour les personnes en liste d'attente.
- Les personnes sur liste d'attente sont prioritaires, en revanche, elles ne doivent pas se présenter aux animations sans que l'accueil ne les ait prévenu d'un désistement.

Modalités participation financière

Achat d'une carte de 10 cases, équivalentes à 1€ par case.
Carte valable dans toutes les résidences, durée illimitée.





Vernissage de l'exposition « Jeux d'enfants », proposée par Edwige Levesque

Mardi 4 février à 15h

Venez découvrir les œuvres et rencontrer l'artiste !
Maison des Aînés – 24 rue des Arsins – Entrée libre

Atelier cuisine salée

Mardi 4 février à 15h

Animé par Eléonore Abdelgoui

Résidence St Filleul – 8 rue du Framboisier – Téor 1/2/3, arrêt Luciline

Inscription indispensable 02 32 10 52 00 – Participation 2€



Prix littéraire de la Maison des Aînés

Mercredi 5 février à 10h

Animé par Thierry Poré et Emilie Roussel

Pour cette deuxième rencontre dans le cadre du Prix littéraire de la maison des Aînés, nous nous retrouvons pour échanger sur les ouvrages suivants : *Cadavre exquis* de Agustina Bazterrica et *Loin de*

Alexis Michalik. Les livres sont empruntables à la Maison des Aînés.

Maison des Aînés – 24 rue des Arsins - Inscription indispensable 02 32 08 60 80



Atelier informatique

Jeudis 6 et 13 février à 14h30

Animé par Paul Mazères

Résidence Bonvoisin – 2 rue des Ursulines – Téor 2/3 arrêt

Auberge de jeunesse - Inscription indispensable 02 35 89 26 30



Atelier d'écriture

Jeudi 6 février à 14h30

Animé par Emilie Roussel

Un temps convivial pour jouer avec les mots et laisser l'imagination emporter l'écriture.

Maison des Aînés – 24 rue des Arsins - Inscription indispensable 02 32 08 60 80



Gym douce

Vendredi 7 février à 15h

Animée par Sylvie Buquet Lochereau et Rute Macedo

L'EPHAD Korian « Le jardin » ouvre son atelier de gym douce.

EPHAD Korian Le jardin – 121 avenue Martyrs de la résistance

Inscription indispensable 02 32 08 60 80





Rendez-vous au jardin : Atelier récup' et faire soi-même

Lundi 10 février à 14h

Animé par Chloé Destruel, association CARDERE
Fabriquez votre sac à provision personnalisé, en utilisant un tee-shirt usagé ! Amener un ou plusieurs tee-shirts de différentes tailles.
Maison des Aînés – 24 rue des Arsins
Inscription indispensable 02 32 08 60 80



Atelier Kirigamis et mandalas

Lundi 10 février à 15h

Animé par Héléna Pérard
Résidence Trianon – 1 rue de Trianon, rive gauche – Bus F1, arrêt Jardin des plantes

Inscription indispensable 02 35 73 07 38 – Participation 2€



Goûter philo

Mardi 11 février à 15h

Animé par Christine Morin
Un temps d'échange de paroles et de partage d'idées autour d'un thème choisi par le groupe.
Maison des Aînés – 24 rue des Arsins - Inscription indispensable 02 32 08 60 80



Feuilleton littéraire

Mercredis 12 et 19 février à 11h

Animé par Emilie Roussel
Après avoir choisi collectivement un roman, vous pourrez en écouter la lecture (ou/et participer à sa lecture) au fil des séances.

Maison des Aînés – 24 rue des Arsins - Inscription indispensable 02 32 08 60 80

Groupe Projet Peace Boat

Mercredi 12 février à 14h30

Animé par Emilie Roussel
Le 27 juin prochain, la Maison des Aînés va accueillir pour l'après-midi les voyageurs du bateau « Peace boat » lors de leur étape à Rouen. Nous vous proposons de participer à l'organisation de cette rencontre !

Maison des Aînés – 24 rue des Arsins - Inscription indispensable 02 32 08 60 80



Information : Prévention des arnaques

Mercredi 12 février à 14h30

Proposée par le CLIC de Rouen
Centre Simone Veil - 74 rue Jules Adeline – F3, arrêt Centre social - Inscription indispensable 02 32 08 60 80





Prix chronos

Jeudi 13 février à 9h15

Participez à la deuxième rencontre avec les collégiens autour des ouvrages sélectionnés pour le prix Chronos 2020.

Le prix Chronos est un prix littéraire réunissant des jeunes et des seniors autour d'ouvrage de littérature jeunesse traitant des relations intergénérationnelles. Les ouvrages sont disponibles à l'emprunt à la Maison des Aînés, pour celles et ceux qui souhaiteraient participer à ce prix. Collège Jean Lecanuet - 247 rue Louis Blanc, 76100 Rouen – Bus n°6, arrêt Pélissier ou F1, arrêt Dufay - Inscription indispensable 02 32 08 60 80

Loto

Jeudi 13 février à 14h30

Animé par Patricia Fadda Huet et Nadine Nouin

La Pléiade -16 rue Jacques Fouray, rive gauche – Bus 6/F1, arrêt Saint sever

Inscription indispensable 02 35 72 01 73 - Participation 2€



Prévention routière :

le code de la route, où en êtes-vous ?

Jeudi 13 février à 14h30

Animée par la Police municipale de la Ville de Rouen

Maison des Aînés – 24 rue des Arsins

Inscription indispensable 02 32 08 60 80

Atelier conversation

Jeudi 13 février à 14h30

En partenariat avec l'Alliance Française de Rouen

Venez rencontrer et discuter en français avec des étudiants du monde entier. L'Alliance Française accueille des apprenants de tous âges, de 70 nationalités différentes. Une belle occasion pour s'enrichir de ces nouvelles rencontres.

Alliance Française, 80 boulevard de l'Yser – Accès T4, F2, 11 arrêt « gare » - Inscription indispensable 02 32 08 60 80



Information Park Run Séniors

Jeudi 13 février à 15h

Proposée par le CLIC de Rouen

Marchez ! Trottez ! Courrez ! C'est ce que vous propose le Park Run séniors 2 samedis par mois !

Venez-vous informer sur ce programme !

MJC rive gauche, Rouen Cité Jeunes – Place de Hanovre

Méto, arrêt Saint Sever - Inscription indispensable 02 32 08 60 80



La petite bibliothèque de Thierry

Vendredi 14 février à 14h30

Animée par Thierry Poré et Gracinda Gohin De Caldas
Résidence La Rose des sables – 15 rue Maladrerie – Métro ou
F2, arrêt gare - Inscription indispensable 02 32 10 99 25



Tricotage et partage

Lundi 17 février à 14h30

Un temps convivial pour se retrouver, tricoter ensemble ou pour apprendre le tricot, tout en participant à des projets solidaires qui valorisent cette activité.

Maison des Aînés – 24 rue des Arsins - Inscription indispensable 02 32 08 60 80

Rencontre musicale Piano-chant

Mardi 18 février à 15h

Animée par Justine Andricq et Emilie Roussel
Venez fredonner, quelques airs connus, accompagnés au piano.
L'occasion de chanter, en groupe, sans complexe !
EPHAD Korian Les cent clochers – Place St Sever
Inscription indispensable 02 32 08 60 80



Atelier « Arbre généalogique »

Mercredi 19 février à 14h

Proposé par Laura Clairet et Laura Desneux (Service civique Unis-cité)
Venez, seul/e ou en famille (enfants, petits-enfants...) pour créer votre arbre généalogique et ainsi transmettre et communiquer votre histoire familiale.
Maison des Aînés – 24 rue des Arsins - Inscription indispensable 02 32 08 60 80



Thé dansant « Paris Guinguette »

Jedi 20 février à 14h30

Réservé aux séniors rouennais, sur inscription et présentation d'un justificatif de domicile et d'une pièce d'identité.
La Halle aux toiles – Place de la Basse vieille tour
Renseignements et inscriptions à la Maison des Aînés :
24 rue des Arsins – 02 32 08 60 80

Café programme

Lundi 24 février à 15h

Animé par Emilie Roussel
Un temps pour découvrir le programme du mois suivant de la Maison des Aînés, discuter des projets en cours ou à venir et participer à l'animation en proposant ses idées.
Maison des Aînés – 24 rue des Arsins - Entrée libre





Lecture-loisirs : écologie et récupération

Mardi 25 février à 11h

Animée par Gosia Bavencoffe

Présentation et échanges autour d'une sélection d'ouvrages liés au thème du jour.

Bibliothèque Parment, espace du Palais - Inscription indispensable 02 32 08 60 80

Rendez-vous cinéma « L'appel de la forêt »

Mardi 25 février, séance à 14h

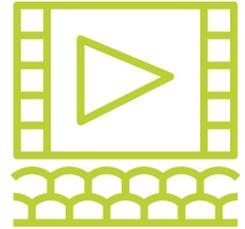
Nous vous proposons une sortie au cinéma pour aller voir une nouvelle adaptation du roman de Jack London, « L'appel de la forêt », au tarif préférentiel groupe.

Le synopsis : Alliant prises de vues réelles et animation, « L'Appel de la forêt » raconte l'histoire de Buck, un chien au grand cœur, dont la paisible vie domestique bascule lorsqu'il est brusquement arraché à sa maison en Californie et se retrouve enrôlé comme chien de traineau dans les étendues sauvages du Yukon en Alaska, pendant la ruée vers l'or, dans les années 1890.

Rendez-vous à 13h45 à l'accueil du cinéma Kinopolis de St sever – Accès métro, arrêt Saint sever ou Bus, ligne F1, 6, 32 arrêt Place St sever

Inscription indispensable 02 32 08 60 80

Tarif groupe : 5,40€ (prévoir l'appoint, svp)



Chorale

Vendredi 28 février à 15h

Animée par Marie Deconinck

Résidence Bonvoisin – 2 rue des Ursulines – Téor 2/3 arrêt

Auberge de jeunesse

Inscription indispensable 02 35 89 26 30



Danse de salon

Du 2 mars au 8 juin, tous les lundis sauf vacances scolaires, de 15h à 16h30

Proposé par le CLIC de Rouen

Engagement sur le cycle complet lors de l'inscription

MJC rive gauche, Rouen Cité Jeunes – Place de Hanovre – Métro, arrêt Saint

Sever - Inscription indispensable 02 32 08 60 80

Conférence « Bien chez soi »

Jedi 5 mars à 14h30

Proposée par le CLIC de Rouen

Des astuces pour un habitat confortable, pratique et économe.

La conférence sera suivie de 3 modules les 26 mars, 2 avril et 9 avril de 14h à 17h.

Maison des associations, 11 avenue Pasteur – Accès T1, T2, T3, arrêt Pasteur panorama - Inscription indispensable 02 32 08 60 80



La Maison des Aînés est un lieu unique à Rouen à destination des séniors, de leur famille, des professionnels et de toutes les générations.

L'accueil de la Maison des Aînés est ouvert le lundi de 13h30 à 17h30 et du mardi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30.

Elle propose de nombreux services :

- **Accueil Maison des Aînés**: 02 32 08 60 80
(Animations, événements, projets et manifestations)
- **CLIC des Aînés** : 02 32 18 20 92
(Information et accompagnement des seniors et de leur entourage)
- **Téléassistance** : 02 35 71 18 75
- **Service de Soins Infirmiers à Domicile et Equipe Spécialisée Alzheimer** : 02 32 08 87 34
- **Rouen Séniors** : 02 35 07 06 88
(Association de loisirs, sorties et voyages)
L'accueil de Rouen Séniors est ouvert :
Du lundi au vendredi, de 14h à 17h

Les permanences à la Maison des Aînés

La porte ouverte « quelqu'un à qui parler »
2^{ème} et dernier lundi du mois sans rendez-vous

Triologue (médiation familiale)
4^{ème} jeudi du mois sur rendez-vous
Renseignements : 02 32 08 60 80

« Facteur numérique »

L'**ADEP** (Agence de Développement des Emplois de Proximité) assure **sur rendez-vous** une permanence à la Maison des Aînés, afin d'initier les personnes sur les démarches en ligne (création d'une boîte mail, d'un compte utilisateur, déclarer ses impôts...)

Prochaine date de permanence :

Mercredi 5 février - 14h, 15h ou 16h

Inscriptions au 02 32 08 60 80