



Programme d'animations à destination des aînés

Janvier 2020



**Vœux aux Aînés d'Olivier Mouret,
adjoint en charge des personnes âgées**

Mardi 7 janvier à 14h

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



Sommaire...

Vendredi 3	Gym douce.....	3
Mardi 7	Vœux aux Aînés.....	3
Mercredis 8, 15, 22 et 29	Feuilleton littéraire.....	3
Mercredis 8 janvier, 5 février et 11 mars	Atelier « Créer ensemble ».....	3
Jeudis 9, 16, 23 et 30	Atelier informatique.....	3
Jeudi 9	Atelier dessin.....	3
	Atelier cuisine sucrée.....	3
	Vernissage Ateliers artistiques.....	4
Lundi 13	Atelier d'écriture.....	4
	Atelier kirigamis et mandalas.....	4
Mardi 14	Rendez-vous au jardin: Planète précieuse.....	4
Mercredi 15	Goûter philo.....	4
Jeudi 16	Loto.....	5
	Rencontre musicale piano-chant.....	5
	Atelier dessin.....	3
Vendredi 17	La petite bibliothèque de Thierry.....	5
	Tricotage et partage.....	5
Mardi 21	Lecture-loisirs.....	5
	Prévention routière.....	5
Mercredi 22	Rendez-vous au jardin : Visite des serres.....	6
Jeudi 23	Atelier conversation avec l'Alliance Française.....	6
Vendredi 24	Chorale.....	6
Lundi 27	Ciné-club.....	6
Mardi 28	Exposition « De pièces en pièces », visite commentée.....	7
	Exposition interactive « Lux in Tenebris ».....	7
	Café programme.....	7
Mercredi 29	Exposition « La bonne éducation », visite commentée.....	7
Jeudi 30	Goûter philo.....	4
Vendredi 31	Atelier mémoire.....	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.





Gym douce

Vendredi 3 janvier à 15h

Animée par Sylvie Buquet Lochereau et Rute Macedo
L'EPHAD Korian « Les cent clochers » ouvre son atelier de gym douce.
EPHAD Korian Les cent clochers – Place St Sever
Inscription indispensable 02 32 08 60 80

Vœux aux Aînés d'Olivier Mouret, adjoint en charge des personnes âgées

Mardi 7 janvier à 14h

Maison des Aînés – 24 rue des Arsins - Entrée libre



Feuilleton littéraire

Mercredis 8, 15, 22 et 29 janvier à 11h

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

Atelier « Créer ensemble »

Mercredis 8 janvier, 5 février et 11 mars à 14h30

Animé par Marjorie Raffray, CLIC de Rouen et Emilie Roussel

Vous êtes curieux ? Vous avez des idées ?

Vous avez envie de bouger ? Vous avez envie de créer ?

Nous vous invitons à trois rencontres, la première sous forme de jeu...

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



Atelier informatique

Judis 9, 16, 23 et 30 janvier 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 Dessin

Judis 9 et 16 janvier à 14h30

Animé par Edwige Levesque

Résidence La Rose des sables – 15 rue Maladrerie – Métro ou F2, arrêt
gare - Inscription indispensable 02 32 10 99 25 – Participation 2€



Atelier cuisine sucrée

Judi 9 janvier 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€



Vernissage Ateliers artistiques

Jeudi 9 janvier à 15h

Les participants aux ateliers artistiques qui se sont déroulés l'automne dernier à la Maison des Aînés, présentent leur travail autour des 4 thèmes proposés : le cubisme, le fauvisme, le dadaïsme, le paysage.

Maison des Aînés – 24 rue des Arsins – Entrée libre

Atelier d'écriture

Lundi 13 janvier 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



Atelier Kirigamis et mandalas

Lundi 13 janvier à 15h

Animé par Hélène Pérard

Résidence Trianon – rue de Trianon, rive gauche

Bus F1, arrêt Jardin des plantes

Inscription indispensable 02 35 73 07 38 - Participation 2€



Rendez-vous au jardin : Jeu Planète précieuse

Mardi 14 janvier à 14h

Animé par Christian Virard, association CARDERE

Le dispositif Planète Précieuse aborde les problématiques du développement durable à travers diverses thématiques comme les ressources, le bien-être, l'aménagement du territoire, le paysage...

L'animation s'appuie sur les principes du débat, de la concertation et de la coopération.

L'Atrium (ancien Pôle régional des Savoirs), 115 Boulevard de l'Europe, 76100 Rouen - Inscription indispensable 02 32 08 60 80



Goûter philo

Mercredi 15 et jeudi 30 janvier 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



Loto

Jeudi 16 janvier 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€



Rencontre musicale Piano-chant

Jeudi 16 janvier à 15h

Animée par Justine Andricq et Emilie Roussel
Venez fredonner, en toute simplicité, 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

La petite bibliothèque de Thierry

Vendredi 17 janvier 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

Vendredi 17 janvier 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

Lecture-loisirs :

les romans dont l'action se déroule en mer

Mardi 21 janvier, 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



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

Mardi 21 janvier 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



Rendez-vous au jardin :

Visite des serres du jardin des Plantes

Mercredi 22 janvier à 14h

Animé par Chloé Destruel, association CARDERE

Profitez d'une visite nature pour découvrir les nouvelles serres du jardin des plantes de Rouen.

Rendez-vous à l'entrée principale du Jardin des plantes, place des Martyrs de la Résistance – Bus F1, arrêt Jardin des Plantes

Inscription indispensable 02 32 08 60 80



Atelier conversation

Jeudi 23 janvier 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.

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



Chorale

Vendredi 24 janvier 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



Ciné-club

« Je voudrais que quelqu'un m'attende quelque part »

Lundi 27 janvier, séance à 13h45



Nous vous proposons une sortie au cinéma pour aller voir le film inspiré du recueil de nouvelles d'Anna Gavalda.

Le synopsis : Dans la belle maison familiale, à la fin de l'été, Aurore fête ses 70 ans, entourée de ses 4 enfants, tous venus pour l'occasion. Plus tard, un jour, l'un d'eux va prendre une décision qui changera leur vie...

Rendez-vous 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)



« De pièces en pièces, 10 ans d'enrichissement patrimonial »

Mardi 28 janvier à 10h30



Bénéficiez d'une visite commentée de la nouvelle exposition de la bibliothèque patrimoniale Villon. Découvrez une sélection de manuscrits, archives et autres objets insolites ayant rejoint les collections au cours de ces 10 dernières années.

Bibliothèque Villon, 3 rue Jacques Villon – Bus F2, 5, 11 ou 13, arrêt Beaux-Arts
Inscription indispensable 02 32 08 60 80

Exposition interactive « Lux In tenebris » : plongez dans un thriller médiéval !

Mardi 28 janvier à 12h15

Vous avez aimé Le Nom de la Rose ? Vous adorerez Lux in tenebris. Vous voilà propulsé dans un thriller/BD médiéval dont vous êtes le héros. Muni d'une tablette et d'un casque audio, vous sillonnez le village et déambulez d'un panneau à l'autre à la recherche des indices qui vous permettront de démasquer le coupable. Durée : 1h env.



Bibliothèque des Capucins, 21 rue des Capucins – Bus F2 ou 22, arrêt Conservatoire ; bus 5, 11, 13, 20, arrêt Saint Vivien
Inscription indispensable 02 32 08 60 80



Café programme

Mardi 28 janvier à 15h

Animé par Emilie Roussel

Un temps pour découvrir le programme 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

Exposition « La bonne éducation », visite commentée

Mercredi 29 janvier à 14h30

Le Frac investit pour la première fois le musée national de l'éducation. À partir d'œuvres issues de son fonds mais aussi d'emprunts à des collections publiques, cette exposition sera l'occasion de découvrir le rapport des artistes contemporains à l'école et par là même au savoir et à sa transmission.



Musée national de l'Education, 185 rue Eau de Robec
Bus F2, 5, 11, 13 et 20 arrêt « Place St Vivien »
Inscription indispensable 02 32 08 60 80

Atelier mémoire

Vendredi 31 janvier à 14h30

Animé par Gracinda Gohin de Caldas

Résidence La Rose des sables

Inscription indispensable 02 32 10 99 25 – Participation 1€





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)
- **Téléalarme :** 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 8 janvier - 14h, 15h ou 16h

Inscriptions au 02 32 08 60 80