



Inscription de janvier à juin 2023



AGENDA DES



ANIMATIONS SENIORS

ouvertes à tous les séniors du territoire
+ 65 ans



animations
sportives



animations
culturelles



médiation
numérique



prévention
santé



mobilité
et sorties



ANIMATION SéniOR

YV
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES
YVETOT
NORMANDIE

YVETOT NORMANDIE

NOUS CONTACTER



4 rue de la Brême, Yvetot 76190



contact@yvetot-normandie.fr



02 35 56 14 14



www.yvetot-normandie.fr



@yvetotnormandie



@yvetotnormandie



Animations sportives

- ✓ E'Caux Bulles
- ✓ ASEPT
- ✓ Randonnées

Animations culturelles

- ✓ Médiathèque
- ✓ Conservatoire
- ✓ Cinéma
- ✓ Randonnées thématiques

Médiation numérique

- ✓ EPN

Prévention santé

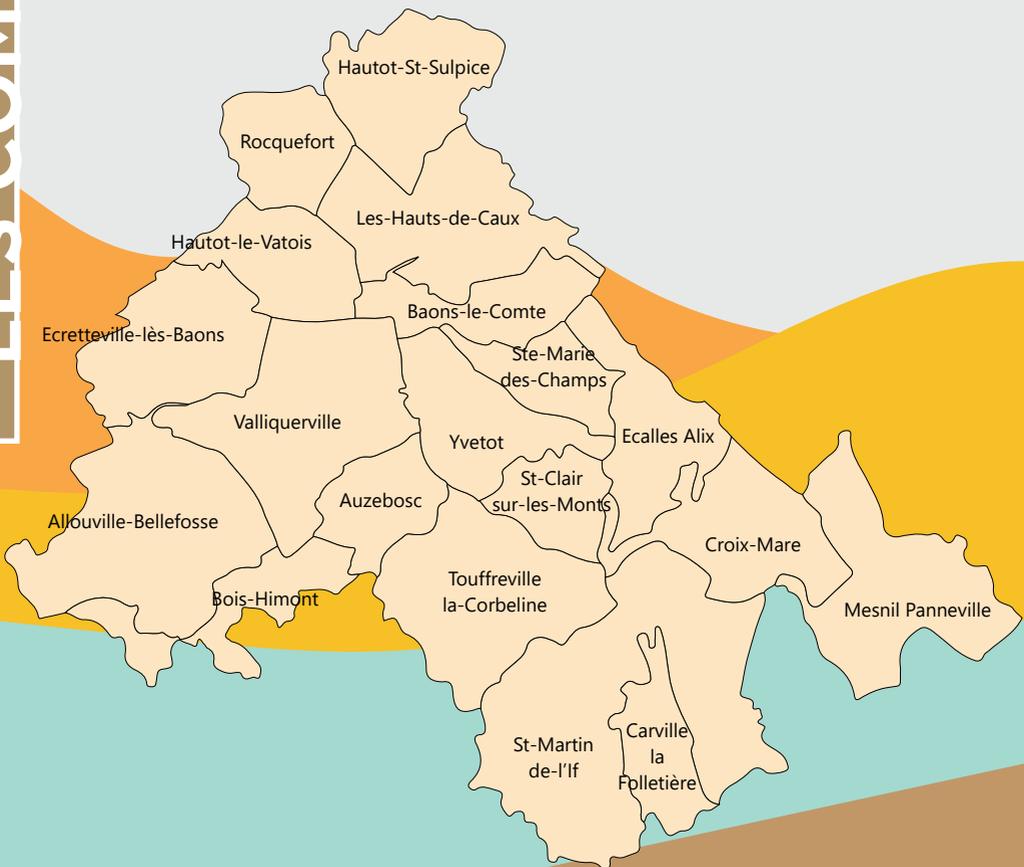
- ✓ ASEPT

Mobilité et sorties

- ✓ Sorties et visites
- ✓ Co-voiturage
- ✓ Mini bus



*Programme réalisé
avec le concours des 19 municipalités
du territoire.*





Yvetot Normandie Tourisme
Office de tourisme Intercommunal
8 Place du Maréchal Joffre, 76190 Yvetot
tél : 02 32 70 99 96



Médiathèque Guy de Maupassant
Médiathèque Intercommunale
9 Rue Pierre de Coubertin, 76190 Yvetot
tél : 02 35 95 01 13



Conservatoire de musique
Conservatoire Intercommunal
13 Rue Pierre de Coubertin, 76190 Yvetot
tél : 02 35 95 82 72



Centre aquatique E'Caux Bulles
Espace aquatique Intercommunal
1 Av. Micheline Ostermeyer, 76190 Yvetot
tél : 02 32 70 64 39



Cinéma Les Arches Lumière Yvetot
23 Av. Micheline Ostermeyer, 76190 Yvetot
tél : 02 32 70 43 64





Animations sportives

YVETOT



AQUAGYM

Centre aquatique E'Caux Bulles
1 Av Micheline Ostermeyer, Yvetot

Aquagym en groupe dans les bassins du centre aquatique E'Caux Bulles.

Les lundis de 8h30 à 9h15
Sur inscription et présentation de
la carte « animation sénior »
6 € / séance



YVETOT



AQUAPHOBIE / débutant

Centre aquatique E'Caux Bulles
1 Av Micheline Ostermeyer, Yvetot

Session en petits groupes pour ne plus avoir peur de l'eau, au centre aquatique E'Caux Bulles.

Les mercredis de 18h à 18h45
Sur inscription et présentation de
la carte « animation sénior »
6 € / séance



YVETOT



AQUABIKE (vélo aquatique)

Centre aquatique E'Caux Bulles
1 Av Micheline Ostermeyer, Yvetot

Vélo aquatique en groupe, au centre aquatique E'Caux Bulles.

Les jeudis de 12h30 à 13h30
Sur inscription et présentation de
la carte « animation sénior »
2,45 € / séance



YVETOT



ESPACE DÉTENTE

Centre aquatique E'Caux Bulles
1 Av Micheline Ostermeyer, Yvetot

Profitez de l'espace détente (hammam, sauna, bains bouillonnants, etc). La pratique de cette animation nécessite une bonne condition physique, au centre aquatique E'caux Bulles.

Les jeudis de 15h30 à 16h30
Sur inscription et présentation de
la carte « animation sénior »
5,40 € / séance



Inscription et informations directement au
centre aquatique E'Caux Bulles, muni de la
carte d'adhérent « animation sénior »





Animations sportives

HAUTOT SAINT-SULPICE



Atelier *SOPHROLOGIE*

Avec Mme Ingrid DOUCHIN, diplômée CFSP.

**Le mardi de 14h à 15h
et de 15h à 16h
GRATUIT
Inscription obligatoire**



ECALLES ALIX



HATHA YOGA Bibliothèque d'Ecalles-Alix

Yoga doux idéal pour débiter et apprendre les postures de base.

Permet d'augmenter la concentration, la vitalité, allonger le souffle, éloigner le stress.

**Les mardis de 18h30 à 19h45
Hors vacances scolaires
180 € l'année - Inscription obligatoire auprès de
Maïté au 07 76 03 15 87
Penser à prendre son tapis, coussin et couverture.**





Animations culturelles

**TERRITOIRE
CCYN**



PORTAGE DE LIVRES à domicile **Médiathèque Intercommunale** *Tout le territoire Yvetot Normandie*

Modalité de mise en place directement auprès de la médiathèque intercommunale, rue Pierre de Coubertin à Yvetot. Inscriptions et informations au 02 35 95 01 13.

Accessible sur l'ensemble du territoire d'Yvetot Normandie
GRATUIT



YVETOT



CONCERTS

**Conservatoire Intercommunal
rue Pierre de Coubertin, Yvetot**

Ouverture des portes à partir de 18h00.
Informations au 02 35 56 14 14

Musique baroque
samedi 4 février à 18h30

Elles (jazz - variété)
samedi 1er avril à 18h30

Prix : 6€
Places limitées



YVETOT

2023



CONCERTS DES PROFESSEURS

**du Conservatoire Intercommunal
à la salle des Vikings,
rue Pierre de Coubertin, Yvetot**

Concert des professeurs et élèves du Conservatoire
de musique Intercommunal.
Inscription et informations au 02 35 56 14 14

28 janvier 2023, 18h30
Aux Vikings
GRATUIT
Places limitées





Animations culturelles

YVETOT



SPECTACLE VIVANT

Les Arches Lumières

*Au cinéma les Arches Lumières
23 Av Micheline Ostermeyer, Yvetot*

Inscription et informations directement au cinéma,
muni de la carte senior pour bénéficier du tarif.

- **Le ROI LEAR**
*jeudi 9 février 2023 à 20h10 - direct
mardi 28 février 2023 à 14h00 - retransmission
dimanche 5 mars 2023 à 17h00 - retransmission
lundi 6 mars 2023 à 19h30 - retransmission*
- **LA NUIT DES ROIS**
*jeudi 11 mai 2023 à 19h30 - retransmission
mardi 16 mai 2023 à 14h00 - retransmission*

Tarif : 8,5 €





CINÉMA : CINÉ D'OR

Les Arches Lumières

Au cinéma les Arches Lumières

23 Av Micheline Ostermeyer, Yvetot

Carte YN animation senior à présenter pour bénéficier du tarif. Inscription et informations directement au cinéma, muni de la carte.

- **THE DUKE**
lundi 6 février 2023 à 14h30
- **LA DÉGUSTATION**
lundi 6 mars 2023 à 14h30
- **QU'EST-CE QU'ON A TOUS FAIT AU BON DIEU ?**
lundi 3 avril à 14h30
- **ILLUSIONS PERDUES**
lundi 15 mai à 14h30
- **JOYEUSE RETRAITE 2**
lundi 5 juin à 14h30

Tarif : 1,75 €



YVETOT

*f*RA CINEMA

LES ARCHES LUMIERE
CINEMAS YVETOT

SPECTACLE VIVANT / CLASSIQUE

Les Arches Lumières

Au cinéma les Arches Lumières

23 Av Micheline Ostermeyer, Yvetot

Carte YN animation senior à présenter pour bénéficier du tarif. Inscription et informations directement au cinéma, muni de la carte.

- **TOSCA**
Opéra National des Pays-Bas
jeudi 26 janvier 2023 à 19h - retransmission
- **George BALANCHINE**
Ballet
mardi 7 mars 2023 à 19h45 - direct
- **HAMLET**
jeudi 30 mars 2023 à 19h15 - direct
- **Maurice BÉJART**
Ballet
jeudi 25 mai 2023 à 19h45 - direct

Tarif : 8,5 €





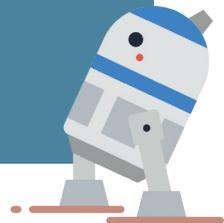
Médiation numérique

Aujourd'hui, à l'ère du numérique, beaucoup ne disposent pas d'ordinateur, de tablette ou de smartphone et souhaitent se familiariser avec. L'informatique est devenue incontournable dans nos démarches administratives du quotidien et dans nos emplois. Face à ce constat, Yvetot Normandie a décidé de mettre en place un Espace Public Numérique pour faciliter l'accès aux outils informatiques et multimédia grâce à des ateliers d'initiation et de perfectionnement.

L'EPN est gratuit et s'adresse à tous : jeunes, actifs, seniors.
Il a pour objectif d'accompagner tous les publics aux usages numériques. C'est un lieu de libre accès à des ordinateurs et à internet.



***Inscription et informations
auprès de votre conseiller
numérique d'Yvetot Normandie au :
06 14 02 76 29***



YVETOT

ÉDUCATION AUX MÉDIAS ET À L'INFORMATION

Médiathèque intercommunale
rue Pierre de Coubertin à Yvetot

Atelier animé par Pacôme HUROT

L'objectif de ces ateliers d'éducation aux médias et à l'information est de sensibiliser les participants aux enjeux liés à la consommation et à la production d'information.

Ils permettront d'aborder le sujet de notre paysage médiatique, d'apprendre à identifier des sources fiables et à vérifier l'information.

Ces ateliers seront menés grâce à une boîte à outils dans laquelle nous retrouverons entre autres une frise chronologique sur l'histoire de la télévision française ou encore divers jeux sur les fakes news.

Il sera possible de penser ensemble à comment faire évoluer cette boîte.

Venez découvrir son contenu une fois par mois à la médiathèque d'Yvetot

**31 janvier, 28 février, 28 mars, 11 avril,
9 mai, 13 juin 2023**

de 16h45 à 17h45





Prévention santé

CROIX-MARE



Conférence et ateliers **NUTRI-ACTIVE**

En partenariat avec l'ASEPT

Atelier spécial nutrition : venez en apprendre davantage sur l'équilibre alimentaire et les risques liés à une alimentation non équilibrée.

Conférence le 26 janvier 2023 à 14h30

Ateliers les 2 et 9 février, 2, 9, 16 et 23 mars 2023
Sur inscription / 6 à 9 personnes / GRATUIT

SAINT-MARTIN- DE-L'IF



Conférence et ateliers **PEPS EURÊKA**

En partenariat avec l'ASEPT

Participez à ces ateliers pour booster votre mémoire ! Fonctionnement de la mémoire, effets des médicaments, et divers conseils et astuces pour travailler sa mémoire au quotidien.

Conférence le 7 février 2023 à 9h30

**Ateliers les 28 février, 7, 14, 21 et 28 mars,
4 et 11 avril, 2, 9, 16 et 23 mai 2023**
Sur inscription / 6 à 9 personnes / GRATUIT

BOIS-HIMONT



Conférence et ateliers PRÉVENTION DES RISQUES DOMESTIQUES En partenariat avec l'ASEPT

Réaliser les gestes de premier secours et alerter les secours. Une formation de 7 heures, répartie en 2 demi-journées. Cette animation ne sera mis en place que s'il y a un nombre suffisant de participants.

Conférence le 16 mars de 14h à 16h

Ateliers les 28 mars et 6 avril de 14h à 17h30

Sur inscription / 6 à 9 personnes / GRATUIT

HAUTOT-LE-VATOIS



Conférence et ateliers EQUILIBR' ET VOUS En partenariat avec l'ASEPT

Prévention des chutes

Conférence le 16 mars de 10h à 12h

Ateliers les 23 et 20 mars, 3 et 13 avril,

4, 12 et 25 mai, 1er, 8, 15, 22 et 29 juin 2023

Sur inscription / 6 à 9 personnes / GRATUIT

SAINT-MARTIN-DE-L'IF



ATELIER CUISINE Avec une diététicienne

Elaboration de repas avec l'aide d'une diététicienne qui abordera différents problèmes rencontrés dans le cadre de notre alimentation quotidienne (diabète, cholestérol...).

Ateliers les 16 et 30 mars, 13 avril, 7 et 25 mai, 8 juin et 22 juin

Sur inscription / 6 à 9 personnes / GRATUIT



Mobilité et sorties

ST-MARTIN DE BOSCHERVILLE



JARDIN DE SAINT MARTIN DE BOSCHERVILLE

Visite des jardins

Nous vous emmenons visiter les jardins de Jardins de l'Abbaye Saint George, dissimulés derrière de hauts murs de pierres, qui abritaient autrefois les moines bénédictins et leurs prières.

Jeudi 11 mai

Départ 13h30 au Champ de Foire , Yvetot

Sur inscription / 50 places / GRATUIT

ROUEN



ARMADA

Journée libre à l'Armada de Rouen

Jeudi 15 juin

Départ 10h00 au Champ de Foire , Yvetot

Sur inscription / 50 places / GRATUIT



BOLBEC



MUSÉE DU TISSU

Visite du musée

L'association « Bolbec, au fil de la mémoire » au travers son atelier musée du textile, retrace le passé florissant de l'industrie textile à Bolbec et de sa région. Sans plus attendre, venez rencontrer ces bénévoles passionnés qui feront revivre devant vous ces vieilles machines surgies du passé.

Dans les locaux de l'ancienne usine Desgenétais, un petit groupe de passionnés, autrefois salariés de cette industrie, ont recréé toute la chaîne de fabrication. Ils vous guideront et vous conteront l'histoire de la transformation du coton, où la matière sortie de la balle, devient voile, ruban, mèche puis fil. Une partie de ce fil est ensuite bobinée sur une canette pour constituer la trame, l'autre partie étant ourdie pour réaliser la chaîne. Chaîne et trame sont alors posées sur le métier à tisser pour constituer le tissu.

De plus un espace consacré aux toiles imprimées appelées indiennes qui furent à l'origine du développement et de la richesse de Bolbec, vous fera découvrir leur histoire et l'évolution des techniques d'impression ainsi que de remarquables échantillons retrouvés dans les archives de la ville.

Jeudi 9 février
Départ 13h20 sur le parking du collège CAMUS, Yvetot
Sur inscription / 20 places / GRATUIT

YVETOT



Ateliers CUISINE PARTAGÉE

Appel aux volontaires :

Venez partager vos recettes préférées autour de notre cuisine mobile.

1^{ère} session le vendredi 3 mars 2023

10h - 12h

**4 rue de la Brême à Yvetot
Sur inscription / GRATUIT**

*Retrouvez toutes les activités
partenaires de l'Office de Tourisme
dans le Guide Bienvenue, disponible
au bureau d'information touristique
d'Yvetot et auprès d'un réseau
d'ambassadeurs (points relais en
mairies, commerces de proximité, ...)*





Sous condition, covoiturage ou transport en minibus possibles pour se rendre sur les lieux des animations. Renseignements et inscription au 02 35 56 14 14



**DES SOLUTIONS DE TRANSPORT
GRATUITES, MISES EN PLACE
PAR VOTRE COMMUNAUTÉ DE
COMMUNES YVETOT NORMANDIE**



AVEZ-VOUS DES IDÉES, DES SOUHAITS ?

N'hésitez pas à nous faire part de vos envies
d'animation, de vos idées de sorties ou d'atelier !

Contactez-nous au 02 35 56 14 14





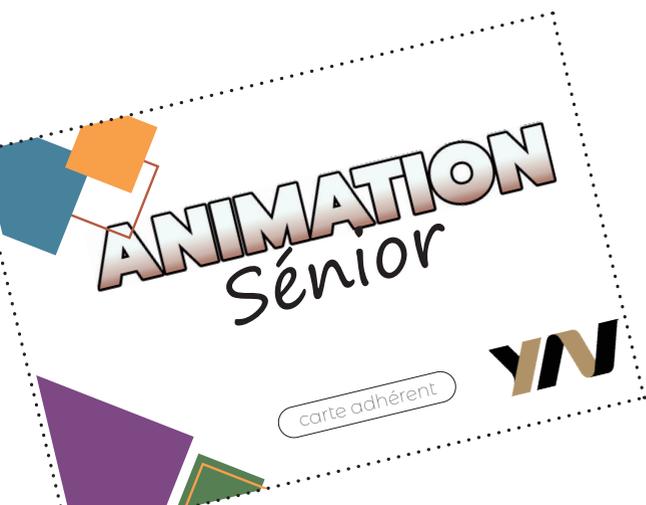
RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

COMMUNAUTÉ DE COMMUNES
YVETOT NORMANDIE

02 35 56 14 14

contact@yvetot-normandie.fr

**CARTE D'ADHÉRENT OBLIGATOIRE POUR PARTICIPER AUX
ANIMATIONS. À VENIR CHERCHER DANS VOTRE MAIRIE OU
À L'ACCUEIL D'YVETOT NORMANDIE**



YN
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES
**YVETOT
NORMANDIE**