

ANIMATIONS SÉNIORS

ouvertes à tous les seniors 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](https://www.facebook.com/yvetotnormandie)



[@yvetotnormandie](https://www.instagram.com/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



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

2,45€ / participants

Sur inscription et présentation de la carte « animation sénior »



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

2,45€ / participants

Sur inscription et présentation de la carte « animation sénior »



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

2,45€ / participants

Sur inscription et présentation de la carte « animation sénior »



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

2,45€ / participants

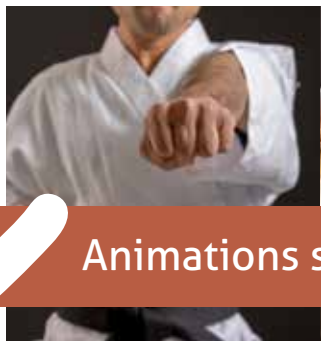
Sur inscription et présentation de la carte « animation sénior »



Yvetot Normandie finance ces animations à hauteur de 50% du prix (4,90€ par atelier, par personne)

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





Animations sportives

VEAUVILLE LES BAONS



Atelier SELF DEFENSE ASEPT

Dojo de Veauville, les Hauts de Caux

Le self défense permet aux pratiquants de conserver leur intégrité physique lors d'une éventuelle agression. Le self défense permet d'entretenir la forme en travaillant le tonus musculaire, le rythme cardiaque, le souffle et la mémoire.

**Les mardis de 14h à 16h
6 - 9 personnes**

**GRATUIT - Inscription obligatoire
12 séances de 1h30**



LIEU À DÉFINIR



Atelier ÉQUILIBRE & VOUS ASEPT

Prévenir les risques de chutes et apprendre à se relever. Cette animation ne sera mis en place que s'il y a un nombre suffisant de participants.

**GRATUIT
Inscription obligatoire**



LIEU À DÉFINIR



Atelier NUTRI' ACTIVE **ASEPT**

Ateliers sur l'alimentation et l'activité physique. Cette animation ne sera mis en place que s'il y a un nombre suffisant de participants.

6 - 9 personnes
GRATUIT
Inscription obligatoire
6 séances de 2h30



LIEU À DÉFINIR



SOPHROLOGIE **ASEPT**

Conférence sur la thématique du sommeil + séances de sophrologie. Cette animation ne sera mis en place que s'il y a un nombre suffisant de participants.

GRATUIT
Inscription obligatoire



Inscription et informations auprès
d'Yvetot Normandie au 02 35 56 14 14





Animations sportives

YVETOT



VISITE GUIDÉE

Office de Tourisme Intercommunal
Visite sensorielle à Yvetot

Visite sensorielle à Yvetot : petite déambulation dans le cœur historique d'Yvetot, organisée par votre Office de Tourisme Intercommunal. Départ devant l'Office de Tourisme Yvetot Normandie.

Le 28 septembre, 14h30 à 16h30
GRATUIT - Places limitées
Inscription au 02 32 70 99 96
Durée : 2h



VEAUVILLE LES BAONS



VISITE COMMENTÉE

Office de Tourisme Intercommunal
Veauville lès Baons

Balade accompagnée à la découverte de Veauville lès Baons, avec Régine Hauzay, passionnée par le patrimoine local. Déambulation dans le village, environ 4 kms. Départ à l'église de Veauville.

Le 30 septembre, 14h30 à 17h
GRATUIT - Places limitées
Inscription au 02 32 70 99 96
Durée : 2h30



AUZEBOSC



RANDONNÉE

**Office de Tourisme Intercommunal
La Bichotterie - Auzebosc**

Randonnée sur le circuit n°6 « La Bichotterie», découverte des étapes nécessaires à l'élaboration d'un circuit de randonnée (protection et entretien, balisage...) . Départ parking de la mairie d'Auzebosc.

**Le 4 octobre, 14h30 à 16h15
GRATUIT - Places limitées
Inscription au 02 35 56 14 14
Durée : 1h45**



**Inscription et informations auprès de l'Office de
Tourisme Intercommunal au 02 32 70 99 96 ou
sur le site web d'Yvetot Normandie Tourisme**



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



MONT DE L'IF



CONCERT YN PATRIMOINE **Office de Tourisme Intercommunal** *Eglise de la Trinité, Mont de l'If*

Concert du groupe HUIT NUITS à l'Eglise de la Trinité de Mont de l'If. Le groupe mélange poésie, violoncelle, voix entrelacées et percussions et s'ancre dans la chanson française actuelle.

23 septembre , à partir de 20h
Inscription au 02 32 70 99 96
GRATUIT



YVETOT



CONCERTS

Conservatoire Intercommunal
rue Pierre de Coubertin, Yvetot

Le 15 octobre K-Rumba (concert sur des musiques de jeux vidéo). Le 3 décembre : guitare et violon.
Ouverture des portes à partir de 18h00.
Informations au 02 35 56 14 14

15 octobre et 3 décembre 2022

Prix : 6€

Places limitées



YVETOT



CONCERTS DES ÉLÈVES

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

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

21 janvier 2023, 18h30

Aux Vikings

GRATUIT

Places limitées



2023





Animations culturelles

YVETOT



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

14h30

**les 5 septembre, 3 octobre,
7 novembre et 5 décembre**

**1,75€ par séance (carte adhérent
anim sénior)**



YVETOT



SPECTACLE VIVANT

Les Arches Lumières

Au cinéma les Arches Lumières

23 Av Micheline Ostermeyer, Yvetot

Le 29 septembre : les Capulet et les Montaigu
Le 08 décembre : La Vie Parisienne -Theatre des Champs Elysées. Inscription et informations directement au cinéma, muni de la carte senior pour bénéficier du tarif.

**20h, 29 septembre et 8 décembre
10€ par spectacle (carte adhérent
anim sénior)**



TERRITOIRE CCYN



CINÉMA ITINÉRANT

Yvetot Normandie
*Prochainement dans certaines
communes du territoire*

Des séances de cinéma sont prévues dans certaines communes du territoire.

Inscription et informations auprès d'Yvetot Normandie au 02 35 56 14 14.

GRATUIT

Informations à venir



**Yvetot Normandie finance ces animations
à hauteur de 50% du prix public.**

**Inscription et informations directement au
Cinéma les Arches Lumière, et pensez à vous
munir de la carte d'adhérent « animation
sénior » pour bénéficier des prix réduits**





Médiation numérique

SAINT MARTIN DE L'IF



INITIATION INFORMATIQUE **Espace Public Numérique (EPN)** *Saint Martin de l'If*

Inscription obligatoire. Tous les lundis (hors vacances scolaires) à Saint Martin de l'If.

10h à 12h / 6 personnes / GRATUIT



BAONS LE COMTE

INITIATION INFORMATIQUE **Espace Public Numérique (EPN)** *Baons le Comte*

Inscription obligatoire. Tous les lundis (hors vacances scolaires) à Baons le Comte.

14h à 16h / 6 personnes / GRATUIT

ECRETTEVILLE LES BAONS

INITIATION INFORMATIQUE **Espace Public Numérique (EPN)** *Ecretteville les Baons*

Inscription obligatoire. Tous les mardis (hors vacances scolaires) à Ecretteville les Baons.

10h à 12h / 6 personnes / GRATUIT

YVETOT

INITIATION INFORMATIQUE

Espace Public Numérique (EPN)

Yvetot

Inscription obligatoire. Tous les mardis (hors vacances scolaires) à Yvetot.

14h à 15h30 / 6 personnes / GRATUIT

SAINTE MARIE DES CHAMPS

INITIATION INFORMATIQUE

Espace Public Numérique (EPN)

Sainte Marie des Champs

Inscription obligatoire. Tous les jeudis (hors vacances scolaires) à Sainte Marie des Champs.

10h à 12h / 6 personnes / GRATUIT

ECALLES ALIX

INITIATION INFORMATIQUE

Espace Public Numérique (EPN)

Ecalles-Alix

Inscription obligatoire. Tous les vendredis (hors vacances scolaires) à Ecalles-Alix.

10h à 12h / 6 personnes / GRATUIT

YVETOT

INITIATION INFORMATIQUE

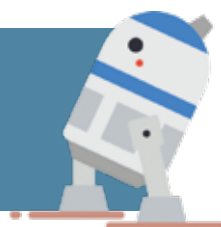
Espace Public Numérique (EPN)

Yvetot

Inscription obligatoire. Tous les vendredis (hors vacances scolaires) à Yvetot.

14h à 16h / 6 personnes / GRATUIT

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





Prévention santé

LIEU À DÉFINIR



MÉMOIRE PEP'S EUREKA

En partenariat avec l'ASEPT

Prochainement dans certaines communes

Améliorer la qualité de vie et prévenir les effets néfastes du vieillissement. 10 séances de 3h. Cette animation ne sera mis en place que s'il y a un nombre suffisant de participants.

Sur inscription / 6 à 9 personnes / GRATUIT

LIEU À DÉFINIR



PRÉVENTION DES ACCIDENTS DOMESTIQUES

En partenariat avec l'ASEPT

Prochainement dans certaines communes

Conférence + 2 ateliers de 3 heures. Cette animation ne sera mis en place que s'il y a un nombre suffisant de participants.

Sur inscription / 6 à 9 personnes / GRATUIT

LIEU À VENIR



LES PREMIERS GESTES QUI SAUVENT

En partenariat avec l'ASEPT

Prochainement dans certaines communes

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.

Sur inscription / 6 à 9 personnes / GRATUIT



Mobilité et sorties

DIEPPE



FESTIVAL DU CERF VOLANT DE DIEPPE

Plage de Dieppe

Nous vous emmènerons au festival international du cerf volant de Dieppe, pour admirer les cerfs volants du monde sur la plage de Dieppe. Repas libre à votre charge.

Départ 10h au Champ de Foire , Yvetot
Sur inscription / 50 places / GRATUIT

MARTAINVILLE



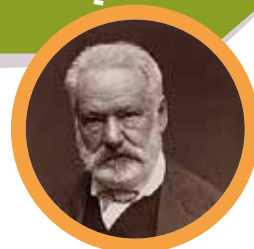
CHATEAU DE MARTAINVILLE

Musée du Chateau de Martainville

Nous vous emmenons visiter le musée du Chateau de Martainville, pour découvrir la vie quotidienne des cauchois d'avant.

Départ 13h30 au Champ de Foire , Yvetot
Sur inscription / 50 places / GRATUIT

VILLEQUIER



MUSÉE VICTOR HUGO

à Villequier

Nous vous emmènerons visiter le musée Victor Hugo à Villequier. Découvrez l'intimité du célèbre écrivain.

Départ 13h30 au Champ de Foire , Yvetot
Sur inscription / 50 places / GRATUIT



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



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



**Votre carte
d'adhérent :**

>>>
>>>
>>>



Nom

Prénom

N° adhérent





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***

ANIMATION
Sénior

carte adhérent



YN
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES
**YVETOT
NORMANDIE**