



Agenda Seniors

Programme des actions sur le territoire du Bocage
Septembre à Décembre 2018

Vous trouverez le programme pour le second semestre concocté grâce à de nombreux partenaires. Temps d'informations, d'échanges et de prévention, conférences, ateliers, salon, séances cinéma, loisirs. Toutes ces actions sont faites pour vous. Les rendez vous évoqués sur ce document ne sont pas exhaustifs. N'hésitez pas à contacter le clic du Bocage qui vous renseignera en fonction de vos besoins et de votre localité.

SENSIBUS CALVADOS, le bus du bien vieillir



Dans un contexte de vieillissement de la population, la conférence des financeurs du Calvados* a décidé de subventionner un bus itinérant appelé « Sensibus Calvados, le bus du bien vieillir » qui ira à la rencontre des personnes de plus de 60 ans afin de leur exposer les dispositifs existants pour faciliter leur maintien à domicile.

Au volant du Sensibus Calvados, Steven Berthélé de l'Association Retrobus, sillonnera les routes du Calvados et fera étape dans les villes et villages, tantôt sur les marchés, tantôt près des pôles de santé... pour aller à la rencontre des aînés afin de leur présenter, de manière interactive, les aides techniques pouvant être mises en place à leur domicile.

Aménagé en trois pièces - salle de bain, cuisine et chambre- ce bus permettra de faire la démonstration, en considérant les contraintes financières et sans hyper-médicalisation, que des aménagements simples sont envisageables afin favoriser le maintien à domicile, le plus longtemps possible, des personnes âgées.

Présenter, orienter et mettre en œuvre, tels sont les objectifs de ce nouveau dispositif à destination des seniors et de leur famille

* La conférence des financeurs du Calvados

Présidée par le Département, chef de file des solidarités, cette conférence réunit l'Agence Régionale de Santé et les principales Caisses de retraite (CARSAT, MSA, RSI). Elle regroupe l'ensemble des acteurs en charge de la prévention, parmi lesquels figurent des représentants de l'Anah (Agence nationale de l'amélioration de l'habitat), des collectivités territoriales, de la Mutualité française, de la CPAM et des caisses de retraite complémentaire. Elle a pour objectif de coordonner l'ensemble des politiques de prévention de la perte d'autonomie des plus de 60 ans sur le territoire départemental.

Dans le bocage, le sensibus passera :

Mardi 16 octobre 2018 lors du salon seniors de Condé sur Noireau

Vendredi 26 octobre matin: Marché de Vire

Vendredi 7 Novembre après-midi: lors du spectacle théâtral à la Halle - parking Hôtel de France de VIRE

Jedi 15 Novembre matin: Marché de Condé sur Noireau

SIEL BLEU « Gym prévention Santé »

Séances d'activité physique adaptée aux personnes âgées avec ou sans problème de santé

Les seniors ont souvent l'envie de prendre du temps pour eux et d'améliorer leur condition physique générale. Siel Bleu propose comme réponse des activités physiques adaptées (APA), délivrées en cours collectifs. Dans une ambiance conviviale et stimulante, ces professeurs diplômés travaillent autour de thèmes comme le renforcement musculaire, la souplesse articulaire, l'équilibre ou encore l'amélioration des capacités cardio-respiratoires.

Objectifs

- . Maintien et développement de la mobilité articulaire
- Renforcement musculaire
- . Repousser le seuil de fatigue global à l'effort
- . Améliorer l'équilibre statique et dynamique
- . Apprentissage des gestes et postures
- . Sensibiliser à l'entretien du capital santé
- . Créer du lien social



Descriptif

Séance d'une heure par semaine durant lesquelles les participants, 15 au maximum, alternent le travail debout, assis et au sol.

Venez découvrir et vous renseigner sur cette activité :



Roullours : chaque jeudi de 14h à 15h à la Salle des fêtes .

***Ce groupe recherche activement des personnes intéressées
pour poursuivre l'activité à partir de mi novembre.***

St Germain de Tallevende : chaque jeudi de 15h15 à 16h15 Salle des fêtes

Vire – centre hospitalier : chaque Mercredi 16h45 à 17h45

Etouvy : chaque jeudi de 11h à 12h salle des fêtes

A proximité - Manche

Pont Farcy – MARPA - chaque mercredi 9h45 à 10h45

Pour ceux qui le désirent, les groupes ne sont pas complets et vous pouvez vous y inscrire.

Renseignements et inscriptions obligatoires > Siel bleu 07 63 87 73 55 ou 07 62 77 13 34

Noues de Sienne « Solidarité transport »

Depuis décembre 2017, une réflexion commune entre plusieurs acteurs du territoire (élus locaux, partenaires sociaux, délégués MSA...) de Noues de sienne et St Aubin des bois, a fait émerger le besoin de développer une offre complémentaire en matière de mobilité sur ce territoire.

Aussi, afin d'éviter que vivre en milieu rural ne soit un handicap supplémentaire pour les personnes démunies, Familles Rurales Calvados, avec le soutien de la MSA et la Conférence des financeurs, propose la mise en place d'un service Solidarité transport.

Ce réseau a pour but de permettre à des personnes dépourvues de tout moyen de locomotion, isolées et non imposables sur le revenu, de se déplacer ponctuellement grâce à un réseau de chauffeurs bénévoles. Le transport est assuré dans une zone géographique limitée aux pôles d'attraction les plus proches moyennant une participation aux frais de déplacement. Les déplacements sont le plus souvent liés à des consultations médicales, visites à un membre de la famille ... Ils doivent cependant rester occasionnels. Sont exclus les transports pris en charge au titre de l'assurance maladie, des mutuelles, des caisses de retraite ou tout autre organisme.

Ce service viendra en complément des autres services existants (Taxi bus,...)

L'intérêt, outre le transport, est de créer du lien social entre le bénéficiaire et la personne transportée et de présenter le projet à l'ensemble des habitants du territoire, et permettre ainsi aux personnes souhaitant s'investir en tant que chauffeurs bénévoles de se manifester.

Réunion d'information publique le :

Jeudi 06 septembre 2018 à 18h

Salle multi- activités, place du champs de foire de St SEVER

Renseignements > Familles rurales Calvados Mme LEFEVRE 07.68.65.74.60

ATELIERS « JEUX DE MEMOIRE » - cycle de 10 séances

Notre mémoire est sollicitée à chaque instant de notre vie, dans la réalisation de la moindre de nos actions. Elle semble parfois nous faire défaut et nous voudrions la rendre plus efficace.

Pourtant elle possède sans aucun doute plus de ressources que nous l'ne l'imaginons et il existe de nombreuses façons de la stimuler, de l'entraîner et de la développer.

Dans une ambiance conviviale fait d'exercices et de jeux l'objectif de cet atelier est de renforcer nos capacités de concentration

D'acquérir des méthodes de mémorisation efficaces et applicables au quotidien.

Cet atelier s'adresse aux personnes en bonne santé, désireuses d'entretenir leur mémoire à quelque âge que ce soit.

Aucune participation n'est demandée, toutefois chaque participant est invité à s'engager pour le trimestre entier.

Première séance :

Vendredi 21 Septembre 2018

De 10h à 12h Salle de la médiathèque de Bény Bocage

Ou

De 14h à 16h Salle du clic à Vire Normandie



Inscriptions obligatoires et renseignements > CLIC du Bocage, Tél : 02.31.66.26.24

YOGA DU RIRE VIRE

Complet au second semestre

ATELIERS REFLEXOLOGIE VIRE

Complet au second semestre

SOPHROLOGIE VIRE

Complet au second semestre

SOPHROLOGIE CONDE

Complet au second semestre

SEMAINE BLEUE

Semaine nationale des retraités et personnes âgées
Du 8 au 14 octobre 2018

Lundi 8 et Jeudi 11 Octobre à 14h

ATELIERS sur l'emploi à domicile

Deux ateliers d'informations et de prévention sur les bénéfices de l'accompagnement à domicile et les dispositifs de soutien existants vous sont proposés **par la FEPEM, Fédération du Particulier Employeur**

Lundi 8 octobre ☺ 14h00 – 16h30

Présentation et information sur l'emploi à domicile (différents modes d'intervention, droit et devoirs, déclarations ...)

Jeudi 11 octobre ☺ 14h00 – 16h30

Aides financières et prélèvement à la source pour les particuliers employeurs

→ lieu : CLIC DU BOCAGE 1 Avenue Général de Gaulle 14500 VIRE NORMANDIE

☎ Inscription obligatoire auprès du clic du Bocage 0231662620

Gratuit sur inscription dans la limite des places disponibles

Mardi 09 Octobre de 12h à 19h

Fête des octogénaires avec l'association des Amis des Cheveux Blancs de CONDE

Les octogénaires sont invités pour leurs 80 printemps. Cette journée est dédiée à l'amitié et aux anniversaires. » On n'a pas tous les jours 80 ans » .

12h00 : Repas traiteur chez Lichtlé Traiteur Flers ; zone artisanale Rue St Eloi à St Georges des Groseillers

Bien sûr de nombreuses animations, sans oublier les bougies et les cadeaux !!!

Engagements : adhérents 25 € - non-adhérents 30 €

Inscriptions & paiement jusqu'au : 21 septembre 2018

☎ Renseignements Catherine DUJARDIN, Présidente & Secrétaire

Les Amis des Cheveux Blancs de Condé-sur-Noireau 37 rue du 6 juin.- 14110 Condé-sur-Noireau

mail : amisdescheveuxblancs@hotmail.com www.facebook.com/amisdescheveuxblanc Tél

: 06.62.78.21.40

Mardi 09 Octobre à 14h30

Réunion d'information sur la déficience visuelle et auditive avec présentation de solutions de compensation



animée par l'ARIADA (ass. Régionale insertion accessibilité des déficients auditifs) et le SIADV Normandie (service inter-régional d'appui adultes déficients visuels)

Lieu : salle du clic du Bocage 1 Avenue de Gaulle à VIRE

☎ Inscription obligatoire auprès du clic du Bocage 0231662620

Gratuit sur inscription

Mardi 09 Octobre à 20h30

Spectacle « Emma mort, même pas peur »



Hommage clownesque à la vie

Sur un sujet grave relevant de nos peurs archaïques, Emma le Clown se lance le défi de nous faire rire avec émotion et subtilité. Puisque notre sort à tous en est jeté, pourquoi ne pas apprivoiser cet instant fatal tant redouté ?

Ecriture et jeu Meriem Menant

Mise en scène Kristin HESTAD

→ lieu : Centre dramatique National de Normandie – Le Préau 1 place Castel 14500 VIRE Normandie

Tarif : 10 euros sur réservation auprès du clic du Bocage avant le 8 octobre ou 15 euros sur place

Mercredi 10 Octobre à 14h30

Concert du groupe Genjosina « Chants de Sicile et d'Italie »



*Avec Josy Cancian : Voix, violon, Jenta Szejnok : Voix,
Sylvie Vaugeois : Voix,
Nadine Burri : Voix, guitare et Alain Simoni : Contrebasse*

« On ne saura jamais de quelles chambres secrètes jaillit le chant. De quel lointain, de quelle peur, rage, tendresse ou regrets. De quelle nostalgie ce long sillage prend sa voix et comme toujours, imprévisiblement, nous emporte » **Gianmaria Testa** Nous, nous chantons à pleine voix des chants des chemins de Sicile et d'Italie. Suivez nous, vous aussi, dans ce voyage.

→ lieu : Chapelle de Blon à Vaudry - Vire Normandie

☎ Renseignement au clic du Bocage 0231662620

Tarif : gratuit sans réservation

Jeudi 11 Octobre à 14h30

Séance de contes à la médiathèque

→ Médiathèque de VIRE, rue du Chênedollé

☎ Réservation obligatoire au 0231662710

Visite libre de l'exposition : Le Calvados dans la grande guerre 1914/1918

L'exposition est présente à la médiathèque du 20 septembre au 27 octobre 2018

Jeudi 11 Octobre à 20h30

Soirée ciné débat avec le film « Photo de famille »

Film français, 2018, de Cécilia Rouaud avec Vanessa Paradis, Camille Cottin, Pierre Deladonchamps



SYNOPSIS ET DETAILS

Gabrielle, Elsa et Mao sont frères et sœurs, mais ne se côtoient pas. Surtout pas.

La première est « statue » pour touristes, au grand dam de son fils ado. Elsa, elle, est en colère contre la terre entière et désespère de tomber enceinte. Et Mao, game designer de génie chroniquement dépressif, noie sa mélancolie dans l'alcool et la psychanalyse.

Quant à leurs parents, Pierre et Claudine, séparés de longue date, ils n'ont jamais rien fait pour resserrer les liens de la famille.

Pourtant, au moment de l'enterrement du grand-père, ils vont devoir se réunir, et répondre, ensemble, à la question qui fâche : « Que faire de Mamie ? »

Film suivi d'un échange avec des professionnels Dr du Rosel médecin gériatre, Saskia du Rosel psychologue du Centre Hospitalier de VIRE et Mme POMMAY pour la présentation du dispositif Mona Lisa en faveur de la lutte contre l'isolement des personnes âgées autour d'un pot de convivialité

→ Cinéma le Royal quai des Challouets à Condé sur Noireau
Tarif 3.70 euros

Mardi 09 Octobre mercredi 10 octobre matin

Ateliers numériques avec l'Espace Public Numérique VIRE



→ lieu : EPN au sein de la Médiathèque de VIRE NORMANDIE , rue du Chênedollé
☎ Renseignements et inscriptions au 0231664974 avant le 09 octobre
Gratuit sur inscription dans la limite des places disponibles

Vendredi 12 Octobre à 14h30



Séance avec le film « Guy »

Film , 2018, comédie dramatique de Alex Lutz avec Alex Lutz, Tom Dingler, Pascale Arbillot

SYNOPSIS : Gauthier, un jeune journaliste, apprend par sa mère qu'il serait le fils illégitime de Guy Jamet, un artiste de variété française ayant eu son heure de gloire entre les années 60 et 90. Celui-ci est justement en train de sortir un album de reprises et de faire une tournée. Gauthier décide de le suivre, caméra au poing, dans sa vie quotidienne et ses concerts de province, pour en faire un portrait documentaire.

→ Cinéma le Basselin place Castel 14500 VIRE Normandie

☎ 02.31.66.16.40

Tarif 4.50 euros sans inscription dans la limite des places disponibles. Réservation possible

Samedi 13 Octobre de 15h30 à 16h30

Visite guidée « A votre service Madame la Marquise » au Château de Pontécoulant



Le domaine de Pontécoulant rassemble les marques de la noblesse : château, pavillons du garde-chasse et du jardinier, colombier, ferme, bois et terres. La famille « Le Doulcet de Pontécoulant » s'y est établie au XIV^e siècle. Le château fut construit au XVI^e siècle à l'emplacement d'une ancienne motte Féodale fut agrandi et réaménagé au XVIII^e siècle. Franchissez le seuil de cette demeure où décors, meubles et objets familiaux vous transportent dans la vie de ses anciens occupants.

→ Château de Pontécoulant

☎ **Contact Le Château. 14110 Pontécoulant, France 02 31 69 62 54 ou Office du Tourisme 0231692764**
Réservation obligatoire. 4,80€/pers

Salon seniors , des solutions locales pour bien vivre au quotidien

Vivre le mieux possible et le plus longtemps à son domicile constitue un enjeu sociétal majeur. C'est dans cette optique du "Bien vieillir chez soi" que plusieurs acteurs des champs de la prévention, de la gérontologie, des services à la personne, de l'habitat et de la mobilité se sont associés pour vous proposer ce premier salon seniors.

Pour répondre à vos questions, participez à cette journée d'information et d'échanges pour mieux vivre demain.

Mardi 16 Octobre 2018 de 10 à 19h

Salle du Marché couvert à Condé sur Noireau
et salle du cinéma le Royal – Condé en Normandie



SALLE DU MARCHÉ COUVERT

STANDS D'INFORMATION de 10h à 19h

Prendre soin de soi : ASEPT Basse Normandie, dispositif mona lisa,

Mes droits, ma retraite : le Conseil Départemental du Calvados, La CARSAT Normandie, la MSA Côtes Normandes, les caisses de retraites complémentaires, ...

Services à la personne : Dynamia, ADAR, ADMR, FEPEM

Le logement et l'amélioration de l'habitat : SOLIHA, Résidence autonomie de Valdalliere, Résidence Nouvel Azur, EHPAD Laurence de la Pierre

Loisirs, culture : association Les Amis des Cheveux Blancs, association ciné condé, l'atelier

L'offre de transports en commun: Keolis Bus verts et taxibus,

Les nouvelles technologies, aides techniques : ecoreso

La santé, le soutien aux aidants : accueil de jour de Condé , halte répit association France Alzheimer Calvados; association Mathilde pour les dépistages des cancers, association ARIADA déficience auditive , SIADV Normandie déficience visuelle



avec la présence exceptionnelle du sensibus

SALLE DU CINEMA LE ROYAL- MINI CONFERENCES

🕒 durée : 1 heure

A 10h30 : L'équilibre alimentaire et nos besoins Animé par Emma LELBANC ASEPT Basse Normandie

A 14h30 : La mémoire au fil de l'âge Animé par Fabienne DANIESLOU ASEPT Basse Normandie/ CARSAT Normandie

A 16h : Bien vieillir : Être heureux face aux défis du vieillissement Animé par Saskia du Rosel, psychologue Centre hospitalier de VIRE

A 17h15 : Dépistage des cancers, ce qu'il faut savoir Animé par Dr Quertier Association Mathilde

A 18h15 : Table ronde «Bien vivre au quotidien, les acteurs locaux vous répondent»

animée par des représentants des services à la personne, des caisses de retraite, du secteur du soin et du Conseil Départemental du Calvados

Renseignements > CLIC du Bocage Tél. 02.31.66.26.24.

Centre Local d'Information et de Coordination du Bocage ☎ 02.31.66.26.20.

1, Avenue du Général de Gaulle 14500 VIRE | Mail : clicbocage@calvados.fr | Site Internet : www.calvados.fr

FETE DU SIROP



INFOS PRATIQUES TARIFS

Date	Programme	Lieu	Tarif	Forfait
Mer. 10 Oct.	14h30 : Bal pour enfants	Salle Polinière	5 € / 3 €*	
Jeu. 11 Oct.	20h30 : Café chantant	Bar Ô-Re-Lé Campagnolles	Gratuit	
Ven. 12 Oct.	10h00 : Déambulation chantée et musicale 20h30 : Joute chantée	Marché de Vire Salle du Vaudeville	Gratuit 7 €**	
Samedi 13 Oct.	10h00 : Epluchage des pommes en chansons 11h30 : Inauguration fête Vernissage expositions 14h00 : Stage de danses Expositions Dès 14h00 : Jeux traditionnels, atelier cuisine 14h30 : Conférences 20h30 : Bal - Fest Noz	Esplanade du Vaudeville Salle du Vaudeville Salle du Vaudeville Esplanade du Vaudeville Restaurant scolaire Salle du Vaudeville	Gratuit 7 €** Gratuit 7 €**	Forfait Samedi 12 € Forfait Week-end 20 €
Dimanche 14 Oct.	10h00 : Randonnée chantée 14h30 : Concerts Dès 14h00 : Jeux traditionnels 15h00 : Cabaret - contes/chants traditionnels Repas chanté des 20 ans	Départ salle du Vaudeville Salle du Vaudeville Esplanade du Vaudeville Restaurant scolaire Salle du Vaudeville	Gratuit 7 €** Gratuit 13 €	

* Tarif unique : 5 € pour les enfants (entrée + goûter), 3 € pour les accompagnateurs.
** Tarif réduit : 5 € pour les 12/18 ans, chômeurs, étudiants. Gratuit pour les moins de 12 ans.
Forfait samedi (pour l'ensemble des activités payantes) : 12 €
Forfait Week-end (pour l'ensemble des activités payantes) : 20 €

**L'ENTRÉE de la fête du sirop est GRATUITE pour tous les jeunes ayant 20 ANS en 2018 !
Gratuité à faire valoir à l'entrée de la fête sur présentation d'une pièce d'identité**

MERCREDI 10 OCTOBRE

BAL POUR ENFANTS

14h30-16h00 – Salle Polinière

Les enfants ouvrent la fête avec ce bal mjté spécialement pour eux... et pour leurs parents ! Danses jeux, rondes chantées, danses à figure, tout est prétexte à s'amuser et à swinguer ! Un moment à vivre en famille ou avec le centre de loisirs. Une boisson et le goûter sont offerts avec l'entrée.

Avec La Loure : Etienne Lagrange : violon, chant / Sébastien Héroux : accordéon diatonique, mélodéon, chant / Yvon Davy : guitare, violon, chant. (Normandie)

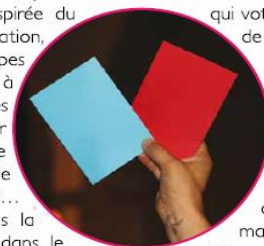


VENDREDI 12 OCTOBRE

JOUTE CHANTÉE • 20h30 – Salle du Vaudeville

Le spectacle que toute la Normandie nous envie : la joute chantée ! Formule inspirée du théâtre d'improvisation, elle voit deux équipes rivaliser sur scène à partir d'épreuves faisant appel à leur connaissance de la chanson, qu'elle soit traditionnelle... ou pas (car dans la chanson comme dans le cochon, tout est bon !), tout autant qu'à leur prestance scénique.

Objectif : charmer le public car, à la fin de chaque épreuve, c'est lui qui vote pour élire l'équipe de son cœur !



À mi-chemin entre le concert et le spectacle de divertissement, la joute chantée fait entendre le chant traditionnel de manière déroutante et drôle.

Unique, on vous dit !

JEUDI 11 OCTOBRE

CAFÉ CHANTANT

20h30 – Café Ô-Re-Lé à Campagnolles (14500)



Chante qui veut dans l'ambiance conviviale d'un café : chansons à répondre, complaintes, mélodies, morceaux instrumentaux... C'est selon l'humeur de celui ou celle qui prend la main, mais c'est toujours de la bonne humeur !

VENDREDI 12 OCTOBRE

DÉAMBULATION CHANTÉE ET MUSICALE

10h00 – Marché de Vire Normandie (RDV devant l'église Notre-Dame)

Un moment de musique partagé avec les passants qui passent, les marchands qui marchandent et les Virois qui vivent sur le marché !



SAMEDI 13 OCTOBRE

EPLUCHAGE CHANTÉ • 10h00 – Esplanade du Vaudeville

Pas de sirop sans pommes ! La corvée d'épluchage se fait en chansons et en musique pendant que le pressage des pommes démarre. Parce qu'à la Fête du sirop, tout est chanté ! Apportez vos couteaux éplucheurs...



INAUGURATION DE LA FÊTE • 11h30 – Salle du Vaudeville

En présence des élus, autour des expositions présentées par La Loure, quelques paroles fortes et essentielles et un verre de l'amitié seront partagés. Et c'est ouvert à tous !



SAMEDI 13 OCTOBRE

STAGE DE DANSE • 14h00-18h00 – Salle du Vaudeville

De rondes chantées en avant-deux ou bourrées, ce stage va aborder certains aspects essentiels des répertoires de danse des régions d'origine des musiciens invités. Avec quelques questions fondamentales à la clé : pourquoi les bourrées du Morvan et d'Auvergne, qui ont en commun d'être à 3 temps, se dansent-elles différemment ? Qu'est-ce qui unit le Poitou, la Haute-Bretagne et la Normandie autour de la pratique de l'avant-deux ? Mais pourquoi donc une partie de la Bretagne, de la Normandie et du Poitou chantent dans la ronde et pas le reste de la Terre ? Pas de panique, on fera de la pratique, pas de la théorie !



LE SIROP DANS TOUS SES ÉTATS...

14h30-18h00 – Esplanade du Vaudeville

À côté du sirop qui débutera sa cuisson, **Anne Lemarchant**, animatrice en cuisine diététique, vous proposera tout au long de l'après-midi une découverte des vertus culinaires de cette ancienne confiture au travers d'une diversité de recettes tout aussi simples que succulentes. Parce qu'il n'y a pas de mal à se faire du bien...



CONFÉRENCES • Restaurant scolaire

Animation : **Eva Guillourel**, maître de conférences en histoire moderne, Université de Caen

• 14h30 – **LANGUES ET TRADITIONS ORALES dans les îles anglo-normandes**. Par **François Le Maître**, responsable du comité de publication de la Société Jersiaise, fils de Franck Le Maître, auteur du dictionnaire français-jèrriais. À l'occasion de la sortie du nouveau livre-CD de la collection "Sources", consacré aux répertoires traditionnels des îles anglo-normandes, cette conférence invite à s'ouvrir sur la culture singulière de ces îles, si

proches et tout à la fois si lointaines.

• 16h00 – **DE LA NORMANDIE À L'AMÉRIQUE DU NORD : cousinages et singularités des répertoires de chansons traditionnelles**.

Par **Robert Bouthillier**, collecteur, chercheur, chanteur, auteur de nombreuses enquêtes en Acadie et Québec et aussi un des meilleurs spécialistes de la chanson traditionnelle francophone.

BAL – FEST NOZ • 20h30 – Salle du Vaudeville

Bienvenue pour une nuit de danse autour des répertoires traditionnels de Bretagne, du Québec, du Poitou, d'Auvergne, du Morvan, de Normandie... et peut-être plus encore !

Le parquet va chauffer... À goûter sans modération !

Avec : **Les Poitevins mènent le bal** (Poitou), **Trio dell'Amore** (Bretagne), **Maralha** (Auvergne-Limousin), **Duo Bouthillier** (Québec), **Manigale** (Normandie), **Plot and Split** (Morvan).



DI MANCHE 14 OCTOBRE

RANDONNÉE CHANTÉE

10h00 – Cœur de Ville (départ salle du Vaudeville)

Quoi de plus naturel que de chanter... en marchant ? Les chansons à répondre rythment la randonnée et les participants sont, bien entendu, invités à faire la réponse au meneur. Laissez-vous entraîner pour cette balade (en)chantée !



LE REPAS DES 20 ANS ! • 12h00 – Salle du Vaudeville

Eh oui, 20 ans ça se fête... Nous proposons un repas en chansons et tout en retrouvailles pour marquer cela avec ceux qui ont fait La Loure, ceux qui la font vivre

aujourd'hui et ceux qui écriront son histoire demain ! Possibilité de réserver ce repas avec le bulletin approprié à la fin de ce programme.

CONCERTS • 14h30-18h30 – Salle du Vaudeville

Si les musiciens invités sont de remarquables animateurs de bal, ils goûtent également les chansons à écouter, à répondre, à rêver... Ils vous les feront partager tout au long de cet après-midi de concert qui se clôturera par la création portée par La Loure, avec le

groupe Lihou, autour des répertoires traditionnels des îles anglo-normandes.

Avec : **Duo Bouthillier** (Québec), **Maralha** (Auvergne-Limousin), **Les Poitevins mènent le bal** (Poitou), **Plot and Split** (Morvan), **Trio dell'Amore** (Bretagne), **Lihou** (îles anglo-normandes).

CABARET – CONTES, CHANSONS, MUSIQUES TRADITIONNELLES... • 15h00-17h30 – Restaurant scolaire

Entre chansons à répondre, complaintes, mélodies ou autres menteries, les chanteurs et conteurs de tous horizons se feront un plaisir de vous plonger au cœur des traditions orales de leur région.

Bref, un moment des plus chaleureux qui donne à goûter toute la saveur et la modernité de ces répertoires traditionnels en y mêlant toutes les générations !



ET EN CONTINU

TOUT AU LONG DE LA FÊTE

LE SIROP • Esplanade du Vaudeville



La préparation du sirop va jalonner toute la fête. Le samedi matin, épluchage collectif des pommes ; le samedi après-midi, début de la cuisson qui va durer jusqu'au dimanche après-midi sans discontinuer. Autour du sirop, chansons, musiques, contes et causerie... Le point névralgique de la fête !

LES JEUX TRADITIONNELS

Esplanade et jardins du Vaudeville

Jeux en bois, jeux d'adresse ou de hasard... Autant de jeux – plus ou moins traditionnels – que vous ferez découvrir l'association Payaso Loco, habituée des veillées de jeux en Pays de Haute-Mayenne.



LES EXPOSITIONS TEMPORAIRES • Salle du Vaudeville

Pour fêter les 20 ans de l'association, nous vous proposons de redécouvrir trois expositions marquantes de La Loure : **Chanteurs et Musiciens du Bocage – Carnet de terrain** (2006), **Musiciens traditionnels en Normandie**

- **Le témoignage des photographies de noces anciennes – 1890-1960** (2008) et **Cotentin – Mémoire en chansons** (2015). Ces expositions seront visibles tout au long de la Fête dans la salle du Vaudeville.

FÊTE DU SIROP

ATELIERS MEMOIRE AVEC L'ASEPT A CONDE

Des conseils et des techniques pour préserver vos capacités cérébrales et faire face aux petits trous de mémoire de la vie quotidienne.

Des exercices ludiques pour stimuler l'ensemble des fonctions du cerveau : l'attention, la perception, le langage, la mémoire, la logique.

Un cycle de **4 ateliers**, ouvert à tous à **partir de 55 ans**, quel que soit votre régime de retraite.

2 heures par atelier, par petits groupes d'environ **12 personnes**. Chaque participant s'engage à suivre le **cycle complet** des ateliers

Séance 1 : lundi 03/12

Séance 2 : lundi 10/12

Séance 3 : lundi 17/12

Séance 4 : mardi 18/12

Pour les heures, si 1 seul groupe, de 14h à 16h, si 2 groupes un groupe le matin de 10h15 à 12h15

Gratuit, les inscriptions auront lieu pendant le salon seniors de CONDE
le Mardi 16 Octobre 2018 à la salle du Marché couvert entre 10h et 18h

Renseignements: CLIC du Bocage 0231662620 ou ASEPT BN* au 02 31 25 38 31.* L'ASEPT BN (association Santé, Education et Prévention sur les Territoires de Basse-Normandie) a pour mission la mise en œuvre d'actions de prévention et d'éducation à la santé sur le territoire bas-normand. L'association est financée par les principaux régimes de protection sociale : CARSAT, MSA, RSI.

PIECE DE THEATRE «Qu'est ce qu'on attend pour être heureux ?»

Vous serez plongé dans une émission de télévision interactive sur le « bien vieillir ».

En 2050, 32 % de la population française aura 60 ans et plus. La question du bien vieillir s'avère ainsi essentielle. « Qu'est-ce qu'on attend pour être vieux ? », c'est 1h05 de spectacle théâtral et musical, qui balaye des thématiques en lien avec le « bien vieillir » :

- entretenir sa mémoire, stimuler son cerveau (jeux, lecture, sorties, voyages...)
- rester en forme, tonifier son corps (activité physique quotidienne, alimentation équilibrée...)
- partager et rester en contact (relations amoureuses, amicales et familiales, bénévolat...)
- penser à soi et veiller à sa santé

A l'issue de la pièce de théâtre, les actions de prévention de l'ASEPT en partenariat avec le CLIC du Bocage seront présentées aux participants.



Mercredi 07 novembre 2018
à 14h

Salle de la Halle Michel Drucker
1 rue des Halles
VIRE NORMANDIE

Gratuit, sans inscription, dans la limite de 180 places disponibles

Renseignements : CLIC du Bocage 0231662620 ou ASEPT BN* au 02 31 25 38 31.* L'ASEPT BN (association Santé, Education et Prévention sur les Territoires de Basse-Normandie) a pour mission la mise en œuvre d'actions de prévention et d'éducation à la santé sur le territoire bas-normand. L'association est financée par les principaux régimes de protection sociale : CARSAT, MSA, RSI.

ATELIERS « Initiation aux premiers gestes qui sauvent »

En partenariat avec le club des aînés de St Germain de Tallevende présidé par Mme LECONTE et le CLIC du Bocage, les caisses de retraites et l'Association ASEPT Basse Normandie et l'organisme de formation CD FORMATIONS Normandie

Réunion d'information Mercredi 7 Novembre à 10h

A la Salle polyvalente à St Germain de Tallevende

Atelier 1 : **Mercredi 14 Novembre 9h à 12h30**

Atelier 2 : **Mercredi 21 Novembre 9h à 12h30**

Gratuit, sur inscription, dans la limite des places disponibles.

Renseignements > Club des anciens de St Germain de Tallevende ou ASEPT BN au 02 31 25 38 31.

**L'ASEPT BN (association Santé, Education et Prévention sur les Territoires de Basse-Normandie) a pour mission la mise en œuvre d'actions de prévention et d'éducation à la santé sur le territoire bas-normand.*

L'association est financée par les principaux régimes de protection sociale : CARSAT, MSA, RSI.

« Echanges entre aidants » à Valdalliere- Vassy

Vous êtes aidants de proches atteints de handicap ou de maladie neurodégénérative :
Vous êtes invités à venir partager un moment d'échange autour d'un café.



L'objectif est de partager vos ressentis et votre expérience cumulés depuis ces derniers mois voire ces dernières années.

Pour cela vous serez accompagnés de l'animatrice et la neuropsychologue de la Résidence EHPAD René Castel de Vassy Valdalliere.

Il sera accordé une grande importance à ce que ces échanges soient réalisés en toute confidentialité, convivialité et simplicité.

Ils se dérouleront 2EME VENDREDI DE CHAQUE MOIS de 14h à 16h à la maison des associations de Vassy. Gratuit pour l'aidé et l'aidant.

A savoir : votre proche peut être accueilli pendant votre participation à l'échange entre aidant à l'EHPAD gracieusement. Il est toutefois obligatoire de réserver. Limités à deux places à l'EHPAD.

Renseignements > Résidence René Castel Mme David ou Mme DUFOUR au 02 31 67 79 97

VOUS AIMEZ LE CINEMA ...

Cinéma municipal le Basselin de VIRE > "Le Cinéma l'après-midi = ciné café"



« Le Ciné café » a été mis en place, par le cinéma municipal le Basselin de Vire afin d'inviter les seniors à fréquenter le cinéma et découvrir ou revoir des films classiques ou d'actualités. Ce rendez-vous, ouvert à tous, sans inscription, est une séance un après-midi par mois, accompagnée d'une discussion autour d'un café à l'issue de la projection pour prendre le temps de se parler et d'échanger.

Tarif unique : 4.50 €

Accessibilité : pour les personnes en fauteuil, le cinéma dispose d'ascenseurs et de places pour les fauteuils en salle (dans la limite des places disponibles- réservation obligatoire)

Agenda des projections à 14h30 :

Reprise des séances ciné café à partir du Mardi 02 octobre 2018

FILM « Les vieux fourneaux »

2018, comédie française de Christophe DUTHURON
avec Pierre Richard, Roland Girard, Eddy Mitchell

SYNOPSIS : Pierrot, Mimile et Antoine, trois amis d'enfance de 70 balais, ont bien compris que vieillir était le seul moyen connu de ne pas mourir et ils sont bien déterminés à le faire avec style ! Leurs retrouvailles à l'occasion des obsèques de Lucette, la femme d'Antoine, sont de courte durée ... Antoine tombe par hasard sur une lettre qui lui fait perdre la tête. Sans fournir aucune explication à ses amis, il part sur les chapeaux de roue depuis leur Tarn natal vers la Toscane. Pierrot, Mimile et Sophie, la petite fille d'Antoine enceinte jusqu'aux dents, se lancent alors à sa poursuite pour l'empêcher de commettre un crime passionnel... 50 ans plus tard ! film suivi d'un moment convivial et de partage autour d'un café



Puis

Mardi 06 Novembre 2018

Mardi 04 Décembre 2018

Pour tous renseignements sur le programme, contactez le cinéma au 02.31.66.16.40

Lieu : Cinéma le Basselin- Place Castel 14500 VIRE + d'infos > www.allocine.fr

Programme disponible également au CLIC du Bocage sur demande

Cinéma de Condé sur Noireau > "Le Cinéma l'après-midi = ciné interâge"



« Le Ciné interage » a été mis en place, par le cinéma associatif de Condé afin d'inviter les seniors à fréquenter le cinéma et découvrir ou revoir des films classiques ou d'actualités.

Ce rendez-vous, ouvert à tous, sans inscription, est une séance un après-midi par mois, accompagnée d'une discussion autour d'un goûter à l'issue de la projection pour

prendre le temps de se parler et d'échanger.

Tarif unique : 3.70 € (collation offerte)

Agenda des projections à 14h30:

Jeudi 28 Septembre 2018

Jeudi 18 Octobre 2018 : « Les vieux fourneaux »

Jeudi 15 Novembre 2018

Jeudi 06 Décembre 2018

Pour tous renseignements sur le programme, contactez le cinéma au 02.31.69.88.07

Lieu : Cinéma le Royal- Quai Challouets 14110 Condé sur Noireau

+ d'infos > www.allocine.fr

Programme disponible également au CLIC du Bocage sur demande

VOUS AIMEZ MARCHER ...



Programme des randonnées

3^{ème} trimestre 2018

Départ 13h30 devant l'église
St Sauveur de Condé-sur-Noireau
pour le covoiturage

Jeudi 30 août : Montchauvet - 10km. Départ 14h, Place de l'église.

Jeudi 6 septembre : La Roche d'Oëtre (61) - 10km. Départ 14h, parking du site.

Jeudi 20 septembre : Journée de la randonnée - Forêt de Saint-Sever – 10km le matin et 9km l'après-midi. Départ 9h et 14h, parking de l'Etape en Forêt. Pour le co-voiturage, départ 8h15 de l'église Saint-Sauveur de Condé sur Noireau.



Programme des randonnées

4^{ème} trimestre 2018

Départ 13h30 devant l'église
St Sauveur de Condé-sur-Noireau
pour le covoiturage

Jeudi 4 octobre : Forêt de Grimbosq, Les Moutiers en Cinglais – 11km. Départ 14h, parking de la flague.

Jeudi 18 octobre : Cerisy-Belle-Etoile (61) – 10km - Départ 14h, parking du Mont de Cerisy.

Jeudi 8 novembre :Thury-Harcourt – 10km - Départ 14h, Parking piscine du Traspy.

Jeudi 22 novembre : Saint-Denis-de-Méré – 11km. Départ 14h, Place de la salle polyvalente (stade).

Jeudi 6 décembre : Proussy - 10km. Départ 14h, Place de l'église.
Cette randonnée a lieu dans le cadre du téléthon - 2€ minimum par personne.

Jeudi 20 décembre: Saint-Georges-des-Groseillers (61) – 11km. Départ 14h, Place de l'église.

Jeudi 3 janvier 2019 : Le Bô – 11km. Départ 14h, parking de l'église.

Galette des rois prévue le jeudi 17 janvier après la randonnée.



Office de Tourisme du Bocage Normand et Pays de Condé
9-11 rue St Martin, Condé sur Noireau 14110 Condé-en-Normandie
conde@bocage-normand.com
02 31 69 27 64



A CAEN, CES RENDEZ VOUS PEUVENT VOUS INTERESSER ...

REUNION «Médecine Physique et Réadaptation fonctionnelle pour les personnes atteintes de la Maladie de Parkinson»

Organisée par l'Association départementale de l'Association France Parkinson

**Mercredi 26 Septembre 2018
de 14H à 17H**

**à L'Institut de Médecine Physique et de Réadaptation
2 Allée des Boiselles 14200 Hérouville Saint Clair**

Il vous est proposé le Programme suivant :

- Présentation de l'IMPR : Madame Larmoire , directrice de l'IMPR .
- « Du Centre Expert à la Rééducation Fonctionnelle » : le Docteur Thiriez , neurologue au centre Expert Parkinson du CHU de Caen.
- « Histoire de la prise en charge de la maladie de Parkinson en médecine physique et réadaptation fonctionnelle » :le Docteur Géraldine Piel, médecin généraliste spécialisée en médecine de rééducation.
- Indications, présentation des programmes à l'IMPR et premiers résultats de la méthode LSVT : Docteur Ho Van Truc , médecin en médecine physique et de réadaptation coordonnateur des activités médicales de l'IMPR .
- Démonstration de la méthode LSVT avec la participation de l'assemblée : Madame Castel , kinésithérapeute et Madame Tixador ,orthophoniste .

En fin de réunion , nous vous proposerons notre traditionnel goûter afin de poursuivre les échanges avec les adhérents et les membres du Comité .



contact: comite14@franceparkinson.fr ou 02 31 97 58 24

SALON DES SENIORS DE NORMANDIE

Les 13 et 14 octobre 2018 se tiendra à Caen la première édition du Salon des Seniors Normandie. L'occasion de faire se rencontrer pendant un week-end professionnels et particuliers autour du bien-vieillir.



Le Salon des Seniors Normandie a pour but de faire découvrir aux seniors de nouvelles innovations, de nouvelles destinations de vacances, mais également de leur prodiguer des conseils sur leurs activités et leurs loisirs.

Plus de 15.000 visiteurs attendus

Plus de 15.000 visiteurs provenant de toute la Normandie sont attendus les 13 et 14 octobre prochain, au salon des Seniors Normandie, qui aura lieu à Caen.

Pour les accueillir, 120 exposants et partenaires seront présents

Neuf univers à découvrir au sein du Salon :

Loisirs, Culture & Voyages : *Évadez-vous le temps d'un week-end, d'une semaine ou plus, découvrez des formations et autres loisirs culturels...*

Mes droits, ma retraite, mon patrimoine : *Besoin de conseils pour choisir votre caisse de retraite, votre banque ou votre assurance ? Des professionnels seront là pour répondre à vos questions.*

Nouvelles technologies : *Restez branchés grâce à des formations et surfez en toute tranquillité sur votre smartphone ou votre tablette...*

Associations : *Adhérez et devenez bénévoles pour une cause qui vous tient à coeur !*

Prendre soin de soi : *Parce que la santé, c'est essentiel !*

Place du marché : *Découvrez les produits du terroir en ventes directes.*

Logement : *A domicile ou en résidences services, il faut prévoir.*

Services à la personne : *Offrez-vous la tranquillité en utilisant des services à la personne.*

Travailler après 50 ans : *Quels sont les différents moyens de se positionner sur le marché du travail lorsqu'on a plus de 50 ans*

Au Parc des Expositions à CAEN

Samedi 13 et Dimanche 14 OCTOBRE de 10h à 18h

Tarif : 3 euros l'entrée.

C'est quoi le CLIC du Bocage ?

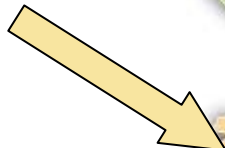
Le CLIC est un guichet d'accueil, d'information et d'orientation. Il s'agit d'une structure publique de proximité pour les retraités et les personnes de leur entourage, ainsi que pour les professionnels de la gérontologie. Pour les plus de 60 ans, le CLIC vous informe sur les aides financières, le soutien à domicile, les formes d'hébergement, l'accès aux loisirs, le transport et bien d'autres thèmes.

Il a aussi pour objectif de favoriser le maintien à domicile, en intervenant auprès des personnes âgées dont la situation nécessite une coordination de la prise en charge.

Ouvert du Lundi au Vendredi 9h /12h30 et 13h30/17h30

Carte du département par canton

CLIC DU BOCAGE
de la Vire au Noireau



Actuellement, il existe 7 CLIC dans votre département

Renseignements et réservations auprès de votre CLIC

Service public d'information destiné aux personnes âgées de + 60 ans résidant sur le BOCAGE

CLIC DU BOCAGE 14

1 Avenue du Général de Gaulle 14500 VIRE

02,31,66,26,20



Centre Local d'Information et de Coordination du Bocage ☎ 02.31.66.26.20.

1, Avenue du Général de Gaulle 14500 VIRE | Mail : clicbocage@calvados.fr | Site Internet : www.calvados.fr