



2ème semestre 2024

AGENDA DES

ANIMATIONS SENIORS

ouvertes à tous les séniors du territoire
+ 65 ans



loisirs actifs



animations culturelles



médiation numérique



mobilité et sorties



divers



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



Loisirs actifs

- ✓ E'Caux Bulles
- ✓ Actisports
- ✓ Randonnées

Animations culturelles

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

Médiation numérique

- ✓ EPN

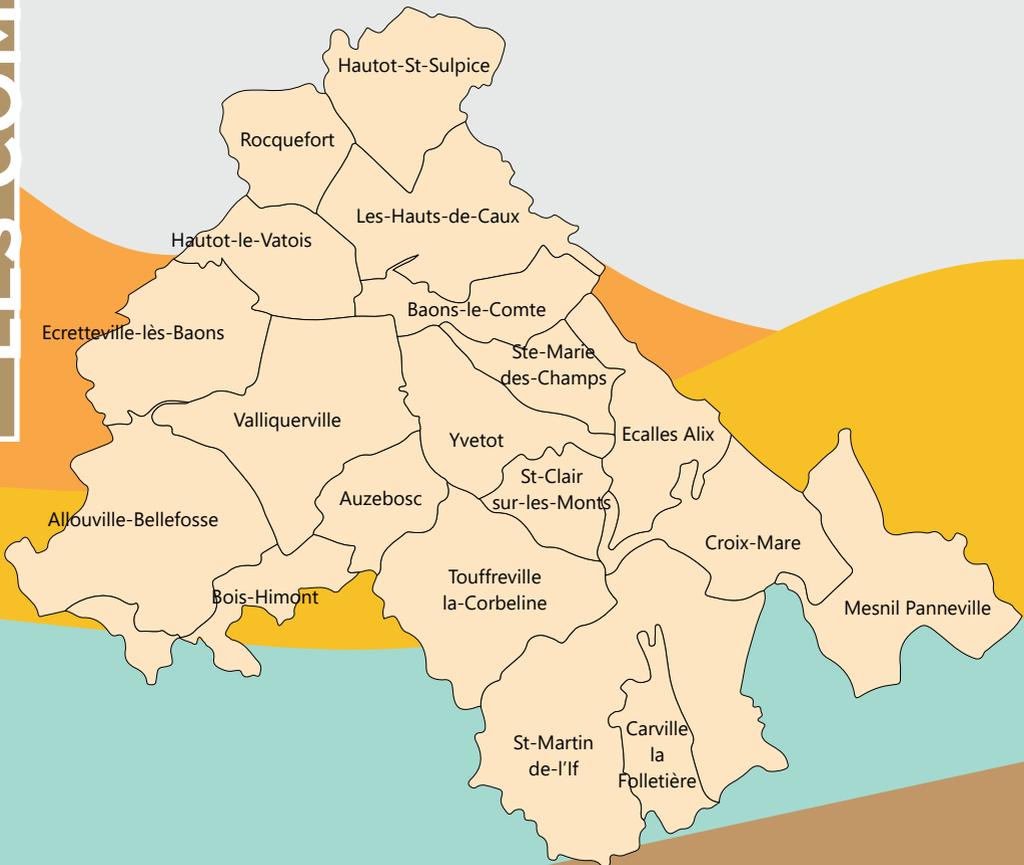
Mobilité et sorties

- ✓ Sorties et visites
- ✓ Co-voiturage

Divers



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



Loisirs actifs

YVETOT



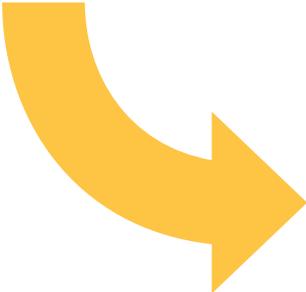
AQUAGYM

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

L'aquagym consiste en une série d'exercices dans l'eau permettant de se muscler, tout en douceur. Plus ou moins rapide, plus ou moins tonique, avec ou sans accessoires, en musique ou non, elle offre les bienfaits d'une gym en salle, bien-être et détente en plus.

LES LUNDIS
de 8h30 à 9h15

Sur inscription - **8 PLACES DISPONIBLES** -
tarif plein = 12.40 € / séance



**6,20 € / SÉANCE
SUR PRÉSENTATION
DE LA CARTE
ANIMATIONS SÉNIORS**

YVETOT



AQUABIKE

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

L'aqua bike est un cours réalisé avec un vélo aquatique immergé à 1,30 m de profondeur. La séance consiste à pédaler à différents paliers d'intensité. Cet effort augmente l'endurance, entretient le capital santé.

LES JEUDIS
de 12h30 à 13h30

Sur inscription - **5 PLACES DISPONIBLES**

tarif plein = 12.40 € / séance

6,20 € sur présentation de la carte Animation Sénior.

YVETOT



ESPACE DÉTENTE

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

À l'espace détente, profitez du sauna et du hammam ainsi que du bain à remous et des banquettes chauffantes.

La salle de fitness vous accueille et vous permet de pratiquer une activité sportive grâce à un choix de machine de musculations, vélo et tapis.

LES JEUDIS
de 15h30 à 16h30

Sur inscription - **10 PLACES DISPONIBLES**

tarif plein = 15.30 € / séance

7,65 € sur présentation de la carte Animation Sénior.



Loisirs actifs

HAUTOT-LE-VATOIS



GYM DOUCE

LES LUNDIS
de 10h30 à 11h30

GRATUIT

Inscription obligatoire

ECRETTEVILLE-LES-BAONS



PILATE

LES MARDIS
de 15h30 à 16h30

GRATUIT

Inscription obligatoire

SUR LES DIFFÉRENTS
CHEMINS DE RANDONNÉE

MARCHE NORDIQUE

LES MERCREDIS
de 13h30 à 15h
GRATUIT
Inscription obligatoire





Loisirs actifs



HAUTOT-
ST-SULPICE

Atelier SOPHROLOGIE*

avec Sabrina RAILLOT, diplômée CFSP

LES MARDIS
de 14h à 15h
et de 15h15 à 16h15

GRATUIT
Inscription obligatoire

**sous réserve de disponibilité*



ST-MARTIN-DE-
L'IF

Atelier douleurs articulaires

Cycle de 4 séances animées par un
kinésithérapeute et une sophrologue

LES VENDREDIS
de 14h à 16h

GRATUIT
Inscription obligatoire



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.

UN P'TIT TRUC EN PLUS

Comédie d'Artus - Français - 1h39
Avec Artus et Clovis Cornillac

Lundi 30 sept. à 14h30

Pour échapper à la police, un fils et son père en cavale sont contraints de trouver refuge dans une colonie de vacances pour jeunes adultes en situation de handicap, se faisant passer pour un pensionnaire et son éducateur spécialisé. Le début des emmerdes et d'une formidable expérience humaine qui va les changer à jamais.



BONNARD, PIERRE ET MARTHE

Biopic de Martin Provost - Français - 2h02
Avec Cécile de France et Vincent Macaigne

Lundi 28 octobre à 14h30

Pierre Bonnard ne serait pas le peintre que tout le monde connaît sans l'énigmatique Marthe qui occupe à elle seule presque un tiers de son œuvre...



COCORICO

Comédie de Julien Hervé - Français - 1h31
Avec Christian Clavier et Marianne Denicourt

Lundi 25 nov. à 14h30

Sur le point de se marier, Alice et François décident de réunir leurs deux familles. Pour l'occasion, ils réservent à leurs parents un cadeau original : des tests ADN pour que chacun puisse découvrir les origines de ses ancêtres. Mais la surprise va virer au fiasco quand les Bouvier-Sauvage, grande famille aristocrate, et les Martin, beaucoup plus modestes, découvrent les résultats, pour le moins... inattendus !

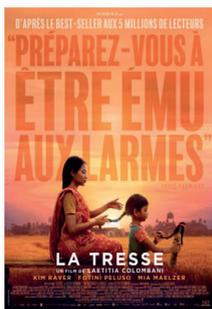


LA TRESSE

Drame de Laetitia Colombani - Français - 2h01
Avec Mia Maelzer et Fotini Peluso

Lundi 30 déc. à 14h30

Inde. Smita est une Intouchable. Elle rêve de voir sa fille échapper à sa condition misérable et entrer à l'école. Italie. Giulia travaille dans l'atelier de son père. Lorsqu'il est victime d'un accident, elle découvre que l'entreprise familiale est ruinée. Canada. Sarah, avocate réputée, va être promue à la tête de son cabinet quand elle apprend qu'elle est malade.



MAISON DE RETRAITE 2

Comédie de Claude Zidi Jr. - Français - 1h42
Avec Kev Adams et Jean Reno

Lundi 27 janvier à 14h30

Quand le foyer Lino Vartan - qui accueille jeunes orphelins et seniors- doit fermer pour raisons sanitaires, Milann n'a pas d'autre choix que de répondre à l'invitation d'une maison de retraite dans le Sud qui les accueille pour l'été. Tous embarquent dans le bus d'Alban. Enfants et anciens découvrent alors le Bel Azur Club, une villa idyllique au bord de la mer : le rêve !



3€90
TARIF
UNIQUE

Cinéma les Arches Lumière
23 avenue Micheline Ostermeyer
76190 Yvetot
www.noecinemas.com

NOË
NORD OUEST EXPERIMENTATION
CINEMAS

1,75 € / SÉANCE
SUR PRÉSENTATION
DE LA CARTE
ANIMATIONS SÉNIORS



Animations culturelles

TERRITOIRE
CCYN



CONCERTS DU CONSERVATOIRE DE MUSIQUE

rue Pierre de Coubertin à Yvetot

Les enseignants et les élèves du Conservatoire vous proposent des concerts tout au long de l'année.

- **SOIRÉE NOUGARO**
SAMEDI 12 OCTOBRE 2024
18H30 | Conservatoire
- **SOIRÉE MOZART**
SAMEDI 7 DÉCEMBRE 2024
18H30 | Conservatoire
- **CONTE MUSICAL**
VENDREDI 8 NOVEMBRE 2024
18H30 | les Vikings
- **CONCERT DES PROFESSEURS**
SAMEDI 18 JANVIER 2025
18H30 | les Vikings



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

Croix-Mare (Mairie)



Acheter son billet en ligne	19.09
Transférer ses photos sur un ordinateur	03.10
Visiter depuis son canapé	17.10
Une clé USB pour sa voiture	21.11
Faire son album photo en ligne	05.12
Compte en ligne et France Connect	19.12



14h / 16h



≈ 6 personnes



Un jeudi sur deux

Saint martin de l'if (Mairie de Fréville)



Visiter depuis son canapé (+Réalité virtuelle)	23.09
Débuter avec un appareil numérique	08.10
Compte en ligne et France Connect	25.11
Une clé USB pour sa voiture	09.12



10h / 12h



≈ 6 personnes



Un lundi sur deux

Ecalles-alix (Mairie)



Transférer ses photos sur un ordinateur	24.09
Comprendre et se défendre contre les arnaques	08.10
Une clé USB pour sa voiture	12.11
Débuter avec un appareil numérique	26.11
Compte en ligne et France Connect	10.12



10h / 12h



≈ 6 personnes



Un mardi sur deux

Les-Haut-de-Caux (Etable)



Débuter avec un appareil numérique	26.09
Acheter son billet en ligne	10.10
Faire son album photo en ligne	14.11
Une clé USB pour sa voiture	28.11
Compte en ligne et France Connect	12.12



10h / 12h



6 personnes



Un jeudi sur deux

Baons-le-Comte (Mairie)



Faire son album photo en ligne	26.09
Visiter depuis son canapé (+Réalité virtuelle)	10.10
Acheter son billet en ligne	14.11
Compte en ligne et France Connect	28.11
Une clé USB pour sa voiture	12.12



14h / 16h



≈ 6 personnes



Un jeudi sur deux

DÉCLARATIONS TRIMESTRIELLES CAF

Remplissez votre déclaration de ressources trimestrielles en semi-autonomie au sein de l'EPN, un tutoriel pas à pas y est disponible pour vous aider. Vous y retrouverez l'aide de votre conseiller numérique.



De 10h à 12h



1^{er} mercredi du mois

CAFÉS DU NUMÉRIQUE

Les cafés du numérique n'accueilleront pas de thématique cette année, mais marquera un rendez-vous bihebdomadaire à l'EPN dans le but de créer un temps d'échange plus informel. Discuter des nouvelles technologies, des inquiétudes ou des besoins des usagers sur le territoire. Cette organisation permettra, en outre de recueillir des idées et de projeter des thématiques avec les usagers pour le semestre suivant.



De 10h à 12h



25.09 09.10 23.10 13.11 27.11 11.12

CYBEROCTOBER

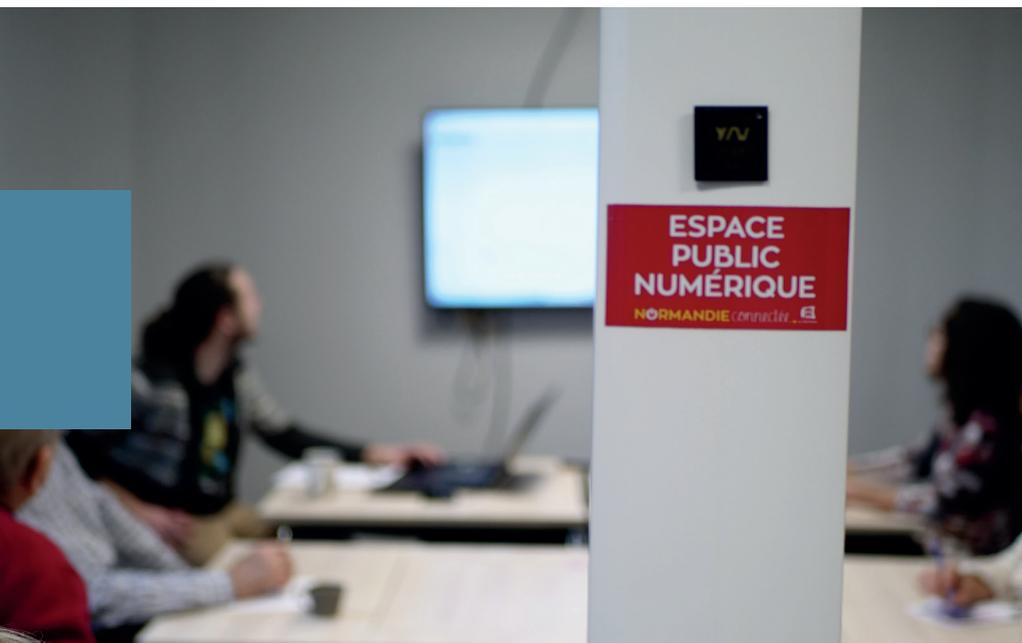
#CYBERMOI/S

Afin de répondre au mouvement « Cybermoi/s » organisé par Cybermalveillance.gouv.fr, un certain nombre de thème de cybersécurité seront proposés par l'EPN aux vacances de la Toussaint.

Des thématiques sur la sécurité des intelligences artificielles, mais également sur les bonnes pratiques pour se mettre en sécurité. Rien n'est encore figé, nous relayerons les opérations proposées par l'agence cyber-malveillance en temps voulu et nous adapterons aux éventuelles propositions communes pour cette période.



Vacances de la toussaint (21 -31 Oct.)





Divers

**CUISINE
MOBILE**



ATELIER CUISINE MOBILE

GRATUIT
Sur inscription

JEUDI 26 SEPTEMBRE
de 10h à 12h
**Maison de Quartier
d'Yvetot**

MERCREDI 27 NOV.
de 10h à 12h
Médiathèque

JEUDI 17 OCTOBRE
de 10h à 12h
**Maison de Quartier
d'Yvetot**

MERCREDI 18 DÉC.
de 10h à 12h
Médiathèque





Mobilité et sorties

BRETTEVILLE DU
GRAND CAUX

ÉCOMUSÉE DE LA POMME ET DU CIDRE

Visite guidée

JEUDI 10 OCTOBRE
2024

Départ 13h10 au Champ de Foire, Yvetot
Retour vers 17h

GRATUIT / Sur inscription



FÉCAMP



PÊCHERIES DE FÉCAMP

JEUDI 21

NOVEMBRE 2024

Départ 13h10 au Champ de Foire, Yvetot
Retour vers 17h

GRATUIT / Sur inscription

AMIENS



MARCHÉ DE NOEL D'AMIENS

JEUDI 12

DÉCEMBRE 2024

Départ 9h45 au Champ de Foire, Yvetot
Retour vers 17h30

GRATUIT / Sur inscription

Retrouvez toutes les activités proposées par les équipes de la Médiathèque dans le programme dédié, disponible dans les points relais habituels.

MÉDIATHÈQUE



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, ...)





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







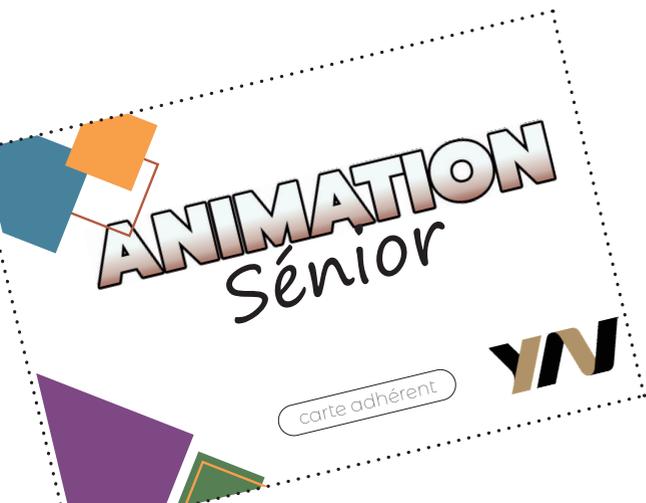
RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

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**