

# FORUM SENIORS

Loisirs, culture, santé, animations, goûter...



**Vendredi 21 novembre 2014**

**10h-12h / 14h30-17h30**

**Maison de Quartier de Venoix  
18 av des chevaliers – CAEN**

**Entrée libre**



## Des animations gratuites...

- 11h00 Présentation et démonstration d'un **défibrillateur cardiaque** par le Service hygiène et santé.
- 11h30 Découverte de la **gym douce** avec ORPEA.
- 12h00 **Tirage au sort** pour gagner des entrées aux musées (**pass Muséo**).
- 14h30 Démonstration de **yoga**.
- 14h50 Invitation au **yoga du rire** – Centre de yoga Sruthi.
- 15h20 Lecture des créations de l'**atelier d'écriture**, par le Club de poésie de Venoux (sur le thème de la 1ère guerre mondiale).
- 15h45 **Conférence sur le sommeil** avec ORPEA.
- 16h00 **Chansons traditionnelles** avec Nadège et son accordéon diatonique.
- 16h25 **Tirage au sort** pour gagner des entrées aux musées (**pass Muséo**).
- 16h30 **Fabrication de produits ménagers écologiques et économiques** (CPIE).

+ Une **exposition** « La guerre 14-18 dans la bande dessinée ».

## ... toute la journée

### Venez découvrir :

- Les **activités** des structures de proximité.
- La **bibliothèque sonore**.
- Les **animations et œuvres majeures présentes dans les Musées des Beaux Arts et de Normandie**.
- La **lecture labiale et l'atelier mémoire** de l'ADSM.
- Le **jeu d'échecs** avec le service des sports.
- L'art de la **broderie** avec « Un fil dans la pomme ».
- Le **test d'acuité auditive** et le **quizz thématique** de la Mutualité Française de Normandie.
- Des **jeux interactifs et des lots à gagner** avec EDF Solidarité.

+ Un **espace convivial** avec boissons et mignardises offertes par l'EHPA de la Haie Vignée et la Résidence ORPEA Beaulieu.

## Les partenaires

CLIC de Caen Couronne, CCAS de la Ville de Caen, Maison de quartier de Venoux – CAF du Calvados, Pôle de vie Centre Sud-Ouest, CARSAT Normandie, Bibliothèque de Venoux, Amitié du Nouvel Age de Venoux, En Scène... à Caen!, Un Fil dans la Pomme, Musée de Normandie, Musée des Beaux Arts, Association Contacts Franco-grecs - Art et Culture, EHPA Haie Vignée, Orpéa Résidence Beaulieu, Maison de l'Habitat, Eco-Appart – CPIE Vallée de l'Orne, EDF Solidarité, Pact-Arim, Direction des Sports, les pharmacies de Venoux, Fontaine Venoise, Nice Caennais et St Ouen, Association Renouance – Centre Prévention Normandie, RETINA France, Association Mathilde, Association LIEN, ADSM Atelier mémoire, Centre de yoga Sruthi, Service hygiène et santé, Mutualité Française Normandie.