

## Sorties estivales

Cet été, pour profiter des moments d'évasion, embarquez pour les sorties estivales mises en place par la ville.

Jeudi 4 juillet

### « Découverte de Trouville en petit train touristique »

Pour le déjeuner vous profiterez d'un temps libre pour vous restaurer, deux possibilités s'offrent à vous : apporter votre pique-nique ou déjeuner dans le restaurant de votre choix.

Après-midi libre.

Départ des résidences à partir de 8h30 - Participation : 15 euros

Mercredi 17 juillet

### Après-midi à la découverte de la corderie Valois et du centre d'arts contemporain de Saint Pierre de Varengeville

Départ des résidences à partir de 13h - Participation : 5 euros

Mercredi 31 juillet

### Partez à la découverte d'Amiens

Dans la matinée visite en barque des hortillonnages.

Déjeuner au restaurant puis visite guidée à pied de la cathédrale et du centre-ville.

Départ des résidences à partir de 8h - Participation : 48 euros

Lundi 12 août

### Après-midi à la découverte du domaine d'Harcourt et du village du Bec Héllouin

Départ des résidences à partir de 13h - Participation : 5 euros

Mardi 27 août

### Mers les Bains / Le Tréport

Visite guidée de Mers les bains dans la matinée.

Déjeuner au restaurant

Après-midi, visite et temps libre sur Le Tréport.

Départ des résidences à partir de 8h - Participation : 44 €

Pour toutes les sorties estivales, renseignements et inscriptions :

Mardi 4 juin de 9h à 11h30, à la résidence Delalandre

Mercredi 5 juin de 9h à 11h à la résidence Sampic

Jeudi 6 juin de 9h à 11h à la résidence Riot



## Chorale municipale des retraités sottevillais

animée par Claire Boulanger

Chaque lundi de juin 14h30

Résidence André Delalandre

La chorale présentera son répertoire le lundi 8 juillet à la résidence A. Delalandre. Le spectacle est ouvert à tous, départ des résidences R. Sampic et M. Riot à partir de 14h30.

## Anniversaires

Les anniversaires du mois seront fêtés dans les résidences le jeudi 20 juin 2024.

## Canicule

Cet été, prenez vos précautions. Si vous êtes seul cet été, n'hésitez pas à prendre contact avec la direction de la solidarité et du CCAS au 02 35 63 60 69.

Grâce à votre inscription sur le registre communal, des agents de la Ville prendront de vos nouvelles en cas de canicule et se déplaceront à votre domicile si besoin.

Conseils pratiques :

- Boire régulièrement de l'eau
- Mouiller son corps et se ventiler
- Manger en quantité suffisante
- Éviter les efforts physiques
- Maintenir son habitation au frais en fermant les volets
- Programmer des sorties le matin ou en fin de journée
- Donner et prendre des nouvelles de ses proches

## Si on sortait

Samedi 22 juin à 18h

### Bal Celtique

par le Conservatoire à Rayonnement Communal, à l'Hôtel de ville.

Départ des résidences à partir de 17h30 ou rendez-vous directement sur place

Jeudi 4 juillet à 19h

### Meeting international d'athlétisme

stade municipal Jean Adret  
Entrée gratuite

Du lundi 8 juillet au mercredi 28 août

### Un été au stade

Gratuit et ouvert à toutes et tous, Un été au stade s'adresse à toutes les générations avec des tranches d'âges spécifiques pour certaines activités. Pratiquer du sport, participer à des ateliers variés ou simplement vous relaxer à l'ombre d'un parasol, vous avez le choix ! Sans oublier les soirées thématiques tous les mercredis avec barbecue à disposition ! Soirée de lancement : mercredi 10 juillet. Programme disponible début juillet dans les équipements municipaux et sur [sotteville-les-rouen.fr](http://sotteville-les-rouen.fr)

Jeudi 8 août

### Animation dansante

Dans le cadre d'Un été au stade, un après-midi dansant est organisé le 8 août à partir de 15h au stade Jean Adret. Il sera animé par l'orchestre Beltrame.

Pour toutes les sorties, renseignements et inscriptions auprès des résidences autonomie.

# Sotteville Animation SENIORS

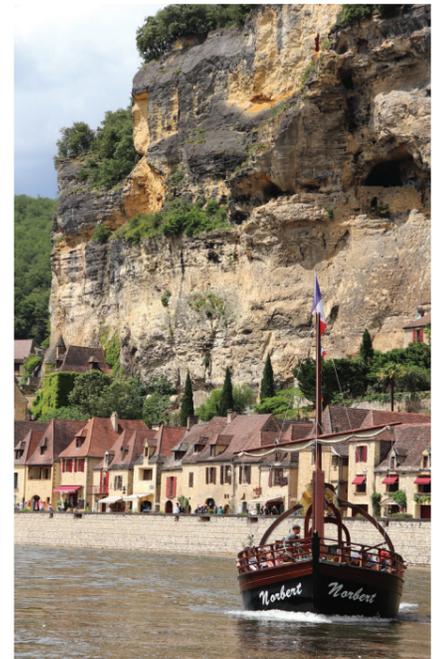
Juin 2024



## Les seniors en vacances

Du 20 au 27 mai, 55 retraités sottevillais ont profité du dispositif seniors en vacances. Accompagnés des animatrices de la Ville, ils se sont rendus au domaine de Pelvezy dans le Périgord noir. Visite de villages, d'une grotte, du château des Milandes... et découverte du terroir local ont animé cette semaine au cours de laquelle de nombreux liens ont été créés entre les participants.

Pour profiter de ce dispositif, rendez-vous dès le début du mois de décembre pour la réunion de présentation des séjours 2025.



## Résidence Madeleine Riot

15 rue des Tisserands - Tél. 02 35 73 95 31



### Le marché du jeudi

Sur inscription, Gilles Houelle vous accompagne au marché en minibus, rendez-vous à 9h et 10h à l'accueil de la résidence.

### Le temps du jeu à 15h animé par le personnel de la résidence

Tous les mercredis

### Sophrologie de 10h à 11h avec Julie l'Honoré

Mardis 4, 11, 18 et 25 juin et 2 juillet

### Rendez-vous musical à 14h30

Vendredi 7 juin Venez à la rencontre d'une harpiste.

### Atelier bien-être à 14h30 avec Céline Munier

Lundi 10 juin

### Atelier créatif à 15h avec le personnel du musée Beauvoisine

Mardi 11 juin

### Atelier culinaire à 15h avec l'équipe de la résidence

Mercredi 12 juin

### Atelier mémoire à 15h avec Élise Soulet

Lundis 17 et 24 juin

### Rencontre inter résidences à 15h avec les équipes des résidences

Mardi 18 juin Pétanque, Molky®, jeux de cartes, jeux en bois

### Rendez-vous couture à 15h avec Marine Lefrançois

Mardi 25 juin

Confection de sacs en tissu dans le cadre d'un projet avec l'école maternelle Jean Jaurès.

### Rencontres intergénérationnelles à 15h avec les enfants du CML

Mercredi 12 juin à 10h30 visite des serres municipales

Mercredi 19 juin de 9h30 à 11h30

séances de gym douce intergénérationnelle

Mercredi 26 juin atelier art floral

### Rencontre musicale à 10h30

Un quintette de cuivre vient vous présenter son répertoire

Samedi 22 juin

### Rencontre autour du livre avec le personnel de la bibliothèque

Vendredi 28 juin à 10h

### Moments de convivialité

Jeudi 11 juillet à 15h

Goûter musical, animé par Corinne et Michel Dan  
Sur inscription avant le 4 juillet. Participation : 5,10 €

## Résidence Roger Sampic

rue de la Résistance - Tél. 02 35 73 12 33



### Sophrologie de 10h30 à 11h30 avec Julie l'Honoré

Les lundis 3, 10, 17, 24 juin et 1<sup>er</sup> juillet

Julie vous propose une séance d'une heure.

### Animation lecture à 15h

Mardi 4 juin

Animation autour du livre en lien avec la Bibliothèque municipale  
Venez discuter et échanger autour des livres qui font du bien.

### Atelier créatif à 15h

animé par le personnel du musée Beauvoisine à la résidence Riot

Mardi 11 juin Départ de la résidence à partir de 14h45

### Rencontres intergénérationnelles, avec les enfants du CML

Mercredi 12 juin à 10h30 visite des serres municipales

Départ de la résidence à partir de 10h15

Mercredi 3 juillet à 15h atelier créatif en musique

### Rencontre intergénérationnelle avec les enfants de l'accueil de loisirs maternel à 15h

Mercredi 12 juin

Après-midi en chanson avec le répertoire que les enfants auront préparé qui se clôturera autour d'un goûter.

### Atelier mémoire à 15h avec Élise Soulet

Vendredi 14 juin et jeudi 27 juin

### Rendez-vous musical à 14h30

Lundi 17 juin

Venez à la rencontre d'une harpiste pour découvrir son répertoire.

### Rencontre inter résidences, à 15h avec les équipes des résidences

Mardi 18 juin Pétanque, Molky®, jeux de cartes, jeux en bois

### Atelier bien-être à 14h30, animé par Céline Munier

Mardi 25 juin

### Moment de convivialité

Jeudi 13 juin

Goûter à 15h. Participation : 3,20 €. Sur inscription avant le 6 juin.

### Goûter musical à la résidence Madeleine Riot à 15h

animé par Corinne et Michel Dan

Jeudi 11 juillet

Participation : 5,10 €. Sur inscription avant le 4 juillet.

Départ de la résidence à partir de 14h30.

L'ensemble des animations est ouvert à tous les retraités sottevillais. L'inscription est obligatoire pour toutes les animations.

## Résidence André Delalandre

7 rue Président Roosevelt - Tél. 02 35 63 08 71



### Sophrologie de 9h15 à 10h15 avec Julie l'Honoré

Lundis 3, 10, 17, 24 juin et 1<sup>er</sup> juillet

Julie vous propose une séance d'une heure.

### Le temps du jeu à 15h avec l'équipe de la résidence

Vendredi 7 juin loto

Mardi 11 juin Jeux extérieurs

Lundi 24 juin loto

### Atelier créatif à 15h

animé par le personnel du musée Beauvoisine à la résidence Riot

Mardi 11 juin

Départ de la résidence à partir de 14h45

### Rencontres intergénérationnelles, avec les enfants du CML

Mercredi 12 juin à 10h30

visite des serres municipales

Départ de la résidence à partir de 10h15

### Atelier créatif à 15h

Jeudi 13 juin fabrication de bougies avec l'équipe de la résidence

### Rendez-vous musical, à 14h30

Vendredi 14 juin

Venez à la rencontre d'une harpiste pour découvrir son répertoire.

### Rencontre inter résidences, à 15h avec les équipes des résidences

Mardi 18 juin Pétanque, Molky®, jeux de cartes, jeux en bois

### Atelier mémoire, à 15h avec Elise Soulet

Jeudi 20 juin

Mardi 2 juillet

### Rendez-vous couture, à 15h, avec Marine Lefrançois

Vendredi 21 juin

Confection de sacs en tissu dans le cadre d'un projet avec l'école maternelle Jean Jaurès.

### Rencontre autour du livre à 15h avec le personnel de la bibliothèque municipale

Mardi 25 juin

### Atelier bien-être, à 14h30, animé par Céline munier

Jeudi 27 juin