

Planning des activités seniors

Ouvertes aux personnes de 60 ans et plus

GRATUIT

MARS

Semaine 10

Lundi 2	9h30-12h	Permanence ADMR
	9h45-11h	Activité randonnée - Thomas SEBERT
Mercredi 4	10h-12h	Permanence numérique - Gérard OSOUF
Jeudi 5	10h-11h	Activité mémoire - Sébastien GRESSET
	14h-15h30	Permanence ADMR
	16h30-17h30	Gym douce - SIEL BLEU
Dimanche 8	14h30-18h	Ludothèque - AMSTRAMGRAM

Semaine 11

Lundi 9	9h30-12h	Permanence ADMR
Mardi 10	10h-11h	Quizz - Sébastien GRESSET
Mercredi 11	10h-12h	Permanence numérique - Gérard OSOUF
Jeudi 12	14h-15h	Gym douce - SIEL BLEU
Vendredi 13	Toute la journée	VVV : Géoclub + Chant

Semaine 12

Lundi 16	9h30-12h	Permanence ADMR
	9h45-11h	Activité randonnée - Thomas SEBERT
Mercredi 18	10h-12h	Permanence numérique - Gérard OSOUF
Jeudi 19	10h-11h	Activité mémoire - Sébastien GRESSET
	16h30-17h30	Gym douce - SIEL BLEU

Semaine 13

Lundi 23	9h30-12h	Permanence ADMR
	9h45-11h	Activité randonnée - Thomas SEBERT
Mardi 24	10h-11h	Quizz - Sébastien GRESSET
Mercredi 25	10h-12h	Permanence numérique - Gérard OSOUF
Jeudi 26	14h-15h30	Permanence ADMR
	16h30-17h30	Gym douce - SIEL BLEU



AVRIL

Semaine 14

Lundi 30	9h30-12h	Permanence ADMR
Mercredi 1	10h-12h	Permanence numérique - Gérard OSOUF
Jeudi 2	10h-11h	Activité mémoire - Sébastien GRESSET
	14h-15h30	Permanence ADMR
	16h30-17h30	Gym douce - SIEL BLEU
Vendredi 3	Toute la journée	VVV : Relaxation + Chant

Semaine 15

Lundi 6	9h30-12h	Permanence ADMR
	9h45-11h	Activité randonnée - Thomas SEBERT
Mardi 7	10h-11h	Quizz - Sébastien GRESSET
Mercredi 8	10h-12h	Permanence numérique - Gérard OSOUF
Jeudi 9	16h30-17h30	Gym douce - SIEL BLEU
Dimanche 12	14h30-18h	Ludothèque - AMSTRAMGRAM

Semaine 16

Mercredi 15	10h-12h	Permanence numérique - Gérard OSOUF
Jeudi 16	10h-11h	Activité mémoire - Sébastien GRESSET
	16h30-17h30	Gym douce - SIEL BLEU

Semaine 17

Lundi 20	9h30-12h	Permanence ADMR
Mardi 21	10h-11h	Quizz - Sébastien GRESSET
Mercredi 22	10h-12h	Permanence numérique - Gérard OSOUF
Jeudi 23	16h30-17h30	Gym douce - SIEL BLEU

Semaine 18

Lundi 27	9h30-12h	Permanence ADMR
Mercredi 29	10h-12h	Permanence numérique - Gérard OSOUF
Jeudi 30	10h-11h	Activité mémoire - Sébastien GRESSET
	14h-15h30	Permanence ADMR
	16h30-17h30	Gym douce - SIEL BLEU

Pour savoir où vous renseigner, suivez les codes couleurs!

A la mairie



Permanence Numérique

Venez profiter de ce service!

Monsieur OSOUF vous accompagne dans vos démarches en ligne les mercredis de 10h à 12h à la mairie de Sartilly

- Papier d'état civil
- Carte d'identité
- Permis de conduire, carte grise
- Services des impôts
- Dossier de retraite ou de réversion
- CV

Pour bénéficier de cet accompagnement, une prise de rendez-vous est nécessaire à la mairie au 02 33 48 81 47.

Gérard OSOUF
02.33.48.81.47

A la résidence autonomie



ACTIVITÉ RANDONNÉE

Le lundi de 9h45 à 11h
Rendez-vous à la résidence Les Violettes

Accessible à tous

Sartilly
06 38 39 82 92

Thomas SEBERT
02.33.48.81.47
06.38.39.82.92

A la résidence autonomie



- ADMR** : 02.33.58.12.11
- Ludothèque** : Ouvert à tous
- Autres renseignements auprès de Valérie BRIENS
Du lundi au vendredi
de 10h à 14h
02.33.58.14.19

ACTIVITÉ RANDONNÉE



Le lundi de 9h45 à 11h
Rendez-vous à la résidence Les Violettes

Accessible
à tous

☎ Thomas : 06 38 39 82 92

MARS

Lundi 2
Lundi 16
Lundi 23

AVRIL

Lundi 6

MAI

Lundi 4
Lundi 18
Lundi 25



JUIN

Lundi 15
Lundi 22
Lundi 29

Sartilly
Baie Bocage
Territoire de rencontres

Permanence Numérique

Venez profiter de ce service !

Monsieur OSOUF vous accompagne dans vos démarches en ligne les mercredis de 10h à 12h à la mairie de Sartilly



Papier d'état civil



Carte d'identité



Permis de conduire, carte grise



Services des impôts



Dossier de retraite ou de réversion



CV

Pour bénéficier de cet accompagnement, une prise de rendez-vous est nécessaire à la mairie au 02.33.48.81.47