

L'AGENDA de votre



Jeux mémoire



Venez participer à des ateliers ludiques et conviviaux sur la mémoire.

Vous renforcerez vos capacités de concentration et découvrirez des méthodes de mémorisation efficaces et applicables dans votre quotidien !

Pas d'engagement aux 6 séances nécessaire.

Jeudi

**5, 12 et 19 mai
6, 16 et 30 juin**

14h – 16h

**Salle de l'ancienne école
6 rue de l'église
14190 FONTAINE LE PIN**

Places limitées - Sur inscription auprès du CLIC 02 31 41 41 91

Le Printemps des CLIC « J'ose le Smartphone »



Venez découvrir le numérique !

Une conférence pour découvrir le Smartphone : quels appareil et forfait choisir, quelles applications utiles au quotidien, comment sauvegarder ses photos...

Des stands et animations pour découvrir le numérique en présence de nombreux partenaires

**Mardi
10 mai**

13h45 – 17h

**Salle de des fêtes
Rue Lapford
14190 GRAINVILLE
LANGANNERIE**

Tout public - Renseignements auprès du CLIC 02 31 41 41 91

Calvados



LE DÉPARTEMENT

Marche nordique



L'ASEPT vous propose de découvrir la marche nordique durant 6 séances d'1h30. En plus d'être conviviale, cette activité est un bon entraînement pour le maintien de la forme et la santé.

Prévoir une tenue de sport et des chaussures adaptées pour la marche

Places limitées - Sur inscription auprès du CLIC 02 31 41 41 91

De mi mai à fin juin

Date et lieu

Demander au CLIC de Falaise

Ateliers premiers gestes qui sauvent



Comment réagir face à une situation d'urgence ?

L'ASEPT de Normandie vous propose deux ateliers pratiques pour découvrir les premiers gestes qui sauvent.

Priorité donnée aux personnes ayant suivi la conférence en 2020

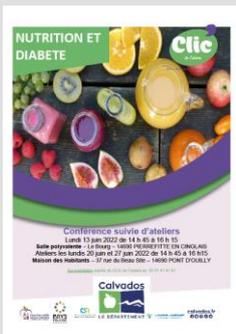
Places limitées - Sur inscription auprès du CLIC 02 31 41 41 91

**Mardi 21 juin
et Mercredi 22 juin**

14h – 17h30

**Salle des fêtes
3 voie romaine
14680 CINTHEAUX**

Nutrition et Diabète



En France, plus de 3 millions de personnes sont touchées par le diabète. Mais alors, comment adapter son alimentation pour pouvoir le réduire ou éviter d'en développer ? Une conférence interactive animée par une diététicienne permettra de mettre un terme aux idées reçues et revenir sur les bonnes habitudes à prendre et conseiller les participants à partir de leurs besoins.

Deux ateliers pratiques à la suite vous sont proposés :

Atelier 1 : Qu'avons-nous dans notre assiette ?

Atelier 2 : En cuisine pour des conseils pratiques

Accès libre pour la conférence

Places limitées pour les ateliers - Sur inscription à l'issue de la conférence

**Lundi 13 juin
CONFERENCE**

14h45 – 16h15

**Salle communale
Le Bourg
14690 PIERREFITTE EN
CINGLAIS**

**Lundi 20 juin
ATELIER 1**

**Lundi 27 juin
ATELIER 2**

14h45 – 16h15

**Maison des habitants
37 rue du beau site
14690 PONT D'OUILLY**

Actions des partenaires



L'EPN (Espace Public Numérique) de Falaise vous propose une activité créative ludique autour du numérique dans un esprit convivial. Une visite des lieux vous sera proposée.

Sur inscription auprès de l'EPN de Falaise 02 31 20 79 68

Vendredi 10 juin

14h – 16h

Centre socio-culturel
1 rue des Prémontrés

14700 FALAISE

Renseignements et/ou inscription :

CLIC de Falaise
4 rue de la Résistance – Bâtiment B – 14700 FALAISE
Tél : 02 31 41 41 91
Courriel : clicdefalaise@calvados.fr

Les manifestations organisées par le CLIC sont gratuites

Application du protocole sanitaire en vigueur