

Au programme chaque semaine

MARDI 14H30 : GYM DOUCE

Tous les mardis, JérémY vous propose des ateliers de Gym douce alliant mouvements et étirements.

Suivi de l'entract'gourmand

MERCREDI 14H30 : YOGA

Marie vous propose de vous initier en douceur au yoga adapté aux séniors.

Suivi de l'entract'gourmand

VENDREDI 16H45 : ATELIER EQUILIBRE

Chaque vendredi, Emeric vous propose des exercices qui vous permettront de reprendre confiance en vous et de prévenir les chutes.

Suivi de l'entract'gourmand

Offre réservée aux détenteurs de la carte loisirs

DOMITYS,

Inscription par téléphone 48h l'avance,
sous réserve des places disponibles

La Carte Loisirs DOMITYS

10 entrées + 1 offerte = 80€

Cette carte valable un an vous donne **accès aux activités** du programme DOMITYS pour une vie sociale riche et conviviale **en toute**

Liberté.

Vous bénéficiez aussi d'un **tarif privilégié** pour participer aux **événements** festifs et de divertissement de la résidence.



La Marche Nordique

GRATUIT

Bouger, c'est bon pour la santé!

Lundi : 10h00-12h00 niveau intermédiaire

Jeudi : 16h30-17h30 niveau débutant

Action financée par la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées du calvados.

Réservé aux séniors de plus de 60 ans



Renseignements à l'accueil de la résidence

Samedi 3 Septembre 2022

« Les Baladins de l'Elle »

14h30

THEÂTRE

« **Mon ex** »

De Luc Chaumard

Quand Alice retrouve Etienne après 7 ans sans nouvelles, c'est sûr qu'elle a une petite idée derrière la tête. En fait, elle est bien décidée à lui faire tenir la promesse qu'il lui avait faite le jour de leur rupture. Mais quelle est cette promesse ? Mensonges, chantages, grands déballages et coups bas... Alice est prête à tout et elle va, sans hésiter, exploser la vie rangée et un peu 'pépère' de l'ancien amour de sa vie pour arriver à ses fins. Pauvre Etienne, en acceptant de revoir son ex, il ne savait pas qu'il allait revivre la période la plus compliquée de sa vie. Mais qui sait, peut-être aussi la plus belle !

Avec Sylvie Leprovost

Et Albert Marion

Suivi de l'entract'gourmand

Tarif : 5 € sur inscription
au 02.31.10.44.00

Cet été, venez vous divertir

Gratuitement

Les Jeudis de l'Été

GRATUIT - OUVERT A TOUS

Le Bajo Caf'

Tous les jeudis à 16 H

du jeudi 7 juillet au jeudi 25 août

« Le Bajo Caf' »

Goûter rencontres organisées sur
notre résidence, qui visent à lutter
contre l'isolement des

personnes âgées. Dans un cadre
convivial, pour échanger ,s'amuser,

Ou pour tout simplement se
détendre !

Réservation au 02.31.10.44.00

Dimanche 7 Août 2022

« Barbecue « Guinguette »

12h00

DOMITYS fait sa

Guinguette,

Avec Mr Lecanu

Jean Louis

Menu à 25 € repas « Barbecue »

Réservation à l'accueil de la résidence



Les repas à thème
à venir

Mardi 19 Juillet 2022 à 12h

« Buffet de le mer » 21€

Lundi 15 Août 2022 à 12h

« Repas du jour férié » 21€

Mardi 30 Août 2022 à 16h

« Bar à glaces » 5€

Notre restaurant est ouvert tous les jours
à partir de midi Réservation au 02.31.10.44.00

 DOMITYS

Programme
des Loisirs

Juillet-Août-Septembre 2022



Les Falaises Blanches

4 Chemin Saint Julien

14400 Bayeux

Tél: 02 31 10 44 00

 DOMITYS