

ACTIVITÉ PHYSIQUE

Marche contemplative : mercredi 29 juillet

Transport aller/retour autonome en voiture, co-voiturage ou avec Cap Cotentin. À partir de 13h30, départ pour une balade. Rendez-vous devant l'Office de Tourisme à Goury.

Réveil musculaire : les vendredis

de 10h à 11h sauf pendant le mois d'août

Foyer Jacques Prévert, 101 rue Jacques Prévert.
Places limitées à 30 personnes
Gratuit sur inscription

Réveil musculaire : les mercredis

de 10h à 11h sauf pendant le mois d'août

Salle d'activité, rue des Fossés
Places limitées à 30 personnes
Gratuit sur inscription

Olympiades des Seniors

Animations sportives, ludiques, rencontres, conférences... Inscription à compter du mercredi 2 septembre

CINÉ SENIORS AVEC LE PALACE

Vos séances de cinéma le jeudi après-midi à 5€. Renseignement sur les dates des séances directement auprès du cinéma.

**Le Palace : rue des Résistants,
Équeurdreville-Hainneville**

Le Centre communal d'action sociale de Cherbourg-en-Cotentin souhaite développer durablement les liens sociaux avec les seniors et encourager la participation à des activités collectives de loisirs. Que vous aimiez les spectacles, les balades, le cinéma ou les repas conviviaux, il y en a pour tous les goûts !

TARIFS ET INSCRIPTIONS

Le tarif des activités proposées dans les Escapades bleues est établi par catégorie selon un barème dégressif basé sur le revenu.

Pour obtenir votre carte gratuite **Cité Senior** donnant droit à réduction, vous devez présenter votre avis d'imposition de l'année de référence.

C'est votre passeport pour accéder à toutes les offres de spectacles, d'animations et de sorties organisées par le CCAS.

Inscription pour l'ensemble du programme, sauf indications contraires spécifiques, sur présentation de la carte Cité seniors ou pour une première inscription sur présentation de l'avis d'imposition sur le revenu de l'année N-1, dès la publication de l'information et dans la limite des places disponibles :

Direction autonomie / développement du lien social,

Sur place : 18 rue Paul Talluau
50100 Cherbourg-en-Cotentin
Par téléphone au 02 33 87 87 20
Par mail : loisirs.seniors@cherbourg.fr

Les activités présentées dans ce livret ne sont pas exhaustives.

La Ville propose de nombreuses activités via ses centres sociaux, les clubs et associations seniors. N'hésitez pas à vous renseigner auprès de la direction autonomie.



ÉTÉ 2026
JUILLET - SEPTEMBRE

**Programme des activités
et animations**

**pour les seniors de 65 ans et plus
de Cherbourg-en-Cotentin**

cherbourg.fr

CCAS
Cherbourg en Cotentin

JUILLET

Visites guidées estivales

Tout au long de l'été

(Re)découvrez la ville grâce aux visites guidées estivales.

Renseignement et billetterie
à l'Office de Tourisme

Le Becq dans l'eau

Vendredi 10 juillet, à 12h30

Déjeuner autour de fruits de mer
à la Crustacerie du Becquet, suivi
de la présentation des viviers.

Inclus : assiette de fruits de mer, glace,
verre de vin blanc et présentation des viviers
Tarif maximum : 38 € soumis à barème social

**Rendez-vous sur place,
chemin des Viviers, Turlaville**

Château de Carneville

Lundi 20 juillet, à 13h30

C'est une demeure du début du XVII^e siècle,
remaniée au XVIII^e. (Re) découvrez cet édifice
et son parc paysager, partiellement protégé
au titre des monuments historiques au cours
d'une visite guidée.

Tarif maximum : 30€ soumis à barème social
Inclus : transport, entrée et goûter

Après-midi plein air

Mercredi 29 juillet

Emportez votre sandwich et votre boisson
pour un pique-nique en plein air.
À partir de 13h30, départ pour une balade
contemplative.

Transport aller/retour autonome en voiture,
co-voiturage ou avec Cap Cotentin.
Gratuit sur inscription

AOÛT

Visioconférence Avignon, cité des Papes

Mardi 4 août, à 14h30

Une conférence qui revient sur l'histoire
de la ville d'Avignon, du palais des Papes,
ainsi que sur le Festival d'Avignon.

Gratuit sur inscription

**Rendez-vous salle Paul Éluard, Le Quasar
place de la Laïcité, Cherbourg-Octeville**

Le Souterroscope (à Caumont -l'Éventé)

Mardi 11 août

Durant 1h30, ce lieu vous propose un fabuleux
voyage sous la terre à la découverte d'un monde
extraordinaire et méconnu.

Attention, prévoir un vêtement chaud,
la température sous terre est à 12°.

Tarif maximum : 60€ soumis à barème social
Inclus : transport, entrée et déjeuner
au restaurant

À vos fourneaux

Mercredi 19 août, à 12h

Chacun apporte un plat à partager pour
un déjeuner convivial, puis un après-midi
ludique animée par l'équipe du CCAS.

Inscription préalable, nombre de place limité
Droit d'entrée : un plat à partager, salé ou sucré

**Rendez-vous sur place, foyer Jacques
Prévert, 101 rue Jacques Prévert,
Cherbourg-Octeville**

Repas à thème Méchoui

Jeudi 27 août, à partir de 12h

Inclus : vaisselle, déjeuner vins et café,
animation. Transport aller/retour sur point
de ramassage payant. Tarif maximum : 30 €
soumis à barème social

Manoir de la Coquerie, Querqueville

SEPTEMBRE

La Ferme de la Michaudière (à Juvigny)

Jeudi 24 septembre

Départ de Cherbourg-en-Cotentin à 6h
Arrivée à la ferme, après un bon petit-
déjeuner campagnard, départ pour
une balade en carriole. Reprise de l'autocar
pour la visite inédite de Bagnoles de l'Orne.
Puis, retour à la ferme pour un repas
traditionnel. Enfin, place au plus grand
spectacle équestre de Normandie ! Pendant
plus d'une heure en musique, découvrez les
Percherons dans des présentations inédites.

Tarif maximum : 83€ soumis à barème social
Inclus, transport en autocar, petit déjeuner,
déjeuner et spectacle

Visite de la serre et du parc Emmanuel Liais

Mardi 8 septembre, à 9h30

Venez vivre une expérience au cœur
d'un environnement tropical.

Place limitée à 15 personnes.
Gratuit sur inscription.
Rendez-vous sur place