

**Bien
vieillir
au Havre**



DU 15 AU 22 MAI 2026

SEMAINE DE LUTTE CONTRE L'ISOLEMENT DES AÎNÉS

Toutes les animations de votre quartier

Le Havre ensemble



Avec le soutien de la
Caisse nationale de
solidarité pour l'autonomie




leHavre

PROGRAMME

MARDI 19 MAI

De 9 h 30 ATELIER BIEN-ÊTRE

à 11 h 30

Association AREC - 27 rue Marie Le Masson

Apprenez les techniques d'automassage et créez votre propre huile de massage. Cette parenthèse détente sera suivie d'un moment convivial.

Inscription auprès de l'association AREC au 02 35 44 21 65

De 14 h 30 CRÉATION DE JARDINIÈRES

à 16 h 30

Avenue du Mont Gaillard et rue Jacques Brel

Vous souhaitez embellir vos balcons ou votre extérieur ? Participez à la création de jardinières. Un moment de partage entre voisins clôturera cet après-midi.

Inscription auprès de 3F Normanvie au 02 35 45 04 36

De 18 h PARTAGEONS ENTRE VOISINS

à 20 h

Parvis de la Fabrique S^{te}-Catherine - 95 rue Maurice Tronelle

Au programme : buffet apéritif et jeux anciens. Un moment de partage avec les jeunes volontaires d'Unis-Cité et les bénévoles de la Fabrique Ste-Catherine.

Inscription auprès de la Fabrique Sainte-Catherine au 02 35 48 03 74

JEUDI 21 MAI

De 11 h 30 DÉCOUVERTE D'UN REPAS PARTAGÉ

à 12 h 30

École Pauline Kergomard - 23 rue Francis Carco

Participation à un repas partagé avec les élèves de l'école Pauline Kergomard. L'occasion de passer un moment entre générations.

Inscription auprès des référents Lutte contre l'isolement au 06 48 57 01 35

Animations gratuites - Dans la limite des places disponibles

Retrouvez l'ensemble des temps forts sur lehavre.fr

Pôle Bien vieillir - CCAS

Référents Lutte contre l'isolement

3 place Albert René - 76600 Le Havre

Tél. 06 48 57 01 35 - Courriel : isolement@lehavre.fr