3ème édition

LUNDI **16 NOVEMBRE**
AU VENDREDI **20 NOVEMBRE 2026**

Bien manger Bien bouger

EN CÔTE D'ALBÂTRE

BULLETIN *d'inscription*

Retour jusqu'au

Jeudi 19 Novembre 2026 inclus

| Communauté de Communes de la Côte d'Albâtre
> Route de Veulettes > **Cany-Barville**

| Espace Multi Services
> Rue Charles Lescane > **Fontaine-le-Dun**

| Espace de Vie Sociale
> Av. 51ème Highland Division > **Saint Valery-en-Caux**

| Espace Public du Littoral
> Place de la Gare > **Saint Valery-en-Caux**

Espace de Vie Sociale
5, Avenue 51ème Highland Division | 76460 Saint Valery-en-Caux
02 35 57 16 83 | evs@cote-albatre.com

Les informations recueillies sur ce formulaire font l'objet d'un traitement informatisé par le Président de la Communauté de Communes de la Côte d'Albâtre sise à Cany-Barville (76450), 48 bis route de Veulettes pour l'organisation des animations « Bien manger, bien bouger en Côte d'Albâtre ». Le responsable de traitement a désigné l'ADICO sise à Beauvais (60000), 5 rue Jean Monnet en qualité de déléguée à la protection des données.Ce traitement est basé sur le consentement des personnes concernées. Les données collectées seront communiquées aux seuls destinataires suivants : aux services de la Communauté de Communes de la Côte d'Albâtre. Les données sont conservées pendant un an. Vous pouvez accéder aux données vous concernant, les rectifier ou exercer votre droit à la limitation du traitement ainsi que votre droit à la portabilité de ces données. Le droit d'opposition ne s'applique pas dans ce cas. Ce consentement peut être retiré à tout moment. Pour exercer ces droits ou pour toute question sur le traitement de vos données, vous pouvez contacter notre délégué à la protection des données, par mail à dpo@cote-albatre.com ou par courrier à l'adresse PAE du Tilloy - 5 rue Jean Monnet, BP 20683 - 60006 Beauvais Cedex. Si vous estimez que vos droits « Informatique et Libertés » ne sont pas respectés, vous pouvez adresser une réclamation à la CNIL.

| Jeudi 19 Novembre 2026

> de **10h à 12h00**

JARDIN PÉDAGOGIQUE

> FONTAINE-LE-DUN > Espace Multi Services > 40, Rue Charles Lescane

| Public : Jeunes adultes / Adultes
| **Inscription obligatoire** (10 personnes max.)
| Activité animée par le Centre Social Apostrophe & Mission Locale Dieppe Côte d'Albâtre

> de **10h à 12h**

BALADE LUDIQUE CANYCAISE

> CANY-BARVILLE > Rendez-vous devant la billetterie du Lac de Caniel

| Public : Adultes | **Inscription obligatoire** (15 personnes max.)
| Activité animée par le Centre Social Apostrophe
| Une bonne condition physique est requise pour participer à l'activité
| Prévoir des chaussures adaptées au sport

> de **13h30 à 15h00** ♿

ATELIER *Stress et Alimentation*

> CANY-BARVILLE > Point Accueil Jeunes > Stade de foot - Route de Barville

| Public : Adultes | **Inscription obligatoire** (10 personnes max.)
| Activité encadrée par Planeth Patient et la Maison des Ados

> de **15h30 à 16h30**

ATELIER *Pilates*

> CANY-BARVILLE > Point Accueil Jeunes > Stade de foot - Route de Barville

| Public : Adultes | **Inscription obligatoire** (10 personnes max.)
| Atelier animé par la Clinique du Caux Littoral

| Vendredi 20 Novembre 2026

> de **9h30 à 11h**

ATELIER CUISINE SUCRÉE *P'tit Déjeuner*

> NÉVILLE | Clinique du Caux Littoral > 23bis, rue de la Poste

| Public : Adultes | **Inscription obligatoire** (8 personnes max.)
| Atelier animé par la Clinique du Caux Littoral
| L'atelier ne prend pas en compte les régimes alimentaires, allergies ou intolérances. Chaque participant est responsable de vérifier la compatibilité des produits avec ses propres besoins.

> de **10h à 12h** ♿

DÉGUSTATION *Soupes de légumes de saison*

> Saint Valery-en-Caux > Marché

| Public : Tout public | **Accès libre (sans inscription)**
| Atelier animé par le GEST & DIM

FIL ROUGE de la semaine

CHALLENGE « BIEN BOUGER »

Ce challenge a pour but de recueillir des kilomètres parcourus à pieds, à vélo, à trottinette ... en marchant, en courant sur tapis, sur route tout au long de la semaine !

POUR INSCRIRE VOS KILOMÈTRES AU COMPTEUR FLASHEZ CE QR CODE

Du LUNDI **16 NOVEMBRE 2026**
au VENDREDI **20 NOVEMBRE 2026**

3ème édition

Bien manger Bien bouger

EN CÔTE D'ALBÂTRE

| ATELIERS ET ACTIVITÉS *gratuits* |

Maison des Ados
Mission Locale Dieppe Côte d'Albâtre
PLANETH Patient
COLISEE
Communauté de Communes de la Côte D'Albâtre

| PROGRAMME |

| Lundi 16 Novembre 2026

> de **10h** à **12h**

DÉGUSTATION *Soupes de légumes de saison*

> CANY-BARVILLE > Marché

| Tout public | Accès : libre sans inscription
| Stand animé par le GEST & DIM

> de **14h** à **16h30**

ATELIER *Nutri'* Mov

> FONTAINE-LE-DUN > Espace Multi Services > 40, Rue Charles Lescane

| Public : Jeunes adultes / Adultes
| **Inscription obligatoire** (10 personnes max.)
| Atelier animé par la Mission Locale Dieppe Côte d'Albâtre

> de **13h30** à **15h**

ATELIER *L'impact du stress sur la santé*

> NÉVILLE | Clinique du Caux Littoral > 23bis, rue de la Poste

| Public : Adultes | **Inscription obligatoire** (10 personnes max.)
| Activité encadrée par Planeth Patient et la Maison des Ados

> de **15h30** à **16h30**

ATELIER *Pilates*

> NÉVILLE | Clinique du Caux Littoral > 23bis, rue de la Poste

| Public : Adultes | **Inscription obligatoire** (10 personnes max.)
| Atelier animé par la Clinique du Caux Littoral

Photos : iStock

| Mardi 17 Novembre 2026

> de **10h** à **12h**

BALADE DÉCOUVERTE *de Saint-Valery-en-Caux* + DÉGUSTATION SURPRISE *à l'arrivée*

> ST VALERY EN CAUX | Espace de Vie Sociale > 5, Av. 51ème Highland Division

| Public : Adulte | **Inscription obligatoire** (15 personnes max.)
| Activité animée par le Centre Social Apostrophe
| **Une bonne condition physique est requise pour participer à l'activité**
| **Prévoir des chaussures adaptées au sport**

> de **10h** à **13h**

ATELIER CUISINE *Plat salé + Repas*

> NÉVILLE | Clinique du Caux Littoral > 23bis, rue de la Poste

| Public : Adulte | **Inscription obligatoire** (8 personnes max.)
| Atelier animé par la Clinique du Caux Littoral
| **L'atelier ne prend pas en compte les régimes alimentaires, allergies ou intolérances. Chaque participant est responsable de vérifier la compatibilité des produits avec ses propres besoins.**

> de **13h30** à **16h30**

PETITE CONSERVERIE : *Conserver ses aliments pour éviter le gaspillage*

> ST VALERY EN CAUX | Espace de Vie Sociale > 5, Av. 51ème Highland Division

| Public : Adultes
| Accès : **Inscription obligatoire** (8 personnes max.)
| Activité animée par le Centre Social Apostrophe et EVS
| **L'atelier ne prend pas en compte les régimes alimentaires, allergies ou intolérances. Chaque participant est responsable de vérifier la compatibilité des produits avec ses propres besoins.**

> de **14h** à **14h45** : Renforcement musculaire
> de **15h** à **15h45** : Gym douce

RENFORCEMENT MUSCULAIRE GYM DOUCE

> BUTOT-VENESVILLE | Salle polyvalente > Place R. Gabel

| Public : Adultes | **Inscription obligatoire** (15 personnes max.)
| Atelier animé par Jeoffrey Quesnel «JOJOFITCLUB»
| **Merci de prévoir votre propre tapis de sol pour participer à l'activité.**

| Mardi 17 Novembre suite

> de **14h** à **16h30**

ATELIER *Nutri'* Mov

> CANY-BARVILLE | Bureau Mission Locale > 31, Place R. Gabel

| Public : Jeunes adultes / Adultes
| **Inscription obligatoire** (10 personnes max.)
| Atelier animé par la Mission Locale Dieppe Côte d'Albâtre

| Mercredi 18 Novembre 2026

> de **10h** à **12h**

ATELIER CUISINE *Spécial reste du frigo*

> FONTAINE-LE-DUN > Espace Multi Services > 40, Rue Charles Lescane

| Public : Adultes | **Inscription obligatoire** (8 personnes max.)
| Activité animée par le Centre Social Apostrophe
| **L'atelier ne prend pas en compte les régimes alimentaires, allergies ou intolérances. Chaque participant est responsable de vérifier la compatibilité des produits avec ses propres besoins.**

> de **10h** à **11h30**

MARCHE NORDIQUE (env. 1h30)

> LAC DE CANIEL | Rendez-vous au parking du Lac de Caniel

| Public : Adultes | **Inscription obligatoire** (10 personnes max.)
| Atelier animé par Jeoffrey Quesnel «JOJOFITCLUB»
| **Une bonne condition physique est requise pour participer à l'activité**
| **Prévoir des chaussures adaptées au sport**

> de **14h** à **17h**

CONCOURS : *Top sandwich*

> CANY-BARVILLE > Point Accueil Jeunes > Stade de foot - Route de Barville

| Public : Ados & jeunes adultes | **Inscription obligatoire** (16 personnes max.)
| Activité encadrée par Information Jeunesse & La Clinique du Caux Littoral

> de **14h** à **16h**

VISITE GUIDÉE *de Veules-les-Roses*

> VEULES-LES-ROSES | Départ parking des cressonnières

| Public : Adultes | **Inscription obligatoire** (15 personnes max.)
| Activité encadrée et organisée en partenariat avec l'Office de Tourisme de la Côte d'Albâtre
| **Une bonne condition physique est requise pour participer à l'activité**
| **Prévoir des chaussures adaptées au sport**

Retrouvez la suite du programme au dos →

| BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom :
Prénom :
Commune :
Téléphone :
Mail :

Souhaite participer aux ateliers et animations :

| Lundi 16 Novembre

- ☐ **Dégustation soupe légumes saison** > Cany-Barville
- ☐ **Atelier «Nutri Mov'»** > Fontaine-le-Dun
- ☐ **Atelier «Impact du stress sur la santé»** > Néville
- ☐ **Atelier «Pilates»** > Néville

| Mardi 17 Novembre

- ☐ **Balade découverte + Dégustation** > Saint-Valery-en-Caux
- ☐ **Atelier «Cuisine»** > Néville
- ☐ **Petite Conserverie** > Saint-Valery-en-Caux
- ☐ **Renforcement musculaire** > Butot-Venesville
- ☐ **Gym douce** > Butot-Venesville
- ☐ **Atelier «Nutri Mov'»** > Cany-Barville

| Mercredi 18 Novembre

- ☐ **Atelier «Cuisine reste du frigo»** > Fontaine-le-Dun
- ☐ **Marche nordique** > Lac de Caniel
- ☐ **Concours Top Sandwich** > Cany-Barville
- ☐ **Visite guidée** > Veules-les-Roses

| Jeudi 19 Novembre

- ☐ **Jardin pédagogique** > Fontaine-le-Dun
- ☐ **Balade ludique** > Cany-Barville
- ☐ **Atelier «Stress & alimentation»** > Cany-Barville
- ☐ **Atelier «Pilates»** > Cany-Barville

| Vendredi 20 Novembre

- ☐ **Dégustation soupe légumes saison** > Saint-Valery-en-Caux
- ☐ **Atelier «Cuisine Sucrée : P'tit Déjeuner»** > Néville