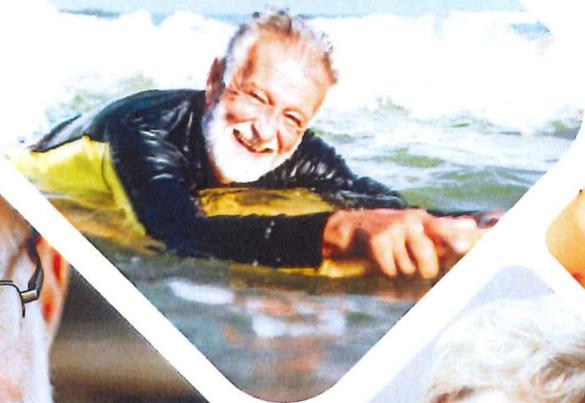
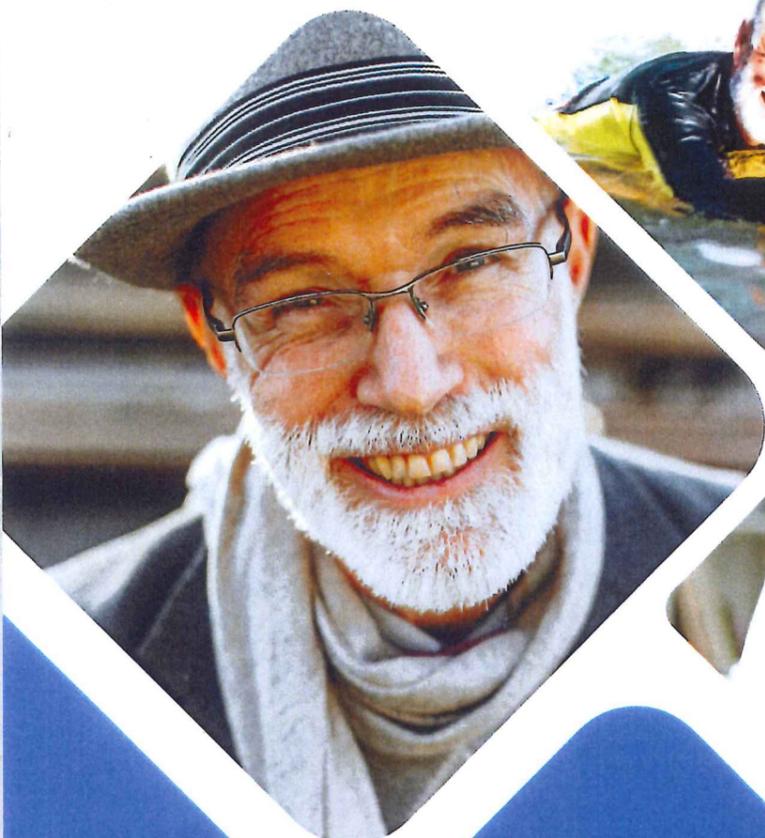


Semaine nationale
des retraités et
personnes âgées



DU 7 AU 13 OCTOBRE 2019

La Semaine Bleue

Ouvert à tous | Animations gratuites

Gâvres
Locmiquélic
Port-Louis
Riantec



Le Programme

DU 7 AU 13 OCTOBRE 2019

SOINS ESTHÉTIQUES

Réflexologie plantaire, massage mains, tête, visage, au choix ! Par Virginie Noblet esthéticienne.

Lundi 7 octobre - Riantec

De 14h30 à 17h30 - Château de Kerdurand

Mardi 8 octobre - Gâvres

De 14h30 à 17h30 - Foyer logement

Jeudi 10 octobre - Port-Louis

De 14h30 à 17h30

Vendredi 11 octobre - Locmiquélic

De 14h30 à 17h30 - EHPAD

Sur rendez-vous auprès du CCAS de votre commune.

JEUX DE SOCIÉTÉ

avec la ludothèque Le Dé en Bulle

Mardi 8 octobre - Riantec

De 14h30 à 16h30 - Résidence intergénérationnelle, rue de la Pradène

Entrée libre et gratuite.

PETIT DÉJ' - LECTURE AUTOUR DES FABLES DE LA FONTAINE QUIZZ & ATELIER ORIGAMI

Mercredi 9 octobre - Riantec

De 10h à 12h - Bibliothèque Anjéla-Duval

Entrée libre et gratuite.

MARCHE BLEUE AU COEUR DE LA CITÉ MARINE

« Une balade historique » contée par Suzanne Bourdieu et Françoise Le Louër.

Mercredi 9 octobre - Port-Louis

De 14h à 15h30

Inscription auprès du CCAS de Port-Louis.

« MON PETIT BATEAU »

Musée de la Marine - Citadelle de Port-Louis

Comment fabriquer des bateaux jouets capables de flotter sur l'eau, tout en recyclant des flacons en plastique qui polluent les océans ? Ce nouvel atelier créatif familial vous propose d'apprendre à réaliser vos bateaux en matériaux de récupération.

Visite libre de la citadelle et du musée de la Marine à l'issue de l'atelier.

Mercredi 9 octobre - Port-Louis

De 15h30 à 16h30 - Musée de la Marine

Inscription auprès du CCAS de votre commune.

SOPHROLOGIE

Jeudi 10 octobre - Locmiquélic

de 9h à 12h - Médiathèque

Inscription auprès du CCAS de Locmiquélic.

BIODANZA

« Danser, rire, chanter, bref s'amuser ensemble au delà de nos âges et de nos différences »

Jeudi 10 octobre - Gâvres

De 14h30 à 15h30 - Foyer logements

Inscription auprès du Foyer logements de Gâvres : 02 97 82 55 26

ATELIER CUISINE

avec une diététicienne

Vendredi 11 octobre - Riantec

De 14h à 16h30 - Résidence intergénérationnelle, rue de la Pradène

Sur inscription auprès du CCAS de Riantec.

« AU COEUR D'UNE GOUTTE D'EAU »

Animation réalisée par l'Observatoire du plancton de Port-Louis.

Après une séance de pêche, vous découvrirez au microscope un « monde planctonique », le micro peuple de la goutte d'eau...

Samedi 12 octobre - Port-Louis

De 14h à 15h30

Sur inscription auprès du CCAS de Port-Louis.

Contacts



CCAS de Gâvres
02 97 82 46 55

CCAS de Locmiquélic
02 97 33 98 25

CCAS de Port-Louis
02 97 82 59 57

CCAS de Riantec
02 98 33 97 13