

LA SEMAINE BLEUE

SEMAINE
NATIONALE
DES RETRAITÉS
ET PERSONNES
ÂGÉES



Territoire Lesneven - Côte des Légendes

ENSEMBLE, BIEN DANS SON ÂGE, BIEN DANS SON TERRITOIRE

DU 4 AU 10 OCTOBRE 2021



La Semaine Bleue du 4 au 10 octobre 2021

Territoire Lesneven - Côte des Légendes

Lundi 4/10

à 14H

salle communale
de Kerlouan

Café Seniors

"Crise sanitaire : reprendre pied et se projeter vers demain."
par Solenn Kermarrec, neuropsychologue, association Brain Up.
Proposé par le collectif d'habitants "SVP" du Centre Socioculturel.

Mardi 5/10

à 14H30

Cinéma Even
Lesneven

Film : "Antoinette dans les Cévennes"

Comédie de Caroline Vignal. Séance gratuite réservée aux habitants de plus de 60 ans du territoire.
Réservation conseillée auprès de votre mairie ou du Centre Socioculturel.

Mercredi 6/10

Journée d'animation sur tout le territoire

Retrouver tout au long de la journée des animations gratuites pour découvrir ou redécouvrir des activités : Yoga, danse, réflexologie, détente en musique...

Programme
par ici



Jeudi 7/10

à 14H30

Cinéma Even
Lesneven

Conférence UTL

" Grande pandémie et autres épidémies : un voyage infernal à travers les siècles" par Claude Motta, Docteur en Biochimie.
Organisé par l'Université du Temps Libre "Kreiz Bro Léon".

Vendredi 8/10

de 10H à 12H

Kernilis, Lesneven
et Plouider

Ouvertures des médiathèques réservées aux retraités

Mais aussi : Bibliothèque de Kernilis : expo photos "D'Antan".
Médiathèque R. Pétilon de Lesneven : atelier de réflexologie des mains.
Médiathèque J. Verne de Plouider : expo photos "Bien Vieillir" de Denis Hascoet.

vendredi 8/10

à 14H

Salle Brocéliande
Ploudaniel

Pièce de théâtre "Vive la retraite"

Cie Casus Délire. Spectacle qui aborde avec humour, les problématiques auxquelles peuvent être confrontés les retraités. Ouverture des portes à 13h30. Réservation conseillée dans votre mairie ou au Centre Socioculturel.

Samedi 9/10

à 10H

Salle Bihan Poudec,
Plounéour-Tréz

Atelier "fabriquer ses produits cosmétiques"

Organisé par la CLCV. Prévoir d'apporter des flacons vides.
Inscription auprès de votre mairie ou du Centre Socioculturel.

Samedi 9/10

à 14H30

Cinéma Even
Lesneven

Film : "L'aventure des Marguerite"

Comédie de Pierre Coré. Séance gratuite réservée aux habitants de plus de 60 ans du territoire.
Réservation conseillée auprès de votre mairie ou du Centre Socioculturel.

Dimanche

10/10

à 14H

Départ salle
Kastell Mor,
Brignogan

Marche Bleue

Marcher ensemble et célébrer la contribution des retraités à la vie économique, culturelle et le rôle social qu'ils jouent dans notre société.

→ Petite boucle : 1h30 ou → Grande boucle : 2h30

Visite possible du musée des Coquillages, association Brigoudou.
Marche organisée par l'association des Korrigans, la commission sentier de Plounéour-Brignogan et le Centre Socio. Gratuit et ouvert à tous.
Vente de crêpes sur place par l'association Beva Er Vro.
Inscription auprès de votre mairie ou du Centre Socioculturel.

Animations du Mercredi 6 octobre 2021

Territoire Lesneven - Côte des Légendes

Séance de Yoga intergénérationnelle

10h00 - salle Brocéliande, Ploudaniel

Ouvert adultes et enfants dès 6 ans. Avec Virginie Kerlidou, animatrice Yoga.



Réflexologie Palmaire

10h30 - médiathèque de Lesneven

Ouverts adultes et enfants. Animé par Brigitte Millour, réfléxologue.



14h00 - Espace multifonction de St Frégant Danse Bretonne

Débutant ou expérimenté. Ouvert adultes et enfants dès 8ans.
Animé par Yvon Madec, association Evit Ar Vretoned.



Atelier crêpes

Apprendre à faire des crêpes au bilig. Animé par l'association Beva Er Vro.



Découverte de l'hypnose

14h00 - salle du conseil municipal du Folgoët

Animé par Valérie Le Vourch-Saliou, Praticienne en hypnose.



Tournois de domino intergénérationnel

14h00 - médiathèque R. Pétilion Lesneven

Ouvert adultes et enfants. Animé par l'association Ti Ar Vro.



Atelier de couture

14h00 - salle Louis Page Kernouës

Seul ou avec un enfant de plus de 8 ans. Animé par M.C. Kerdraon, couturière.



Relaxation sur fond musical

2 séances : 14h00 et 16h00 - salle polyvalente de Kernilis

Animé par Marie Hélène Le Vourc'h, animatrice bénévole.



Atelier de sophrologie

14h30 - salle des fêtes de St Méen

Animé par Isabelle Thomas, Sophrologue.



A travers chant, animation musicale

14h30 - salle de la mairie à Plouider

Animé par Valérie Congar, animatrice bénévole.



La Semaine Bleue du 4 au 10 octobre 2021

Territoire Lesneven - Côte des Légendes

INSCRIPTIONS CONSEILLÉES :

→ Dans votre mairie
uniquement sur le territoire Lesneven Côte des Légendes

OU

→ Au Centre Socioculturel Intercommunal du Pays de Lesneven
et de la Côte des Légendes, 2 rue des déportés à Lesneven.

Tél : 02 98 83 04 91.

Semaine d'animations organisée par :

