

LA Semaine BLEUE

DU 6 AU 10 OCT

OUVERT À TOUS LES SENIORS

CONFÉRENCE : « LA BRETAGNE SUD »

GYM & YOGA

APRÈS-MIDI FESTIF

RENCONTRE INTERGÉNÉRATIONNELLE

TEMPS D'ÉCHANGE AVEC LES ÉLUS

CASINO

PROGRAMME COMPLET
AU DOS



Lundi 6 octobre

10h : yoga sur chaise avec **Virginie** - *Sur inscription 14 places*

15h : Prévention contre la dépression chez les personnes âgées
avec **Adeline SEAUVEY**, psychologue

17h30 : Temps d'échanges avec les élus autour d'un apéritif convivial

Mardi 7 octobre

14h30 - 15h30 : Rencontre intergénérationnelle avec l'IME autour d'un spectacle de magie avec **Maurizio CECCHINI** au centre culturel, suivi d'un goûter

Mercredi 8 octobre

15h : Conférence Mr **FAGET** « La Bretagne Sud », organisée par l'UNRPA
suivi d'un goûter

Jeudi 9 octobre

9h30 - 10h30 : GYM - *Sur inscription 14 places*

10h45 - 11h45 : GYM avec **Hugo** - *Sur inscription 14 places*

14h30 : Après-midi festif à la salle culturelle Les Ruchères, animé par **Frédéric FORET**

Vendredi 10 octobre

10h30 : marche bleue active sur le parvis des Belleaunes avec **Virginie**

15h : ANIMATION CASINO avec **Patrik'anim**
Suivi d'un goûter