

du 2 au 8 octobre 2023

Vieillir ensemble une chance à cultiver !



Territoire Lesneven - Côte des Légendes

agence-bolivie.fr

La Semaine Bleue du 2 au 8 octobre 2023

**Du 2/10 au
8/10**

**3 sites de l'EHPAD
de Lesneven**

Exposition photos

Photos de Christian Jezequel. Portraits et scènes de vie des résidents des 3 sites de l'EHPAD de Lesneven. Photos faisant suite au projet "sourire à travers les âges" de la Cie Sumak. En entrée libre dans le hall des maisons de retraites tout au long de la semaine.

**Lundi 2/10
à 14H**

**salle Roger
Calvez à
Plouider**

Café Seniors

"Quel mode alimentaire après 60 ans ? Injonctions, recommandations, comment faire le tri ?" Avec l'intervention de Claire Vaugeois diététicienne à l'association Défi Santé Nutrition. Proposé par le collectif d'habitants "SVP" du Centre Socioculturel.



**Mardi 3/10
à 14H30**

**Cinéma Even
Lesneven**

Film : "La plus belle pour aller danser"

Comédie de Victoria Bedos (1h32).
Séance gratuite réservée aux habitants de plus de 60 ans du territoire. Suivi d'un goûter offert par le CCAS de Lesneven.



Mercredi 4/10

Journée d'animation sur tout le territoire

Animations intergénérationnelles gratuites pour un moment de partage et de convivialité.
Inscription auprès de votre mairie ou du Centre Socioculturel.

**Programme
par ici**



**Jeudi 5/10
à 14H00**

**Cinéma Even
Lesneven**

Conférence UTL

"Que nous apporte la vieillesse" proposé par Yann Marchand
Organisé par l'Université du Temps Libre "Kreiz Bro Léon".
Suivi d'un goûter offert par le CCAS de Lesneven.



**Vendredi 6/10
de 14h30 à**

16h30

**salle
polyvalente
de St Méen**

Conférence sur les bienfaits de l'activité physique

Pratiquer une activité physique régulière et adaptée vous aidera à vous maintenir en bonne santé et ainsi conserver votre autonomie ! Mélanie Mao de l'association Siel Bleu vous propose d'échanger sur les apports et les bénéfices de l'activité physique.

**Vendredi 6/10
à 20H30**

**À L'Arvorik
Lesneven**

Ciné Concert 4°Ouest

Ciné-concert à partir d'images d'archives de l'île de Sein. Dernière création d'empreinte vagabonde. Entrée gratuite pour les plus de 60 ans du territoire. Sur réservation auprès du CCAS de Lesneven.

**Samedi 7/10
à 14H30**

**Cinéma Even
Lesneven**

Film : "Un petit Miracle"

Comédie de Sophie Boudre (1h32).
Séance gratuite réservée aux habitants de plus de 60 ans du territoire. Suivi d'un goûter organisé par les jeunes du CMJ de Ploudaniel.



**Dimanche
8/10 à 14H**

**Départ de la Salle
Etienne Guilmoto
à Kerlouan**

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. 2 boucles : 4/5 km et 8/10 km.
Inscription auprès du Centre Socioculturel. Goûter offert.



LA SEMAINE BLEUE

Animations du mercredi 4 octobre 2023



Fabrication de produits d'entretien maison

14h30 - Salle de la mairie du Folgoët

Animé par la CLCV

Découverte de l'activité physique adaptée

14h30 - Salle de la mairie à Plouider

Suivi d'un goûter crêpes et fruits



Jeux de société Intergénérationnel

De 14h à 17h - Salle polyvalente de Kernilis

Suivi d'un goûter offert par le CCAS de Kernilis

Tournoi de dominos

14h00 - 3 sites des maisons de retraite de Lesneven

Organisé par : Le club des glycines de Lesneven, les 2 vallées à St Méen et le club des Lys au Folgoët. Inscription auprès des clubs.



Atelier cuisine intergénérationnel

De 13h45 à 16h30 - Au Centre Socioculturel

Moment de partage et convivialité (gâteaux, tarte aux pommes et crêpes) Avec le Conseil Municipal des Enfants de Lesneven.

Goûter Musical

16h00 - Salle commune de Poulbriant, Lesneven

Temps convivial autour de jeux et animations musicales. Organisé par la médiathèque René Pétillon de Lesneven



UnGoûter
PRESQUE
parfait

Un goûter presque parfait

14h30 - Marpa de Ploudaniel

Avec la Marpa et le Conseil Municipal des Jeunes de Ploudaniel

Territoire Lesneven - Côte des Légendes

La Semaine Bleue du 2 au 8 octobre 2023

Territoire Lesneven - Côte des Légendes

Inscriptions conseillées pour le mercredi et le dimanche :

- Auprès de votre mairie
- Ou au CCAS de Lesneven : 02.98.83.00.03
- Ou au Centre Socioculturel Intercommunal
2 rue des déportés à Lesneven
Tél : 02 98 83 04 91

*Accès PMR possible pour les séances de cinéma, sur demande.
Avec le soutien de l'ADMR.*

Semaine d'animations organisée par :

