



pour tous, toute la vie, partout

Lesneven, le 01/12/2023,

Objet : Programme des ateliers thématiques de Janvier à Juin 2024.

Madame, Monsieur,

La sympathique équipe des bénévoles de l'ADMR Lesneven Océane et l'animatrice sociale sont heureuses de vous informer des **ateliers mensuels** qu'elles organiseront pour le premier semestre de l'année 2024 (*ce programme est susceptible d'être modifié, vous retrouverez toutes les informations sur le bulletin d'inscription distribué chaque mois*).



Jeudi 1er février 2024

J'aime la galette à Ploudaniel



Jeudi 22 février

Crêpes party à Plouider



Mardi 26 mars

Danses du monde (seconde édition) à Saint Méen



Mardi 9 avril

Atelier avec les enfants de l'école primaire de Kernouès



Mardi 28 mai

Allons jouer à Loc Brévalaire



Jeudi 27 juin

Balade et jeux en bois au Folgoët

Nous vous proposerons également des **sorties sur le territoire** tous les mois en petit groupe avec notre minibus (visite, goûter, balade...)



Les ateliers et sorties sont organisés dans le respect des règles sanitaires en vigueur et à destination de tous les bénéficiaires des services de l'ADMR Lesneven-Océane. Un bulletin d'inscription vous sera communiqué avec votre planning par l'intermédiaire de votre intervenant à domicile et à retourner dûment rempli en antenne.

Vous pourrez vous faire accompagner par un de vos proches si vous le souhaitez. La **participation** à ces actions est **gratuite**, pour vous et votre proche.

L'animation sociale organise également tout au long de l'année des interventions santé en faveur de toutes les personnes âgées de plus de 60 ans : sophrologie (gestion du stress et qualité du sommeil), jeux de mémoire, activité physique adaptée, aide aux aidants (groupe de parole, nutrition) ....

Nous vous invitons à réserver ces dates sur vos calendriers. Nous vous espérons nombreux à ces moments de partage et de convivialité portés par une équipe de bénévoles enthousiastes.

Vous pouvez dès à présent vous rapprocher d'Hélène, l'animatrice sociale, pour obtenir des informations sur le déroulement de ces actions, par téléphone au **07.85.84.45.35** ou par courriel à [admrlo@29.admr.org](mailto:admrlo@29.admr.org).

Veillez agréer, Madame, Monsieur, nos salutations distinguées.

Le Directeur Général  
Xavier DAZA

---

**Association ADMR Lesneven - Océane**

2 Boulevard des frères Lumière  
29 260 Lesneven  
Tél.: 02.98.21.26.30  
Mél : [contact@29.admr.org](mailto:contact@29.admr.org)

SIRET n° 312 109 200 000 39  
Agrément n° 2012150-00023  
Code APE : 8810A  
<http://admrlesnevenoceane.admr.org>  
FB : ADMR Lesneven Océane

**Territoire d'intervention** : Bohars, Brest, Gouesnou, Goulven, Guilers, Guipavas, Guissény, Kerlouan, Kernilis, Kernouès, Lanarvily, Landerneau, Lanhouarneau, Lanneuffret, La Forest Landerneau, Le Drennec, Le Folgoët, Le Relecq-Kerhuon, Lesneven, Loc Brévalaire, Ploudaniel, Plouedern, Plouescat, Plouider, Plounéour-Brignogan-Plages, Plouénéventer, Plounévez-Lochrist, Plouzané, Saint Divy, Saint Frégant, Saint Méen, Saint Thonan, Tréfléz, Trégarantec, Trémaouézan.