

SEMAINE BLEUE

du 2 au 7 octobre

Viellir ensemble
une chance à
cultiver !



Séance individuelle de réflexologie

Lundi 2 octobre

Venez passez un moment de détente pour découvrir la réflexologie qui consiste à exercer des pressions sur le visage pour soulager des douleurs, améliorer le sommeil et réduire l'anxiété. Séance de 30 min de 9 h 30 à 17 h. Inscription auprès du C.C.A.S. - 02 98 37 37 05

Emilie Simon - Cabinet de réflexologie
2, rue Saint Valentin - Guilers

Lundi de la santé

Lundi 2 octobre – 14 h 30

Retransmission de la conférence : l'activité physique, une nécessité à tous les âges et situations de la vie. Avec le docteur Bernard Havaux, Olivier Rabin, et Anne Soizic Guion.



Guilhèque
16 rue Charles de Gaulle - Guilers

Goûter des sages

Lundi 2 octobre – 15 h 30

Le Foyer de Pen ar C'Hoat reçoit les aînés du Club Emeraude pour un temps d'échange autour d'un goûter. Réservé aux membres du Club.

Foyer De Pen ar C'Hoat
185 rue de Pen ar C'Hoat - Guilers

Mairie de Guilers - C.C.A.S. - 16, rue Charles de Gaulle - 02 98 37 37 05 - ccas@mairie-guilers.fr - www.mairie-guilers.fr

Sortie minibus

Mercredi 4 octobre – 13 h 45

Découvrez le jardin botanique de Saint-Renan. Inscription auprès du C.C.A.S. - 02 98 37 37 05.



Départ de la mairie en minibus
16 rue Charles de Gaulle - Guilers

Concours de pétanque intergénérationnel

Mercredi 4 octobre – 14 h

Tournoi suivi d'un goûter préparé par les jeunes dans leur caravane MAKITABILIG.



Boulodrome
Rue Edouard Manet - Guilers

Les aînés s'invitent à la cantine

Jeudi 5 octobre – 11 h 45

Les enfants de l'école Pauline Kergomard vous accueillent à leur table le temps d'un repas. Inscription en mairie au plus tard le lundi 2 octobre - 02 98 37 37 37 - Tarif : 6,55 €.

École Pauline Kergomard
13 Rue Edouard Manet - Guilers

Loto

Jeudi 5 octobre – 14 h

Le C.C.A.S. vous propose de passer un après-midi de détente autour d'un loto organisé en faveur des aînés de la commune avec de nombreux lots à gagner. 1 carte 3 €, 3 cartes 5 €, 7 cartes 10 €.

Salle Jean de Florette - Espace Marcel Pagnol
11, rue de Milizac - Guilers

Tréteaux chantants

Vendredi 6 octobre – 14 h

Sélection Guilers-Bohars animée par le Duo Medley. Inscriptions pour les chanteurs en mairie avant le 6 oct. (nombre de places limité). Distribution des billets d'entrée, en mairie, à partir du mardi 19 septembre dès 8 h 30.



Salle Jean de Florette - Espace Marcel Pagnol
11, rue de Milizac - Guilers

Repas des aînés

Samedi 7 octobre – 12 h

Repas animé par Horizon Guipavas et organisé par le C.C.A.S.. Réservé aux personnes de plus de 73 ans.

Inscription en mairie avant le 30 septembre - 02 98 37 37 37

Salle Jean de Florette - Espace Marcel Pagnol
11, rue de Milizac - Guilers

Possibilité de réserver
le minibus pour se
rendre sur place.