

Une semaine dédiée aux seniors!

La Semaine bleue c'est la semaine nationale dédiée aux retraités et personnes âgées. Elle constitue un moment privilégié pour informer et sensibiliser l'opinion sur la contribution des retraités à la vie économique, sociale et culturelle, sur les préoccupations et difficultés rencontrées par les personnes âgées.

Vendredi 6 octobre
14h45

Cinéma : « Otez-moi d'un doute »

*Le film a été tourné en grande partie
à Vannes et à Etel.*

Erwan, inébranlable démineur breton, perd soudain pied lorsqu'il apprend que son père n'est pas son père. Malgré toute la tendresse qu'il éprouve pour l'homme qui l'a élevé, Erwan enquête discrètement et retrouve son géniteur : Joseph, un vieil homme des plus attachants, pour qui il se prend d'affection. Comme un bonheur n'arrive jamais seul, Erwan croise en chemin l'insaisissable Anna, qu'il entreprend de séduire. Mais un jour qu'il rend visite à Joseph, Erwan réalise qu'Anna n'est rien de moins que sa demi-sœur. Une bombe d'autant plus difficile à désamorcer que son père d'adoption soupçonne désormais Erwan de lui cacher quelque chose...

Entrée : 4€ (dans la limite des places disponibles)

Lieu : nouveau cinéma,
12 boulevard de Bretagne
à La Roche-Bernard/Nivillac

Vous avez une question?

Pour vous inscrire :

- **Aquagym**

Inscription à l'Espace Autonomie Seniors
au 02 97 41 82 00
ou contact-eas@arcsudbretagne.fr

- **Atelier informatique**

« Découvrez les jeux gratuits sur Internet ! »
Inscription auprès d'Aurélien au 06 31 28 54 72
ou tic@arcsudbretagne.fr

- **Animation**

« Petits et grands jouons ensemble à ... ! »

Pour tout renseignement :
Mairie d'Arzal : 02 97 45 04 92
Mairie de Camoël : 02 99 90 00 76
Mairie de Péaule : 02 97 42 91 14

Pour tout complément d'information :

Espace Autonomie Seniors Sud-Est Morbihan
à Muzillac (siège) : 02 97 41 82 00 ou
contact-eas@arcsudbretagne.fr

En partenariat avec :

Arc Sud Bretagne, Camoël, Férel et Pénestin
L'accueil de loisirs de Nivillac
L'EHPA de Nivillac
La Résidence Autonomie Les Métairies
Le nouveau cinéma de La Roche-Bernard/Nivillac
Les Mairies et Clubs de l'Amitié du territoire
L'Espace Autonomie Seniors Sud-Est Morbihan
La Médiathèque de Férel
La Piscine des Métairies
La Résidence La Marinière
La Troupe de théâtre Clique à Claques
Le CCAS de Péaule

La semaine bleue

À tout âge faire société

Du 2 au 8 octobre

Demandez le
programme!



Près de chez vous, des activités festives et intergénérationnelles pour les séniors



Zoom sur ... « Petits et grands, jouons ensemble »
Cette année encore, la semaine bleue nous enjoint à faire société : le territoire joue le jeu et vous invite à vous réunir, petits et grands, autour de jeux de société classiques ou modernes ! Ne ratez pas ce rendez-vous durant cette semaine ludique, afin que chacun découvre et fasse découvrir ses jeux préférés.

Mardi 3 octobre à Arzal, 10h - 12h, salle socioculturelle

Mardi 3 octobre à Camoël, 14h – 16h, salle polyvalente

Mardi 3 octobre à Péaule, 13h30 – 16h30, salle polyvalente



Lundi 2 octobre 10h – 11h Tous à l'eau!

Bouger aide à entretenir sa santé et son moral, alors profitez d'une séance d'aquagym ! Gratuit, sur inscription auprès de l'EAS.

Lieu : Piscine des Métairies, rue de la piscine à Nivillac.



Lundi 2 octobre 15h – 16h30 atelier zen d'initiation aux techniques de relaxation de bien-être

Initiation à la respiration abdominale, réveil articulaire, étirements, initiation à l'auto-massage et relaxation avec massage sonore au bol de cristal – Réveil et discussion des ressentis autour d'une tisane – Prévoir tapis de sol et plaid – Possibilité de le faire assis – Groupe limité à 15 personnes. Gratuit, sur inscription auprès de l'EAS.

Lieu : salle polyvalente, rue du Stade à Marzan.



Mercredi 4 octobre 14h

Rencontre intergénérationnelle

Le temps d'un après-midi, les enfants de la commune rencontreront leurs aînés pour évoquer leurs parcours de vie, leurs souvenirs sous forme de jeux, puis ils prendront un goûter ensemble.

Les productions écrites seront ensuite exposées à la médiathèque.

Lieu : médiathèque, place de la Mairie à Férel.



Mercredi 4 octobre 14h30 – 16h30 Atelier gourmand

Les résidents de la résidence autonomie, de l'EHPAD de Nivillac et les enfants de l'ALSH réaliseront ensemble des gâteaux et des biscuits et les dégusteront ensuite à l'heure du goûter.

Lieu : EHPA, Résidence Autonomie, 4 allée Jean Baucherel à Nivillac.



Jeudi 5 octobre 14h30 – 17h

Atelier informatique

Grâce à cet atelier, l'outil informatique n'aura plus de secret pour vous, Aurélien se fera un plaisir de répondre à toutes vos interrogations ! Vous pouvez apporter votre propre matériel. Gratuit, sur inscription auprès d'Aurélien : 06 31 28 54 72.

Lieu : résidence service pour seniors La Marinière, rue Maréchal Joffre à Muzillac.



Jeudi 5 octobre 15h Humour « P'tit fermier »

Sur les planches, Jean-Claude Lécuyer, producteur laitier originaire de Treffendel, raconte des histoires sur la ruralité, marquées par un bon accent gallo et toujours au plus près de l'actualité. « Je me moque un peu, mais puisque c'est aussi mon univers, c'est permis », dit-il avec humour. Accompagné de son accordéon diatonique, il chante aussi des chansons traditionnelles mêlées à des chansons de son répertoire, invitant le public à les reprendre en cœur. Gratuit.

Lieu : salle Corail, rue du stade à Péaule.



Vendredi 6 octobre 14h45

Cinéma « Otez-moi d'un doute »

Résumé du film au dos de la plaquette.

Entrée : 4€ (dans la limite des places disponibles).

Lieu : nouveau cinéma, 12 bld de Bretagne à La Roche-Bernard/Nivillac.



Dimanche 8 octobre 15h

Théâtre « Je vais tout vous expliquer »

Comédie de boulevard de Martine Huet, jouée par les comédiens amateurs de Clique à Claques, la troupe de théâtre d'Ambon.

Cette comédie raconte l'histoire de Laurent Grovet, qui mène une vie tranquille à Paris depuis un an. Sa mère le harcèle régulièrement pour savoir s'il fréquente une jeune fille. Laurent finit par craquer et lui annonce qu'il a rencontré quelqu'un. Seulement, il va devoir assumer son mensonge car ses parents ont décidé de lui rendre visite sur le champ pour connaître l'heureuse élue... Entre situations comiques et quiproquos, fous rires garantis !

Entrée : 5€ (dans la limite des places disponibles)

Lieu : Espace du Lenn à Ambon (rue du Lenn).