

Les Cafés Seniors

Organisés par le Groupe

«**S**eniors, **V**ieillessement, **P**articipation»

Débat

Rencontre

Convivialité



Renseignements au 02.98.83.04.91

CENTRE
SOCIOCULTUREL
Intercommunal

Pays de Lesneven - Côte des Légendes

Défi santé nutrition



Des lieux où l'on "cause" du Vieillissement

Lundi 3 juin 2024 de 14h à 16h

Salle Paotr Tréouré à Plounéour-Brignognan-Plages
(derrière la mairie de Plounéour)

Je vieillis, quels sont mes droits en fonction de mes besoins ?

Services et aides financières, les démarches à faire...le CLIC répond à vos questions !

Avec Stéphanie Morel du CLIC Pays de Lesneven et des Abers



Lundi 30 septembre 2024 de 14h à 16h

Salle multifonction de St Frégant (derrière la mairie)

Conférence gesticulée : Bien bouger pour mieux vieillir !

Échangeons sur les intérêts du sport tout en pratiquant quelques exercices
(adaptés à chaque niveau)

Avec Mylène Le Stum, de l'association Défi Santé Nutrition

Vous avez des idées de thèmes pour les cafés séniors 2025 ?

N'hésitez pas à les noter ci-dessous et nous laisser ce coupon lors des prochaines animations !

.....

.....

.....