

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. en partenariat avec Guilers Entr'aide. 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.