

CONFERENCES – GRATUIT

Lundi 02/05 - 14h30

SECURITE ROUTIERE

« Révision code de la route »

Mise à jour des nouvelles règles de circulation pour conduire en toute sécurité le plus longtemps possible

COMBRIT

Salle Croas Ver

Mardi 03/05 - 14h30

MEDICAMENT

« Pour le bon usage du médicament »

Améliorer vos connaissances sur les questions liées à la prise de médicament.

LE FOLGOET

Salle Yves Bleunven

Vendredi 06/05 - 14h30

AUDITION

« De la prévention à la compensation : Restez à l'écoute de vos oreilles »

Une conférence pour comprendre le fonctionnement des oreilles, comment les protéger et que faire en cas de baisse de l'audition. Quels appareillages pour quel coût ? Animée par un audioprothésiste et un ergothérapeute.

PLONEVEZ-DU-FAOU

Espace Arveilh

Mercredi 11/05 - 14h30

SECURITE ROUTIERE

« Révision code de la route »

Mise à jour des nouvelles règles de circulation pour conduire en toute sécurité le plus longtemps possible

LOPHERET

Salle du Conseil de la mairie

Mardi 17/05 - 14h30

NUTRITION

« Pas de retraite pour la fourchette »

Marine, diététicienne de Défi Santé Nutrition, vous propose une conférence pour donner l'envie et le goût de cuisiner des plats favorables à votre santé.

PLOUGAR

Salle Hervé Grall

Mardi 17/05 - 14h30

SECURITE ROUTIERE

« Révision code de la route »

Mise à jour des nouvelles règles de circulation pour conduire en toute sécurité le plus longtemps possible

GUICLAN

Salle du Triskell

Lundi 23/05 - 14h30

SECURITE ROUTIERE

« Révision code de la route »

Mise à jour des nouvelles règles de circulation pour conduire en toute sécurité le plus longtemps possible

SAINT-YVI

Maison des Associations

Lundi 30/05 - 14h30

SECURITE ROUTIERE

« Révision code de la route »

Mise à jour des nouvelles règles de circulation pour conduire en toute sécurité le plus longtemps possible

PENMARC'H

Salle Cap Caval

MAI 2022

Soutenues par le Conseil Départemental du Finistère, l'Agence Régionale de Santé de Bretagne et « Pour Bien Vieillir Bretagne », toutes nos actions sont GRATUITES.

Pour tout renseignement complémentaire, adressez votre demande à : vas-y@ildys.org



INSCRIVEZ-VOUS A NOS ATELIERS – GRATUIT

INTITIATION A LA MARCHE BATONS

8 séances

De 9h30-11h00 : Vas-Y franko
De 11h00-12h : Vas-Y mollo

A partir du 03/05 - LANVEOC

● Mairie : 02.98.27.50.21

SORTIE NATURE

1 Séance – Lundi de 09h30 à 11h30

Balade et découverte de la faune et de la flore,
animée par Alexandre

Le 16/05 - PLOUNEOUR-MENEZ

● Alexandre: 06.74.15.01.72

MAI 2022

VAS-Y DECOUVRIR : LA MARTYRE

Circuit de 6 kilomètres

Echange et partage lors d'une marche sur un sentier
dans le secteur de La Martyre

Le 12/05 - LA MARTYRE

● Angélique : 06.19.23.11.50

VAS-Y DECOUVRIR : LOC-EGUINER

Circuit de 7 kilomètres

Echange et partage lors d'une marche sur le
secteur de Loc-Eguiner, circuit de la voie
ferrée

Le 19/05 – LOC-EGUINER PLOUDIRY

● Angélique : 06.19.23.11.50

BIEN-ETRE : UN MOMENT POUR SOI

3 Séances – Les vendredis

Angélique, esthéticienne vous propose un atelier
« bien-être » à travers la pratique de soins du visage
et du maquillage

Le 06/05 – PLOUZEVEDE

Salle Foyer Antoine Caill – 14h00-15h30

● Mairie : 02.98.69.98.18



Soutenues par le Conseil Départemental du Finistère, l'Agence Régionale de Santé de Bretagne et « Pour Bien Vieillir Bretagne », toutes nos actions sont GRATUITES.

Pour tout renseignement complémentaire, adressez votre demande à : vas-y@ildys.org

