

Une initiative territoriale pour le lien social des + de 60 ans

Cette initiative permet aux **personnes vivant à domicile** de participer à certaines **animations** proposées par les résidences et EHPAD du territoire.

Objectifs :

- Favoriser le lien social,
 - Encourager les rencontres et le partage,
- Ceci dans un esprit de convivialité et d'ouverture.

Mode d'emploi : Un planning dédié à chaque structure détaille les animations proposées. **L'inscription est obligatoire** et se fait directement auprès de la structure concernée.

Mobilité : le transport n'est pas assuré par les structures.

Janvier – Mars 2026



Résidence Les Jardins d'Arcadie

Ateliers gratuits !



Tous les mardis

Yoga 10h30



1 place

Tous les mardis

**Jeux de société
15h30**



2 places

Tous les dimanches

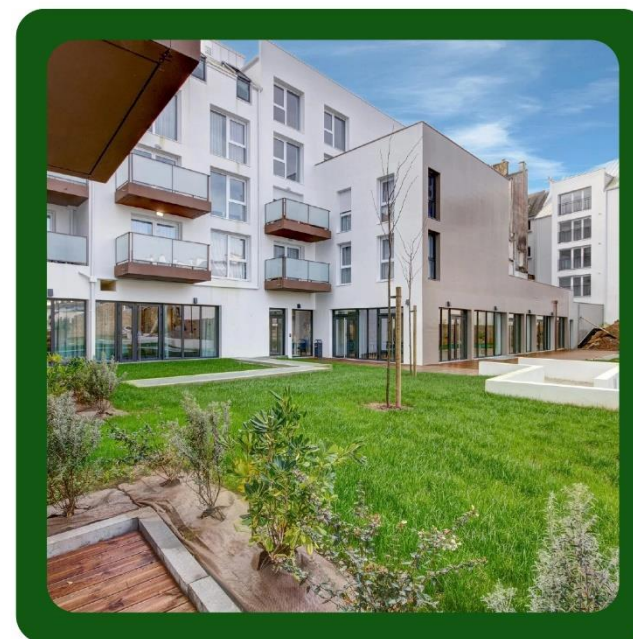
**Café Causette
15h30**



2 places



A réserver au préalable
par téléphone







**6 Boulevard Laennec,
56100 LORIENT**



02.97.87.70.53

Planning de janvier à mars 2026

	Lundi	Mardi	Mercredi
M A T I N	<p><u>10h45 -11h45 :</u> Jeux de Société</p>  <p>en salle à manger</p>		<p><u>10h30-11h30 :</u> Chant</p>  <p>à la résidence autonomie</p>
A P R E S - M I D I		<p><u>15h00 :</u> atelier équilibre (Ouvert à tous)</p>  <p>en salle à manger</p>	<p><u>15h00 :</u> LOTO</p>  <p>en salle à manger</p>

Résidence Les Tamaris

52 rue de kerjulaude

56100 Lorient



Inscription obligatoire:

02.97.37.37.86

Tous les ateliers sont gratuits

PLANNING JANVIER A MARS 2026

GRATUIT

COTE RESIDENCE

GYM DOUCE
LES MARDIS
10h30 - 11h30
2 places



CHANT
LES MARDIS
16h00 - 17h00
4 places



Kerlou'BAR
 VENDREDIS
Venez boire un verre
16h00 - 18h00



Atelier Mobilité
les jeudis
14h00 à 15h00
2 places



**Visite de
courtoisie**

1 mardi par mois



COTE ACCUEIL DE JOUR

Venez découvrir plusieurs
activités
Les mardis et Jeudis
14h15 à 15h15



*1 place par
jour*

INFORMATIONS PRATIQUES INSCRIPTION OBLIGATOIRE



2 rue de Cornouaille
56270 PLOEMEUR



02.97.86.17.00
kerloudan@vyv3.fr

**Résidence
Ter et Mer**
ÉTABLISSEMENT D'HÉBERGEMENT
POUR PERSONNES ÂGÉES.
GROUPE **vyv**



02 97 86 48 40
teretmer@vyv3.fr



18, chemin de la laiterie
56270 Ploemeur

Toutes les animations sont gratuites
(sauf la prestation Bien-Etre et le repas galettes)

PLANNING DE JANVIER A MARS 2026

Du lundi au vendredi	Lecture du journal " Café discut' " 10h30/11h45 2 places	
Tous les mardis	Gym douce 16h30/17h30 2 places	
les mardis: 3 février 3 mars	Repas "galettes" 11h45/13h30 2 places	
Les mardis : 20 janvier 17 février 10 mars	Atelier Bien-être 14h30/15h30 2 places	
Les mardis : 20 janvier 24 février 31 mars	L'art s'emporte(atelier artistique) 14h/15h30 1 place	
vendredi 30 janvier mardi 17 février vendredi 27 février vendredi 27 mars	Animation musicale 15h/17h 4 places	

RÉSIDENCE LES JARDINS D'ARCADIE



7 passage Marguerite Caudan
56100 LORIENT



02.97.32.91.80

Merci de réserver au préalable par téléphone



TOUS LES LUNDIS À 15H30

- Atelier peinture
- Quiz culture générale

2 PLACES

TOUS LES MERCREDIS À 15H 30

- Atelier lecture

2 PLACES



TOUS LES JEUDIS À 15H 30

- Belote - Tarot - Triominos

2 PLACES



LES ACTIVITÉS DE LA RÉSIDENCE

Mercredi

- **Gym Douce** à 10h30 (1h)
- **Atelier chant** à 15h (2eme et 4eme du mois)

Jeudi

- **Yoga** à 10h45 (1h)

Vendredi

- **Atelier équilibre** à 10h30 (1h)

Samedi

- **Sophrologie** à 15h (1er et 3eme du mois)



Résidence Le Jardin d'Eole
7 rue Anatone France
56600 LANESTER
02.97.80.25.00
Ouvert 7j/7