

## 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



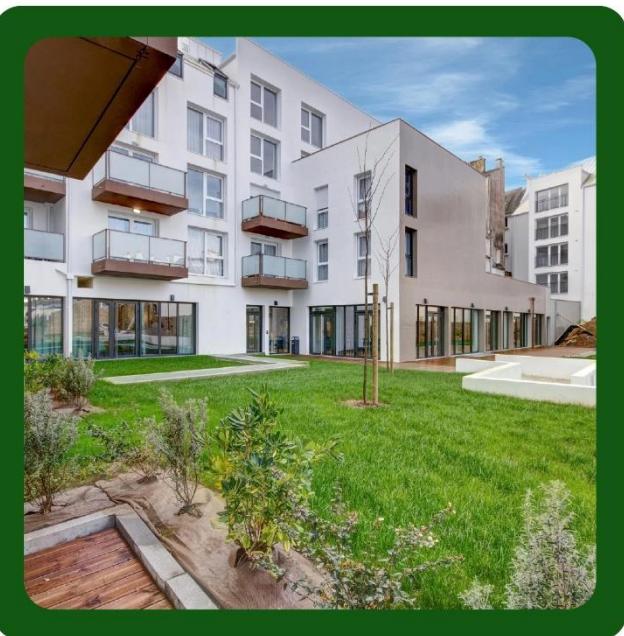
2 places

Tous les dimanches

Café Cauvette  
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
MATIN	<u>10h45 -11h45 :</u> <b>Jeux de Société</b>  en salle à manger		<u>10h30-11h30 :</u> <b>Chant</b>  à la résidence autonomie
APRES-MIDI		<u>15h00 :</u> <b>atelier équilibre (Ouvert à tous)</b>  en salle à manger	<u>15h00 :</u> <b>LOTO</b>  en salle à manger

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



### COTE ACCUEIL DE JOUR

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



*1 place par  
jour*

### COTE CRT ANC'R'AGE

**Atelier Mobilité**  
les jeudis  
14h00 à 15h00  
**2 places**



**Visite de  
courtoisie**  
1 mardi par mois



## 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](mailto: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: <i>3 février</i> <i>3 mars</i>	Repas "galettes" 11h45/13h30 2 places
Les mardis : <i>20 janvier</i> <i>17 février</i> <i>10 mars</i>	Atelier Bien-être 14h30/15h30 2 places
Les mardis : <i>20 janvier</i> <i>24 février</i> <i>31 mars</i>	L'art s'emporte(atelier artistique) 14h/15H30 1 place
<i>vendredi 30 janvier</i> <i>mardi 17 février</i> <i>vendredi 27 février</i> <i>vendredi 27 mars</i>	Animation musicale 15h/ 17h 4 places

# RÉSIDENCE LES JARDINS D'ARCADIE



Résidences pour nouveaux seniors



7 passage Marguerite Caudan  
56100 LORIENT



02.97.32.91.80

*Merci de réserver au préalable par téléphone*



ATELIERS  
GRATUITS

**TOUS LES LUNDIS À 15H30**

- Atelier peinture
- Quiz culture générale

2 PLACES

**TOUS LES MERCREDIS  
À 15H 30**

- Atelier lecture

2 PLACES



ATELIERS  
GRATUITS



ATELIERS  
GRATUITS

**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 Anatole France  
56600 LANESTER  
02.97.80.25.00  
Ouvert 7j/7