

# 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](mailto: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](mailto:vas-y@ildys.org)

