

LA SEMAINE BLEUE

SEMAINE NATIONALE DES RETRAITÉS ET PERSONNES ÂGÉES

À BREST

À TOUT ÂGE :

FAIRE SOCIÉTÉ



du 2 au 8 octobre 2017

ATELIERS • ANIMATIONS • CONFÉRENCES • PORTES OUVERTES • EXPOSITIONS



TOUTES LES INFOS SUR WWW.BREST.FR



MERCREDI 27 SEPTEMBRE

► CONFÉRENCE LE QUARTZ : 60 rue du Château

TOUT PUBLIC • GRATUIT / OUVERT À TOUS ET
TOUTES SUR INSCRIPTION • DE 19H30 À 21H30

Bus : lignes 1, 3, 4, 5 - arrêt Liberté  

Tramway : station Liberté

Inscription : site du club prévention santé

<https://club-prevention-sante.fr/>

LES MYSTÈRES DE LA MÉMOIRE

Organisée par le Club prévention santé,
Harmonie mutuelle et la ville de Brest.

Conférence-débat animée par le médecin

Michel Cymes et des professionnels locaux.

LUNDI 2 OCTOBRE

► ATELIER QUATRE-MOULINS

LA SALLE : 23 rue de la porte (Recouvrance)

PUBLIC : SENIORS • TARIF : 5 €

DE 11H À 12H

YOGA ADAPTÉ Organisé par Yoga da viken.

Découverte du yoga adapté à un public
senior (1h d'activité).

Bus : ligne 1 - arrêt Recouvrance 

Tramway : station Recouvrance

Inscription :

yogadaviken@gmail.com - 06 32 40 72 29

► ANIMATION SAINT-MARC

FOYER LAÏQUE DE SAINT-MARC :

12 rue du D^r Floch


PUBLIC : SENIORS • GRATUIT / ENTRÉE LIBRE

DE 14H À 17H

DÉCOUVERTE DE L'ACTIVITÉ TAROT

Organisée par le foyer laïque de Saint-Marc.

Découverte de l'activité tarot nouvellement
proposée par le foyer laïque.

Bus : 

lignes 8, 11, 14 - arrêt route de Quimper

Inscription :

auprès du foyer laïque - 02 98 02 14 80

Possibilité durant toute la semaine de découvrir
les différentes activités de l'équipement.

 Accès PMR  Boucle magnétique

► CONFÉRENCE / ATELIER SAINT-MARC

RÉSIDENCE DE POUL AR BACHET :

30 rue Louis Pidoux

TOUT PUBLIC • GRATUIT / ENTRÉE LIBRE

DE 14H30 À 16H

DÉCOUVERTE DU PARCOURS D'ACTIVITÉ SANTÉ SENIORS DE POUL AR BACHET

Organisée par la résidence autonomie
de Poul ar Bachet et le CCAS.

Inauguration du parcours d'activité santé
seniors de la résidence de Poul ar Bachet
qui vise à promouvoir les activités phy-
siques adaptées auprès des personnes
âgées. Une conférence sur les bienfaits
de l'activité physique chez les seniors
sera animée par le D^r Tregaro suivie
d'une séance découverte du parcours
avec un animateur sportif.

Bus : ligne 3 - arrêt Poul ar Bachet  

► ANIMATION LAMBÉZELLEC

RÉSIDENCE MER IROISE :
12 rue Jeanbon Saint-André

TOUT PUBLIC • GRATUIT/ENTRÉE LIBRE • 15H

CONCERT DE PIANO

Organisée par la résidence Mer Iroise.

Spectacle de piano classique, *Morceaux choisis par l'artiste* avec Gildas Rousseau.

Bus : ligne 7 - arrêt Blum



► CONFÉRENCE DÉBAT LAMBÉZELLEC

UDAF : Rue Gaston Planté à Gouesnou

TOUT PUBLIC • GRATUIT/ENTRÉE LIBRE • 20H30

LA VIEILLESSE EXISTE-T-ELLE ?

Organisée par Parentel - Service Parent'âge.
Conférence-débat animée par le Professeur Philippe Gutton, psychiatre et psychanalyste et président de l'association *Old'up*.

Bus : ligne 28 - arrêt Lacrosse
Tramway : station Kergaradec



MARDI 3 OCTOBRE

► PORTES OUVERTES / ATELIER SAINT-MARC

FOYER LAÏQUE DE SAINT-MARC : 12 rue du D^r Floch

PUBLIC : SENIORS • GRATUIT/ENTRÉE LIBRE
DE 10H15 À 11H30

ATELIER MULTIMEDIA

Organisé par le foyer laïque de Saint-Marc.

Atelier pour apprendre ou approfondir ses connaissances numériques à partir des besoins de chacune et chacun.

Bus : lignes 8, 11, 14 - arrêt route de Quimper



Inscription :

auprès du foyer laïque - 02 98 02 14 80
Possibilité durant toute la semaine de découvrir les différentes activités de l'équipement.

► ATELIER CENTRE-VILLE

RÉSIDENCE PROUDHON : 1 rue de Proudhon

PUBLIC : PERSONNES PROPRIÉTAIRES DE LEUR LOGEMENT • GRATUIT/ENTRÉE LIBRE
DE 14H À 16H

ÊTRE BIEN CHEZ SOI Organisé par SOLIHA.

Atelier ludique de conseils et d'astuces pour un logement pratique et confortable avec l'avancée en âge.

Tramway : station Saint Martin



► ATELIER SAINT-MARC

MAIRIE DE QUARTIER DE SAINT-MARC

PUBLIC : SENIORS • GRATUIT/ENTRÉE LIBRE
DE 14H À 16H

GARDER SON ÉQUILIBRE

Organisé par le CLIC et la Fédération Sports pour tous / EPGV / Siel bleu.

Venez tester votre équilibre autour d'un parcours animé par des professionnels et bénéficiez de conseils pour éviter les chutes. Possibilité de s'inscrire aux prochaines sessions d'ateliers de prévention des chutes (12 séances).



Bus : l. 3 - arrêt Saint-Marc - l. 8, 11, 14 - arrêt Floch

► ANIMATION BELLEVUE

RÉSIDENCE KERDIGEMER : 19 avenue de Tarente

TOUT PUBLIC • GRATUIT/ENTRÉE LIBRE
DE 14H À 17H

À VOUS DE JOUER !

Organisée par la maison de quartier de Bellevue et la résidence Kerdigemer.

Après-midi jeux avec les résidentes et résidents de l'EHPAD de Kerdigemer et la maison de quartier de Bellevue.

Bus : ligne 1 - arrêt Tarente



MERCREDI 4 OCTOBRE

▶ ANIMATION QUATRE-MOULINS

RÉSIDENCE LOUISE LE ROUX :
20 rue de Maissin

TOUT PUBLIC • GRATUIT/ENTRÉE LIBRE
DE 14H30 À 16H

À LA DÉCOUVERTE DES PRODUCTIONS ARTISTIQUES DES RÉSIDENT.E.S

Organisée par la résidence Louise Le Roux.

Présentation des actions réalisées avec les résidentes et résidents en collaboration avec les écoles Vauban et Petit-Paris, le centre d'art Passerelle, l'association Les fibrophiles... Une prestation de chants, des visionnages vidéo, une exposition des œuvres des résident.e.s sont à découvrir.

Tramway : station Les Capucins



▶ ATELIER SAINT-PIERRE

PATRONAGE LAÏQUE DE LA CAVALE BLANCHE :
10 rue Hegel

PUBLIC : SENIORS ET ENFANTS
ENTRÉE LIBRE
DE 15H À 17H

LE CAVAL'GOÛTER

Organisé par le patronage laïque de la Cavale Blanche.

Atelier intergénérationnel autour de la création d'un goûter (smoothies, brochettes de fruits, gâteaux) pour les personnes âgées du quartier et les enfants de l'accueil de loisirs.

Bus : ligne 4 - arrêt Warspité



Sur inscription :

auprès du patronage laïque - 02 98 45 86 43

▶ ATELIER CENTRE-VILLE

OFFICE DES RETRAITÉS DE BREST :
12-14 rue Fautras

PUBLIC : SENIORS • GRATUIT/SUR INSCRIPTION
DE 15H À 17H

PILOTAGE SUR SIMULATEUR DE VOL

Organisée par l'Office des retraités de Brest.

Séance découverte de pilotage sur simulateur de vol animé par des bénévoles de l'ORB.

Tramway : station Siam



Sur inscription :

auprès de l'ORB - 02 98 80 30 03

▶ ATELIER LAMBÉZELLEC

CENTRE SOCIAL LES AMARRES À KEREDERN :
4 rue André Messager

TOUT PUBLIC • GRATUIT/ENTRÉE LIBRE
DE 14H À 15H30

ATELIER TRANSPORT ET MOBILITÉ

Organisé par BIBUS.

Atelier d'information et d'échange sur l'utilisation des transports en commun (bus, tramway, ACCEMO, navettes marché...) suivi d'un temps d'échanges personnalisés.

Bus : ligne 3 - arrêt Grétry



► ANIMATION

ACCUEIL EN GARE DE BREST

TOUT PUBLIC • TARIF : 18 €
GRATUIT POUR LES ENFANTS DE MOINS DE 12 ANS
DE 10H45 À 17H

SORTIE « CULTURE ET MOBILITÉ » À MORLAIX

Organisée par le Collectif *Un avenir après le travail* de Brest et la SNCF.

Visite et présentation du site de la Gare de Brest suivies d'une sortie à Morlaix avec trajet en train et découverte du patrimoine culturel de la ville (exposition temporaire de Rodin et de la maison à Pondalez).

Sur inscription : auprès du Service d'accompagnement à la vie sociale - Association les Genêts d'Or - 07 78 41 30 36

► CAFÉ DISCUT' LAMBÉZELLEC

RÉSIDENCE ORPEA - LE LYS BLANC :
134 rue de Kermaria

ENTRÉE LIBRE : RESIDENT.E.S, FAMILLES,
PUBLIC EXTÉRIEUR • GRATUIT
DE 14H30 À 17H

À LA CROISÉE DES SAVOIRS : ENTRE HIER ET AUJOURD'HUI

Organisé par la résidence Le Lys Blanc.

Temps d'échange convivial avec les résidentes et résidents de l'EHPAD et les personnes extérieures afin de partager les savoirs de chacune et chacun autour de différents thèmes : le Brest d'hier et d'aujourd'hui, le quotidien (la cuisine, les nouvelles technologies...), les loisirs, ...

Bus : ligne 12 - arrêt Kermaria



► PORTES OUVERTES SAINT-PIERRE

MAISON POUR TOUS DE SAINT-PIERRE :
25 rue Victor Eusen

PUBLIC : SENIORS • GRATUIT
DE 13H30 À 17H

DÉCOUVERTE DU CLUB DES AÎNÉS DE LA MPT DE SAINT-PIERRE

Organisée par la maison pour tous de Saint-Pierre et le réseau Voisin'âge.

Après-midi de découverte du club autour de jeux de société et d'un goûter partagé.

Bus : lignes 1 et 41 - arrêt Saint-Pierre
Possibilité d'être accompagné par le réseau Voisin'âge :
contact MPT de Saint-Pierre - 02 98 45 10 92



► TEMPS D'ÉCHANGE ET DE DÉCOUVERTE

SAINT-PIERRE

EHPAD DU PONANT : 26 rue Mathurin Méheut

TOUT PUBLIC • GRATUIT/ENTRÉE LIBRE
DE 15H À 16H30

JEUDIS DES SENIORS ABÉCÉDAIRE DU PARLER DE L'ARSENAL DE BREST

Organisé par le CLIC.

Auteur du livre *Abécédaire du parler de l'arsenal de Brest*, Gérard Cabon, retraité de l'arsenal animera ce temps d'échange afin de vous faire découvrir les expressions typiques de ce lieu si atypique.

Bus : ligne 4 - arrêt Tallinn
Tramway : station Vali-Hir



VENDREDI 6 OCTOBRE

▶ ANIMATION QUATRE-MOULINS


ESPACE DE QUELIVERZAN :
80 bis rue du Général Gallieni

PUBLIC : SENIORS • TARIF : 2 €
DE 14H À 17H

KARAOKÉ « QUELI EN CHANSONS »

Organisé par la maison pour tous du Valy-Hir et le réseau Voisin'âge.

Après-midi Karaoke animé par les bénévoles du réseau Voisin'âge suivi d'un moment convivial autour d'un goûter partagé.

Bus : ligne 4 - arrêt Les Capucins 
Tramway : station Les Capucins
Possibilité d'être accompagné par le réseau Voisin'âge :
contact MPT du Valy Hir : 02 98 45 10 95

▶ ANIMATION SAINT-MARC

MÉDIATHÈQUE DE SAINT-MARC :
Place Vinet

PUBLIC : ADULTES • GRATUIT
ENTRÉE LIBRE
DE 15H30 À 17H15

BOUQUIN'ÂGE

Organisée par la médiathèque de Saint-Marc.

Lectures d'extraits de romans autour d'une thématique, échanges avec le public suivi d'un goûter. Animation réalisée par les bibliothécaires.

Bus : ligne 3 - arrêt Saint-Marc 
lignes 8, 11, 14 - arrêt Floch

▶ PORTES OUVERTES QUATRE-MOULINS

RÉSIDENCE ANTOINE SALAÛN :
20 rue de Maissin


PUBLIC : PERSONNES ÂGÉES, FAMILLES,
PERSONNES SOUHAITANT DES INFORMATIONS
SUR L'HÉBERGEMENT TEMPORAIRE.

GRATUIT / ENTRÉE LIBRE
DE 10H À 12H ET DE 14H À 17H

JOURNÉE DE DÉCOUVERTE ET D'ÉCHANGE À LA RÉSIDENCE ANTOINE SALAÛN

Organisée par la résidence Antoine Salaün.

Tout au long de la journée, des ateliers de présentation, des rencontres et des visites seront organisés afin de faire connaître ce lieu de vie accueillant du public âgé de manière temporaire.

Tramway : station Les Capucins 
Sur inscription : avant le 28 septembre
par téléphone auprès de la résidence
02 98 05 64 00

▶ ANIMATION QUATRE-MOULINS

ATELIER DES CAPUCINS

PUBLIC : SENIORS • GRATUIT
DE 14H À 17H

FLÂNERIE URBAINE EN BRETON

Organisée par l'Office des retraités de Brest.
Animée par un bénévole de l'ORB, la flânerie se déroulera autour du bâtiment des Capucins, vue sur l'arsenal avec un compte-rendu historique sur les ponts, la consulaire, la cloche de Napoléon...
Le rendez-vous se fera devant la station téléphérique Jean Moulin.

Tramway : station Jean Moulin 
Sur inscription :
auprès de l'ORB - 02 98 80 30 03

 Accès PMR  Boucle magnétique

SAMEDI 7 OCTOBRE

► ANIMATION SAINT-PIERRE

EHPAD DU PONANT : 26 rue Mathurin Méheut

TOUT PUBLIC • GRATUIT / ENTRÉE LIBRE
DE 11H À 18H

DES JEUX POUR FAIRE SOCIÉTÉ

Organisée par l'EHPAD du Ponant.
Journée intergénérationnelle au sein de la résidence en présence des enfants du quartier autour de jeux de société, de grands jeux en bois et d'une mini-kermesse.

Bus : ligne 4 - arrêt Tallinn
Tramway : station Vali-Hir



► CONFÉRENCE LAMBÉZELLEC

RÉSIDENCE MER IROISE :
12 rue Jeanbon Saint-André

TOUT PUBLIC • GRATUIT / ENTRÉE LIBRE
15H

LA SOCIÉTÉ AGRICOLE EN BRETAGNE AU 19^E SIÈCLE

Organisée par la résidence Mer Iroise.
Conférence animée par l'universitaire et historien Frédéric Mallegol.

Bus : ligne 7 - arrêt Blum



► CONFÉRENCE SAINT-MARC

RÉSIDENCE AUTONOMIE DE POUL AR BACHET :
30 rue Louis Pidoux

PUBLIC : MEMBRES DU CONSEIL DE VIE SOCIALE / TOUT PUBLIC
GRATUIT / ENTRÉE LIBRE
DE 14H À 17H

DÉCOUVERTE DES CONSEILS DE VIE SOCIALE

Organisée par l'association *Bien vieillir ensemble* du Finistère.

Temps d'informations et d'échanges sur le rôle et le fonctionnement des conseils de vie sociale au sein des résidences de personnes âgées.

Bus : ligne 3 - arrêt Poul ar Bachet



DIMANCHE 8

► ANIMATION QUATRE-MOULINS

MPT DU VALY-HIR : 1 rue des frères Goncourt

PUBLIC : SENIORS • TARIF : 3€ OU 5 € (SELON QF)
DE 14H À 18H

THÉ DANSANT

Organisé par la maison pour tous du Valy-Hir et le réseau Voisin'âge.

Thé dansant suivi d'un moment convivial autour d'un goûter partagé.

Bus : ligne 4 - arrêt Vali-Hir
Tramway : station Vali-Hir
Possibilité d'être accompagné par le réseau Voisin'âge :

contact MPT du Valy Hir : 02 98 45 10 95



TOUTE LA SEMAINE

► EXPOSITION LAMBÉZELLEC

CENTRE SOCIAL LES AMARRES À KEREDERN :
4 rue André Messager

TOUT PUBLIC • GRATUIT / ENTRÉE LIBRE

DU LUNDI AU VENDREDI :

DE 8H30 À 12H ET DE 13H30 À 18H

« J'AI 10 ANS ! »

Organisée par le centre social Les Amarres - Keredern

Exposition sonore et photographique réalisée par des enfants et des personnes âgées du quartier de Keredern autour du recueil de souvenirs.

Bus : ligne 3 - arrêt Grétry



► EXPOSITION CENTRE-VILLE

OFFICE DES RETRAITÉS DE BREST :
12-14 rue Fautras

TOUT PUBLIC • GRATUIT / ENTRÉE LIBRE

LUNDI : 13H30 • 17H

DU MARDI AU VENDREDI :

DE 9H À 12H ET DE 13H30 À 17H

DE PÉRIL EN CHEFS-D'ŒUVRE

Organisée par l'Office des retraités de Brest.

Exposition d'œuvres réalisées par les participantes et participants et bénévoles de l'atelier d'insertion *Roul'âge* à partir de matériaux de récupération (appareils électroménagers, vélos, anciennes machines à coudre...)

Tramway : station Siam



PLUS D'INFORMATIONS

CLIC de Brest

02 98 33 21 66

antenne-clic@ccas-brest.fr

www.brest.fr

