

Vieillir
une force
à partager



Kozhañ
un nerzh da
zegas d'ar re all !



Programme proposé par le Clic
du 30 septembre au 21 octobre 2025

Ur programm savet gant ar c'hKLTk
Eus an 30 a viz Gwengolo d'an 21 a viz Here 2025

RÉUNION D'INFORMATION EMVOD KELAQUIÑ

Seniors :
Quelles solutions pour se loger ?

Public :
Seniors et proches aidants

LECTURE PUBLIQUE DU LIVRE DE L'EHPAD COAT KERHUEL «VIVANT ET RÉSILIENT» LENN FORAN «VIVANT ET RÉSILIENT» AL LEVR SKRIVET EN AHDOD KOAD KERUHEL

Les résidents, leurs familles et le personnel de l'EHPAD avec l'aide d'un écrivain public, Michel Suzzarini, ont co-écrit un livre pour exprimer leurs ressentis suite à l'incendie qu'a connu l'EHPAD en juin 2022.

Ouvert à tous



**Mardi 30 septembre
de 14h30 à 16h30**
MPT Ergué-Armel
16 avenue Georges-Pompidou
à Quimper



**Jeudi 2 octobre
18 h**
L'Athéna
Croas Spenn
à Ergué-Gabéric

THÉ DANSANT TE DAÑSAL

Animé par Stéphane Jégu
Entrée 10€, collation incluse.

Ouvert à tous

Inscription sur :
- www.quimperplus.bzh
- 02 98 64 51 00
- sur place



**Dimanche 5 octobre
de 14h à 18h**
Espace Dan ar Braz
à Quimper



RÉUNION D'INFORMATION EMVOD KELAQUIÑ

Seniors :
Quelles solutions pour se loger ?

Public :
Seniors et proches aidants

**Mardi 7 octobre
de 14h30 à 16h30**
Salle Ti Kreis
Croas Spenn
à Ergué-Gabéric

BAL INTER EHPAD **BAL ETRE AN AHDODOÙ**

Un après-midi au rythme de la musique et de la convivialité.

Résidents des EHPAD partenaires

ATELIER DE DÉCOUVERTE **DE LA DANSE DU SENSIBLE** **ATALIER DA ZIZOLEIÑ DAÑS AR SANTOUT**

Les mouvements sont réalisés en partie sur chaise dans une lenteur relâchée et une attention aux sensations, tournée vers l'instant.

C'est une danse qui ressource, apaise et nourrit les besoins de mouvement et d'expression du corps, au bénéfice du bien-être global de la personne.

Seniors

Inscription :
sur le site du conservatoire :
<https://conservatoire.quimper.bzh>



Mardi 7 octobre
de 14h30 à 16h30

Résidence du Steir
1 rue de Landibilic
à Plogonnec



Mardi 7 octobre
de 14h30 à 15h30
ou de 15h30 à 16h30

Résidence Le roi Gradlon
1 rue de Touraine
à Quimper

QUIZZ INTER EHPAD **KWIZ ETRE AN AHDODOÙ**

Des questions pour s'amuser et tester ses connaissances.

Résidents des EHPAD partenaires

MARCHE BLEUE **TRO-VALE C'HLAS**

Balade ou randonnée, à vous de choisir votre distance :
boucle de 3 km ou de 6,5 km.

Ouvert à tous



Mercredi 8 octobre
de 14h30 à 16h30

Résidence Ker Radeneg
20 rue Claude-Dervenn
à Quimper



Mercredi 8 octobre
départ à 14h

Maison de quartier
du Moulin Vert
47 chemin de Prateyer
à Quimper

APREM'JEUX **ABARDAEVEZH C'HOARIOÙ**

Jeux en bois, jeux de société.

Résidents des EHPAD partenaires

JEUX DE SOCIÉTÉ **C'HOARIOÙ STROLL**

Une après-midi conviviale pour découvrir ou redécouvrir des jeux de plateau.

Seniors

Inscription :
auprès de la Maison de Quartier du Moulin Vert
au 02 98 55 79 79 / diane.mqmv@yahoo.com



Mercredi 8 octobre
de 14h30 à 16h30
Résidence Ty Gwenn
3 Hent Kergoff
à Plomelin



Jeudi 9 octobre
de 14h à 17h
Maison de quartier
du Moulin Vert
47 chemin de Prateyer
à Quimper

RÉUNION D'INFORMATION **EMVOD KELAOUÏÑ**

Seniors :
Quelles solutions pour se loger ?

Public : Seniors et proches aidants

ATELIER DE DÉCOUVERTE **DE LA DANSE DU SENSIBLE** **ATALIER DA ZIZOLEIÑ DAÑS AR SANTOUT**

Les mouvements sont réalisés en partie sur chaise dans une lenteur relâchée et une attention aux sensations, tournée vers l'instant.

C'est une danse qui ressource, apaise et nourrit les besoins de mouvement et d'expression du corps, au bénéfice du bien-être global de la personne.

Proches aidants et professionnels
du secteur médico-social

Inscription :
sur le site du conservatoire :
<https://conservatoire.quimper.bzh>



Jeudi 9 octobre
de 10h à 12h
Espace Salvador-Allende
rue de la Villemarqué
à Pluguffan



Jeudi 9 octobre
de 9h30 à 11h30
Conservatoire de musique et
d'art dramatique
Salle de théâtre
5-7 rue des Doutes
à Quimper

ATELIER DE DANSE ADAPTÉE

ATALIER DAÑSAL EVIT AR RE GOZH

Cet atelier permet, au travers de mouvements dansés, de prendre conscience de son corps, de se relaxer, de travailler sur sa posture et son équilibre.

Inscription auprès de Sabine Hutareck,
chargée de mission habitat inclusif au CCAS de Quimper
06 17 52 46 68 / sabine.hutareck@quimper.bzh

APREM'JEUX

ABARDAEVEZH C'HOARIOÙ

Jeux en bois, jeux de société.

Ouvert à tous



Vendredi 10 octobre
de 10h30 à 12h

Pôle culturel Max-Jacob
Les ateliers du jardin
4 boulevard Duplex
à Quimper



Samedi 11 octobre
de 14 h à 17h

Maison de l'enfance
Ludothèque
Rue Menez Izella à Pluguffan

ATELIER RADIO

ATALIER RADIO

Rencontres au repair café de la MPT de Kerfeunteun : la fabrique du vieillir

Cette année 2025 nous invite à communiquer sur la vieillesse comme une force « Vieillir, une force à partager ».

Un atelier radio intergénérationnel avec le repair café de la MPT de Kerfeunteun pour parler d'engagement, de vieillesse, de transmission et surtout du vivre ensemble. Un atelier radio, pour partager nos expériences, nos savoir-faire, nos inventivités et pour parler de ce qui anime, donne du sens quand on vieillit...

Au final, une émission radio pour interroger nos représentations de la vieillesse, donner à entendre une réflexion partagée sur ce que c'est vieillir.

Ouvert à tous



Samedi 11 octobre
de 15h à 17h

MPT de Kerfeunteun
4 rue Pierre-Teilhard-
de-Chardin
à Quimper

LES ABEILLES SOLIDAIRES AR GWENAN KENGRET

Tous les mardis autour d'un café et d'un goûter, rigolade, rencontres et solidarité.

Seniors

Inscription :
Après du Centre social Abeilles
02 98 55 33 13

RÉUNION D'INFORMATION

Seniors : Quelles solutions pour se loger ?

Public :

Seniors et proches aidants



Mardi 14 octobre
de 14h30 à 17h30

Centre social Les Abeilles
4, rue Sergent-Le Flao
à Quimper



Jeudi 16 octobre
de 14h30 à 16h30

MPT de Kerfeunteun
4 rue Pierre-Teilhard-
de-Chardin
à Quimper

LES OLYMPIADES OLIMPIADENNOÙ

Rencontre entre équipes intergénérationnelles mêlant esprit d'équipe et de compétition.

Résidents des EHPAD partenaires
Centres de loisirs partenaires
Adhérents de l'ARPAQ



Mardi 21 octobre
de 14h à 17h

Complexe Ti an dourigou
57 rue Laënnec
à Plonéis



CLIC DE QUIMPER BRETAGNE OCCIDENTALE - CIAS

02 98 64 51 01

clic.quimper-agglo@quimper.bzh

À Quimper au CIAS, 8 rue Verdelet
du lundi au vendredi
de 9h à 12h sans rendez-vous
de 14h à 17h sur rendez-vous

À Brieç à Ty Glazik, place de Ruthin
les lundis de 9h à 12h sur rendez-vous
les vendredis de 9h à 12h sans rendez-vous

