

Pour les Bretons dès 60 ans

Des activités pour toutes vos envies!

Des événements gratuits près de chez vous



- Ateliers • Cafés d'échanges • Conférences • Convivialité • Bien-être • Découvertes • mémoire, numérique, nutrition, vie affective, lien social, activité physique...

L'AGENDA À DÉCOUVRIR SUR



www.pourbienvieillirbretagne.fr



BRETAGNE

Découvrez l'agenda et inscrivez-vous _____

- www.pourbienvieillirbretagne.fr



Le site www.pourbienvieillirbretagne.fr relaie et propose des activités variées

Ateliers, cafés d'échanges, conférences,
sorties consacrées au bien vivre à tout âge :
le bien-être, le numérique, l'alimentation,
la vie affective, le lien social, l'activité physique...

+ de 700 événements, toute l'année en Bretagne

À qui ça s'adresse ?

À toute personne à partir de 60 ans et les aidants,
vivant en Bretagne.

Qui organise ces activités ?

Des associations, centres sociaux, centres communaux d'action sociale...

Chaque activité est animée par
un professionnel expert du sujet abordé.

Au programme : conseils personnalisés,
rencontres, partage, convivialité.

Combien ça coûte ?

C'est gratuit.

Les activités sont financées par les Conseils départementaux, l'Agence
Régionale de Santé et les caisses de retraite,
réunies en Conférences des financeurs de
la prévention de la perte d'autonomie.

*J'ai appris
des astuces
que je continue
d'appliquer.*

*Je garde
la forme
et rencontre
de nouvelles
personnes!*

*Avec les membres
de mon groupe,
on échange nos
bons conseils.*

Découvrez l'agenda et inscrivez-vous _____

● www.pourbienvieillirbretagne.fr