JE M'INSCRIS



EN NOVEMBRE ET DÉCEMBRE 2017!

L'hiver arrive!

Le froid s'installe, les plantes gèlent et les nez deviennent rouges. Mais pas de Panique !! Venez vous réchauffer aux différents ateliers proposés par les bénévoles ! En plus de vous réchauffer, convivialité, sourires et bonne humeur seront au rendez-vous !!

Les nouveautés :

- à Lorient : un <u>atelier relaxation</u> a démarrer en septembre et aura lieu une fois par mois. 8 participants maximum.
- à Vannes : L'atelier « <u>Un temps pour moi</u> » est démarré ! Au programme ? Maquillage, coiffure ! A vous de choisir !
 - 4 Participants maximum.
- à Vannes : « <u>Le carrefour des lecteurs</u> » : dans ce nouvel atelier, l'adhérent référent vous proposera d'échanger autour des livres et écrivains que vous avez appréciés. La 1ère réunion prévue le 12 janvier 2018 de 14 H 30 - 16 H 30 à la délégation.
- Nous vous proposons une séance de connaissance du monde au Cinéville de Vannes le lundi 13 novembre 2017 à 14 H 30 sur les îles polynésiennes avec la présence du chanteur Antoine.

Le Comité d'Organisation des Activités de Loisirs

Nous ne prendrons plus d'inscription non accompagnée du règlement. Le bon fonctionnement des activités de loisir dépend du respect de chacun d'entre vous des règles de fonctionnement.

Le règlement intérieur est rappelé dans le Contact 56 n°88

BENEVOLES

N'oubliez pas de vous inscrire sur la fiche « BENEVOLE » du bulletin d'ins-

RETOUR DES BULLETINS D'INSCRIPTIONS ACCOMPAGNES DU REGLEMENT POUR LE 16 octobre 2017

Agenda des activités régulières

Aquarelle - Vannes -	14 H 16 H	Inscription de septembre à décembre 18 €	 ◆ Vendredi 10, 17 et 24 novembre ◆ Vendredi 1, 8, 15, 22 décembre
Café rencontre - <i>Lorient</i> -	14 H 16 H		Mardi 14 novembreMardi 12 décembre
Chants - Lorient -	14 H 16 H	fur	Mardi 7, 28 novembreMardi 5 décembre
Cuisiner Ensemble - Lorient -	10 H 14 H	Selon le coût des denrées	Vendredi 17 novembreVendredi 8 décembre
Jeux de société <i>- Lorient -</i>	14 H 16 H 30		Mardi 21 novembreMardi 19 décembre
« Venez goûter mon 4 h!» - Vannes -	14 H 16 H 30	2€	Mardi 7 novembreMardi 5 décembre
« Atelier de relaxation » - Lorient -	10 H 11 H		Vendredi 24 novembreVendredi 15 décembre
Informatique -Vannes-	10 H 12 H		 Mardi 7,14, 21 et Vendredi 10, 17, 24 novembre Mardi 5, 12, 19 et Vendredi 1, 8,15, 22 décembre
« Un temps pour moi » -Vannes-	14 H 16 H		Mercredi 29 novembreMercredi 20 décembre

Repas mensuel

Mardi 28 novembre : A la délégation de Vannes

Pour les Vannetais : RDV à 12 H à la délégation - Retour Mobicéo 16 H Pour les Lorientais : RDV à 10 H 45 sur le parking du géant de Lanester (côté cafétéria) - Retour PMR pour 17 H 15.

Sorties mensuelles

Jeudi 23 novembre : Restaurant « Le Quai Ouest » et visite de la base sous marine à Lorient

Pour les Vannetais : RDV à la délégation à 11 H

Retour Mobicéo 17 H 45

Pour les Lorientais: RDV 12 H 30 devant le restaurant

Retour PMR 16 H 15

Participation : Prévoir de l'argent pour le restaurant (entre 15 et 20 €

selon ce que vous choisirez). visite 7, 5 € et transport 7 €

Prévoir des vêtements chauds et de pluie.





Jeudi 21 décembre : Rochefort en terre, Elue la plus belle ville de France grâce à ses décorations de noël sensationnelles !

Pour les Vannetais : RDV à la délégation à 14 H 45

Retour Mobicéo 19 H 45

Pour les Lorientais : RDV 13 H 15 sur le parking du géant de Lanester

(coté cafétéria) - Retour PMR pour 21 H .

Participation:

<u>Prévoir de l'argent</u> si vous souhaitez faire des achats sur le marché de Noël mais aussi pour prendre le goûter sur place. Transport 7 €

Prévoir des vêtements chauds et de pluie

Samedi 16 décembre : Repas de Noël à La Grange à Jules

Merci à tous ceux qui ont aidé à la recherche d'un lieu pour ce repas .Le choix s'est arrêté sur « La Grange à Jules » qui se trouve à Arradon .

Ce restaurant nous propose des produits frais locaux et du fait maison.

Un animateur nous proposera musique et jeux (quizz musicaux, karaoké...) tout au long du repas.

*Apéritif: Boisson cocktail et accompagnement de gâteaux

*Entrée: Assiette entre Terre & Mer: Pâté de cochon et pickles d'oignons blanc de poireau et saumon fumé

*Plat: Sauté de porcelet BRETON au cidre mijoté avec de la sauce au cidre et carottes. Servi avec des pomme de terre rôties à l'huile d'olive et ail en chemise

*Fromage: Sélection de fromagère et sa confiture

*Dessert: Cœur coulant chocolat crème glacée vanille

Participation : 22 €

& Barbara Barbara

(20 € le repas et 2 € pour l'animation)

ADHERENTS ET BENEVOLES:

Vous êtes invité à la prochaine réunion du COAL le jeudi 9 novembre 2017 à de 10 H 30 à 12 H



DELEGATION DU MORBIHAN 8 rue des Frères Lumière 56 000 VANNES

Mail: dd.56@apf.asso.fr

Blog: http://dd56.blogs.apf.asso.fr

www.facebook.com/apf.delegationdumorbihan