10ÈME ÉDITION

PROPOSÉE PAR LE CCAS
DE MONTFORT-SUR-MEU

OCTOBRE ROSE

DU 30 SEPT AU 21 OCT 2021

· MONTFORT-SUR-MEU ·

MONTFORT-SUR-MEU.BZH

EN PARTENARIAT AVEC LE COMITÉ FÉMININ 35, LA LIGUE CONTRE LE CANCER ET EAU DE ROSE

PROGRAMME

Jeudi 30 sept. 2021
20h30 / Cinéma La Cane, Montfort-sur-Meu.

PROJECTION DU FILM-DOCUMENTAIRE
« PERSONN'ELLES - SUR LE CHEMIN D'UNE NOUVELLE VIE »

Temps d'échanges avec Valérie-Anne MONNIOT, réalisatrice du fim et des professionnel·les de santé.

Samedi 2 oct. 2021
Super U Montfort-sur-Meu et Leclerc Pleumeleuc.

STAND DE PRÉVENTION

Activités sur inscription obligatoire
à partir du 16 sept.
au 02 99 09 00 17
ou sur www.montfort-sur-meu.bzh

DIMANCHE 3 OCT. 2021

BALADE FAMILIALE 4 KM *

De 9h à 12h / Départ de l'Étang de la Cane.
Vitalité et bien-être sont au programme d'une balade en centre-ville lors de laquelle vous pourrez participer à des ateliers découverte, animés par des associations locales. Parmi lesquels :

- Une séance de fitness, avec **Montfort Energym** ;
- Une démonstration d'escrime, avec **Solutions Ripostes** ;
- Une initiation au taï chi, avec **Viêt Tài Chi Montfort-sur-Meu** ;
- Une initiation au yoga, avec **Yoga Bien-être et Vitalité**.

Jauge limitée. Départs toutes les 30 mn.

*** Prêt·es pour le départ ?**
À cette occasion, faîtes un don de 6 € pour l'achat d'un bandana aux couleurs d'Octobre Rose. Votre participation sera reversée aux partenaires de cette 10ème édition.

PIQUE-NIQUE MUSICAL

De 12h à 14h / Cours arrière de la mairie.
Profitez de votre pause déjeuner animée par l'**École de Musique du Pays de Brocéliande**, pour vous informer sur les missions des associations partenaires de cette 10ème édition.

RANDONNÉE 12 KM *

À partir de 14h / Départ de l'Étang de la Cane.
Depuis le centre-ville, parcourez les sentiers de randonnée qui jalonnent la commune de Montfort-sur-Meu.
Parcours accessible à partir de 7 ans, non adapté aux personnes à mobilité réduite. Jauge limitée.

Jeudi 14 et 21 oct. 2021
18h30 / Piscine Océlia, Montfort-sur-Meu.

COURS D'AQUAGYM

Soirée proposée par l'association **Eau de rose**.
Places limitées à 12 personnes. Tarif : 12 €.

[COVID-19 - Programme susceptible d'être modifié suivant l'évolution du contexte sanitaire.
Port du masque et pass sanitaire exigés.]

CCAS de Montfort-sur-Meu
Bd Villebois Mareuil - 35160 MONTFORT-SUR-MEU
T. 02 99 09 00 17 / actionsociale@montfort-sur-meu.fr