

**OCT.  
NOV.  
DEC.  
2025**

# Les Escapes

Programme d'animations dédié aux plus de 70 ans



Karoké

Bien-être

Cinéma

Pâtisserie

Spectacle

# OCTOBRE

**Du 6  
au 11 oct.**

dans les  
communes de  
Montfort  
Communauté

Gratuit

*Sur inscription  
dans la limite  
des places  
disponibles*

**Mardi 21 oct.  
à 14h30**

à Montfort-  
sur-Meu  
Hôtel Montfort  
Communauté

Gratuit

*Sur inscription  
dans la limite des  
places disponibles*

## La semaine bleue

Programme d'activités  
sportives et culturelles  
dédié aux plus de 70 ans  
dans le cadre de la semaine  
nationale dédiée aux seniors.

## Karaoké

Venez vous divertir  
en interprétant vos  
chansons préférées. Dans  
une ambiance chaleureuse et  
conviviale, prenez le micro et  
laissez-vous guider par David  
de « Laser night » qui sera là  
pour vous accompagner.  
L'animation sera suivie d'un  
goûter.



# NOVEMBRE

**Mercredi 12 nov.  
à 14h30**

à Pleumeleuc  
Salle Calisson

Gratuit

*Sur  
inscription  
dans la limite  
des places  
disponibles*

**Lundi  
24 nov.  
à 14h30**

à Montfort-sur-Meu  
Cinéma La Cane

3,50 €

*Sur inscription  
dans la limite des  
places disponibles*

## Bien-être

Partez à la découverte des  
auto-massages japonais avec  
la thérapeute Anna Le Blaye.  
Grâce à ses techniques, elle  
apprendra aux participants à  
travailler les muscles  
des mains.  
L'animation sera  
suivie d'un goûter.

## Ciné seniors « Une place pour Pierrot »

Une comédie dramatique  
sincère et émouvante. L'histoire  
d'une sœur déterminée à sortir  
son frère autiste d'un foyer  
dans lequel il régresse à cause  
de la surmédication.



# DÉCEMBRE

**Mardi 25 nov.**

**Lundi 1<sup>er</sup> déc.**

**Mardi 2 déc.**

**à 14h**

à Breteil

Salle Yvon Charlès

.....

Gratuit

.....

Sur  
inscription  
dans la limite  
des places  
disponibles



## Atelier pâtisserie

Un atelier 100% gourmand pour apprendre à réaliser des macarons, animé par le chef cuisinier Joël de « Ah la cerise sur le gâteau ». Au programme : préparation de pâte à macarons, assemblage et dégustation !

**Mardi 9 déc.  
à 14h30**

à Bédée

Salle polyvalente

.....

Gratuit

.....

Sur inscription  
dans la limite  
des places disponibles



## Spectacle artistique

La compagnie Aéline vous invite à un spectacle hors du commun dans une vraie ambiance de cabaret.

Alliant souplesse, légèreté et fluidité, l'artiste s'enroule et se déroule le long d'un tissu aérien, accompagnée par deux danseuses. L'animation sera suivie d'un goûter.

# CONTACTS ET INSCRIPTIONS

---

**Toutes les animations sont sur inscription obligatoire.**  
Il suffit de contacter sa mairie (CCAS).  
Attention : le nombre de places est limité.

<b>Bédée - CCAS (mairie) .....</b>	<b>02 99 06 18 20</b>
<b>Breteil - CCAS (mairie) .....</b>	<b>02 99 06 01 01</b>
<b>Iffendic - CCAS (mairie) .....</b>	<b>02 99 09 70 16</b>
<b>La Nouaye (mairie) .....</b>	<b>02 99 09 25 35</b>
<b>Montfort - CCAS (mairie) .....</b>	<b>02 99 09 00 17</b>
<b>Pleumeleuc - CCAS (mairie) .....</b>	<b>02 99 06 15 60</b>
<b>Saint-Gonlay (mairie) .....</b>	<b>02 99 09 75 07</b>
<b>Talensac - CCAS (mairie) .....</b>	<b>02 99 09 06 15</b>