**INFORMATIONS ET DATES A RETENIR**

**PROGRAMME EN LIGNE SUR :** [**www.epal.asso.fr**](http://www.epal.asso.fr)

**SAMEDI 27 AVRIL : GRAND APRES MIDI DANSANT ORGANISÉ PAR LES SEMAPHORES DE BREST ET LESNEVEN POUR FINANCER LES ACTIVITÉS POUR 2013 !!!!!! Nous comptons sur votre présence !!!! Dès le samedi matin pour la préparation de la salle !!! Ou simplement l’après midi pour profiter de la fête !!!!**

**JEUDI 18 AVRIL :** Proposition de découvrir différents sports à la fac de Sport

**Au choix:** Danse, Escalade, Judo, Parcours moteur, Kindball, Tennis de Table, Basket fauteuil

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

**TOURNOI MULTIACTIVITES A LESNEVEN le 19 avril : Apporter** son pique nique

**QUARTZ : Mercredi 17 avril**  RDV à 20 h au Quartz ou 19h30 au sémaphore

**PASSIONNEMENT PHOTOS :** Apportez vos appareils photos si vous en avez un

**HARLEM GLOBE TROTTERS :** PLACES LIMITEES, S’inscrire le plus vite possible.

**« SOURIS A L’ORDI » :** Nouvel Atelier informatique (remise à niveau pour mieux utiliser l’ordinateur et internet et enrichir et mettre à jour la page Facebook du Sémaphore)

**INFORMATIONS GENERALES**

**Certaines activités sont en autonomie :** Vous rejoignez les adhérents qui se sont inscrits au lieu de rendez vous noté sur le programme. Il n’y a pas d’encadrants du Sémaphore pour ces activités.

**PLUMES ET NEURONES EN FOLIE :** Gymnastique ludique de l’esprit, aide à la réalisation de lettres de motivations et CV, …

**SOPHROLOGIE :** au Patronage Laïque Guérin le vendredi soir à 18h30. Lieu à définir avec Margot pendant les vacances scolaire (3 rue du Stiff ou autre)

**POINT « PAPI** »: Utilisation des ordinateurs prêtés par la ville de Brest en libre-service aux heures d’ouverture du Sémaphore. (Accès internet)

**LE BAR :** Ouvert tous les après midi. Il fonctionne par tickets (5 tickets pour 1 euro**)**

**LE SEMAPHORE DE LESNEVEN, Hall de loisirs le Valy Coz :**

 **Stan ALAN** : 🕿 06 31 90 60 27 Stan.alan@epal.asso.fr

### Association EPAL-LE SEMAPHORE

###  Anne-Hélène SAILLOUR Denise LE LAY Nadine PLACIDE

### 11 rue d’Ouessant 29200 Brest 🕿 : 02 98 80 44 63 FAX : 02 98 43 27 73

annehelene.saillour@epal.asso.fr / denise.lelay@epal.asso.fr / nadine.placide@epal.asso.fr

### AVRIL 2013 BREST

Activités pour adultes en situation de handicap mental, psychique, moteur ou en difficulté passagère dans un but de découverte, de rencontres, d’échanges et d’insertion.

**Comment s’inscrire : Pour participer à une activité, vous devez vous inscrire** pour permettre une bonne organisation (transport, nombre d’animateurs).**Cochez les activités** auxquelles vous souhaitez participer sur la page centrale du programme et conservez celle-ci, passez au Sémaphore ou téléphonez. Si vous rencontrez des problèmes, demandez nous de l’aide.