**INFORMATIONS ET DATES A RETENIR**

**OUVERTURE DE LA FRIPERIE Tous les mercredis après midi et le samedi 15 juin au Sémaphore : Echange de vêtements, troc, couture simple…**

Nous réceptionnons des accessoires et des vêtements **de saison uniquement**

**Mardi 18 JUIN SORTIE** Landunvez Porspoder / Balade en Calèche l’après midi 15 € (sous réserve) si pas de Calèche sortie à 4 €. (Apporter un pique nique).\*

**Jeudi 20 JUIN:** 1000 enfants présentent des danses traditionnelles apprises pendant l’année. Le groupe de musique bretonne « Diatonik  » Pen Ar Bed » anime cette journée.

**Jeudis 6, 13 et 20 juin** : reprise de la gym douce et jeux sportifs au Gymnase Guegueniat. Rdv à 17h30 au sémaphore

**« 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)

Nom de la page Facebook : **EPAL – Le semaphore**

**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](mailto:annehelene.saillour@epal.asso.fr) / [denise.lelay@epal.asso.fr](mailto:denise.lelay@epal.asso.fr) / nadine.placide@epal.asso.fr

PROGRAMME EN LIGNE SUR : [**www.epal.asso.fr**](http://www.epal.asso.fr) et Facebook **EPAL – Le semaphore**

### JUIN 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.