**INFORMATIONS ET DATES A RETENIR**

**PROGRAMME EN LIGNE SUR : www.epal.asso.fr**

**« QUAND LA MUSIQUE EST BONNE » :** Ecoute de musiques de différents styles, fabrication d’instruments de musique, Quizz musical, Karaoké…

**« RECYCLONS !!!! » :** Récupération d’objet de la vie quotidienne qui ne servent plus pour fabriquer des petits objets de décoration …( Merci d’apporter des bouteilles de coca ou briques de jus d’orange vidées et lavées)

**BODY PERCUSSION :** INSCRIPTIONS CLOSES. Intervenant : Florent de l’association « vivre le monde ». Le jeudi de 18 à 19h au sémaphore.

**FRESQ ‘ART :** Le Lundi tous les 15 jours avec Muriel, Intervenante en Arts Plastiques : **Réalisation d’une fresque au Sémaphore** pour égayer les locaux…

**EXPRESSION THEATRALE :** Renseignements auprès de Julie (stagiaire)

**SORTIE A QUIMPER** : Coût à définir en fonction du moyen de transport

**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

###  JANVIER 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 impérativement vous inscrire en avance** pour permettre une organisation optimale (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.