

INFORMATIONS ET DATES A RETENIR

« **LES CITOYENS DE L'ÉCOLOGIE** » : Ateliers pour la découverte du tri sélectif : créations avec du matériel recyclé, sorties natures, ecogestes....

DE FIL EN AIGUILLE : Un bouton à recoudre ? Un ourlet à faire ? Venez découvrir cet atelier autour du tricot, de la couture et de la réalisation de canevas...

SPECTACLE A PENFELD « EPICYCLE CIRKHOST » : sept acrobates et un musicien, enchaînent les prouesses techniques, actionnent les rouages, poulies et engrenages de leur immense nef et rythment un époustouflant ballet aérien sur fond d'électroacoustique. Installez-vous confortablement dans les transats, tête en l'air sous le beau chapiteau, et admirez la tribu de voltigeurs du CirkHOST qui vit perchée sur une impressionnante machinerie circulaire.

TOP DEPART Dinard St Malo : Projet démarré en avril, si vous souhaitez partir en week end à St Malo, rejoignez nous pour le préparer le vendredi 4 mai. Inscriptions obligatoires. (Dates envisagées : 7 et 8 juillet).

VILLAGE EUROPE : dégustations de spécialités européennes ; expositions ; musiques traditionnelles et groupes de danses folkloriques ; concerts ; jeux et quiz européens avec de nombreux cadeaux à gagner ! Venez découvrir la diversité des pays qui composent l'Europe.

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.

SOPHROLOGIE : 18h30 au PL Guérin avec Margot sauf pendant les vacances scolaires

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

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

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

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.



MAI 2012



BREST

www.epal.asso.fr

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.

"LES CITOYENS DE L'ÉCOLOGIE"
DE FIL EN AIGUILLE
SORTIE BATEAU A DOUARNENEZ
TOP DEPART (St Malo/Dinard)
VILLAGE EUROPE
JARDIN PARTAGÉ
JOURNÉE A ST RENAN
FOIRE AUX CROUTES
SPECTACLE à PENFELD