

LA SEMAINE BLEUE

SEMAINE
NATIONALE
DES RETRAITÉS
ET PERSONNES
ÂGÉES



SALON DU BIEN-ÊTRE

ENSEMBLE,
BIEN DANS SON ÂGE,
BIEN DANS SON TERRITOIRE

DU LUNDI 4 AU VENDREDI 8
OCTOBRE 2021
- AURAY -

INSCRIPTIONS
GRATUITES



Lundi 4 octobre, de 14h30 à 16h > CONFÉRENCE > Salle Hélène Branche - Pôle du Penher

Judith LACOUÉ LABARTHE, Psychologue

Introduction sur le passage à la retraite et les aspects du bien-être visant à apporter un confort physique, mental et émotionnel. Présentation des praticiens et de leur atelier.



Mardi 5 octobre, à 14h30 et à 15h45 > Résidence Domitys

Véronique GOSSELIN, Professeur de Hatha Yoga

Technique Eva Ruchpaul se composant d'un ensemble de respirations et de postures.



Corinne BUFFARD, Réflexologue

Technique manuelle, sous nos pieds, nos mains, notre tête, des points précis appelés zones réflexes correspondent à notre corps. Automassage palmaire.



Mercredi 6 octobre, à 14h30 et à 15h45 > Résidence de Keriolet (CHBA)

Nathalie POIRIER, Praticienne en Reiki

Approche énergétique, méthode par imposition des mains, conjugue méditation et relaxation.



Morgane BREARD, Fasciathérapeute

Technique manuelle, les fascias sont des tissus recouvrant les muscles et les organes.



Jeudi 7 octobre, à 14h30 et à 15h45 > Résidence Pratel Izel (CHBA)

Céline BLOT, Sophrologue

Un temps de parole, d'exercices de relaxation et une respiration adaptée vont permettre d'approfondir une période de visualisation pour se reconnecter à soi.



Sandrine MARTIN, Kinésologue

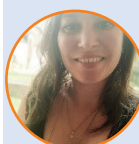
Outil de communication avec le corps, le test musculaire permet de dialoguer avec l'inconscient.



Vendredi 8 octobre, à 14h30 et à 15h45 > Résidence Kerléano (CHBA)

Laura PHILIPPOT, Enseignante Yoga Sensoriel et Vocal

La voix, miroir de notre capacité à nous écouter et nous accueillir tel que nous sommes.



Julie PINEAU, Artiste Energétique

Relancer l'énergie vitale par rapport à l'image de soi.

LIEUX ET SALLES À AURAY



Lundi 4 octobre

Salle Hélène Branche : 18 Avenue du Président John Fitzgerald Kennedy
Pôle du Penher – Proche de l'école Gabriel Deshayes



Mardi 5 octobre

Résidence Domitys : 10 rue des Chênes
Direction Ecole primaire du Loch, suivre le fléchage



Mercredi 6 octobre

Résidence Pierre de Keriolet : 17, rue des Peupliers
Centre-ville, proche du Bocéno, derrière l'école de musique



Jeudi 7 octobre

Résidence Pratel Izel : à l'entrée de l'enceinte de l'Hôpital
Prendre à gauche et suivre la route jusqu'en bas



Vendredi 8 octobre

Résidence Kerléano : 8, rue Georges Brassens
Direction Leclerc, Proche du Parc Cadoudal, ancienne route de Crac'h

**Inscriptions gratuites par téléphone 02 97 59 38 97
ou par mail corinne.buffard@ch-bretagne-atlantique.fr**

>>> Pass sanitaire demandé <<<

**Chaque présentation est limitée à 10 personnes dans les résidences
et à 30 personnes pour la conférence.**



DOMITYS
vivre l'esprit libre



**BROCÉLIANDE
ATLANTIQUE**
GROUPEMENT HOSPITALIER
Vannes - Auray