

SPECTACLE

HUMORISTIQUE ET INTERACTIF

Pot de convivialité et stands informatifs

Bénéfice
n@t

Venez rire autour d'anecdotes
et de vos tracas numériques !



MERCREDI
8 OCTOBRE
2025

À 14H

SALLE CORAIL
PÉAULE

ENTRÉE LIBRE
Ouverture des portes
à 13h30

« Depuis que son mari André
lui a dit qu'elle était trop vieille
pour se mettre à l'informatique,
Simone est bien décidée à lui
prouver le contraire...»

Renseignements auprès de : Flavie RAOULT
Arc Sud Bretagne - 02 97 41 46 26
f.raoult@arcsudbretagne.fr

Un programme ouvert aux seniors d'Arc Sud Bretagne



Vous avez une question ?

Arc Sud Bretagne

Allée Raymond Le Duigou
56190 Muzillac

Flavie Raoult
02 97 41 46 26
f.raoult@arcsudbretagne.fr

En partenariat avec :

ALSH de Nivillac
Association Brain Up
Association Marche Aquatique des Vénètes- Damgan
Bouts d'papier- Noyal-Muzillac
Cinéma Jeanne d'Arc- Muzillac
Cinéma La Couronne- Nivillac
Cinéma Les Cardinaux - Damgan
CLARPA
Club des aînés - Noyal-Muzillac
Ecole Saint-Michel- La Roche-Bernard
EHPAD de Muzillac et Questembert
Mon Image Beauté- Noyal-Muzillac
Néo 56- Muzillac
Piscine des Métairies- Nivillac
Résidence Espace et Vie- La Roche-Bernard
Résidence Les Métairies- Nivillac
Troupe de théâtre Casus Délires



Muzillac



La Semaine Bleue
du 6 au 12 octobre 2025

UNE SEMAINE DÉDIÉE AUX SENIORS !

VIEILLIR
UNE FORCE A
PARTAGER



arc sud
bretagne
TERRITOIRE D'AMBIION

www.semaine-bleue.org

Mardi 30 Septembre

10h à 16h - Bienvenue à la retraite !

Démarrez votre retraite du bon pied grâce au partage d'expérience et de conseils pratiques pour être acteur de cette nouvelle tranche de vie !

Engagement sur 3 séances (également les 7 et 21 octobre).

Gratuit. Inscription au 09 72 52 27 01

Limité à 12 personnes

DAMGAN - Maison des Damganais (Salle Landrezac)

Lundi 6 Octobre

12h à 13h - Séance d'aqua-gym

L'aqua-gym est une activité douce permettant de renforcer le système musculaire, de stimuler le rythme cardiovasculaire, le tonus respiratoire et la circulation sanguine.

Gratuit. Inscription au 02 97 41 46 26

Limité à 12 personnes

NIVILLAC - Piscine des Métairies

15h - Projection du film « Ma mère, Dieu et Sylvie Vartan »

Esther, promet à son fils né avec un pied-bot, qu'il marchera comme les autres et qu'il aura une vie fabuleuse. Film issu d'une histoire vraie drôle et bouleversante.

5 €. Sans inscription.

MUZILLAC - Cinéma Jeanne d'Arc

Mardi 7 Octobre

9h30 à 12h - Réunion « Emploi Seniors »

Réunion organisée par Néo 56, elle sera suivie de rendez-vous individuels pour échanger sur votre recherche d'emploi et les aides matérielles possibles.

Gratuit. Inscription au 02 97 41 46 26

MUZILLAC - Maison des services Arc Sud Bretagne

14h à 17h - Découverte du Scrapbooking

Venez découvrir cette pratique de mise en valeur de vos photos et souvenirs! Activité créative.

Gratuit. Inscription au 02 97 45 90 59 ou 06 88 93 00 38

Limité à 10 personnes

NOYAL-MUZILLAC - Salle de réunion de la Michochène



14h30 - Projection du film « Y'a pas de réseau »

2 enfants passent le week-end avec leurs parents dans un gîte isolé. En faisant le mur, ils vont surprendre deux malfrats en train de faire exploser une antenne relais...

5 €. Sans inscription

NIVILLAC - Cinéma La Couronne

Mercredi 8 Octobre

11h30 - 16h30 - Déjeuner et activités créatives

Venez partagez un repas avec les enfants du centre de loisirs ! Suivi d'un temps d'activités en commun.

10 € (par chèque)

Inscription au 06 22 00 29 72

Limité à 10 personnes

NIVILLAC - Résidence Les Métairies



14h - Théâtre Forum

«Bénéfice net, le senior du numérique»

Venez rire et vous informer ! Ce spectacle humoristique et interactif porte sur les tracas du numérique. Il sera suivi d'un temps convivial en présence des acteurs numériques du territoire. Ouverture des portes à 13h30.

Gratuit.

PEAULE - Complexe sportif (Salle Corail)

Jeudi 9 Octobre

14h à 16h - Animation intergénérationnelle

Langage d'hier et d'aujourd'hui avec les enfants de l'école Saint-Michel, suivi d'un goûter.

Gratuit. Inscription au 02 99 70 12 00

Limité à 20 personnes

LA ROCHE-BERNARD - Résidence Espace et Vie

14h à 17h - Loto avec le Club des aînés

Participez à un loto amical, avec des petits lots à gagner !

Gratuit. Renseignements au 06 31 13 55 36

NOYAL-MUZILLAC - Salle des fêtes de la Michochène

14h30 - Spectacle « Marcelle et Marcel »

La compagnie 1234 vous propose un spectacle burlesque et poétique de danse et théâtre, « Marcelle et Marcel » parle d'une amitié indéfectible entre deux personnages.

5 €. A réserver à la billetterie du Vieux Couvent à partir du 12 septembre

MUZILLAC - Centre culturel Le Vieux Couvent

16h - Projection du film « En fanfare »

Thibaut est un chef d'orchestre qui parcourt le monde. Lorsqu'il apprend qu'il a été adopté, il découvre l'existence d'un frère, Jimmy, qui joue du trombone dans une fanfare. En apparence tout les sépare, sauf l'amour de la musique.

5 €. Sans inscription

DAMGAN - Cinéma Les Cardinaux

Vendredi 10 Octobre

10h à 11h - Marche aquatique

Découvrez la marche aquatique pendant 1 heure.

Venez dès 9h30 pour vous préparer. Prêt de matériel possible.

8 €. Inscription au 02 97 41 27 46

Limité à 8 personnes

DAMGAN - RDV au centre de secours SNSM

14h30 à 16h - Spectacle de magie

Spectacle de magie suivi d'une table ronde « La vie continue et on peut partager à tous âges », avec Emmanuel Le Clainche et les résidents des EHPAD de Muzillac et Questembert.

Gratuit. Inscription au 02 97 41 65 47

NOYAL-MUZILLAC - Salle des fêtes de la Michochène

Samedi 11 Octobre

9h30 à 11h30 - Un temps pour soi

Atelier bien-être : soin du visage, vieillissement en beauté, avec « Mon Image Beauté » de Patricia Sevenec, esthéticienne et conseillère en image à Noyal-Muzillac.

Gratuit. Inscription au 02 97 41 65 47

Limité à 6 personnes

NOYAL-MUZILLAC - Salle de Bois Gestin

