

Planning des actions

Février à mai 2026



Bien-être : un moment pour soi
Échanges et détente, massages avec une réflexologue



Bilan auditif
Test de l'audition et prévention avec une audioprothésiste



Bilan visuel
Test de la vue et prévention avec une opticienne



Alimentation
Échanges, tests et prévention avec une diététicienne ou une médecin nutritionniste



Langage et mémoire
Échanges et conseils avec une orthophoniste : communication, oralité et langage pour les enfants et leurs parents
stimulation de la mémoire pour les adultes



Santé globale
Échanges et conseils avec un·e médecin ou un·e infirmier·e
(Tension, glycémie, alimentation, tabac, activités physiques ...)

février

 **LUNDI 2 | 10 h - 12 h 30**
PONTIVY - LA PLAINE

 **MARDI 3 | 15 h - 17 h**
SAINT-GONNERY

 **VENDREDI 6 | 10 h 30 - 14 h**
PONTIVY - IUT

 **MERCREDI 11 | 15 h - 17 h**
CLÉGUÉREC

 **MARDI 17 | 14 h 30 - 17 h**
BRÉHAN

 **JEUDI 19 | 9 h 30 - 12 h**
KERGRIST

 **MARDI 24 | 10 h - 12 h 30**
NOYAL-PONTIVY

 **MERCREDI 25 | 10 h - 12 h**
MALGUÉNAC

mars

 **MARDI 10 | 10 h - 12 h**
LE SOURN

 **MARDI 17 | 11 h - 13 h**
PONTIVY - LYCÉE DU GROS

 **MERCREDI 18 | 15 h - 17 h**
SAINT-CONNEC

 **JEUDI 26 | 10 h - 12 h**
CRÉDIN

 **JEUDI 26 | 15 h - 17 h**
ROHAN

 **MARDI 31 | 16 h - 18 h**
SILFIAC

avril

 **JEUDI 2 | 10 h - 12 h**
NEULLIAC

 **JEUDI 2 | 14 h - 16 h 30**
PONTIVY - RESTOS DU CŒUR

 **MERCREDI 8 | 10 h - 12 h**
GUELTAZ

 **JEUDI 9 | 10 h - 12 h**
GUERN

 **LUNDI 13 | 10 h - 12 h 30**
PONTIVY - LA PLAINE

 **MARDI 14 | 10 h - 12 h**
SAINT-GÉRAND

 **VENDREDI 17 | 9 h 30 - 11 h**
PLEUGRIFFET

 **MERCREDI 29 | 10 h - 12 h**
SAINT-AIGNAN

 **JEUDI 30 | 10 h - 12 h**
RADENAC

mai

 **LUNDI 4 | 10 h - 12 h 30**
PONTIVY - LA PLAINE

 **MARDI 5 | 10 h - 12 h 30**
SAINT-BRIGITTE

 **MARDI 5 | 15 h - 17 h 30**
RÉGUINY

 **MERCREDI 20 | 14 h - 16 h**
SÉGLIEN

 **JEUDI 21 | 10 h - 12 h 30**
SAINT-THURIAU

 **MERCREDI 27 | 14 h 30 -**
KERFOURN



Un rectangle de couleur = une thématique (légende à gauche) = une date / une plage horaire / un lieu



Action non ouverte au public, réservée aux personnes de la structure ou de l'établissement