

Belle-Île en-mer

BRETAGNE 

Les Rendez-vous
de l'hiver
2019-2020

Il se passe toujours quelque chose à Belle-Île...
Du 15 décembre 2019 au 31 mars 2020

Retrouvez l'agenda complet
des manifestations sur
www.belle-ile.com



Du 14 décembre au 8 janvier

■ Noël en Provence

Nouvelles décorations, illuminations diverses. Entrée libre et gratuite.
De 18h30 à 21h30, Quinéc'h, Le Palais.
Pour petits et grands.

Tous les jours

■ Visite de l'atelier Dominique Abraham, peintre.

Poudrière de l'Avancée, citadelle Vauban, Le Palais.
Sur rendez-vous 06 71 77 04 19
dominiqueabrahampeintre@gmail.com

Samedi 14 décembre

■ Animations de Noël

Photo avec le Père Noël, château gonflable, vente de gâteaux, chocolats, crêpes chaudes, vin chaud, chocolat chaud, déco de Noël...
Organisé par le collège S^{te}-Croix.
15h30 à 19h, place de la République, Le Palais.

Du 14 au 31 décembre (sous réserve)

■ Marché de Noël

De 16h à 20h, place Font Romeu, Le Palais.
Organisé par Animons Palais.

Dimanche 15 décembre

■ Noël à Sauzon

Venue du Père Noël à 16h, jeux, tombola, stands tenus par les enfants (vente de décoration de Noël), buvette, dégustation d'huîtres... au profit de l'école de Sauzon.

À partir de 14h, quai de Sauzon.
Organisé par l'école de Sauzon, le comité des fêtes et les commerçants.

■ Spectacle jeune public : Jean de la Lune

Adaptation théâtrale d'après Tomi Ungerer, par la Compagnie Toi-Même.
À partir de 4 ans. Entrée gratuite.
Organisé par la CCBI.
14h30, salle Arletty, Le Palais.

Du 16 décembre au 6 janvier

■ Exposition rétrospective de l'Erika 20 ans après.

Marée noire à Belle-Île.
Outils pédagogiques.
En journée, place de la République, Le Palais. Organisé par la mairie de Palais.

Mardi 17 décembre

■ Jeux de cartes : bridge, tarot.

Organisé par le Club des Retraités de Bangor et Belle-Isle.
De 14h à 17h, ancienne bibliothèque, 3, rue Jacques Prévert, Bangor.

Mercredi 18 décembre

■ Venez respirer : cours de Prānāyāma

De 8h30 à 10h. Voir encadré page 6.

■ Lectures enfants

11h et 16h30, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

Jeudi 19 décembre

■ Venez vous détendre : cours de Hatha yoga.

De 9h30 à 11h. Voir encadré page 6.

■ Cours de modelage, sculpture et poterie avec Sarah Mesnay.

Galerie du Troisième Œil, rue de l'Église, Le Palais. Voir encadré page 10.

■ Venez vous tonifier : cours de Hatha Yoga

De 18h30 à 20h. Voir encadré page 6.

■ Avant de plonger, venez maîtriser votre souffle et assouplir votre corps

De 20h30 à 22h. Voir encadré page 6.

Vendredi 20 décembre

■ Lectures : la Bible des écrivains

20h, Liber & Co. Voir encadré page 11.

■ Soirée Quizz pour l'école S^{te}-Marie

20h30, salle Sarah Bernhardt, Sauzon. Organisé par le Nul Bar After.

Samedi 21 décembre

■ Atelier mosaïque

10h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais. Voir encadré page 9.

■ Fête Noël des Livres

À partir de 10h, Liber & Co, Le Palais. Voir le programme à la librairie.

■ Lectures enfants et pour la jeunesse

11h, 16h et 17h, Liber & Co. Voir encadré page 11.

■ Animation Père Noël

15h, place Font Romeu, Le Palais.

■ Atelier mosaïque

15h30, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais. Voir encadré page 9.

■ Méditation contée, par Louve Blanche.

17h30, grenier de Kérourdé, Bangor. Réservation au 06 35 97 72 84.

■ Café-théâtre de Noël

20h30, salle Arletty, Le Palais.
Tarifs : 8€ et 4€ (jusqu'à 12 ans inclus).
Petite restauration sucrée salée.
Réservation : 06 29 35 84 78.

Du 21 décembre au 3 janvier

■ Exposition : Walter Jagueneau et Virginie Debruyne

peintures et sculptures.
Galerie La Coulisse, place du Général Bigarré, Le Palais.

Du 21 décembre au 4 janvier

■ Solange Nunney expose

Crèches de Noël bretonnes, peintures, céramiques et autres œuvres.
Cabane magique d'Ael-Heol, Le Palais.
Sur rendez-vous : 02 97 31 51 95.

Dimanche 22 décembre

■ Fête Noël des Livres

À partir de 16h, Liber & Co, Le Palais.
Voir le programme à la librairie.

■ Astronomie : solstice d'hiver : où se couche le soleil ?

Organisé par l'AABI.
17h, aiguilles de Port Coton.

■ Le temps de lire

17h et 18h, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

■ **Méditation contée**, par Louve Blanche.
17h30, grenier de Kéroudé, Bangor.
Réservation au 06 35 97 72 84.

■ Café-théâtre de Noël

18h, salle Arletty, Le Palais.
Tarifs : 8€ et 4€ (jusqu'à 12 ans inclus).
Petite restauration sucrée salée.
Réservation : 06 29 35 84 78.

Lundi 23 décembre

■ Atelier arts plastiques

10h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ Fête Noël des Livres

À partir de 10h, Liber & Co, Le Palais.
Voir le programme à la librairie.

■ Les Ateliers de Noël

Atelier Bois : création et fabrication d'un motif de Noël en bois (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré page 4.

■ **Séance de yoga**, par Corinne Marchand.
10h30. Voir encadré page 8.

■ Sortie nature :

Les légumes poussent aussi en hiver !
Visite de la ferme maraîchère de Kerzo.
Venez découvrir en compagnie des producteurs les principes de l'agriculture biologique appliqués au sein d'une ferme maraîchère belliloise, produisant toute l'année.
Visite organisée par le CPIE et offerte par l'Agence de l'Eau Loire-Bretagne.
Nombre de places limité. Sur inscription au 02 97 31 40 15. Rendez-vous à 15h à la ferme maraîchère de Kerzo en Sauzon.

■ Atelier arts plastiques

15h30, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ Si Belle-Isle et Noël m'étaient contés...

Contes et légendes par Solange Nunney.
16h et à 20h30, cabane magique d'Ael-Heol, Jardin des Fées, Le Palais.
Sur réservation : 02 97 31 51 95.

■ Les Ateliers de Noël

Atelier décoration sur un motif de Noël en bois à suspendre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais. Voir encadré page 4.

■ Des contes pour rêver de... Noël

avec la Mouette Rêveuse et Louve Blanche.
17h30, grenier de Kéroudé, Bangor.
6€ pour les adultes, 3€ pour les enfants (les plus petits restent dans les bras de leurs parents).
Réservation au 06 87 49 08 23 (dernier délai 15h le jour même).

Du 23 au 27 décembre

■ Stage de tennis (5 à 13 ans)

De 10h à 11h30 et de 11h30 à 13h.
Cours particuliers tous niveaux avec Franck Grolier, professeur DE. 06 09 64 31 75.
Tennis du Gouerch, Le Palais.

Mardi 24 décembre

■ Atelier mosaïque

10h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ Fête Noël des Livres

À partir de 10h, Liber & Co, Le Palais.
Voir le programme à la librairie.

■ Les Ateliers de Noël

Atelier Bois : création et fabrication d'un motif de Noël en bois (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré page 4.

Noël au balcon... du Grand Phare

26, 28, 29, et 31 décembre à 15h,
et du 10 février au 7 mars
tous les jours à 11h.

■ Visite commentée

Point de repère pour les navigateurs, synonyme de légendes pour d'autres, le phare est un élément important dans l'imaginaire collectif. Nous vous proposons de découvrir la construction d'un phare, la manière dont il fonctionne et la vie des hommes qui y ont travaillé. Rejoignez-nous pour une visite d'une heure qui vous permettra d'accéder au balcon extérieur pour profiter de la vue. Attention réservation obligatoire le nombre de places est limité !
Tarifs : 5€ par adulte ; 3€ pour les 7-12 ans ; 1€ pour les -7 ans.

Le vendredi 27 et lundi 30 décembre

■ Visite du phare à la nuit tombée.

Visite commentée à 17h (l'horaire peut varier légèrement en fonction du temps). Découvrez l'ambiance atypique du phare à la nuit tombée. Ici gravir les marches et découvrir l'extérieur du phare à la lueur de son optique prend une autre dimension. La visite commentée vous racontera la vie du phare et des gardiens.
Attention réservation obligatoire le nombre de places est limité !
Tarifs : 7€ par adulte ; 4,50€ pour les 7-12 ans ; 1€ pour les -7 ans.
Renseignements et réservation au 06 70 63 93 68.

■ Jeux de cartes : bridge, tarot.

Organisé par le Club des Retraités de Bangor et Belle-Isle.
De 14h à 17h, ancienne bibliothèque, 3, rue Jacques Prévert, Bangor.

■ Les Ateliers de Noël

Atelier décoration sur un motif de Noël en bois à suspendre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais. Voir encadré page 4.

Jeudi 26 décembre

■ Atelier arts plastiques

10h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ Les Ateliers de Noël

Atelier Bois : création et fabrication d'un mobile en bois (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré page 4.

■ **Séance de yoga**, par Corinne Marchand.
10h30. Voir encadré page 8.

■ Visite commentée du Grand Phare

15h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré ci-dessous.

■ Atelier arts plastiques

15h30, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ Si Belle-Isle et Noël m'étaient contés...

Contes et légendes par Solange Nunney.
16h et à 20h30, cabane magique d'Ael-Heol, Jardin des Fées, Le Palais.
Sur réservation : 02 97 31 51 95.

■ Les Ateliers de Noël

Modelage sculpture sur terre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais. Voir encadré page 4.

■ Contes d'ici et d'ailleurs : Contes de la neige

par Louve Blanche.
17h30, grenier de Kéroudé, Bangor. 6€, enfant : 3€. Résa au 06 35 97 72 84.

Vendredi 27 décembre

■ Atelier mosaïque

10h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ Les Ateliers de Noël

Atelier Bois : création et fabrication d'un mobile en bois (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré page 4.

■ **Séance de yoga**, par Corinne Marchand.
10h30. Voir encadré page 8.

■ Visite du phare à la nuit tombée

17h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré ci-contre.

■ Les Ateliers de Noël

Modelage sculpture sur terre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais. Voir encadré page 4.

■ **Méditation contée**, par Louve Blanche.
17h30, grenier de Kéroudé, Bangor.
Réservation au 06 35 97 72 84.

■ Un piano en hiver

19h. Liber & Co. Voir encadré page 3.

Du 27 au 29 décembre

■ Exposition : La Caverne II

Peintures par Kékél'Bosco.
Un témoignage loufoque du fond des âges...
De 18h à 21h, L'Atelier de la rue pavée, 21, avenue Carnot, Le Palais. Entrée libre.

Du 27 au 30 décembre Un piano en hiver

avec le pianiste Stefan Cassar

Vendredi 27 décembre
Concert-lecture, à 19h.

Samedi 28 décembre
Récital de Piano, à 19h.

Dimanche 29 décembre
Around Midday... autour de midi...
Piano-lectures, à partir de 12h30.

Concert Improvisation
Avant la nouvelle année, autour de minuit, around midnight, comme le titre du célèbre standard de jazz...

Lundi 30 décembre
Concert jeune public et lecture
Concert avec une courte présentation des œuvres interprétées, à 11h30.
Entrée libre.

Lundi 30 décembre
Récital de Piano, à 19h.
À La Maison des Livres, Liber&Co,
Librairie Café Littéraire,
2, rue des Remparts, Le Palais.
Renseignements et réservations :
02 97 31 82 41 - 06 70 56 69 08
liberandco@gmail.com - liberandco.com

Samedi 28 décembre

■ **Atelier arts plastiques**
10h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ **Séance de yoga** par Corinne Marchand.
10h30. Voir encadré page 8.

■ **Lectures enfants et pour la jeunesse**
11h, 16h et 17h, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

■ **Un piano en hiver**
11h30. Liber & Co. Voir encadré ci-dessus.

■ **Marché des fêtes**
Stands divers, crêpes, vin chaud,
résultat maisons fleuries.
14h à 18h, place du marché, Locmaria.

■ **Visite commentée du Grand Phare**
15h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Un piano en hiver**
19h. Liber & Co. Voir encadré ci-dessus.

■ **Spectacle : Une histoire de France : Fouquet / Vauban**
de Norbert Naudin avec Michael Le Bihan (Vauban) et Norbert Naudin (Fouquet).
20h30, salle Sarah Bernhardt, Sauzon.
Adulte : 11€, - 15 ans : 6€ et - 5 ans :
gratuit. Réservation : 06 88 67 13 82.
Organisé par la Compagnie Cor Unum.

Dimanche 29 décembre

■ **Marché des fêtes** avec vin chaud
De 9h à 13h, place du marché, Bangor.

■ **Atelier mosaïque**
10h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ **Un piano en hiver**
12h30. Liber & Co.
Voir encadré ci-contre.

■ **Visite commentée du Grand Phare**
15h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Le temps de lire**
17h et 18h, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

■ **Méditation contée**, par Louve Blanche.
17h30, grenier de Kérouardé, Bangor.
Réservation au 06 35 97 72 84.

■ **Signature-rencontre** avec l'écrivain
blogueur «proustien» Nicolas Ragonneau
18h, librairie Liber&Co, Le Palais.
Centenaire du Prix Goncourt de Marcel
Proust en décembre 1919...

■ **Spectacle : Une histoire de France : Fouquet / Vauban**
de Norbert Naudin avec Michael Le Bihan (Vauban) et Norbert Naudin (Fouquet).
20h30, salle Sarah Bernhardt, Sauzon.
Adulte : 11€, - 15 ans : 6€ et - 5 ans :
gratuit. Réservation : 06 88 67 13 82.
Organisé par la Compagnie Cor Unum.

Lundi 30 décembre

■ **Atelier mosaïque**
10h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ **Les Ateliers de Noël**
Atelier Bois : fabrication d'un bougeoir
de fête en bois (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30,
Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré page 4.

■ **Visite du jardin Eden du voyageur**
Histoire des plantes et des personnages
qui les ont fait connaître, par M. Damblant.
Visite guidée de 1h45. 10 €, ados : 5€,
enfant : gratuit.
10h30, rendez-vous à la sortie du

village de Bordery, sur le chemin de
Deuborh, juste avant la descente vers la
plage. Réservation : 02 97 31 63 37 ou
sur rendez-vous à partir de 6 personnes.

■ **Atelier mosaïque**
15h30, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ **Si Belle-Isle et Noël m'étaient
contés...**
Contes et légendes par Solange Nunney.
16h et à 20h30, cabane magique d'Ael-
Heol, Jardin des Fées, Le Palais.
Sur réservation : 02 97 31 51 95.

■ **Visite du phare à la nuit tombée**
17h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Les Ateliers de Noël**
Atelier décoration sur un motif de fête
en bois (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs,
Le Palais. Voir encadré page 4.

■ **Contes d'ici et d'ailleurs**, avec Louve
Blanche et la Mouette Réveuse.
17h30, grenier de Kerourdé, Bangor.
6€ pour les adultes, 3€ pour les enfants
(les plus petits restent dans les bras de
leurs parents).
Réservation au 06 87 49 08 23 (dernier
délai 15h le jour même).

■ **Séance de yoga**, par Corinne Marchand.
18h. Voir encadré page 8.

■ **Un piano en hiver**
19h. Liber & Co. Voir encadré ci-contre.

Du 30 décembre au 3 janvier

■ **Stage de tennis** (5 à 13 ans)
De 10h à 11h30 et de 11h30 à 13h.
Cours particuliers avec Franck Grolier,
professeur DE. Tous niveaux.
Tennis du Guerch, Le Palais.
06 09 64 31 75.

Mardi 31 décembre

■ **Atelier arts plastiques**
10h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ **Les Ateliers de Noël**
Atelier Bois : fabrication d'un bougeoir
de fête en bois (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30,
Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré page 4.

■ **Jeux de cartes : bridge, tarot.**
Organisé par le Club des Retraités de
Bangor et Belle-Isle.
De 14h à 17h, ancienne bibliothèque,
3, rue Jacques Prévert, Bangor.



La Table de La Désirade

Notre équipe vous attend tous les jours :
dîners gourmands et décontractés, formule du midi simple et rapide.

- **Produits Frais**, de saison, essentiellement locaux. **Cuisine 100 % maison.**
- À réserver la veille : **Menu tout Homard** (pêche locale), **Plateaux de Fruits de Mer, Homards grillés du vivier** (pêche locale), **Poissons en Croûte de Sel.**
- **La Carte des Vins** : un concentré de plaisir à boire.
- **Vente à emporter**, sur commande.



Maitre
Restaurateur

Menus et Cartes à consulter sur www.hotel-la-desirade.com. Réservations au 02 97 31 70 70.

2 salles - jardin et terrasse chauffée. **La Désirade, Hôtel de Charme*** Restaurant, Spa.** Sur la route des Aiguilles de Port Coton, le Petit Cosquet, BANGOR

■ **Visite commentée du Grand Phare**
15h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Les Ateliers de Noël**
Atelier décoration sur un motif de fête en bois (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais. Voir encadré ci-contre.

Mercredi 1^{er} janvier

■ **Concert du Nouvel An**
Rossini, Schubert, Haydn, Hahn, Saint-Saëns, Tchaïkovski, Herbert.
Avec Jazmin Black-Grollemund soprano, Nemanja Ljubinkovic violon, et Philip Walsh orgue.
18h, salle Arletty, Le Palais.
Billetterie à l'Office.



Jeudi 2 janvier

■ **Venez vous détendre : cours de Hatha yoga.**
De 9h30 à 11h. Voir encadré page 6.

■ **Les Ateliers de Noël**
Atelier Bois : fabrication d'un puzzle en bois (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré ci-contre.

■ **Séance de yoga**, par Corinne Marchand.
10h30. Voir encadré page 8.

■ **Fête du Livre Bonne Année de Lectures !**
À partir de 16h, Liber&Co, Le Palais.
Pour tous, choix des livres pour les différents Prix des Lecteurs adultes, lycéens et collégiens, enfants.

■ **Si Belle-Isle et Noël m'étaient contés...**
Contes et légendes par Solange Nunney.
16h et à 20h30, cabane magique d'Ael-Heol, Jardin des Fées, Le Palais.
Sur réservation : 02 97 31 51 95.

■ **Les Ateliers de Noël**
Modelage sculpture sur terre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais. Voir encadré ci-contre.

■ **Venez vous tonifier : cours de Hatha Yoga**
De 18h30 à 20h. Voir encadré page 6.

■ **Lectures : la Bible des écrivains**
20h, Liber & Co. Voir encadré page 11.

■ **Avant de plonger, venez maîtriser votre souffle et assouplir votre corps**
De 20h30 à 22h. Voir encadré page 6.

Vendredi 3 janvier

■ **Venez respirer : cours de Prānāyāma**
De 8h30 à 10h. Voir encadré page 6.

■ **Les Ateliers de Noël**
Atelier Bois : fabrication d'un puzzle en bois (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré ci-contre.

■ **Les Ateliers de Noël**
Modelage sculpture sur terre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais. Voir encadré ci-contre.

■ **Séance de yoga**, par Corinne Marchand.
18h. Voir encadré page 8.

Samedi 4 janvier

■ **Lectures enfants et pour la jeunesse**
11h, 16h et 17h, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

■ **Séance de yoga**, par Corinne Marchand.
18h. Voir encadré page 8.

Dimanche 5 janvier

■ **Le temps de lire**
17h et 18h, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

Mardi 7 janvier

■ **Jeux de cartes : bridge, tarot.**
Organisé par le Club des Retraités de Bangor et Belle-Isle.
De 14h à 17h, ancienne bibliothèque, 3, rue Jacques Prévert, Bangor.

■ **Contes et légendes du monde entier**
par Solange Nunney.
20h30. Voir encadré page 5.

Mercredi 8 janvier

■ **Venez respirer : cours de Prānāyāma**
De 8h30 à 10h. Voir encadré page 6.

■ **Cours de peinture et autres...**
par Solange Nunney.
10h30 à 12h15. Voir encadré page 5.

■ **Lectures enfants**
11h et 16h30, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...** 16h. Voir encadré page 5.

■ **Contes d'ici et d'ailleurs : Conte de l'an nouveau**, par Louve Blanche.
17h30, grenier de Kérouddé, Bangor. 6€, enfant : 3€. Résa au 06 35 97 72 84.

■ **Astronomie : observation du ciel, étude d'un thème proposé**, vidéo en salle si ciel bouché. Organisé par l'AABI.
20h30, Lotissement Bangor biblio.
5€ (gratuit adhérents). Réservation indispensable 06 87 11 70 94.

Jeudi 9 janvier

■ **Venez vous détendre : cours de Hatha yoga.**
De 9h30 à 11h. Voir encadré page 6.

■ **Cours de modelage, sculpture et poterie** avec Sarah Mesnay.
Galerie du Troisième Œil, rue de l'Église, Le Palais. Voir encadré page 10.

■ **Visite du Jardin La Boulaye**
Visite de 2h, guidée par la propriétaire.
Adulte : 9€, 8€ pour les groupes de 10, gratuit -21 ans.

14h30, Grand Cosquet, Locmaria.
Uniquement sur réservation au 02 97 31 76 09, 06 80 47 53 95 et rev2val@club-internet.fr ou sur rendez-vous.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...**
16h et 20h30. Voir encadré page 5.

Les ateliers de Noël

Du 23 décembre au 3 janvier

Atelier des tout petits de 4 à 6 ans, de 17h à 18h.

■ **Décoration sur un motif de Noël en bois à suspendre**
Lundi 23 et mardi 24 décembre.

■ **Modelage, sculpture sur terre**
Jeudi 26, vendredi 27 décembre, jeudi 2 et vendredi 3 janvier.

■ **Décoration sur un motif de fête en bois**
Lundi 30 et mardi 31 décembre.

Atelier pour les 7 à 16 ans, de 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30.

■ **Création et fabrication d'un motif de Noël en bois**
Lundi 23 et mardi 24 décembre

■ **Création et fabrication d'un mobile en bois**
Jeudi 26 et vendredi 27 décembre (2h).

■ **Fabrication d'un bougeoir de fête en bois**
Lundi 30 et mardi 31 décembre (2h).

■ **Fabrication d'un puzzle en bois**
Jeudi 2 et vendredi 3 janvier.

Les Ateliers de l'hiver

Du lundi 17 février au 7 mars

Atelier des tout petits de 4 à 6 ans, de 17h à 18h.

■ **Modelage, sculpture sur terre**
Les lundis et mardis.

■ **Décoration sur un motif de l'hiver en bois à suspendre**
Les mercredis, jeudis, vendredis et samedis

Atelier pour les 7 à 16 ans, de 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30.

■ **Modelage, sculpture sur terre**
Les lundis et mardis.

■ **Création et fabrication d'un mobile en bois**
Les mercredis et jeudis (2h).

■ **Fabrication d'un puzzle en bois**
Les vendredis.

■ **Fabrication d'un motif en bois à suspendre**
Les samedis.

Tarifs 1h : 13€ ou 2h : 24€ (matériel fourni). Places limitées, sur réservation obligatoire au 06 84 35 71 88 ou par SMS

Atelier Thuillier et Sœurs, rue de la Manutention, Le Palais.

■ **Venez vous tonifier : cours de Hatha Yoga**
De 18h30 à 20h. Voir encadré page 6.

■ **Avant de plonger, venez maîtriser votre souffle et assouplir votre corps**
De 20h30 à 22h. Voir encadré page 6.

Vendredi 10 janvier

■ **Astronomie : éclipse partielle de Lune** : observation et photographie.
Organisé par l'AABI.

De 17h à 21h, lotissement Bangor biblio. Gratuit.
Réservation indispensable 06 87 11 70 94.

■ **Lectures : la Bible des écrivains**
20h, Liber & Co. Voir encadré page 11.

Samedi 11 janvier

■ **Lectures enfants et pour la jeunesse**
11h, 16h et 17h, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

■ **Les chroniques de Youna : l'eau, barrages, lavoirs, pénurie...**
15h, Salle Bleue, mairie de Palais.

Dimanche 12 janvier

■ **Le temps de lire**
17h et 18h, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

Mardi 14 janvier

■ **Jeux de cartes : bridge, tarot.**
Organisé par le Club des Retraités de Bangor et Belle-Isle.
De 14h à 17h, ancienne bibliothèque, 3, rue Jacques Prévert, Bangor.

■ **Contes et légendes du monde entier**
par Solange Nunney.
20h30. Voir encadré ci-dessus.

Mercredi 15 janvier

■ **Venez respirer : cours de Prāṇāyāma**
De 8h30 à 10h. Voir encadré page 6.

■ **Cours de peinture et autres...**
par Solange Nunney.
10h30 à 12h15. Voir encadré ci-dessus.

■ **Lectures enfants**
11h et 16h30, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...**
16h. Voir encadré ci-dessus.

Solange Nunney

Du 8 janvier au 26 mars

■ **Contes et légendes du monde entier**
Les mardis à 20h30.

■ **Cours de peintures et autres...**
Les mercredis de 10h30 à 12h15.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...**
Contes et légendes, pour tous âges.
Les mercredis à 16h, les jeudis à 16h et 20h30, à la cabane magique d'Ael Heol, Jardin des Fées, Le Palais.
Horaires et jours modulables.
L'exposition est visible sur rendez-vous.
Sur réservation : 02 97 31 51 95.

Jeudi 16 janvier

■ **Venez vous détendre : cours de Hatha yoga.**
De 9h30 à 11h. Voir encadré page 6.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...**
16h et 20h30. Voir encadré ci-dessus.

■ **Venez vous tonifier : cours de Hatha Yoga**
De 18h30 à 20h. Voir encadré page 6.

■ **Avant de plonger, venez maîtriser votre souffle et assouplir votre corps**
De 20h30 à 22h. Voir encadré page 6.

Vendredi 17 janvier

■ **Lectures : la Bible des écrivains**
20h, Liber & Co. Voir encadré page 11.

Samedi 18 janvier

■ **La nuit de la nature**

De 16h à minuit.
Librairie Liber&Co, Le Palais.
Voir le programme à la librairie.

■ **Poulet Yassa à emporter**
17h30, Collège Michel Lotte, Le Palais.
Organisé par l'amicale laïque de Palais.

Mardi 21 janvier

■ **Jeux de cartes : bridge, tarot.**
Organisé par le Club des Retraités de Bangor et Belle-Isle.
De 14h à 17h, ancienne bibliothèque, 3, rue Jacques Prévert, Bangor.

■ **Contes et légendes du monde entier**
par Solange Nunney.
20h30. Voir encadré ci-contre.

Mercredi 22 janvier

■ **Venez respirer : cours de Prāṇāyāma**
De 8h30 à 10h. Voir encadré page 6.

■ **Cours de peinture et autres...**
par Solange Nunney.
10h30 à 12h15. Voir encadré ci-contre.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...**
16h. Voir encadré ci-contre.

Jeudi 23 janvier

■ **Venez vous détendre : cours de Hatha yoga.**
De 9h30 à 11h. Voir encadré page 6.

■ **Cours de modelage, sculpture et poterie** avec Sarah Mesnay.
Galerie du Troisième Œil, rue de l'Église, Le Palais.
Voir encadré page 10.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...**
16h et 20h30. Voir encadré ci-dessus.



Location de véhicules

À 50m du débarcadère



- Voitures
- Bateau
- Scooters
- Vélos électriques
- Motos

Nos tarifs incluent

- Le kilométrage illimité
- L'assurance tout risque*
- Le nettoyage du véhicule par nos soins

* voitures, scooters, motos et bateau



1 Quai Vauban
56 360 LE PALAIS

Une entreprise familiale et indépendante.
Une équipe dynamique à votre service !

02 97 31 46 46
drivin-belle-ile.com

■ **Venez vous tonifier : cours de Hatha Yoga**
De 18h30 à 20h. Voir encadré ci-dessous.

■ **Avant de plonger, venez maîtriser votre souffle et assouplir votre corps**
De 20h30 à 22h. Voir encadré ci-dessous.

Vendredi 24 janvier

■ **Concours de belote**
Organisé par le Club des Retraités de Bangor et Belle-Isle.
20h30, salle polyvalente, Bangor.

Samedi 25 janvier

■ **Séance découverte de la sophrologie** avec Martine Demeulemeester, sophrologue certifiée RNCP. Prendre le temps de faire des pauses pour prendre soin de soi. Pourquoi ne pas essayer la sophrologie ? Cette méthode vous aide à vous détendre ; elle vous permet de mieux gérer votre stress, améliorer votre sommeil, surmonter vos peurs, reprendre confiance en vous, vous préparer à des situations angoissantes, apprivoiser la douleur, optimiser votre concentration et votre mémoire, développer une attitude positive face aux événements de la vie, renforcer votre santé... Vous vous sentez mieux avec vous-même et avec les autres. Vous vous sentez mieux dans votre vie au quotidien.
15h / 16h30 à Sauzon. Participation 5€. Renseignements et inscriptions : 06 77 57 14 04.

■ **Soirée Quizz** organisée par l'ASBI.
20h30, salle polyvalente, Bangor.

Dimanche 26 janvier

■ **Loto** organisé par Belle-Île Carnaval.
14h, salle Arletty, Le Palais.

Mardi 28 janvier

■ **Jeux de cartes : bridge, tarot.**
Organisé par le Club des Retraités de Bangor et Belle-Isle.
De 14h à 17h, ancienne bibliothèque, 3, rue Jacques Prévert, Bangor.

Cours de Prāṇāyāma, Hatha Yoga, yoga pour les apnéistes

Les mercredis de 8h30 à 10h

■ **Venez respirer et renforcer votre énergie avec un cours de Prāṇāyāma** (respiration)

Les jeudis de 9h30 à 11h

■ **Venez vous détendre avec un cours de Hatha Yoga**

Les jeudis de 18h30 à 20h

■ **Venez vous tonifier avec un cours de Hatha Yoga**

Les jeudis de 20h30 à 22h

■ **Yoga pour les apnéistes et plongeurs** : avant de plonger, venez maîtriser votre souffle et assouplir votre corps

Cours collectifs et particuliers, toute l'année, à l'intérieur ou extérieur, à Parlevant, Bangor.

Cours collectif isolé (1h30) : 15€.

■ **Contes et légendes du monde entier** par Solange Nunney.
20h30. Voir encadré page 5.

Mercredi 29 janvier

■ **Venez respirer : cours de Prāṇāyāma**
De 8h30 à 10h. Voir encadré ci-dessous.

■ **Cours de peinture et autres...**
par Solange Nunney.
10h30 à 12h15. Voir encadré page 5.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...** 16h. Voir encadré page 5.

Jeudi 30 janvier

■ **Venez vous détendre : cours de Hatha yoga.**
De 9h30 à 11h. Voir encadré ci-dessous.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...**
16h et 20h30. Voir encadré page 5.

■ **Venez vous tonifier : cours de Hatha Yoga**
De 18h30 à 20h. Voir encadré ci-dessous.

■ **Avant de plonger, venez maîtriser votre souffle et assouplir votre corps**
De 20h30 à 22h. Voir encadré ci-dessous.

Vendredi 31 janvier

■ **Séance découverte de la sophrologie** avec Martine Demeulemeester, sophrologue certifiée RNCP. Prendre le temps de faire des pauses pour prendre soin de soi. Pourquoi ne pas essayer la sophrologie ? Cette méthode vous aide à vous détendre ; elle vous permet de mieux gérer votre stress, améliorer votre sommeil, surmonter vos peurs, reprendre confiance en vous, vous préparer à des situations angoissantes, apprivoiser la douleur, optimiser votre concentration et votre mémoire, développer une attitude positive face aux événements de la vie, renforcer votre santé... Vous vous sentez mieux avec vous-même et avec les autres. Vous vous sentez mieux dans votre vie au quotidien. 18h / 19h30 à Sauzon. Participation 5€. Renseignements et inscriptions : 06 77 57 14 04.

Samedi 1^{er} février

■ **Les chroniques de Youna : La santé à Belle-Île (2)**
15h, salle Costeker, Sauzon.

Mardi 4 février

■ **Jeux de cartes : bridge, tarot.**
Organisé par le Club des Retraités de Bangor et Belle-Isle.
De 14h à 17h, ancienne bibliothèque, 3, rue Jacques Prévert, Bangor.

■ **Contes et légendes du monde entier** par Solange Nunney.
20h30. Voir encadré page 5.

Mercredi 5 février

■ **Venez respirer : cours de Prāṇāyāma**
De 8h30 à 10h. Voir encadré ci-contre.

■ **Cours de peinture et autres...**
par Solange Nunney.
10h30 à 12h15. Voir encadré page 5.

■ **Visite du Jardin La Boulaye**
Visite de 2h, guidée par la propriétaire. Adulte : 9€, 8€ pour les groupes de 10, gratuit -21 ans. 14h30, Grand Cosquet, Locmaria. Uniquement sur réservation au 02 97 31 76 09, 06 80 47 53 95 et rev2val@club-internet.fr ou sur rdv.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...** 16h. Voir encadré page 5.

■ **Astronomie : observation du ciel, étude d'un thème proposé**, vidéo en salle si ciel bouché. Organisé par l'AABI.
20h30, Lotissement Bangor biblio.
5€ (gratuit adhérents). Réservation indispensable 06 87 11 70 94.

Jeudi 6 février

■ **Venez vous détendre : cours de Hatha yoga.**
De 9h30 à 11h. Voir encadré ci-dessous.

■ **Cours de modelage, sculpture et poterie** avec Sarah Mesnay.
Galerie du Troisième Œil, rue de l'Église, Le Palais. Voir encadré page 10.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...**
16h et 20h30. Voir encadré page 5.

■ **Préparation à l'accouchement** avec Martine Demeulemeester, sophrologue certifiée RNCP et conseillère en Fleurs du Dr Bach. Venez découvrir comment apaiser votre mental, avoir confiance en vous, mobiliser vos propres ressources, prendre contact avec votre bébé, détourner la douleur pour vivre une naissance heureuse.
Réunion d'information : 18h/19h30. Sauzon. Participation 5€. Renseignements et inscriptions : 06 77 57 14 04.

■ **Venez vous tonifier : cours de Hatha Yoga**
De 18h30 à 20h. Voir encadré ci-contre.

■ **Avant de plonger, venez maîtriser votre souffle et assouplir votre corps**
De 20h30 à 22h. Voir encadré ci-contre.

Samedi 8 février

■ **Lectures enfants et pour la jeunesse**
11h, 16h et 17h, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

■ **Repas d'antan animé**
19h30, salle polyvalente, Bangor.
Organisé par le Comité de Jumelage Bangor/Sixt-Fer-à-Cheval.

Dimanche 9 février

■ **Le temps de lire**
17h et 18h, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

■ **Méditation contée**, par Louve Blanche.
17h30, grenier de Kérourdé, Bangor.
Réservation au 06 35 97 72 84.

Lundi 10 février

■ **Atelier mosaïque**
10h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ **Visite commentée du Grand Phare**
11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Atelier arts plastiques**
15h30, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

Mardi 11 février

■ **Atelier mosaïque**
10h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ **Visite commentée du Grand Phare**
11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Jeux de cartes : bridge, tarot.**
Organisé par le Club des Retraités de Bangor et Belle-Isle.

De 14h à 17h, ancienne bibliothèque, 3, rue Jacques Prévert, Bangor.

■ **Atelier arts plastiques**

15h30, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ **Contes d'ici et d'ailleurs : Si les arbres racontaient...** par Louve Blanche.
17h30, grenier de Kérouardé, Bangor. 6€, enfant : 3€. Résa au 06 35 97 72 84.

■ **Contes et légendes du monde entier** par Solange Nunney.
20h30. Voir encadré page 5.

Mercredi 12 février

■ **Venez respirer : cours de Prānāyāma**
De 8h30 à 10h. Voir encadré page 6.

■ **Balade historique contée :**

Belle Fontaine, par Louve Blanche.
10h, La Belle Fontaine, Le Palais. 6€, enfant : 3€. Résa au 06 35 97 72 84.

■ **Cours de peinture et autres...**

par Solange Nunney.
10h30 à 12h15. Voir encadré page 5.

■ **Visite commentée du Grand Phare**

11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Lectures enfants**

11h et 16h30, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

■ **Atelier arts plastiques**

15h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...** 16h. Voir encadré page 5.

Jeudi 13 février

■ **Venez vous détendre :**

cours de Hatha yoga.
De 9h30 à 11h. Voir encadré page 6.

■ **Atelier mosaïque**

10h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ **Visite commentée du Grand Phare**

11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Cours de modelage, sculpture**

et poterie avec Sarah Mesnay.
Galerie du Troisième Œil, rue de l'Église, Le Palais. Voir encadré page 10.

■ **Atelier arts plastiques**

15h30, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...**

16h et 20h30. Voir encadré page 5.

■ **Venez vous tonifier :**

cours de Hatha Yoga
De 18h30 à 20h. Voir encadré page 6.

■ **Avant de plonger, venez maîtriser**

votre souffle et assouplir votre corps
De 20h30 à 22h. Voir encadré page 6.

Vendredi 14 février

■ **Atelier mosaïque**

10h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ **Visite commentée du Grand Phare**

11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Atelier arts plastiques**

15h30, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.

■ **Lectures : la Bible des écrivains**

20h, Liber & Co. Voir encadré page 11.

■ **Quizz**

L'Amicale de Palais est ravie d'accueillir le NBA pour un de ses désormais célèbres Quizz. Pas de Valentin qui tienne ! Il y aura à boire et à manger et, vous connaissez ces joyeux déjantés, on ne risque pas de s'ennuyer !
20h30, salle Arletty, Le Palais.

Samedi 15 février

■ **Visite commentée du Grand Phare**

11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Lectures enfants et pour la jeunesse**

11h, 16h et 17h, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

Dimanche 16 février

■ **Visite commentée du Grand Phare**

11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Le temps de lire**

17h et 18h, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

■ **Méditation contée**, par Louve Blanche.

17h30, grenier de Kérouardé, Bangor.
Réservation au 06 35 97 72 84.

■ **Loto**

Organisé par le Club des Retraités de Bangor et Belle-Isle.
20h30, salle polyvalente, Bangor

Lundi 17 février

■ **Les Ateliers de l'hiver**

Modelage sculpture sur terre (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30,
Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré page 4.

■ **Visite commentée du Grand Phare**

11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Les Ateliers de l'hiver**

Modelage sculpture sur terre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs,
Le Palais. Voir encadré page 4.

Mardi 18 février

■ **Les Ateliers de l'hiver**

Modelage sculpture sur terre (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30,
Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré page 4.

■ **Visite commentée du Grand Phare**

11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Jeux de cartes : bridge, tarot.**

Organisé par le Club des Retraités de Bangor et Belle-Isle.
De 14h à 17h, ancienne bibliothèque,
3, rue Jacques Prévert, Bangor.

■ **Les Ateliers de l'hiver**

Modelage sculpture sur terre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs,
Le Palais. Voir encadré page 4.

■ **Contes d'ici et d'ailleurs : Le vent souffle et siffle des histoires dans les chaumières**, par Louve Blanche.
17h30, grenier de Kérouardé, Bangor. 6€, enfant : 3€. Résa au 06 35 97 72 84.

■ **Comment améliorer votre sommeil** avec Martine Demeulemeester, sophrologue certifiée RNCP et conseillère en Fleurs du Dr Bach. Vous avez des problèmes de sommeil : difficulté à vous endormir, réveils nocturnes, sommeil agité, cauchemars, angoisses nocturnes, insomnie, fatigue au réveil... La sophrologie et les Fleurs du Dr Bach, méthodes douces et naturelles, peuvent vous aider à retrouver un sommeil réparateur. Réunion d'information : 18h / 19h30 à Sauzon. Participation 5€. Renseignements et inscriptions : 06 77 57 14 04.

■ **Comment améliorer votre sommeil** avec Martine Demeulemeester, sophrologue certifiée RNCP et conseillère en Fleurs du Dr Bach. Vous avez des problèmes de sommeil : difficulté à vous endormir, réveils nocturnes, sommeil agité, cauchemars, angoisses nocturnes, insomnie, fatigue au réveil... La sophrologie et les Fleurs du Dr Bach, méthodes douces et naturelles, peuvent vous aider à retrouver un sommeil réparateur. Réunion d'information : 18h / 19h30 à Sauzon. Participation 5€. Renseignements et inscriptions : 06 77 57 14 04.

■ **Contes et légendes du monde entier** par Solange Nunney.
20h30. Voir encadré page 5.

■ **Contes et légendes du monde entier** par Solange Nunney.
20h30. Voir encadré page 5.

Mercredi 19 février

■ **Venez respirer : cours de Prānāyāma**

De 8h30 à 10h. Voir encadré page 6.

LES OPTICIENS DE L'ÎLE

Marie & Olivier Pouliquen



Face à la pharmacie - 40, rue Joseph Le Brix - 56360 LE PALAIS - 02 97 52 01 02

■ **Balade historique contée :**

Belle Fontaine, par Louve Blanche.
10h, La Belle Fontaine, Le Palais. 6€,
enfant : 3€. Résa au 06 35 97 72 84.

■ **Les Ateliers de l'hiver**

Atelier Bois : création et fabrication d'un
mobile en bois (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30,
Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré page 4.

■ **Cours de peinture et autres...**

par Solange Nunney.
10h30 à 12h15. Voir encadré page 5.

■ **Visite commentée du Grand Phare**

11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Lectures enfants**

11h et 16h30, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient
contées...** 16h. Voir encadré page 5.

■ **Les Ateliers de l'hiver**

Atelier décoration sur un motif de l'hiver
en bois à suspendre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs,
Le Palais. Voir encadré page 4.

Jeudi 20 février

■ **Venez vous détendre :**
cours de Hatha yoga.

De 9h30 à 11h. Voir encadré page 6.

■ **Les Ateliers de l'hiver**

Atelier Bois : création et fabrication d'un
mobile en bois (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30,
Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré page 4.

■ **Visite commentée du Grand Phare**

11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient
contées...**

16h et 20h30. Voir encadré page 5.

■ **Les Ateliers de l'hiver**

Atelier décoration sur un motif de l'hiver
en bois à suspendre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs,
Le Palais. Voir encadré page 4.

■ **Venez vous tonifier :**

cours de Hatha Yoga

De 18h30 à 20h. Voir encadré page 6.

■ **Avant de plonger, venez maîtriser
votre souffle et assouplir votre corps**

De 20h30 à 22h. Voir encadré page 6.

■ **Conférence et projection : l'espéranto**

une langue qui dépasse les frontières
animées par Elisabeth Le Dru et
Françoise Le Strat. 20h, bibliothèque,
rue Pierre Cadre, Bangor.

Vendredi 21 février

■ **Les Ateliers de l'hiver**

Atelier Bois : fabrication d'un puzzle en
bois (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30,
Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré page 4.

■ **Visite commentée du Grand Phare**

11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Les Ateliers de l'hiver**

Atelier décoration sur un motif de l'hiver
en bois à suspendre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs,
Le Palais.
Voir encadré page 4.

■ **Lectures : la Bible des écrivains**

20h, Liber & Co. Voir encadré page 11.

Samedi 22 février

■ **Les Ateliers de l'hiver**

Atelier Bois : fabrication d'un motif en
bois à suspendre (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30,
Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré page 4.

■ **Visite commentée du Grand Phare**

11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Lectures enfants et pour la jeunesse**

11h, 16h et 17h, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

Yoga

Étirements, postures, respiration,
relaxation, méditation...

Venez découvrir le yoga : séances
découverte en extérieur sur toute l'île :
plages, petits bois, à toute heure,
à la carte. En cas de mauvais temps,
salle à disposition à Sauzon.

9€. Cours particulier également, cours
à domicile en famille, entre amis.

Renseignements et réservation :
Corinne Marchand : 06 70 03 13 28.

■ **Les Ateliers de l'hiver**

Atelier décoration sur un motif de l'hiver
en bois à suspendre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs,
Le Palais. Voir encadré page 4.

Dimanche 23 février

■ **Visite commentée du Grand Phare**

11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Le temps de lire** 17h et 18h, Liber & Co.

Voir encadré page 11.

■ **Méditation contée**, par Louve Blanche.

17h30, grenier de Kérouardé, Bangor.
Réservation au 06 35 97 72 84.

Lundi 24 février

■ **Les Ateliers de l'hiver**

Modelage sculpture sur terre (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30,
Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré page 4.

■ **Visite commentée du Grand Phare**

11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Les Ateliers de l'hiver**

Modelage sculpture sur terre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs,
Le Palais. Voir encadré page 4.

Mardi 25 février

■ **Les Ateliers de l'hiver**

Modelage sculpture sur terre (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30,
Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré page 4.

■ **Visite commentée du Grand Phare**

11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.

■ **Jeux de cartes : bridge, tarot.**

Organisé par le Club des Retraités de
Bangor et Belle-Isle.
De 14h à 17h, ancienne bibliothèque,
3, rue Jacques Prévert, Bangor.

■ **Les Ateliers de l'hiver**

Modelage sculpture sur terre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs,
Le Palais. Voir encadré page 4.



■ **Contes d'ici et d'ailleurs : Contes du Nouvel An chinois**, par Louve Blanche. 17h30, grenier de Kérouardé, Bangor. 6€, enfant : 3€. Résa au 06 35 97 72 84.

■ **Comment améliorer votre sommeil** avec Martine Demeulemeester, sophrologue certifiée RNCP et conseillère en Fleurs du Dr Bach. Vous avez des problèmes de sommeil : difficulté à vous endormir, réveils nocturnes, sommeil agité, cauchemars, angoisses nocturnes, insomnie, fatigue au réveil... La sophrologie et les Fleurs du Dr Bach, méthodes douces et naturelles, peuvent vous aider à retrouver un sommeil réparateur. Réunion d'information : 18h / 19h30 à Sauzon. Participation 5€. Info et inscriptions : 06 77 57 14 04.

■ **Contes et légendes du monde entier** par Solange Nunney. 20h30. Voir encadré page 5.

Mercredi 26 février

■ **Venez respirer : cours de Prāṇāyāma** De 8h30 à 10h. Voir encadré page 6.

■ **Balade historique contée : Belle Fontaine**, par Louve Blanche. 10h, La Belle Fontaine, Le Palais. 6€, enfant : 3€. Résa au 06 35 97 72 84.

■ **Les Ateliers de l'hiver** Atelier Bois : création et fabrication d'un mobile en bois (7 à 16 ans). De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais. Voir encadré page 4.

■ **Cours de peinture et autres...** par Solange Nunney. 10h30 à 12h15. Voir encadré page 5.

■ **Visite commentée du Grand Phare** 11h, Kervilahouen, Bangor. Voir encadré page 2.

■ **Lectures enfants** 11h et 16h30, Liber & Co. Voir encadré page 11.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...** 16h. Voir encadré page 5.

■ **Les Ateliers de l'hiver** Atelier décoration sur un motif de l'hiver en bois à suspendre (4 à 6 ans). De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais. Voir encadré page 4.

Jeudi 27 février

■ **Venez vous détendre : cours de Hatha yoga**. De 9h30 à 11h. Voir encadré page 6.

■ **Les Ateliers de l'hiver** Atelier Bois : création et fabrication d'un mobile en bois (7 à 16 ans). De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais. Voir encadré page 4.

■ **Visite commentée du Grand Phare** 11h, Kervilahouen, Bangor. Voir encadré page 2.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...** 16h et 20h30. Voir encadré page 5.

■ **Les Ateliers de l'hiver** Atelier décoration sur un motif de l'hiver en bois à suspendre (4 à 6 ans). De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais. Voir encadré page 4.

■ **Venez vous tonifier : cours de Hatha Yoga** De 18h30 à 20h. Voir encadré page 6.

■ **Avant de plonger, venez maîtriser votre souffle et assouplir votre corps** De 20h30 à 22h. Voir encadré page 6.

Vendredi 28 février

■ **Les Ateliers de l'hiver** Atelier Bois : fabrication d'un puzzle en bois (7 à 16 ans). De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais. Voir encadré page 4.

■ **Visite commentée du Grand Phare** 11h, Kervilahouen, Bangor. Voir encadré page 2.

■ **Les Ateliers de l'hiver** Atelier décoration sur un motif de l'hiver en bois à suspendre (4 à 6 ans). De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais. Voir encadré page 4.

■ **Lectures : la Bible des écrivains** 20h, Liber & Co. Voir encadré page 11.

■ **Concours de belote** Organisé par le Club des Retraités de Bangor et Belle-Isle. 20h30, salle polyvalente, Bangor.

Samedi 29 février

■ **Les Ateliers de l'hiver** Atelier Bois : fabrication d'un motif en bois à suspendre (7 à 16 ans). De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais. Voir encadré page 4.

Atelier de la Rue Pavée



Les 21, 23, 24, 26, 27, 28, 29, 30, 31 décembre, 10, 11, 12, 13, 14 février 2, 3, 4, 5, 6 et 7 mars

■ **Stage arts plastiques** : encres, pastels, gouache, acrylique, mosaïque... À partir de 10h, 15h ou 15h30.

■ **Cours et stages de mosaïque ou dessin/peinture** Mosaïque : découverte ou perfectionnement. En stage d'une semaine, réalisation d'un projet personnel (tableau ou un miroir). En séance d'initiation, création d'une petite mosaïque sur ardoise.

Dessin - peinture. En stage ou à la séance. En atelier : pastels gras et secs, peinture, encre, pour une expression plastique non contrainte, encourageant l'imagination.

Cours enfants à partir de 4 ans, adolescents et adultes. Du lundi au samedi. Réservation obligatoire.

21, avenue Carnot, Le Palais. Renseignements, tarifs, réservation : 06 63 60 46 84 - marion56@live.fr marionkerignard.com

■ **Visite commentée du Grand Phare** 11h, Kervilahouen, Bangor. Voir encadré page 2.

■ **Lectures enfants et pour la jeunesse** 11h, 16h et 17h, Liber & Co. Voir encadré page 11.

■ **Les Ateliers de l'hiver** Atelier décoration sur un motif de l'hiver en bois à suspendre (4 à 6 ans). De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais. Voir encadré page 4.

Dimanche 1^{er} mars

■ **Visite commentée du Grand Phare** 11h, Kervilahouen, Bangor. Voir encadré page 2.

■ **Le temps de lire** 17h et 18h, Liber & Co. Voir encadré page 11.

■ **Méditation contée** par Louve Blanche. 17h30, grenier de Kérouardé, Bangor. Réservation au 06 35 97 72 84.

Lundi 2 mars

■ **Venez vous détendre : cours de Hatha yoga**. De 9h30 à 11h. Voir encadré page 6.

■ **Atelier mosaïque** 10h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais. Voir encadré ci-contre.

■ **Les Ateliers de l'hiver** Modelage sculpture sur terre (7 à 16 ans). De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais. Voir encadré page 4.

■ **Visite commentée du Grand Phare** 11h, Kervilahouen, Bangor. Voir encadré page 2.

■ **Atelier arts plastiques** 15h30, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais. Voir encadré ci-contre.

■ **Les Ateliers de l'hiver** Modelage sculpture sur terre (4 à 6 ans). De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais. Voir encadré page 4.

■ **Venez vous tonifier : cours de Hatha Yoga** De 18h30 à 20h. Voir encadré page 6.

■ **Avant de plonger, venez maîtriser votre souffle et assouplir votre corps** De 20h30 à 22h. Voir encadré page 6.

Mardi 3 mars

■ **Venez respirer : cours de Prāṇāyāma** De 8h30 à 10h. Voir encadré page 6.

■ **Atelier arts plastiques** 10h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais. Voir encadré ci-contre.

■ **Les Ateliers de l'hiver** Modelage sculpture sur terre (7 à 16 ans). De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30, Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais. Voir encadré page 4.

■ **Visite commentée du Grand Phare** 11h, Kervilahouen, Bangor. Voir encadré page 2.

■ **Jeux de cartes : bridge, tarot**. Organisé par le Club des Retraités de Bangor et Belle-Isle. De 14h à 17h, ancienne bibliothèque, 3, rue Jacques Prévert, Bangor.

■ **Atelier mosaïque** 15h30, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais. Voir encadré ci-contre.

- **Les Ateliers de l'hiver**
Modelage sculpture sur terre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs,
Le Palais. Voir encadré page 4.
- **Contes d'ici et d'ailleurs :**
Contes des fées, par Louve Blanche.
17h30, grenier de Kérouardé, Bangor. 6€,
enfant : 3€. Résa au 06 35 97 72 84
- **Contes et légendes du monde entier**
par Solange Nunney.
20h30. Voir encadré page 5.

Mercredi 4 mars

- **Balade historique contée :**
Belle Fontaine, par Louve Blanche.
10h, La Belle Fontaine, Le Palais. 6€,
enfant : 3€. Résa au 06 35 97 72 84.
- **Cours de peinture et autres...**
par Solange Nunney.
10h30 à 12h15. Voir encadré page 5.
- **Les Ateliers de l'hiver**
Atelier Bois : création et fabrication d'un
mobile en bois (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30,
Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré page 4.
- **Visite commentée du Grand Phare**
11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.
- **Lectures enfants**
11h et 16h30, Liber & Co.
Voir encadré page 11.
- **Atelier arts plastiques**
15h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.
- **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient
contées...** 16h. Voir encadré page 5.
- **Les Ateliers de l'hiver**
Atelier décoration sur un motif de l'hiver
en bois à suspendre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs,
Le Palais. Voir encadré page 4.
- **Astronomie : observation du ciel,
étude d'un thème proposé**, vidéo en
salle si ciel bouché. Organisé par l'AABI.
20h30, Lotissement Bangor biblio.
5€ (gratuit adhérents). Réservation
indispensable 06 87 11 70 94.



Sarah Mesnay

■ Cours de modelage, sculpture et poterie

Galerie du Troisième Œil,
rue de l'Église, Le Palais.

Adulte : 14h-16h et 19h30-21h30,
30€ les 2h (terre, outils et les 2
cuissons compris).

Enfant (+ 6 ans) et ado : 17h-18h30,
22€ les 1h30 (terre, outils et les 2
cuissons compris).

Réservation au 06 83 80 93 57.

Jeudi 5 mars

- **Atelier mosaïque**
10h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.
- **Les Ateliers de l'hiver**
Atelier Bois : création et fabrication d'un
mobile en bois (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30,
Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré page 4.
- **Visite commentée du Grand Phare**
11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.
- **Cours de modelage, sculpture
et poterie** avec Sarah Mesnay.
Galerie du Troisième Œil, rue de l'Église,
Le Palais. Voir encadré ci-dessous.
- **Atelier arts plastiques**
15h30, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.
- **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient
contées...**
16h et 20h30. Voir encadré page 5.
- **Les Ateliers de l'hiver**
Atelier décoration sur un motif de l'hiver
en bois à suspendre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs,
Le Palais. Voir encadré page 4.

Vendredi 6 mars

- **Atelier arts plastiques**
10h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.
- **Les Ateliers de l'hiver**
Atelier Bois : fabrication d'un puzzle en
bois (7 à 16 ans). De 10h30 à 12h30 et
de 14h30 à 16h30, Atelier Thuillier et
sœurs, Le Palais. Voir encadré page 4.
- **Visite commentée du Grand Phare**
11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.
- **Atelier mosaïque**
15h30, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.
- **Les Ateliers de l'hiver**
Atelier décoration sur un motif de l'hiver
en bois à suspendre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs,
Le Palais. Voir encadré page 4.
- **Lectures : la Bible des écrivains**
20h, Liber & Co. Voir encadré page 11.

Samedi 7 mars

- **Atelier mosaïque**
10h, Atelier de la Rue Pavée, Le Palais.
Voir encadré page 9.
- **Les Ateliers de l'hiver**
Atelier Bois : fabrication d'un motif en
bois à suspendre (7 à 16 ans).
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30,
Atelier Thuillier et sœurs, Le Palais.
Voir encadré page 4.
- **Visite commentée du Grand Phare**
11h, Kervilahouen, Bangor.
Voir encadré page 2.
- **Les chroniques de Youna :**
**La communication autrefois, presse
locale, journaux satiriques, radio...**
15h, salle polyvalente, Bangor.
- **Préparation à l'accouchement**
avec Martine Demeulemeester,
sophrologue certifiée RNCP et conseillère
en Fleurs du Dr Bach. Venez découvrir
comment apaiser votre mental, avoir
confiance en vous, mobiliser vos propres

ressources, prendre contact avec votre
bébé, détourner la douleur pour vivre
une naissance heureuse.
Réunion d'information : 15h/16h30.
Sauzon. Participation 5€.
Info et inscriptions : 06 77 57 14 04.

■ **Ouverture du Printemps des poètes**
À partir de 16h, librairie Liber & Co,
Le Palais. (programmation jusqu'au 23
mars, voir à la librairie).

■ **Les Ateliers de l'hiver**
Atelier décoration sur un motif de l'hiver
en bois à suspendre (4 à 6 ans).
De 17h à 18h, Atelier Thuillier et sœurs,
Le Palais. Voir encadré page 4.

■ **Soirée Quizz** organisé et au profit de
l'Amicale des Parents de Bangor.
20h30, salle polyvalente, Bangor.
RDV à partir de 19h30 pour un apéro
tapas / crêpes.

Dimanche 8 mars

■ **Visite du Jardin La Boulaye**
Visite de 2h, guidée par la propriétaire.
Adulte : 9€, 8€ pour les groupes de 10,
gratuit -21 ans.
14h30, Grand Cosquet, Locmaria.
Uniquement sur réservation au 02 97 31
76 09, 06 80 47 53 95 et rev2val@club-
internet.fr ou sur rendez-vous.

■ **Le temps de lire**
17h et 18h, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

■ **Méditation contée**, par Louve Blanche.
17h30, grenier de Kérouardé, Bangor.
Réservation au 06 35 97 72 84.

Mardi 10 mars

■ **Jeux de cartes : bridge, tarot.**
Organisé par le Club des Retraités de
Bangor et Belle-Isle.
De 14h à 17h, ancienne bibliothèque,
3, rue Jacques Prévert, Bangor.

■ **Contes et légendes du monde entier**
par Solange Nunney.
20h30. Voir encadré page 5.

Mercredi 11 mars

■ **Venez respirer : cours de Prāṇāyāma**
De 8h30 à 10h. Voir encadré page 6.

■ **Cours de peinture et autres...**
par Solange Nunney.
10h30 à 12h15. Voir encadré page 5.

■ **Lectures enfants**
11h et 16h30, Liber & Co.
Voir encadré page 11.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient
contées...** 16h. Voir encadré page 5.

Jeudi 12 mars

■ **Venez vous détendre :**
cours de Hatha yoga.
De 9h30 à 11h. Voir encadré page 6.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient
contées...**
16h et 20h30. Voir encadré page 5.

■ **Venez vous tonifier :**
cours de Hatha Yoga
De 18h30 à 20h. Voir encadré page 6.

■ **Astronomie : Conférence de Charles
Frenkel** : géologie des planètes du
système solaire, des laves lunaires, des
glaciers martiens. Simulation de vie sur
Mars. Organisée par l'AABI.
20h30, salle Arletty, Le Palais. Gratuit.
Réservation indispensable 06 87 11 70 94.

■ **Avant de plonger, venez maîtriser votre souffle et assouplir votre corps** De 20h30 à 22h. Voir encadré page 6.

Vendredi 13 mars

■ **Comment améliorer votre sommeil** avec Martine Demeulemeester, sophrologue certifiée RNCP et conseillère en Fleurs du Dr Bach. Vous avez des problèmes de sommeil : difficulté à vous endormir, réveils nocturnes, sommeil agité, cauchemars, angoisses nocturnes, insomnie, fatigue au réveil... La sophrologie et les Fleurs du Dr Bach, méthodes douces et naturelles, peuvent vous aider à retrouver un sommeil réparateur. Réunion d'information : 18h / 19h30 à Sauzon. Participation 5€. Info et inscriptions : 06 77 57 14 04.

■ **Lectures : la Bible des écrivains** 20h, Liber & Co. Voir encadré ci-contre.

Samedi 14 mars

■ **Lectures enfants et pour la jeunesse** 11h, 16h et 17h, Liber & Co. Voir encadré ci-contre.

Dimanche 15 mars

■ **Le temps de lire** 17h et 18h, Liber & Co. Voir encadré ci-contre.

Mardi 17 mars

■ **Jeux de cartes : bridge, tarot.** Organisé par le Club des Retraités de Bangor et Belle-Isle. De 14h à 17h, ancienne bibliothèque, 3, rue Jacques Prévert, Bangor.

■ **Contes et légendes du monde entier** par Solange Nunney. 20h30. Voir encadré page 5.

Mercredi 18 mars

■ **Venez respirer : cours de Prāṇāyāma** De 8h30 à 10h. Voir encadré page 6.

■ **Cours de peinture et autres...** par Solange Nunney. 10h30 à 12h15. Voir encadré page 5.

■ **Lectures enfants**, de 11h et 16h30, Liber & Co. Voir encadré ci-dessus.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...** 16h. Voir encadré page 5.

Jeudi 19 mars

■ **Venez vous détendre : cours de Hatha yoga.** De 9h30 à 11h. Voir encadré page 6.

■ **Cours de modelage, sculpture et poterie** avec Sarah Mesnay. Galerie du Troisième Œil, rue de l'Église, Le Palais. Voir encadré page 10.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...** 16h et 20h30. Voir encadré page 5.

■ **Venez vous tonifier : cours de Hatha Yoga** De 18h30 à 20h. Voir encadré page 6.

■ **Avant de plonger, venez maîtriser votre souffle et assouplir votre corps** De 20h30 à 22h. Voir encadré page 6.

Vendredi 20 mars

■ **Astronomie : équinoxe de printemps : Où se couche exactement le soleil ?** Observation du soleil et du ciel. Organisé par l'AABI. 19h, aiguilles de Port Coton. Gratuit.

Liber & Co – Café Littéraire



■ Lectures

De Harry Potter aux Trois Mousquetaires, des Classiques aux Romans d'aujourd'hui, de la Cuisine à la Philosophie, du Théâtre à la Poésie... Lectures à voix haute, Cercles et Prix des Lecteurs Pour tous, grands et juniors

■ Signatures et rencontres d'écrivains et d'artistes

Mercredis à 11h et à 16h30, Lectures Enfants

Vendredis à 20h, Lectures : La Bible des écrivains (La Bible, nouvelle traduction, Bayard éditions)

Samedis à 11h, Lectures Enfants

Samedis, Lectures Jeunesse (grands enfants et collégiens, lycéens) à 16h : Harry Potter, à 17h Les Trois Mousquetaires

Dimanche, Le Temps de Lire 17h : A la recherche du temps perdu, de Marcel Proust. 18h : Lectures libres & Poésie...

Librairie Café Littéraire Liber & Co
2, rue des Remparts, Le Palais

02 97 31 82 41 ou 06 82 43 87 15.

liberandco@gmail.com – liberandco.com

Dimanche 22 mars

■ **Repas bœuf carottes** organisé par le Club des Retraités de Bangor et Belle-Isle. 12h, salle polyvalente, Bangor.

Mardi 24 mars

■ **Jeux de cartes : bridge, tarot.** Organisé par le Club des Retraités de Bangor et Belle-Isle.

De 14h à 17h, ancienne bibliothèque, 3, rue Jacques Prévert, Bangor.

■ **Contes et légendes du monde entier** par Solange Nunney. 20h30. Voir encadré page 5.

Mercredi 25 mars

■ **Venez respirer : cours de Prāṇāyāma** De 8h30 à 10h. Voir encadré page 6.

■ **Cours de peinture et autres...** par Solange Nunney. 10h30 à 12h15. Voir encadré page 5.

■ **Visite du Jardin La Boulaye** Visite de 2h, guidée par la propriétaire. Adulte : 9€, 8€ pour les groupes de 10, gratuit -21 ans. 14h30, Grand Cosquet, Locmaria. Uniquement sur réservation au 02 97 31 76 09, 06 80 47 53 95 et rev2val@club-internet.fr ou sur RDV.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...** 16h. Voir encadré page 5.

Jeudi 26 mars

■ **Venez vous détendre : cours de Hatha yoga.** De 9h30 à 11h. Voir encadré page 6.

■ **Si Belle-Isle et la Bretagne m'étaient contées...** 16h et 20h30. Voir encadré page 5.

■ **Venez vous tonifier : cours de Hatha Yoga** De 18h30 à 20h. Voir encadré page 6.

■ **Avant de plonger, venez maîtriser votre souffle et assouplir votre corps** De 20h30 à 22h. Voir encadré page 6.

Vendredi 27 mars

■ **Concours de belote** organisé par le Club des Retraités de Bangor et Belle-Isle. 20h30, salle polyvalente, Bangor.

Samedi 28 mars

■ **Fête du court métrage** En journée, salle Sarah Bernhardt, Sauzon. Organisée par Les Tempestaires.

28 mars au 12 avril

■ **Semaine du compost** Organisée par le CPIE. Programme à venir.

Mardi 31 mars

■ **Contes et légendes du monde entier** par Solange Nunney. 20h30. Voir encadré page 5.



