

Echos UTL

ECHOS du Pays de Vilaine - Numéro 72

Septembre 2024 à janvier 2025

Chers amis,

Voici arrivé le temps des retrouvailles après un été qui j'espère, vous aura apporté beaucoup de joies.

Nous avons eu une saison 2023 – 2024 bien remplie avec la création de nouvelles activités, l'atelier d'écriture et de relaxation qui s'ajoutent au cercle de lecture, à l'atelier « Tonic Neurones » et au Yoga du rire ainsi que nos conférences, randonnées, sorties, séjour et voyage.

Pour cette nouvelle saison, nous avons prévu de démarrer des cours d'anglais sous forme d'atelier en mars 2025, nous essaierons de travailler pour votre plus grande satisfaction. Nous espérons vous retrouvez encore nombreux cette année dans cette convivialité que j'apprécie et qui est l'une des qualités de notre association.

Nous serons heureux de vous accueillir aux permanences du mardi 3 septembre à Nivillac et du jeudi 12 septembre à La Roche-Bernard ainsi qu'au forum des associations de Nivillac du samedi 7 septembre. Nous serons également présents aux forums de Ste Reine de Bretagne du samedi 31 aout et à Missillac le 7 septembre.

Pour ceux qui le souhaitent, vous pouvez vous inscrire et payer en ligne votre inscription en cliquant sur Adhésion sur notre site internet.

Je vous souhaite à tous une bonne rentrée. Vous pouvez nous suivre sur notre site internet : www.utlpaysdevilaine.fr.

Pierre OILLIC

CALENDRIER DES ACTIVITES de février 2024 à juin 2024

Jeudi 5	Septembre	Randonnée tour du Golfe	Randonnée tour du Golfe
Samedi 7	Septembre	Forum des Associations	Salle polyvalente du Forum de Nivillac
Lundi 9/16/23/30	Septembre	Atelier Tonic Neurones	Nivillac
Jeudi 12	Septembre	Randonnée	voir planning randonnées
Vendredi 13	Septembre	Yoga du rire	Centre de loisirs Nivillac
Vendredi 13	Septembre	Atelier d'écriture	Ancienne Bibliothèque Nivillac
Lundi 16	Septembre	Yoga du rire	Centre de loisirs Nivillac
Mardi 17	Septembre	Conférence	Théâtre du Forum Nivillac
du 18 au 20	Septembre	Sortie	Séjour en Cornouaille bretonne - Quimper
Jeudi 26	Septembre	Randonnée	voir planning randonnées
Vendredi 27	Septembre	Cercle de lecture	Mairie La Roche-Bernard
Vendredi 27	Septembre	Sortie	Sortie du Trieux et château de la Roche-Jagu
Jeudi 3	Octobre	Randonnée tour du Golfe	Randonnée tour du Golfe
Vendredi 4	Octobre	Yoga du rire	Centre de loisirs Nivillac
Lundi 7/14/21/28	Octobre	Atelier Tonic Neurones	Nivillac
Lundi 7	Octobre	Yoga du rire	Centre de loisirs Nivillac
Mardi 8	Octobre	Conférence	Théâtre du Forum Nivillac
Jeudi 10	Octobre	Randonnée	voir planning randonnées
Vendredi 11	Octobre	Atelier d'écriture	Ancienne Bibliothèque Nivillac
Jeudi 17	Octobre	Randonnée à thème	Vannes
Jeudi 24	Octobre	Randonnée	voir planning randonnées
Vendredi 25	Octobre	Cercle de lecture	Mairie La Roche-Bernard
Lundi 4/18/25	Novembre	Atelier Tonic Neurones	Nivillac
Lundi 4	Novembre	Yoga du rire	Centre de loisirs Nivillac
Mardi 5	Novembre	Conférence	Cinéma La Couronne
Vendredi 8	Novembre	Yoga du rire	Centre de loisirs Nivillac
Vendredi 8	Novembre	Atelier d'écriture	Ancienne Bibliothèque Nivillac
Mardi 12	Novembre	AG UTL	Théâtre du Forum Nivillac
Jeudi 14	Novembre	Randonnée	voir planning randonnées
Jeudi 21	Novembre	Randonnée à thème	Le Tour du Parc
Vendredi 22	Novembre	Cercle de lecture	Mairie La Roche-Bernard
Mardi 26	Novembre	Conférence	Théâtre du Forum Nivillac
Jeudi 28	Novembre	Randonnée	voir planning randonnées
Lundi 2/9/16/23/30	Décembre	Atelier Tonic Neurones	Nivillac
Lundi 2	Décembre	Yoga du rire	Centre de loisirs Nivillac
Jeudi 5	Décembre	Sortie	Sortie à Rennes
Vendredi 6	Décembre	Yoga du rire	Centre de loisirs Nivillac
Mardi 10	Décembre	Conférence	Théâtre du Forum Nivillac
Jeudi 12	Décembre	Randonnée	voir planning randonnées
Vendredi 13	Décembre	Atelier d'écriture	Ancienne Bibliothèque Nivillac
Vendredi 27	Décembre	Cercle de lecture	Mairie La Roche-Bernard
Lundi 6/13/20/27	Janvier	Atelier Tonic Neurones	Nivillac
Lundi 6	Janvier	Yoga du rire	Centre de loisirs Nivillac
Mardi 7	Janvier	Conférence	Théâtre du Forum Nivillac
Jeudi 9	Janvier	Randonnée	voir planning randonnées
Vendredi 10	Janvier	Yoga du rire	Centre de loisirs Nivillac
Vendredi 10	Janvier	Atelier d'écriture	Ancienne Bibliothèque Nivillac
Samedi 18	Janvier	Galette des rois	Forum de Nivillac
Jeudi 23	Janvier	Randonnée	voir planning randonnées
Vendredi 24	Janvier	Cercle de lecture	Mairie La Roche-Bernard
Mardi 28	Janvier	Conférence	Cinéma La Couronne

Atelier Relaxation à partir d'octobre selon disponibilité salle et animatrice

AG de l'UTL

Mardi 12 novembre 2024 au **Forum de Nivillac à 14h00**
Assemblée générale extraordinaire et ordinaire de notre UTL

Galette des rois

Samedi 18 janvier 2025 au **Forum de Nivillac à 14h30**

Comme chaque année, nous partagerons la traditionnelle Galette des Rois, occasion de rencontre en grande convivialité, l'après-midi sera animée par l'**orchestre Claude Giraudet (accordéon et clavier)**

Nouveauté 2025 : Cours d'anglais

A partir de mars 2025, des cours d'anglais (niveau collège) vous seront proposés une fois par semaine le vendredi.

Notre enseignante, Cara Zimmer, propose de démarrer la séance par un échauffement jeux. Puis une partie plus pratique avec des dialogues, travail de groupe, compréhension orale.

Au milieu de la séance qui durera 1h30, une petite pause de 10 minutes.

Nous aurons une douzaine de cours jusqu'à la fin juin. Pour un groupe de 10 à 14 personnes le coût serait environ de 70 euros par personne pour les 12 séances.

Si nous avons plus de 14 personnes nous pourrions prévoir 2 groupes ; 1 niveau débutant et 1 plus confirmé.

A venir en mars : Sortie à la journée Airbus et Chantier de l'Atlantique St Nazaire

Mardi 17 septembre - Au théâtre du Forum de Nivillac

M. LEMARE : *Voyage imaginaire en Irlande*

Un voyage en imagination au pays des moines navigateurs et des bardes gaéliques, des tourbières et des vertes collines. Entrelaçant le récit historique avec le conte et la musique jouée en direct, cette conférence associe les plaisirs de la connaissance et du ressourcement musical et poétique.

Mardi 8 octobre - Au théâtre du Forum de Nivillac

Mme BAUMONT : *Le radon en Bretagne*

La radioactivité est présente dans la nature depuis toujours. On a appris à la connaître, à la mesurer et à l'utiliser d'un point de vue médical à cause de ses effets sur le corps humain, puis pour faire de l'énergie. La conférence vous permettra de mieux comprendre le phénomène du radon, gaz radioactif naturel qui peut s'introduire dans nos maisons.

Mardi 5 novembre - Au cinéma La Couronne

M. HINDI : *L'image manipulée et manipulatrice*

Conférence-débat illustrée par des extraits de films sur le pouvoir, la fascination et le danger des images.

Cette conférence tentera de faire le point sur l'évolution des rapports entre fiction et réalité.

A-t-on le droit de tout filmer ? A-t-on le droit de tout montrer ? Comment les images nous manipulent-elles et comment croire à toutes ces images qui nous envahissent tous les jours ?

Mardi 26 novembre - Au théâtre du Forum de Nivillac

Mme CHAPRON : *L'hypnose, quand, comment, pourquoi ?*

Nous avons tous et toutes entendu parler de l'hypnose sans toujours savoir de quoi il s'agit exactement. Marie Champion, praticienne, nous explique son historique, sa méthodologie, son utilisation.

Mardi 10 décembre - Au théâtre du Forum de Nivillac

Mme GUERIN : *Sur la route du café.*

De l'Ethiopie au comptoir du zinc chez nous, en passant par les Amériques, voyagez à travers l'histoire du café. Il arrive en Europe au XVIIème siècle. D'où vient la graine de café ? Comment a-t-elle réussi à faire le tour du monde et devenir la 2^e boisson la plus consommée au monde ? Quels sont les rites et les coutumes qui lui sont associés ?

Mardi 7 janvier - Au théâtre du Forum de Nivillac

Mme LEMAITRE : *Isidore ODORICO*

Vous découvrirez en Bretagne les mosaïques de la famille ODORICO qui sont omniprésentes dans les établissements publics, les commerces, sur les façades d'immeubles... Ces décorations d'adaptent aux volontés des architectes et des entrepreneurs en quête d'innovation.

Mardi 28 janvier - Au cinéma La Couronne

M. Jérôme MEYNIEL : *L'économie de l'attention, l'or du XXIème siècle*

Survivre à l'ère de la distraction, la conférence qui alerte sur le plus grand défi de notre temps.

Thèmes : Capacité d'attention- Temps de cerveau disponible- Réseaux sociaux- Efficacité- Créativité- Ecologie de l'attention

CERCLE DE LECTURE

"Riches d'une retraite qui nous laisse le choix de nos loisirs, le temps est venu pour nous de lire pour le plaisir. Car il est possible de se faire plaisir en lisant !

Le plus souvent, cette lecture plaisir est associée aux romans, dans lesquels une histoire nous passionne par son originalité, nous fait découvrir un aspect du monde que nous ne connaissions pas, des personnages auxquels nous nous identifions ou détestons... Les émotions sont toujours au rendez-vous, nous confirmant dans notre état d'humains sensibles. Les essais sont également une grande source de richesses, divers dans leurs propositions.

Le plaisir est encore plus grand quand nous pouvons partager nos sensations et nos découvertes avec d'autres personnes, échanger des idées. Cette possibilité, le Cercle de lecture de l'UTL vous l'offre une fois par mois, en principe le 4ème vendredi. Les échanges s'y font dans la plus grande convivialité, la tolérance et le respect de la parole exprimée.

Notre premier rendez-vous a lieu le 27 septembre, à 14 h, au 1er étage de la mairie de La Roche-Bernard. Nous y ferons connaissance si vous nous y rejoignez et établirons le programme des thèmes qui seront abordés dans l'année."

ATELIER « Yoga du rire »

Je propose des séances de YOGA du RIRE pour tous, femmes et hommes :

- Séance d'1heure par groupe maximum de 15-20 personnes « **EN PLEIN AIR** », près du centre de loisirs ou à l'intérieur suivant la météo, au 1 rue des ajoncs à Nivillac.

- en principe, les cours ont lieu **le 1^{er} lundi ou le 1^{er} vendredi de chaque mois de 10h30 à 11h30** :

1ères séances lundi 09 septembre et vendredi 13 septembre

- Prévoir une tenue et des chaussures confortables

- **Apporter un tapis de sol ou une grande serviette**

Marie-France

Professeur de Yoga et de Yoga du RIRE

ATELIER « Tonic Neurones »

Le lundi de 13h30 à 16h00, au Forum de Nivillac, dans l'ancienne bibliothèque, tous les quinze jours.

Nous nous amusons, par groupe de dix personnes au maximum, à résoudre des exercices variés, accessibles à tous, sollicitant toutes nos fonctions cérébrales, de façon ludique et attrayante certes, mais aussi construite, faisant appel à nos capacités de concentration, d'observation, de logique, de mémorisation, d'échange et à "l'intelligence collective". Les jeux ne nécessitent qu'un crayon, une gomme et ... de la bonne humeur !

Pour tout renseignement : anne.marie.faugeras@orange.fr Tél : 06 12 22 16 05

ATELIER «Relaxation»

Ce que les séances de relaxation peuvent apporter.

La relaxation est une méthode reconnue pour ses effets bénéfiques en matière de prophylaxie. La pratique de la relaxation permet d'aider à lâcher prise, améliore le sommeil, favorise la détente corporelle, réduit les tensions musculaires et l'anxiété.

L'intérêt de la relaxation réside dans sa simplicité et son accessibilité à tous. Les participants développent au fil des séances, un relâchement plus rapide et plus profond.

Apprendre à se ressourcer, se détendre mais aussi se recentrer et s'apaiser rapidement.

Tarif : 5€ par séance à verser à l'animatrice

ATELIER «Ecriture»

Les ateliers d'écriture se déroulent dans un cadre de bienveillance, de respect de chacun, de liberté, où la confidentialité de ce qui est partagé reste dans la séance vécue auprès des membres présents.

Lieu : Salle du Forum de Nivillac réservée pour l'UTL

Horaires : de 14 h à 16 h, le vendredi

Tarif et modalité : 10 € les 2 heures réglables à chaque séance directement auprès de Marine Thieulin.

CONSIGNES pour les Grandes Randonnées et Randonnées à Thème saison 2024/2025

- Pour les grandes randonnées, Dates : 2^{ème} et 4^{ème} jeudi de chaque mois.
- Pour les randonnées à thème, Dates : en principe, le 3^{ème} jeudi de chaque mois.
- Départ : 14 h du lieu de rendez-vous, sauf indication contraire.
- Les trajets sont indiqués pour un départ de La Roche-Bernard.
- La longueur et la difficulté des circuits sont précisées sur le programme.

Précisions sur le classement des circuits des grandes randonnées :

Classement 1 : sans difficulté

Classement 2 : peu vallonné : 1 montée significative ou quelques petites montées (2 à 3) sans trop de difficultés

Classement 3 : vallonné : 2 montées significatives ou plus de 3 petites montées

Classement 4 : très vallonné : plus de 2 montées significatives et plus de 3 petites montées

(Nota : montée significative : pente raide sur au moins 100m)

- Pour les randonnées autour du Golfe : le 1^{er} jeudi de chaque mois d'avril à octobre

- Co-voiturage

Pour les personnes souhaitant faire du covoiturage pour les randonnées UTL se regrouper par commune.

- Chaque randonneur participe aux sorties sous sa propre responsabilité et s'engage à respecter la nature et le Code de la Route. Il est obligatoire de circuler uniquement sur la partie droite de la chaussée et de rester groupé.

Les participants ne doivent, en aucun cas :

- précéder le responsable en tête du groupe, qui, seul, impose le rythme de la randonnée,
- ni se trouver derrière le dernier responsable, en fin de groupe.

- **La présence d'animaux est interdite.**

JEUDI 17 Octobre 2024

Visite du Centre de tri de déchets recyclables - 17 rue Stanislas de Lôme – ZI du Prat – VANNES
(derrière le centre de tri postal)

Cette visite est fortement déconseillée aux personnes portant un appareil sensible aux champs magnétiques (pacemaker, pompe à insuline, coquelet auditif ...)

Prévoir des chaussures plates et fermées.

La visite dure 1h30 – il n’y aura pas de randonnée

Inscription obligatoire avant le 15 septembre auprès de Martine HERVY par SMS au Tél. au **06 78 01 27 57**

Un premier groupe de 20 personnes de 9h30 à 11h

Un deuxième groupe de 20 personnes de 14h à 15h30

Trajet : RN 165 jusqu’à Vannes, sortir à l’échangeur de St Léonard, traverser la 4 voies et prendre la première sortie ZI du Prat et après fléchage pancarte UTL – Prévoir 30 mn – 40 km

JEUDI 21 Novembre 2024

Visite du Centre OSTREAPOLIS à LE TOUR DU PARC

A voir 2 expositions :

- **L’huître et son élevage** – Approcher et écouter les ostréiculteurs au travail, suivre le parcours de l’huître du stade de larve à naissain
- **Les océans** – Une plongée immersive et unique qui invite les visiteurs à découvrir l’océan et le patrimoine maritime français et européen

Visite par groupe de 15 à 20 personnes selon les inscriptions, à 14h et 15h30

Si le temps le permet, une petite balade est prévue.

Inscription obligatoire avant le 30 septembre auprès de Martine HERVY par SMS ou Tél. au **06 78 01 27 57**

Trajet : RN 165 jusqu’à Muzillac (2ème sortie) au rond-point prendre 3^{ème} sortie la D20 pour Ambon, aller jusqu’à Surzur puis prendre la D195 jusqu’à Le Tour du Parc, puis les pancartes UTL vous guideront (Prévoir 35 à 40 mn pour 38 km)

PROGRAMME DES RANDONNEES de septembre 2024 à janvier 2025

Départ : 14h00 du lieu de rendez-vous.

Jedi 12 septembre 2024 :

- Circuit : Ferme Ecole de Saint-Gildas des Bois
- Départ : à Saint-Gildas-des-Bois sur la (D773) vers Drefféac, 1ère à gauche après la pépinière Poupard, Ferme Ecole.
- Distance : ≈ 8 kms Difficulté : sans Classement : 1
- Responsables : Gustave Regent (0672548415), Jacky Malabeuf (0683669914), Alain Nottebaert (0673971613)

Jedi 26 septembre 2024 :

- Circuit : Mesquer, Entre Mer et Marais.
- Départ : Parking à droite avant la pointe de Merquel (après Kercabellec).
- Distance : ≈ 8 kms Difficulté : peu vallonné Classement : 2
- Responsables : Chantal Belliot (0621740668), Maryvonne Belliot (0679430618), Marie-Lyse Denigot (0611233098)

Jedi 10 octobre 2024 :

- Circuit : Caden, la boulotterie.
- Départ : Salle omnisports de Caden.
- Distance : ≈ 9 kms Difficulté : peu vallonné Classement : 2
- Responsables : Marie-Thérèse Brohan (0682166737), Brigitte Lecointe (0672511537), Michel Brohan.

Jedi 24 octobre 2024 :

- Circuit : Questembert, La boucle Saint Eloi
- Départ : Etang de Célaç, Questembert
- Distance : ≈ 9,5 kms Difficulté : sans Classement : 1
- Responsables : Annick Oillac (0674628044), Nicole Gergaud (0643213027), Guy Benardeau (0683508075)

Jedi 14 novembre 2024 :

- Circuit : Péaule, circuit des Templiers
- Départ : Salle des sports de Péaule
- Distance : ≈ 9 kms Difficulté : peu vallonné Classement : 2
- Responsables : Yvette Kerrouault (0682166737), Martine Jéhanno (0637373297), Marcelle David (0671985568)

Jedi 28 novembre 2024 :

- Circuit : de Crossac
- Départ : Cimetière Communal de Crossac, route de Pontchâteau
- Distance : ≈ 9 kms Difficulté : sans Classement : 1
- Responsables : Nelly Guchet (0636800128), Serge Vince (0652233948), Patrick Belliot (0788183725)

Jedi 12 décembre 2024 :

- Circuit : Fégréac, l'étang de Aumée
- Départ : Parking de l'étang de Aumée, Fégréac.
A Théhillac – écluse du Béllion – prendre à droite jusqu'à la croix de Lourmel -prendre à gauche et suivre le fléchage.
- Distance : ≈ 9 kms Difficulté : peu vallonné Classement : 2
- Responsables :

Jedi 9 janvier 2024 :

- Circuit : Férel
- Départ : Parking avant le barrage d'Arzal, côté Camoël
- Distance : ≈ 9 kms Difficulté : vallonné Classement : 3
- Responsables : Chantal Belliot (0621740668), Maryvonne Belliot (0679430618), Marie-Lyse Denigot (0611233098)

Jeudi 23 janvier 2024 :

- Circuit : Saint-Dolay, Circuit des buttes
- Départ : Parking à gauche en bas du cimetière de Saint-Dolay
- Distance : ≈ 9 kms Difficulté : vallonné Classement : 3
- Responsables : Gustave Regent (0672548415), Jacky Malabeuf (0683669914), Alain Nottebaert (0673971613)

Rando autour du Golfe avec Guy Bénardeau

Guy Bénardeau organise des randonnées à la journée d'environ 15 km autour du golfe du Morbihan du mois d'avril à octobre. Le trajet se fera en covoiturage.

Pour s'inscrire ou se renseigner, contacter Guy Bénardeau par téléphone au (0683508075), le retour se fera via l'application « WhatsApp » pour plus de commodités.

Les dates retenues sont le jeudi 5 septembre 2024 et le jeudi 3 octobre 2024.

Séjour mi-randonnée mi-culturel en Cornouaille Bretonne

Du Mercredi 18 septembre au Vendredi 20 septembre 2024

Ce séjour est limité à 30 personnes. **Les réservations sont complètes**

Le transport se fera en covoiturage (prévoir un dédommagement pour le chauffeur).

MERCREDI 18 SEPTEMBRE 2024 :

Départ de Nivillac vers 7h30 (à définir) direction Le Guilvinec pour une randonnée.

Vers 12h30 pique-nique à emporter

En début d'après-midi rendez-vous à **Haliotika – La Cité de la Pêche** vous fait découvrir le monde fascinant des marins pêcheurs grâce à deux expositions. Avec **"Embarquement immédiat"**, vous monterez à bord d'un chalutier hauturier et vivrez la rude mais palpitante existence des marins. **"De la mer à l'assiette"** retrace le parcours du poisson jusqu'à sa commercialisation.

Vous assisterez ensuite au **spectacle** haut en couleurs du retour des bateaux, puis à la **visite de la criée côtière** où se retrouvent les acheteurs locaux et **dégusterez les délicieuses langoustines dites "Demoiselles du Guilvinec", accompagnées d'un verre de muscadet.**

Installation dans votre **hôtel 4* en périphérie proche de Quimper**. Verre de bienvenue. Dîner à l'hôtel. Nuit.

JEUDI 19 SEPTEMBRE 2024 :

Petit déjeuner à l'hôtel. Rejoignez votre guide-conférencier devant l'église de Locmaria pour une **journée de guidage à la découverte de Quimper**.

Découvrez le quartier de Locmaria, site premier de la ville mais aussi de la faïence quimpéroise grâce à une **visite commentée des ateliers de la faïencerie Henriot-Quimper**, qui perpétue depuis plus de 3 siècles l'art de la faïence peinte à la main.

Cette visite sera suivie par une **démonstration de fabrication de crêpes dentelles sur les becuwes à la biscuiterie de Quimper** puis d'une **dégustation des spécialités locales** : gâteaux bretons, galettes, palets, kouign-amann.

Déjeuner dans un restaurant traditionnel.

En début d'après-midi, partez à la découverte de **Quimper, Ville d'Art et d'Histoire**, et laissez-vous charmer par le cœur historique et ses maisons à pans de bois, les remparts, les passerelles fleuries le long de l'Odet....

Suivez votre guide et entrez dans la cathédrale Saint Corentin, joyau de l'art gothique breton.

Randonnée le long de l'Odet

Dîner à l'hôtel. Nuit.

VENDREDI 20 SEPTEMBRE 2024 :

Route vers Douarnenez avec vos véhicules, pour la **visite guidée d'une conserverie artisanale et familiale**. La conserverie élabore et transforme tout sur place, à la main, quasiment à l'ancienne. Douceurs pour l'apéritif, plats cuisinés pour la famille ou pour les grands rassemblements, la gamme est appétissante et fait sienne la devise du patron : « il faut que les gens prennent du plaisir à manger ». La visite s'achèvera par une **dégustation**.

Continuation vers **Locronan** pour une **visite guidée de la Petite Cité de Caractère** jadis la capitale du commerce des toiles de chanvre et de lin. Cette activité économique a contribué à la richesse de cette cité du XVIème et XVIIIème siècle.

Déjeuner en crêperie à Locronan.

Après-midi randonnée aux gorges du Stangala au nord de Quimper

En fin d'après-midi départ pour Nivillac

Sortie à la journée

CROISIERE TRIEUX ET CHATEAU DE LA ROCHE-JAGU

Vendredi 27 Septembre 2024 (clôture des inscriptions le 7 septembre)

Départ de Nivillac à 7h en direction des Côtes d'Armor, au Port de Lézardrieux.

La matinée sera consacrée à la découverte de la Vallée du Trieux. Vous avez rendez-vous pour une croisière commentée à bord du Passeur du Trieux, vous découvrirez de façon originale et conviviale l'estuaire du Trieux, écrin de beauté naturelle aux vallées boisées et aux eaux calmes et abritées, situé à l'Ouest de l'Archipel de Bréhat. Arrivée à 13h au port de Pontrieux.

Déjeuner au restaurant

L'après-midi, vous êtes conviés au Domaine de la Roche-Jagu pour une visite guidée du château de La Roche-Jagu, forteresse médiévale dominant majestueusement l'estuaire du Trieux et dotée d'un parc de 74 hectares classé « Jardin Remarquable », le temps paraît comme suspendu. Tout ici incite à la rêverie...
Fin de la journée à 18h et retour à Nivillac.

Prix par personne :

De 50 à 55 personnes : 96,00 €

BULLETIN D'INSCRIPTION *Dans la limite des places disponibles*

Sortie croisière Trieux et château de la Roche-Jagu le vendredi 27 septembre 2024

NOM : Prénom(s) :

Adresse :

Téléphone (portable) :

Nombres de réservation(s) : x 96€

Chèque à libeller à l'ordre de l'UTL Pays de Vilaine

Bulletin et chèque à adresser à Annie BILLY 4, rue du stade 56130 Nivillac

Tél : 06 87 90 97 84

Sortie à la journée

Le Parlement de Bretagne et les coulisses de Ouest France

Jeudi 5 décembre 2024 (clôture des inscriptions le 15 septembre)

13h45 : Départ de Nivillac – derrière église au forum

Trajet direct sans pause

15h45 : Visite guidée du Palais du parlement de Bretagne : Il paraît avoir traversé les âges sans encombre, mais saviez-vous que le Palais du Parlement aurait pu ne jamais s'offrir à la visite aujourd'hui ? Dessiné par Salomon de Brosse, il est épargné par le grand incendie de 1720, mais brûlé en 1994. Renfermant des joyaux picturaux français du XVIIe siècle, le Palais du Parlement renaît grâce à une mobilisation et une rénovation exemplaire. Une nuit n'a pas suffi à détruire un siècle de construction : la justice est sauvée ! A l'intérieur, le prestige s'incarne dans les plafonds à la française, boiseries sculptées et dorées, toiles allégoriques. La Grand'Chambre constitue le joyau de ce décor exceptionnel.

(Le groupe sera divisé en 2 - départs différés 15h45 et 16h00)

17h30 – 19h00 : Visite libre de Rennes – organisée par nos soins

19h00 : Reprise du car

19h30 : Dîner au restaurant

A partir de 21h30 : Visite guidée d'environ 2h au sein des locaux de Ouest France pour découvrir les secrets de fabrication du journal quotidien, qui vont du travail du journaliste à l'impression sur les rotatives de ce premier quotidien national. **(Le groupe sera divisé en 2 au-delà de 30 personnes - départs différés 21h30 et 21h45)**

00h00 : Reprise du car, trajet direct sans pause, retour dans votre ville vers 01h45.

Prix par personne :

De 50 à 55 personnes : 76,50 €

BULLETIN D'INSCRIPTION *Dans la limite des places disponibles*

Sortie Le Parlement de Bretagne et les coulisses de Ouest France le jeudi 5 décembre 2024

NOM : Prénom(s) :

Adresse :

Téléphone (portable) : Date de naissance :

Nombres de réservation(s) : x 76,50€

Chèque à libeller à l'ordre de l'UTL Pays de Vilaine

Bulletin et chèque à adresser à Yvette KERROUAULT 20 Le Clos St James 56130 Nivillac Tél : 06 98 27 84 35

UNIVERSITE DU TEMPS LIBRE DU PAYS DE VILAINE

BULLETIN d'INSCRIPTION - Année universitaire 2024-2025

Noms et Prénoms : Mme _____ M. _____

Date de Naissance: Mme _____ M. _____

Adresse : _____

Téléphone(s) portable(s) : Mme _____ M. _____

Téléphone fixe : _____

Adresse mail : Mme _____ @ _____

Adresse mail : M. _____ @ _____

Profession(s) ou ancienne(s) profession(s) : Mme _____

M. _____

Première(s) adhésion(s) :

Renouvellement(s) :

L'adhésion donne accès à l'ensemble des conférences-débats prévues, randonnées et randonnées à thème sur la saison 2024/2025 ainsi qu'aux activités suivantes, selon les places disponibles

à ne cocher que si vous êtes intéressé(e)s.

Atelier « Cercle de lecture » : Mme M.

Atelier « Tonic Neurones » : Mme M. Participation de 10 € par an pour photocopies couleur

Activité « Yoga du rire » : Mme M.

Atelier « Ecriture » : Mme M. 10 € par séance

Atelier « Relaxation » : Mme M. 5 € par séance

Pré-inscription « cours d'anglais » à partir de mars 2025 : Mme M. environ 5 € par séance

Certifie(nt) avoir pris connaissance des dispositions de la loi « informatique et libertés » relative à la tenue d'un fichier de nos adhérents par l'association UTL de Bretagne et par l'UTL du Pays de Vilaine, chacune pour ce qui la concerne (Récépissé de déclaration à la CNIL. N° 7591-48)

Accepte(nt) que des photos prises dans le cadre de nos activités puissent être diffusées sur le site internet de notre association UTL du Pays de Vilaine.

Date:

Signature(s) adhérent(s) :

Le bulletin d'inscription accompagné du règlement est soit à remettre à la permanence, soit adresser par courrier à Yvette KERROUULT 20 Clos St James 56130 Nivillac

La cotisation annuelle est de **35** Euros par personne.

Règlement par chèque à l'ordre de « UTL du Pays de Vilaine » _____ (Montant du chèque)

Nouveauté cette année il y a 2 possibilités d'inscription :

- Soit en ligne sur notre site internet en cliquant sur **Adhésion** et en respectant bien la procédure. (commencer par mettre vos ateliers dans le panier)
- Soit sur papier en remplissant le bulletin d'inscription.

Pour valider votre adhésion sur papier , il est impératif de nous transmettre :

- le bulletin d'inscription dûment complété (en cochant uniquement les cases des activités qui vous intéressent) et signé par le(s) adhérent(s),
- le montant de l'adhésion pour l'année 2024/2025 est de 35€ par personne (paiement par chèque à l'ordre de l'UTL du Pays de Vilaine), le tarif comprend la participation gratuite aux conférences, au cercle de lecture, aux randonnées et yoga du rire.

Pour l'atelier mémoire « Tonic Neurones » une participation de 10€ sera demandée pour les frais de photocopies couleurs.

Pour les ateliers relaxation, écriture et cours d'anglais une participation sera demandé à chaque séance à verser à l'animatrice

Accueil et inscriptions papier:

Lors du « forum des associations » au Forum de Nivillac, le samedi 7 septembre de 10h à 17h

Soit à la permanence le mardi 3 septembre de 10h à 12h et de 14h à 17h, salle du docteur Picaud, place de l'église à Nivillac

Soit a la permanence le jeudi 12 septembre de 10h à 12h salle de l'atelier de la gare , rue Eugène Feautrier à La Roche-Bernard.

ou par courrier (au cours de notre année universitaire)

auprès de Yvette KERROUAULT, 20 le Clos St James 56130 NIVILLAC.