



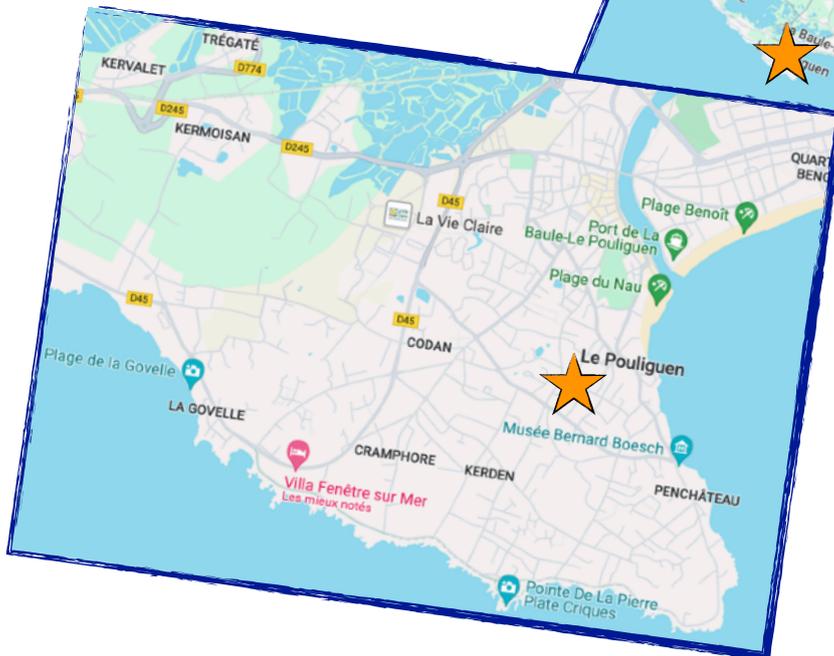
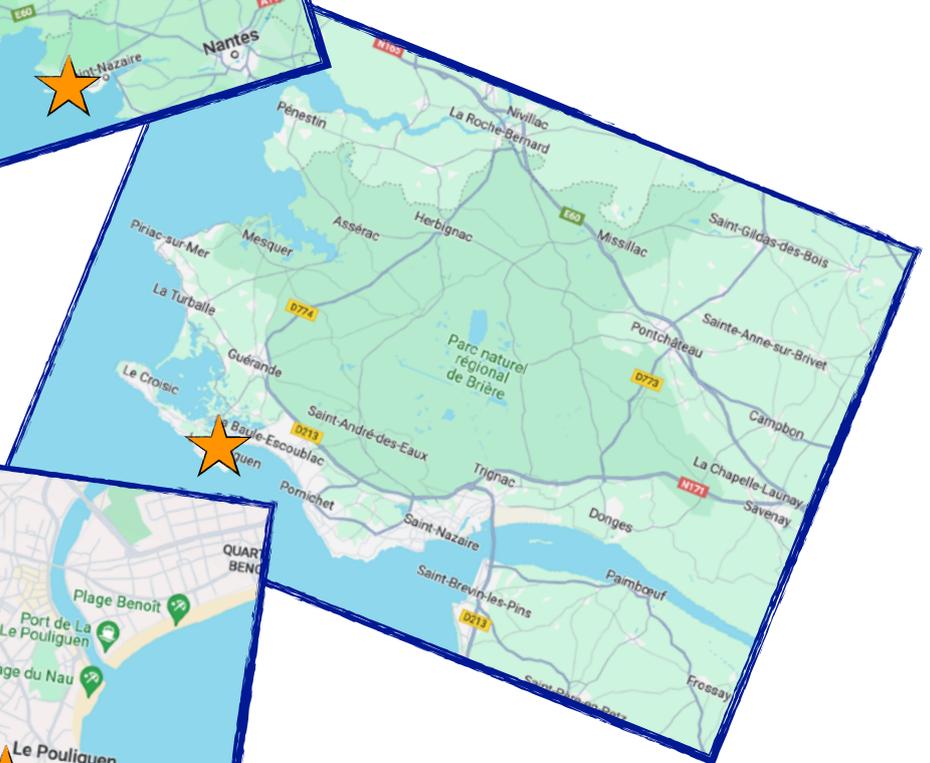
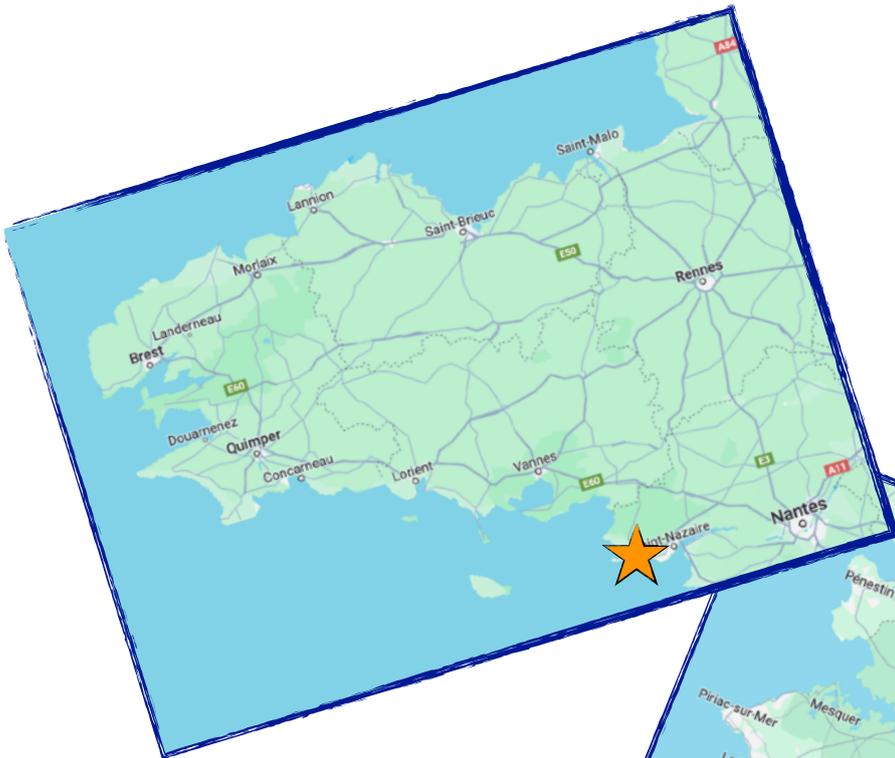
# Séjour seniors



(plus de 60 ans  
ou plus de 55 ans en situation de handicap)

23 au 30 septembre 2024,

au centre PEP "Mon Abri" au Pouliguen,



à 125 km de Rennes.



# Mon Abri



Le centre "Mon Abri", rénové et accessible aux personnes en situation de handicap, a une capacité de 125 lits, sur deux étages, avec ascenseur.

Il dispose de salles de réunions, d'une bibliothèque, salle d'activités, salle informatique...

Chaque chambre comprend une armoire de rangement individuelle et des sanitaires avec douche et WC.

Le centre dispose de 4 chambres adaptées à l'accueil de personnes à mobilité réduite.





Date	Petit déjeuner	Matinée	Déjeuner	Après-midi	Dîner	Soirée	Marées		
							Pleine mer	Basse mer	Coeff.
lundi 23 septembre				<b>ACCUEIL POT</b>	<b>Dîner</b>	<i>Installation</i>			
mardi 24 septembre	<b>Petit déjeuner</b>	<i>Matinée libre</i>	<b>Déjeuner</b>	<i>Pêche à pied 14h</i>	<b>Dîner</b>	<i>Soirée Quizz</i>	8h 58	16h 30	57
mercredi 25 septembre	<b>Petit déjeuner</b>	<i>Guérande: la vieille ville 9h</i>	<b>Déjeuner</b>	<i>Après-midi libre</i>	<b>Dîner</b>	<i>Loto</i>	9h 56	17h 41	40
jeudi 26 septembre	<b>Petit déjeuner</b>	<i>Matinée libre</i>	<b>Déjeuner au restaurant</b>	<i>Visite d'une saline, musée des marais salants 14h30</i>	<b>Dîner</b>	<i>Karaoké</i>	13h 52	19h 06	35
vendredi 27 septembre	<b>Petit déjeuner</b>	<i>Marché du Pouliguen et visite du port</i>	<b>Déjeuner</b>	<i>Tournoi de pétanque</i>	<b>Dîner</b>	<i>Film</i>	14h 56	7h 34	34
samedi 28 septembre	<b>Petit déjeuner</b>	<i>Balade sur la côte sauvage</i>	<b>Déjeuner</b>	<i>Longe côte ou gym douce en salle</i>	<b>Dîner</b>	<i>Jeux de société</i>	15h 39	8h 49	45
dimanche 29 septembre	<b>Petit déjeuner</b>	<i>Petit déjeuner Brunch</i>	<b>Déjeuner</b>	<i>Balade forêt maritime</i>	<b>Dîner</b>	<i>Soirée dansante</i>	16h 07	9h 44	57
lundi 30 septembre	<b>Petit déjeuner</b>	<b>DÉPART</b>	<b>Déjeuner panier-repas</b>						



Ce programme est celui proposé par le centre, il pourra évoluer selon les souhaits des seniors. le SPF proposera des séances de sophrologie par une bénévole dûment diplômée.



Le menu unique est cuisiné sur place, et tiendra compte des régimes éventuels: allergies, sans sel, végétarien, sans porc...

## Le coût

pour 8 jours/7 nuitées

- \* 461 euros, tarif sans aide ANCV
- \* 259 euros, tarif avec aide ANCV

### Les conditions pour obtenir l'aide ANCV

Nombre de parts fiscales	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	5	5,5	6
<b>Revenu net imposable en €</b>											
Personne seule	15 175	20 288	25 400	30 513	35 625	40 738	45 850	50 963	56 075	61 188	66 300
Couple marié ou pacsé	–	–	28 637	33 749	38 862	43 974	49 087	54 199	59 312	64 424	69 537

Seuils d'imposition, Direction générale des finances publiques, Déclaration des revenus 2021, Brochure pratique 2022

Le Secours populaire 35:

- \* prendra le déplacement à sa charge
- \* aidera chaque personne en fonction de ses ressources: il restera à chaque participant au maximum 80 € à donner.