

## LA VIE PRATIQUE

### Les équipements :

Chaque chambre est équipée d'un téléphone, d'une douche, d'un WC et d'une télévision.

### La restauration :

Alimentation variée, équilibrée, partiellement bio. Repas servis en salle à manger.

Adaptations alimentaires possibles.

Paniers repas pour les sorties et les jours de départ.

### L'hébergement & la sécurité :

Draps, linge de table et de toilette fournis. Laverie à disposition.

La sécurité est assurée jour et nuit.

### Les activités :

Ateliers de prévention et de bien-être ; maintien des capacités physiques et cognitives : gym douce, relaxation ; temps d'échanges et de paroles ; moments de convivialité et de découvertes locales.

## L'ACCÈS AUX ÉTABLISSEMENTS



### Résidence Des Dunes

BP 2 – 1 rue de Dinan,  
22750 Saint-Jacut de la Mer

Par le train : TGV direct jusqu'à  
Rennes, puis TER jusqu'à Saint-  
Malo (45mins)

Accueil en gare par un membre  
du personnel

- A proximité de sites d'exception (St Malo, Dinard, Dinan...), la résidence est implantée en bord de mer sur une presqu'île bordée de 11 plages à l'environnement sauvage (GR34).



### Résidence La Gorguette

173 Avenue du Prado,  
83110 Sanary-Sur-Mer

Par le train : ligne Marseille  
Toulon, arrêt à Bandol

Accueil en gare par un membre  
du personnel

- La résidence est implantée au bord de mer, à 3km des centres de Sanary et de Bandol.