

Vous êtes Rezéen-ne, vous êtes retraité-e ou en pré-retraite, vous avez tout simplement envie de découvrir de nouvelles activités et de partager des moments de convivialité.

Alors n'hésitez plus, ne restez pas seul-e. Venez pousser notre porte et visiter le site internet de Rezé Seniors.

Vous y trouverez une mine d'informations !

Rezé Seniors est là pour vous informer, vous orienter vers les associations et vous proposer des activités, des conférences, des spectacles.

Billetterie, inscriptions et renseignements :

Lundi de 9h à 12h15, et mercredi de 13h45 à 17h au 1er étage du centre André-Coutant.

Carte bancaire acceptée.



- Association loi 1901 -
Centre André-Coutant

12, rue des Déportés - 44400 Rezé
Tél. 02 51 72 71 27

**Pour connaître les actualités
de Rezé Seniors et nous contacter :**

www.rezeseniors.fr

rezeseniors@laposte.net

page Facebook @RezeSeniors

Associations adhérentes

Gratuité de la carte d'adhésion
pour les adhérents des associations ci-dessous :

Services d'aide à domicile

ADAR • ADEF • CCAS • AAFP/CSF44

Associations

Académie de billard rezéenne
AEPR Anciens
Association des peintres amateurs de Rezé
Association Les amis de Rezé
ASBR, section gym
Centres socioculturels de Rezé
Chorale "Un Choeur... des cœurs"
Chorale Ritournelle de Rezé
Cinéma Saint-Paul
Clubs des retraités de Rezé
Enfants réfugiés du Monde
Esat les ateliers du Landas
Gym santé loisir Rezéenne
SRGV
Swin golf de Rezé
Tourisme et loisirs, section retraités
UNRPA

Les résidences personnes âgées

Associations les Mahaudières
Association d'entraide de Saint-Paul
Belles Rives, Villas Ginkgos
Les Bergeronnettes
Cemavie La Houssais/Les Bords de Sèvre
Les Jardins du Vert-Praud
Associations des bénévoles
des résidences Mauperthuis – Plancher
Nexity Edenea
ORPEA le clos de l'Île Macé
Voisin'âge

Syndicats

SLR CFTD • U.L.S.R CGT Sud-Loire retraités

Rezé Seniors

Saison 2020-2021



Activités gratuites

sur inscription

★ Atelier mémoire

Quatre ateliers le lundi tous les 15 jours. Ambiance studieuse et détendue.
De 14h30 -17h



★ Atelier gym piscine

Le mercredi de 9h à 9h45. Le jeudi de 15h30 à 16h15. Séance autonome. Ambiance sympa et décontractée.
Piscine Victor Jara à Rezé



★ Atelier généalogique

Un vendredi par mois. Apprendre à faire des recherches sur vos ancêtres.
De 14h30 -17h, Centre Coutant



★ Club lecture

Un vendredi après-midi par mois. Partager et donner envie de lire un livre que vous aimez, rencontrer des auteurs.
Ambiance conviviale.
De 14h30 -17h, Centre Coutant

★ Atelier verbicrucisme

Une à deux fois par mois le mercredi matin. Devenir auteur de grilles de mots croisés libres ou à thèmes.
De 9h30 à 11h30, à la Carterie

★ Initiation théâtre

Un atelier le mercredi tous les 15 jours.
De 14h30 à 17h, rdc Jean Jaurès

Ouvertes à tous

★ Écoute musicale

Un jeudi après-midi par mois. Programme éclectique.
De 14h30 -17h, Centre Coutant

★ Mardis de l'histoire

Six conférences le mardi à la Résidence Saint-Paul. En partenariat avec la Société des Amis de Rezé et la Résidence Saint-Paul.
De 14h30 à 16h45

★ Semaine nationale des retraités

Activités récréatives ou d'information (santé, loisirs, culture, exposition de peintures) proposées par Rezé Seniors avec les associations adhérentes.
Du 10 au 16 octobre 2020

★ Les jeudis thématiques

Le matin autour d'un petit déjeuner une fois par mois. Échanges avec un intervenant sur des thèmes différents qui vous concernent (santé, loisirs, culture...).

★ Ateliers numériques

Découverte ou renforcement. Renseignements auprès de Rezé Seniors.



Des sorties ponctuelles sont à découvrir sur notre site ou dans notre programme mensuel.

★ Atelier tricot avec Enfants Réfugiés du Monde

Le mercredi, 2 fois par mois.
De 14h30 à 16h30, centre Coutant.



Billetterie

Réservée aux adhérents à tarifs préférentiels
(À retirer à l'accueil de Rezé Seniors)

Thalasso de Pornic

Bains d'eau de mer chaude et activités diverses (hammam, spa, sauna...)
Tarif remisé : 19,5€

Connaissance du Monde

Sept séances dans l'année, le mercredi au cinéma Saint-Paul à 14h30 ou 20h30.
Tarif remisé : 6.75€

La Soufflerie

Art et culture à Rezé. Sur présentation de la carte Rezé Seniors, billetterie à tarif préférentiel sur tous les spectacles.

Spectacle de fin d'année

Rezé Seniors propose un spectacle (comédie) au théâtre municipal de Rezé.
Dimanche 13 décembre 2020 à 14h30. Prix : 7€/personne

Cinéma St-Paul

Un film "coup de cœur" choisi un mercredi par mois à 14h30.
Tarif remisé : 3.8€

Théâtre Beaulieu

Séance les vendredi et samedi à 20h45 et le dimanche à 15h45, au théâtre Beaulieu. Reprise le 19 septembre 2020 avec "les Ténors". Tarif remisé : 16€

Ateliers Liens croisés

sur inscription

Des activités pour favoriser les échanges :

jeux de mémoire, de société, d'adresse, gym douce, loisirs créatifs, sorties, moments festifs...

Les ateliers sont destinés aux personnes de 60 ans et plus ayant des difficultés à se déplacer ou ayant peur de sortir seules. **Les mercredi, jeudi et vendredi de 13h30 à 17h30.**

Possibilité de transport à domicile.
Tarif en fonction du quotient familial.



Adhésion

Individuelle (10 €)
ou collective
(gratuite).

Port du masque obligatoire pour les activités en salle durant la crise sanitaire