



OCTOBRE
2020

Rezé Seniors Actualités

**Rezé Seniors fête la Semaine
Bleue du 10 au 16 octobre**

LA SEMAINE BLEUE

**SEMAINE
NATIONALE
DES RETRAITÉS
ET PERSONNES
ÂGÉES**

Nous vous proposons un riche programme dont deux spectacles musicaux, une conférence « j'arrête de râler ! » un atelier participatif pour construire une grille de mots croisés, un loto et une sortie en car au parc oriental de Maulévrier.



**Nouveaux horaires de la billetterie :
lundi de 9h à 12h15 et mercredi de 13h45 à 17h.
Fermeture exceptionnelle le lundi 19 octobre.**

Rezé 




Rezé Seniors

Planning Semaine Bleue

Le port du masque et la distanciation sont obligatoires. **Activités gratuites sauf la sortie en car à Maulévrier.**

● Exposition de peinture

> **Samedi 10 octobre : 11h - 17h et dimanche 11 octobre : 14h - 17h**

Salle de la Carterie, 38 rue A. Huchon à Rezé



● Loto récréatif

> **Lundi 12 octobre dès 14h30**

Salle du Seil, 2 allée de Provence à Rezé



● Atelier Verbicrucisme

Présentation ludique et participative de l'atelier Verbicrucisme par Pierre Clech.

> **Mardi 13 octobre dès 9h30**

Salle de la Carterie, 38 rue A. Huchon à Rezé



● Mardi de l'histoire

« Madame de Pompéry : correspondance pendant la révolution » avec les Amis de Rezé. **Nouveau lieu !**

> **Mardi 13 octobre dès 14h30**

Salle du Seil, 2 allée de Provence à Rezé



● Spectacle musical

« Le P'tit k-Loup des Rues ». Récital de chanson française.

> **Mercredi 14 octobre dès 14h30**

Salle du Seil, 2 allée de Provence à Rezé



- **Conférence** dans le cadre du Jeudi thématique :

« J'arrête de râler » avec Sophie Fouchard

> **Jeudi 15 octobre dès 9h30**

Salle de la Carterie, 38 rue A. Huchon à Rezé



- **Spectacle musical**

« Scènes de ménages à l'opérette » avec le groupe Chante la vie.

> **Jeudi 15 octobre dès 14h30**

Salle du Seil, 2 allée de Provence à Rezé



- **Visite guidée du parc de Maulévrier**

Visite guidée du parc japonais.

> **Vendredi 16 octobre de 13h à 18h**

RDV à 13h, sur le parking du Centre André. Sortie en car depuis le centre A.Coutant, 12 rue des Déportés. Retour vers 18h.

Prix / 13€ par participant. Jauge de 50 personnes. Paiement par chèque le jour même.



Rezé Seniors remercie toutes les personnes qui contribuent au succès de cette semaine :

Les services Municipaux de la Ville de Rezé,
L'Association des Amis de Rezé,
Le CSC Loire et Seil
Les Peintres Amateurs de Rezé,
Tourisme et Loisirs,
Les différents intervenants.



Activités adhérents

(Sur inscription). Le port du masque et la distanciation sont obligatoires.

● Club lecture

« Les vendanges de juillet » de
Françoise Bourdin

> **Vendredi 2 octobre à partir de
14h30**

Centre André Coutant, 12 rue des déportés à Rezé



● Ateliers mémoire

> **Lundi à 14h30**

Groupe 1	12 octobre	Centre André Coutant
Groupe 3	12 octobre	Salle Jean Jaurès, 40 rue Jean Jaurès
Groupe 4	5 octobre	Centre André Coutant



● Atelier théâtre

> **Mercredi 7 et 28 octobre, 14h30**
Nouveau lieu !

Salle Jean Jaurès, 40 rue Jean Jaurès au rdc



● Atelier généalogie

Niveaux débutant et renforcement.

> **Vendredi 2 octobre de 10h à
12h**, Carterie, 38 rue A. Huchon à Rezé

> **Vendredi 23 octobre à partir de
14h30**

Centre André Coutant, 12 rue des déportés à Rezé



Activités pour tous

Gratuites. Le port du masque et la distanciation sont obligatoires.

● Atelier tricot

À but humanitaire avec Enfants Réfugiés du Monde. Ouvert à tou-te-s de tout âge.

> **Mercredi 7 et 28 octobre, de 14h30 à 16h30.**

Centre A. Coutant, 12 rue des déportés à Rezé



● Marche bleue avec Rezé Seniors et le CSC Loire et Seil

Dans le cadre de la semaine bleue, nous vous proposons une grande marche et une petite marche accompagnées de coachs sportifs pour vous conseiller :(reprise d'une activité physique, marche avec ou sans bâtons etc ...). **Gratuit sans inscription.**

> **Jeudi 8 octobre de 14h30 à 16h30**

Rdv au CEPAL 8 rue des Roquios à Rezé



● Écoute musicale

Venez écouter notamment l'opérette « **Chanson Gitane** » avec André Dassary.

> **Jeudi 22 octobre dès 14h30**

Centre André Coutant, 12 rue des déportés à Rezé



Billetterie (Réservée aux adhérents)

En vente au Centre André-Coutant, lundi de 9h à 12h15, mercredi de 13h45 à 17h.

Nouveauté : nous acceptons la carte bancaire !

● Film coup de cœur

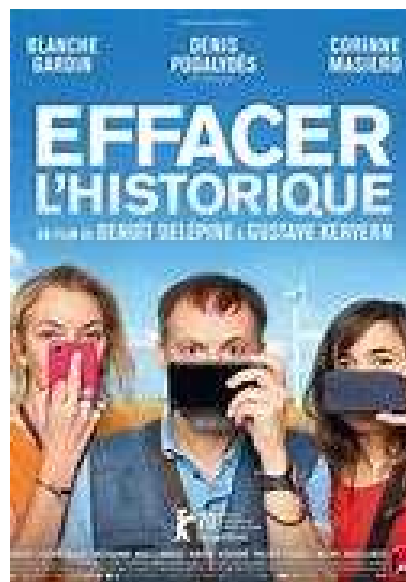
« **Effacer l'historique** » Film français d'1h46

> **Mercredi 7 octobre à 14h30**

Cinéma St Paul, 38, rue Julien Douillard

« 3 voisins sont en prise avec les nouvelles technologies et les réseaux sociaux. Il y a Marie, victime de chantage sexuel, Bertrand, dont la fille est harcelée au lycée, et Christine, chauffeur VTC dépitée de voir que les notes de ses clients refusent de décoller. Ensemble, ils décident de partir en guerre contre les géants d'internet. Une bataille foutue d'avance, quoique... ».

Tarif préférentiel : **3.80€** (Ouvert à tous, au tarif normal sur place le jour de la séance : 4.80 €)



● Théâtre Beaulieu

« **Les Ténors** »

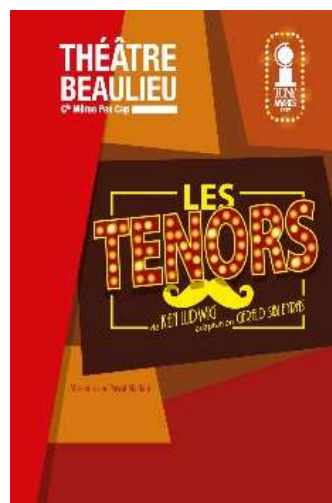
Les billets achetés avant le confinement sont valables jusqu'au 1er novembre 2020.

> **Vendredi et samedi : 20h45**

> **Dimanche : 15h45**

9, Bd V. Gâche à Nantes - Tram arrêt V. Gâche

Tarif préférentiel : **16€**



● Thalasso de Pornic

> **Du lundi au vendredi, de 12h30 à 15h30 ou de 17h45 à 20h**

Les billets achetés via Rezé Seniors avant le confinement et avant février 2020 sont prolongés jusqu'au 4/12/20.

Tarif préférentiel : **19,5€**



Agenda associatif

Les activités indiquées ci-dessous sont celles proposées par d'autres structures que Rezé Seniors sur le territoire.

Jeudi
01

Café d'entraide numérique.

Pour chercher collectivement des solutions aux problèmes que posent les ordinateurs/tablettes/smartphones.

> **De 14h à 16h. Gratuit.**

Médiathèque Diderot, Place Lucien-le-Meut, à Rezé.

Contact Médiathèque Diderot : 02 40 04 05 37

Vendredi
02

Conférence avec Epsilon

« Des solutions pour un meilleur sommeil »

> **Entrée libre. A partir de 19h**

Salle du Seil : 2 allée de Provence à Rezé.

Gratuit et ouvert à tous.

Contact Epsilon: 06 50 79 96 38 et

association.epsilon@gmail.com

Samedi
03

Entretien des plantes grasses et cactus.

Suivez les conseils de jardiniers de la ville de Rezé pour réussir la culture de cactus et autres cactées.

> **De 10h à 12h. Tarif : 2€ / participant**

Jardiversité : 10-15 rue de la Guilloterie à Rezé, accessible par le bus n° 33, arrêt Classerie.

Contact : **Maison Développement Durable** : 02 40 13 44 10

Broyage déchets verts.

Apportez vos déchets de taille et repartez avec du paillage.

> **De 14h à 17h. Gratuit.** Accès libre. Prévoir des contenants pour récupérer votre broyat.

Jardiversité : accès par le portail D, bd Paul-Henri Spaak à Rezé.

À partir
du
05

Reprise des activités au CSC Loire et Seil

Il reste des places pour l'atelier relaxation et sophrologie.

> **De 10h à 12h. Sur inscription.**

CSC Loire et Seil, Maison du port au blé 2 rue Véga à Rezé.

Contact : 02.40.84.45.50

Prix : cotisation annuelle en fonction du quotient familial

Mardi
06

Quizz ludique de culture générale. Semaine bleue Chauffe citron

> De 10h à 11h. **Gratuit mais sur inscription**

CSC Loire et Seil, Maison du port au Blé, rue Véga à Rezé.

Contact : 02.40.84.45.50

Café Entr'Aidants.

Echanges libres en fonction des besoins des participants : familles et proches d'une personne âgée de plus de 60 ans en perte d'autonomie

> **De 15h à 16h30**

Centre André Coutant, 12 rue des Déportés à Rezé

Gratuit mais sur inscription, du lundi au vendredi.

Contact Copavie : 02 40 84 74 77.

Mercredi
07

Conférence sur les fake news

Est-ce qu'Internet dit vrai ? Comment se forger une opinion éclairée parmi toutes les informations ? Venez muscler votre esprit critique avec un jeu d'enquête.

> **De 15h à 17h. Gratuit**

L'accompagnement est individuel et respecte les mesures sanitaires en vigueur. Les places étant limitées, il est conseillé de prendre rendez-vous.

Médiathèque Diderot, place Lucien-le-Meut, à Rezé.

Contact Médiathèque Diderot : 02 40 04 05 37

Samedi
10

Balade à vélo à la découverte des jardins collectifs

Pour aller à la rencontre de collectifs de citoyens rezéens qui gèrent un potager, poulailler ou un composteur.

> **De 10h à 13h.** Gratuit mais sur inscription.

RDV devant la MDD, 50, rue du Château à Rezé.

Contact MDD : 02 40 13 44 10

Conférence avec le CSC Loire et Seil : CNSL 30 ans de navigation sur la Loire

> **De 9h30 à 12h.** Gratuit mais sur inscription.

Centre Nautique Sèvre et Loire : 2 rue Codet à Rezé.

Contact CSC Loire et Seil : 02.40.84.45.50

Mercredi
21

Permanence numérique

Pour apprendre à utiliser internet, un smartphone, une tablette, ou un pc ou pour les personnes déjà initiées mais qui aimeraient aller plus loin.

> **De 14h30 à 17h. Gratuit**

L'accompagnement est individuel et respecte les mesures sanitaires en vigueur. Les places étant limitées, il est conseillé de prendre rendez-vous.

CSC Ragon : 9, rue du Vivier à Rezé.

Contact : CSC Ragon au 02 28 25 29 40

Jeudi
22

Sortie cueillette de pommes avec le CSC Loire et Seil en car

> **De 14h30 à 17h30.** Gratuit mais sur inscription.

Départ du CSC, 2 rue Véga à 14h30 en car. Chacun paye ce qu'il récolte sur place, au verger des Plantes à St Julien de Concelles. Prévoir tenue adéquate, en fonction de la météo.

Contact CSC Loire et Seil : 02.40.84.45.50

Dimanche
25

Atelier « Les Moments Manou, Ensemble ! »

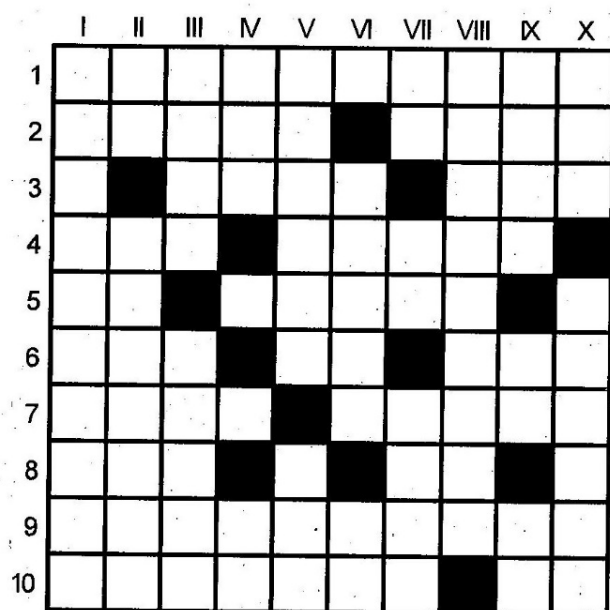
Nous proposons aux seniors d'animer des ateliers autour de leurs talents et savoir-faire auprès des habitants du quartier et familles bénéficiaires de l'association

> **De 15h à 17h.** Ouvert à tous.

Manou Partages : Rigolo Square Allée du Pellerin à Rezé.

Contact : sophie@manou-partages.org - 06 85 71 18 74

Mots croisés



Club de Verbicrucisme de Rezé Seniors

14 octobre à 9h30
Venez créer vos grilles et les
partager !

Salle de la Carterie
38, rue Alexandre-Huchon

Réservé aux adhérents, sur inscription

Horizontalement

1. Bruit émis par un pigeon.
2. Crié. Non lavé.
3. Petit cardinal. Celés.
4. Apathique. Habillée.
5. Durée de cycle. Monts de Bretagne.
6. Fleuve roussillonnais. Possédé.
Monnaie roumaine.
7. Ville frontalière proche d'Hendaye.
Surintendant des finances d'Henri IV.
8. Frappé d'impôt sous l'Ancien régime.
9. Epouse de métis.
10. Praticquée. Usages.

Verticalement

- I. La goutte en est une forme.
- II. Adverbe de lieu. Cher.
- III. Langue officielle du Pakistan. Tissu
- IV. Prise de judo. Symbole d'un gaz rare.
- V. production artistique. Limite une énumération
(abrév).
- VI. Voisin de l'écureuil. Les Rhétais y ont plus
qu'un pied-à-terre.
- VII. Article. Pronom réfléchi. Eliminée.
- VIII. De notre époque.
- IX. Epaisse. Article espagnol. Appris.
- X. Commune des Pyrénées-Orientales. Château
d'Indre-et-Loire.

Office municipal des retraités

Centre André-Coutant – 12, rue des Déportés – 02 51 72 71 27

rezeseniors@laposte.net / www.rezeseniors.fr

page Facebook@RezeSeniors

