



SEPTEMBRE
2021

Rezé Seniors Actualités



Tout d'abord nous espérons que vous et vos proches vous portez bien.

Nous sortons d'une période difficile où Rezé Seniors a su répondre présent en maintenant les contacts téléphoniques et envoi d'informations pratiques et suggestions d'activités par mail mais aussi des activités en plein air auxquelles vous avez peut-être participé.

Les activités d'été ont permis à beaucoup de se retrouver, de sortir de chez soi. Celles-ci terminées, c'est le retour de notre programme mensuel pour la saison de septembre à juin.

On compte bien vous retrouver dans nos divers ateliers habituels. Être au plus près de vos attentes et à votre écoute. À bientôt.

Les membres du Bureau.



Horaires de la billetterie :

lundi de 9h à 12h15 et mercredi de 14h à 17h.

**Les inscriptions de Rezé Seniors auront lieu du
6 au 15 septembre de 9h à 12h sauf le vendredi
10/09.**

Activités adhérents

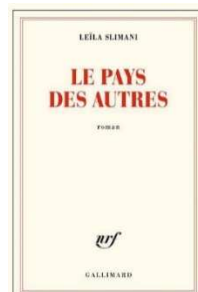
(Sur inscription). Pass sanitaire ou test négatif de – de 72h exigé

● Club lecture

« Le pays des autres » de Leila Slimani

> **Vendredi 10 septembre à partir de 14h30**

Centre André Coutant, 12 rue des Déportés



● Atelier tricot

À but humanitaire avec avec Orthopédie sans frontières

> **Mercredi 8 et 22/09, à 14h30**

Centre A. Coutant, 12 rue des déportés à Rezé



● Atelier théâtre

> **Mercredi 8 et 22 septembre, 14h30**

Salle Jean Jaurès, 40 rue Jean Jaurès au rdc



● Atelier piscine

> **Mercredi 8, 15, 22 & 29/09, 9h**

> **Jeudis 9, 16, 23 & 30/09, 15h30**

Piscine Victor Jara, 5 av Léon Blum, Rezé.



● Atelier généalogie

> **vendredi 24/09 à 14h30**

Centre A. Coutant, 12 rue des déportés



● Atelier peinture

> **Lundi dès 13/09 à 14h30**

Salle de la Carterie, 38 rue A. Huchon



● Atelier mémoire

> **Lundi à 14h30, groupe 1 le 27/09/2021**

Centre A. Coutant, 12 rue des déportés



● Informatique

> **Mardi 28 : « découverte »**
> **mercredi 29 : « au quotidien »**

de 10h à 12h. 8 séances : 35€

Centre A. Coutant, 12 rue des déportés



Activités pour tous

Gratuit. Pass sanitaire ou test négatif de – de 72h exigé.

● Théâtre

Vie et œuvre de G. Courteline par l'atelier théâtre de Rezé Seniors.

> **Mercredi 8/09 à 14h30**

Salle du Seil, allée de Provence, Rezé



● Écoute musicale

Venez écouter notamment les œuvres d'Offenbach en fête.

> **Lundi 13/09 dès 14h30**

Centre A. Coutant, 12 rue des déportés à Rezé



Nouveau jour le lundi au lieu du jeudi

● Jeudi thématique :

Concert « les géants du music-hall » de Jean-Marc Desbois

> **Jeudi 23 septembre dès 9h30**

Salle de la Carterie, 38 rue A. Huchon



Billetterie (Réservée aux adhérents)

En vente au Centre André-Coutant, lundi de 9h à 12h15, mercredi de 14h à 17h.
Paiement possible : carte bancaire ou chèque.

● Film coup de cœur du mois « La fine fleur »

> Mercredi 15/09 à 14h30

Cinéma St Paul, 38, rue Julien Douillard

« Eve Vernet a été la plus grande créatrice de roses. Aujourd'hui, elle est au bord de la faillite, sur le point d'être rachetée par un concurrent puissant. Véra, sa fidèle secrétaire, croit trouver une solution en engageant trois employés en insertion sans aucune compétence horticole... Alors que quasiment tout les sépare, ils se lancent ensemble dans une aventure des plus singulières pour sauver la petite exploitation?... ».

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



● Théâtre Beaulieu

« Le Bourbier » dès le 3/9/21
« Quand un simple dîner tourne au vinaigre... »

> Vendredi et samedi : 20h30

> Dimanche : 17h30

9, Bd V. Gâche à Nantes - Tram arrêt V. Gâche
Tarif préférentiel : 16€ en septembre puis 18€ à partir d'octobre.



● 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 sont toujours valables jusqu'au 7/01/22.

Tarif préférentiel: 19,50€



Agenda associatif

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

Samedi
04

Faites vos boutures !

Suivez les conseils de jardiniers de la ville de Rezé pour réussir vos boutures.

> 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

Mardi
07

Activité physique adaptée aux séniors en perte d'autonomie

Séance encadrée par un professionnel (psychomotricienne / éducateur sportif)

> De 15h à 16h. Gratuit. Sur réservation.

EHPAD A. Plancher ,14 allée du Parc des Mahaudières à Rezé

Contact EHPAD A. Plancher : 02 40 78 25 25

A partir
du
10

Marche active avec GSLR, du 10/09 au 03/12/2021

Programme de 12 séances permettant d'améliorer sa technique de marche, capacités cardio-respiratoires endurance et tonus musculaire.

Chaque vendredi de 9h15 à 10h30, au stade Léo Lagrange à Rezé ; 50€ + licence de 32,50 €/an

GSLR : Gym Santé Loisir Rezéenne

Contact : 06.08.24.14.95 : Françoise Guiné

Lundi
13

Permanence numérique

- ✓ Aide aux démarches administratives en ligne
- ✓ Aide et conseils sur l'utilisation de tablettes, smartphone ou PC portable

> De 14h / 16h00. Gratuit

L'accompagnement est individuel. 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

Mercredi
15

Permanence numérique

- ✓ Aide aux démarches administratives en ligne
- ✓ Formation "grand débutant" en très petit groupe (1 fois / mois)
- ✓ Aide et conseils sur l'utilisation de tablettes, smartphone ou PC portable

> **De 14h 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

Samedi
18

Concert

La Soufflerie vous propose un concert de Caroline Shaw et Roomful of Teeth.

Inventer un chant choral du temps présent, c'est le pari de l'ensemble américain Roomful of Teeth et de la brillante compositrice Caroline Shaw, Prix Pulitzer de la musique en 2013 pour son Partita for 8 Voices, au programme de cette soirée.

> **à 20h. Gratuit, sans réservation.**

Eglise St Paul, Place Roger Salengro à Rezé.

Contact Soufflerie : 02 51 70 78 01

Dimanche
19

Concert d'Aria Voce

Aria Voce vous invite à un voyage musical passant de Saint-Saëns à Hyman et Mendelssohn et Hildegard von Bingen. Une jolie façon de découvrir l'église néogothique Saint Pierre.

> **À partir de 16h. Gratuit.**

Eglise St Pierre, Place Saint Pierre, bus 30 et 97. Arrêt Hôtel de Ville.

Lecture autour de la Loire

Michel Le Brigand partage des extraits de son livre « Chroniques de la renverse » écrit en kayak sur la Loire, depuis le port de Trentemoult. Il est accompagné par Liliya Clem au piano.

> **À 11h.** Maison des Isles, 1 allée Claude Choëmet.

Bus 36. Arrêt Ordronneau et bus 30, arrêt quai Surcouf.

Mardi
21

Café Entr'Aidants. Présentation du programme et des intervenants

Groupe de paroles dédié aux proches aidants d'une personne âgée dépendantes. Animés par Caroline Deleporte et Pascale Béchu respectivement, psychologue formée à l'accompagnement des aidants et coordinatrice à l'accueil de jour. Possibilité de nous confier la personne aidée pendant la séance: nous contacter. Respecter le protocole d'hygiène à l'entrée. Venir avec son masque.

> De 15h à 16h30. Gratuit sur inscription.

Centre André Coutant, 12 rue des Déportés à Rezé

Contact Copavie : 02 40 84 74 77.

Samedi
25

Concert

La Soufflerie vous propose un concert de Oklou. Brillante chanteuse et compositrice française, formée au piano et violon et qui propose une musique électro-pop aux ambiances éthérées.

> à 20h. Gratuit, sans réservation.

Eglise Notre Dame du Rosaire, rue Alsace Lorraine, Rezé.

Contact Soufflerie : 02 51 70 78 01

Mardi
28

Café Entr'Aidants. Présentation des ateliers de sophrologie

Groupe de paroles dédié aux proches aidants d'une personne âgée dépendantes. Animés par Caroline Deleporte et Pascale Béchu respectivement, psychologue formée à l'accompagnement des aidants et coordinatrice à l'accueil de jour. Possibilité de nous confier la personne aidée pendant la séance: nous contacter. Respecter le protocole d'hygiène à l'entrée. Venir avec son masque.

> De 15h à 16h30. Gratuit sur inscription.

Centre André Coutant, 12 rue des Déportés à Rezé

Contact Copavie : 02 40 84 74 77.

Jeudi
30

Conférence

L'association "Echappée Belle Au Cœur Des Trois Moulins" propose une conférence sur l'histoire du quartier des Trois Moulins.

> de 20h à 22h

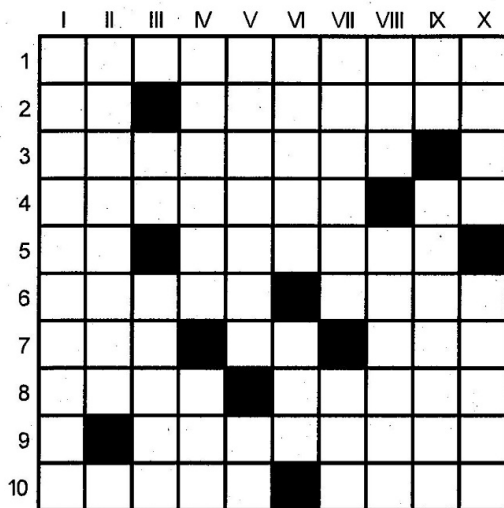
Centre André Coutant, 12 rue des Déportés à Rezé

Contact : 06 08 11 41 65

Mots croisés

grille (3 en 1)*
jea 1033

le mot en H1 peut être coupé en 3,
petits-mots eux aussi dans la grille



Horizontalement

1. Dépendant.
2. Dieu solaire. Divinités infailibles.
3. Reçoit des restes humains.
4. Utilise un service public. Pronom.
5. Absorbé. Ecimer.
6. Prend des ris. Pris pour sauter.
7. Jetés pour jouer. Saint. Prénom féminin.
8. Ligne circulaire. Songes.
9. Happées.
10. Petite brise. Anneau de cordage.

Club de Verbicrucisme de Rezé Seniors

**Mercredi 22 et 29
septembre à 9h30**
Venez créer vos grilles et les
partager !

Salle de la Carterie
38, rue Alexandre-Huchon
Réservé aux adhérents, sur inscription

Verticalement

- I. Poète du XIIème siècle.
- II. Dissiper les craintes.
- III. Possessif. Habitations russes.
- IV. Bars mal famés. Direction.
- V. Aigles d'Australie. Saint pyrénéen.
- VI. Ne pas révéler. Sélection.
- VII. Mauvais goût. Longue période.
- VIII. Belle en Bretagne. Hisser.
- IX. Note. Rangées de bancs.
- X. Célèbre villa. Piège à poissons.

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

