



AVRIL  
2025

# Rezé Seniors Actualités



Dicton français :  
« Avril fait la fleur Mai en a l'honneur ».

Horaires d'ouverture au public :  
billetterie / adhésions /  
renseignements

- Lundi APRÈS-MIDI de 14h à 17h
- Mercredi MATIN de 9h à 12h



**Le secrétariat sera fermé du  
14 au 21 avril 2024 inclus**



Une pensée particulière pour Jacques Coste dit « Baba » qui nous a quitté le jour du printemps.

« Jacques, ton engagement et la richesse de nos échanges resteront longtemps au sein de Rezé Seniors. »

# Activités adhérents

## Club lecture

Un vendredi par mois 2 heures pour échanger sur une œuvre  
Présentation du livre « Quelqu'un de bien » de Françoise Bourdin

➤ **Vendredi 4 avril à 14 h 30**

Centre André Coutant, 12 rue des déportés à Rezé



## Atelier théâtre

➤ **Le mardi après-midi 2 fois par mois**

Salle Jean Jaurès à Rezé

## Atelier piscine Détente

➤ **Chaque mercredi à 9h et jeudi à 15h30**  
(sauf vacances scolaires)

Piscine Victor Jara, 5 av Léon Blum à Rezé



**SUR  
INSCRIPTION**



## Jeux de plein air

➤ **Chaque vendredi à 14h30**

Parc de la Balinière à Rezé

Possibilité d'annulation en cas de mauvais temps

## Atelier généalogie

➤ **Vendredi 25 avril à 14 h 30**

Une fois par mois, au Centre André Coutant

12 rue des déportés à Rezé

**SUR  
INSCRIPTION**



## Atelier autobiographie

➤ **Jeudi 10 avril à 9 h 30**

Une fois par mois, à la salle de la Carterie,

38 rue Alexandre Huchon à Rezé



# Activités adhérents

## Atelier Peinture

➤ **Tous les lundis à 14h**

Salle de la Carterie, 38 rue Alexandre Huchon à Rezé



## Jeux de société et de cartes

➤ **Tous les mardis après-midi de 14 h à 17 h 30**

Participation de 0,50 € pour la pause gourmande

Salle de la Carterie, 38 rue Alexandre Huchon à Rezé

**COMPLET**

## Atelier Tricot

➤ **Mercredis 2 et 16 avril à 14 h 30**

Centre André Coutant,  
12 rue des déportés à Rezé



## Au programme

- Musique classique : "les toccatas" de Monteverdi, Bach, Schumann, Prokofiev, Debussy, Barber, Ravel et Khatchatourian
- Musiques traditionnelles de l'Europe de l'Est (avec vidéos)
- Variétés : chansons évoquant la mer
- Coups de cœur : le trombone et ses trombonistes (avec vidéos)

## Écoute musicale

➤ **Jeudi 17 avril à 14 h 30**

Salle de la Carterie  
38 rue Alexandre Huchon à Rezé

## Ateliers mémoire

- **Groupe 1 : lundi 28/04 à 14 h 30** au C.A.C
- **Groupe 2 : lundi 7/04 à 10 h** à la Carterie
- **Groupe 3 : mardi 1<sup>er</sup>/04 et 29/04 à 10 h** à la Carterie
- **Groupe 4 : lundi 7/04 à 10 h** au C.A.C

**SUR  
INSCRIPTION**



*C.A.C - Centre André Coutant : 12 rue des déportés à Rezé*

*Salle de la Carterie : 38 rue Alexandre Huchon à Rezé*



# Ativités pour tous (Gratuites)



## Centres locaux d'information et de coordination P.A (CLIC)

Les Centres locaux d'information et de coordination (CLIC) sont des lieux d'accueil, d'écoute, d'information et de conseil destiné aux personnes âgées, à leurs familles et aux professionnels de la gérontologie et du maintien à domicile.

### Jeudi thématique : « Les missions du CLIC »

Conférence animée par Véronique Bardy et Charlène Jousseume, évaluatrices au CLIC Les Sorinières-Rezé

**Jeudi 3 avril à 9 h 30**

Salle de la Carterie, 38 Rue Alexandre Huchon à Rezé

## Billetterie (Priorité aux adhérents)



### Calicéo Saint Herblain

Du lundi au dimanche de 10h à 21h

LE PASS 3H au prix de 2h

Profitez des bassins intérieurs et extérieurs en eau chaude à 34°C toute l'année. Un accès au bain de 3h consécutives.

Tarif préférentiel : 16 € les 3 heures (au lieu de 21 € les 2 h)

### Thalasso de Pornic

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

Accès à l'espace forme - Tarif préférentiel 23 € (au lieu de 38 €)



Achat des billets

auprès de Rezé

Seniors



# Films coups de coeur

## La Vie devant moi – 1 h 33 min – Drame

De Nils Tavernier – Avec Guillaume Gallienne, Violette Guillon, Adeline D’Hermey

➤ **Mercredi 9 avril à 14 h 30**

Après avoir échappé à la rafle du Vél d’Hiv au matin du 16 juillet 1942, la jeune Tauba Zylbersztejn et ses parents, juifs polonais, trouvent refuge dans une chambre de bonne au cœur de Paris au 209 rue Saint-Maur dans le 10<sup>e</sup> arrondissement. Durant deux ans, à de rares exceptions près, la famille n’en sort plus, jusqu’à la libération de Paris. Mais comment vivre confinés à trois dans six mètres carrés avec la crainte terrifiante d’être découverts à chaque instant ?

Cinéma Saint Paul 38 Rue Julien Douillard à Rezé



Achat des billets directement au cinéma : 4 € la séance



## On ira – 1 h 36 min – Comédie dramatique

De Enya Baroux – Avec Hélène Vincent, Pierre Lottin, David Ayala

➤ **Mercredi 23 avril à 14 h 30**

Marie, 80 ans, en a ras le bol de sa maladie. Elle a un plan : partir en Suisse pour mettre fin à ses jours. Mais au moment de l’annoncer à Bruno, son fils irresponsable, et Anna sa petite-fille en crise d’ado, elle panique et invente un énorme mensonge. Prétextant un mystérieux héritage à aller chercher dans une banque suisse, elle leur propose de faire un voyage tous ensemble. Complice involontaire de cette mascarade, Rudy, un auxiliaire de vie tout juste rencontré la veille, va prendre le volant du vieux camping-car familial, et conduire cette famille dans un voyage inattendu.

Cinéma Saint Paul 38 Rue Julien Douillard à Rezé

Activités  
proposées par  
d’autres  
structures que  
Rezé Seniors

Tous les  
mardis  
après-midi

# Agenda associatif

## Café Entr’Aidants

- Groupe de paroles et atelier thématique, dédié aux proches aidants d’une personne dépendante. Accueil de l’aidant et de la personne aidée.  
Les 1<sup>er</sup>, 8/04 « intervention du SSIA/SAD », 15/04 et 22/04 – 15 h à 16 h 30  
Au Centre André Coutant 12 rue des Déportés à Rezé
- Groupe de paroles, dédié aux aidants dont le proche vit en EHPAD. Le 29/04 – 17 h 30 à 18 h 30  
Résidence Alexandre Plancher 14 allée du parc des Mahaudières 44400 Rezé

Pour tout renseignement Copavie : ☎ 02 40 84 74 77 ✉ [plateformeaidantsreze@copavie.fr](mailto:plateformeaidantsreze@copavie.fr)

## Activité physique adaptée aux séniors en perte d’autonomie

Séance encadrée par un professionnel (psychomotricienne et éducateur sportif) de 15 h à 16 h

Résidence Alexandre Plancher - 14 Rue du Parc des Mahaudières à Rezé

**Jeudi  
3 avril**

## **Animations seniors : Les Café entr'aïdants**

Avec Justine Trochet, psychologue. Reconnaître les troubles cognitifs. Comprendre le rôle d'aïdant et prévenir l'épuisement. Découvrir les ressources pour le répit (hébergement temporaire, accueil de jour...) – **Gratuit – Sur inscription –**

14 h 30 – 16 h 30

**CSC Ragon – 9 Rue du Vivier à Rezé**

☎ 02 28 25 29 40 - ✉ [cscragon@mairie-reze.fr](mailto:cscragon@mairie-reze.fr) - [www.cscragon.org](http://www.cscragon.org)

**Dimanche  
6 avril**

## **Concert de printemps – Chorale « Un chœur...des cœurs »**

La chorale « Un chœur...des cœurs » dirigée par la cheffe de chœur Nelly Abran reçoit le groupe vocal du Pays de Retz « En noires et en couleurs » dirigé par Lise Blassel-Touchefeu.

15 h

**Église Notre Dame du Rosaire, 36 rue Alsace Lorraine à Rezé**

☎ 02 28 44 40 00 - ✉ [cscjaunais-blordiere@mairie-reze.fr](mailto:cscjaunais-blordiere@mairie-reze.fr)

**Mardi  
8  
avril**

10 h – 11 h

## **Séance de gym adapté**

Pour celles et ceux qui souhaitent pratiquer une activité à leurs capacités et qui souhaitent se remettre à pratiquer tout en douceur. - **Sur inscription** -

**CSC Loire et Seil – 16 Av. du Maréchal de Tassigny à Rezé**

☎ 02 40 84 45 50 - ✉ [cscloireetseil@mairie-reze.fr](mailto:cscloireetseil@mairie-reze.fr)

10 h 30 – 12 h

## **Visite de Scopeli - Rue de l'Abbé Grégoire à Rezé**

Visite guidée du supermarché coopératif de Rezé, entièrement géré par ses clients. A l'issue de la visite, vous aurez l'occasion de faire vos courses (habituellement réservé aux coopérateurs et coopératrices).

**Sur inscription – Gratuit + adhésion** (gratuite avec carte Rezé Séniors).

**CSC Jaunais Blordière – 31 Chemin Bleu à Rezé**

☎ 02 28 44 40 00 - ✉ [cscjaunais-blordiere@mairie-reze.fr](mailto:cscjaunais-blordiere@mairie-reze.fr)

**Mercredi  
9  
avril**

## **Sortie à la mer**

Embarquez pour la **Bernerie en Retz** pour profiter de l'air marin et de la plage. Une animation nature au programme : venez récolter différents éléments sur la plage et découvrir leurs particularités puis Land'art : création artistique à partir des éléments récoltés avec ECHOS de 14 h à 14 h30.

**Sur inscription – Gratuit – RDV gare de Pont Rousseau à 12 h 25 – retour à 19 h à Rezé**

**CSC Loire et Seil – 16 Av. du Maréchal de Tassigny à Rezé**

☎ 02 40 84 45 50 - ✉ [cscloireetseil@mairie-reze.fr](mailto:cscloireetseil@mairie-reze.fr)

**Jeudi  
10  
avril**

## **Sortie à la ferme de Makali (44 - Nozay)**

Une journée à la ferme pédagogique de Makali avec Alix, sa créatrice. Vous découvrirez les chevaux qu'elle élève mais aussi beaucoup d'autres animaux (chèvres, vaches, moutons, cochons vietnamiens, lapins...), leur mode de vie et leur façon de communiquer. Vous participerez aussi à un atelier de fabrication de savon.

**Sur inscription – Gratuit + adhésion** (gratuite avec carte Rezé Séniors).

**CSC Jaunais Blordière – 31 Chemin Bleu à Rezé**

☎ 02 28 44 40 00 - ✉ [cscjaunais-blordiere@mairie-reze.fr](mailto:cscjaunais-blordiere@mairie-reze.fr)

**Une activité au choix,  
trajet commun**

## **Randonnée Terril d'Abbaretz**

10 h – 17 h 30

Partez à la découverte du site de l'ancienne mine d'étain d'Abbaretz : d'un côté le terril, à l'allure volcanique, qui s'est formé par l'accumulation des déchets stériles sortis de la mine (vue à 360°) et de l'autre, l'étang qui s'est creusé par strates successives lors de l'exploitation de la mine dans les années 50. **Randonnée 7 km environ.** **Sur inscription – Gratuit + adhésion** (gratuite avec carte Rezé Séniors).

**CSC Jaunais Blordière – 31 Chemin Bleu à Rezé**

☎ 02 28 44 40 00 - ✉ [cscjaunais-blordiere@mairie-reze.fr](mailto:cscjaunais-blordiere@mairie-reze.fr)

**Mardi  
15  
avril**

11 h – 12 h

## Gymnastique douce

Un petit moment de bien être sous un coin de ciel bleu. 1 h de gymnastique en extérieur pour travailler la respiration, l'équilibre et la posture tout en douceur. Séance possible en salle en cas de pluie. Prévoir bouteille d'eau, tapis de sol et tenue ample. **Sur inscription** – **Gratuit + adhésion** (gratuite avec carte Rezé Séniors).

**CSC Jaunais Blordière – 31 Chemin Bleu à Rezé**

☎ 02 28 44 40 00 - ✉ [cscjaunais-blordiere@mairie-reze.fr](mailto:cscjaunais-blordiere@mairie-reze.fr)

**Mercredi  
16  
avril**

15 h – 17 h

## Initiation Premiers Secours

Deux sapeur-pompier du SDIS 44 viennent vous former aux gestes qui sauvent. Séance suivi d'un goûter participatif (à partager) - **Sur inscription** – **Gratuit + adhésion** (gratuite avec carte Rezé Séniors)

**CSC Jaunais Blordière – 31 Chemin Bleu à Rezé**

☎ 02 28 44 40 00 - ✉ [cscjaunais-blordiere@mairie-reze.fr](mailto:cscjaunais-blordiere@mairie-reze.fr)

15 h – 17 h

## Portes Ouvertes Accueil de Jour

Ouvert aux particuliers, temps d'échange avec les professionnelles de l'accueil de jour. Lieu d'accueil pour personnes âgées souffrant de troubles de la mémoire et répit pour l'aidant.

**Accueil de Jour adossé à la Résidence Alexandre Plancher**

4 allée du parc des Mahaudières à Rezé – ☎ 02 40 78 25 79 – ✉ [accueildejour@amis-copavie.fr](mailto:accueildejour@amis-copavie.fr)

**Mercredi  
23 avril**

14 h – 18 h

## Grand déballage à l'Alter'boutik

L'Alter'boutik fait son grand déballage sur le parking de la Quératière. Vous y trouverez des vêtements, des chaussures et des jeux.

**L'Alterboutik, 1 Rue de la Queratière à Rezé**

**Mardi 22 &  
Jeudi 24  
avril**

9 h – 12 h 30

## Atelier prévention routière

**Au Centre André Coutant, 12 Rue des Déportés 4400 Rezé**

Sensibilisation à la sécurité routière : remise à niveau des habitudes de conduites et mise en pratique sur route en voiture auto-école, accompagné d'un moniteur

**Participation obligatoire aux 2 jours d'atelier.**

**Sur inscription** – Places limitées : 02 51 72 71 24 – [vaa@mairie-reze.fr](mailto:vaa@mairie-reze.fr)

**W-E du 26  
& 27 avril**

## Exposition de peinture par Les Peintres Amateurs de Rezé

Exposition de leurs toiles - Samedi 14 h à 17 h & Dimanche 10 h à 12 h / 14 h à 18 h

**Salle de la Classerie, 116 Rue de la Classerie à Rezé**

**Mardi  
29  
avril**

10 h – 17 h

## Sortie « culture et patrimoine »

**À la maison des pêcheurs à Passay**

Découvrez un paysage unique au bord du lac de Grand Lieu. Départ collectif en minibus, covoiturage possible. Visite, repas collectif et promenade inclus. - **Sur inscription** - **Tarif au quotient familial**

**CSC Ragon – 9 Rue du Vivier à Rezé**

☎ 02 28 25 29 40 - ✉ [cscragon@mairie-reze.fr](mailto:cscragon@mairie-reze.fr) - [www.cscragon.org](http://www.cscragon.org)

14 h – 17 h 30

## Les Clés pour être en forme à tout âge

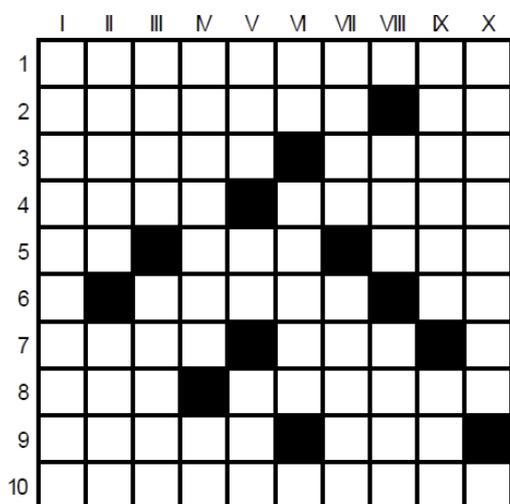
proposé par le comité action sociale argic-arco, le service civique solidarité séniors et la ville de Rezé

Un temps convivial autour d'une conférence suivie d'ateliers, dans le cadre de la Journée européenne de la solidarité intergénérationnelle.

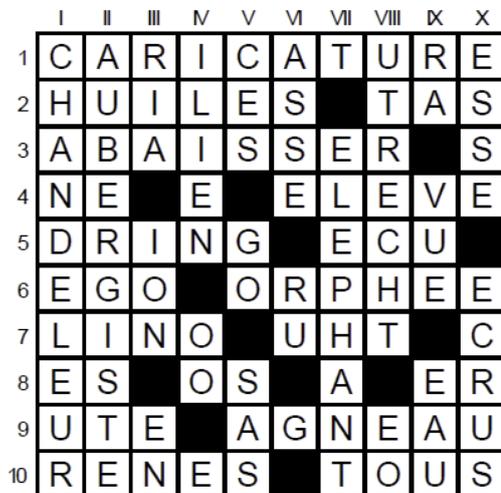
**Cinéma Saint Paul 38 Rue Julien Douillard à Rezé**

# Mots croisés

Grille Rezé Séniors : « Pat-avr-2025 »



Solution de la grille de mars 2024 « Arl-mars-2025 »



## Horizontalement

1. Accessoires d'allaitement.
2. Tué. Saint pyrénéen.
3. Cibles. Possessif.
4. Décidé. Crime.
5. Ecrivain japonais. Boisson. Longue période.
6. Buste. Pour le gérondif.
7. Avis. Fils de Noé.
8. Bêta. Coupure.
9. Canal salé. Ancienne monnaie.
10. Impressions.

## Verticalement

- I. Attendus, calmés.
- II. Voter. Pourvu.
- III. Tracté. Mamelon.
- IV. Envoyer. Plus.
- V. Mets très fin. Interjection. Appel.
- VI. Marque le lieu. Dru.
- VII. Défavorisé. Arrêté.
- VIII. Terre dans l'eau. Particule élémentaire.
- IX. Araignée. Chaleur animale.
- X. Verdict.

## Club des verbicrucistes

➤ **Mercredis 9 et 23 avril à 9h30**

À la salle de la Carterie  
38 rue Alexandre Huchon à Rezé



**Solution à découvrir dans le bulletin du mois de mai**

**Rezé Seniors**

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

[contact@rezeseniors.fr](mailto:contact@rezeseniors.fr) / [www.rezeseniors.fr](http://www.rezeseniors.fr)

<https://www.facebook.com/Rezeseniors>

