



OCTOBRE
2025

Rezé Seniors Actualités



Dictons français :

« Brouillards d'octobre et pluvieux novembre, font bon décembre. »

Horaires d'ouverture au public : [billetterie](#) / [adhésions](#) / [renseignements](#)



**Fermeture de
la Billetterie**

**Mercredi 8/10
&
Lundi 13/10
lors de la « semaine bleue »**

Au mois d'octobre

- Mercredi 1^{er} octobre le matin de 9 h à 12 h
- Lundi 6 octobre l'après-midi de 14 h à 17 h
- Mercredi 15 octobre le matin de 9 h à 12 h

Le secrétariat sera fermé du 20 au 24 octobre 2025

- Lundi 27 octobre l'après-midi de 14 h à 17 h
- Mercredi 29 octobre le matin de 9 h à 12 h

Activités adhérents

Club lecture

Un vendredi par mois deux heures et demi pour échanger sur une œuvre

Présentation du livre « Les Choses Humaines » de Karine Tuil

Vendredi 10 octobre à 14 h

Centre André Coutant, 12 rue des déportés à Rezé



COMPLET



Atelier théâtre

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

Salle de danse – Site de la Classerie

SUR
INSCRIPTION

Atelier piscine Détente

➤ **chaque mercredi à 9 h et jeudi à 15h 30**
(sauf vacances scolaires)

Piscine Victor Jara, 5 av Léon Blum à Rezé



Atelier généalogie

➤ **Vendredi 24 octobre**

à 14 h pour les « débutants » et 15 h pour les « confirmés »

Une fois par mois, au Centre André Coutant

Jeux de plein air

➤ **chaque vendredi à 14 h 30**

Parc de la Balinière à Rezé

Possibilité d'annulation en cas de mauvais temps



Atelier autobiographie

➤ **Jeudi 16 octobre à 9 h 30**

Une fois par mois, à la salle de la Carterie

38 rue Alexandre Huchon à Rezé



Activités adhérents

COMPLET

Activité « Chantons à l'unisson »

➤ **Mardi 7 octobre à 9 h 30 (groupe 1) ou 10 h 45 (groupe 2)**

Salle de la Carterie, 38 rue Alexandre Huchon à Rezé



Atelier Peinture

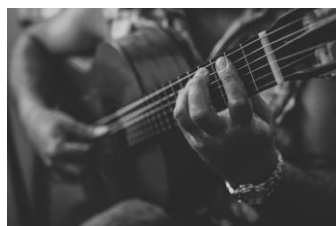
➤ **tous les lundis à 14 h**

Salle de la Carterie, 38 rue Alexandre Huchon à Rezé

Écoute musicale

➤ **Jeudi 16 octobre à 14 h 30**

Salle de la Carterie 38 rue Alexandre Huchon à Rezé



Club de musiciens

➤ **Jeudi 2 et 16 octobre à 14 h**

Salle Debussy – 24 rue de la Balinière à Rezé

Nouveauté

COMPLET

Atelier Tricot

➤ **Mercredis 8 et 22 octobre à 14 h 30**

Centre André Coutant, 12 rue des déportés 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

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

SUR
INSCRIPTION

Ateliers mémoire

- **Groupe 1 : lundi 6 octobre à 14 h 30** au C.A.C *
- **Groupe 2 : lundi 13 octobre à 10 h** à la Carterie **
- **Groupe 3 : mardi 14 octobre à 10 h** à la Carterie **
- **Groupe 4 : lundi 6 octobre à 10 h** au C.A.C *



*Carterie **: 38
rue Alexandre
Huchon à Rezé*



Semaine nationale des retraités 2025

**Du 7 octobre
au 13 octobre**

Les Mardis de l'Histoire

« L'histoire du site aéronautique de Bouguenais »

Mardi 7 octobre à 15 h

Maison des Isles, 1 allée Claude Choemet à Rezé

Visite du Potager Extraordinaire à la Roche-sur-Yon

En partenariat avec le CSC Loire et Seil – inscription obligatoire – tarif 10 €

Mercredi 8 octobre 8 h 45 – 17 h

Départ au CSC Loire et Seil 16 Av. du Maréchal de Tassigny à Rezé

Jeudi thématique

Et si on parlait mémoire ?

Jeudi 9 octobre 10 h – 12 h

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



Ateliers mémoire

« Questions pour un Champion » et ateliers

Jeudi 9 octobre 14 h 30 – 16 h 30

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

Loto récréatif

Jeudi 9 octobre à 14 h 30

Un moment convivial ouvert à tous les
séniors Rezéens-nes – **Gratuit** -

Salle AEPR, 19 bis rue Pierre
Brossolette à Rezé

Ciné-débat

« Un jour tu vieilliras »

**Vendredi 10 octobre
à 14 h 30**

En partenariat avec Malakoff Humanis

Avec la présence d'un médecin du centre de
prévention AGIRC-ARRCO et des élèves du lycée
professionnel Louis-Jacques Goussier de Rezé.

Cinéma Saint Paul
38 rue Julien Douillard à Rezé

Exposition de peintures et de photos

Samedi 11 et Dimanche 12 Octobre

- Tableaux des « Peintres amateurs de Rezé », de « l'atelier peinture
de Rezé Seniors » et de Philippe Bourdonnais
- Photos de André Cottenceau

Samedi de 11h à 12 h 30 et de 14 h à 17h

Dimanche de 14h à 17 h

Gratuit - Salle de la Carterie 38 rue Alexandre Huchon à Rezé

Théâtre « Contes d'hier et d'aujourd'hui »

Lundi 13 octobre à 15 h (ouverture des portes à 14h30)

15 comédiens (iennes) de l'atelier théâtre de Rezé Seniors interpréteront cette
pièce, mise en scène par l'animateur de l'atelier Claude Lumineau.

Gratuit - Théâtre de Rezé 6 Rue Guy Lelan à Rezé



Billetterie (Réservée aux adhérents)

Thalasso de Pornic

Du lundi au vendredi de 12 h 30 à 15 h 30 ou de 17 h 45 à 20 h

Accès à l'espace « forme aquatique »

- Un parcours aquatique en eau de mer chauffée à 33°C qui occupe un espace de 350m²
- Un vaste hammam à l'eucalyptus de 59m² et un sauna
- Une salle de musculation climatisée de 120m²

Tarif préférentiel 25 € (au lieu de 39 €)



Calicéo Saint Herblain

Du lundi au dimanche de 10 h à 21 h

LE PASS 3H

Calicéo Saint Herblain est un centre de balnéothérapie et de remise en forme aquatique de renommée situé dans la région de Nantes.

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

Films coups de coeur

Downton Abbey III : le grand final

2 h 04 min – Drame, Historique

De Simon Curtis - Avec Michelle Dockery, Hugh Bonneville, Laura Carmichael

➤ **Mercredi 15 octobre à 14 h 30**

Durant l'été de l'année 1930, la famille Crawley s'accroche face à la menace que présente la disgrâce sociale lorsque Mary se trouve au centre d'un scandale public et que la famille éprouve des difficultés financières.

Cinéma Saint Paul 38 Rue Julien Douillard à Rezé



Tarif préférentiel de 4 € sur présentation de la carte Rezé Seniors au cinéma Saint-Paul



Classe moyenne 1 h 35 min – Comédie

De Antony Cordier - Avec Laurent Lafitte, Elodie Bouchez, Ramzy Bedia

➤ **Jeudi 30 octobre à 14 h 30**

Mehdi a prévu de passer un été tranquille dans la somptueuse demeure de ses beaux-parents. Mais dès son arrivée, un conflit éclate entre la famille de sa fiancée et le couple de gardiens de la villa. Comme Mehdi est issu d'un milieu modeste, il pense pouvoir mener les négociations entre les deux parties et ramener tout le monde à la raison. Pourtant, tout s'envenime...

Cinéma Saint Paul 38 Rue Julien Douillard à Rezé

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 7, 14 (intervention du CSC Ragon) et 21/10 – 15 h à 16 h 30

Au Centre André Coutant 12 rue des Déportés à Rezé

- Groupe de paroles, atelier de sophrologie dédié aux aidants dont le proche vit en EHPAD.

Le 28/10 – 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

Activité physique adaptée aux seniors 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

14 h - 17 h 30

Jeux de cartes / Jeux de Société

Sauf les jeudis de concours de belote et les vacances scolaires.

Salle Pierre Fournier, La Robinière à Rezé - Amicale la Ragonnaise

Contact : Raymonde Gaborieau ☎ 06 66 50 89 13

Chaque
jeudi

Balade autour de Rezé

Si la randonnée vous semble trop physique, le CSC Ragon vous propose des balades autour de Rezé dans un format beaucoup moins long mais toujours dans la convivialité.

Sur inscription auprès du CSC – tarif au quotient familial

CSC Ragon – 9 rue du Vivier à Rezé ☎ 02 28 25 29 40 ✉ cscragon@mairie-reze.fr

14 h 30 – 16 h 30

Les rendez-vous du jeudi

Un après-midi d'activités proposé et animé par les participant(e)s (jeux, sorties et visites, bricolage, cuisine, expositions).

Sur inscription auprès du CSC

CSC Jaunais-Blordière – 31 chemin bleu à Rezé ☎ 02 28 44 40 00 ✉ cscjaunais-blordiere@mairie-reze.fr

Mardi
ou
Vendredi

Gym sur chaise

Rester actif ou reprendre une activité physique en position assise, c'est possible ! Sans risquer de chuter, venez en groupe prendre soin de votre cœur, mobiliser vos articulations, renforcer votre endurance musculaire, améliorer votre qualité de vie et votre bien-être au quotidien.

Sur inscription auprès du CSC – tarif au quotient familial

Le mardi de 16 h 30 à 17 h 30 au Gymnase Périchon et le vendredi de 9 h 30 à 10 h 30 au Chemin Bleu

CSC Jaunais-Blordière – 31 chemin bleu à Rezé ☎ 02 28 44 40 00 ✉ cscjaunais-blordiere@mairie-reze.fr

Vendredi
3
octobre

14 h – 18 h

Concours de Belote

Organisé par la section des retraités Tourisme et Loisirs - Inscription à partir de 13h30. Un lot par participant.

Tarif 8 euros par joueur. Bar, pâtisserie, café

Salle AEPR (face à la gendarmerie) 19, rue Pierre Brossolette 44400 Rezé

Semaine « bleue »
du 4 au 14 octobre

Spectacle « Filius » avec la CIE AI et les Arstolobi – (50 minutes)

À la Maison des Isles (Trentemoult) – 1 allée Claude Choëmet à Rezé

**Samedi
4 octobre**

Thibault entouré d'adultes autocentrés qui ne prennent pas le temps d'écouter, harcelé par ses camarades qui refusent sa différence, trouve refuge auprès de son grand-père. Un grand-père bienveillant comme un phare qui lui permet de ne pas perdre pied. – **Gratuit – Sur inscription**

CSC Loire et Seil ☎ 02 40 84 45 50 - cscloireetseil@mairie-reze.fr

**Mardi
7
octobre**

14 h 30 – 16 h 30 **Café Mortel – Groupe de parole**

On se réunit et on échange... sur la mort. C'est un espace de partage avec tout le respect pour les expériences des autres. Chacun peut s'y exprimer, être écouté sans aucun jugement, sans commentaire.

Gratuit – sur inscription auprès du CSC ☎ 02 40 84 45 50 - cscloireetseil@mairie-reze.fr

15 h 30 – 17 h **Les cafés entr'aïdants**

Comment reconnaître des troubles cognitifs ? Qu'est-ce qu'être aidant ? Comment éviter l'épuisement chez l'aidant ? Les ressources disponibles pour favoriser le répit de l'aidant vous seront présentées lors de temps d'échange. Animé par Justine Trochet, psychologue. **Sur inscription auprès du CSC.**

CSC Ragon – 9 rue du Vivier à Rezé ☎ 02 28 25 29 40 ✉ cscragon@mairie-reze.fr

**Mercredi
8
octobre**

14 h 30 – 16 h 30 **« Parlons, mots de passe »**

Êtes-vous sûr de votre mot de passe pour naviguer en toute sécurité sur Internet ? Profitez de cette occasion pour comprendre comment fonctionnent les mots de passe et comment obtenir une protection simple et efficace ! Animé par Éric, bénévole de la permanence numérique du CSC Ragon. **Sur inscription.**

CSC Ragon – 9 rue du Vivier à Rezé ☎ 02 28 25 29 40 ✉ cscragon@mairie-reze.fr

**Vendredi
10
octobre**

14 h – 16 h 30 **Théâtre « une histoire de mille-feuille »**

Un spectacle de cirque plein d'humour et de poésie mêlant lecture, théâtre d'objet, musique et danse, le tout sur des échasses... Avec l'association « La famille Pénichilline ». **Gratuit, sur inscription auprès du CSC.**

CSC Ragon – 9 rue du Vivier à Rezé ☎ 02 28 25 29 40 ✉ cscragon@mairie-reze.fr

14 h 30 – 17 h 30 **Atelier auto-école**

Séance de révision du code de la route avec un petit temps de questions / réponses à la fin, pour continuer à conduire en tout sécurité. Avec Aromrik Conduite. **Gratuit – sur inscription** ☎ 02 40 84 45 50

CSC Loire et Seil – 16 Avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny à Rezé

**Lundi
13
octobre**

14 h – 16 h 30 **Atelier papier / carton**

Échange de savoir-faire sur des activités autour du papier et du carton visant à créer de objets variés.

Gratuit - Sur inscription auprès du CSC – 2 séances par mois

CSC Jaunais-Blordière – 31 chemin bleu à Rezé ☎ 02 28 44 40 00 ✉ cscjaunais-blordiere@mairie-reze.fr

14 h 30 – 16 h 30 **Aide aux aidants**

Présentation des haltes répit, des aides financières, etc... Atelier animé par le CLIC. **Sur inscription.**

CCAS des Sorinières 1 rue de l'Élan aux Sorinières ☎ 02 40 13 00 05 ✉ ccas@ville-sorinieres.fr

**Mardi
14
octobre**

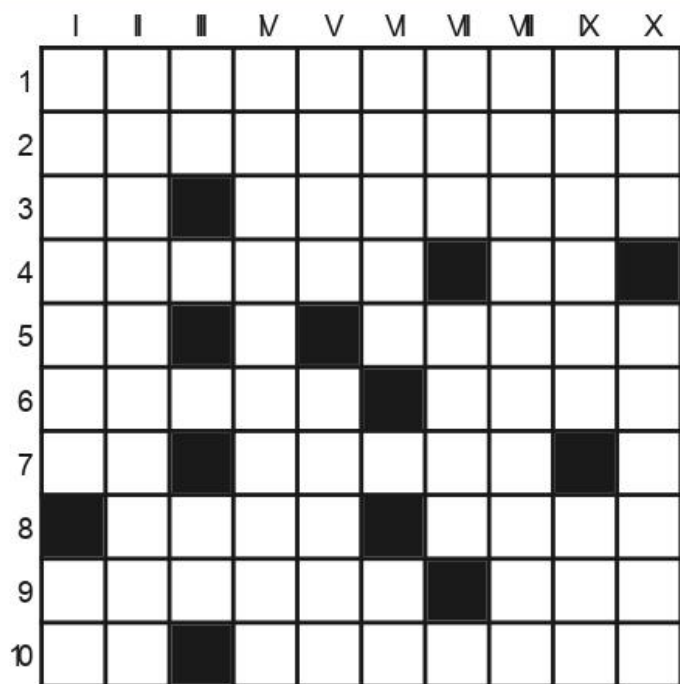
14 h – 17 h **« Atelier bien être entre femmes »**

Offrez à votre peau ce qu'elle mérite de mieux : des soins naturels, faits maison, adaptés à vos besoins. Une expérience sensorielle, ludique et bienveillante. + 50 ans – **Gratuit – sur inscription** ☎ 02 40 84 45 50

CSC Loire et Seil – 16 Avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny à Rezé

Mots croisés

Solution de la grille de septembre 2025
« sept - 2025 »



Horizontalement

1. Plat d'escargots catalan.
2. Réaménager.
3. Infinitif du 1er groupe. Enflammés.
4. Céramiste. Beau métal.
5. Adresse de PC. Test.
6. Offices de la 9ème heure. Poudres d'écorces de chêne.
7. Sur un diplôme. Mammifère recouvert d'écailles.
8. Apprêt de miroir. Crédit.
9. Tortues. Fournisseur d'énergie verte.
10. Articlevoisin. Réductions.

Verticalement

- I. Filtre primaire. Cérium.
- II. Transport aérien du courrier.
- III. Ancien village des Pyrénées-Orientales. Argon.
- IV. Vendeur de graines.
- V. Gros mangeur. État de l'organisme.
- VI. Avare. Samarium.
- VII. Bourricot. Arrêtoobligatoire.
- VIII. Diplodocus.
- IX. Espace littoral. Sur la rose des vents.
- X. À lui. Renard polaire.

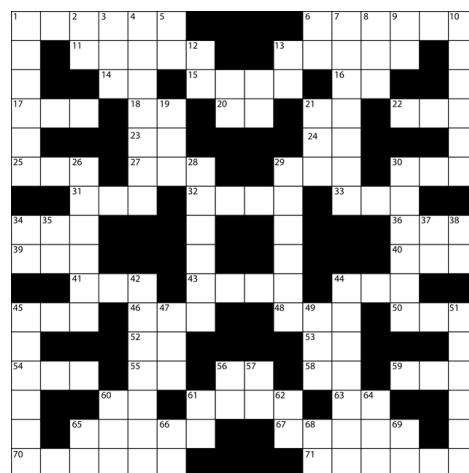
C'est la reprise !

**Le Club des
verbicrucistes désire
s'agrandir !**

Club des verbicrucistes

➤ **Mercredi 8 octobre**

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



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

Rezé Seniors

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

contact@ezeseniors.fr / www.rezeseniors.fr

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

