

# La lettre

Mai 2022 | 13  
Juin

## des Longs Prés



### Agenda

- Jeudi 5 mai à 12h* : Repas printanier pour les seniors de Maurepas au Pôle Associatif de la Marbaudais. Sur inscription.
- Jeudi 12 mai à 18h* : Inauguration du P'tit Bol d'Air. Sur inscription.
- Mardi 17 mai* : Sortie culturelle au Musée de Bretagne. Sur inscription.
- Du 9 au 25 mai* : Exposition du projet Regards Partagés. Vernissage le jeudi 19 mai à 18h.
- Jeudi 19 mai à 14h* : Les Jeudis de la santé : Découverte des objets connectés adaptés aux seniors avec «Sekkoia». Sur inscription.
- Mardi 24 mai* : Sortie culturelle à Guérande. Sur inscription.
- Du 30 mai au 17 juin* : Exposition du projet Fil Rouge du Centre. Vernissage le vendredi 3 juin à 18h.
- Lundi 30 mai à 14h* : Conférence sur la généalogie. Sur inscription.
- Jeudi 9 juin* : Sortie culturelle à Maulevrier. Sur inscription
- Samedi 11 juin à partir de 9h30* : Journée Portes ouvertes du Centre.
- Lundi 13 juin* : Début des inscriptions pour la saison 2022-2023.

### Edito

Le retour des moments de convivialité.

Oublions la morosité, accueillons les jours meilleurs, laissons place à l'optimisme et à la bonne humeur.

Le mois de mai annonce le retour des beaux jours pour le plaisir de tous. C'est aussi le moment de faire ce qu'il nous plait !

En mai et juin il plaira aux membres du Conseil d'Administration et à l'équipe des Longs Pré de vous accueillir pour des moments de convivialité, de partage et d'échanges.

Nous vous proposons de nous rejoindre le jeudi 12 mai à 18h pour l'inauguration du P'tit bol d'air, de nous retrouver le vendredi 3 juin à 18h pour le vernissage du fil rouge et le samedi 11 juin pour la journée Portes Ouvertes du Centre.

Lors du vernissage du Fil rouge dont le thème cette saison est la nature, vous pourrez découvrir les productions des commissions, secteurs, sections, clubs et cours qui ont œuvrés sur ce thème. Des animations, des lectures ponctueront ce vernissage.

La journée Portes Ouvertes vous permettra de découvrir toutes les activités du Centre. Les professionnels et les bénévoles seront à votre écoute et répondront à toutes vos questions. Le programme de cette journée vous sera prochainement dévoilé, il sera disponible au Centre et sur notre site internet [www.leslongspres.fr](http://www.leslongspres.fr).

La plaquette des activités pour la saison 2022- 2023 va faire peau neuve, vous la découvrirez début juin avec des propositions de nouvelles activités.

Les inscriptions pour la saison prochaine débuteront le lundi 13 juin après notre journée Portes Ouvertes.

Nous sommes impatients de vous retrouver pour tous ces beaux moments.

### Zoom sur...Inauguration du jardin verger le P'tit bol d'air



Le projet d'aménagement du jardin situé dans la patio du Centre a émergé en 2019 à partir d'une envie exprimée par des adhérents d'avoir un lieu où l'on peut se rencontrer sans contrainte et du constat que le patio n'était pas ou peu utilisé.

Les travaux, de plantations et de fleurissement se sont terminés en 2020. Un collectif jardin a vu le jour en 2020 et continue à prendre soin du lieu.

L'inauguration de ce nouvel espace était prévue en 2020, puis reportée en 2021 pour à nouveau tomber à l'eau, mais ce n'était la faute ni à Voltaire, ni à Rousseau...

Nous allons enfin pouvoir l'inaugurer le 12 mai à 18h.



Le Centre sera en fête et décoré pour la circonstance. Vous serez accueilli en musique par Gilbert, Jean-Pierre et Jean-François.

Nous couperons le ruban, puis le collectif jardin vous retracera l'histoire de ce projet.

Il y aura d'autres choses, mais chut ! Ménageons la surprise.

Nous terminerons par un moment d'échanges autour du verre de l'amitié.

Une invitation vous sera transmise par mail, avec une demande de confirmation de votre présence, afin de prévoir au mieux l'organisation de ce moment.



*Quel changement !*

## Retour sur...

### Les Ateliers Mémoire



Les Ateliers Mémoire ont démarré aux Longs Prés début mars. Les participants ne se connaissent pas forcément au départ, mais au bout de quelques séances on sent déjà le plaisir de se retrouver avec un objectif commun prendre soin de son cerveau et l'entretenir.

Gwendoline varie les supports afin de donner des clés et des astuces utiles au quotidien qui peuvent aider chacun.

La séance démarre autour d'un café et on commence par un tour de table, on se remémore les prénoms de chacun, ensuite un premier exercice pour favoriser la concentration et c'est parti pour divers exercices le tout dans la bonne humeur et en toute bienveillance.

## Zoom sur...Conférence-débat multimédia, la dernière !



Après deux conférences débat sur les thèmes « La sécurité sur Internet » et « Communiquer sur Internet », la troisième fera appel à nos connaissances en langage informatique. Ce langage utilisé dans la société de tous les jours nous perd un peu, les cookies ça se mangent mais à quoi ça sert autrement ?

Les spams, tchat... tellement de jargons que nous en perdons la « connexion ». Venez jouer avec nous autour de mots croisés et d'un quizz sur le thème du multimédia pour vous apporter de manière ludique des précisions et des réponses à vos questions...

Rendez-vous le mercredi 1er juin à 9h30 au Centre des Longs Prés, sur inscription.

Responsable de publication : Dominique CROCHU

Directeur de publication : Dominique CROCHU

Comité de rédaction : Didier, Dominique, Georges, Jocelyne, Joëlle, Josette, Vincent, Virginie.

Diffusion bimestrielle par le Centre socioculturel Les Longs Prés par mail aux adhérents et sur le site.

Contact : 3 rue des Longs Prés, 35700 Rennes. 02 99 38 43 86, accueil@leslongspres.fr.

Vous pouvez consulter notre newsletter en PDF sur le site des Longs Prés [www.leslongspres.fr](http://www.leslongspres.fr).

## Hors les murs...Sortie nocture



La Section Marche Nordique des Longs Prés innove et diversifie ses sorties...

En effet, le vendredi 18 mars 2022, rendez vous était donné, à 19h30, aux Longs Prés pour un parcours nocturne dans le Parc des Bois, aux Gayeulles.

Eric, Claude et Gérard, nos animateurs du vendredi, nous attendaient avec nos lampes frontales et nos bâtons.

D'un pas alerte, puisqu'il faisait encore jour, les 17 adhérents se sont lancés vers notre aire d'échauffement.

Quelques marcheurs ont exprimé leurs inquiétudes quant à leur capacité à tenir le challenge mais « haut les coeurs » !

La nuit est tombée, la lune s'est levée...

Une atmosphère paisible, discrètement rythmée par les bâtons, les voix et les rires, nous a accompagnés à travers les allées.

Les appréhensions sont tombées, remplacées par les belles sensations de la nature dans ces paysages nocturnes.

Une boisson chaude et des petits gâteaux, servis dans la cuisine des Longs Prés par le bureau, nous a réconforté et permis d'échanger notre enthousiasme et nos émotions.

A quand la prochaine ?

## Portraits...Antoine, service civique.



Vous avez peut-être eu l'occasion de le croiser dans les couloirs du Centre. Nous allons vous le présenter, il s'appelle Antoine et il a 25 ans.

Anciennement parisien, il est tombé sous le charme de Rennes où il a décidé de s'installer l'année dernière.

Sportif ? Oui, il pratique depuis 15 ans le tennis de table ainsi que la pétanque.

Son métier ? Anciennement conseiller financier, il est actuellement en reconversion dans le domaine social et à cette occasion, il remercie le Centre de lui donner la chance de réaliser une expérience d'immersion dans le domaine.

Il est actuellement aux Longs Prés dans le cadre d'un service civique pour partie sur le secteur Enfance et pour partie sur le secteur Senior.

Sa mission au sein des Longs Prés ? Ecouter nos envies, nos besoins...nous accompagner dans la mise en place de nouvelles actions : sorties, activités...toutes les idées seront les bienvenues.

N'hésitez à venir le rencontrer.

## Retour sur... Le concours de belote



Après deux années sans concours, c'est avec plaisir que nos joueurs de belote ont pu se retrouver ce mardi pour le traditionnel concours organisé par le Club du Centre des Longs Prés.

Cette année, 16 équipes se sont retrouvées pour passer un après-midi convivial. Chaque joueur a été récompensé grâce à Guillemette qui se démente à chaque concours pour trouver des lots.

Le club remercie Christopher, bénévole de

l'association Saint-Exupéry, d'être venu prêter mains fortes pour le comptage des points.

Ce concours est encore une fois une réussite grâce à l'implication des bénévoles. Un grand merci à Guillemette, Rémi, Nicole et Alain pour l'organisation de ce concours.

Le club belote des Longs Prés se réunit tous les mardis de 14h à 18h toute l'année.



Les 3 équipes gagnantes