

Agenda 60 ans et + Novembre

**Activités Pour les 60 ans et +
Des loisirs, des rencontres, des
sorties... Pour profiter de la vie à son
rythme, tout simplement**

Renseignement auprès de Gwendoline
senior@leslongspres.fr - 07.67.20.54.77
Pour les inscriptions à l'accueil
accueil@leslongspres.fr / 02.99.38.43.86
Centre Socioculturel Les Longs Prés
1 rue des Longs Prés - 35700 Rennes
www.leslongspres.f

A chaque rencontre au Centre
Participation minimum pour les goûters 50 cts
Prévoir titre de transport pour les sorties

Mercredi 5 novembre 13h45 au Centre Evadons nous	Ce mois-ci Valérie et Georges vous proposent une balade urbaine à la découverte d'un quartier en pleine croissance : Beauregard. De la caserne Mac Mahon au nouveau parc de Beauregard (environ 4-5 kms). <i>Prévoir titre de transport</i>
Jeudi 6 novembre 14h - 16h Jeudis de la santé	La chambre des notaires d'Ille et Vilaine vous propose une conférence « Pourquoi faire une donation ? ». <i>Sur inscription - Gratuit - 32 places</i>
Vendredi 7 novembre 14h20 au Centre Les Rencontres	Nous irons à Lillico, au cœur de notre quartier découvrir l'exposition Radost Theater, dans le cadre des 60 ans du jumelage entre Rennes et Brno, l'exposition de Marionnettes du ThéâtreRadost : Le Voyage de la marionnette de Pavel Hubička et Eva Kolomazníková . République Tchèque. <i>Sur inscription - Gratuit - 12 places</i>
Mercredi 12 et 19 nov A partir de 10h Les rencontres/Viens je t'emmène	«Viens je t'emmène» découvrir le café du coin des Longs Prés. Dans le cadre de la quinzaine «Viens je t'emmène» proposée à l'échelle de la ville de Rennes, venez au café du coin et pourquoi pas y inviter un habitant, un voisin afin de lui faire découvrir cet espace de vie sociale. (consommations à régler sur place)
Mercredi 12 novembre 14h30 au Centre Séjour Changez d'air	Réunion d'informations pour le séjour 2026.Cette réunion permet de découvrir les modalités de participation et d'en échanger. Vous pourrez également discuter avec les participants du séjour 2025.
Jeudi 13 et 20 novembre 9h30 - 11h30 Viens je t'emmène	Ranger les photos du téléphone ! Atelier numériqueproposé par Florence. Trop de photos dans le téléphone ? Vous ne savez pas comment les transférer, les classer, les retrouver ? Vous utilisez WhatsApp sans trop savoir ce que vous faites ? On va vous aider à vous y retrouver ! Venez avec votre smartphone, le câble du smartphone, et une clef usb ou votre PC portable. <i>Sur inscription - Gratuit</i> <i>Possibilité de s'inscrire à 1 seul atelier.</i>

Jeudi 13 novembre 14h -15h30 au centre <i>Les jeudis de la santé</i>	Café philo avec Marie David : le sens de la vie change-t-il en vieillissant ? Durant cette première rencontre Marie vous invite à réfléchir ensemble sur l'évolution de nos priorités et de nos valeurs au fil du temps. Nous nous demanderons si l'expérience, la maturité et la conscience de la mort influencent notre perception de ce qui est important lorsqu'on vieillit. <i>Sur inscription - 4€ - 14 places</i>
Vendredi 14 novembre 10h - 12h <i>Les Jeudis de la santé</i>	La chambre des notaires d'Ille et Vilaine vous propose une conférence « Succession et héritage ». <i>Sur inscription - Gratuit</i>
Vendredi 14 novembre 14h30 <i>Les Rencontres</i>	On retrouve Marcial et son piano. Marcial vous propose un après-midi en musique et chansons. Bonne humeur garantie. <i>Sur inscription - Gratuit</i>
Mardi 18 novembre 14h au Centre <i>Evadons nous</i>	Nous irons aux archives départementales pour la visite guidée de l'exposition "Elles". La nouvelle exposition des Archives départementales plonge dans le quotidien des Breilliennes, du XIXe siècle à nos jours. Leurs droits, notre histoire. <i>Sur inscription - Gratuit - 15 places</i>
Jeudi 20 novembre 14h - 16h <i>Les Jeudis de la Santé</i>	La chambre des notaires d'Ille et Vilaine vous propose une conférence « Anticiper le partage ». <i>Sur inscription - Gratuit - 32 places</i>
Vendredi 21 novembre 14h - 17h <i>Les Rencontres</i>	Bal de l'automne aux Longs prés, 3ème édition du Bal d'automne porté par la coordination de Maurepas et animé par les élèves du lycée Jeanne d'Arc. Invitez vos amis et venez danser! Un goûter partagé est organisé, chacun amène des gâteaux, des crêpes à partager. Nous nous occupons des boissons. <i>Gratuit ouvert à tous - Inscription conseillée</i>

Vendredi 21 novembre 14h30 Evadons nous	Retrouvez-vous à Lillico pour le spectacle « La petite Soldate » dans le cadre du festival TNB. La petite soldate suit l' Histoire du Soldat composé en 1917 par Stravinsky et Ramuz : un soldat rentre au pays, il rencontre le diable et lui échange son violon contre un livre qui lit l'avenir. Avec les bons mots de Ramuz, une bande son originale et les Bee Gees pour garder le moral ! Date limite d'inscription le 6 novembre. Sur inscription - 10 places - 12€ /5 ,50€ carte Sortir
Dimanche 23 novembre Vie du Centre	Venez flâner au vide grenier des Longs Prés. 9h30 à 17h30.
Mercredi 26 novembre 14h au Centre Les Rencontres	Nous irons aux Archives départementales pour une visite du bâtiment. Vous serez accompagnés par un archiviste qui vous donnera des explications sur les enjeux de la conservation des archives. Nous poursuivrons avec un atelier calligraphie . Sur inscription - Gratuit - 12 places
Jeudi 27 novembre 14h-15h30 Les Jeudis de la santé	Café philo avec Marie David. Serions-nous plus heureux si nous étions immortels ? Lors de cette deuxième rencontre nous réfléchirons et discuterons ensemble du bonheur et de notre rapport avec la mort. Nous nous interrogerons sur ce qui donne de la valeur à la vie. Sur inscription - 4€ - 14 places
Jeudi 27 novembre 14h30 - 15h30 Les Jeudis de la santé	1er atelier du cycle Qi Quong avec Lucile Miliard. Il est encore possible de s'inscrire dans la limite des places disponibles. Se renseigner à l'accueil. Sur inscription - 50€ les 6 séances/44€ carte Sortir
Vendredi 28 novembre 10h- 12h Les Jeudis de la santé	La chambre des notaires d'Ille et Vilaine vous propose une conférence « Prévoir et organiser l'avenir ». Sur inscription - Gratuit - 32 places

A noter dans votre agenda

Vendredi 5 décembre à 14h30 : Spectacle Bal à l'entrepont sur la Péniche spectacle.

Semaine du café de Noël du 15 au 19 décembre tous les matins de 9h30 à 12h30

Vendredi 19 décembre : Repas de Noël "Fêtons Noël ensemble "au Pôle associatif de la Marbaudais.