

Agenda 60 ans et +

FEVRIER

**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

Mercredis 4, 11 et 18 février. Jeudi de la santé	Sortie de marche douce adaptée à tous avec Gabin, éducateur sportif . Venir avec tenue et chaussures confortables. Rendez vous à la patinoire à 14h Sur inscription - Gratuit - 12 places
Vendredi 6 et 13 février 9h30 - 11h Jeudi de la santé	Ateliers Activités physiques adaptées animés par Kiné Ouest Prévention. Sur inscription - Gratuit
Vendredi 6 et 13 février 14h30 au Centre Jeudi de la santé	Cycle sommeil avec Brain Up Sur inscription - Gratuit
Lundi 9 février 10h - 12h Evadons Nous information à l'ère numérique	Visite des locaux d' Ici Armorique et temps d'échanges avec les professionnels. Ces visites sont proposées dans le cadre du projet « Information et communication à l'ère numérique » retrouvez l'agenda avec toutes les dates à l'accueil et sur le site internet du centre. Sur inscription - Gratuit - 12 personnes
Mardi 10 février 13h45 - 15h45 Evadons Nous information à l'ère numérique	La fresque de l'information» avec Baptiste Blandet journaliste. Venez comprendre le circuit de l'information et participer à un atelier d'éducation aux médias pour mieux les comprendre . Atelier participatif et ludique. Sur inscription. Gratuit Cet atelier se poursuit le jeudi 19/02 en compagnie des enfants du centre de loisirs, il est possible de faire les 2 ateliers ou 1 seul.
Mercredi 11 février 14h au Centre Les rencontres	Une balade urbaine au coeur du centre ville proposée par Georges et Valérie, à la découverte du patrimoine historique . En ce mois d'hiver à la fin du parcours, nous pourrions prendre tous ensemble une boisson chaude (prévoir monnaie). Sur inscription
Jeudi 12 février 14h au Centre Jeudi de la santé	Café philo avec Aurélien Davy de la Pause Bonheur, le quartier de Maurepas propose des ateliers ouverts à tous les habitant·es. Ici, chacun peut explorer des idées, partager ses réflexions et écouter celles des autres dans une ambiance conviviale. Sur inscription - Gratuit - 15 places

Jeudi 12 février 14h - 15h30 Jeudi de la santé	Vous vous intéressez à votre environnement intérieur pour préserver votre santé et celle de votre famille ? Participez à un atelier « Ma maison change d'air ! » Sous la forme d'un cycle de 2 ateliers interactifs de deux heures, « Ma maison change d'air ! » est un lieu d'échange et d'information sur tout ce qui touche aux sources possibles de pollution intérieure. Bisphénol A, parabènes, phtalates, COV, etc. Nous entendons de plus en plus parler de ces polluants, mais de quoi s'agit-il exactement ? Où les trouve-t-on ? Quels impacts peuvent-ils avoir sur notre santé et celle de notre famille ? Et surtout, comment les éviter, quelles alternatives choisir ? Voilà les questions abordées lors des ateliers « Ma maison change d'air ! » Sur inscription - Gratuit - 12 places
Vendredi 13 février 13h15 au Centre Evadons nous	Dans le cadre du festival Travelling nous irons voir le film "La fureur de vivre" au Gaumont . Travelling explore les horizons cinématographiques lointains, mettant en lumière l'inventivité et la créativité du 7^e art. Avec une programmation riche et variée, des projections, des rencontres, des concerts, des spectacles, des expositions et des ciné - concerts. Pour cette édition, le festival met à l'honneur la ville de Los Angeles, offrant une plongée au cœur de la scène culturelle de cette métropole américaine. Sur inscription - 4€ - 12 places
Lundi 16 février 13h45 au Centre Les rencontres	Nous irons à l'OPAR pour préparer et faire sauter les crêpes ensemble, sur place possibilité de jeux de société et jeux de cartes. Sur inscription - 2€ - 12 places (inscription avant le 12/02)
Jeudi 19 février 14h - 16h Evadons Nous information à l'ère numérique.	Fresque de l'information avec Baptiste Blandet journaliste et les enfants du centre de loisirs, vous pouvez également venir avec vos petits-enfants(à partir de 6/7ans) pour décrypter ensemble l'information, et les sensibiliser à l'éducation aux médias. Sur inscription - Gratuit
Vendredi 20 février 14h30 au Centre	Balade au Parc des Gayeulles. (annulée si météo mauvaise) - Sur inscription - Gratuit

Gwendoline est en congés du 23 au 28 février

A noter dans vos agendas

Samedi 7 mars : Balade des Femmes de Maurepas 14h30 au départ de la salle Guy Ropartz.

4 et 18 mars après midi chez mélanie "La campagne à Bras ouverts "chez Papi Jean.

27 mars : Bal intergénérationnel de printemps de Maurepas au Pôle Associatif de la Marbaudais.

Photo
du mois

