La Passerelle Opar Information
Juin 2023 – N° 478

Observatoire et pôle d'animation des retraités rennais

62 rue de Dinan
au fond de la ruelle aux chevaux
35000 Rennes

Tél : 02 99 54 22 23

Mail : accueil@opar.fr

www.opar.fr

Suivez notre actualité sur Facebook

Horaires d'ouverture de l'accueil de l'OPAR jusqu'au 16 juin :
Le lundi de 10h à 12h30 et de 13h30 à 16h30, du mardi au jeudi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30 et le vendredi de 9h30 à 12h30
Et du 19/06 au 18/08 : du lundi au vendredi de 10h à 12h et de 14h à 16h (fermé le vendredi après-midi)

Accès bus et métro
N°12 : Auberge de Jeunesse ou Square de la Rance
N°10 : Dinan
Métro : 10 mn à pieds des lignes a et b ; stations Sainte Anne et Anatole France

Association Loi 1901
Agréée Association Sportive
Agréée Association d'Education Populaire
Agréée carte Sortir
Agréée ANCV

OPAR
Vivre sa retraite passionnément

Venez fêter l'été avec nous !

Préparez votre été... et votre rentrée !

L'OPAR vous propose en cette fin de saison, de participer à l'opération passeport retraite pour essayer plusieurs activités gratuitement du 5 au 30 juin 2023.

Puis c'est à la fête d'été du 14 juin que nous espérons vous retrouver pour terminer l'année en musique et démarrer l'été par un temps convivial.

Dès le 4 juillet, les balades d'été vous seront proposées. Elles ont été concoctées par les animateurs(rices) qui vous accompagneront durant ces sorties. Vous irez dans les Côtes d'Armor, le Morbihan et même dans le Finistère ! Le programme complet est en dernière page de ce numéro.

Enfin, prenez note de notre journée portes ouvertes qui aura lieu le jeudi 14 septembre de 10h à 17h. Vous pourrez ainsi vous inscrire aux nombreuses activités de l'association.

Activités et événements à venir

Passeport Retraite 2023

Venez essayer gratuitement des activités de l'OPAR du 5 au 30 juin ! Un Passeport Retraite vous sera remis au moment de votre inscription à l'accueil et devra être présenté aux animateurs professionnels ou bénévoles lors de l'activité que vous testerez.

Infos utiles

- **Horaires d'été** : du **19 juin au 18 août** l'accueil de l'OPAR sera ouvert du lundi au vendredi de 10h à 12h et de 14h à 16h (fermé le vendredi après-midi).
- **Fermeture de l'accueil** : l'accueil de l'OPAR sera ouvert uniquement de 9h30 à 11h le **mercredi 14 juin**, en raison de notre fête d'été.
- **Adhésion 2023/2024 (du 01/07/23 au 30/06/24)** : le Conseil d'Administration a fixé l'adhésion à l'OPAR à 30€ pour cette nouvelle saison.

Fête d'été de l'OPAR

Venez fêter l'été avec nous le **mercredi 14 juin**. Toute la journée des jeux géants vous seront proposés. Puis le repas commencera aux alentours de 12h, des représentations musicales auront lieu et il y aura également une scène ouverte pour ceux qui le souhaitent. Ce jour-là, l'accueil sera ouvert uniquement de 9h30 à 11h.

Questionnaire 2023

L'OPAR transmettra à ses adhérents un questionnaire afin de récolter vos avis et impressions sur l'association. Celui-ci sera diffusé par internet mais également en version papier. Nous vous remercions par avance pour votre aide.

Visite du TNB

Le **jeudi 1er juin** à 14h. Gratuit sur inscription à l'accueil de l'OPAR.

Dimanche Tout Tannou à l'OPAR

Le **dimanche 25 juin** repas à 12h suivi de la pièce de théâtre « J'habite ici ». Dans cette pièce en douze appartements, une concierge dans l'escalier et une rue devant, Jean-Michel Ribes pointe avec une ironie dévastatrice, les travers et tourments d'une société hexagonale en plein désarroi. Tarifs : 15€ le repas et 2€ l'animation (80 mn). Inscriptions sur règlement à partir du 15 mai et dans la limite des places disponibles.

Jeu d'échecs à l'OPAR

Tous les **lundis** à 14h30. Tarif : 10€. Initiation possible.

Cours d'Anglais

NOUVEAUTÉ : des cours d'anglais débutant seront proposés à partir de septembre 2023.

Sondage

A la rentrée de septembre 2023, notre Chef de Chœur Pierre Gauthier n'assumera plus que la chorale des Chœurs du lundi. Afin d'orienter notre réflexion sur les souhaits de nos adhérents, merci de nous faire remonter à l'accueil de l'OPAR, quelles activités autour de la musique vous aimeriez trouver à la rentrée : atelier chants, chants de marins, découverte ou pratique d'instruments...

Dictée à l'OPAR

Le **mardi 13 juin** à 10h. Complet.

Ateliers bijoux et mosaïque avec Karine

Les **mercredis 7 et 21 juin** de 14h à 16h, à l'OPAR.

Neurones en fête

Mardi 6 juin à 9h30 à la Maison des Aînés et des Aidants. Gratuit sur inscription à l'OPAR.

Opéra

- **Samedi 17 juin** à 18h dans le square Tannou ; « Dis-moi tes amours » par la compagnie Lyrisme de rue. Les artistes entraînent le public avec légèreté, sensibilité et humour à la découverte des multiples facettes de la voix lyrique. Airs et ensembles d'opéras, de comédies musicales et mélodies se répondent et s'entrechoquent, le tout dans un esprit chaleureux et décomplexé inspiré du théâtre de tréteaux. Gratuit et ouvert à tous.
- Concert découverte le **lundi 19 juin** à 18h ; « Opéra au village ». Inscription sur règlement de 5€ à l'OPAR.

OPAR'lons ; conférence gratuite à l'OPAR

Le **mardi 6 juin** à 14h avec Antoine Vezier, adhérent de l'OPAR, passionné du débarquement et de la bataille de Normandie, il souhaite vous partager des anecdotes plus ou moins connues de cette période de l'histoire. Inscriptions à l'accueil obligatoire.

Stages informatique

Il nous reste des places dans les stages sur tablette pour les niveaux intermédiaires et avancés et dans un stage de 3 séances sur le smartphone niveau avancé du 5 au 14 juin. Des stages à thèmes et cours individuels sont également proposés jusqu'au 7 juillet. Plus d'infos et inscriptions sur règlement à l'accueil.

Cercle de jeunes retraités à l'OPAR

Vous êtes un(e) jeune retraité(e) de moins de 2 ans ou bientôt à la retraite et disponible ? Venez nous rejoindre pour partager, écouter, créer du lien... Le **jeudi 8 juin** de 10h à 12h avec Sylvie Hurel. Adhésion à l'OPAR obligatoire, 20€ par rencontre.

Vacances vivantes de l'OPAR

Du **4 au 8 septembre 2023** aura lieu notre séjour adapté aux personnes à mobilité réduite. Il se déroulera au Pouliguen et dans ses environs. Inscriptions sur liste d'attente au 02 99 54 73 64.

On a besoin de vous !

Nous diffusons tous les mois notre journal mensuel dans les quartiers rennais. Nous aurions besoin de bénévoles pour le distribuer. Si vous souhaitez nous aider merci de nous appeler au 02 99 54 22 23.

Café-philo à l'OPAR

Prochaines rencontres à 14h :
- **Jeudi 8 juin** : Complet.
- **Jeudi 22 juin** : Complet.

Tarif : 10€ par rencontre, à régler à l'inscription.

Les mardis du parc

La commission senior de La Touche organise ces traditionnels « Mardi du Parc ». Les premiers auront lieu les **mardis 6 juin et 4 juillet** à 14h dans le Parc de La Touche. Après-midi convivial autour de jeux, de discussion, chants, etc. L'OPAR est partenaire de ces événements. Informations auprès d'Aurore au 06.19.88.63.47.

Calendrier des animations dans les clubs

Jeudi 1er

- Jeux divers au club Vaneau/La Touche à 14h, tous les jeudis.
- Tarot au club Printemps Ginguené tous les jeudis à 14h.

Vendredi 2

- Jeux divers tous les vendredis à l'Espace Social Aimé Césaire à 14h avec le club des Champs Manceaux.
- Tous les vendredis à 14h au club de Cleunay, jeux divers.
- Goûter de la fête des mères à 14h15 et jeux divers au club Printemps Ginguené à 14h, tous les vendredis.
- Jeux divers tous les vendredis au club Toujours jeunes.

Lundi 5

- Tous les lundis, bals au club Printemps Ginguené à 14h30 et palets à la Maison de Quartier Francisco Ferrer à 14h.
- Après-midi travaux d'aiguilles à l'Espace des 2 Rives à 14h.
- Venez passer un moment convivial au club Clôteaux-Bréquigny, les lundis à 14h à la MJC de Bréquigny.

Mardi 6

- Au centre social Carrefour 18, les mardis belote, tarot et scrabble à partir de 14h.
- Champs Manceaux : jeux divers tous les mardis.
- Tous les mardis jeux divers au club de Maurepas à 14h.

Lundi 12

- Tous les lundis bals au club Printemps Ginguené à 14h30 et palets à la Maison de Quartier Francisco Ferrer à 14h.
- Après-midi travaux d'aiguilles à l'Espace des 2 Rives à 14h.

Mardi 13

- Bouge tes neurones à 14h au club des Champs Manceaux.
- Le club Carrefour 18 est fermé ce jour-là.
- Bouge tes neurones à 14h au club de Maurepas.

Vendredi 16

- Jeux divers au club Printemps Ginguené à 14h, tous les vendredis.
- Sortie à Erquy organisée par la chorale des Choeurs du lundi.
- Champs Manceaux : jeux divers à 14h.
- Tous les vendredis à 14h au club de Cleunay, jeux divers.

Lundi 19

- Bal au club Printemps Ginguené à 14h30 et palets à la Maison de Quartier Francisco Ferrer.
- Dernier après-midi travaux d'aiguilles à l'Espace des 2 Rives à 14h.
- Dernière après-midi de la saison au club de Clôteaux-Bréquigny.

Mercredi 21

- Fête de la musique de Rennes, à 8h concert avec 6 chorales dont celle de l'OPAR ; les choeurs du lundi.

Mardi 27

- Jeux divers tous les vendredis à 14h avec le club des Champs Manceaux.
- Buffet froid au club de Maurepas. Tarif : 14€ inscription sur règlement auprès de Régine.

Jeudi 29

- Dernier après-midi jeux de la saison au club Vaneau/La Touche.
- Tarot au club Printemps Ginguené tous les jeudis à 14h.

Vendredi 30

- Jeux divers au club Printemps Ginguené à 14h, tous les vendredis.
- Dernier après-midi jeux de la saison au club Toujours jeunes.
- Champs Manceaux : jeux divers tous les vendredis.
- Tous les vendredis à 14h au club de Cleunay, jeux divers.

Anim'mobile : à votre rencontre dans les quartiers rennais !

Comme vous l'avez probablement remarqué dans le hall d'accueil de l'OPAR, nous avons fait l'acquisition récemment d'un vélo cargo, grâce au soutien de la CARSAT. Il va nous permettre de développer un nouveau service : Anim'mobile.

Notre objectif est d'aller à la rencontre des seniors dans différents quartiers de Rennes pour lutter contre l'isolement. Pour cela, nous nous installerons avec le vélo (contenant du matériel d'animation) en bas d'un immeuble ou sur une place pour proposer des moments conviviaux, d'échange et d'animation.

Afin de développer le projet, Aurore a besoin de bénévoles pour l'accompagner dans ces temps d'animation qui auront lieu le matin entre 10h et 12h, une à deux fois par mois pour chaque lieu d'intervention qui sont pour le moment les quartiers de Bréquigny, du Colombier et de la Touche. Si vous êtes intéressées, vous pouvez la contacter par téléphone au 06.19.88.63.47 ou par mail à : apoildevin@opar.fr

Randos et promenades du mois de juin

- Jeudi 8 : Sortie à la journée à Josselin.

- Mardi 13 : Rando à Le Verger. Circuit « Entre Serein et Rohuel » (11 kms). RDV métro République (bus 55) à 12h50 ou à l'arrêt de bus « Le Verger Eglise » à 13h50.

- Jeudi 22 : Promenade et pique-nique à Saint-Aubin d'Aubigné. Circuit « de Saint-Aubin d'Aubigné » (7,5kms). RDV Gare routière (bus Breizhgo n°4) à 11h15 ou à l'arrêt de bus à Saint Aubin d'Aubigné « Rue de Rennes » à 12h15. Inscription obligatoire pour le jeudi 15 juin. Tarif aller/retour : 4€.

- Mardi 27 : Rando à Romillé Circuit « les Néfliers » (11kms). RDV métro Villejean Université (bus 81) à 13h05 ou à l'arrêt de bus Romillé « Frères Aubert » à 13h45.

Téléphone des bénévoles (après 18h) : 06 60 11 61 93 ou 06 14 19 05 50.

Programme de nos balades d'été 2023

9 sorties accompagnées au départ de l'Esplanade Charles de Gaulle.
Inscriptions sur règlement dès maintenant.

Mardi 4 Juillet : Bignan et Poul Fétan (56)

Magnifique domaine à Bignan où vous découvrirez le patrimoine et l'histoire du château de Kerguéhennec. Après le déjeuner nous visiterons un village breton d'autrefois… pas comme les autres. Vous participerez aux activités de la vie quotidienne : fabrication bougie, beurre, galette de blé noir, broderie, tissage de laine…
Tarifs : 51€ repas libre ou 77€ repas au restaurant.

Mardi 11 Juillet : La Gacilly et Lohéac (56 et 35)

En matinée, venez admirer l'exposition du festival photo de la Gacilly, une expérience photographique immersive et déambulatoire au cœur de galeries à ciel ouvert. L'après-midi, direction Lohéac et son musée de l'automobile et des vieux métiers, l'un des plus beaux musées d'Europe consacré à l'histoire de l'automobile sur 15000 m² d'exposition avec plus de 400 véhicules de tous types, de tous âges et de toutes nationalités.
Tarifs : 46€ repas libre ou 72€ repas au restaurant.

Mardi 18 juillet : Lamballe (22)

Le matin, visite du Haras National de Lamballe, berceau du cheval de trait, nous découvrirons les secrets de ce site prestigieux. Après le repas, nous partirons à pied pour visiter la ville de Lamballe, pour voir ses maisons à pans de bois, ses hôtels particuliers et bien d'autres richesses de la ville. Pour terminer la journée, direction la Ferme d'antan de Plédéliac pour une visite guidée authentique d'un mode de vie rural d'une famille des années 1920 (matériel agricole, animaux, jardin pédagogique, film explicatif…).
Tarifs : 51€ repas libre ou 75€ repas au restaurant.

Mardi 25 juillet : Nantes et environs (44)

Le matin, nous visiterons le Château de Goulaine construit en pierre de tuffeau qui retrace 1000 ans d'histoire. Nous embarquerons ensuite pour une croisière « L'Erdre et ses châteaux ». Grâce au point de vue original depuis l'Erdre, découvrez la richesse patrimoniale et naturelle de Nantes.
Tarifs : 58€ repas libre ou 86€ repas au restaurant.

Mardi 1er août : Concarneau (29)

Découverte de la jolie cité médiévale et balnéaire de Concarneau. Le matin, à bord du petit train, nous découvrirons la ville à travers l'histoire des pêcheurs, des conserveries et des peintres. Après le repas, nous embarquerons à bord d'un bateau pour une balade dans la baie de Concarneau. Enfin, avant de repartir, vous pourrez profiter d'une balade libre dans la ville.
Tarifs : 54 € repas libre ou 84€ repas au restaurant.

Mardi 8 août : Sud Mayenne (53)

Le matin, direction Cossé le Vivien pour la visite du musée Robert Tatin. Nous entrerons dans l'univers unique d'un artiste bâtisseur aux multiples talents (céramiste, peintre, lithographe, sculpteur…). Cette visite se fera en deux temps : visite guidée de 30 à 45 min des extérieurs, puis visite libre pour visiter à votre rythme, les différentes salles d'exposition et les 5 hectares de jardins. L'après-midi direction Saint Fort (à coté de Château-Gontier) pour la visite de l'entreprise Réauté où vous pourrez découvrir les secrets de leurs chocolats.
Tarifs : 42€ repas libre ou 60€ repas au restaurant.

Jeudi 17 Août : Saint-Nazaire (44)

Arrivés à Saint-Nazaire, nous débuterons notre journée par la visite des chantiers de l'Atlantique. Le France, le Queen Mary 2, des paquebots de légende construits à Saint-Nazaire, plongez au cœur d'une aventure industrielle exceptionnelle, un spectacle fascinant dans l'univers du gigantisme. L'après-midi, l'aventure des paquebots de légende vous emporte pour une traversée transatlantique dans les pas des passagers d'hier. Explorez les ponts, les coursives, les cabines et les salons. Nous continuerons avec la visite de l'écomusée consacrée à Saint-Nazaire et son développement fulgurant autour de son port.
Tarif unique : 80€ repas au restaurant.

Mercredi 23 Août : Piré-Chancé (35)

Le matin, nous visiterons le parc de sculptures du Château des Pères à Piré-Chancé, avant de nous rendre à la Roche-aux-Fées pour admirer les monuments mégalithiques et de découvrir diverses animations. L'après-midi, nous visiterons les jardins Rocambole à Corps-Nuds, un jardin éco-insolite, une rencontre entre l'art et la nature.
Tarifs : 39€ repas libre ou 59€ repas au restaurant.

Mardi 29 août : Auray et Sainte Anne d'Auray (56)

Le matin circuit en petit train pour parcourir les plus beaux sites de la ville d'Auray : le Port de Saint-Goustan, l'un des plus beaux de Bretagne, avec son vieux pont du XVème siècle et ses élégantes bâtisses à pans de bois, puis les vieilles rues de la ville haute riche en trésors architecturaux. L'après-midi visite guidée de la basilique de Sainte Anne d'Auray, connue pour son grand Pardon.
Tarifs : 40€ repas libre ou 64€ repas au restaurant.

La Passerelle OPAR Information - Dépôt légal n° 478 - ISSN 2114-2084 – 1 300 ex
Directrice de la publication : Martine CRUVEILLER - Maquettage et impression OPAR - **Parution du n° d'été : mercredi 14/06**
Ne pas jeter sur la voie publique