

# LA PASSERELLE OPAR INFORMATION

## FÉVRIER 2025 – N° 495

Observatoire et pôle  
d'animation des  
retraités rennais

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

Tel : 02 99 54 22 23

Mail : [accueil@opar.fr](mailto:accueil@opar.fr)

Site : [www.opar.fr](http://www.opar.fr)

Suivez notre actualité  
sur Facebook

Horaires d'ouverture  
de l'accueil :

Le lundi de 10h à  
12h30 et de 13h30  
à 16h30

Du mardi au jeudi de  
9h30 à 12h30 et de  
13h30 à 16h30

Le vendredi de  
9h30 à 12h30

Fermé le vendredi  
après-midi

Accès bus et métro  
N°12 : Auberge de  
Jeunesse ou Square  
de la Rance  
N°10 : Dinan ou  
Legraverend  
À 10 mn à pied du  
métro Ste Anne  
ou Anatole France

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

### Devenez membre du Conseil d'Administration de l'OPAR !

Le Conseil d'Administration de l'association se réunit 4 fois par an et est composé de bénévoles. Son rôle est de diriger, organiser et animer la vie de l'association, dans le cadre fixé par les statuts. Vous avez des idées, vous êtes motivés et vous souhaitez postuler pour devenir membre ? Contactez Hélène par téléphone au 02.99.54.73.67.

### Neurones en fête

Le **mardi 4 février** à 9h30 à la Maison des Aînés et des Aidants. Complet.

### Péniche Spectacle

- Le **mercredi 5 février** à 12h30 « Stockholm ». Tarif : 6€. Inscription à l'OPAR et règlement le jour J.

- Le **mardi 25 mars** à 14h : visite gratuite de l'expo « Japon entre tradition et modernité » et visite des deux péniches. Sur inscription à l'OPAR.

- Le **mercredi 26 mars** à 14h30 « Thaïlande, de Boudha à la mondialisation ». Tarif : 7€. Inscription à l'OPAR et règlement le jour J.

### Anim'Mobile

Nous venons à votre rencontre pour discuter, partager une boisson chaude et faire des animations à partir de 10h30 :

- le 06/02 au 1 square St Exupéry  
- le 25/02 au niveau des 26 et 32 rue Léon Ricottier  
- le 27/02 au 6 square des Hautes Chalais.

En partenariat avec la commission senior de La Touche, retrouvez-nous le 4 février sur le Mail François Mitterrand (au niveau du n°34) pour « Thé ou Café ». Plus d'infos auprès d'Aurore au 06.19.88.63.47.

### Atelier mosaïque à l'OPAR

Venez avec vos petits-enfants pour partager un moment créatif le **mercredi 19 février** de 14h à 16h30. Atelier à partir de 6 ans. Tarifs : 10€ par binôme (enfants-adultes) ou 15€ pour les non-adhérents, possibilité de venir seul (5€).

### Dimanches Tout Tannou à venir

Le **dimanche 23 février** à 12h à l'OPAR, nous vous proposerons de la tartiflette. L'après-midi, à partir de 15h, vous voyagerez avec « les tisseurs de contes » suivi d'une initiation aux danses brésiliennes. Tarifs : 20€ le repas et 2€ l'animation. Inscription dès à présent à l'accueil de l'OPAR, sur règlement.

Vous pouvez vous inscrire dès maintenant pour le **dimanche tout tannou du 6 avril**. Nous irons à Pleurtuit. Le midi, repas au restaurant suivi de l'opérette « Gipsy ». Tarif : 75€.

### Dictée à l'OPAR

Le **mardi 25 février** à 10h. Complet.

### Bien-être & musique avec Willy Bigot

Deux séances vous seront proposées à l'OPAR à 14h avec une praticienne en art-thérapie musique et chant.

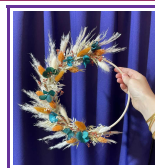
- Yoga de la voix le 7 février

- Percussions corporelles le 28 février

Tarif : 27€ par atelier. Adhésion obligatoire.

### Atelier floral à l'OPAR

Le **mardi 25 février** de 14h30 à 16h30. Vous fabriquerez une couronne de fleurs séchées. Matériel et végétaux fournis. Inscription sur règlement. Tarif : 40€.



### Carnet créatif

Révélez en douceur votre intuition créative à travers des pratiques artistiques et créatives. Atelier ouvert à tous ceux qui aiment écrire, dessiner, imaginer, décorer, découper, peindre, gribouiller... Le **mardi 25 février** à 14h au local Saint Exupéry. Tarifs : 1€ pour les adhérents de l'OPAR, 2€ pour les non-adhérents. Inscriptions à l'accueil de l'OPAR.

### Mars = mois du climat

Retrouvons-nous en mars pour un mois sur le thème de l'écologie et de l'urgence climatique. Séréna, stagiaire en 2ème année BUT animation socioculturelle, vous proposera des ateliers, des visites, une exposition, des temps d'échanges... Un groupe de travail sera aussi mis en place avec ceux qui le souhaitent.

### Ateliers créatifs (nouveau)

Vous aimez les activités manuelles, partager vos connaissances et rencontrer d'autres personnes dans un esprit convivial, ou vous êtes novices, ce temps est fait pour vous ! Retrouvons-nous le **mercredi 26 février** à 14h30 à l'OPAR pour échanger sur des activités possibles : origami, cartonnage, photo collage... Les petits enfants sont aussi les bienvenus.



### Atelier poterie (nouveau)

Le **lundi 3 mars** à 14h à l'OPAR, Johanna vous propose un atelier poterie. Tarif : 5€ (matériel fourni). Inscription sur règlement à l'OPAR.

### Spectacle à Châteaugiron

Le **jeudi 6 mars** à 15h au Zéphyr « Revue d'époque de dix pays emblématiques ». Tarif : 42€. RDV au métro Poterie à 13h20, retour sur Rennes vers 18h30.





## Déjeuner au masculin

Le **mardi 18 février** dès 12h à l'OPAR. Un repas convivial dans la bonne humeur est organisé exclusivement pour les hommes. Participation : 5€. Repas préparé par des hommes ayant participé à l'atelier cuisine au masculin. Une animation sera proposée l'après-midi.

## Palets, Pétanque & Mölkky

Le **jeudi 27 février** à 14h au 139 rue d'Antrain. Tarif : 2€ la séance.

## Ateliers avec Sylvie Hurel

Les inscriptions et règlements à ces ateliers s'effectuent auprès de Sylvie Hurel directement. L'adhésion à l'OPAR est obligatoire pour pouvoir y participer.

- **Aroma** : mardi 4 février à 14h à l'OPAR. Thème : les huiles essentielles du printemps. Vous fabriquerez un spray d'ambiance printanier. Tarif : 25€ la séance, matières premières incluses.
- **Bonheur & Retraite** : cycle découverte : mardi 4 février à 10h à l'OPAR. Et le cycle approfondissement : mardi 25 mars à 10h à l'OPAR.
- **Cercle des Jeunes Retraité(e)s** : rencontre le jeudi 20 mars à 10h à l'OPAR. 25€ la séance.

## Animations et sorties dans les quartiers

- **Champs Manceaux** : Bouges tes neurones les 4 et 25 février, dictée le 28 février.
- **Cleunay** : Bouges tes neurones le 7 février.
- **Maurepas** : Pelote et parlote le 4 février.



## Activités dans les clubs de l'association

**Chaque semaine, dans plusieurs quartiers rennais, retrouvez les clubs de l'OPAR pour passer un après-midi convivial, principalement autour de divers jeux de sociétés. N'hésitez pas à aller les découvrir !**

- **Bridge** : les mardis et jeudis de 13h30 à 17h30 à la Maison Héloïse.
- **Carrefour 18** : les vendredis 7 et 28 février de 14h à 17h30 au Cercle Paul Bert Savary.
- **Champs Manceaux** : tous les mardis de février et les vendredis 7 et 28 février à 14h à l'ESC Aimé Césaire.
- **Cleunay** : tous les vendredis de 14h à 17h30 à la Maison des Familles.
- **Clôteaux-Bréquigny** : après-midi conviviaux les lundis 3 et 24 février à 14h à la MJC Bréquigny.
- **Maurepas** : les mardis 4 et 25 février de 14h à 17h, au local Saint Exupéry.
- **Printemps Gingené** : Tous les lundis de février bal à 14h30 au CPB Gingené. Palets les lundis 3 et 24 février à 14h à la Maison de Quartier F. Ferrer. Tarot à 14h les jeudis 6, 13 et 27 février. Les vendredis 14, 21 et 28 février belote et scrabble à 14h. Loto le 4 février à 14h. Sortie « cochon grillé » à Cardroc le 7 février (prix et horaire communiqué ultérieurement). Pendant les vacances scolaires le club ouvrira à partir de 14h30.
- **Toujours jeunes** : les vendredis 7 et 28 février de 14h à 17h à la Maison de Quartier Francisco Ferrer.
- **Vaneau-La Touche** : les jeudis 6 et 27 février de 14h à 17h30 à la Maison de Quartier La Touche.

## Randos et promenades à venir

- **Mardi 4 février** : Rando à Noyal sur Vilaine Circuit « Ville et campagne » (10 kms) RDV Métro Cesson Via Silva (bus 64) à 12h55 ou à l'arrêt de bus « Acigné Mairie » à 13h23.
- **Jeudi 13 février** : Promenade à La Chapelle Thouarault Circuit « la ballade de cohan » (7,5 kms) RDV à République (bus 53) à 13h05 ou à l'arrêt de bus « Mairie Chapelle Thouarault » à 13h49.
- **Mardi 18 février** : Rando à Langan Circuit « Duguesclin » (11 kms) RDV à Villejean Université (bus 82) à 12h10 ou à l'arrêt de bus « Langan Bourg » à 12h49.
- **Jeudi 27 février** : Promenade à Vern sur seiche Circuit « de la vallée de la seiche » (7 Kms). RDV à Métro poterie (bus 62) à 13h10 ou à l'arrêt de bus « Eglise Vern sur Seiche » à 13h35.
- **Mardi 4 mars** : Rando Chartres de Bretagne Circuit « de Chartres à Pont Péan » (12 kms) RDV Henri Fréville (bus 72) à 13h10 ou à l'arrêt de bus « Collège Pôle sud » à 13h42.

*Coordonnées des bénévoles : 06.60.11.61.93 ou 07.77.88.85.84 ou 06.14.19.05.50.*

**La Passerelle OPAR Information** - Dépôt légal n° 495 ISSN 2114-2084 - 1 300 ex

Directrice de la publication : Martine CRUVEILLER - Maquettage et impression OPAR - **Parution du n° de mars : vendredi 28/02**

**Ne pas jeter sur la voie publique**