



LA PASSERELLE OPAR INFORMATION

FÉVRIER 2026 - N°505



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
Site : www.opar.fr

Suivez notre actualité
sur Facebook &
Whatsapp

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 minutes à pied du métro Sainte Anne ou Anatole France

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

Neurones en fête

Le **mardi 3 février** à 9h30 à la Maison des Aînés et des Aidants. Inscription à l'OPAR obligatoire.

Bonheur & Retraite

Le **mardi 3 février** à 10h à l'OPAR.

Billetterie Théâtre

"Parler pointu" le **03/02** à 14h30 et "Horizon Légende" le **12/02** à 14h30 à "La Paillette". Le tarif est de 11€ par spectacle pour les adhérents de l'OPAR. Inscriptions à l'accueil de l'OPAR dès maintenant (seulement 3 places sont disponibles par spectacle).

Pouvoir d'achat et solutions concrètes pour les seniors

L'association « Mieux Vieillir Chez Soi » vous invite à un atelier collectif le **jeudi 5 février** à 14h à l'OPAR. L'objectif de l'association : faire valoir vos droits, préserver votre pouvoir d'achat et favoriser le bien-être, l'autonomie et la sécurité à domicile. Intéressé(e) par cet atelier gratuit qui vous permettra de faire des économies ? Inscrivez-vous dès maintenant à l'accueil de l'OPAR. Des rendez-vous individuels gratuits vous seront également proposés le jeudi 12 février à l'OPAR afin de répondre au mieux à vos demandes.

« Bienvenue à la retraite »

Le **vendredi 6 février** à 14h à l'OPAR. Destinée aux jeunes retraité(e)s, cette conférence sera l'occasion d'échanger sur le passage à la retraite, mais aussi de vous présenter les 4 ateliers qui auront lieu au cours du mois de mars 2026 auxquels vous pourrez vous inscrire à l'issue de la conférence. Inscription nécessaire à l'accueil.

Atelier « écriture créative »

Le **lundi 9 février** à 14h30 à l'OPAR animée par Claude une adhérente de l'association. Venez vous amuser avec les mots ! Gratuit sur inscription.

Dictée à l'OPAR

Le **mardi 10 février** à 10h. Sur inscription.

Jeux de société au Colombier

Le **mercredi 11 février** de 14h30 à 17h à la Résidence autonomie du Colombier, 2 allée Marcel Viaud. Vous partagerez un moment convivial autour de jeux classiques mais aussi des jeux plus modernes et colorés comme le Skyjo ou encore le Lucky Number. Inscription à l'OPAR.

Conférence à l'OPAR

Le **vendredi 13 février** à 14h, Jérôme Méar viendra vous raconter son périple de 1400 kilomètres à pied en France et en Espagne. Les aventures, les épreuves, le challenge sportif, la quête spirituelle mais aussi et surtout toutes les belles rencontres du Chemin avec des pèlerins espagnols, italiens, allemands... Gratuit sur inscription.

Anim'Mobile

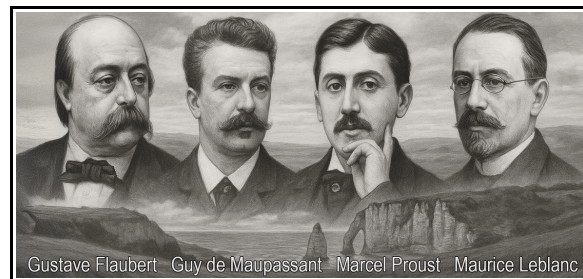
Nous venons à votre rencontre à partir de 10h30 dans les lieux suivants :

- le 13 février au croisement des avenues Winston Churchill et Doyen Collas.
- le 17 février au niveau des 34 et 36 rue Léon Ricottier.

Plus d'informations auprès d'Aurore au 06.19.88.63.47.

Dimanche Tout Tannou à l'OPAR

Le **15 février** rdv à 12h pour un « Chili Con Carne ». Les inscriptions se font sur règlement uniquement jusqu'au lundi 9 février. Tarif : 20€ (14€ avec la carte sortir). A 15h, conférence animée sur les écrivains célèbres en Normandie, au fil des timbres présentée par Fernand et Evelyne Nedjar. Tarif : 2€.



A noter dans votre agenda : début des inscriptions pour l'opérette à Pleurtuit du dimanche 12 avril, à partir du lundi 2 février. Tarif : 77€ (transport+restaurant+opérette).

Après-midi crêpes & jeux

Le **lundi 16 février** à l'OPAR. Si vous souhaitez préparer la pâte à crêpes avec nous, rendez-vous à 14h (merci de bien le préciser lors de votre inscription) sinon rendez-vous à 15h pour faire les crêpes ensemble et partager le goûter, faire des jeux, discuter... Sur inscription. Tarif : 2€.

Fresque du climat

Le climat change, pourquoi pas nous ? Que vous soyez novice ou connaisseur, cet atelier autour de l'écologie est gratuit et accessible à tous. Il aura lieu le **18 février** à 13h30 à l'OPAR. Gratuit sur inscription.



Anim'à Dom



Ce service s'adresse aux personnes qui ont des difficultés pour sortir et qui souhaitent dialoguer et échanger avec les autres. Animées par des bénévoles, les visites sont aussi l'occasion de pratiquer des activités culturelles, manuelles ... selon les souhaits de la personne. Si vous souhaitez être bénévole ou bénéficiaire n'hésitez pas à contacter Esther au 02 99 54 73 65 ou au 06 95 53 10 87.

Concert de la chorale Belcanto

Le **mercredi 11 février** à 15h, en salle d'animation de la Maison St Cyr. Ouvert à toutes et tous.

Bowling

Le **lundi 9 février** à 14h à la Mézière. RDV à 13h45 au parking du bowling d'Alma.

Découverte d'un atelier créatif

Parce qu'il n'y a pas d'âge pour créer, imaginer, s'émerveiller... Un espace chaleureux où chacun peut explorer sa créativité, sans jugement ni performance. L'animatrice vous propose une approche intuitive et accessible, quel que soit l'âge ou les capacités de chacun. Les techniques utilisées sont la peinture, le mandala ou encore le modelage (profiter des bienfaits sensoriels de l'argile). Des bienfaits tout en douceur pour la santé mentale et physique. Cet atelier vous intéresse ? Alors rendez-vous le **mardi 3 mars** de 10h30 à 12h à l'OPAR, inscription nécessaire.

Animations et sorties dans les quartiers, ouvertes à tous !

- **Champs Manceaux** : Bouge tes neurones les 3 et 10 février à 14h. Dictée le 13 février à 14h.
- **Cleunay** : Remue-méninges au Centre social de Cleunay le 10 février à 15h15. Inscriptions au 02 99 67 32 14.
- **Maurepas** : Pelote et Parlote le 3 février à 14h. Carnet créatif les 3 et 10 février à 14h.

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 6 et 13 février de 14h à 17h au Centre Social Carrefour 18.
- **Champs Manceaux** : tous les mardis de 14h à 17h à l'ESC Aimé Césaire.
- **Cleunay** : tous les vendredis de 14h à 17h30 à la Maison des Familles.
- **Clôteaux-Bréquigny** : après-midi convivial les lundis 2 et 9 février à 14h à la MJC de Bréquigny.
- **Maurepas** : les mardis 3 et 10 février de 14h à 17h, au local Saint-Exupéry.
- **Printemps Ginguéné** : tous les lundis de février bal à 14h30 au CPB Ginguéné. Palets les lundis 2 et 9 février à 14h à la Maison de quartier Francisco Ferrer. Tarot à 14h tous les jeudis de février. Les vendredis 6, 13 et 27 février belote et scrabble à 14h. Loto le 10 février à 14h. Sortie « cochon grillé » à Cardroc le 20 février. (départ à 11h30 de la piscine de Bréquigny).
- **Toujours jeunes** : les vendredis 6 et 13 février de 14h à 17h à la Maison de Quartier Francisco Ferrer.
- **Vaneau-La Touche** : les jeudis 5 et 12 février de 13h30 à 16h30 à la Maison de Quartier La Touche.



Randos et promenades du mois de février

- **Jeudi 5** : promenade à Cintré Circuit « De la Lande Girot » (6km). RDV Métro Henri Fréville à 13h30 (bus 54) ou à l'arrêt de bus à Cintré « Église » à 14h20.
- **Mardi 10** : rando à Betton Circuit au nord par le canal et retour par la campagne » (10km). RDV Métro Gayeulles à 13h10 (bus 51) ou à l'arrêt de bus à Betton « Mairie » à 13h30.
- **Jeudi 19** : promenade à Brécé Circuit « Saut au Loup » (9km). RDV Métro République à 12h55 (bus 67) ou à l'arrêt de bus à Brécé « Destier » à 13h50.
- **Mardi 24** : rando à Thorigné-Fouillard Circuit « entre Ville et Forêt » (9km). RDV Métro Cesson-Viasilva à 13h30 (bus 50) ou à l'arrêt de bus à Thorigné-Fouillard « Mairie » à 14h.

Coordonnées des bénévoles : 06.60.11.61.93 ou 07.77.88.85.84

Chronique C'Pratique sur TVR

Rendez-vous le **mardi 10 février** sur TVR (canal 35) pour la chronique dédiée aux seniors ! Ce mois-ci le sujet de la prévention contre les arnaques sera abordé. Celle-ci est diffusée plusieurs fois par jour.

La Passerelle OPAR Information - Dépôt légal n° 505 ISSN 2114-2084 - 1 300 ex

Directrice de la publication : Lilliane FINEZ - **Maquettage et impression** : OPAR

Parution du n° de mars : 27/02 - Ne pas jeter sur la voie publique

Escapade & Voyage ANCV

L'escapade à Versailles aura lieu du 26 au 28 mai 2026. Les inscriptions débuteront le mardi 3 février (tarif : 680€). Et le voyage ANCV aura lieu dans les environs de Biarritz du 13 au 20 septembre 2026. Les inscriptions débuteront le mardi 10 février. Les programmes sont disponibles à l'accueil de l'OPAR et sur notre site internet.

Visite de la bibliothèque des « Champs libres »

Le **mardi 10 mars** à 14h, sur inscription à l'OPAR. Si vous souhaitez en profiter pour vous inscrire gratuitement à cette bibliothèque, prévoyez votre carte d'identité et votre carte Korrigo.