



**MAISON
DES aÎNÉS
ET DES AIDANTS**



Le CLIC

**Des actions pour les séniors
et les proches aidants**

Un appartement témoin

Programme

SEPTEMBRE

OCTOBRE 2024

Pour les Rennaises et Rennais
de 60 ans et + et leurs proches aidants

**Inscriptions à partir du
21 août 2024, 13h30**



**34, place du Colombier,
RENNES
02 23 62 21 45**



Maison des Aînés et des Aidants



Un programme, des thématiques



Numérique



Santé, bien-être



Écoute, échange



Accès aux droits



Culture, sorties



Des actions autour de
l'appartement témoin



Un accompagnement
dédié pour les aidants



Séance ou entretien
individuel(le)



Séance collective

LES TEMPS FORTS

Carsat Retraite
& Santé
au travail
Bretagne

Café-détente

Venez passer un temps convivial avec des bénévoles autour d'un café

Les mardis et jeudis
A partir du 17 septembre
Entre 15h et 17h
(Hors vacances scolaires)
GRATUIT / sans inscription



Découverte de la Maison des Aînés et des Aidants

Découverte d'un lieu ressources en plein coeur de Rennes

Jeudi 12 septembre

Jeudi 10 octobre

14h-15h15

GRATUIT / Inscription au 02 23 62 21 45

Exposition photo

Exposition de l'atelier
"Aidants : revisitons l'art !"

Du 12 septembre au 31 octobre
Disponible aux horaires d'ouverture



LES TEMPS FORTS

JOURNÉE NATIONALE DES AIDANTS

JEUDI 3 OCTOBRE de 9h à 16h30

CAP SUR LES AIDANTS !

Journée conviviale de partages et de réflexions

Repas partagé préparé par le Petit Blosneur
Ouvert aux professionnels et aux proches aidants

Informations et inscription au 02 23 62 21 45

RECRÉONS DU LIEN, RETROUVONS NOUS !

Après-midi festif sur la dalle du Colombier

Plusieurs animations :

- * Café détente
- * dictée
- * yoga du rire
- * sports
- * et pleins d'autres animations...

Mardi 24 SEPTEMBRE

14h-17h

GRATUIT / sans inscription



LES ACTIONS DANS LES QUARTIERS

LES LONGS PRÉS 3 rue des Longs Prés / Les Gayeulles



Tout est une question d'équilibre

Jeudi 19 septembre - 14h30

Présentation de la saison 2024-2025 des Jeudis de la Santé avec une conférence introductive animée par Sylvie Hurel
Gratuit, informations et inscription au 02 99 38 43 86



Être ou se sentir utile quand on a 60 ans et plus

Jeudi 10 octobre - 14h30

Conférence animée par l'association Trame de Vie
Gratuit, information au 02 99 38 43 86

MAISON DE QUARTIER VILLEJEAN

12 rue de Bourgogne / Villejean



Repas conviviaux pour les jeunes de 60 ans et plus !

Mardis 24 septembre et 29 octobre de 12h à 14h

Temps de rencontre autour d'un bon repas accompagné d'une animation musicale. (Attention, places limitées). Tarif : 12€
Informations et inscriptions : Pauline au 07 69 29 81 90

OPAR 62 rue de Dinan / Centre



Atelier prévention des chutes

À partir du mardi 17 septembre à 14h30

Rendez-vous au 2 square de la Rance

Les cours permettent d'appréhender ses limites, d'entretenir son agilité et de renforcer l'équilibre. Tarif : 155€ l'année
Informations et inscription au 02 99 54 22 23 / accueil@opar.fr



Atelier Self Défense

À partir du jeudi 19 septembre à 11h25

Rendez-vous à l'OPAR

Cette activité vous apprendra à vous défendre de manière simple et efficace et vous donnera plus d'assurance. Tarif : 150€ l'année
Informations et inscription au 02 99 54 22 23 / accueil@opar.fr

LE CENTRE LOCAL D'INFORMATION ET DE COORDINATION (CLIC)

J'ai besoin d'une
aide au quotidien

L'APA,
c'est pour moi ?

Je suis aidant et
j'ai besoin de répit

**Le CLIC, un service personnalisé,
confidentiel, gratuit, à votre écoute**

**34, place du Colombier
02 23 62 21 40**

Comment
adapter
mon logement

J'ai besoin de
me déplacer

Une aide dans
mes démarches
administratives

**Le CLIC vous reçoit en rendez-
vous individuels :**

- Le matin les mercredis et vendredis au 34 place du Colombier (sur RDV)
- Le matin les mardis et jeudis dans les quartiers (sur RDV)
- Tous les après-midi au 34 place du Colombier (avec ou sans RDV)

**Le CLIC vous répond par
téléphone au
02.23.61.21.40**

- Le lundi de 13h30 à 17h30
- Du mardi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30

Horaires susceptibles d'être modifiés lors des vacances scolaires

MAISON DES AÎNÉS ET DES AIDANTS

SEPTEMBRE



DIMANCHE 1er SEPTEMBRE / 14h-18h30



Forum festif quartier Centre

Forum associatif avec des animations musicales, culturelles et sportives
Rdv au parc Oberthur / Bus C5 arrêt "Oberthur"
Sans inscription



MARDI 3 SEPTEMBRE / 14h30-16h



Après-midi jeux vidéo : venez tester la Switch !

Venez tester votre dextérité avec de la danse, du sport ou des jeux de réflexion sur la Switch ! Bonne humeur et fou rire garanti !
Inscription au 02 23 62 21 45



1h30



MERCREDI 4 SEPTEMBRE / 14h30-17h30



Journée festive sur la dalle du Colombier

De nombreuses animations gratuites et ludiques pour tous âges seront proposées au sein d'un village créé spécialement sur la dalle du Colombier.
Sans inscription



JEUDI 5 SEPTEMBRE / 14h30-16h



Concert dédié à Georges Brassens

Concert de chansons de Georges Brassens par le groupe GEORGES V
Tarif unique 5€ / paiement lors de l'inscription par chèque uniquement
Rdv à la Halle de la Brasserie St Hélier / Bus C1-C2-11 arrêt "Croix St Hélier"
Inscription au 02 23 62 21 45



1h30



VENDREDI 6 SEPTEMBRE / 10h30-11h30



La dictée de la MDAА !

Venez tester votre orthographe et votre grammaire en vous amusant !

Inscription au 02 23 62 21 45



VENDREDI 6 SEPTEMBRE / 14h30-16h30



Chantons ensemble !

Groupe de retraités réunis autour du chant

Animé par une bénévole

Inscription au 02 23 62 21 45



LUNDI 9 SEPTEMBRE / 14h-17h



Soutien numérique personnalisé

Des bénévoles présents pour répondre à vos questions sur l'utilisation des outils numériques

Association Université du Temps Libre (UTL)

Inscription au 02 23 62 21 45



MARDI 10 SEPTEMBRE / 10h30-12h



Remue-méninges !

Quizz de culture générale

Inscription au 02 23 62 21 45





MARDI 10 SEPTEMBRE / 14h30-16h30



A la découverte du Thabor Balade géocaching

Balade et découverte ludique du parc du Thabor
RDV au parc du Thabor, entrée église St Melaine
Accompagnée par le médiateur de la MDAA.

Inscription au 02 23 62 21 45



MERCREDI 11 SEPTEMBRE / 10h30-12h



Découverte de la programmation du festival Le Grand Soufflet

Animée par l'équipe du festival, séance d'écoute pour découvrir la
programmation de l'édition 2024 du festival Le Grand Soufflet

Inscription au 02 23 62 21 45



MERCREDI 11 SEPTEMBRE / 14h-16h30



Dans la peau de Sherlock Holmes

Jeu de société d'enquête inspiré du célèbre détective

Inscription au 02 23 62 21 45



JEUDI 12 SEPTEMBRE / 9h-12h



Écoute par un psychologue

Centre de prévention Bien Vieillir AGIRC ARRCO Bretagne

Inscription au 02 99 92 25 25





JEUDI 12 SEPTEMBRE / 14h-17h



Information sur les mesures de protection juridique

Association de Soutien aux Tuteurs Familiaux 35

Inscription au 02 30 03 95 60



JEUDI 12 SEPTEMBRE / 16h-17h30



Visite de l'écomusée de la Bintinais

Visite de l'écomusée de la Bintinais accompagnée par un médiateur avec comme thématique les relations ville / campagne sur plusieurs siècles à travers le cas de Rennes et de la ferme de la Bintinais.

RDV à l'écomusée : Bus 61 arrêt Hil-Bintinais

Inscription au 02 23 62 21 45



VENDREDI 13 SEPTEMBRE / 9h30-12h30



Aides et conseils sur les démarches administratives en ligne

Association PIMMS

Inscription au 02 23 62 21 45





MARDI 17 SEPTEMBRE / 9h30-10h30



Atelier "Respire et marche"

Cycle de 12 séances de marche ludo-sportive par un éducateur sport santé
RDV au parc du Thabor, entrée église St Melaine

Association Respire et Marche

Inscription au 02 23 62 21 45



1h

Mardis , 17, 24 septembre
1er, 8, 15, 22 et 29 octobre
5, 12, 19 et 26 novembre
et 3 décembre



MARDI 17 SEPTEMBRE / 10h-16h



Les olympiades de l'été au parc de Maurepas !

Journée autour du sport bien-être avec un pique-nique collectif
(pensez à prendre son pique-nique)

Rdv à l'entrée du parc de Maurepas entre le boulevard Paul Painlevé
et le boulevard Raymond Poincaré

Bus C5 et 14 – arrêt Assomption

Inscription au 02 23 62 21 45



6h



MARDI 17 SEPTEMBRE / 14h-15h30



Que devient l'amour lorsque l'on devient aidant ?

Café-discussion

Inscription au 02 23 62 21 45



1h30



MARDI 17 SEPTEMBRE / 15h-17h



Café détente

Temps convivial avec des bénévoles autour d'un café

Animé par des bénévoles

Entrée libre, sans inscription



2h



MERCREDI 18 SEPTEMBRE / 10h30-12h



Atelier sportif adapté

Cycle de 10 séances de sport adapté animé par un éducateur sportif diplômé
Association UFOLEP 35

Inscription au 02 23 62 21 45



1h30

Mercredis 18, 25 septembre
2, 9 et 16 octobre
6, 13, 20 et 27 novembre
4 et 11 décembre



JEUDI 19 SEPTEMBRE / 15h-17h



Café détente

Temps convivial avec des bénévoles autour d'un café
Présentation du dispositif "Budget Participatif" de la Ville
Animé par des bénévoles

Entrée libre, sans inscription



2h





VENDREDI 20 SEPTEMBRE / 10h15-12h15



Atelier théâtre d'improvisation !

Groupe de retraités réunis autour du théâtre d'improvisation avec du rire et de la bienveillance !

Animé par une bénévole

Inscription au 02 23 62 21 45



VENDREDI 20 SEPTEMBRE / 14h30-16h30



Chantons ensemble !

Groupe de retraités réunis autour du chant

Animé par une bénévole

Inscription au 02 23 62 21 45



LUNDI 23 SEPTEMBRE / 14h-17h



Atelier cuisine ergo

Venez préparer et déguster une recette en échangeant des trucs et astuces du quotidien

Animé par une ergothérapeute

Inscription au 02 23 62 21 45



MARDI 24 SEPTEMBRE / 14h-17h



Après-midi festif : recréons du lien, retrouvons nous !

Après-midi festif sur la dalle du Colombier où des actions gratuites seront proposées : café détente, dictée, yoga du rire, sports, ...

Entrée libre, sans inscription



MERCREDI 25 SEPTEMBRE / 14h30-16h30



Conférence "pour votre sécurité, ayez les bons réflexes"

Conférence animée par Mr DUBOIS, Commandant de police honoraire

Direction départementale de la sécurité publique

Inscription au 02 23 62 21 45





JEUDI 26 SEPTEMBRE / 14h-17h



Information sur les mesures de protection juridique

Association de Soutien aux Tuteurs Familiaux 35

Inscription au 02 30 03 95 60



JEUDI 26 SEPTEMBRE / 14h30-15h30



Visite commentée des collections archéologiques égyptiennes du musée des Beaux-Arts

Venez découvrir la richesse des collections archéologiques : une véritable plongée dans l'Egypte Ancienne : hiéroglyphes, momies, religions...

Rdv au musée des Beaux-Arts Bus : C4 - C6 arrêt "Musée des Beaux-Arts"

Inscription au 02 23 62 21 45



JEUDI 26 SEPTEMBRE / 15h-17h



Café détente

Temps convivial avec des bénévoles autour d'un café

Animé par des bénévoles

Entrée libre, sans inscription



VENDREDI 27 SEPTEMBRE / 14h-16h



Mobilité et accessibilité : comment se déplacer à Rennes ?

Association Globalcité. Animé par Margot Porée, alternante chargée de développement commercial réseau Koelis (STAR)

Inscription au 06 30 77 64 75



VENDREDI 27 SEPTEMBRE / 15h-17h



Temps d'écoute individuel

Association Astrée

Inscription au 06 21 21 16 19



OCTOBRE



MARDI 1er OCTOBRE / 9h30-11h30



Neurones en fête !

Jeu culturel en équipe

Association OPAR

Inscription au 02 99 54 22 23



MARDI 1er OCTOBRE / 14h-15h30



"Se sentir différent" lorsqu'on est aidant ?

Café-discussion

Inscription au 02 23 62 21 45



MARDI 1er OCTOBRE / 14h-15h30



J'ai une idée pour Rennes !

Dans le cadre de la 7ème saison du Budget Participatif de Rennes, venez échanger sur les envies et les besoins des rennais.es de 60 et plus !

Inscription au 02 99 54 22 23



MARDI 1er OCTOBRE / 15h-17h



Café détente

Temps convivial avec des bénévoles autour d'un café

Animé par des bénévoles

Entrée libre, sans inscription



MERCREDI 2 OCTOBRE / 10h30-12h



**Découverte de la programmation 2024-2025
de l'Orchestre National de Bretagne**

Animée par l'équipe de l'ONB, séance d'écoute pour découvrir la programmation 2024-2025 de l'Orchestre National de Bretagne

Inscription au 02 23 62 21 45





MERCREDI 2 OCTOBRE / 13h30-16h30



À la découverte des champignons

Accompagnée d'étudiants en pharmacologie, balade en forêt pour apprendre à reconnaître les différents champignons

Transport en car, attestation à remplir lors de l'inscription à la MDAA
Rdv le long du viaduc du métro à Villejean / métro A arrêt "Villejean"
Université Rennes 1

Inscription au 02 23 62 21 45



3h



JEUDI 3 OCTOBRE / 12h-17h



Une journée au festival de Grand Soufflet

Une journée en immersion dans le festival du Grand Soufflet avec un pique-nique intergénérationnel avec les écoles rennaises, une visite des coulisses et un spectacle

5€ à régler lors de l'inscription / uniquement par chèque

Prévoir son pique-nique

RDV au parc du Thabor, entrée église St Melaine

Inscription au 02 23 62 21 45



5h





JEUDI 3 OCTOBRE / 15h-17h



Café détente

Temps convivial avec des bénévoles autour d'un café

Animé par des bénévoles

Entrée libre, sans inscription



2h



VENDREDI 4 OCTOBRE / 10h15-12h15



Atelier théâtre d'improvisation !

Groupe de retraités réunis autour du théâtre d'improvisation avec du rire et de la bienveillance !

Animé par une bénévole

Inscription au 02 23 62 21 45



2h



VENDREDI 4 OCTOBRE / 14h30-16h30



Chantons ensemble !

Groupe de retraités réunis autour du chant

Animé par une bénévole

Inscription au 02 23 62 21 45



2h



MARDI 8 OCTOBRE / 14h-15h30



Parlons de nos lectures

Échange convivial sur vos derniers coups de coeur littéraires

Animé par des bénévoles

Inscription au 02 23 62 21 45



1h30



MARDI 8 OCTOBRE / 15h-17h



Café détente

Temps convivial avec des bénévoles autour d'un café

Animé par des bénévoles

Entrée libre, sans inscription



2h



JEUDI 10 OCTOBRE / 14h-17h



Information sur les mesures de protection juridique

Association de Soutien aux Tuteurs Familiaux 35

Inscription au 02 30 03 95 60



1h





JEUDI 10 OCTOBRE / 15h-17h



Café détente

Temps convivial avec des bénévoles autour d'un café

Animé par des bénévoles

Entrée libre, sans inscription



2h



VENDREDI 11 OCTOBRE / 9h30-12h30



Aides et conseils sur les démarches administratives en ligne

Association PIMMS

Inscription au 02 23 62 21 45



45 min



VENDREDI 11 OCTOBRE / 14h30-16h



Vivre après un AVC

Association France AVC 35

Inscription au 02 23 62 21 45



1h30



VENDREDI 11 OCTOBRE / 14h30-16h



Musée des Beaux-Arts : exploration autour de Bastet

Le portrait le plus ancien conservé au musée est réalisé sur le linceul d'une momie de femme. En s'inspirant des écrits de Pline l'Ancien, venez créer votre autoportrait en argile. De plus, munis d'un casque de réalité virtuelle, devenez archéologue pour découvrir le contenu de la momie de chat.

Rdv au musée des Beaux-Arts Bus : C4 - C6 arrêt "Musée des Beaux-Arts"

Inscription au 02 23 62 21 45



1h30



VENDREDI 11 OCTOBRE / 14h30-16h30



Atelier travaux manuels : produits d'entretien

Venez faire vos propres produits d'entretien : écologique et économique !

Animé par des bénévoles

Inscription au 02 23 62 21 45



1h30



VENDREDI 11 OCTOBRE / 15h-17h



Temps d'écoute individuel

Association Astrée

Inscription au 06 21 21 16 19



30 min



LUNDI 14 OCTOBRE / 14h-15h30



Mon logement : Panique pas Annick !

Temps collectif bien vivre chez soi : aménagement du logement, aides financières mobilisables, repérage des escroqueries, sensibilisation aux écogestes

Centre de développement pour l'habitat et l'aménagement du territoire (CDHAT)

Inscription au 02 23 62 21 45



1h30



LUNDI 14 OCTOBRE / 14h-17h



Soutien numérique personnalisé

Des bénévoles présents pour répondre à vos questions sur l'utilisation des outils numériques

Association Université du Temps Libre (UTL)

Inscription au 02 23 62 21 45



1h



LUNDI 14 OCTOBRE / 14h-17h



Atelier cuisine ergo

Venez préparer et déguster une recette en échangeant des trucs et astuces du quotidien

Animé par une ergothérapeute

Inscription au 02 23 62 21 45



3h



AG2R



MARDI 15 OCTOBRE / 15h-17h



Café détente

Temps convivial avec des bénévoles autour d'un café

Animé par des bénévoles

Entrée libre, sans inscription



2h



JEUDI 17 OCTOBRE / 10h30-12h



Les ateliers du PIMMS : naviguer sur Internet

Des professionnels de l'association PIMMS présents pour vous accompagner dans l'utilisation d'internet

Association PIMMS

Inscription au 02 23 62 21 45



1h30



JEUDI 17 OCTOBRE / 15h-17h



Café détente

Temps convivial avec des bénévoles autour d'un café

Animé par des bénévoles

Entrée libre, sans inscription



2h



VENDREDI 18 OCTOBRE / 10h15-12h15



Atelier théâtre d'improvisation !

Groupe de retraités réunis autour du théâtre d'improvisation avec du rire et de la bienveillance !

Animé par une bénévole

Inscription au 02 23 62 21 45



2h



VENDREDI 18 OCTOBRE / 10h30-12h



Conférence "prévention démarchage et arnaques"

Maison de la consommation et de l'environnement

Inscription au 02 23 62 21 45



1h30



VENDREDI 18 OCTOBRE / 14h30-16h30



Chantons ensemble !

Groupe de retraités réunis autour du chant

Animé par une bénévole

Inscription au 02 23 62 21 45



2h



VENDREDI 18 OCTOBRE / 15h-16h15



Le temps des notaires

Les clés pour faire respecter vos dernières volontés

Chambre des notaires d'Ille et Vilaine

Inscription au 02 23 62 21 45



1h15



MARDI 22 OCTOBRE / 14h-16h



Atelier photo argentique

Atelier de 2 séances pour découvrir la photographie argentique : de la prise de vue avec de vieux appareils photo aux tirages en chambre noire

Inscription au 02 23 62 21 45



2h

Les mardis 22 et 29 octobre



MERCREDI 23 OCTOBRE / 10h30-12h



karaoké

Venez chanter les grands classiques de la chanson dans une ambiance conviviale

Inscription au 02 23 62 21 45



1h30



MERCREDI 23 OCTOBRE / 13h30-16h30



À la découverte des champignons

Accompagnée d'étudiants en pharmacologie, balade en forêt pour apprendre à reconnaître les différents champignons

Transport en car, attestation à remplir lors de l'inscription à la MDAA
Rdv le long du viaduc du métro à Villejean / métro A arrêt "Villejean"

Université Rennes 1

Inscription au 02 23 62 21 45



3h



JEUDI 24 OCTOBRE / 9h-12h



Écoute par un psychologue

Centre de prévention Bien Vieillir AGIRC ARRCO Bretagne

Inscription au 02 99 92 25 25



45 min





JEUDI 24 OCTOBRE / 10h30-12h



Remue-méninges !

Quizz de culture générale

Inscription au 02 23 62 21 45



1h30



JEUDI 24 OCTOBRE / 14h-17h



Information sur les mesures de protection juridique

Association de Soutien aux Tuteurs Familiaux 35

Inscription au 02 30 03 95 60



1h



VENDREDI 25 OCTOBRE / 14h-16h



Mobilité et accessibilité : comment se déplacer à Rennes ?

Association Globalcité. Animé par Margot Porée, alternante chargée de développement commercial réseau Koelis (STAR)

Inscription au 06 30 77 64 75



2h



VENDREDI 25 OCTOBRE / 15h-17h



Temps d'écoute individuel

Association Astrée

Inscription au 06 21 21 16 19



30 min



MERCREDI 30 OCTOBRE / 14h30-16h30



Conférence "pour votre sécurité, ayez les bons réflexes"

Conférence animée par Mr DUBOIS, Commandant de police honoraire
Direction départementale de la sécurité publique

Inscription au 02 23 62 21 45



2h



JEUDI 31 OCTOBRE / 10h30-12h



Quiz musical

Travailler sa mémoire de manière ludique en participant au quiz musical : chansons d'hier et d'aujourd'hui

Inscription au 02 23 62 21 45



JEUDI 31 OCTOBRE / 14h30-16h



Après-midi jeux vidéo : venez tester la Switch !

Venez tester votre dextérité avec de la danse, du sport ou des jeux de réflexion sur la Switch ! Bonne humeur et fou rire garanti !

Inscription au 02 23 62 21 45





POUR LES AIDANTS

Vous êtes aidant accompagnant un proche âgé de 60 ans et plus.

Des temps d'écoute, d'échange, de répit et de bien-être vous sont dédiés.



Uniquement sur inscription au 02 23 62 21 45



Une bulle de répit pour prendre soin de soi

Relaxation et vitalité de 14h30 à 16h

Les jeudis 12, 19, 26 **SEPTEMBRE**

Les jeudis 10 et 17 **OCTOBRE**

Atelier ludique pour lâcher prise

Cycle de 3 ateliers de 14h à 17h

Jeudi 26 **SEPTEMBRE**

Jeudi 17 **OCTOBRE**

Jeudi 21 **NOVEMBRE**

À la découverte du mime pour rire et s'exprimer

Cycle de 2 ateliers de 15h à 16h30

1er cycle de 2 ateliers

Vendredi 11 **OCTOBRE**

Vendredi 8 **NOVEMBRE**

Chaud Devant ! Repas partagé entre aidants de 12h à 14h

Prévoir son pique-nique (sur inscription)

Jeudi 12 **SEPTEMBRE**



Soutenir pour mieux accompagner

Ecoute par un psychologue - (séance individuelle)

Les mercredis 11 et 25 SEPTEMBRE / 9h-12h (séance de 45 min)

Les mercredis 2 et 16 OCTOBRE / 9h-12h (séance de 45 min)

Le temps des aidants - cycle de trois séances de 14h à 16h30

Temps d'informations, d'échanges et de soutien pour les aidants

Les mardis 8 OCTOBRE, 12 NOVEMBRE et 3 DÉCEMBRE



Et si on parlait de ...

Café-discussion de 14h à 15h30

Que devient l'amour lorsque l'on devient aidant?

Mardi 17 SEPTEMBRE (Animé par une praticienne en philosophie)

"Se sentir différent" lorsque l'on est aidant ?

Mardi 1er OCTOBRE (Animé par une praticienne en philosophie)



JOURNÉE NATIONALE DES AIDANTS

JEUDI 3 OCTOBRE de 9h à 16h30

CAP SUR LES AIDANTS !

Journée conviviale de partages et de réflexions.

Repas partagé préparé par le Petit Blosneur
Ouvert aux professionnels et aux proches aidants

Informations et inscription au 02 23 62 21 45

Au cœur de la ville, accessible à tous



34 place du Colombier

35000 Rennes

Méto **a** et bus **C1 C3** arrêt Charles-de-Gaulles

Méto **b** et bus **C5 C6** arrêt Colombier

Accès PMR 

Maison des Aînés et des Aidants

Lundi : 13h30 > 17h30

Du mardi au vendredi :

9h > 12h30 - 13h30 > 17h30

02 23 62 21 45

maisondesaines@ccasrennes.fr

CLIC de Rennes

Information et conseil
aux personnes âgées

Lundi : 13h30 > 17h30

Du mardi au vendredi :

9h > 12h30 - 13h30 > 17h30

02 23 62 21 40

clic@ccasrennes.fr

