

## Vous souhaitez nous donner un coup de main ?



Tenue de la cafétéria,  
de la billetterie  
d'un spectacle, participation à  
l'organisation d'évènements,  
animation d'un atelier,  
proposition d'activités ou  
d'animations...

Ou tout simplement  
partager vos idées  
ou suggestions ?



**Contactez-nous !**

## Contacts :

### Hélène HOUÉIX

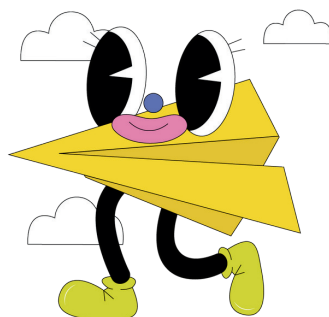
Coordinatrice stagiaire  
evs@labellangerais.org

### Accueil

02.99.27.21.10  
contact@labellangerais.org

### Cécile MOUSSION

Coordinatrice vie associative  
cecile.moussion@labellangerais.org



Maison de Quartier Bellangerais  
5 rue du Morbihan, 35700 Rennes



# SECTEUR ADULTES ET SENIORS

Programme  
Mai 2025

LUNDI 5 MAI  
14H30-16H

### Atelier numérique

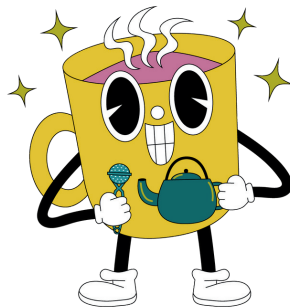
Que vous soyez pro de l'informatique ou débutant, venez à la rencontre de Jack et Françoise, adhérents passionnés d'informatique, pour échanger sur les logiciels libres (Linux, libre office...) et l'intelligence artificielle.



MERCREDI 7 MAI  
11H-14H

### Mai à vélo !

Pour la 5ème édition de "mai à vélo", le groupe VYV organise un évènement autour du vélo (circuits cyclables, balades en triporteur, atelier d'auto-réparation, animations...) ouvert à tout public. Départ collectif depuis la Maison de Quartier en bus ou vélo. Possibilité de rester pique-niquer sur place (prévoyez votre repas).



LUNDI 5 MAI  
ET LUNDI 12 MAI  
16H-18H

### Café papote

Après vous avoir demandé vos souhaits d'activités, j'ai à nouveau besoin de vous pour savoir quand les planifier !

Rendez-vous à la cafétéria de la Maison de Quartier pour faire connaissance et échanger, autour d'un petit café, sur vos souhaits et disponibilités, pour construire ensemble un programme qui vous ressemble et vous rassemble !



MERCREDI 21 MAI  
10H-12H

### Atelier danse

En préparation du bal marionnette du 25 mai (dans le cadre de Surprise party), la compagnie Les Anges au Plafond vous propose de partager sa passion de la marionnette et de la danse et vous invite à venir danser et manipuler les ailes des personnages avec la compagnie ! Places limitées, sur inscription



MARDI 27 MAI  
14H30-15H30



Animation **remue-méninges** ! Venez faire travailler vos méninges au travers de jeux et exercices de réflexions, de mémoire, d'attention et de culture générale dans une ambiance conviviale. Animé par l'OPAR.