

Mercredi 1er AVRIL

15H : Balade vélo - pour les 9-13 ans

Viens avec ton vélo pour participer à une balade extérieure avec l'équipe jeunesse.

En pratique : RDV en salle Armorique - 2 rue Jack Kerouac



14H30 -16H : Visite du jardin Armorique et atelier bombe à graines

Venez visiter le jardin partagé Armorique et participer à un geste ludique et écologique en créant vos propres bombes à graines !

En pratique : Pour tous les âges. Inscription recommandée. RDV devant la salle Armorique - 2 rue Jack Kerouac

16H30 - 17H15 : Spectacle "le lombric fourchu casse la graine"

Abordant avec humour la question du gaspillage alimentaire et du respect de la nature, ce spectacle sensibilise petits et grands tout en les divertissant grâce à une mise en scène poétique et ludique.

En pratique : RDV à la MQB, Spectacle familial à partir de 3 ans. Participation libre



JEUDI 2 AVRIL

10H - 12H : Balade nature sur les premières fleurs de printemps

Partez à la découverte des premières fleurs du printemps lors d'une balade nature avec Marjorie. Un moment pour prendre l'air, observer la nature qui se réveille et en apprendre davantage sur les plantes qui nous entourent.

En pratique : RDV à la Cohue, 1 rue de Louvain



14H30 - 17H : Atelier cuisine - goûter antigaspi

Découvrez de nouvelles recettes tout en apprenant à réduire le gaspillage alimentaire ! Un moment convivial pour préparer puis déguster ensemble un délicieux goûter antigaspi.

En pratique : RDV à la MQB en salle familiale, inscription recommandée.



20H : Spectacle d'improvisation Les Impro'Bables

Venez découvrir les talents d'impro de la troupe "Les Impro Bables" et vivre avec eux des aventures encore inconnues ! Qui sait, si la soirée vous plait, vous pourrez peut-être les rejoindre en septembre !

En pratique : RDV à la MQB en salle de spectacle

VENDREDI 3 AVRIL

14H - 17H00 : Balade vélo avec le Club vélo

Partez pour une balade à vélo avec le Club Vélo jusqu'à Noyal sur Vilaine pour découvrir le « plus grand vélo du monde » ! Une sortie accessible pour profiter d'un moment agréable en plein air et partager le plaisir de pédaler ensemble.

En pratique : RDV devant la MQB



MERCREDI 8 AVRIL

10H30 - 12H : Balade nature

Partez à la découverte de la nature lors d'une balade. Un moment pour prendre l'air, observer les plantes, les oiseaux, les insectes.

En pratique : RDV devant la MQB, pour tous les âges, inscription recommandée.



16H - 17H30 : Atelier fabrication de tulipes en papier à la Cricut

Participez à la création d'une jolie guirlande de tulipes en papier avec la Cricut, avec l'aide de Lucie, notre médiatrice numérique !

En pratique : RDV à la cafétéria de la MQB, pour tous les âges.

JEUDI 9 AVRIL

9H30 - 12H30 : Atelier d'écriture dans la nature

Laissez-vous inspirer par la nature lors d'un atelier d'écriture en plein air. Un moment pour observer, imaginer et poser vos mots dans un cadre naturel propice à la créativité. En partenariat avec la Bibliothèque Bellangerais et la Ligue de Protection des Oiseaux.

En pratique : Inscription auprès de la bibliothèque Bellangerais (02 23 62 26 40). Rdv à la LPO, canal St Martin

15H30 - 16H30 : Balade sensorielle et relaxation

Un moment de détente avec une balade sensorielle animée par Nathalie Bourgin. Prenez le temps de vous reconnecter à la nature, d'éveiller vos sens et de profiter d'un instant de relaxation en plein air.

En pratique : RDV devant la MQB. Sur inscription.



COMMENT VENIR AUX DIFFÉRENTS LIEUX ?

Venir à la maison de quartier

Adresse : 5 rue du Morbihan, RENNES
En bus : C3 ou 14 - Arrêt : Monts d'Arrée



Venir à la bibliothèque

Adresse : 5 bis rue du Morbihan, RENNES
En bus : C3 ou C14 - Arrêt : Monts d'Arrée



Venir à la Cohue

Adresse : 1 rue de Louvain, RENNES
En métro : Ligne b - Arrêt : Gros Chêne



Venir à la salle Armorique

Adresse : 2 rue Jack Kerouac, RENNES
En bus : 14 - Arrêt : Armorique



Venir à la LPO

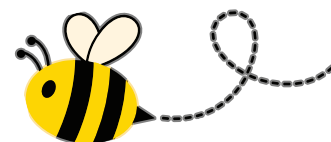
Adresse : 68 Canal Saint-Martin, RENNES
En bus : C3 - Arrêt : Les Prairies



LES BELL'JOURNÉES

Quelques jours pour fêter le printemps

- DU 1 AU 10 AVRIL 2026 -



Maison de Quartier La Bellangerais
5 rue du Morbihan - 35700 Rennes
contact@labellangerais.org
02.99.27.21.10.



Agir pour
la biodiversité

RENNES
Ville et Métropole