Bien vieillir

Le programme mensuel

Juin 2024

LABEL AMI des AÎNÉS

DÉCOUVREZ TOUTES LES ACTIVITÉS
POUR LES NANTAISES ET LES NANTAIS DE PLUS DE 65 ANS !

Atelier casque de réalité virtuelle

Séances de réalité virtuelle de 5 à 10 mn sur rendez-vous.
Vivez des expériences immersives (ex : nager avec les dauphins...)
Information et inscription au : 02 40 99 28 45.

Quartier Nantes Est

Résidence Haute Mitrie

Pour s'y rendre : Bus 11, arrêt Mitrie
13 rue de la Haute Mitrie - 02 40 52 27 92

GYM DOUCE
Vendredis 7, 14 et 28 juin
A 11h

FETES DES ANNIVERSAIRES
Vendredi 28 juin
A 15h

Résidence Autonomie Port Boyer

Pour s'y rendre : Bus 23, arrêt Pouliguen
4 rue de la Turballe - 02 40 49 25 35

GYM DOUCE
Lundis 3, 10, 17, 24 juin à 10h30
Mercredis 5,12, 19, 26 juin à 14h
Au restaurant

OLYMPIADES SENIORS
Mardi 25 juin
A 10h - stade Pierre Quinion

ATELIER CHORALE
Vendredis 7, 14, 21, 28 juin
A 10h15 au restaurant

LOTO des Gourmands
Vendredi 7 juin
A 15h au restaurant - payant

SOPHROLOGIE
Jeudis 13 et 27 juin
A 10h30 au Salon Loire

Inscription obligatoire | Nombre de places limitées

Quartier Nantes Est

Résidence Autonomie du Croissant

Pour s'y rendre : Bus 11 arrêt Bois Robillard
27 rue du Croissant - 02 40 49 60 97

GYM DOUCE
Mardis 4, 11, 18 et 25 juin
A 10h15 au restaurant

LOTO Mercredi 5 juin à 15h au restaurant

QUIZ Culture générale jeudi 6 juin à 15h au lieu de rencontre
QUIZ Musical jeudi 19 juin 15h

Petit-déjeuner - Jeudi 13 juin
A 9h15 au lieu de rencontre

CONCERT Duo Zéphir
Vendredi 14 juin à 15h au restaurant

CHORALE
Lundis 3, 10, 17 et 24 juin
A 14h - Au lieu de rencontre

PETANQUE Mardi 11 et jeudi 27 juin à 15h - Parc de la résidence

ATELIER MEMOIRE Mardi 18 juin à 15h - Lieu de rencontre

CONCERT DE LA CHORALE
Lundi 24 juin à 15h au restaurant

Médiathèque vendredi 28 juin
A 10h au lieu de rencontre

Résidence Chambellan

Pour s'y rendre : Bus 12 arrêt vieux Doulon
7 rue de Chambellan - 02 40 49 63 11

LOTO
Mercredi 5 juin à 15h
Tarif : 1 € le carton

ATELIER MEMOIRE
Jeudi 13 juin
Mercredi 19 juin

GOUTER D'ANNIVERSAIRE
Lundi 10 juin
15h
Avec Mme Noyel et son tour de chants lyriques

Inscription obligatoire | Nombre de places limitées

Quartier Nantes Sud

Résidence Madeleine

Pour s'y rendre : Tram 2 ou 3 arrêt Wattignies
1 rue des Récollets - 02 40 89 01 00

PREVENTION DES CHUTES
Mercredis 5, 12 et 26 juin
A 16h30

GOUTERS FESTIFS
Jeudis 6 et 27 juin
A 15h

CINE-DEBAT animé par les jeunes du service civique
Lundi 17 juin
A 15h

KARAOKE
Lundi 24 juin
A 15h00

VENTE DE LINGE
Vendredi 28 juin
De 14 à 16h
Prix de 1 à 3€ par vêtement

Résidence Hirondelle de Sèvre

Pour s'y rendre : Bus 30 ou 42 arrêt Roches vertes
112 rue des Bourdonnières - 02 51 88 79 90

GYM DOUCE
Lundis 3, 10, 17 et 24 juin
A 14h30

ZUMBA
Vendredis 7, 14, 21 et 28 juin
A 14h30

ATELIER MEMOIRE
Contacter la structure pour obtenir les dates et s'inscrire

Quartier Nantes Ouest

Résidence Fonteny

Pour s'y rendre : Tram 1, arrêt Egalité ou Bus C1 arrêt Mairie de Chantenay
27 rue de Fonteny - 02 40 92 75 70

LA REPRISE DES ACTIVITES
ARRIVERA PROCHAINEMENT

Résidence Renoir

Pour s'y rendre : Bus C3 arrêt Delacroix
3 rue Ernest Meissonnier - 02 55 58 66 24

GYM DOUCE
Mardis 4, 11, 18 et le 25 juin
De 14h30 à 15h30

ATELIER PLAISIR DES PAPILLES
ET DE L'ESPRIT
Mercredi 5 juin
A 15h

Inscription obligatoire | Nombre de places limitées

Quartier Nantes Nord

Restaurant Intergénérationnel Malville

Pour s'y rendre : Tram 3 arrêt Longchamps
31 rue de Malville - 02 40 76 05 69

Relaxation BULLE DE DETENTE
Lundis 3, 10, 17 et 24 juin
De 14 à 15h

MUSIQUE ET PAROLES
Avec Baptiste, guitare et chanson
Mardi 11 juin de 14h à 16h

LA FABRIQUE A CADEAUX SOLIDAIRES
Mardis 11 et 18 juin de 14 à 16h

ATELIERS DISCUSSION
"Moins de stress plus de zen"
Mardi 18 juin de 14 à 15h30

Quand Ma Musique est Belle - Partage autour de la musique pour votre bien-être
Mardi 21 juin de 14h à 16h

SALON-CONVERSATION "Un printemps viennois"
Romances européennes
Mercredi 19 juin de 14h à 16h

Résidence Autonomie Bout des Landes

Pour s'y rendre : Tram 2 ou Bus C2 Arrêt René Cassin
6 rue de Concarneau - 02 40 76 44 15

ATELIER MEMOIRE
Lundis 3, 10, 17 et 24 juin
A 15h à l'espace rencontres Le P'tit Lu

CHORALE - Baptiste Schneider
Mercredis 5, 12, 19 et 26 juin
De 10h45 à 11h45 à l'espace rencontres Le P'tit Lu

GYM DOUCE AVEC CLEPCO
Lundis 3, 10, 17 et 24 juin
De 9h à 10h

DECOUVERTE NUMERIQUE
Jeudis (6 juin - à confirmer), 13, 20 et 27 juin à 15h

KARAOKE
Mercredi 26 juin à 15h
Au restaurant

Inscription obligatoire | Nombre de places limitées

Quartier Nantes Sud

Résidence Autonomie Pirmil

Pour s'y rendre : Tram 2 ou 3 arrêt Pirmil
6 rue Laurent Bonnevay - 02 28 20 20 71

LOTO DES GOURMANDS
Jeudi 13 juin
A 15h30 au restaurant
Tarif : 1 € le carton et 2.5 € les 3
Inscription et règlement sur place jusqu'au 7 juin

KARAOKE
Vendredi 21 juin
A 15h au restaurant
Inscription jusqu'au 20 juin

CONCERT DE LA CHORALE DE PIRMIL
Mercredi 26 juin
A 15h au restaurant
Inscription jusqu'au 20 juin

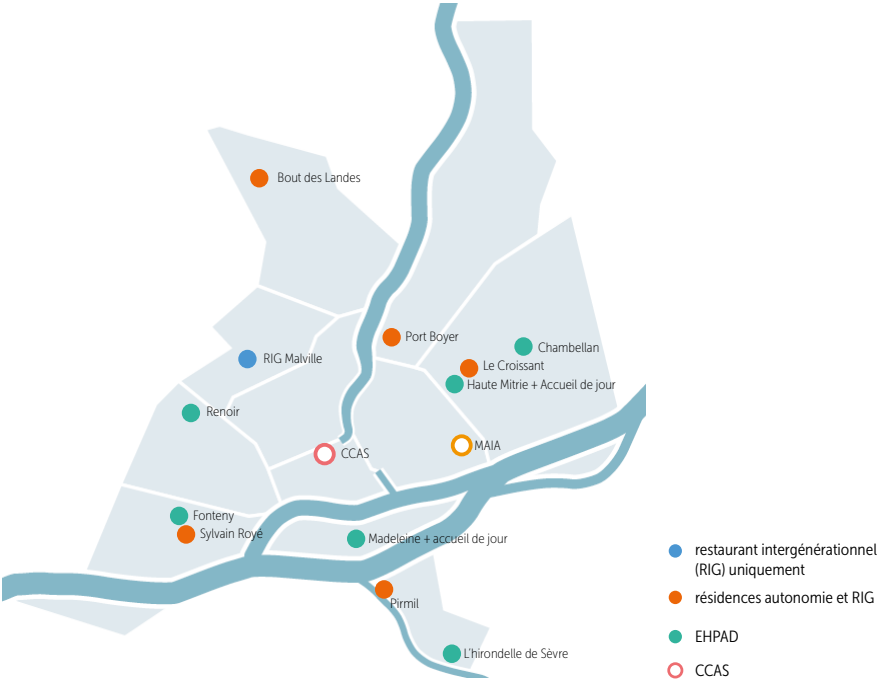
APRES-MIDI PETANQUE
Jeudi 27 juin à 15h dans le hall
Inscription jusqu'au 26 juin
Prévoir votre matériel

SOPHROLOGIE
Jeudis 6 et 20 juin
De 14h à 15h15
Inscription nécessaire pour une séance d'essai

GYM DOUCE
Mercredis 5, 12, 19 et 26 juin
De 9h à 10h30
Inscription nécessaire pour une séance d'essai

CHORALE
Lundis 3, 10, 17 et 24 juin
De 10h30 à 12h
Inscription nécessaire pour une séance d'essai

RENDEZ-VOUS, PRÈS DE CHEZ VOUS !



- Toutes les activités se déroulent dans le **respect des règles sanitaires**.

Pour plus d'informations et vous inscrire dans le dispositif « Bien vieillir » :
Contactez nous par téléphone.

02 40 99 28 45

ALLONANTES 02 40 41 9000
metropole.nantes.fr

Nous contacter

Par courrier postal Hôtel de Ville de Nantes
2 rue de l'Hôtel de Ville - 44094 Nantes Cedex 1

Accueil du public 29 rue de Strasbourg - 44000 Nantes