



PAUSE SOLID'ERDRE



MAISON DES
SOLIDARITÉS

MARS 2026 à LA PAUSE SOLID'ERDRE

Tu souhaites rencontrer des gens, vivre des moments conviviaux autour d'une activité ou partager tes connaissances... Bienvenue à la Pause Solid'Erdre !
Un problème de transport ? Fais-nous signe, on trouvera une solution !

Ce planning n'est pas à l'abri de modifications éventuelles de dernière minute.

TABLE OUVERTE et APREM'JEUX

Dim. 1^{er} mars Chaque 1er dimanche du mois, la Pause Solid'Erdre ouvre ses portes tout simplement pour passer un bon dimanche avec d'autres ! Pour le repas partagé, chacun apporte ce qu'il peut, ce qu'il veut et on met tout en commun. Pour l'aprèm jeux, tu peux apporter tes jeux ou découvrir ceux qui sont sur place.

Merc. 11 mars Vous aimez chanter ? jouer d'un instrument ? écouter ?... venez simplement juste pour le plaisir de partager un moment en chansons et en musique!

Sam. 14 mars **NOUVEAU COUP D'POUCE NUMÉRIQUE** Le coup d'pouce numérique revient tous les 2^{èmes} samedi de chaque mois... Venez apprendre à mieux utiliser vos différents équipements numériques (ordinateur portable, tablette, smartphone) et leurs principaux usages (internet, messagerie, word, excel, ...). Venez de préférence avec votre équipement ... Mais on peut aussi utiliser l'équipement disponible sur place. Sans réservation.

Pour tout renseignement : 09 77 33 69 77 ; Prochaines dates : 11 avril, 9 mai, 13 juin

Lun 16 mars **PAUSE CONVIVIALE « JEUX DE MÉMOIRE ET DE LOGIQUE »** Pour travailler sa mémoire en s'amusant, chacun pouvant bien sûr faire toute autre chose, selon ses envies.

Jeu. 19 mars **Atelier CUISINE + REPAS partagé** En partenariat avec les Restos du Coeur. Cuisiner ensemble en échangeant des recettes simples et astucieuses pour ensuite partager un repas dans la convivialité.

Pensez à vous inscrire avant le 15 mars au 06 24 34 06 67.

Jeu. 19 mars **Atelier JARDINAGE** pour embellir les extérieurs de la Pause Solid'Erdre, entretenir ce qui existe, imaginer un aménagement végétal, apprendre et transmettre quelques trucs de jardinage ...

Sam. 28 mars **REPAIR CAFE SOLID'ERDRE** Le REPAIR CAFÉ SOLID'ERDRE ouvre ses portes le dernier samedi de chaque mois. Venez avec votre grille-pain, aspirateur, tondeuse, vélo, vêtement... ou tout autre objet défectueux... Une équipe de réparateurs bénévoles vous y accueillera chaleureusement et on cherchera ensemble la solution pour le faire fonctionner. Attention ! Si vous pensez venir, pour éviter de faire le déplacement pour rien, nous vous conseillons de téléphoner quelques jours avant au 06 88 15 75 21 (Quentin) pour préciser le type de réparation souhaité, et d'arriver avant 11h30. Accueil convivial assuré ! Gratuit

Lun. 30 mars **PAUSE CONVIVIALE « TRUCS ET ASTUCES DOMESTIQUES »** Tu sais comment vider vraiment un tube de dentifrice ? Tu sais comment sécher un téléphone portable tombé dans l'eau ? Comment tu fais pour que la casserole de lait ne déborde jamais ? Tu connais des petits trucs comme ça qui facilitent le quotidien ? Alors c'est le moment de les partager ! On a besoin de toutes les expériences, dans tous les domaines...

Accompagnement SECOURS (Accompagnement, Aides, Accès aux droits)
Confrontés à des situations difficiles passagères ou plus complexes, nous recherchons ensemble comment envisager l'avenir. Si nécessaire, nous pouvons apporter une aide financière. Téléphone 07 86 49 60 69

Accompagnement à la SCOLARITÉ
Pour soutenir l'enfant dans sa scolarité, l'aider à gagner ou regagner confiance en lui, à se découvrir de nouveaux talents, vivre des temps forts avec d'autres enfants et leurs familles.

Retrouvez-nous sur Intramuros

