Retraité et l'envie de sortir de chez vous ? L'équipe de Réseau de Confiance vous ouvre ses portes pour partager des moments de convivialité et tisser de nouveaux liens.
Vous pourrez participer gratuitement à des activités, obtenir de l'aide sur le plan numérique ou simplement discuter autour d'un café.





Dispositif piloté par le Coup de Main Numérique, association de lutte contre la fracture numérique.



Réseau de Confiance est un service gratuit, à but non commercial et ouvert à toutes personnes à la retraite



Réseau de confiance

06 30 89 61 41 / 09 80 89 32 83

4 Samuel de Champlain, 44300 Nantes

www.reseaudeconfiance.com

malakoff humanis

Le coup de main NUMÉRIQUE

RETRAITE COMPLEMENTAIRE agirc-arrco

Carsat Retraite & Santé au travail Pays de la Loire

vilogia

liens solides entre les seniors de Nantes Nord

Réseau de confiance Nantes Nord

PROGRAMME OCTOBRE 2026

Un réseau chaleureux et accueillant





Mardi

Café Confiance

Tous les mardis, de 14 h à 17 h

Venez comme vous êtes ! Le Café Confiance est un moment pour se poser, papoter, rire ensemble et mettre les nouvelles à jour. Au programme : un café, des jeux (bowling, jeux de société…), et parfois même un film.



6 Octobre

Ciné-Débat **Les Années Super 8**

Annie Ernaux pose sa voix sur des bribes d'images muettes provenant de films de famille des années 1970. La chronique d'une époque tout autant qu'un puissant récit d'émancipation féminine.

Documentaire / 61 min

13, 20 et 27 Octobre

café papote & Jeux de Société

Café, discussions et stratégies !
Autour d'une tasse, plongez dans l'univers des jeux de société : réflexion, bluff et coopération au programme ! Qui sera le maître des mots, le roi de la stratégie ou le champion du hasard ? Un moment pour stimuler l'esprit et créer des souvenirs en équipe !



Jeudi

Atelier et coup de pouce numérique

Tous les jeudis, de 9 h à 12 h

L'objectif est de réduire la fracture numérique, de renforcer l'autonomie et de montrer que la technologie peut être amusante et utile au quotidien. Ces ateliers sont conçus pour être ludiques, accessibles et rassurants, avec une approche pédagogique et patiente. Un temps de coup de pouce numérique est prévu pour accueillir chacun avec ses besoins spécifiques.

8 Octobre

Quiz Numérique & Blind Test : les réponses en chœur !

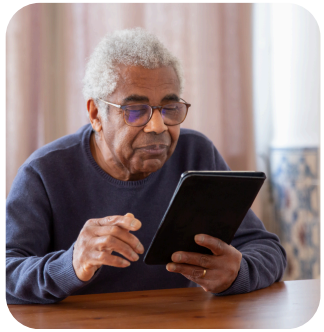
Deux animations en une : un quiz interactif et un blind test de tubes français qui feront chanter vos souvenirs ! Devinerez-vous les mélodies ? Réussirez-vous les questions ? Venez rire, réfléchir et chanter avec nous dans une ambiance pleine de nostalgie et de bonne humeur !

Exceptionnellement de 14 h à 17 h

15 Octobre
22 et 29 Octobre

Coup de Pouce Numérique : votre moment sur mesure !

Besoin d'aide pour un problème précis ? Venez avec vos questions, et on vous accompagne pas à pas : smartphone, ordinateur, démarches en ligne… Un moment dédié à vous, pour avancer ensemble et sans stress !



Samedi

Samedi Cré'actif

Tous les samedis, de 14 h à 17 h

Dans notre panier : des fils d'amitié, de la bienveillance bien brodée, des pinceaux révélateurs d'une vie en couleur … À vous de piocher pour réveiller l'artiste qui sommeille en vous !



10 Octobre

Séance Photos : la beauté à tout âge !

Une après-midi pour prendre soin de vous… entre nous ! Ici, pas de professionnels : on met tout à disposition (maquillage, matériel coiffure, vernis…) et chacun-e apporte ses mains, ses talents et ses astuces pour coiffer, maquiller, s'embellir… puis un shooting photo pour immortaliser votre élégance !

17 et 24 Octobre

Ruche d'Art éphémère !

Apportons ce qu'on fait habituellement seul(e)s chez soi – crochet, tricot, couture, dessin… – et faisons-le ensemble autour d'une table ! Ici, pas de jugement, pas de règles : juste le plaisir de créer en bonne compagnie, d'échanger des astuces et de partager un moment chaleureux. Personne ne sait plus que personne… on apprend, on rigole et on s'inspire les un(e)s les autres !



31 Octobre

Anniversaires du mois : une table pour fêter !

Le dernier samedi du mois, on cuisine ensemble ce qu'on aime… et on partage ensuite un bon repas autour de la table ! Joyeux anniversaire à tou-te-s les stars du mois – passez nous voir, le gâteau et les bougies vous attendent !