

# **INITIATION DECOUVERTES DU SAMS 35**

**Activités  
Janvier à Mars  
2023**

**Informations et inscription au  
secrétariat du SAMS**

**02.99.84.26.60**

# REPAS / ACTIVITES

## ACTIVITES

### Evénements

**Jeudi 26 Janvier, 14h à 16h. 5€**

Concert lyrique par l'orchestre national de Bretagne.  
Couvent des Jacobins, Rennes.

**Jeudi 23 Février, 14h à 16h. 5€**

Concert "Piccolo Prague" par l'orchestre national de Bretagne. Couvent des Jacobins, Rennes.



**Vendredi 3 Mars, 20h à 21h30. 10€**

Spectacle de danse "Double murder". TNB, Rennes.

**Lundi 20 Mars, 14h30 à 16h, 6€.**

Conférence dansée, Centre culturel le Triangle, Rennes.

### Loisirs

**Mardi 7 Mars, 14h à 16h.**

"L'Heure du jeu", Anatole France, Rennes.  
Café et jeux de société.



### Découverte de lieux culturels

**Vendredi 13 Janvier, Après midi (gratuit)**

Visite commentée des espaces du centre culturel Triangle et des coulisses. Le Triangle, Rennes.

**Février, date à définir. (gratuit)**

Visite commentée des champs libres, Rennes.

# RESTAURANTS

Repas et consommations  
à votre charge

Rendez-vous sur place à 12h:

**Mercredi 8 Février**

"Big Fernand", Place St Michel, Rennes.

**Mercredi 29 Mars**

Restaurant à St Malo, lieu à définir.



## PAUSE CAFÉ

### CAFÉS RENNAIS

De 14h30 à 16h.

**Mardi 17 Janvier**, Champs libres, Rennes.



### CAFÉS EXTERIEURS

De 14h à 16h.

**Mardi 21 Février**, Fougères.

**Mardi 14 Mars**, Redon.

### CAFÉS VISIO

Envoi d'un lien via Zoom - 15h à 16h.

**Vendredi 6 Janvier.**



Suite à l'arrière



# ATELIERS COLLECTIFS

## CUISINE

"Lundis popote" 14h30-17h au SAMS - 3€ par atelier.

### **Lundi 9 Janvier**

"Je veux faire des gnocchi maison".

### **Lundi 6 Février**

"J'ai envie de préparer un cheesecake".

### **Lundi 6 Mars**

"Je veux cuisiner des bricks salés".



## VIE QUOTIDIENNE



### **Jeudi 19 Janvier, 14h à 16h. Gratuit**

Atelier d'informations : comment organiser ses vacances ?  
au SAMS, Rennes.

### **Jeudi 26 Janvier, 14h à 16h. Gratuit.**

Visite et exposition sonore sur l'alimentation. MCE,  
Rennes.

### **Jeudi 23 Mars, 14h à 16h. Gratuit.**

Atelier jeu de société sur le budget. Au SAMS, Rennes.

