

# LE **PROGRAMME** DES *activités*

**QUARTIER BELLEVUE CHANTENAY SAINTE-ANNE**

**2023**  
—  
**2024**



**Ma ville, mon quartier,**  
*mes assos*

Grâce à ses 9 000 associations et plus de 135 000 bénévoles, la vitalité associative si singulière de Nantes, enrichit la vie locale et apporte des réponses concrètes aux Nantaises et aux Nantais.

Les associations nantaises se distinguent par leur capacité à mobiliser et unir les habitants autour de projets variés, dans tous les domaines, qu'ils soient de petite ou grande envergure, qu'ils touchent votre quartier ou l'ensemble de la ville. Elles jouent un rôle essentiel dans l'animation de la cité, le développement du lien social et l'expression d'une citoyenneté active et vivante. Pour accompagner la vie associative et la mise en relation des bénévoles, la Ville de Nantes a lancé cette année 2023 la plateforme, tant attendue, dédiée au bénévolat. Concrètement, lorsqu'une association exprime un besoin, elle publie son annonce sur cette plateforme internet, en ligne. Depuis son lancement en janvier dernier, elle a déjà permis plus de 600 mises en relation.

Vous trouverez dans ce document toutes les activités et associations de votre quartier, indispensables à connaître pour cette rentrée 2023.



**Johanna Rolland,**  
Maire de Nantes



**Abbassia Hakem**  
Adjointe de quartier  
Bellevue, Chantenay, Sainte-Anne

## Carte blanche, pour des loisirs à prix réduits !

Avec la carte individuelle Carte blanche, plus de 60 partenaires proposent des tarifs réduits. Vous pouvez également avoir une aide financière pour une inscription annuelle à une pratique sportive ou culturelle.

L'aide maximum est de 150 €. Il doit vous rester à financer un minimum de 25 €. Carte blanche est destinée aux familles dont le quotient familial ne dépasse pas 650 €.

**Plus d'informations :** [metropole.nantes.fr/carteblanche](https://metropole.nantes.fr/carteblanche)



# SOMMAIRE

|                                                                    |    |
|--------------------------------------------------------------------|----|
| <b>ACCOMPAGNEMENT</b> administratif et numérique .....             | 4  |
| <b>ACCOMPAGNEMENT</b> scolaire .....                               | 6  |
| <b>MULTI ACTIVITÉS ENFANTS</b> et soutien à la parentalité .....   | 7  |
| <b>COURS</b> de langues .....                                      | 8  |
| <b>ACCOMPAGNEMENT DE PROJETS</b> et partage de connaissances ..... | 9  |
| <b>SANTÉ</b> .....                                                 | 10 |
| <b>SOLIDARITÉ</b> et lien social .....                             | 10 |
| <b>RÉ-EMPLOI</b> et écologie .....                                 | 12 |
| <b>GROUPE DE PAROLE</b> et soutien psychologique .....             | 13 |
| <b>BIEN-ÊTRE</b> et expression corporelle .....                    | 14 |
| <b>DANSE</b> .....                                                 | 16 |
| <b>ACTIVITÉS</b> manuelles et artistiques .....                    | 18 |
| <b>THÉÂTRE</b> et comédie musicale .....                           | 21 |
| <b>MUSIQUE</b> et chants .....                                     | 22 |
| <b>JEUX</b> et divertissements .....                               | 24 |
| <b>CUISINE</b> et alimentation .....                               | 25 |
| <b>SORTIES</b> et activités extérieures .....                      | 26 |
| <b>ACTIVITÉS</b> physiques et sportives .....                      | 26 |
| <b>AUTRES ACTIVITÉS</b> .....                                      | 30 |
| <b>LISTE</b> des équipements .....                                 | 34 |
| <b>INDEX</b> .....                                                 | 37 |

**Rendez-vous aux temps forts associatifs de Bellevue Chantenay**

**Sainte-Anne**, samedi 9 septembre 2023, de 14h à 18h  
au square des Lauriers - Michelle Palas, et samedi  
16 septembre 2023, de 10h à 12h à la maison  
de quartier du Dix.



# ACCOMPAGNEMENT *administratif et numérique*

## **ID Numéric et CCAS**

### **Démarches administratives en ligne**

TOUT PUBLIC

Mardi 9h-12h et 14h-16h30

Vendredi 14h-16h

📍 Maison des Habitants et du Citoyen

## **Accompagnement & Accès aux Droits – Nouvelles Voies Pays de la Loire (AAD-NVPDL)**

### **Accompagnement administratif et accès aux droits**

TOUT PUBLIC

Aide aux démarches CAF, CPAM, préfecture, impôts, etc.

Jeudi 13h30-16h30 (sur rendez-vous)

Bureau mobile sans rendez-vous  
Lundi 14h-17h (Place des Lauriers)

06 20 36 72 94

[contactnvpdl@gmail.com](mailto:contactnvpdl@gmail.com)

📍 Maison des Habitants et du Citoyen

## **ID Numéric**

### **Ateliers informatique, internet, utilisation du téléphone, etc.**

TOUT PUBLIC - SENIORS

Lundi 14h-15h30 et 16h-17h30

Jeudi 9h-12h et 14h-17h30

06 98 24 05 06

[idnumeric.asso@gmail.com](mailto:idnumeric.asso@gmail.com)

[idnumeric.fr](http://idnumeric.fr)

📍 Maison des Habitants et du Citoyen

## **APIB – agir pour l'intégration bancaire**

TOUT PUBLIC

Permanence

Mardi 14h-17h30

07 66 10 53 74

📍 Maison des Habitants et du Citoyen

## **Écrivain public**

### **Aide à la rédaction**

TOUT PUBLIC

Aide à la rédaction de courrier personnel, de dossier administratif, de CV, de lettre de motivation et à la lecture de documents

Mercredi 9h-12h30

02 40 41 62 00

📍 Maison des Habitants et du Citoyen

### **Chantenay au quotidien**

#### **Atelier d'échange et prise en main smartphone et tablette**

ADULTES

02 72 22 54 11

[chantenayauquotidiencaq@gmail.com](mailto:chantenayauquotidiencaq@gmail.com)

[www.chantenay-au-quotidien.fr](http://www.chantenay-au-quotidien.fr)

📍 8, rue de la Constitution

### **Regart's**

#### **Ateliers numériques**

ADULTES

Libre accès les lundis matin 9h15-12h  
et une fois par mois atelier de  
sensibilisation à une démarche ou une  
thématique numérique sur inscription  
10h-12h

#### **Accompagnement vers les démarches administratives et l'emploi**

Sur rdv et gratuit

02 40 85 63 27 (médiatrice)

[a.associationregarts@hotmail.com](mailto:a.associationregarts@hotmail.com)

[www.associationregartsnantes.org/](http://www.associationregartsnantes.org/)

📍 29, rue Romain Rolland

4<sup>e</sup> étage de l'immeuble « BUROO » porte de droite



# ACCOMPAGNEMENT scolaire

## Melting'Potes

**Accompagne les jeunes à la réussite éducative. Lutte contre toutes les discriminations. Permanences Réussite éducative**

CM1 À LA TERMINALE

Lundi au vendredi 18h-20h

06 35 30 34 26

[meltingpotesfilms@gmail.com](mailto:meltingpotesfilms@gmail.com)

[meltingpotesblog.wordpress.com](http://meltingpotesblog.wordpress.com)

📍 Maison des habitants et du citoyen de Bellevue

## Regart's

ENFANTS/ADOLESCENT·E·S

### • Accompagnement scolaire pour les élémentaires

Les lundis, mardis, jeudis, vendredis  
16h15-18h hors vacances scolaires sur inscription (gratuit).

### • Accompagnement scolaire pour les ados

du lundi au vendredi 15h30-17h30  
(le mercredi 14h-17h30)  
sur inscription (gratuit).

### • Stage de renforcement d'apprentissage pour les élémentaires

Pendant les vacances scolaires  
Stage pour renforcement de matière scolaire sur inscription (gratuit) pour les enfants du CP au CM2.

### • Parcours individuel pour les enfants en décrochage scolaire (collège/lycée)

Sur RDV

02 40 85 63 27 (responsable enfance)

[a.associationregarts@hotmail.com](mailto:a.associationregarts@hotmail.com)

[www.associationregartsnantes.org/](http://www.associationregartsnantes.org/)

📍 29, rue Romain Rolland

4<sup>e</sup> étage de l'immeuble « BUROO » porte de droite

## ABSA – Association

### de la Butte Sainte Anne

### Soutien scolaire en mathématiques

COLLÉGIENS ET LYCÉENS (seconde)  
DU QUARTIER

Mercredi 14h-17h (hors vacances scolaires – séance d'1h)

06 68 97 74 66 (Jean-Claude Gabillet)

[gabilletjc@orange.fr](mailto:gabilletjc@orange.fr)

[www.buttessainteanne.org](http://www.buttessainteanne.org)



📍 Maison de quartier du DIX

## AREA

**Accompagner les élèves allophones, les parents et les adultes dans le milieu scolaire, dans le but de favoriser l'intégration scolaire, culturelle et professionnelle.**

ÉLÈVE DE 6 À 18 ANS

PARENTS D'ÉLÈVES

Apprentissage du français, ateliers culturels et conversation

Mardi au samedi 9h30-17h30

09 58 06 91 48 / 06 66 90 48 01

[area.nantes@gmail.com](mailto:area.nantes@gmail.com)

[www.areanantes.fr](http://www.areanantes.fr)

📍 14, boulevard Winston Churchill

# MULTI ACTIVITÉS ENFANTS et soutien à la parentalité

## Regart's

### • Accueil de loisirs « Croc'Loisirs »

ENFANTS DE 3 À 11 ANS

Les mercredis après-midi pendant les périodes scolaires et durant les vacances scolaires toute la journée sur inscription à l'association (se renseigner sur notre Facebook pour les plannings).

Mercredi après-midi (périodes scolaires)  
Lundi à vendredi 09h-12h30 et 13h30-18h (vacances scolaires)

### • Sorties et animations (loisirs, sportifs et culturelles) avec les ados

ADOLESCENT·E·S

Durant les vacances (se renseigner sur notre Facebook pour les plannings).  
Collégien·ne·s et lycéen·e·s sur inscription.

### • Sorties familles pendant les vacances scolaires

ADULTES ET FAMILLES

Durant les vacances scolaires (se renseigner sur notre Facebook pour les plannings).

02 40 85 63 27 (responsable enfance)  
(sauf sorties familles : médiatrice).  
[a.associationregarts@hotmail.com](mailto:a.associationregarts@hotmail.com)  
[www.associationregartsnantes.org/](http://www.associationregartsnantes.org/)

📍 29, rue Romain Rolland  
4<sup>e</sup> étage de l'immeuble « BUROO » porte de droite

## Planétarium

### Stages d'astronomie

ADULTES / ENFANTS

Jours et horaires: consulter le site internet.

02 40 73 99 23

[planetarium@nantesmetropole.fr](mailto:planetarium@nantesmetropole.fr)  
[planetarium.nantesmetropole.fr](http://planetarium.nantesmetropole.fr)

📍 8 rue des Acadiens





# COURS de langues

## GREF

### **Apprentissage du français (FLI)**

Pour les demandeurs d'asile  
Lundi, mardi, jeudi, vendredi 10h-11h30  
(hors vacances scolaires)

06 07 13 99 41

📍 Pôle associatif Duplex

## L'AFEE

### **Ateliers d'alphabétisation et de langue française (FLE/FLS)**

PARENTS ALLOPHONES  
DEBUTANTS (A1)  
INTERMEDIAIRES-AVANCÉS (A2-B1)

#### **Ateliers de français à visée parentale :**

Alphabétisation : lundi 10h-12h

A1 : Mardi/Jeudi 10h-12h

A2 : Mardi/Jeudi 14h-16h

#### **Préparation au DELF :**

A2 : Vendredi 14h-16h

B1 : Lundi 14h-16h

06 85 77 68 39 (Virginie PUYO)  
lafee44.association@gmail.com

📍 Maison des Habitants et du Citoyen

📍 Immeuble du Drac

## **Évaluation Linguistique et Orientation**

### **RDV pour une évaluation linguistique et une orientation vers les actions les plus adaptées**

ADULTES

Test et information pour trouver un atelier d'apprentissage du français  
Un mardi sur deux 9h30-12h30 sur inscription

02 40 41 62 00

📍 Maison des Habitants et du Citoyen

## Regart's

### **Ateliers de français**

ADULTES

Les mardis hors vacances scolaires pour les cours collectifs de 9h15-12h / sur rdv pour les cours individuels

02 40 85 63 27 (responsable médiatrice)  
a.associationregarts@hotmail.com  
www.associationregartsnantes.org/

📍 29, rue Romain Rolland

4<sup>e</sup> étage de l'immeuble « BUROO » porte de droite

## Chantenay au quotidien

### **Cours d'anglais (débutant, moyen et conversation)**

ADULTES

02 72 22 54 11

chantenayauquotidiencaq@gmail.com  
www.chantenay-au-quotidien.fr

📍 8 rue de la Constitution

## RAPI

### **Cours d'arabe**

ENFANTS

1<sup>er</sup> niveau - Mercredi 14h-16h

2<sup>e</sup> niveau - Mercredi 16h-18h

09 82 26 63 27

asso.rapi@yahoo.fr

📍 Maison des Habitants et du Citoyen

## France-Russie

### **Cours de russe**

TOUT PUBLIC ET TOUS NIVEAUX

Mardi 14h-20h

Jeudi 14h-20h

Vendredi 14h-20h30

06 40 18 47 01

france.russie.cei@gmail.com

📍 Pôle associatif Duplex



# ACCOMPAGNEMENT DE PROJETS

## et partage de connaissances

### **Jeunesse Nantaise en Action**

**Accompagnement aux projets,  
insertion, accès au droits et  
solidarité**

TOUT PUBLIC (15-30 ans)

Mercredi et vendredi 18h-23h  
(sur RDV par sms)

06 62 39 71 91

[jeunesse.nantaise.en.action@outlook.fr](mailto:jeunesse.nantaise.en.action@outlook.fr)

📍 Maison des Habitants et du Citoyen

### **Style Alpaga**

**Accompagner les projets des  
adolescents et des jeunes et  
soutenir la parentalité.**

**À partir de 12 ans et plus.**

**Un pôle de ressources et  
accompagnement pour tout  
public.**

FILLES (de 12 ans et plus)

Ateliers coutures non mixte :

Parentalité : lundi de 14h-18h, mardi et  
jeudi de 16h-20h pour les 12 à 30 ans,  
et mercredi de 14h-18h pour les 12 à  
15 ans.

02 40 43 73 59 / 06 78 07 84 46

[stylealpaga@orange.fr](mailto:stylealpaga@orange.fr)

[www.style-alpaga.fr](http://www.style-alpaga.fr)

📍 15 D Boulevard Jean Moulin

### **Regart's**

**Soutien aux projets d'habitants  
(autofinancement d'un voyage,  
projet citoyen sur le quartier...)**

TOUT PUBLIC

02 40 85 63 27

[a.associationregarts@hotmail.com](mailto:a.associationregarts@hotmail.com)

[www.associationregartsnantes.org/](http://www.associationregartsnantes.org/)

📍 29, rue Romain Rolland

4<sup>e</sup> étage de l'immeuble « BUROO » porte de droite

### **Fragil**

**Association d'éducation aux médias  
et aux pratiques numériques**

**Participation au magazine  
participatif et citoyen**

TOUT PUBLIC (18-90 ans)

Deux conférences de rédaction par  
mois (jours et horaires variables selon  
les disponibilités des contributeurs et  
contributeuses)

Lieux différents à chaque conférence

06 51 45 61 70 (Abboud Merwann,  
coordinateur)

[asso@fragil.org](mailto:asso@fragil.org) - [www.fragil.org](http://www.fragil.org)

### **ABSA – Association de la Butte Sainte Anne**

**Mémoire de la Butte**

ADULTES

Recueil de mise en commun  
des connaissances sur le quartier de  
la Butte Sainte-Anne

1 mercredi/mois 14h-16h (les 04/10/23  
08/11/23 – 06/12/23 – 14/01/24 –  
07/02/24 – 06/03/24 – 10/04/24 –  
15/05/24)

06 07 85 86 42 (Robert Moussaud)



📍 Maison de quartier du Dix



# SANTÉ

## Les Forges Médiation

### Permanence Santé

TOUT PUBLIC

Trouver et prendre rendez vous avec un médecin généraliste ou spécialiste, avoir des explications sur le système de santé, les démarches et les structures de soin, ou être accompagné à un rendez vous médical.

Faciliter l'accès aux soins et à la prévention

Mardi 9h30-12h

07 54 36 84 50

📍 Maison de Santé

## Kiné Ouest Prévention

**Prévention dans tous les milieux et à tous les âges de la vie**

**Passerelle Gym Kiné**

SENIORS FRAGILES

Prévention

Mardi 10h-11h et 11h-12h  
(hors vacances scolaires)

02 96 58 09 02

[kop.sante-publique@](mailto:kop.sante-publique@kineouestprevention.com)

[kineouestprevention.com](mailto:kineouestprevention.com)

[www.kineouestprevention.com](http://www.kineouestprevention.com)

📍 Immeuble du Drac

# SOLIDARITÉ et lien social

## CSF Bellevue/Bourderies

**Défense et accompagnement des locataires, associations de parents d'élèves, habitant·e·s Bellevue/Bourderies**

Permanences

1 mardi/mois 14h30-16h30

1 samedi/mois 11h-12h

06 88 54 66 07 (Milpied Pascale)

[pascale.milpied@orange.fr](mailto:pascale.milpied@orange.fr)

📍 Immeuble du Drac

## Régie de quartier OCEAN

**Association qui propose des services de proximité qui favorisent le lien social et le partage entre habitants du quartier.**

TOUT PUBLIC

À travers « la Boutik » nous proposons des objets en réemploi à faible prix et des ateliers « Eco Récup » pour faire des économies sur son budget tout en respectant l'environnement (programme des ateliers disponible à la boutique).

Boutik ouverte le lundi et mercredi

07 60 52 57 24

📍 14, rue du Doubs - square des Lauriers - Michelle Palas





### **L'escale de la butte**

**Peinture, couture, tricot, crochet, décoration et sorties**

TOUT PUBLIC

Pallier l'isolement, favoriser le vivre ensemble et la convivialité  
Lundi et jeudi 14h-17 h

[lescaledelabutte@gmail.com](mailto:lescaledelabutte@gmail.com)

📍 Local Thiercelin - 4 rue du Chevalier Thiercelin

### **Bellevue 2000**

**Association pour et avec les habitants (accueil, projets...)**

ADULTES

Du lundi au vendredi 9h-12h

06 27 94 21 94

[michel.rabin44@gmail.com](mailto:michel.rabin44@gmail.com)

📍 Maison des Habitants et du Citoyen

### **Regart's**

**Cafés conviviaux (pause gourmande, temps de partage, de discussion et de soutien ouvert à tous)**

TOUT PUBLIC

Le jeudi hors vacances scolaires à 14h

02 40 85 63 27 (Médiatrice)

[a.associationregarts@hotmail.com](mailto:a.associationregarts@hotmail.com)

[www.associationregartsnantes.org/](http://www.associationregartsnantes.org/)

📍 29, rue Romain Rolland  
4<sup>e</sup> étage de l'immeuble « BUROO » porte de droite

### **Collectif Cité Côté Femmes**

**La Cafète**

TOUT PUBLIC, avec une intention particulière pour les femmes

Répondre aux difficultés des femmes et jeunes filles des quartiers de Bellevue et des Bourderies

Mardi et vendredi 15h-17h

02 40 43 73 59 / 06 78 07 84 46  
[stylealpaga@orange.fr](mailto:stylealpaga@orange.fr)

📍 Immeuble du Drac

### **RAPI**

**Repas solidaire à 1 euro pour les personnes de plus de 60 ans**

ADULTES DE PLUS DE 60 ANS

Mercredi de novembre à fin avril – à récupérer sur place ou en livraison

09 82 26 63 27  
[asso.rapi@yahoo.fr](mailto:asso.rapi@yahoo.fr)

📍 15 ter, bd Jean Moulin, ZA

### **Arlene**

**Ateliers couture, tricot, projets collectifs**

ADULTES

Lundi, mardi, jeudi et vendredi 14h-17h

02 40 46 18 85

📍 Immeuble du Drac

# RÉEMPLOI et écologie

## **Atelier de réparations collectives**

***Promouvoir l'auto-réparation  
des vélos, mais pas que...***

TOUT PUBLIC, MINEUR.E.S  
ACCOMPAGNÉ.E.S  
Accompagnement à la réparation  
des vélos, machines à coudre, appareils  
électroniques et électroniques.

### **Vélo :**

lundi 10h30-12h30  
jeudi 12h30-15h  
vendredi 16h-20h  
(Plus d'horaires sur le site internet)

### **Machine à coudre :**

1<sup>er</sup> ou 3<sup>e</sup> mardi du mois 16h-19h30  
1 mercredi par mois 14h-17h30  
(Plus d'horaires sur le site internet)

### **Appareil électrique et électronique :**

2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> mercredi du mois 15h-17h30  
07 49 34 97 19  
[atrepcol@gmail.com](mailto:atrepcol@gmail.com)  
[www.ateliercoopchantenay.wordpress.com](http://www.ateliercoopchantenay.wordpress.com)



📍 Hangar de l'atelier, 30, bd de Chantenay et maison  
mitoyenne.

## **Espace Vélonomie Bellevue**

***Promouvoir l'auto réparation  
des vélos, mais pas que...***

TOUT PUBLIC, DONT MINEUR.E.S  
Promouvoir la vélonomie, pour  
se déplacer à vélo librement et sans  
entraves  
Accompagnement à la réparation  
des vélos, à la pratique du vélo:  
vélo-école adultes, balades...  
Autant que possible, nous adaptons  
tâches/consignes aux capacités  
des personnes et de leurs  
accompagnant.e.s.

### **Ateliers réparations cycles :**

Mardi 15h30-18h  
Activités proposées lors des vacances  
scolaires (hors été)

07 66 14 17 83  
[espacevelonomie@gmail.com](mailto:espacevelonomie@gmail.com)

📍 Plan B, Square des Lauriers - Michelle Palas



# GROUPE DE PAROLE et soutien psychologique

## **Solidarité cancer 44**

### **Groupe de parole**

#### ADULTES

Solidarité Cancer44 a pour objet de soutenir et réunir des malades du cancer et leurs proches, dans l'objectif d'être acteur de leurs soins et de leur chemin de guérison.

1<sup>er</sup> jeudi de chaque mois à 14h30

07 67 87 32 86

[contact@solidaritecancer44.org](mailto:contact@solidaritecancer44.org)

[www.solidaritecancer44.org](http://www.solidaritecancer44.org)

📍 Maison de quartier du Dix

## **NARCOTIQUES ANONYMES**

***Tout dépendant peut arrêter les drogues, perdre l'obsession de consommer et trouver un nouveau mode de vie sans drogue.***

PUBLIC AYANT UN PROBLÈME  
AVEC LA DROGUE

Mardi 19h-20h30

01 43 72 12 72

[na.irp.hi.nantes@gmail.com](mailto:na.irp.hi.nantes@gmail.com)

[narcotiquesanonymes.org](http://narcotiquesanonymes.org)

📍 Maison de quartier du Dix



# BIEN-ÊTRE

## et expression corporelle

### **Dynamixt**

#### **Sport / bien être**

ADULTES

Projet d'inclusion sociale par l'activité physique

Mercredi 10h30-11h30

06 45 93 81 00

[educsport.dynamixt@gmail.com](mailto:educsport.dynamixt@gmail.com)

[www.club.sportspourtous.org/dynamixt44](http://www.club.sportspourtous.org/dynamixt44)



📍 Immeuble du Drac

### **Valparaiso**

#### **Biodanza/Laboratoire de créativité**

ADULTES

Développer ses potentiels et la confiance en soi à travers l'expression corporel, plastique, oral, sonore, sans connotation esthétique

Lundi 19h30-22h

06 31 47 67 04

[margarita.suarez@wanadoo.fr](mailto:margarita.suarez@wanadoo.fr)

📍 Pôle associatif Duplex

### **2 KAI OCHE**

#### **Gymnastique douce, stretching et mouvement**

ADOLESCENT·E·S ET ADULTES

Lundi et vendredi 10h-11h30

Mardi 18h30-20h

06 15 43 14 38

[sylvie.dorembus@gmail.com](mailto:sylvie.dorembus@gmail.com)

📍 Maison de quartier du Dix

### **La Caotique Association**

#### **La Voix du Corps**

ADULTES

#### **Méditation. Pleine conscience : Voix et breathwork**

Vendredi 12h30-14h

#### **Danse Racine : Mouvement, respiration et transformation**

Mercredi 20h30-21h30

06 38 49 35 46 (Laura Molina)

[caotiqueassociation@gmail.com](mailto:caotiqueassociation@gmail.com)

📍 Maison de quartier du Dix

## Arts et Musique en Europe

### Yoga tibétain

ADOLESCENT·E·S ET ADULTES

Jeudi 19h-20h30

07 67 18 27 49

[contact.ame@free.fr](mailto:contact.ame@free.fr)

[www.arts-musique-europe.org](http://www.arts-musique-europe.org)

📍 Espace Mallèze

### Regart's

**Prestations de bien-être  
à petits prix (coiffure, massage,  
réflexologie plantaire, épilation,  
soins du visage) et sorties**

TOUT PUBLIC

Les lundis et mercredis 9h-12h

et 14h-18h pour la coiffure

Lundi au jeudi de 9h-12h et 14h-17h30  
ainsi que les vendredis de 9h-12h30

Sorties :

Aquabiking et aquapilates (1 fois/mois),

Hammam (2 fois/mois)

Planning sur Facebook

02 40 85 63 27 (Socio-esthéticienne  
et coiffeuse)

[a.associationregarts@hotmail.com](mailto:a.associationregarts@hotmail.com)

[www.associationregartsnantes.org/](http://www.associationregartsnantes.org/)

📍 29, rue Romain Rolland  
4<sup>e</sup> étage de l'immeuble « BUROO » porte de droite

### RAPI

**Cours de pilates (ou aquagym)**

ADULTES

Jeudi 14h-15h

09 82 26 63 27

[asso.rapi@yahoo.fr](mailto:asso.rapi@yahoo.fr)

📍 Immeuble du Drac

## Chantenay au quotidien

**Qi gong, gymnastique douce  
et Taï chi**

ADULTES

02 72 22 54 11

[chantenayauquotidiencaq@gmail.com](mailto:chantenayauquotidiencaq@gmail.com)

[www.chantenay-au-quotidien.fr](http://www.chantenay-au-quotidien.fr)

📍 8 rue de la Constitution

### Association PRANATURE

**Yoga complet (postures,  
relaxation, respiration, méditation)**

ADULTES

Cours de hatha yoga

Mardi 12h15-13h30

06 87 00 75 90 (Lucie Hautiere)

[contact@lucieparvati.fr](mailto:contact@lucieparvati.fr)



📍 Maison de quartier du Dix

### La joie de grandir

**Association musique et petite  
enfance**

FEMMES ENCEINTES À PARTIR

DE LEUR 3<sup>e</sup> MOIS DE GROSSESSE

Chant prénatal

Mardi 12h30-14h

06 25 54 03 55 (Elena)

[lajoiedegrandir@gmail.com](mailto:lajoiedegrandir@gmail.com)

[www.lajoiedegrandir.com](http://www.lajoiedegrandir.com)

📍 Pôle associatif Dupleix





## DANSE

### **Compagnie Aramis**

#### **Danse contemporaine adaptée**

ADOLESCENTS/JEUNES ADULTES/  
ADULTES EN SITUATION DE HANDICAP  
MENTAL – VISUEL  
Jeudi 13h30-14h30 et 16h-17h



#### **Atelier chorégraphique**

SENIORS (ouvert aux personnes mobiles  
sans pré-requis)  
Jeudi 14h30-16h



06 12 42 32 25 (Françoise Le Normand)  
[contact.ciaramis44@orange.fr](mailto:contact.ciaramis44@orange.fr)  
[www.aramisdansehandicap.fr](http://www.aramisdansehandicap.fr)

📍 Maison de quartier du Dix

### **Alter Tango**

#### **Apprentissage et pratique du tango argentin**

Adulte à partir de 16 ans  
Mercredi 19h-23h  
06 33 70 72 76  
[contact@altertango.fr](mailto:contact@altertango.fr)  
[www.altertango.fr](http://www.altertango.fr)

📍 Maison des Habitants et du Citoyen

### **Africa Tambours**

#### **Cours de danse africaine et moderne**

ADOLESCENT·E·S/ADULTES :  
**Afro danse moderne**  
Lundi 19h30-21h

📍 Maison des Habitants et du Citoyen

#### **Danse africaine**

Mercredi 19h-20h30

📍 Maison de quartier du Dix

ENFANTS :

#### **Éveil musical enfants**

Samedi 10h-11h30

07 58 76 18 34

[africatambourstambours@gmail.com](mailto:africatambourstambours@gmail.com)

📍 Immeuble du Drac

### **Arts et Musique en Europe**

#### **Atelier expression corporelle**

ENFANT/ADOLESCENT/ADULTE  
Lundi 18h-20h  
Mardi 18h-20h  
Mercredi 14h-17h  
Vendredi 18h-20h  
Autres moments possibles,  
se renseigner  
07 67 18 27 49  
[contact.ame@free.fr](mailto:contact.ame@free.fr)  
[www.arts-musique-europe.org](http://www.arts-musique-europe.org)

📍 Espace Mallève

## **Forro Nantes**

### **Cours de danse, le Forro est une danse de couple brésilienne**

ADULTES DÉBUTANTS

Mercredi 19h30-21h

ADULTES INTERMÉDIAIRES

Mercredi 21h-22h30

06 19 37 19 40 (Fred)

[forro.nantes@gmail.com](mailto:forro.nantes@gmail.com)

[www.instagram.com/forronantes](http://www.instagram.com/forronantes)

📍 Immeuble du Drac

## **Le Cercle Celtique De Nantes**

### **Danse bretonne**

ADULTES

Lundi 18h15-20h30 (sauf vacances scolaires)

06 71 85 15 06

[cercleceltiquenantes@gmail.com](mailto:cercleceltiquenantes@gmail.com)

📍 Maison de quartier du Dix

## **ABSA – Association de la Butte Sainte Anne**

### **Ateliers de danses collectives de différents territoires**

ADULTES

1<sup>er</sup> et 2<sup>e</sup> jeudi du mois 14h15-16h30

02 40 43 44 39 (Marie Paule Boyer)

[www.bttesaintanne.org](http://www.bttesaintanne.org)

📍 Maison de quartier du DixC'West

## **C'West**

### **Danse hip hop**

À PARTIR DE 8 ANS

[cwest\\_44@yahoo.fr](mailto:cwest_44@yahoo.fr)

📍 Gymnase A. Camus/ Gymnase Jean-Zay

## **Compagnie Kons-Tanssi**

### **Danse contemporaine**

ENFANTS, PRÉ-ADOS

4 – 5 ANS

Mercredi 13h-13h45

6 – 7 ANS

Mercredi 13h45-14h30

8 – 10 ANS

Mercredi 14h30-15h30

11 – 13 ANS

Mercredi 15h30-16h30

ADOLESCENTS, JEUNES ADULTES :

Vendredi 18h-19h30

ADULTES (tous les niveaux) :

Mercredi 10h-11h30

### **Atelier Chorégraphique**

ADULTES (niveau confirmé)

Vendredi 19h30-21h00

06 81 96 40 71 – Rita Nykanen

[kons.tanssi@gmail.com](mailto:kons.tanssi@gmail.com)

📍 Maison de quartier du Dix

## **Chantenay au quotidien**

### **Danse celtique**

ADULTES

02 72 22 54 11

[chantenayauquotidienca@gmail.com](mailto:chantenayauquotidienca@gmail.com)

[www.chantenay-au-quotidien.fr](http://www.chantenay-au-quotidien.fr)

📍 8 rue de la Constitution

## **Heat Break two (HB2)**

### **Danse urbaine, hip hop, lock, pop, break danse**

À PARTIR DE 7 ANS

[yasminhb2@gmail.com](mailto:yasminhb2@gmail.com)

📍 Gymnase du Jamet

# ACTIVITÉS MANUELLES et artistiques

## **Société Artistique de l'Ouest**

**Ateliers « peinture, dessin, modèle vivant et modelage »**

ADULTES

Mercredi, jeudi, samedi 14h-18h

Vendredi 18h-21h

2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> vendredi du mois 14h-18h

07 71 14 56 75

[sao44@laposte.net](mailto:sao44@laposte.net)

[www.societeartistiquedelouest.fr](http://www.societeartistiquedelouest.fr)

📍 Pôle associatif Dupleix

## **Des femmes en fil**

**Cours de couture Créafil**

À PARTIR DE 16 ANS

(hors vacances scolaires)

Lundi 14h-17h30 / 18h-21h30  
(débutant)

Mardi 14h00-17h30 / 18h-21h30  
(confirmé, expert)

Vendredi 14h00-17h30  
(confirmé, expert)

Tarifs en fonction du quotient familial

09 50 03 75 05

[desfemmesenfil@gmail.com](mailto:desfemmesenfil@gmail.com)

📍 22, rue Georges Charrier

## **Les Cousettes de Nantes**

**Valorisation du travail manuel  
Cours de couture**

TOUT PUBLIC

ENFANTS (à partir de 8 ans)

Mercredi 14h-15h30

ADOLESCENTS (12-16 ans)

Mercredi 15h30-17h

ADULTES

Lundi 18h30-21h30

Mardi et jeudi 19h-22h

Mercredi 9h-12h et 19h30-22h30

[cousettes44@gmail.com](mailto:cousettes44@gmail.com)

[www.lescousettesdenantes.com](http://www.lescousettesdenantes.com)

📍 4 rue du Chevalier Thiercelin



### **Au Fil de l'Art**

***Langue anglaise par la pratique  
des arts plastiques: peinture,  
dessin, sculpture, photo,  
bricolage...***

#### ***Art and English***

ENFANTS

4-6 ANS

Lundi 17h-18h

6-8 ANS

Lundi 18h-19h

ADULTES

Lundi 19h15 – 20h15

06 51 90 86 94 (Sabine Moore)  
[sabinemoore10@gmail.com](mailto:sabinemoore10@gmail.com)

📍 Maison de quartier du Dix

### **Carré court**

#### ***Atelier de mosaïque***

ADULTES

Initiation et perfectionnement

Mardi 13h-20h

2 groupes (sous réserve des effectifs)

#### ***Atelier d'arts plastiques intergénérationnel***

ADULTES ET ENFANTS

Mardi 18h-19h30

[mosaïque.carre44@gmail.com](mailto:mosaïque.carre44@gmail.com)



📍 Maison de quartier du Dix

### **Fotosonor**

#### ***Portrait Sonore***

***« Enregistrez la voix de  
vos proches ! »***

***Initiation à la réalisation  
d'un podcast***

ADULTES

Lundi 19h-20h30

06 70 57 74 00

[fotosonor@yahoo.fr](mailto:fotosonor@yahoo.fr)

[www.fotosonor.fr/portrait-sonore](http://www.fotosonor.fr/portrait-sonore)



📍 Maison de quartier du Dix



**Chantenay au quotidien**  
**Poterie, dessin, peinture**  
**et art floral**

ADULTES

02 72 22 54 11

[chantenayauquotidiencaq@gmail.com](mailto:chantenayauquotidiencaq@gmail.com)  
[www.chantenay-au-quotidien.fr](http://www.chantenay-au-quotidien.fr)

📍 8 rue de la Constitution

**Atelier Bois d'Encre**

**Un atelier d'art dédié à la**  
**pratique de la gravure et des arts**  
**plastiques, ouvert à tout-es - tous**  
**niveaux**

**Cours de gravure**

ADULTES

lundi 19h-21h et jeudi 10h-13h

**Cours arts plastiques**

ADOLESCENT·ES (12/17 ans)

1 mercredi sur 2 – 14h30-16h30

06 64 12 06 51 – Elsa

[atelierboisdencre@gmail.com](mailto:atelierboisdencre@gmail.com)  
[www.atelierboisdencre.com](http://www.atelierboisdencre.com)

📍 48, rue du Bois Hardy

**Regart's**

**Ateliers collectifs (créations,**  
**cuisine, sport...)**

TOUT PUBLIC

Vendredi 14h-16h

02 40 85 63 27 – médiatrice

[a.associationregarts@hotmail.com](mailto:a.associationregarts@hotmail.com)  
[www.associationregartsnantes.org](http://www.associationregartsnantes.org)

📍 29, rue Romain Rolland  
4<sup>e</sup> étage de l'immeuble « BUROO » porte de droite

**Le dernier spectateur**  
**Recherche, création et**  
**enseignements artistiques**

**Ateliers d'écriture**

ADULTES

Vendredi 11h-13h

06 63 73 40 11

[le.dernier.spectateur@gmail.com](mailto:le.dernier.spectateur@gmail.com)

📍 Maison de quartier du Dix

**Café Prod**

**Association créatrice d'œuvres**  
**audiovisuelles**

ADULTES DE 16 À 30 ANS

Ateliers d'initiation aux métiers du  
cinéma et de l'audiovisuel

Jeudi 18h-21h

[cafe.prod@gmail.com](mailto:cafe.prod@gmail.com)  
[www.cafe-prod.com](http://www.cafe-prod.com)

📍 L'Etincelle

**RAPI**

**Ateliers parents/enfants**

FAMILLES

1 atelier par vacances scolaires

09 82 26 63 27

[asso.rapi@yahoo.fr](mailto:asso.rapi@yahoo.fr)

📍 15 ter, bd Jean Moulin, ZA

# THÉÂTRE et comédie musicale

## La troupe permanentes

*Encourager la promotion, le développement et la découverte de la comédie musicale made in Broadway*

### Comédie musicale

ADULTES (mineurs de 17 ans acceptés avec autorisation parentale)  
Encourager la promotion, le développement et la découverte de la comédie musicale made in Broadway  
Jeudi 20h15-23h

[troupe.permanantes@gmail.com](mailto:troupe.permanantes@gmail.com)  
[www.latroupepermanantes.fr](http://www.latroupepermanantes.fr)

📍 Maison des Habitants et du Citoyen

## 2 Kai Oche

### Improvisation théâtrale

ADOLESCENT·E·S ET ADULTES  
Jeudi 19h-20h30

06 15 43 14 38  
[sylvie.dorembus@gmail.com](mailto:sylvie.dorembus@gmail.com)

📍 Maison de quartier du Dix

## Coma teatro

### Compagnie franco-chilienne atelier de théâtre

ENFANTS (8-10 ans)  
Mardi 16h45-18h

ENFANTS (11-13 ans)  
Lundi 18h-19h45

ADOLESCENTS (14-17 ans)  
Mercredi 18h15-19h45

ADULTES (théâtre français)  
Mardi 20h-22h

07 68 73 01 99  
[contact.comateatro@gmail.com](mailto:contact.comateatro@gmail.com)  
<https://comateatro.com>

📍 Maison de quartier du Dix

## Arts et Musique en Europe

### Comédie musicale ado & adulte (théâtre, chant, danse)

10 - 17 ANS & ADULTE  
Lundi 18h-20h, Mardi 18h-20h,  
Mercredi 14h-17h, Jeudi 18h-20h,

### Théâtre

ENFANT - ADO - ADULTE  
LUNDI : 18h-19h, 19h-20h, 20h-22h,  
MERCREDI 14h-17h, JEUDI 18h-20h,  
20h-22h

07 67 18 27 49  
[contact.ame@free.fr](mailto:contact.ame@free.fr)  
[www.arts-musique-europe.org](http://www.arts-musique-europe.org)

📍 Espace Mollève



# MUSIQUE et chants

## France Russie

### Chorale

TOUT PUBLIC ET TOUS NIVEAUX  
Vendredi

06 40 18 47 01

[france.russie.cei@gmail.com](mailto:france.russie.cei@gmail.com)

📍 Pôle associatif Duplex

## West harmonicas

### Pratique et apprentissage de l'harmonica

JOUEURS CONFIRMÉS

Mardi 18h30-20h

DÉBUTANTS

Mercredi 18h30-20h

06 74 82 03 08 (Alain Bastard)

[alain.bastard7@orange.fr](mailto:alain.bastard7@orange.fr)

[www.west-harmonicas.com](http://www.west-harmonicas.com)

📍 Maison de quartier du Dix

## Bombardes & Co

### Bombardes

TOUT PUBLIC

Formations et prestations musicales

Un dimanche/mois 9h30-12h30

06 81 30 91 73

[bombardesandco@gmail.com](mailto:bombardesandco@gmail.com)

[www.bombardes-et-co.org](http://www.bombardes-et-co.org)

📍 Pôle associatif Duplex

## Les Z'amis En Scène

### Théâtre

TOUT PUBLIC

Création de pièces de boulevard par dix à douze comédiens amateurs intergénérationnels représentées trois fois en novembre ou en mars

Jeudi 20h15-22h15 sur 10 mois

Mardi 20h15-22h15, sur les 2 mois précédents la représentation

[leszamisenscene44@gmail.com](mailto:leszamisenscene44@gmail.com)

Page Facebook : [Leszamisenscene44](https://www.facebook.com/leszamisenscene44)

📍 Pôle associatif Duplex

## Chantenay au quotidien

### Chant traditionnel

ADULTES

02 72 22 54 11

[chantenayauquotidienca@gmail.com](mailto:chantenayauquotidienca@gmail.com)

[www.chantenay-au-quotidien.fr](http://www.chantenay-au-quotidien.fr)

📍 8 rue de la Constitution

## ABSA – Association de la Butte Sainte Anne

Chorale de la Butte

Ouverte à tous ceux qui aiment chanter sans exigence de connaissance musicale. Répertoire varié.

Lundi 20h30-22h30 (sauf vacances scolaires)

06 86 96 46 40 (Michèle Moussaud)

[chorale@buttesainteanne.org](mailto:chorale@buttesainteanne.org)

[www.buttesainteanne.org](http://www.buttesainteanne.org)



📍 Maison de quartier du Dix



## Arts et Musique en Europe

TOUT PUBLIC

### **Orchestre Pop/Rock**

#### **Symphonique – Musique de Films**

Mercredi 18h30-19h45 (Débutant),  
mercredi 20h-22h (Intermédiaire,  
Avancé)

### **Atelier musique actuelle – jam session**

Lundi 19h-20h30, autres moments possible, se renseigner

### **Chorale**

Adulte : Mardi 20h-22h,  
Ado : Jeudi 20h-22h,  
Enfant : Mercredi 17h-18h,

### **Ensemble guitare**

Mercredi 16h-19h

### **Apprentissage instrumental (Individuel & Collectif)**

Tous instruments (chant, piano  
& clavier, accordéon, flûte, clarinette,  
saxo, violon, violoncelle, contrebasse,  
guitare, guitare électrique, harpe, basse,  
batterie, percussions du monde, etc.  
Autres instruments : se renseigner).

Mardi 18h-20h, mercredi 14h-17h,  
jeudi 18h-20h

### **Atelier creation M.A.O. looper**

Lundi 18h-20h, mercredi 14h-17h,  
vendredi 18h-20h

ADO/ADULTES

### **Atelier vocal jazz – pop - rock**

Mardi 19h-21h, mercredi 20h-22h30,  
jeudi 20h-22h, autres moments possible, se renseigner

### **Atelier beatbox**

Mercredi 18h-19h

07 67 18 27 49

contact.ame@free.fr

[www.arts-musique-europe.org](http://www.arts-musique-europe.org)

📍 Espace Mallève

## La joie de grandir

### **Association musique et petite enfance**

FAMILLES AVEC ENFANTS DE 0 À 6 ANS  
Musique en famille

Samedi 10h-10h45 et 11h-11h45

07 81 70 89 96 (Patricia)

06 25 54 03 55 (Elena)

[lajoiedegrandir@gmail.com](mailto:lajoiedegrandir@gmail.com)

[www.lajoiedegrandir.com](http://www.lajoiedegrandir.com)

📍 Maison de quartier du Dix

# JEUX et divertissements

## France Russie

### **Bibliothèque / ciné-club**

TOUT PUBLIC

Judi 14h-20h

Vendredi 14h-20h30

06 40 18 47 01

[france.russie.cei@gmail.com](mailto:france.russie.cei@gmail.com)

📍 Pôle associatif Duplex

## **ABSA – Association de la Butte Sainte Anne**

### **Jeux de société du 21<sup>e</sup> siècle**

ADULTES

Lundi 20h45-00h

Vendredi 19h30 -00h

2<sup>e</sup> samedi du mois 14h-00h

06 09 18 55 08 (Olivier Briat)

[jeux21s@buttesainteanne.org](mailto:jeux21s@buttesainteanne.org)

## **Seniors de la Butte**

### **Moments conviviaux autour de jeux, repas**

Mardi 14h – 18h (sauf en août)

02 40 69 39 76 (Michel Fradin)

[michel.fradin@numericable.fr](mailto:michel.fradin@numericable.fr)

[www.buttesainteanne.org](http://www.buttesainteanne.org)



📍 Maison de quartier du Dix

## Comptoir Des Alouettes

### **Ciné-club**

2<sup>e</sup> vendredi du mois (sauf vacances  
scolaires)

07 83 49 20 01

[lecomptoirdesalouettes.wordpress.com](http://lecomptoirdesalouettes.wordpress.com)

📍 19, rue des Alouettes

## Chantenay au quotidien

### **Jeux de société, belote, tarot**

ADULTES

02 72 22 54 11

[chantenayauquotidiencaq@gmail.com](mailto:chantenayauquotidiencaq@gmail.com)

[www.chantenay-au-quotidien.fr](http://www.chantenay-au-quotidien.fr)

📍 8 rue de la Constitution



# CUISINE et alimentation

## **Union Locale Métropole Nantaise CLCV (Consommation Logement et Cadre de Vie)**

**Défense des consommateurs  
et des locataires, sensibilisation  
à un mode de vie plus sain et  
responsable. Atelier « cuisiner  
malin » (atelier de cuisine  
participatif), pour échanger des  
astuces, pour allier plaisir et  
équilibre.**

TOUT PUBLIC

Atelier de cuisine participatif

Un mardi par mois

07 83 01 08 68 (Émilie Boyen)

[eco.alim.nantes@clcv.org](mailto:eco.alim.nantes@clcv.org)

<https://www.clcv.org>

📍 Maison de santé

## **Les croqueurs de bio**

Association pour le maintien  
d'une agriculture paysanne

ADULTES, FAMILLES ET ÉTUDIANT·E·S

Vente de nourriture bio en circuit court

Mardi 18h15 – 19h45

[amap.croqueursdebio@gmail.com](mailto:amap.croqueursdebio@gmail.com)

[www.energielocale.org/amap-des-](http://www.energielocale.org/amap-des-croqueurs-de-bio)

[croqueurs-de-bio](http://www.energielocale.org/amap-des-croqueurs-de-bio)

📍 Maison de quartier du Dix

## **RAPI**

**Cours de pâtisseries orientales**

Samedi 09h30-12h

09 82 26 63 27

[asso.rapi@yahoo.fr](mailto:asso.rapi@yahoo.fr)

📍 15 ter bd Jean Moulin, ZA

## **Comptoir Des Alouettes**

**Épicerie associative de quartier**

TOUT PUBLIC

Créer des relations de voisinage sur le  
support de l'alimentation.

Fonctionne sur un mode coopératif :  
les membres sont invités à prendre part  
au fonctionnement global.

Mardi et Vendredi 16h30-19h

Samedi 11h-12h30

07 83 49 20 01

[lecomptoirdesalouettes.wordpress.com](http://lecomptoirdesalouettes.wordpress.com)



📍 19, rue des Alouettes

## **VRAC Nantes**

**VRAC favorise l'accès à  
l'alimentation de qualité pour  
tous·tes.**

TOUT PUBLIC

Épicerie éphémère de produits bios

Une fois par mois 13h30-16h30 (voir  
planning sur site internet)

07 64 82 11 85 (Liza)

[contact-nantes@vrac-asso.org](mailto:contact-nantes@vrac-asso.org)

<https://nantes.vrac-asso.org>

📍 Maison des Habitants et du Citoyen

# SORTIES et activités extérieures

## Chantenay au quotidien

**Pétanque, randonnées  
et sorties culturelles**

ADULTES

02 72 22 54 11

[chantenayauquotidiencaq@gmail.com](mailto:chantenayauquotidiencaq@gmail.com)

[www.chantenay-au-quotidien.fr](http://www.chantenay-au-quotidien.fr)

📍 8 rue de la Constitution

---

## Regart's

**Sorties de loisirs, culturelles  
et sportives (sortie cinéma,  
balade, accompagnement vers  
des séances de sport, visite  
culturelle de musée ou de lieux  
institutionnels, découverte de la  
région...)**

ADULTES ET FAMILLES

Sur inscription, voir planning sur  
Facebook

02 40 85 63 27 (Médiatrice)

[a.associationregarts@hotmail.com](mailto:a.associationregarts@hotmail.com)

[www.associationregartsnantes.org/](http://www.associationregartsnantes.org/)

📍 29, rue Romain Rolland  
4<sup>e</sup> étage de l'immeuble « BUROO » porte de droite

---

# ACTIVITÉS physiques et sportives

## Animation Sportive Municipale Secteur Ouest

**Proposer des activités physiques et sportives gratuites.**

ENFANTS ET ADOLESCENTS DE 7 À 17 ANS.

### Accueil Périscolaire activité sportives libre ou EMS

Tous les soirs 16h30-18h  
et le mercredi 13h30-17h

### École Municipale des sports (EMS)

Découverte d'une activité sportive  
durant un trimestre en périscolaire de  
16h30 à 18h ou le mercredi après midi.

### Vacances scolaires

Accueil sportif, sortie piscine, skatepark,  
patinoire, sortie VTT, activité nautique  
(voile, canoé, kayak), tournoi (handball,  
basket, tennis de table, futsal...)

Du lundi au vendredi 9h30-12h et  
13h30-17h

02 40 41 10 48

07 60 66 39 46 (Najib Nedjar)

[najib.nedjar@mairie-nantes.fr](mailto:najib.nedjar@mairie-nantes.fr)

[metropole.nantes.fr/animation-sportive](http://metropole.nantes.fr/animation-sportive)

📍 Gymnase Jean Zay

---

## BASKET-BALL

### **Amicale Laïques des Garennes AL** **Basket-ball**

À PARTIR DE 6 ANS  
[secretariat.algarennes@gmail.com](mailto:secretariat.algarennes@gmail.com)  
[www.al-garennes.fr](http://www.al-garennes.fr)

📍 Gymnases Chantenay / A. Camus/ Gymnase Gravaud

### **Hermine Nantes Atlantique** **Amateur** **Basket-ball**

U11/U13 – U15/U17 – SENIORS  
[officehermine.amateur@gmail.com](mailto:officehermine.amateur@gmail.com)

📍 Gymnases Chantenay

## BADMINTON

### **BAG Nantes** **Badminton**

ADULTES  
[contact@bagnantes.com](mailto:contact@bagnantes.com)

📍 Gymnases A. Camus / Chantenay

### **Association sportive des PTT** **Nantes** **Badminton**

ADULTES  
[badminton@aspttnantes.fr](mailto:badminton@aspttnantes.fr)

📍 Gymnases Chantenay

## DOUBLE DUTCH

### **C'West** **Double Dutch**

À PARTIR DE 8 ANS  
[cwest\\_44@yahoo.fr](mailto:cwest_44@yahoo.fr)

📍 Gymnase A. Camus/ Gymnase Jean-Zay

## FOOTBALL

### **JSC Bellevue Nantes JSCBN** **Football**

À PARTIR DE 6 ANS  
[bilele.jscb@gmail.com](mailto:bilele.jscb@gmail.com)

📍 Plaine de jeux de la Bernardière

### **AS des travailleurs Portugais** **de Nantes ATPN** **Football**

SENIORS  
[morwenna1@hotmail.fr](mailto:morwenna1@hotmail.fr)

📍 Plaine de jeux de la Bernardière

### **Association génération culture** **et loisirs** **Mini football Loisir**

SENIORS  
[larbidaho@yahoo.fr](mailto:larbidaho@yahoo.fr)

📍 Plaine de jeux de la Bernardière

### **Nantes FC Janvraie** **Football**

SENIORS  
[muratozturk44@hotmail.fr](mailto:muratozturk44@hotmail.fr)

📍 Plaine de jeux de la Bernardière

## FUTSAL

### **Association nantaise de Futsal** À PARTIR DE 6 ANS [anfutsalclub@gmail.com](mailto:anfutsalclub@gmail.com)

📍 Gymnase A. Camus/ Gymnase Jean-Zay

**Association corne d'Afrique  
et mer rouge de l'Atlantique**  
**Futsal**

ADULTES  
alidaher@live.fr

📍 Gymnase Jean-Zay

---

## BOXE

**44 Bellevue boxing club BBC 44**  
**Boxe anglaise**

À PARTIR DE 7 ANS – COMPÉTITION  
ET LOISIR  
najib44100@gmail.com

📍 Gymnases Jean-Zay

---

## FITNESS & MUSCULATION

**Bellevue athlétique forme**  
**Fitness et musculation**

ADOLESCENT·E·S/ADULTES  
bellevueathletiqueforme44@gmail.com

📍 Gymnase du Jamet et salle de musculation du Jamet

---

## ART MARTIAL

**Jamet sporting club Bellevue Judo**  
**Art martial Judo/Jujitsu/Fitness**

À PARTIR DE 5 ANS – LOISIR ET  
COMPÉTITION  
judoforme@gmail.com

📍 Gymnase du Jamet

---

**Judo club Satori**  
**Judo traditionnel junomichi**

ADULTES  
cam.gourmelin49@gmail.com

📍 Gymnase du Jamet

**Self Défense Boxing Académie**  
**Paturel**  
**Self défense**

ADULTES  
self.defense.nantes.bap@gmail.com

📍 Gymnase du Jamet

---

**Axe brasil**  
**Capoeira**

ADOLESCENT·E·S/ADULTES  
beatrice.ober@bbox.fr

📍 Gymnases de la Chantenaysienne

---

**Mundurucu**  
**Capoeira**

ENFANTS/ADOS ET ADULTES  
Mardi 17h-18h, 18h-19h, 19h-22h  
06 85 39 78 82  
asso.mundurucu@gmail.com  
capoeira-nantes.gingango.org

📍 Pole associatif Dupleix

---

## GYMNASTIQUE

**Histoires de sport**  
**Pilates**

Vendredi 12h15-13h15

**Multi-gym**

vendredi 11h-12h (renforcement  
musculaire général)  
histoiresdesport@hotmail.com

📍 Immeuble du DRAC

---

**Point kilométrique**  
**Kundalini yoga (dynamique)**  
**et Hatha yoga (doux)**

ADULTES ADOS / TOUS NIVEAUX  
Lundi (Kundalini yoga) 18h15 -19h30  
Mercredi (Hatha yoga) 12h-13h15  
dayalramayoga@gmail.com  
06 13 30 43 87 (Suzanne CREQUY)

📍 Immeuble du DRAC

**La chantenaysienne gym**  
**Gymnastique**

À PARTIR DE 2 ANS – LOISIR ET  
COMPÉTITION

[chantenaysienne.gym@sfr.fr](mailto:chantenaysienne.gym@sfr.fr)

📍 Gymnase de la Chantenaysienne

**La nantaise gymnastique**  
**Gymnastique rythmique**

[lanantaisegym@wanadoo.fr](mailto:lanantaisegym@wanadoo.fr)

📍 Gymnase de Chantenay

**Association gymnastique  
volontaire de Chantenay**  
**Gymnastique volontaire**

ADULTES – LOISIR

[sev.j@orange.fr](mailto:sev.j@orange.fr)

📍 Gymnase de Chantenay

**Gym Form**

**Gymnastique d'entretien, Pilate**

ADULTES – LOISIR

[contact@gymform.com](mailto:contact@gymform.com)

📍 Gymnase de la Chantenaysienne, CSC Bellevue,  
CSC Bourderies



# AUTRES activités

## Les activités de l'Accoord

L'Accoord est une association socioculturelle soutenue par la Ville de Nantes et la CAF, engagée pour l'accès à la culture et aux loisirs. L'Accoord à Nantes, c'est 22 centres socioculturels et maisons de quartier, 40 accueils de loisirs et 18 espaces d'animation ados répartis sur l'ensemble du territoire. L'association déploie également une offre de séjours, et organise des activités culturelles, numériques, etc. En lien avec les habitants et forte de ses 1 500 bénévoles, l'Accoord met en œuvre et coordonne des actions pour soutenir la parentalité, développer l'apprentissage du français et favoriser le lien social.

### LES CENTRES SOCIOCULTURELS

Un centre socioculturel (ou maison de quartier) est un lieu de vie et d'animation au plus proche des habitants d'un quartier. Les centres socioculturels de l'Accoord proposent de nombreuses activités de loisirs, éducatives, sportives, culturelles ou encore festives, à destination de tous les publics et de tous les âges.

**Plus d'informations sur les activités proposées : [www.accoord.fr](http://www.accoord.fr)**

CSC Bellevue : <https://www.facebook.com/AccoordBellevue>

CSC Bourderies : <https://www.facebook.com/Bourderies>

### LUDOTHÈQUE

Utilisation et prêts de jeux de société, tous publics

[www.facebook.com/ludobellevue](http://www.facebook.com/ludobellevue)

---

### LE CADRAN

Le CADRAN, Centre pour Accompagner et Développer les Ressources pour les Associations Nantaises : un soutien au fonctionnement associatif.

Besoin d'un accompagnement à la création de votre association ? D'un appui en comptabilité ou d'information sur des financements ? Vous recherchez des bénévoles ou des formations ? Avec ou sans rendez-vous, en physique ou par téléphone, l'équipe du CADRAN est là pour vous recevoir, vous conseiller et vous accompagner dans toutes vos démarches.

Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30

5, rue Célestin Freinet - bât C, 2<sup>e</sup> étage

02 40 41 50 47

[cadran@mairie-nantes.fr](mailto:cadran@mairie-nantes.fr)

**Retrouvez toutes les informations sur**

**<https://metropole.nantes.fr/cadran>**



## Les actions du collectif du Dix

Le Collectif du Dix, c'est l'énergie d'une dizaine d'associations qui font vivre un projet polymorphe et atypique. Objectif : animer et dynamiser le Dix, maison de quartier de la Butte Sainte-Anne à Nantes. Depuis l'origine, c'est à travers un partenariat fort avec la Ville de Nantes que le Collectif du Dix poursuit sa mission : développer l'activité associative, le lien entre les habitants et l'animation de l'équipement. Pour cela, il favorise le mélange des genres, le soutien à l'émergence artistique (professionnelle et amateur) et les projets de proximité, à travers sa programmation culturelle, les Saisonales. Mené par une équipe de bénévoles et soutenu par deux salariées, le Collectif du Dix travaille à la mutualisation des moyens et des énergies. Il se positionne aussi comme un « facilitateur » de projets sur le Dix. Il est donc attaché à la dimension humaine de son projet et œuvre à favoriser les échanges et les rencontres.

Découvrez le collectif et ses actions sur [www.lecollectifdudix.org](http://www.lecollectifdudix.org)

---

## Les Pépinières d'initiatives jeunesse

Elles accompagnent les projets des jeunes de 16 à 25 ans que ce soit dans les domaines de la culture, de l'insertion, de la santé, du sport ou encore des vacances.

### **Le TriptiC – Léo Lagrange Ouest**

Maison de quartier La Bottière

147, route de Sainte-Luce

02 53 55 74 14

[facebook.com/LeTriptiC](https://facebook.com/LeTriptiC)

### **L'Horizon**

38, rue du Breil

07 78 69 88 50 ou 07 78 69 81 71

[facebook.com/horizonjeunesse44](https://facebook.com/horizonjeunesse44)

### **L'EclectiC – Léo Lagrange Ouest**

Maison de quartier La Mano

3, rue Eugène Thomas

02 40 40 91 18

[facebook.com/lecllectic.leolagrange](https://facebook.com/lecllectic.leolagrange)

### **L'Étincelle**

11, boulevard Émile Romanet

06 89 77 66 12

## LES ACTIVITÉS DE L'ORPAN

Lieu d'accueil, d'information et de concertation, l'ORPAN, l'association des seniors nantais, met en œuvre des actions et services au bénéfice des seniors. Activités sociales, culturelles, de loisirs et de prévention santé, sont autant d'occasions de rencontres et de moments de convivialité.

**Plus d'informations au 02 40 99 26 00** ou [contact@orpan.fr](mailto:contact@orpan.fr) ou [www.orpan.fr](http://www.orpan.fr), ou au siège (6 place du Port Communeau).

**Toutes les informations pratiques dédiées à la vie associative sur [metropole.nantes.fr/associations](http://metropole.nantes.fr/associations)**

---

## ÊTRE ACCOMPAGNÉ DANS SON PROJET

Dans chaque quartier, les initiatives des habitants et des associations sont accompagnées et soutenues par une équipe de professionnels. Rendez-vous conviviaux, mise en réseau, temps forts, partage d'initiatives et d'expérience, n'hésitez pas à contacter la direction de quartier Ouest au **02 40 41 61 00**

**Accédez facilement aux informations de votre quartier sur :**

**[metropole.nantes.fr/nantes-bellevue-chantenay](http://metropole.nantes.fr/nantes-bellevue-chantenay)**

## TROUVER UNE ASSOCIATION NANTAISE

Vous trouverez plus de 4 000 associations dans l'annuaire des associations et activités nantaises. Plus de 135 000 bénévoles s'investissent au quotidien dans le monde associatif à Nantes, contribuant à son dynamisme. Sport, culture, loisirs, éducation, santé... les thématiques des associations sont variées et s'adressent à toutes les tranches d'âge. Elles nourrissent les solidarités et animent les onze quartiers nantais.

Trouvez l'association qui vous correspond sur :

[metropole.nantes.fr/annuaire-des-associations](http://metropole.nantes.fr/annuaire-des-associations)

---

## L'ESPACE BÉNÉVOLAT DE LA VILLE DE NANTES

135 000 bénévoles s'investissent à Nantes : vous en faites déjà partie ou vous souhaitez les rejoindre ? Quelques clics suffisent pour trouver la mission pour laquelle vous souhaitez vous engager.

Retrouvez toutes les informations sur <https://benevolat.nantes.fr/>



# LISTE des équipements



## **MAISON DES HABITANTS ET DU CITOYEN**

1, place des Lauriers  
44100 Nantes

 02 40 41 62 00

 maison-des-habitants@mairie-nantes.fr

Du lundi au vendredi :  
9h-12h30 – 13h45-17h30

La maison de quartier ressources dispose d'une salle polyvalente, de salles associatives, et d'un plateau de services publics : mairie de quartier, guichet CCAS, relais accueil petite enfance.

**Accès en transports en commun :**  
tram Ligne 1 arrêt « Lauriers »

## **IMMEUBLE DU DRAC**

Entrées 15D boulevard Jean  
Moulin et rue du Drac  
44100 Nantes

**Accès en transports en commun :**  
tram Ligne 1 arrêt « Lauriers »

## **CENTRE SOCIOCULTUREL BELLEVUE**

25, rue Jamet

 02 40 46 44 22

 bellevue@accoord.fr

Lundi : 10h30-12h / 14h-18h  
Mardi : 14h-18h30  
Jeudi : 14h-18h  
Vendredi : 10h-12h / 14h - 16h

**Accès en transports en commun :**  
chronobus C1 arrêt « Lechat »

**Espace d'animation ados (11-15 ans)**

## **MAISON DE SANTÉ**

15 bis boulevard Jean Moulin  
44100 Nantes

 02 40 85 76 70

**Accès en transports en commun :** tram  
Ligne 1 arrêt « Lauriers »

## **ESPACE MALLÈVE**

2, boulevard Jean Moulin

# LISTE des équipements



## **MAISON DE QUARTIER DU DIX**

10, place des Garennes  
44100 Nantes

 02 40 69 34 61

Du lundi au vendredi :  
9h30-12h30 – 14h-18h

**Accès en transports en commun :**  
chronobus C1 arrêt « Lechat »

## **CENTRE SOCIOCULTUREL LES BOURDERIES**

2, rue de Saint-Brévin

 02 40 46 41 46

 bourderies@accoord.fr

Hors vacances scolaires :

Mardi : 14h-18h30

Mercredi et jeudi : 9h-12h / 14h-18h

Vendredi : 9h-12h

Vacances scolaires :

Mardi : 14h-18h

Mercredi et jeudi : 9h-12h / 14h-17h30

Vendredi : 9h-12h

**Espace d'animation ados (11-15 ans)**

**Accès en transports en commun :**  
chronobus C1 arrêt « Lechat »



## **PÔLE ASSOCIATIF DUPLEIX**

rue Dupleix  
44100 Nantes

**Accès en transports en commun :**  
chronobus C1 arrêt « Lechat »

Pour tout renseignement, contactez  
la Maison des Habitants et du Citoyen  
au 02 40 41 62 00

# LISTE des équipements



## LUDOTHÈQUE ACCOORD



Parc Meta, 20 rue Firmin Colas

02 40 95 08 49



[ludo.meta@accoord.fr](mailto:ludo.meta@accoord.fr)

**Accès en transports en commun :** Tram  
ligne 1 – arrêt Lauriers



## MÉDIATHÈQUE LISA BRESNER



23, boulevard Émile Romanet

02 40 41 54 00



[bm.nantes.fr](mailto:bm.nantes.fr)

**Accès en transports en commun :**  
Tram 1 : arrêt Jamet



## L'ÉTINCELLE



11, boulevard Émile Romanet

07 64 89 02 75



## GYMNASE CHANTENAY

7 rue de la Croix



## GYMNASE GRAVAUD

14 rue de la Barbinais



## GYMNASE CAMUS

2 rue du Bois de la Musse



## GYMNASE JEAN ZAY

19 rue Yves Kartel



## GYMNASE JAMET

65 Route de Saint-Herblain



## GYMNASE CHANTENAYSIENNE

17 rue du Quatre Septembre 1870



## PLAINE DE JEUX DE LA BERNADIÈRE

Rue de la Fontaine Salée

# INDEX

## ACCOMPAGNEMENT

### administratif et numerique

|                                                                                         |   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|---|
| Accompagnement et accès aux droits - Nouvelles Voies Pays de la Loire (AAD-NVPDL) ..... | 4 |
| APIB - Agir Pour l'Intégration Bancaire .....                                           | 4 |
| Chantenay au quotidien .....                                                            | 5 |
| ID Numérique et CCAS .....                                                              | 4 |
| ID Numéric .....                                                                        | 4 |
| Ecrivain public .....                                                                   | 4 |
| Regart's .....                                                                          | 5 |

## ACCOMPAGNEMENT

### scolaire

|                     |   |
|---------------------|---|
| Melting'Potes ..... | 6 |
| Regart's .....      | 6 |
| ABSA .....          | 6 |
| AREA .....          | 6 |

## MULTIACTIVITÉ ENFANTS

### et soutien a la parentalité

|                   |   |
|-------------------|---|
| Regart's .....    | 7 |
| Planétarium ..... | 7 |

## COURS

### de langues

|                                           |   |
|-------------------------------------------|---|
| Chantenay au quotidien .....              | 8 |
| L'AFEE .....                              | 8 |
| Évolution linguistique et orientation ... | 8 |
| France Russie .....                       | 8 |
| GREF .....                                | 8 |
| RAPI .....                                | 8 |
| Regart's .....                            | 8 |

## ACCOMPAGNEMENT

### DE PROJETS

### et partage de connaissances

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| ABSA .....                        | 9 |
| Fragil .....                      | 9 |
| Jeunesse nantaise en action ..... | 9 |
| Style Alpaga .....                | 9 |
| Regart's .....                    | 9 |

## SANTÉ

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| Les Forges Médiation .....  | 10 |
| Kiné Ouest Prévention ..... | 10 |

## SOLIDARITÉ

### et lien social

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| Arlene .....                     | 11 |
| Bellevue 2 000 .....             | 11 |
| Collectif cité côté femmes ..... | 11 |
| CSF Bellevue/Bourderie .....     | 10 |
| L'escale de la butte .....       | 11 |
| Régie de quartier OCEAN .....    | 10 |
| RAPI .....                       | 11 |
| Regart's .....                   | 11 |

## RÉ-EMPLOI

### et écologie

|                                          |    |
|------------------------------------------|----|
| Atelier de réparations collectives ..... | 12 |
| Espace Vélonomie Bellevue .....          | 12 |

## GROUPES DE PAROLE

### et soutien psychologique

|                            |    |
|----------------------------|----|
| Narcotiques anonymes ..... | 13 |
| Solidarité cancer 44 ..... | 13 |

## BIEN-ÊTRE

### et expressions corporelles

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| Arts et Musique en Europe ..... | 15 |
| Association PRANATURE .....     | 15 |
| Chantenay au quotidien .....    | 15 |
| La Caotique Association .....   | 14 |
| Dynamixt .....                  | 14 |
| La joie de grandir .....        | 15 |
| 2 Kai Oche .....                | 14 |
| RAPI .....                      | 15 |
| Regart's .....                  | 15 |
| Valaparaíso .....               | 14 |

## DANSE

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| ABSA.....                          | 17 |
| Africa Tambours .....              | 16 |
| Alter Tango .....                  | 16 |
| Arts et Musique en Europe.....     | 16 |
| Le Cercle Celtique de Nantes ..... | 17 |
| Chantenay au quotidien.....        | 17 |
| Compagnie Aramis .....             | 16 |
| Compagnie Kons-Tanssi .....        | 17 |
| C'West.....                        | 17 |
| Forro Nantes .....                 | 17 |
| Heat Break two (HB2).....          | 17 |

## ACTIVITÉS MANUELLES et artistiques

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| Atelier Bois d'Encre.....           | 20 |
| Au Fil De L'art .....               | 19 |
| Café prod .....                     | 20 |
| Carre Court .....                   | 19 |
| Chantenay au quotidien.....         | 20 |
| Le dernier spectateur .....         | 20 |
| Des Femmes En Fil .....             | 18 |
| Fotosonor .....                     | 19 |
| Les Cousettes de Nantes .....       | 18 |
| Regart's .....                      | 20 |
| Société Artistique de l'Ouest ..... | 18 |
| RAPI .....                          | 20 |

## THÉÂTRE et comédie musicale

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| Arts et Musique en Europe..... | 21 |
| Coma Teatro .....              | 21 |
| La Troupe Permanentes.....     | 21 |
| 2 Kai Oche .....               | 21 |

## MUSIQUE et chants

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| ABSA.....                      | 22 |
| Arts et Musique en Europe..... | 23 |
| Chantenay au quotidien.....    | 22 |
| France Russie.....             | 22 |
| La joie de grandir .....       | 23 |
| West Harmonicas.....           | 22 |
| Bombardes & Co.....            | 22 |
| Les Z'amis En Scene.....       | 22 |

## JEUX et divertissements

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| ABSA.....                   | 24 |
| Chantenay au quotidien..... | 24 |
| Comptoir des alouettes..... | 24 |
| France Russie.....          | 24 |

## CUISINE

### et alimentation

|                                                                                         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Union Locale Métropole Nantaise<br>CLCV (Consommation Logement<br>et Cadre de Vie)..... | 25 |
| Comptoir des alouettes.....                                                             | 25 |
| Les croqueurs de bio.....                                                               | 25 |
| RAPI.....                                                                               | 25 |
| VRAC Nantes.....                                                                        | 25 |

## SORTIES

### et activités extérieures

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| Chantenay au quotidien..... | 26 |
| Regart's.....               | 26 |

## ACTIVITÉS

### physiques et sportives

|                                                                  |    |
|------------------------------------------------------------------|----|
| Animation sportive Municipale<br>Secteur Ouest.....              | 26 |
| Amicale Laïque des Garennes AL.....                              | 27 |
| Hermine Nantes Atlantique Amateur                                | 27 |
| BAG Nantes .....                                                 | 27 |
| Association sportive<br>des PTT Nantes .....                     | 27 |
| C'West.....                                                      | 27 |
| JSC Bellevue Nantes JSCBN .....                                  | 27 |
| AS des travailleurs Portugais<br>de Nantes ATPN .....            | 27 |
| Association génération culture<br>et loisirs .....               | 27 |
| Nantes FC Janvraie.....                                          | 27 |
| Association nantaise de Futsal .....                             | 27 |
| Association corne d'afrique et mer<br>rouge de l'Atlantique..... | 28 |
| 44 Bellevues boxing club BB44.....                               | 28 |
| Bellevue athlétique forme.....                                   | 28 |
| Jamet sporting club Bellevue Judo...                             | 28 |
| Judo traditionnel junomichi.....                                 | 28 |
| Self Défense Boxing Académie                                     |    |
| Paturel.....                                                     | 28 |
| Axe brasil.....                                                  | 28 |
| Mundurucu.....                                                   | 28 |
| Histoires de sport.....                                          | 28 |
| Point kilométrique .....                                         | 28 |
| La chantenaysienne gym .....                                     | 28 |
| La nantaise gymnastique.....                                     | 28 |
| Association gymnastique<br>volontaire de Chantenay.....          | 28 |
| Gym Form.....                                                    | 28 |





# Quartier

## BELLEVUE CHANTENAY SAINTE-ANNE



### 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