

Quatre Saisons

Le Mensuel de la résidence Hespérides de Rennes

N° 220 - Avril 2026



Vendredi 24 avril à partir de 11h30

Déjeuner coréen

Cocktail et ses amuses bouches
aux saveurs coréennes



Mayak-Gyeran

Japchae de bœuf

Rocher coco et sa glace à la mangue

Participation : 18.50 €, boissons et café compris

Jeudi 9 avril à 18h30

Cocktail dînatoire aux saveurs d'Asie

Nems de poulet, samoussas de légumes,
rouleaux de printemps,
brochettes yakitori
à partager en toute convivialité.

Participation : 12 €, boissons comprises

Mardi 21 avril à 15h en salle de restaurant
Assemblée Générale des Copropriétaires.



잡채

Les mayak gyeran, œufs marinés dans la sauce soja, font partie des nombreux banchan (plats d'accompagnement) de la cuisine coréenne. Le mot «gyeran» signifie «œuf» en coréen. Le japchae, plat emblématique de la cuisine coréenne, associe de l'émincé de bœuf et des nouilles de patate douce à des légumes sautés dans une sauce parfumée.



Joyeuses
Pâques !

NE RIEN PRÉVOIR, SINON L'IMPRÉVISIBLE.
NE RIEN ATTENDRE SINON L'INATTENDU.

CHRISTIAN BOBIN



Mi-Carême



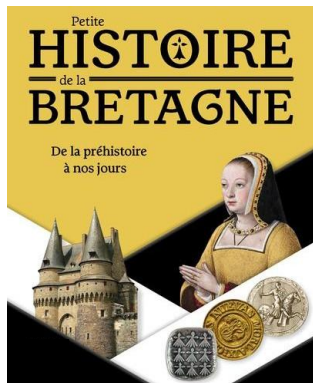
Belle soirée conviviale avec le groupe OPAKUNA : musique des Andes





FETE D'U
PRINTEMPS





Vendredi 10 avril à 14h30

Partageons nos divertissements

avec **M. Cudennec.**

Documentaire et temps d'échange :

*La Bretagne de la Préhistoire
à la Révolution Industrielle.*

Bibliothèque

Rendez-vous le mardi 14 avril
à partir de 15h en salle de bridge

REMUE MÉNINGES

Vendredi 17 avril à 14h30

Atelier Remue-Méninges

animé par **M. Anger**

Exposition-vente

de bijoux et accessoires fantaisie
avec **Virginie.**

Nous sommes heureux d'accueillir :

Mme Arielle BRUNET au 5^{ème} C

Mme Odile FRACHON au 4^{ème} B



Mercredi 8 avril à 14h30

Conférence d'Etienne Schira :

« Les couleurs dans l'Art » : petit tour
de l'utilisation des couleurs et de leur symbolique.



Mercredi 22 avril

à 12h15

**Déjeuner des résidents
nés en avril**

Mardi 28 avril à 15h



(Re) Découvrons
notre patrimoine rennais
avec **Jean Bertholet**

1^{ère} rencontre :

l'église Toussaints.

➔ **Départ en groupe
du hall de la résidence.**



Cinésférides



Dimanche 5 avril à 15h :

Concert de Pâques

Dimanche 12 avril à 15h :

De mauvaise foi

Dimanche 19 avril à 15h :

Ma mère, Dieu et Sylvie Vartan

Dimanche 26 avril à 15h :

Secrets d'histoire :

**Victor Hugo, la face cachée
du grand homme**



Nous avons la tristesse de vous faire part
du décès de

Mme Marie-Thérèse LE MESLE.

Elle résidait aux Hespérides depuis 2009.



3 rendez-vous pour cheminer vers Pâques

A l'issue de chaque film : un temps d'échange



Dimanche
des Rameaux
29 mars
à 15h

Un monastère perché dans les montagnes du Maghreb, dans les années 1990. Huit moines chrétiens français vivent en harmonie avec leurs frères musulmans. Quand une équipe de travailleurs étrangers est massacrée par un groupe islamiste, la terreur s'installe dans la région. L'armée propose une protection aux moines, mais ceux-ci refusent. Doivent-ils partir ? Malgré les menaces grandissantes qui les entourent, la décision des moines de rester coûte que coûte, se concrétise jour après jour...Ce film s'inspire librement de la vie des Moines Cisterciens de Tibhirine en Algérie de 1993 jusqu'à leur enlèvement en 1996.

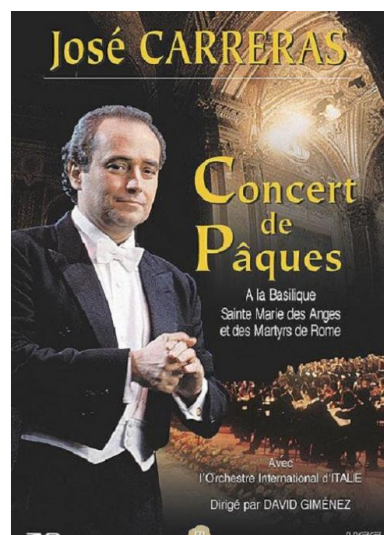
Vendredi-Saint
3 avril à 15h



Réalisé par le couple Steven et Sabrina Gunnell, deux ardents catholiques convertis, ce documentaire aux 400 000 entrées explore la dévotion au Sacré-Coeur, telle qu'elle s'est développée en France et dans le monde à partir des visions de sainte Marguerite-Marie Alacoque, une religieuse visitandine de Paray-le-Monial au siècle de Louis XIV. Il montre, avec des témoignages poignants, l'incroyable actualité de son message.

Dimanche de Pâques
5 avril à 15h

Concert de Pâques en la basilique Sainte Marie es Anges et des Martyrs de Rome. Un magnifique spectacle dans un cadre superbe. Un orchestre et un chef en parfaite cohésion avec le ténor José CARRERAS au mieux de ses capacités





NOUVEAU !



Professeur de 3 langues et de philosophie pendant plus de 45 ans, Sylvia- Rivka KERSUZAN, désormais à la retraite, a enseigné dans 5 pays différents. Ayant une très vaste expérience de l'enseignement , elle aime partager ses compétences avec les personnes qui s'intéressent aux langues et à la connaissance en général. Elle propose des **cours d'anglais ou d'italien** aux personnes désireuses de conserver la langue et de pratiquer la gymnastique mentale résultant de l'apprentissage ou du maintien des connaissances acquises. Si vous êtes intéressé, vous pouvez la contacter au **06 17 33 89 15**.

Pour votre bien être :



Colette, esthéticienne,
est présente
à la résidence
sur demande
Merci de contacter
la réception pour
prendre rendez-vous.

Chaque jeudi matin,
présence de Nina
au salon de coiffure
sur rendez-vous
auprès de la
réception.



famileo

La gazette familiale qui relie les générations

La résidence Hespérides de Rennes est abonnée à FAMILÉO. Chaque lundi , les gazettes sont éditées sur support papier et déposées dans la boîte aux lettres des résidents. N'hésitez pas à demander votre code famille pour envoyer ou recevoir gratuitement des nouvelles de vos proches.