

Le magazine numérique du  
**Comité Départemental de la Retraite Sportive d'Ille et Vilaine**

## INDEX DES NUMÉROS PARUS



# POUR PLUS D'INFORMATIONS

The screenshot shows the 'Présentation de la Fédération' page of the Fédération Française Retraite Sportive. The header includes navigation links like 'S'inscrire', 'Newsletter', 'Partenaires', 'Presse', 'Contact', 'Espace privé', and 'Télégram'. The main content area features a large image of two women and the title 'PRÉSENTATION DE LA FÉDÉRATION'. Below this, there are sections for 'Missions', 'Fonctionnement', 'Concept Sport Senior Santé®', 'Historique', and 'Partenaires'. A 'La FFRS, c'est...' section lists key points about the federation's mission, recognition, and focus on well-being. A 'La FFRS en chiffres' section provides statistics on membership and activities. A green 'CLIC' button with a mouse cursor is positioned at the bottom right of the page.

SITE DE LA FÉDÉRATION

The screenshot shows the 'Le Sport La Santé des Seniors' page for the Comité Départemental de la Retraite Sportive d'Ille & Vilaine. The header includes the organization's name and navigation links like 'Accueil', 'Informations', 'Administration', 'Contact', and 'Facebook'. The main content area features a 'ACTUALITÉS' section with 'LE MOT DU PRÉSIDENT' and 'LE MAGAZINE' (showing magazine covers). There is also a section for 'LES 40 ANS DE LA FÉDÉRATION' with a video player. A 'LA FÉDÉRATION' section provides an overview of the FFRS. A statistics section shows '60 ACTIVÉS' and '5 ACTIVITÉS'. A green 'CLIC' button with a mouse cursor is positioned at the bottom right of the page.

SITE DU CODERS 35

The screenshot shows the online registration page for FFRS360. The background features a photo of people kayaking. The FFRS logo is prominently displayed. Below the logo, there is a section for 'Espace adhérents FFRS360' with a login form containing fields for a user icon, a name, and a password. A 'Se connecter' button is below the form. There are also links for 'Mot de passe oublié ?' and 'S'inscrire ?'. A green 'CLIC' button with a mouse cursor is positioned at the bottom right of the page.

INSCRIPTIONS EN LIGNE

The screenshot shows the Facebook page for CODERS 35. The header includes the page name and navigation tabs like 'Discussion', 'Événements', 'Contenu multimédia', 'Fichiers', and 'Personnes'. The main content area shows a post from 'CODERS 35' dated 10 October 2023, announcing that the 3rd issue of the CODERS 35 magazine is online. The post includes a photo of the magazine cover and engagement options like 'J'aime', 'Commenter', and 'Partager'. A green 'CLIC' button with a mouse cursor is positioned at the bottom right of the page.

PAGE FACEBOOK DU CODERS 35



**CODERS 35 Infos N°6 - AVRIL 2025**

**LES DANGERS D'INTERNET**

Comment s'en protéger

**LE TAI CHI**

Le Tai Chi Chuan c'est quoi ?

Le Tai Chi à Saint Aubin du Cormier

**VIE DES CLUBS**

Forme et Détente des Retraités de Rennes

Retraite Sportive du pays de Saint Aubin

Sports Seniors Sixtins

**CRÉER UNE ASSOCIATION**

Un guide complet

**PLONGEZ DANS LA NOUVELLE VAGUE**

Un quiz sur le cinéma Français des années 60

**LE PRINTEMPS DES SENIORS SPORTIFS**

Une nouvelle sur le printemps

**UN PROJET DE RECHERCHE COLLABORATIVE**

Des étudiants Belges chez les séniors Bretons

**LA FÉDÉ, ELLE ASSURE**

**DONNER DE SON TEMPS**

Devenir bénévole ou animateur

**L'ÉCHAUFFEMENT**

Un allié pour les activités physiques

N° 6 A **CLIC**



**CODERS 35 Infos N°5 - DÉCEMBRE 2024**

**NOUVEAU COMITÉ DIRECTEUR A LA F.F.R.S**

Courier du nouveau président

**GUIDE DE BON USAGE DE LA MESSAGERIE**

ÉLECTRONIQUE (dernière partie)

**LA LETTRE AU PÈRE NOËL**

**LA JOURNÉE ANIMATEURS DE TAI CHI**

Organisée par le club de Cancale

**VIEILLES EXPRESSIONS FRANÇAISES OUBLIÉES**

**LA JOURNÉE ANIMATEURS / DIRIGEANTS**

Organisée par le club de St Aubin du Cormier

**REMUE MÉNINGES**

Bienvenue dans le défi des esprits curieux

**LA JOURNÉE ANIMATEURS DE DANSES**

Organisée par le club de Bain de Bretagne

**VIE DES CLUBS**

Journée interactivités à Cancale

**UN NOUVEAU CLUB A SIXT SUR AFF**

**UN CONTE DE NOËL**

**IDÉES DE SORTIES**

La magie des illuminations de Noël

**RANDONNÉES EN ILLE ET VILAINE**

**UN PASSEPORT SANTE A IMPRIMER**

**CLIC**



## CODERS 35 Infos N°4 - AVRIL 2024

### LE VRAI OU FAUX - FFRS360

Le nouveau système informatique de la Fédération Française de la Retraite Retraite Sportive F.F.R.S 360 : Vrai ou Faux ?

### GUIDE DE BON USAGE DE LA MESSAGERIE ÉLECTRONIQUE (2ème partie)

Gérer vos mails,  
Format des documents

### LE PAQUEBOT

Une courte histoire qui vous invite à quitter ce monde-ci pour mieux y revenir...

### DE NOUVELLES FORMATIONS À LA F.F.R.S...

Le cursus de formation 2024

### AVANTAGES À ADHÉRER À LA FÉDÉRATION SPORT CÉRÉBRAL & DÉTENTE

### VIE DES CLUBS

Comment le club 3S Baie de Cancale a réussi à former des animateurs pour son activité Kayak

### UN ITINÉRAIRE DE RANDONNÉE

A la découverte de la forêt de La Corbière, dans le pays de Vitré

### EN BREF !

Le forum de seniors de Bretagne  
La journée animateurs de danses  
Le club de Saint Aubin



## CODERS 35 Infos N°3 - OCTOBRE 2023

### GUIDE DE BON USAGE DE LA MESSAGERIE ÉLECTRONIQUE (1ère partie)

Utilisation des adresses mail  
Gérer vos mails

### DÉCOUVERTE D'UN CLUB

Le club de Cancale

### INFOS

Vie des clubs  
Les rendez-vous du CODERS  
Bilan des inscriptions  
Le CODERS dans les médias

### LA JOURNÉE ANIMATEURS DE TAI-CHI

Le 6 avril 2023 à Saint Aubin du Cormier

### RENCONTRE ANIMATEURS / DIRIGEANTS

Le 12 mai 2023 à Cancale

### REMUE MÉNINGES

Énigmes et devinettes...

### LA JOURNÉE INTERCLUBS

Le 27 avril 2023 à Pipriac

**DÉCOUVERTE : LE PICKLE BALL**

LE CLUB DE PIPRIAC

LE BÉNÉVOLAT

LE M2 MARCHÉ NORDIQUE



Photo de couverture © FFRS - Jean Jacques KINET

**CLIC**

## CODERS 35 Infos N°2 - AVRIL 2023

### DÉCOUVERTE D'UN CLUB

Le club de Pipriac

### TÉMOIGNAGE

Section multi-activités-séniors à Bain de Bgne

### LE BÉNÉVOLAT

C'est quoi le bénévolat ?

Le bénévolat dans nos clubs

### NOUVELLES DE LA F.F.R.S.

L'assemblée générale extraordinaire

### DÉCOUVERTE D'ACTIVITÉS

Le pickle ball

### TÉMOIGNAGE

Le M2 marche nordique

### VIE DES CLUBS

Rennes Retraite en Forme

Cesson Retraite Active

### ÇA BOUGE AU CODERS !

Le forum des séniors 2023

Rencontre animateurs de Tai-chi

La journée interclubs

Rencontre animateurs / dirigeants

### SANTÉ & DÉTENTE

Santé : Le sport et les séniors

Détente : Blagues

### REMUE MÉNINGES

Devinettes et énigmes

## CODERS 35 Infos N°1 - JANVIER 2023

### LE CODERS ET LA TRANSITION NUMÉRIQUE

C'est quoi le "numérique" ?

Le CODERS et le numérique

Le coût pour le CODERS

### RÉTROSPECTIVE 2022

Le forum des séniors

La journée de rencontre interclubs

La journée de rencontre animateurs/dirigeants

### TÉMOIGNAGES

La formation à distance

### LES SUPPORTS DE COMMUNICATION

Le matériel

Le prêt (organisation, enlèvement et retour)

### LES RENDEZ-VOUS EN 2023

Le forum des séniors

La journée de rencontre interclubs

Les journées de rencontres animateurs

### NOUVELLES BRÈVES

Faire-part de naissance

Fin du certificat médical obligatoire

### REPORTAGE

L'assemblée générale de la F.F.R.S.

### LA VIE DES CLUBS

Le club de Saint Aubin du Cormier

### SPORT CÉRÉBRAL & DÉTENTE

Sciences, devinettes, blagues...

LA FORMATION À DISTANCE

LE CLUB DE SAINT AUBIN DU CORMIER

LE CODERS ET LA TRANSITION NUMÉRIQUE



Photo de couverture © FFRS - Jean Jacques KINET

**CLIC**

# LE SPORT LA SANTE DES SENIORS



ADHÉRER À UN CLUB  
DE LA F.F.R.S. C'EST  
RESTER ACTIF ET BIEN DANS SA TÊTE.

Rejoignez-nous sur facebook !



<https://www.sportseniors35.org>

communication.coders35@gmail.com