

MENSUEL DE L'ESPACE RETRAITÉS
JUIN 2024—N°299
EDITO

Avec l'arrivée de l'été, une éclaircie voit le jour, nous permettant de retrouver au fil des semaines une envie de sortir, profiter du beau temps.

Nous espérons que notre programme estival répondra à vos attentes, un bal, des sorties à la mer mais, aussi des sorties en bord de Loire. N'hésitez pas à vous inscrire au Bal ensoleillé du 20 juin, nous vous attendons en nombre !

Ce mois-ci, nous vous proposons deux nouvelles sorties, une sortie le 11 septembre à Mauges-sur-Loire afin de fabriquer son pain ainsi que découvrir le Parc de Cap Loire. Une autre sortie est prévue le 26 septembre au Puy du Fou, aux Epresses. Venez découvrir les vikings, les chevaliers ou encore les mousquetaires dans ce magnifique parc à thème.

À bientôt, le bureau.

Bulletin d'information
destiné aux adhérents
de l'OHRPA,
5-7 place de Preux 44800
SAINT-HERBLAIN,

Tél : 02.40.43.60.97
mail : contact@ohrpa.fr
Association loi 1901

Rejoignez-nous sur notre
page Facebook
Et sur notre site Internet :
ohrpa.fr

Horaires d'ouverture
de nos bureaux :
Du lundi au vendredi,
de 9h00 à 12h30
et de 14h à 17h30



ATTENTION CHANGEMENT DE DATE :

L'Assemblée générale de l'OHRPA aura lieu le **18 juin 2024**. Rendez-vous à 9h30 à la salle associative du Vigneau, boulevard



Nécrologie :

Nous avons l'immense tristesse de vous annoncer la disparition de Bernard Courties à l'âge de 92 ans. C'était un homme qui a beaucoup compté dans la vie associative à destination des retraités, puisqu'il était président de l'Espace Retraités de 1995 à 2004 et de 2011 à 2012. Nous remercions Bernard du fond du cœur pour son investissement, sa gentillesse, son humour ainsi que sa générosité durant toutes ces années auprès de l'office des retraités. MERCI BERNARD !!

BAL ENSOLEILLÉ : JEUDI 20 JUIN 2024— SALLE ASSOCIATIVE DU VIGNEAU (44)

L'Espace Retraités organise un bal d'été, venez passer un bon moment en chanson et en danse avec le groupe « Duo norev » Véronique et Didier chanteuse et chanteur spécialisé dans la chanson française des années 70 à nos jours. Durant cette après-midi, nous vous proposons un gouter convivial.

Tarif : 5€. Inscription à l'Espace retraités au 02 40 43 60 97.

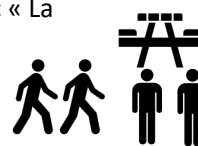


COMPLET

PLANETE SAUVAGE : MARDI 25 JUIN 2024— PORT-SAINT-PÈRE (44)

En matinée : Visite libre de la zone piétonne du parc. **Le midi :** Déjeuner au restaurant du parc « La pirogue » ou pique-nique. **En après-midi :** Visite guidée du safari en raid 4x4 **Au menu :** Terrine de la mer, Fondant de poulet avec poêlée de légumes et gratin de pomme de terre, gâteau au 3 chocolats, café, eau et vin inclus.

Tarif : 34 € sans restaurant / 61€ avec restaurant. Transport inclus. Inscriptions à l'Espace



RETRouvailles DE L'ÉTÉ : JEUDI 4 JUILLET 2024—PARC DE LA BOURGONNIERE (44)

Les Retrouvailles de l'Été : animations musicales et festives avec différents artistes dans les quartiers de Saint-Herblain. **Jeudi 4 juillet à 14h30 :** RDV à partir de 14h au **Parc de la Bourgonnière**. Animation musicale avec Bertrand Bugel Contribution libre sur place. Inscriptions à l'Espace retraités au 02 40 43 60 97.

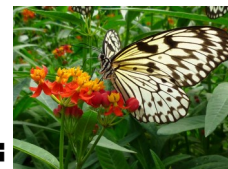


COMPLET

NOIRMOUTIER : MARDI 9 JUILLET 2024 (85)

En matinée : Visite libre de la serre aux papillons. **Le midi :** Déjeuner au restaurant "La Grand Voile" ou pique nique. **Au menu:** Terrine du Chef, Merlu au beurre blanc, purée de légumes et pommes de terre de Noirmoutier vapeur, Île flottante, Assiette de fromage, Vin, eau et café compris. **L'après-midi :** Petit train de Noirmoutier « Noirmout'rain » puis temps libre.

Tarif: 42 € avec restaurant/ 18€ sans restaurant. Transport inclus. Inscriptions à l'Espace retraités au 02 40 43 60 97.



RETRouvailles DE L'ÉTÉ : JEUDI 11 JUILLET 2024—JARDINS PARTAGÉES DU TILLAY (44)

Les Retrouvailles de l'Été : animations musicales et festives avec différents artistes dans les quartiers de Saint-Herblain. Venez nombreux !

Jeudi 11 juillet à 14h30 : RDV à partir de 14h aux **Jardins partagés du Tillay**, au bout de la rue du Tillay Animation musicale avec Corinne Herlin, chanteuse et accordéoniste. Contribution libre sur place. Inscriptions à l'Espace retraités au 02 40 43 60 97.

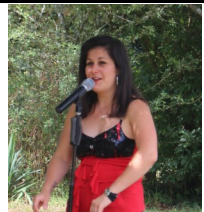


RETRouvailles DE L'ÉTÉ : JEUDI 18 JUILLET 2024— ESPACE ET VIE (44)

Les Retrouvailles de l'Été : animations musicales et festives avec différents artistes dans les quartiers de Saint-Herblain. Venez nombreux !

Jeudi 18 juillet à 14h30 : RDV à partir de 14h à l'arrière de la **résidence sénior « Espace et Vie »**, 3 allée Guyne-mer/ avenue de l'Angevinière. Animation musicale avec Marie ANIMA, chanteuse. Contribution libre sur place.

Inscriptions à l'Espace retraités au 02 40 43 60 97.



COMPLET

LES SABLES D'OLONNE : MARDI 23 JUILLET 2024 (85)

En matinée : Rencontre du Saunier et dégustation à 11h . **Le midi :** Déjeuner au Restaurant " fleur de sel" ou pique-nique à 12h15.

Au menu: Salade "La Fleur de Sel", Dos de Lieu noir sauce au beurre blanc , riz basmati et légumes de saison , duos de fromages, Mille-Feuille glacés vanille nappage chocolat. **Après-midi:** Balade en bateau à 14h30.

Tarif: 54€ avec restaurant/ 22€ sans restaurant. Transport inclus.

Inscriptions à l'Espace retraités au 02 40 43 60 97.



RETRouvailles DE L'ÉTÉ : MERCREDI 24 JUILLET 2024—PARC DE PREUX (44)

Les Retrouvailles de l'Été : animations musicales et festives avec différents artistes dans les quartiers de Saint-Herblain. Venez nombreux !

Mercredi 24 juillet à 14h30 : RDV à partir de 14h au **parc de Preux**. Animation musicale avec « Duonorev » Véronique et Didier. Contribution libre sur place. Inscriptions à l'Espace retraités au 02 40 43 60 97.



JOURNÉE ANGEVINE : MERCREDI 28 AOUT 2024 - CHALONNES SUR LOIRE (49)

En matinée : Visite des vignes en petit train suivi d'une dégustation de vin, balade guidée en sentier départ de la mine de charbon jusqu'à l'ancien site des Malécots. (maximum 2.5 km) **Le midi :** Déjeuner au Restaurant « l'auberge de la Loire ». **Au menu:** Terrine de saumon maison, Macédoine de légume, Mignon de porc en brioche façon Wellington, légumes, Nougat glacé, Eau, vins, café.

Après-midi. Balade en bateau ligériade II, 1h15 de traversée

Tarif: 54€ avec transport inclus. Inscriptions à l'Espace retraités au 02 40 43 60 97.



NOUVEAU

MAUGES-SUR-LOIRE : MERCREDI 11 SEPTEMBRE 2024 (49)

En matinée : 3 activités au Moulin de l'Épinay : Atelier fabrication du pain, sentier interprétation (livret extérieur avec explication du paysage) et casque de réalité virtuelle, ainsi qu'une visite guidée du moulin. **Le midi :** Déjeuner au Restaurant « le bout de St-Flo ». **Au menu:** 1 kir ou 1 cocktail sans alcool, Terrine de poisson, Parmentier de canard et salade, Crème brûlée, 1 verre de vin pour l'entrée et 1 verre de vin pour le plat, Café ou thé **Après-midi.** Visite Guidée de « Cap Loire ». Au sein du parc de découverte, on trouve : Un musée attractif et familial, Trois bateaux dans les jardins Un grand parc arboré.

Tarif: 50€ avec restaurant / 20€ sans restaurant. Transport inclus. Inscriptions à partir du 10 juin l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.

Attention départ matinal vers 7h30 de Saint-Herblain et retour vers 20h à Saint-Herblain.



NOUVEAU**PUY DU FOU : JEUDI 26 SEPTEMBRE - LES ÉPESSES (85)**

Toute la journée : Visite du parc du Puy du Fou. Nous vous proposons plusieurs possibilités : **Visite libre ou visite avec l'accompagnateur**. **Le midi** : déjeuner animé au restaurant « Le Relais de la Poste » ou Pique-nique. **Au menu** : Salade du Cocher (salade, tomates cerises, croûtons, œufs durs), Brigandin Vendéen (saucisse brigandine, pilon de poulet, lard, mogettes Label Rouge Vendée), Pommes caramélisées, brioche façon pain perdu, crème anglaise, Vin rouge (25cl/pers), café, eau. **Départ du parc à 18h00**.

Tarif: 57€ avec restaurant/ 31€ sans restaurant. Transport inclus.



Inscriptions à partir du 10 juin l'Espace retraités au 02 40 43 60 97.

Attention départ matinal vers 7h00 de Saint-Herblain et retour vers 20h à Saint-Herblain.

**LES CLUBS DE L'ESPACE RETRAITÉS****CLUB BELLE HUMEUR—VIGNEAU—PRÉSIDENTE MME HELLOU MARIE-MADELEINE : 06 76 27 78 74**

Jeux les mardis après-midis : cartes, scrabble, concours de belote, repas festifs, après-midi animations... Salle Associative du Vigneau, boulevard Salvador Allende.

CLUB DU TILLAY—PRÉSIDENT M. KERREVANT : 06 82 41 93 46

Jeux les jeudi après-midis (belote, scrabble, tarot, boules etc.), randonnées pédestres, concours de belote, de pétanque, sorties organisées par le club, manifestations festives... Quartier Tillay : 11 rue du Tillay.

Randonnées pédestres du Club Du Tillay :

Mardi 4 juin : Saint-Herblain, autour du Tillay, RDV à 14h au Carrefour. **Mercredi 12 juin**: Le temple de Bretagne, circuit de la Basse Aillée RDV à 14h à l'église. **Mardi 18 juin** : Brains, circuit des Marais, RDV à 14h à l'Eglise. **Mercredi 26 juin** : à redéfinir pique nique

CLUB SOURIRE D'AUTOMNE—MJC BOUVARDIERE—PRÉSIDENTE MME DREAN MARTINE : 06 14 82 67 20

Jeux les mardis après-midis (scrabble, duplicate, triominos, Rummikub...) Quartier Bouvardière, Beauséjour : MJC Bouvardière, rue Alain Gerbault

CLUB RENCONTRES ET LOISIRS—CSC BOURG ESPACE 126—PRÉSIDENT M. CAMUS JEAN : 02 40 38 32 13

Jeux les jeudi après-midi (cartes, scrabble, triominos, Rummikub..), plusieurs concours de belote par an, repas festifs, après-midi animations... Quartier Bourg : Espace 126 (Centre socioculturel du Bourg) 126 Bd François Mitterrand.

Mardi 18 juin : Concours de belote. **Jeudi 27 juin** : Assemblée Générale.

Tous les jeudis : Pétanque

CLUB MOULIN DU BOIS—PRÉSIDENT M. MONNIER GUY : 06 14 84 77 76

Jeux de cartes, belote, tarot.. les mardis après-midi et club de pétanque, concours tous les 15 jours, repas festifs... Quartier Est Bellevue : 11 rue de Dijon

Vendredi 14 juin : concours de pétanque.

Gaumont Pathé :

Nous disposons de tickets de cinéma Gaumont Pathé, utilisables à Atlantis, ainsi que dans le centre-ville de Nantes, au tarif de 10€, valables jusqu'au 31 mai 2025.

les cinémas
**GAUMONT
PATHÉ!**

Bowlcenter Atlantis :

Nous disposons de nouveau, de tickets de Bowling, pour le Bowlcenter situé à Atlantis, au tarif de 7€.

BOWL
NANTES - SAINT HERBLAIN

LES ATELIERS DE L'ESPACE RETRAITÉS

Atelier Relaxation :

lundi de 9h30 à 11h
Cycle de 10 séances
au Carré des Services, salle 2.2
(2ème étage)

Tarif : 22 € les 10 séances.
Atelier géré par une professionnelle.

Atelier Petites Marches

mercredi et jeudi
en alternance

Un mail est envoyé par la bénévole
en cas d'annulation (mauvais temps).

Tarif : 16 € par an
Atelier géré par une bénévole.

Marie-Anne LEGUAY, 06 11 55 61 55.

Atelier Gym Douce :

mercredi matin à 10h à la salle
associative du Vigneau. Boulevard
Salvador Allende

Tarif : 40 € le trimestre
Atelier géré par un bénévole, ancien
kinésithérapeute

Atelier Théâtre :

jeudi 14h15-16h15
Salle du Vigneau

Tarif : 84 € par an
Atelier géré par une professionnelle.

Atelier Bowling

lundi après-midi
au Bowlcenter d'Atlantis.
Tarif à la partie directement
sur place.
Atelier géré par une bénévole.

Atelier Informatique (niveau intermédiaire) :

jeudi de 9h30 à 11h30
à l'Espace retraités

Tarif : 55 € le trimestre
Atelier géré par un bénévole.

Atelier Automassage :

jeudi 10h à 11h, cycle de 10
séances
Au carré des services salle 2.2
(2ème étage)

Tarif : 22 € par trimestre
Atelier géré par une
professionnelle.

Atelier Chorale Les Voix d'Argent :

jeudi de 10h à 11h30
à La Maison des Arts

Tarif : 103 € par an
Atelier géré par une profession-
nelle.

Atelier Gym Adaptée :

1er cours : les Mardis de
14h30 à 15h30 au carré des
services, 15 rue d'Arras

2ème cours: les Mardis de
15h45 à 16h45 au carré des
services, 15 rue d'Arras

3ème cours: les Jeudis de
10h à 11h à la salle associa-
tive du Vigneau

Cycle de 10 séances
Tarif : 30 € les 10
séances.

Atelier géré par une
professionnelle.

Atelier La Plume en dé- lire :

(atelier écriture)

les jeudis de 14h30 à
16h30 à l'Espace retraités.

Tarif : 22 € les 10
séances.
Atelier géré par une bénévole.



Pour rappel :

L'absence non justifiée à une sortie n'est pas remboursée. Cependant, l'absence justifiée par un certificat médical vous permet d'obtenir un remboursement à hauteur de 50 % du montant de la sortie. (Décision du Conseil d'Administration Décembre 2015). Nous rappelons que le règlement est nécessaire pour valider votre inscription à une sortie. De plus, l'encaissement du règlement aura lieu environ 1 mois précédent la sortie.

Si vous annulez 1 mois avant la sortie, et que nous disposons d'une liste d'attente, alors vous pourrez être remboursé. Si vous le souhaitez vous pouvez régler nos sorties en plusieurs règlements encaissés sur plusieurs mois.