

## MENSUEL DE L'ESPACE RETRAITÉS FÉVRIER 2025—N°306

### EDITO

Ce début d'année s'annonce riche en événements tout d'abord avec le traditionnel concert caritatif le dimanche 2 février en l'église Saint Louis de Montfort. Les dons récoltés seront reversés à l'association « Au Clair de la Rue », chorale des sans-abris. La chorale Au Clair de la Rue est née du souhait d'accompagner dans la mort, en chansons, celles et ceux sans domicile qui décèdent dans la rue. Celle-ci fidèle aux principes humanistes, demeure un espace de rencontres et d'échanges et permet de rompre le cycle infernal de l'isolement et de la solitude, lot commun de la précarité et de renouer avec les sociabilités qui rendent la vie quotidienne si plaisante et agréable. Aujourd'hui, plus que jamais, l'Espace Retraités réaffirme des valeurs de solidarité et d'égalité dans un contexte social et politique incertain et délétère. C'est pourquoi nous poursuivons en mars avec un focus sur les femmes seniors de l'OHRPA à l'occasion de la journée internationale pour les droits des femmes. Les statistiques montrent que ces dernières sont plus nombreuses que les hommes dans le grand âge. Et pourtant, elles sont souvent invisibilisées, que ce soit dans les médias, à l'écran, en politique ou dans la vie sociale. S'ajoutent les problèmes liés à l'âge, c'est la « double peine », les effets du sexisme se cumulent avec ceux de l'âgisme. Alors rendez-vous en mars avec la Cie la Lune Rousse, le spectacle de Norman Barreau Gély « femmes des années folles » et/ou l'atelier du CIDFF avec une page d'histoire sur l'évolution des droits des femmes.

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](mailto:contact@ohrpa.fr)  
Association loi 1901

Rejoignez-nous sur notre  
page Facebook  
Et sur notre site Internet :  
[ohrpa.fr](http://ohrpa.fr)

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

Tarif de la cotisation annuelle :  
**20 € par personne**

### STUDIO PHOTOS lundi 24 février/mercredi 26 février / lundi 3 mars/vendredi 7 mars à 14h

Dans le cadre du projet femmes en mars, nous mettons à disposition un studio photo, le temps de mettre en lumière des portraits en noir et blanc de nos adhérentes volontaires. Joël Tobie, bénévole de l'espace multimédia sera présent afin de tirer le meilleur de vous-même. Alors venez vous prêter au jeu et prendre la pose !

**Gratuit-Sur inscriptions** à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



### SORTIE EXPOSITION MUSÉE DES ARTS DE NANTES - JEUDI 6 FÉVRIER 2025

**Paquebots 1913-1942/Une esthétique transatlantique** : Seul trait d'union entre la Vieille Europe et l'Amérique au début du 20<sup>e</sup> siècle, le paquebot impressionne les artistes par son immensité et sa machinerie de pointe dédiée à la vitesse. Comme sur une scène de théâtre au milieu de l'océan, nationalités et milieux sociaux s'y croisent, le temps d'une traversée. L'exposition explore le rôle de ces géants des mers dans l'évolution de l'art moderne à l'échelle internationale. **Tarif : 5€ herblinois/6,50€ non-herblinois .Transports en commun (prévoir un ticket ) Départ 14h** .Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



**Nouveauté**

### ATELIERS INTERGÉNÉRATIONNELS – MARDI 11 ET 18 FÉVRIER

14h—Atelier intergénérationnel dans le cadre du festival des jeux de la ville les mardis 11 et 18 février en après-midi . Venez partager un moment ludique et créatif avec vos petits ou arrière petits enfants, ou simplement participer comme bénévole.

**Tarif : gratuit** .Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



**Nouveauté**

### SPECTACLE ONYX : « LE CRI DE LA PLANTE VERTE » - JEUDI 20 FEVRIER 2025

**15h**: Ce n'est pas parce que l'on parle de plante verte, que l'on parle de biodiversité. Ce n'est pas parce que l'on parle de choses tristes, qu'il faut montrer des choses moches. Théâtrale illuminée aux emportements enfantins et aux élans déjantés, la conteuse malhabile et extravagante veut raconter coûte que coûte l'histoire de ce petit garçon qui parvient à s'aventurer hors de chez lui, avec une folie généreuse et sans complexe. Dans cette épopée maladroite où tout objet se transforme en arbres et en forêts, elle sait qu'incarner un personnage, c'est comme enfiler une moufle: l'important c'est de ne pas se tromper de sens. **Tarif : 5€ Tarif unique** Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



### BAL AVEC « DAME DE CARO » - JEUDI 27 FEVRIER 2025

L'Espace Retraités organise un bal, venez passer un bon moment en chansons et en danse avec « Dame de Caro » et ses tubes des années 80 à nos jours. Durant cet après-midi, nous vous proposons un goûter convivial. Accueil 14h, début du bal à 14h30 à la salle associative du Vigneau, Boulevard Salvador Allende.

**Tarif : 5€ pour les Herblinois. 6.5€ pour les non Herblinois.** Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



**SAMEDI NANTAIS : « UN GRAND CRI D'AMOUR » - SAMEDI 1ER MARS 2025**

Après s'être aimés passionnément : aujourd'hui ils se haïssent ! Unis à la vie comme à la scène, Gigi et Hugo formaient le couple d'artistes le plus en vue du Théâtre. Depuis leur séparation Gigi a sombré dans la dépression (et dans l'alcool) tandis que son mari tente de relancer sa carrière d'acteur avec une nouvelle pièce de théâtre. La première représentation va bientôt avoir lieu, mais sa partenaire lui fausse compagnie ... Sylvestre (l'agent) et Léon (le metteur en scène) décident de faire appel à ... Gigi pour remplacer la comédienne au pied levé!

**Tarif : 35€.** Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97. *Ramassage en car en fonction des inscriptions.*


**Nouveauté**
**SPECTACLE « 1001 VIES DE FEMMES- » - MERCREDI 5 MARS 2025—CARRE DES SERVICES**

Les deux artistes Nina Helleboid et Anne Gaël Gauducheau de la Cie « La Lune Rousse », amoureuses d'histoires, dresseront des portraits sensibles en mots, en silence et en musiques de 6 femmes qui se seront prêtées au jeu de la discussion, la Chorale et l'atelier d'écriture apporteront aussi leur touche d'émotions. **Tarif : Gratuit sur Inscription** à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.


**DÉJEUNER SPECTACLE DANSANT - JEUDI 13 MARS 2025-SAINT-ETIENNE DE MONTLUC (44)**

Citrus évènements présente « Si on chantait? » De 12h à 15h45 : L'accordéoniste Damien Ducellier et un chanteur animent ce repas, une piste de danse est prévue. **A partir de 15h45** : Quatre artistes en scène pour un spectacle plein de bonne humeur, de rires et de chansons!! **Au menu** : Kir, dos de lieu, crémeux de panais coulis de crustacés, sorbet pomme et Manzana, ballotine de volaille forestière et sa sauce au foie gras, flan de légumes, gratin de pomme de terre, duo de fromages et salade, framboisier crémé sauce anglaise, café et vins . **Tarif : 58€ pour les Herblinois. 75€ pour les non Herblinois. Transport offert. Inscriptions** à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.

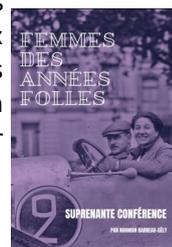

**Nouveauté**
**ATELIER DROITS DES FEMMES - MERCREDI 19 MARS 2025 - ESPACE RETRAITES**

**14h30**: Le CIDFF (Centre d'Informations aux Droits des Femmes et des Familles) de Nantes propose un atelier d'information et d'échange sur les droits des femmes à partir de la réalisation d'une frise historique, afin de comprendre comment les femmes ont acquis peu à peu des droits fondamentaux, mesurer le chemin parcouru et celui qui reste à parcourir pour atteindre une réelle égalité.

**Tarif : Gratuit sur Inscriptions** à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.


**Nouveauté**
**SPECTACLE « FEMMES DES ANNÉES FOLLES » - MARDI 25 MARS 2025—CARRE DES SERVICES**

Avec Femmes des années folles, Norman Barreau-Gély propose une heure savante, joyeuse et interactive dans laquelle on aborde un sujet d'hier avec notre point de vue d'aujourd'hui. Cette époque est celle de l'entre deux guerres, particulièrement la décennie 1920. Alors qu'elles ont remplacé les hommes à la ville et aux champs lors de la première guerre mondiale, les femmes se battent espérant obtenir le droit de vote, militent pour enfin devenir visibles et s'affranchissent des conventions que leur sexe est supposé leur imposer. Elles se battent pour s'imposer et investissent les écrans des cinémas, les scènes des music halls, les courts de tennis, l'espace aérien, les réunions syndicales, les journaux... Un siècle plus tard, ces femmes continuent de nous éclairer de leur courage et de leur audace. **Tarif : 5€ sur Inscriptions** à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.


**SAMEDI NANTAIS : « LE CAKE AUX OLIVES » - SAMEDI 29 MARS 2025**

Bernard a mis la cinquième de Beethoven sur son tourne disque et un revolver sur sa tempe. Il veut mettre fin à ses jours. Philippe, un voisin, lui sauve la vie en sonnant à sa porte. C'est là que les ennuis commencent ...Le cake aux olives n'est pas seulement « un délicieux gâteau salé cuit au four », c'est aussi la drôle de rencontre de deux hommes en bout de piste qui, en se frottant l'un à l'autre, comme deux silex, vont faire des étincelles...

**Tarif : 35€.** Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97. *Ramassage en car en fonction des inscriptions.*


**Nouveauté**
**ANGERS VILLE D'ART ET HISTOIRE-MARDI 29 AVRIL 2025**

**De 10h à 12h** : Visite du château par un guide conférencier. **De 12h à 14h**: Déjeuner au restaurant du château « Le Clos du Roi ». **De 14h30 à 16h**: Visite guidée du quartier de La Doutre à travers ses ruelles pavées, dont l'ambiance en fait un village au cœur de la ville avec ses maisons à pans de bois. Vous pourrez admirer sur votre passage : Le petit port de la Savatte, la place du Tertre Saint-Laurent, la place de la Paix **Tarif : 58€ pour les herblinois (29€ sans le restaurant) / 75€ pour les non-herblinois (37.5€ sans le restaurant).** Inscriptions à **partir du 4 février pour les herblinois et du 17 février pour les non herblinois** à l'Espace retraités au 02 40 43 60 97.





## PLANNING DES PETITES MARCHES DE L'ESPACE RETRAITÉS, 4 À 5 KILOMETRES

Un mail est envoyé par la bénévole responsable en cas d'annulation (mauvais temps).  
Responsable Anne-Marie LEGUAY au 06 11 55 61 55.

## 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 jeudis 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 février** : Saint Julien de Concelles, RDV 14h salle de la Quintaine. **Mercredi 12 février**: Savenay, circuit du Belvédère, RDV 14h parking du Lac. **Mardi 18 février** : Mauves/Loire, circuit des Coteaux , RDV 14 à la gare.

**Mercredi 26 février**: La Haie-Fouassière, RDV 14h église.

**Samedi 8 février**: Déjeuner dansant et galette des rois.

**Vendredi 25 avril**: Sortie découverte à Dinan, visite commentée de Dinan en petit train, déjeuner dans un restaurant du centre historique de Dinan, croisière commentée sur la Rance.70€/personne, inscriptions jusqu'au 20 mars.

### 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.

**Tous les jeudis** : Pétanque.

**Jeudi 6 février**: Loto

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

Tout les jours de 14h à 18h (Du lundi au vendredi) club de pétanque et les concours tous les 15 jours le vendredi, repas festifs... Quartier Est Bellevue : 11 rue de Dijon

**Vendredis 7 et 21 février** : 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 **10.90€**, valables jusqu'au 30 novembre 2025.



#### Bowlcenter Atlantis :

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



# LES ATELIERS DE L'ESPACE RETRAITÉS (ANNUELS)

## Atelier Bowling

lundi après-midi  
au Bowlcenter d'Atlantis.  
Tarif à la partie directement  
sur place.

Atelier géré par une bénévole.

## Atelier Petites Marches

mercredi et jeudi  
en alternance

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

Atelier géré par une bénévole.

Tarif : 16€ Herblinois.  
21€ non Herblinois.

## Atelier Café papotage

Mercredi de 14h30 à 16h30 à  
l'Espace Retraités.

Tarif : GRATUIT

## Atelier Automassage :

jeudi 10h à 11h

Au carré des services salle 2.2  
(2ème étage)

Atelier géré par une professionnelle.

Tarif : 66€ Herblinois.  
86€ non Herblinois.

## Atelier Chorale Les Voix d'Argent :

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

Atelier géré par une professionnelle.

Tarif : 103€ Herblinois.  
134€ non Herblinois.

## Atelier Sophrologie : changement de jour

Mardi de 9h15 à 10h15

À l'Espace Retraités

Atelier géré par une professionnelle.

Tarif : 66€ Herblinois.  
86€ non Herblinois.

## Atelier Gym Douce :

mercredi à 10h à la salle associa-  
tive du Vigneau. Boulevard Salva-  
dor Allende

Atelier géré par un bénévole, ancien  
kinésithérapeute

Tarif : 120€ Herblinois.  
156€ non Herblinois.

## Atelier Informatique (niveau intermédiaire) :

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

Atelier géré par un bénévole.

Atelier trimestriel

Tarif : 55€ Herblinois.  
71.50€ non Herblinois

## Atelier Kinésiologie

Vendredi de 14h à 15h

Début le 10 janvier.

À l'Espace Retraités.

Atelier géré par une professionnelle.

Tarif : 44€ Herblinois.  
57€ non Herblinois.

## Atelier Relaxation :

lundi de 9h30 à 11h

au Carré des Services, salle 2.2  
(2ème étage)

Atelier géré par une profession-  
nelle.

Tarif : 66€ Herblinois.  
86€ non Herblinois.

## Atelier Gym Adaptée :

les Mardis de 14h30 à 15h30  
et de 15h45 à 16h45 au Carré  
des services, 15 rue d'Arras.

les Jeudis de 9h à 10h et  
de 10h à 11h à la salle  
associative du Vigneau.

Atelier géré par une  
professionnelle.

Tarif : 90€ Herblinois. 120€  
non Herblinois.

## Atelier La Plume en délire :

(atelier écriture)

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

Atelier géré par une bénévole.

Tarif : 66€ Herblinois.  
86€ non Herblinois.



OHRPA

Espace Retraités

**Les tarifs des ateliers sont adaptables selon votre date de début (prix ajusté au trimestre)**

### **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.**