

MENSUEL DE L'ESPACE RETRAITÉS
MAI 2024—N°298
EDITO

Les beaux jours arrivent, les arbres fleurissent, le soleil réchauffe l'atmosphère, on sent l'arrivée d'un doux printemps. Ce mois-ci nous découvrirons la beauté du Parc Oriental de Maulévrier et le mois prochain la grandeur du parc « Planète Sauvage ». Vous pourrez déguster des langoustines à Muzillac ou encore profiter d'une après midi dansante lors de notre Bal ensoleillé du 20 juin. Ces activités seront entrecoupées par notre réunion d'Assemblée Générale Annuelle le 3 juin.

La période estivale se précise. En plus de nos deux sorties prévues à Noirmoutier ainsi qu'au Sables d'Olonne, nous vous proposons 4 moments conviviaux en extérieur dans les quartiers. Le temps d'un après midi récréatif, venez profiter de la verdure de notre Ville en écoutant des musiques d'aujourd'hui et d'autrefois. Nous vous proposons aussi une nouvelle sortie Angévine prévue pour la fin du mois d'Août.

Dans ce mensuel vous trouverez un questionnaire réalisé par Amandine, ce dernier est anonyme. Les réponses lui serviront pour son mémoire de fin d'année. Nous vous remercions par avance du temps que vous prendrez pour y répondre.

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

Nécrologie :



Nous avons la tristesse de vous annoncer le décès de Josette CHASSE. Elle faisait partie du club Belle Humeur et de l'OHRPA depuis de nombreuses années. Nous adressons à sa famille et à ses proches toute notre solidarité en souvenir de sa participation aux activités du club et de l'OHRPA.

Information : L'association culturelle et sociale des Retraités CFDT organise avec l'aide de l'ANCV, un voyage sénior à Ardes-sur-Couze (Puy de Dôme) qui se déroulera du 2 au 9 juin 2024. Il reste des places, n'hésitez pas à vous inscrire en contactant Josiane ATTAR au 06 19 65 58 74.

COMPLET

FÊTE DE LA LANGOUSTINE : MERCREDI 12 JUN 2024—MUZILLAC (56)

12h00 : Arrivée à la Porte du Golfe à Muzillac pour le Déjeuner spectacle **La Fête de La Langoustine**, sur le thème « les 80 ans de la libération ». Le « mister swing orchestra » vous ferons passer un moment hors du temps. **Au**

Menu : Apéritif, Assiette de fruits de Mer et Langoustines de nos côtes, Pavet de merlu breton au véritable beurre blanc d'Emilia, Duo de Fromages sur salade, Omelette norvégienne flambée au Grand Marnier. Vins, eau, et café

Tarif : 66€ Transport inclus. Paiement en plusieurs fois possibles. Inscription à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



BAL ENSOLEILLÉ : JEUDI 20 JUN 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 JUN 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 retraités au 02 40 43 60 97.



ERRATUM

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 et Martine OLLIVIER 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'train » 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 4 juillet à 14h30 : RDV à partir de 14h aux Jardins partagées 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.

**NOUVEAU****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 4 juillet à 14h30 : RDV à partir de 14h à l'arrière de la résidence sénior « Espace et Vie », 3 allée Guynemer/ avenue de l'Angevinière. Animation musicale avec Marie ANIMA, chanteuse. Contribution libre sur place.

Inscriptions à partir du 13 mai 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.

**NOUVEAU****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 !

Jeudi 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 partir du 13 mai** à l'Espace retraités au 02 40 43 60 97.

**NOUVEAU****JOURNÉE ANGEVINE : MERCREDI 28 AOUT 2024 (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 » 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 Ligériade II 1h15 de traversé.

Tarif: 54€ avec transport inclus.

Inscriptions à partir du 13 mai 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.

Mardi 21 Mai : Repas Dansant.

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 7 Mai : Bouée, circuit des Belles Demeures, RDV à 14h à la Mairie. **Mercredi 15 Mai**: Saint Philbert de Grand Lieu, circuit des vignes, RDV à 14h au Parc de Boulogne. **Mardi 21 Mai** : Notre Dame des Landes, circuit de l'Épine, RDV à 14h à l'Église. **Mercredi 29 Mai** : Bouaye, circuit des vignes, RDV à 14h à la Maison de la réserve naturelle.

Information Sortie aux Florales:

Le Club du Tillay organise une sortie le 23 Mai pour visiter les Florales en promenade libre dans le parc, avec le midi déjeuner au restaurant du Parc. Tarif : 60€ transport compris (chèque à faire à l'ordre du Club des Retraités du Tillay).

N'hésitez pas à vous inscrire en appelant le Président.

Inscriptions à la salle Camille Desmoulins les jeudis après-midi à partir de 14h00.

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.

Jeudi 16 Mai : Concours de pétanque avec la SAEL. **Jeudi 25 avril** : Loto.

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 3 Mai : concours de pétanque. **Vendredi 17 Mai** : concours de pétanque.

Vendredi 31 Mai : concours de pétanque, repas de fin d'année avec Jet du bouchon dès 9h.

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 30 Novembre 2024.



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

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

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 associative du Vigneau

Cycle de 10 séances

Tarif : 30 € les 10 séances.

Atelier géré par une professionnelle.

Atelier La Plume en délire
(atelier écriture)
les jeudis de 14h30 à 16h30 à l'Espace retraités.

Tarif : 22 € les 10 séances.

Atelier Peinture
vendredi à 14h30 au CSC Grand B.
Tarif : 55 € par an

L'atelier est **en suspend** en attente d'inscriptions suffisantes

Atelier Facebook
mardi à 9h30
à l'Espace retraités
Tarif : 23 € les 4 séances
L'atelier est **en suspend** en attente d'inscriptions suffisantes
Atelier géré par une bénévole.

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 Petites Marches
mercredi et jeudi en alternance
Programme diffusé dans le Mensuel.
Tarif : 16 € par an
Atelier géré par une bénévole.

Atelier Informatique (niveau intermédiaire):
jeudi de 9h30 à 11h30 à l'Espace retraités

Tarif : 55 € le trimestre

Atelier Chorale Les Voix d'Argent :
jeudi de 10h à 11h30 à La Maison des Arts
Tarif : 103 € par an
Atelier géré par une professionnelle.

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 Théâtre :
jeudi 14h15-16h15
Salle du Vigneau
Tarif : 84 € par an
Atelier géré par une professionnelle.

Atelier Photo
Mardi de 14h30 à 16h30 à l'Espace Retraités
Tarif : 69 € par an
L'atelier est **en suspend** en attente d'inscriptions suffisantes
Atelier géré par un bénévole.

Atelier Café papotage
ANNULÉ SUITE AU MANQUE DE PARTICIPANTS



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.