

**MENSUEL DE L'ESPACE RETRAITÉS
JUILLET – AOÛT 2025—N°311**

EDITO

L'été est arrivé et avec lui l'envie de profiter, de découvrir et de s'amuser ! Que vous soyez déjà partis en vacances, en train de préparer vos valises ou bien à la recherche de fraîcheur et de repos, nous espérons que cette période estivale vous apporte ce dont vous avez besoin. Pour ceux qui restent, nous vous proposons durant le mois de juillet 4 après-midis musicaux gratuits, nos retrouvailles de l'été qui se dérouleront le 2 Juillet au parc de Preux, le 10 au Tillay, le 17 à la résidence Espace et vie et le 22 juillet au parc de la Bourgonnière.

La rentrée se prépare à grand pas. A noter dans vos agendas, entre le 22 et le 26 septembre se déroulera une semaine d'essai pour les ateliers. Pour information, à la rentrée, les tarifs changent pour passer au taux à l'effort.

En attendant la rentrée, venez passer cet été avec nous, en sorties, au bord d'une terrasse, dans un musée ou lors d'animations musicales. Nous vous souhaitons un bel été.

Le Bureau,

Information Ville de Saint-Herblain : les Après-midi Champêtres organisés par la Ville de Saint-Herblain, avec animations musicales et goûters, auront lieu dans les différents quartiers de la Ville, les mardi 16 et mercredi 17 septembre 2025. Les inscriptions débutent à partir du 1er Juillet au 02 28 25 27 75.

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

Tarif de la cotisation annuelle :
20 € par personne

FERMETURE DES BUREAUX DU 24 JUILLET (en raison de la sortie à Pornic) AU 17 AOÛT INCLUS

Pendant la période estivale nous vous proposons une terrasse d'été tous les jours devant nos bureaux au 5 Place de Preux . Vous y trouverez thé, café, jus de fruits, journaux, magazines et livres et surtout convivialité et bonne humeur. Rejoignez-nous dès le 1 juillet!

MERCREDI 2 JUILLET : RETROUVAILLES DE L'ÉTÉ - PARC DE PREUX

14h30 : Les Retrouvailles de l'Été : animations musicales et festives avec différents artistes dans les quartiers de Saint-Herblain. RDV à partir de 14h au **Parc de Preux**, rue Jean Jaurès. Animation musicale avec **Antoine BAUSSON**. Contribution libre sur place. Goûter offert. Ouvert à tous.



LUNDI 7 JUILLET ET LUNDI 18 AOÛT—LA CABANE —PARC DE PREUX

14h30 : "La Cabane", joli nom donné au camion aménagé qui fait office de centre socioculturel du Soleil Levant , sera présente le 7 juillet et le 18 août au parc de Preux avec l'Espace Retraités. Au programme: cassettes, café, thé, lecture, jeux en bois, goûter et bonne humeur. **Gratuit**, Ouvert à tous.



LISTE D'ATTENTE

MARDI 8 JUILLET : SAINT GILLES CROIX DE VIE

9h30 : Parcours commenté en petit train, découvrez la ville de Saint-Gilles-Croix-de-Vie, animée par son port de pêche, puis longez sur plus de 3 km la Corniche Vendéenne bordée par ses villas "Belle époque" jusqu'au village de "Sion". **10h30 :** Visite libre de l'atelier de la Sardine suivie d'une dégustation de sardines. **Le midi :** restaurant les Voyageurs avec au menu: Tartare de poissons, Rôti de filet de dinde à l'estragon, Tarte fine feuilletée aux poires caramélisées, vin et café. **14h :** Découverte commentée d'un marais salant et dégustation de produits locaux. **16h :** dégustation de bière au cœur de la « Brasserie de la Vie ». **Tarif: 60€ pour les herblinois (29€ sans restaurant) / 78€ pour les non herblinois (38€ sans restaurant).** Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



JEUDI 10 JUILLET : RETROUVAILLES DE L'ÉTÉ - JARDIN PARTAGÉ DU TILLAY

14h30 : Les Retrouvailles de l'Été : animations musicales et festives avec différents artistes dans les quartiers de Saint-Herblain. RDV à partir de 14h au **Jardin partagé du Tillay**, rue du Tillay. Animation musicale avec le duo « **Au coin de la Rue** ». Contribution libre sur place. Ouvert à tous.



MERCREDI 16 JUILLET : LA ROCHE SUR YON

En matinée: Visite guidée du Chaos de Piquet, découverte d'une allée verdoyante et sauvage où il fleurit bon l'esprit des guinguettes et des légendes. **Le midi:** Déjeuner au restaurant « La P'tite Folie ». **En après-midi,** visite guidée du Haras de Vendée. Découvrez le seul conservatoire de chevaux au monde et le savoir-faire unique des selliers et maréchaux-ferrants des Haras nationaux. **17h:** Spectacle équestre. **Tarif: 47€ pour les herblinois (15€ sans restaurant) / 61€ pour les non herblinois (20€ sans restaurant).** Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



JEUDI 17 JUILLET : RETROUVAILLES DE L'ÉTÉ - RÉSIDENCE ESPACE ET VIE

14h30 : Les Retrouvailles de l'Été : animations musicales et festives avec différents artistes dans les quartiers de Saint-Herblain. RDV à partir de 14h à la résidence Espace et Vie, 16 rue du Danube. Animation musicale avec **Bertrand BUGEL**. Contribution libre sur place. Ouvert à tous.

**MARDI 22 JUILLET : RETROUVAILLES DE L'ÉTÉ - PARC DE LA BOURGONNIERE**

14h30 : Les Retrouvailles de l'Été : animations musicales et festives avec différents artistes dans les quartiers de Saint-Herblain. RDV à partir de 14h au **Parc de la Bourgonnière**. Animation musicale avec **Noëlla**. Contribution libre sur place. Ouvert à tous.

**LISTE D'ATTENTE****JEUDI 24 JUILLET : PORNIC**

10h : Circuit découverte en petit train touristique . **12h** : Déjeuner au restaurant « Le Château » avec au menu : Salade de Chèvre chaud, moules marinières et frites, Crumble aux pommes, café et vin (1 bouteille pour 4 personnes) . **15h** : Promenade commentée en mer le long de la côte de Jade et la Baie de Bourgneuf en Ré. **16h** : Temps libre. **Tarif : 48€ pour les herblinois (24€ sans restaurant) / 62€ pour les non herblinois (31€ sans restaurant)**. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.

**LUNDI 18 AOÛT – EXPOSITION HOKUSAI – NANTES**

10h30 : Exposition en médiation au musée du château de Nantes . Découvrez plus de 150 œuvres, dont une quarantaine de peintures. La majeure partie des œuvres ne sont encore jamais sorties du Japon. L'exposition construite avec le musée Hokusai-kan d'Obuse au Japon cherchera à mettre en exergue plusieurs thèmes chers à cet immense artiste qu'est Hokusai, comme la relation à la nature, au végétal et à l'eau . **Tarif unique 5€**. Prévoir un titre de transport. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.

**Nouveauté****JEUDI 21 AOÛT – APRÈS MIDI À TRENTEMOUT**

Départ à 14h : Traversée de la Loire en Navibus, suivie d'une balade dans l'ancien port de pêche ainsi que la découverte des ruelles originales et colorées et de ses fresques murales. Dégustation d'un verre au bord de Loire .

Gratuit Prévoir un titre de transport. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.

**MERCREDI 27 AOÛT : CARENTOIR**

9h : Le parc animalier de « La Ferme du Monde » à Carentoir dans le Morbihan en Bretagne, rassemble 400 animaux d'élevage des 5 continents, vivant en semi liberté dans un parc boisé de 25 hectares. **12h30**: Les « Ripailles des Templiers », venez partager une ambiance d'autrefois autour d'un cochon grillé à la broche et de son cérémonial. Convivialité garantie autour d'une animation musicale de qualité. **15h30** : balade en petit train. **Tarif : 39€ pour les herblinois / 51€ pour les non herblinois** Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.

**Nouveauté****MARDI 23 SEPTEMBRE : MUSÉE DE L'IMPRIMERIE À NANTES**

14h30 : Visite en médiation du Musée de l'imprimerie à Nantes. À l'heure du multimédia, découvrez le conservatoire des matériels, des gestes et des métiers du Livre, l'un des lieux de visite incontournables de Nantes.

Tarif unique 5€. Prévoir un titre de transport. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.

**Nouveauté****JEUDI 25 SEPTEMBRE – BAL DE RENTRÉE ET INITIATION DANSE**

L'Espace Retraités organise un bal de rentrée pour se retrouver après la période estivale et les vacances. Venez passer un bon moment en chansons et en danses avec **Jean-Pierre BAUER**. Durant cet après-midi festif, nous vous proposons un goûter convivial. **Tarif : 5€ pour les Herblinois et 6.5€ pour les non-herblinois**. Inscriptions à l'Espace Retraités au 02 40 43 60 97.



Nouveauté**CYCLE DE 6 SÉANCES — BIENVENUE À LA RETRAITE - DEBUT LE LUNDI 29 SEPTEMBRE**

« Bienvenue à la retraite » : Ce parcours de prévention pour jeunes et futurs retraités est animé par des coachs en développement personnel, psychologues et sophrologues qui vous donneront les clés pour vivre une retraite active et sereine. 1ère séance le lundi 29 Septembre de 15h à 17h à L'Espace Retraités pour apprendre à se connaître et à se découvrir. Gratuit sans condition d'adhésion mais sur inscription.

Nouveauté**MARDI 30 SEPTEMBRE : VISITE « ÉNERGIE »**

10h: La centrale de Cordemais vous ouvre ses portes. Circuit commentée en car à la découverte des installations industrielles.

12h: Déjeuner au restaurant à Vigneux de Bretagne. Au menu : Rillettes de poissons aux herbes fraîches et citron vert, Mignon de porc rôti au miel, pommes de terre grenailles, Tarte fine aux pommes et caramel beurre salé, vin, eau et café inclus.

15h: mini croisière commentée sur la Loire de Nantes à Couëron. Au fil de l'eau découvrez des espaces naturels. Une parenthèse surprenante entre art contemporain, architecture industrielle, faune et flore...

Tarif : 56€ pour les herblinois / 73€ pour les non herblinois. Inscriptions à partir du **7 juillet pour les herblinois et du 21 juillet pour les non herblinois** à l'Espace Retraités au 02 40 43 60

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

Un mail est envoyé par la bénévole responsable en cas d'annulation. 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 GILLES ABADO : 06 75 60 69 05

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.

Sorties pédestres du Club Du Tillay : **Mercredi 2 juillet :** Nantes-Grand Blottereau, RDV 8h45 au Vigneau, départ à la Marie de Doulon. **Mercredi 9 juillet :** Saint-Herblain-Nantes, Chézine, Parc de Procé, RDV 8h45 à l'école Condorcet (lieu de départ). **Mercredi 16 juillet :** Saint-Herblain, circuit la Gournerie, RDV 8h45 à l'école Condorcet (lieu de départ). **Mercredi 23 juillet :** La Montagne, La Chaussée Robert, RDV 8h45 à la Maison des Arts, départ au Bac d'Indre. **Mercredi 30 juillet :** Saint-Herblain, Bois Jo, RDV 8h45 à la Maison des Arts, départ à la Carrière. **Mercredi 6 août :** Saint-Herblain, circuit les Passerelles, RDV 8h45 à la Maison des Arts, départ à la Carrière. **Mercredi 13 août :** Orvault—Nantes, vallée du Cens vers l'Erdre, RDV 8h45 à l'arrêt Tillay, départ au parc de la Gournerie. **Mercredi 20 août :** Saint-Herblain, circuit des Villages, RDV 8h45 à la Maison des Arts, départ station Rochu (bus 91). **Mercredi 27 août :** Nantes, Beaujoire - Erdre rive gauche, RDV 8h30 à la Médiathèque, départ station Beaujoire.

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-midis animations... Quartier Bourg : Espace 126 (Centre socioculturel du Bourg) 126 Bd François Mitterrand. **Tous les jeudis :** Pétanque.

Jeudi 17 juillet : Assemblée Générale et **Jeudi 24 juillet :** Anniversaires

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

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)

Les tarifs seront modifiés à la rentrée prochaine suite à la mise en place du taux à l'effort.

Semaine d'essais du 22 au 26 septembre 2025

Nouveauté

Atelier Yoga

Mardi de 14h30 à 15h30

à l'Espace Retraités

Atelier géré par une professionnelle.

De septembre à Décembre

Nouveauté

Atelier Théâtre Amateur

3 séances d'essais les : mardis
16, 23 et 30 septembre de 15h30
à 17h à l'Espace Retraités

Nouveauté

Atelier Créatif

(Bricolage, recyclage, couture ...)

lundi de 14h30 à 16h

à l'Espace retraités

Atelier Petites Marches

mercredi et jeudi en alternance

Un mail est envoyé par la bénévole en cas d'annulation
Atelier géré par une bénévole.

Atelier Bowling

lundi après-midi

au Bowlcenter d'Atlantis. Tarif à la partie directement sur place.

Atelier géré par une bénévole.

Atelier Relaxation :

lundi de 9h30 à 11h

au Carré des Services, salle 2.2
Atelier géré par une professionnelle.

Atelier La Plume en délire : (atelier écriture)

les jeudis de 14h30 à 16h30 à

l'Espace Retraités.
Atelier géré par une bénévole.

Atelier Gym Douce :

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

Atelier géré par un bénévole, ancien kinésithérapeute

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.

Atelier Automassage :

jeudi 10h à 11h

Au carré des services salle 2.2 (2ème étage)

Atelier géré par une professionnelle.

Atelier Informatique (niveau intermédiaire) :

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

Atelier géré par un bénévole.
Atelier trimestriel

Atelier Café papotage

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

Tarif : GRATUIT

Atelier Chorale Les Voix d'Argent :

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

Atelier géré par un professionnel.

Atelier Kinésiologie

Vendredi de 14h à 15h

À l'Espace Retraités.

Atelier géré par une professionnelle.



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.

Nouvelle modalité de remboursement (Décision du Conseil d'Administration Juin 2025) si nous sommes assurés de trouver un remplaçant pour la sortie suite à une annulation alors vous serez remboursés à 100%. Seulement si nous sommes assuré d'un autre règlement en échange sinon pas de remboursement ou alors 50% en cas de certificat médical.