

Les sorties d'été



Le programme



Plan

canicule

Plan canicule et veille estivale

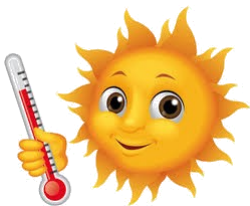
Vous avez la possibilité de vous inscrire sur le registre de votre mairie auprès du Clic, pour bénéficier d'une visite à votre domicile.

**S'adresser au
Clic 02 98 33 21 66**

Recommandations (Cliquez ci-dessus)

S'habiller de vêtements amples et légers, boire régulièrement de l'eau, proscrire tout effort, rechercher les endroits frais et à l'ombre...

Plateforme téléphonique d'information
0 800 06 66 66



**Proposons notre aide
aux plus fragiles.
Soyons solidaires.**

5 juillet CROZON

Tarif de la journée : 15€
(27€ avec le bateau, 30€ avec le restaurant, 42€ tout option)

Matin : balade en bateau ou balade libre dans Morgat

Midi : repas à Lanvéoc

Après-midi : pointe de Pen-Hir, manoir Saint Pol Roux, pointe des espagnols, cap de la chèvre

19 juillet

Lac du Drennec

Tarif de la journée : 15€
(30€ avec le restaurant)

Matin : hameau typique de St Herbot et abbaye du Relec

Midi : repas à Commana

Après-midi : lac du Drennec



9 août ROSCOFF

Tarif de la journée : 20€
(30€ avec le bateau)

Matin : oratoire de Kérizinen, château de Kergournadeac'h

Midi : pique-nique à Roscoff

Après-midi : Ile de Batz ou balade libre dans Roscoff

23 août Fouesnant

Tarif de la journée : 20 €
(30€ avec le restaurant)

Matin : visite de la cidrerie de Menez Brug

Midi : Repas chez Mélanie et Monique ou pique-nique près du restaurant

Après-midi : Névez, pointe de Trévignon



Inscriptions

- À l'ORB (au plus tard 7 jours avant la sortie)
- Centre social de Pen-ar-Créac'h (lundis matins avant la sortie, 9h45-11h45)
- Centre social de Kéringoff (lundis matins avant la sortie, 9h45-11h45)

Points de rendez-vous

- MPT Saint-Pierre : **8h15**
- Centre Social de Kéringoff : **8h30**
- Gare routière : **8h45**
- Mairie de l'Europe : **9h00**

40e anniversaire, le grand jour approche ! 18 octobre 2018 au Quartz

Une belle journée festive qui s'annonce avec :

* des animations, des démonstrations de danses, un défilé de mode intergénérationnel, un espace partenaires, et en fin de journée soirée jazzy et repas dansant...

- Les inscriptions au repas dansant sont toujours possibles. Repas à 30€. (Après le 15/09 le repas sera à 35€). Se renseigner à l'accueil.



RESIDENCE SERVICES SENIORS

Résidence Les Jardins d'Avalon
17, rue Ker Héol - 29200 Brest
02 98 41 43 88
www.residence-lesjardinsdavalon.fr



Solidarité

Le réseau des visiteurs et appelants bénévoles

Permanences de l'été

La permanence hebdomadaire des visiteurs bénévoles et Téléphon'âge du mardi matin se tiendra jusqu'au mardi 17 juillet.

Du 23 juillet au 12 août, merci de vous adresser au **Clic**

**253 rue Jean Jaurès.
Tél. 02 98 33 21 66.**

Ce service conseille et accompagne les personnes de plus de 60 ans et leur entourage sur les problématiques liées au vieillissement.

Appel à bénévoles

Afin de lutter contre l'isolement social des personnes âgées et de répondre aux nombreuses demandes de visites que nous recevons, nous lançons un appel à bénévoles !

Si vous êtes sensible à cette cause et si vous pouvez consacrer une heure à deux par semaine à une personne, merci de prendre contact avec Zélie Le Moal, animatrice, coordinatrice du réseau.

Permanence des visiteurs et appelants bénévoles le mardi de 10h à 12h à l'ORB.

Rentrée 2018/2019

Nous vous mijotons quelques nouveautés !

- Un parcours multi-sport à la carte
- Un cours de gym Pilates
- La marche santé (à partir de janvier 2019)
- « Sortons ensemble »
- Des ateliers « Idées et points de vue »
- 3 rendez-vous Bien-être trimestriels
- La mise en place d'un réseau d'échange local
- Des séances mensuelles code de la route



groupes de marche, et si possible, imaginer des circuits pédestres. L'activité se déroule le lundi après-midi sur différents niveaux : balade, randonnées. N'hésitez pas, contactez-nous !

Flâneries, Art, Culture et Patrimoine

Si vous souhaitez partager vos connaissances sur un quartier de Brest ou organiser des visites guidées et commentées, contactez-nous.

Informatique

Recherche animateur tablettes, smartphones Android, Ipad et Iphone, animation en binôme. Se renseigner à l'accueil.

Accueil

Si vous avez quelques disponibilités, nous recherchons une personne pour nous aider à l'accueil de l'ORB.

Les dates de rentrée

La rentrée des bénévoles

- Mardi 4 septembre à partir de 8h30 au centre nautique du Moulin-Blanc (salle de la Cormorandière).

Les Portes-Ouvertes

Vendredi 7 septembre, de 9h30 à 16h30 (journée continue) - Salon Richelieu à la Mairie de Brest.

Guide de l'ORB

Le nouveau guide se prépare ! Il sera disponible à l'ORB à partir du jeudi 23 août. Il sera possible alors de s'inscrire aux activités pour l'année à partir de cette date.

Appel à bénévoles

Activités pédestres

Si vous disposez de temps et souhaitez vous investir bénévolement selon vos disponibilités, nous sommes à la recherche de personnes pouvant encadrer des

Nos Partenaires



Le réseau Voisin'âge

rassemble des bénévoles qui accompagnent gratuitement des personnes âgées isolées à des activités et des animations de leur quartier ou de la ville.

Quartier de Saint-Marc

MPT du Guelmeur
02 98 44 71 85

Ciné-café : dimanche 22 juillet
dimanche 26 août

Renseignements : Clic de Brest

☎ 02 98 33 21 66

Amis de Recouvrance

Un livre pour Brest uni

Le passé et l'avenir



Ce livre rappelle que la fête des Yannicks est une fête populaire... de Brest depuis plus de cent ans. Elle unit les 2 rives, droite et gauche dans une grande joie, un bonheur de se retrouver.

Points de vente

Dialogues-Archives-C.S. de Kérangoff-Associations amies
Serge Aubrée, président des Amis de Recouvrance
02.98.44.26.20

Fermeture annuelle des bureaux

Les locaux de l'ORB seront fermés du lundi 23 juillet au vendredi 10 août.

Réouverture lundi 13 août.
Reprise des activités à partir du lundi 17 septembre

Bon été à tous!

Toutes les activités et l'actualité sur www.orb29.fr et www.facebook.com/officedesretraitesdebrest/

ORB 12-14 rue Fautras 29200 BREST Tél 02 98 80 30 03 Fax 02 98 43 10 74
office-retraites.brest@wanadoo.fr

Horaires d'ouverture : lundi 13h30 - 17h00 et du mardi au jeudi 9h00 - 12h00 / 13h30 - 17h00
vendredi 9h00 - 12h00. Bureaux fermés le lundi matin et le vendredi après-midi.

Pour toutes les activités et animations :

information, inscriptions auprès du secrétariat de l'Office
Tél. 02 98 80 30 03.

Prochain Lien le 3 septembre 2018