

1978-2018 : 40 ans



Voici quelques témoignages sur le 40^e anniversaire de l'ORB :

- « Une journée passée trop vite. »
- « Quel plaisir de se retrouver, très belle journée. »
- « Nous avons passé un joli moment. »
- « Une belle dose d'évènements : un assortiment de propositions pour toute la journée. »
- « Merci à toutes et à tous, vous nous avez gâtés. »



Le 18 octobre 2018, quelle belle journée ! Un succès complet !

L'ensemble des participants, chacun, chacune, par votre présence, vous avez contribué à la réussite de cette journée d'anniversaire.

Une nouvelle fois **MERCI** !

Cet évènement a su nous rassembler, jeunes et moins jeunes, sans barrière d'âge, dans la découverte, l'échange, la convivialité. La bonne humeur a régné tout au long de cette journée.

Tous ensemble, nous avons démontré à quel point une journée comme celle-ci est importante, pour mettre en lumière l'esprit qui anime notre association.

Pendant 40 ans, l'ORB a su construire un chemin pour rapprocher les générations.

Aujourd'hui, tous vos témoignages nous confortent pour continuer dans cet esprit d'ouverture et d'appartenance qui nous rassemble.

À nous, toutes et tous, de nous saisir de cet élan pour construire ensemble l'ORB de demain !

Encore merci aux personnes qui se sont investies durant des mois pour assurer le succès de cette journée.

À très bientôt.

La co-présidence et la directrice

▪ Nous vous donnons rendez-vous le 29 novembre à 14h à l'ORB pour la réunion bilan des 40 ans.

▪ L'ORB a réalisé **un livret « Au fil des années »** sur l'histoire de l'association. Une trentaine de pages retracent le chemin parcouru de 1978 à 2018.

Cette brochure peut être consultée à l'accueil de l'ORB. Elle est également en vente à 8 €.



Les activités

Les activités physiques

Il reste de la place.

Ateliers Bien-être, Tennis, Swin Golf, Voile...

Appel à bénévoles :

L'ORB recherche une personne référente sur l'activité **Voile**, capable de diriger un équipage sur un voilier de 9m. Bonne condition physique et permis côtier souhaitable.

L'activité est proposée en partenariat avec l'association Handivoile du centre nautique du Moulin Blanc, afin de

favoriser des échanges intergénérationnels et développer la pratique d'activités nautiques, de découvrir également le patrimoine maritime.

Pour de plus amples informations, se renseigner à l'accueil auprès d'Annie, secrétaire, référente sur les activités physiques.

Conférence Bien-être

« **Petits maux du quotidien : comment y remédier avec le Reiki ?** » animée par Marcel Bonhomme, intervenant Alliance pour le mieux-être le jeudi 8 novembre à 14h30 à l'ORB. 4€. Sur inscription



RESIDENCE SERVICES SENIORS

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



Les activités

Les activités culturelles et de loisirs

Peinture



Un coup de chapeau à Gabriel Nicolas pour ses 15 ans de bénévolat à l'ORB !

Merci pour votre gentillesse et vos talents de peintre que vous avez su partager. Nous vous souhaitons bon vent vers la Loire-Atlantique.

Club des curieux

20 novembre « De l'invention de l'écriture à l'alphabet »

Flâneries Art, Culture et Patrimoine

- Saint-Marc : 6 novembre
- Recouvrance nord : 14 novembre

Informatique

- Mini formations :
 - La clé USB : 6 novembre
 - Windows 10 : 13 novembre
 - Explorateur et classement de documents : 27 novembre, 4 et 11 décembre
- Maintenance perfectionnement sous windows : 15, 22 et 29 novembre

Sortons ensemble

La prochaine rencontre du lundi 5 novembre à 15h aura lieu, exceptionnellement, à l'atelier Roul'âge, 25 rue Magenta.

Changement de lieu

Vidéo

1^{er} contact possible le mercredi à 14h45 à l'ORB.

Les activités de Solidarité

Les prochains rendez-vous du réseau des VAB (visiteurs et appelants bénévoles) :

- **Café-bénévoles** le vendredi 9 novembre 2018 de 14h30 à 17h au centre social de Pen Ar Créac'h avec les bénévoles du réseau Voisin'âge. Thématique : « **Accompagner avec bienveillance** », avec Hélène Chivet-Narvor, psychologue.
- **Réunion plénière des visiteurs et appelants bénévoles** le vendredi 23 novembre 2018 de 14h à 16h30 à l'ORB avec une présentation de l'association ALMA (Allô Maltraitance de Personnes Agées).

▪ **Formation sur les troubles de la mémoire** assurée par une psychologue du CHRU de la Cavale Blanche le vendredi 30 novembre de 14h à 17h à l'ORB pour les visiteurs et appelants bénévoles de l'ORB et les bénévoles du réseau Voisin'âge. Inscription possible à l'adresse mail suivante : orb-lemoal.z@orange.fr ou par téléphone au 02 98 80 30 03. Venez nombreux ! On compte sur vous !

▪ **Permanence du réseau des VAB** tous les mardis de 10h à 12h à l'ORB.

Interventions dans les écoles

Permanence le mardi de 10h à 12h à l'ORB.

Les activités de Prévention

Cabarets de Noël :

2 dates à retenir pour passer un moment festif :

- Jeudi 13 décembre au centre social de Pen ar Créac'h
- Mardi 18 décembre au centre social les Amarres

Si vous souhaitez proposer une animation ou faire partie de l'équipe des bénévoles, n'hésitez pas à contacter Justine.

Café discussion

Initialement prévu le 15 novembre, le café discussion aura lieu le jeudi 22 novembre à 14h30 à l'ORB sur le thème « Le pardon laïc ».

Code de la route

Nouvelle séance pour réactualiser ses connaissances !
Lundi 12 novembre à 14h à l'ORB avec pour thème « Signalisation – règles de circulation ». Sur inscription.

Divers

Permanence juridique

Sur rendez-vous personnalisé avec Marianik Salaün-Le Duff tous les vendredis de 9h à 10h30. Ouvert à tous. Gratuit pour les adhérents. Sur rendez-vous.



Carte d'adhésion ORB

Nouvel avantage avec Esatéo, les Papillons Blancs du Finistère

Sur présentation de la carte d'adhésion ORB, une réduction de 10 % sera appliquée pour tout achat effectué au sein de leur jardinerie située :
rue de la communauté - Lieu-dit Runavel à Guipavas

Nos Partenaires

« Travailler sa mémoire tout en prenant plaisir »

Conférence animée par l'association Brain-up

Mardi 6 novembre de 14h à 16h à la mairie de l'Europe,
31 rue St-Jacques Brest

Gratuite et ouverte à tous les retraités.
Informations auprès du Clic
02 98 33 21 66

Jeudi des seniors

Conférence-débat organisée par le Clic

Jeudi 8 novembre à 15h à la résidence de Kerlénénez

4 rue de Champagne Brest.
« **Voyage au pays des lamas** »
Entrée libre /ouvert à tous.

« Le logement après la séparation : les droits et obligations de chacun »

Conférence organisé par le CIDFF 29

Avec la participation d'un notaire et de la CAF.

Jeudi 8 novembre de 14h à 16h

à mairie de l'Europe,
31 rue St-Jacques Brest
Entrée libre et gratuite.
CIDFF 29 : 02 98 44 97 47

« Prévoir ses obsèques, ça change quoi ? Ça change tout. »



POMPES FUNÉBRES DES COMMUNES ASSOCIÉES

En partenariat avec l'ORB, rencontre personnalisée avec les PFCA sur la prévoyance obsèques

Mardi 13 novembre de 14h à 16h à l'ORB

Sur inscription à l'accueil de l'ORB.

Notez déjà

Présentation des vœux de l'ORB

le 10 janvier 2019.



Pour toutes les activités et animations :

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

Prochain Lien le 3 décembre 2018

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.**