

Nouvelle AG de l'Office

L'AG annuelle s'est tenue le jeudi 12 avril devant plus de 130 personnes et a été riche d'échanges et de débats à propos de l'avenir...

Cependant, les décisions prises à l'unanimité n'ont pu être validées parce que le quorum a manqué : les bénévoles (220 mandats) et représentants d'activités n'ont pas été assez nombreux, c'est la 1^{re} fois en 40 ans...

En conséquence, une nouvelle AG aura lieu **le mercredi 23 mai à 9h à la résidence de Poul-ar-Bachet**, avec en préalable une AG extraordinaire pour supprimer le quorum !

Merci de votre participation qui permettra à l'association de valider ses orientations et d'élire son nouveau CA et ensuite sa présidence.

Nous comptons sur vous !
La co-présidence



Le Lien

N°308 / Mai 2018



La lettre d'information

Opération Passeport Retraite

Testez jusqu'à 4 de nos activités gratuitement !

Du 14 mai au 15 juin (sur un mois exclusivement)

Ouvert à tous, adhérents et non-adhérents.
Venez retirer votre passeport à l'accueil de l'ORB.

Programme de mai

Atelier code de la route* : Venez réactualiser vos connaissances ! Lundi 14 mai 14h-16h / ORB
Club des curieux des sciences et technologies. Thème : « L'archéologie » Mardi 15 mai 10h-12h / MPT du Guelmeur
Flânerie Art Culture et Patrimoine* / Mardi 15 mai à 14h30 « Les 3 ports »
Démonstration « Pilotage sur simulateur de vol sur PC » Mercredi 16 mai à 15h / ORB
Flânerie Art Culture et Patrimoine* / Jeudi 17 mai à 14h « Recouvrance Sud »
Séance découverte de sophrologie* Vendredi 18 mai 9h-10h / Ferme Jestin- MPT de Kérinou
Sortie « Rhododendrons en fête ! »* : visite guidée du parc de Boutiguéry à Gouesnac'h, déjeuner et visite l'après-midi de la Maison du Pâté Hénaff à Pouldreuzic . Mercredi 23 mai
Conférence « L'histoire du pétrole de l'Antiquité à aujourd'hui » animée par Pierre Juhel, ingénieur de l'École nationale supérieure du pétrole aujourd'hui IFP School, Jeudi 24 mai à 14h/ ORB
Séance découverte de danse active Vendredi 25 mai 14h-15h/ C.S. de Pen-ar-Créac'h
Séance découverte de gym pilates Vendredi 25 mai 15h-16h/ C.S. de Pen-ar-Créac'h
Séance découverte de self-défense/karaté seniors* Lundi 28 mai 14h30-15h45/ École Wu Su Kong
Portes ouvertes Vidéo : présentations et démonstrations Mercredi 30 mai entre 14h et 16h30 / ORB

**Adhésion
et une activité
offertes
au 100^e
participant.**

Les participants bénéficieront d'une remise sur le prix de l'adhésion pour la saison 2018/2019 (soit 32 € au lieu de 35 €) sur présentation du Passeport ainsi que pour les membres qui parrainent un nouvel adhérent.

Les premiers rendez-vous de juin :

P'tit déj. Bienvenue aux nouveaux retraités :
Séance de découverte : vendredi 1er juin 9h-11h/ORB
Temps d'échanges, de réflexions

Atelier pâtisserie* :
La tarte Tatin vendredi 1er juin / C.S. Horizons

Séance découverte de sophrologie*
Vendredi 1er juin 9h-10h / Ferme Jestin- MPT de Kérinou

Flânerie Art Culture et Patrimoine* « Bas de la rue de Siam et musée des Beaux-Arts » dimanche 3 juin à

*Cette activité demande une participation financière.



Les activités

Les activités physiques

Commission activités physiques
le vendredi 1^{er} juin à 14h30 à l'ORB

Préinscriptions

Dès le 1^{er} juin, il sera possible de se préinscrire auprès des responsables d'activités aquatiques, gym et stretching...

Pour ce faire, des permanences auront lieu pour les activités aquatiques tous les jeudis après-midi à partir du 7 juin de 14h à 16h à l'ORB.

Les préinscriptions pour la gym et le stretching se feront sur le lieu de l'activité.

Voile

Si vous aimez la voile et l'air du large... Dans le cadre de l'opération Passeport Retraite, des embarquements seront possibles par groupe de 5 à 6 personnes, en partenariat avec l'association Handivoile. Inscriptions à l'ORB.



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 groupes de marche, et si possible, imaginer des circuits pédestres.

L'activité se déroule le lundi après-midi sur différents niveaux : balades, randonnées. Contactez-nous !

Les activités culturelles et de loisirs

Commission activités culturelles et de loisirs

le lundi 28 mai à 14h à l'ORB.

Préinscriptions

Les participants des activités anglais et espagnol pourront se préinscrire dans

certaines cours dès le 1^{er} juin. Se renseigner à l'ORB pour les autres cours.

Atelier d'écriture

La prochaine séance, initialement programmée le 11 mai, aura lieu le 25 mai.

Club lecture : 18 mai. « La forêt »

Informatique Il reste des places.

Miniformations selon vos envies :

- la clé USB : le 15 mai
- le scanner : le 22 mai
- Insérer dans un texte des formes, puces, images, photos : le 29 mai

Débuter sur Mac : à partir du 15 mai

Remue-méninges

- Mairie des Quatre-Moulins : 15 mai
- Îlot Proudhon : 16 mai

Les activités de solidarité

Le réseau des visiteurs bénévoles : ouverture des visites bénévoles auprès des personnes âgées atteintes de la maladie d'Alzheimer.

La formation sur la connaissance de la maladie d'Alzheimer et troubles apparentés, assurée par Nathalie Fournier, psychologue à l'association France Alzheimer 29, s'est terminée à l'accueil de jour de Ty Bemdez à la fin du mois d'avril.

Nous pouvons donc annoncer l'ouverture des visites bénévoles à domicile ou en établissement auprès de la population atteinte d'une maladie neurodégénérative.

Pour plus d'informations ou pour une demande de visite : permanence du mardi de 10h à 12h à l'ORB.

Les activités de prévention

Atelier relooking

Séance "mettre en beauté son visage" le mardi 5 juin à 14h au Centre d'esthétique Les Alizés.

25 € la séance de 3h. Sur inscription.

Café-discussion

Prochain rendez-vous le jeudi 17 mai à 14h30 à l'ORB.

Thème abordé : « L'empathie ».

Divers

Permanence juridique

La permanence du 4 mai est maintenue.

Pont de mai



Fermeture exceptionnelle des bureaux de l'ORB le vendredi 11 mai.

Nos Partenaires

Le centre social de Bellevue

recherche de nouveaux bénévoles prêts à s'engager selon leurs disponibilités, pour renforcer son équipe de l'accompagnement scolaire qui accueille une trentaine d'enfants. Les séances se déroulent tous les lundis et jeudis, de 16h30 à 18h00, sur deux sites: le premier au sein des locaux du centre social de Bellevue, le deuxième dans les locaux de l'école Langevin à Brest.

Contact : 02.98.03.08.69
arnaud.floch.csbellevue@gmail.com

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-Pierre

MPT de Saint-Pierre
02 98 45 10 92

Ciné-café : dimanche 13 mai

Quartier Europe

Centre social de Pen-ar-Créac'h
02 98 02 18 56

Atelier cuisine : mardi 15 mai
Atelier sur les thèmes de la lecture et de la mémoire : mardi 29 mai

Goûter : mardi 29 mai

Quartier des Quatre-Moulins

MPT du Valy-Hir
02 98 45 10 95

Karaoké « Queli en chansons » : vendredi 25 mai

Quartier de Saint-Marc

MPT du Guelmeur
02 98 44 71 85

Ciné-café : dimanche 27 mai

Renseignements : Clic de Brest

☎02 98 33 21 66

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 1^{er} juin 2018