

Lien

N°357 / Juin 2023

La lettre d'information







Fin de saison 2022/2023

Sous réserve des dates de fermeture des structures de quartier, la plupart de nos activités s'arrête le vendredi 30 juin. Les activités aquatiques, quant à elles, termineront le vendredi 23 juin.

Fermeture estivale des bureaux

du 24 juillet au 15 août inclus.

L'atelier d'insertion Roul'âge sera, quant à lui, fermé à partir du 28 juillet.

Réouverture le mercredi 16 août

En dehors de ces dates, les horaires des bureaux restent inchangés pendant l'été.

8 rue des Onze Martyrs (Tram Jaurès ou Liberté) 29200 BREST

Tél. 02 98 80 30 03

office-retraites.brest@orb29.fr Toute l'actualité sur www.orb29.fr

Retrouvez-nous sur les réseaux sociaux





Nos horaires Lundi 13h30-17h00 Du mardi au jeudi 10h00-12h00/13h30-17h00

Vendredi 10h00-12h00/13h30-16h30

> **Bureaux fermés** le lundi matin



Un Grand Merci!



Les membres du conseil d'administration, l'équipe salariée vous remercient sincèrement pour votre présence lors de notre assemblée générale le 4 mai. Merci de votre confiance, de votre fidélité, grâce à votre participation, cette journée fut un très bon moment de convivialité.

Si vous le souhaitez, le rapport d'activités peut être consulté sur notre site internet orb29.fr onglet « Présentation ».

Les préinscriptions

Activités Aquatiques

À partir du lundi 5 juin et ce jusqu'au vendredi 23 juin, il vous sera possible de vous préinscrire à la séance de votre choix lors des permanences qui se tiendront à l'ORB les mardis et jeudis après-midi.

Vous pouvez nous appeler pour prendre rdv.

Anglais et Espagnol

Vous pourrez vous préinscrire également les lundis et mercredis de 13h30 à 17h. Sur RDV à l'accueil.







Le programme estival

Pour vous divertir cet été nous vous proposons à partir du 26 juin, un pro- sera prévue au mois de juillet (pour gramme d'animations estivales, desti- les animations du mois d'août). né prioritairement aux personnes qui vivent seules.

Après-midis récréatifs en plus des sorties d'été tels que : Café papote, Café connecté, Mémoire détente, Scrabble, Flâneries et quelques nouveautés comme Plaisir de chanter, Dessiner à l'extérieur, Randonnées...

 Pour vous permettre de vous inscrire aux animations, nous mettons en place une permanence les mercredis du mois de juin de 13h30 à 17h à l'ORB, à partir du 7 juin (pour les animations du mois de juin/juillet).

Une autre permanence d'inscription

Nous vous invitons à rêver un peu avec, en avant-première, une sortie

en car aux Pays des Abers le jeudi 13 juillet : Déjeuner au village Beauséjour, puis découverte de Plouguerneau, Portsall, Lanildut... RDV à



10h à la gare routière de Brest. Inscription possible à l'accueil de

l'ORB dès maintenant. Tarif à la journée 46€.

Programme complet des animations estivales dès le lundi 5 juin. N'hésitez pas à le demander!



L'agenda

	L agenda	
Date	Activité	Lieu et Horaire
୍ଦିର କି ମମ	Activités culturelles & de loisirs	
5 juin	Breton	Résidence Ker-Héol - de 14h30 à 16h30
12 juin	Sortons ensemble : Rencontre mensuelle pour définir le programme des sorties de juin/juillet	ORB - 14h30
20 juin	<u>Club des curieux</u> : « L'intelligence artificielle peut-elle avoir des sentiments ?»	MPT du Guelmeur - de 10h à 12h
23 juin	Écriture	PL Sanquer - de 14h à 16h30
	Activités de solidarité	
Chaque mardi	Permanences Intervention dans les écoles Réseau des Visiteurs et Appelants bénévoles	ORB - de 10h à 12h
9 & 23 juin	Permanence juridique sur rendez- vous	ORB - à partir de 10h
	Activités de prévention	
15 juin	Café discussion : « Que faire de nos émotions ?»	ORB - de 14h30 à 16h30

Les activités

Activités Physiques

Balade, Randonnée, Marche

Ce mois-ci, Anne-Marie Scoarnec propose 2 Randonnées

- •« Le Grouanec-Plouguerneau», 11kms le mercredi 7 juin à 14h,
- •« Pointe de Kermorvan-Le Conquet», 9kms le mercredi 21 juin, prévoir un pique-nique, départ à 11h. Sur inscription.

Le programme disponible à l'accueil et sur <u>orb29.fr</u>.

Activités culturelles et de loisirs

Balade nature

Initiation à l'entomologie, stage animé par Bretagne Vivante. 3 séances pour découvrir, observer et apprendre à identifier les insectes communs les 3,10 et 24

Gratuit. Infos et inscription à l'ORB.

juin.

Flâneries urbaines

3 flâneries ce mois-ci, Recouvrance Sud le 15, les 3 ports le 20, la gare vers le Merle Blanc le 23.

Programme à l'accueil ou en cliquant ici.

Informatique

- -Mini formations
- •Windows 10 le 2 juin de 14h à 16h30
- L'explorateur et classement des documents le 13 et le 20 juin de 14h à 16h30
- •Gestion des téléchargements le 27 juin de 14h à 16h30
- -Tablettes/Smartphones Androïd

Bureautique, photo, mails, applications spécifiques le mardi de 9h15 à 11h30 du 6 au 27 juin.

Séances à l'ORB. Il reste des places.

<u>Pâtisserie</u>

Cookies et petits fours secs. Il reste une place le 23 juin de 13h30 à 16h30.

Rencontre « Autour du vin et de la table »

Lundi 5 juin à 14h à l'ORB

Vins rosés de Provence et d'ailleurs : découverte des rosés du Sud et de Loire. Comment fait-on du vin rosé ? Accords des mets et des vin rosés. Sur inscription.

Activités de prévention Atelier « As du numérique »

Nouveaux ateliers récréatifs mardi 6 et vendredi 23 juin à 14h30 à l'ORB.

Sur inscription.

Nos partenaires

Office des sports



Pôle France Voile

recherche hébergements dans des familles pour des jeunes élèves du Lycée Kérichen de Brest, en classe Sports Etudes Voile, lors de la saison scolaire 2023/2024, 2 samedis soir par mois.

Informations 02.98.02.80.40

Résidence Poul-ar-Bachet

La Fête de la Musique est de retour

le mercredi 21 juin 2023

pour notre plus grand plaisir! La résidence autonomie Poul Ar Bachet, située 30 rue Louis Pidoux à St Marc

vous invite à partir de 14h30 à venir y danser et chanter. L'activité Plaisir de danser y participe!

À partir de 19h, le duo Coiron Carré vous proposera un répertoire traditionnel breton.

Renseignements au 02 98 37 36 64



Il nous a quittés



Bernard Goasduff

Impliqué comme bénévole dans l'association et particulièrement à la section Vidéo. Nous gardons de lui sa sympathie et sa jovialité. Sincères condoléances à sa famille.

Pour toutes les activités et animations :

Informations, inscriptions auprès du secrétariat de l'Office

Tél.02 98 80 30 03.

Prochain Lien le 3 juillet 2023

Ne pas jeter sur la voie publique