Le Lien

N°356 / Mai 2023 La lettre d'information

ORB
Office des retraités de Brest
Le partage de l'expérience

OSER RENCONTRER BOUGER

Fermeture des bureaux de l'ORB

en raison des jours fériés

- les lundis 1er et 8 mai,
- le vendredi 19 mai (Pont de l'Ascension),

et

- le lundi 29 mai (Lundi de Pentecôte).

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

biscuiterie la trinitaine
Maison familiale
fondée en 1955

Actualités

Rappel

Assemblée Générale de l'ORB

Jeudi 4 mai, accueil à partir de 8h30, salle de la Cormorandière Centre Nautique de Brest - Port de plaisance du Moulin-Blanc

Les bureaux de l'ORB seront fermés au public toute la journée. Réouverture le vendredi 5 mai.

Toutes les activités de l'ORB prévues le 4 mai au matin seront suspendues au profit de l'Assemblée générale.

Venez nombreux !

Les activités

Activités Physiques

Aquagym

En remplacement des séances manquées en Aquagym en raison des lundis fériés du mois de mai, il est possible de se rendre sur un autre créneau Aquagym dans la limite des places disponibles.
Nous contacter.

Balade, Randonnée, Marche

Pour clôturer la saison, Anne-Marie Scoarnec propose 3 Randonnées jusqu'à la fin du mois de juin. Ce mois-ci « St-Laurent Plouguerneau», 9kms le mercredi 17 mai à 14h.
Sur inscription.
Le programme sera prochainement disponible à l'accueil et sur orb29.fr.

Activités culturelles et de loisirs

Flâneries urbaines

3 flâneries ce mois-ci, le quartier St-Marc le 22, les remparts de Quéliverzan et le parc de Kervallon le 25, la gare vers le Merle Blanc le 30.
Programme à l'accueil ou en cliquant ici.

Permanence « J'ai des questions »

le lundi 15 mai à 14h30 à l'ORB.
Anne-Marie répondra à vos interrogations en informatique.
Sur rendez-vous.

Activités de Solidarité

Atelier d'insertion sociale Roul'âge

Vous souhaitez vous débarrasser de votre vieille machine à laver ou de votre vieux lave-vaisselle ?

Dans le cadre de son activité de récupération de matériel, l'atelier Roul'âge peut se déplacer gratuitement jusqu'à votre domicile pour l'enlèvement de votre matériel.

En sollicitant l'atelier Roul'âge, vous contribuez aussi à soutenir cette action d'insertion sociale de l'ORB.

Comment faire ? Un simple appel au **02.98.46.56.63,** et l'atelier Roul'âge conviendra d'un RDV pour venir.

Aide aux démarches administratives en ligne

Permanence administrative spéciale « déclaration de revenus ».
le lundi 9 mai. Rdv possible à partir de 14h30 à l'ORB.
Sur rendez-vous.

Interventions dans les écoles

Dans le cadre des interventions dans les écoles, une réunion est programmée le vendredi 26 mai à 10h à l'ORB.

Les pré-inscriptions

A 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 pour les activités aquatiques lors des permanences qui se tiendront à l'ORB les mardi et jeudis après-midi.
Vous pourrez vous préinscrire également en Anglais et en Espagnol les lundis et mercredis de 13h30 à 17h. Sur RDV.

L'agenda

Date	Activité	Lieu et Horaire
	Activités culturelles & de loisirs	
15 mai	Sortons ensemble : Rencontre mensuelle pour définir le programme des sorties de mai/juin	ORB - 14h30
16 mai	Club des curieux : « Les cellules solaires à base de pérovskites, vous connaissez ? »	MPT du Guelmeur - de 10h à 12h
22 mai	Breton	Résidence Ker-Héol - de 14h30 à 16h30
26 mai	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
5 & 26 mai	Permanence juridique sur rendez-vous	ORB - à partir de 10h
	Activités de prévention	
25 mai	Café discussion : «Avons-nous toujours le choix ? »	ORB - de 14h30 à 16h30

Vie de l'association

Activités de prévention

Ateliers « As du numérique »

«L'As du numérique», qu'est-ce que c'est ? C'est une action de prévention qui vise à sensibiliser les personnes âgées aux arnaques numériques, de manière ludique et interactive.

Vous aimez les jeux de société ?

Nouvels ateliers récréatifs proposés à l'ORB les vendredis 12 mai et 26 mai à 14h30.

Sur inscription.

Boîte à livres

Notre belle boîte à livres, installée il y a un an, permet à tous les adhérents de trouver et partager des découvertes littéraires.

Elle est accessible à l'accueil aux heures d'ouverture de l'Office.

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.

Le collectif animation de Saint-Marc

organise une animation familiale autour du vélo le lundi 29 mai sur le quartier du Guelmeur.

Le collectif lance un appel à bénévoles pour l'organisation de la journée

Un village d'animation sera installé et un circuit sur la voie publique sera proposé.

Le nombre de bénévoles présents permettra de sécuriser les carrefours.

Aussi, dans la volonté de tourner sur les différents postes de bénévolat (sur le village et sur le circuit), nous avons besoin de connaître le nombre de bénévoles présents.

Mairie de St-Marc -marie-laure.plais@mairie-brest.fr -02.98.00.85.78 brest.fr

Nos partenaires

La Clef de Pen-ar-Créac'h

Ciné Dimanche
21 mai à 14h

Sur inscription (1€).

Possibilité de prendre un goûter après le film

Centre social de Pen ar Créac'h 13 rue Professeur Chrétien Brest 02 57 52 55 92

clef29200@gmail.com

Rejoignez le réseau Voisin'age

Pour toutes les activités et animations :

Informations, inscriptions auprès du secrétariat de l'Office

Tél.02 98 80 30 03.

Prochain Lien le 1er juin 2023

Ne pas jeter sur la voie publique