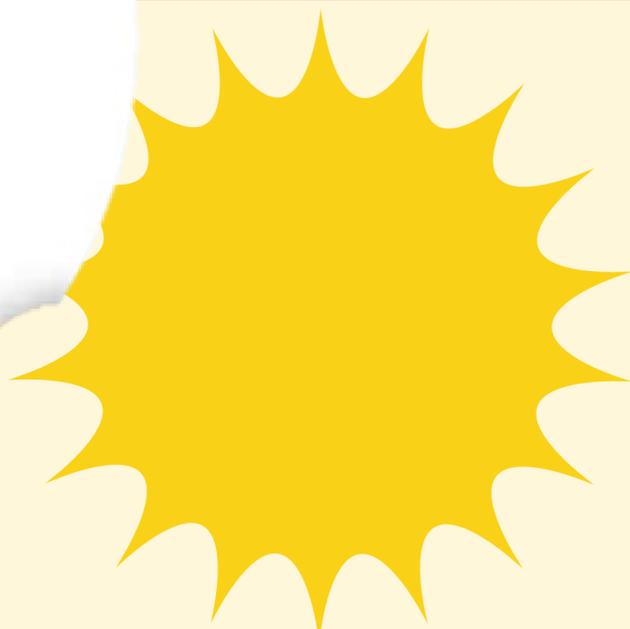




**ORB**

Office des retraités de Brest

*Le partage de l'expérience*



# PROGRAMME ESTIVAL 2024

**DU 25 JUIN AU 31 JUILLET**

**ET**

**DU 19 AOÛT AU 1ER SEPTEMBRE**

L'ORB VOUS PROPOSE DES  
ANIMATIONS ET SORTIES D'ÉTÉ.

**INSCRIPTION A L'ORB  
8 RUE DES ONZE MARTYRS 29200 BREST  
(PAS D'INSCRIPTION PAR TÉLÉPHONE).**

Action soutenue par la Conférence des Financeurs

VILLE DE  
**Brest**



**Finistère**  
*Penn-ar-Bed*  
LE DÉPARTEMENT



# PROGRAMME

# ESTIVAL

## 2024

**DU 25 JUIN AU 31 JUILLET**

**ET**

**DU 19 AOÛT AU 1ER SEPTEMBRE**

### **PERMANENCE NUMÉRIQUE**

**LE MARDI 25 JUIN ET LE MARDI 27 AOÛT DE 14H À 16H À L'ORB**

Apporter son matériel. Au moment de l'inscription faire connaître ses attentes.

3€

### **CAFÉ PAPOTE**

**TOUS LES LUNDIS DE 14H À 16H À L'ORB**

Se retrouver autour d'un café pour discuter, échanger, rire...

2€

### **MÉMOIRE DÉTENTE**

**LES MARDIS 9 JUILLET ET MARDI 20 AOÛT DE 14H À 16H À L'ORB.**

Séance en toute convivialité . Exercice de mémoire. Tous niveaux, l'essentiel est de faire un effort de recherche. N'oubliez pas : crayon, cahier ou feuille.

3€

### **SCRABBLE**

**TOUS LES MERCREDIS DE 14H À 16H À L'ORB**

Apporter son jeu  
Participation libre





# PROGRAMME

# ESTIVAL

## 2024

**DU 25 JUIN AU 31 JUILLET**

**ET**

**DU 19 AOÛT AU 1ER SEPTEMBRE**

### **REFLEXOLOGIE**

**LE VENDREDI 28 JUIN, LE MARDI 23 JUILLET ET LE MARDI 27 AOÛT À L'ORB.**

Mains, visage, pied.

Séance personnalisée de 30 minutes assurée par une réflexologue.

30€ (espèces ou chèque auprès de l'intervenante)

### **FLÂNERIE**

**LES REMPARTS DE QUÉLIVERZAN ET LE PARC DE KERVALLON**

**LE JEUDI 11 JUILLET ET LE JEUDI 29 AOÛT**

**RDV À 14H À LA STATION TRAM : LES CAPUCINS**

Au programme : les tours de Quéliverzan, les remparts porte de Kervallon et de l'Arrière-garde, la Penfeld, la rampe des Capucins, le plateau des Capucins.

3€

### **JEUX DE SOCIÉTÉ**

**LE MARDI 16 JUILLET ET LE JEUDI 22 AOÛT DE 14H À 16H À L'ORB**

Passer un après-midi convivial autour de divers jeux de société

3€

### **FOOT EN MARCHANT**

**LES MARDIS 2 ET 23 JUILLET DE 10H À 12H AU GYMNASSE DE LA BRASSERIE**

Jouer au foot en marchant, en toute convivialité.

Participation libre





# PROGRAMME ESTIVAL 2024

**DU 25 JUIN AU 31 JUILLET**

**ET**

**DU 19 AOÛT AU 1ER SEPTEMBRE**

**LE JEUDI 4 JUILLET**

**SORTIE À L'ILE DE BATZ**

**RDV 9H15 À LA GARE ROUTIÈRE DE BREST**

Retour à Brest pour 18h45

Apporter son pique-nique

25€

**LE JEUDI 18 JUILLET**

**SORTIE AU VILLAGE DE POUL-FETAN**

**RDV 9H45 À LA GARE ROUTIÈRE DE BREST**

Retour à Brest pour 20h

Repas au restaurant Le Dauphin suivi d'une visite libre du village de Poul-Fetan, village ancien. Animations : fabrication du beurre, du pain, tressage de corde... jeux bretons.

57 €





# PROGRAMME

# ESTIVAL 2024

**DU 25 JUIN AU 31 JUILLET**

**ET**

**DU 19 AOÛT AU 1ER SEPTEMBRE**

**LE MARDI 30 JUILLET**

**SORTIE AU RESTAURANT AU BON ACCUEIL SUIVI D'UNE BALADE A ST-ANNE DU PORTZIC**

RDV à 12h au restaurant Au Bon Accueil (122, rue de Brest, Plouzané)  
Tram jusqu'à porte de Plouzané puis bus n°10, direction Plouzané bourg,  
arrêt « Coatuelen »

15€ (chèque à l'ordre du restaurant)

**LE MERCREDI 21 AOÛT**

**SORTIE MENEZ HOM - COCHON GRILLÉ À ST-NIC -  
PLAGE DE PENTREZ**

**RDV À 10H À LA GARE ROUTIÈRE DE BREST**

Retour à Brest pour 18h30  
Animation dansante lors du repas.

51 €

**LE DIMANCHE 1ER SEPTEMBRE**

**SORTIE EN MER AVEC LA RECOUVRANCE**

**RDV 13H45 AU QUAI MALBERT À BREST**

Embarquement à 14h - briefing sécurité - histoire du  
bateau - appareillage et navigation en rade de Brest.

Débarquement à 17h.

55 €



### **Modalités d'inscription**

Inscription et règlement à l'ORB.  
8 rue des onze martyrs 29200 Brest  
(pas d'inscription par téléphone).

### **Règlement**

Le règlement est à effectuer au moment de l'inscription  
(carte bancaire, chèque, espèces, chèques vacances).

Privilégier le règlement par chèque pour les sorties.

Pour un règlement par chèque,  
un chèque par sortie vous sera demandé.  
(se renseigner sur les tarifs à l'ORB)

### **Adhésion estivale**

Une adhésion estivale à 5 euros par personne vous sera demandée  
pour participer aux activités et sorties d'été.

L'adhésion estivale est valable du 25 juin au 1er septembre 2024.

### **A prévoir pour les sorties d'été**

Votre téléphone portable : Les accompagnateurs bénévoles des sorties peuvent  
avoir besoin de vous contacter pour le bon déroulement de la sortie.

Merci de bien respecter les horaires de RDV donnés par les bénévoles.

Merci d'apporter avec vous une tenue adaptée à la météo, une bouteille d'eau.

### **Annulation**

L'annulation de votre participation à la sortie doit nous  
parvenir au plus tard 7 jours ouvrés avant la sortie.

Passé ce délai un justificatif vous sera demandé  
et un remboursement sera possible sous conditions.

ORB

8 rue des Onze Martyrs

29200 BREST

02 98 80 30 03

<https://orb29.fr>

<http://www.facebook.com/officedesretraitesdebrest>



**ORB**

Office des retraités de Brest

Le partage de l'expérience

VILLE DE  
**Brest**