

L'Édito



Une rentrée riche en nouveautés



À l'occasion de cette nouvelle rentrée, l'ORB poursuit son engagement en faveur du développement durable et des grands enjeux de société, tels que l'environnement, le climat, l'intelligence artificielle et les liens sociaux et familiaux.

Afin de répondre au mieux à vos attentes et à celles de l'ensemble des retraités Brestois, une programmation renouvelée et accessible est proposée. Elle comprend de nombreuses activités, parmi lesquelles **l'aqua détente**, **l'atelier photo**, **l'action Environn'âge**, **le Cabaret Moustache**, **le diamond painting**, **les échecs et jeux de société**, **le café numérique** et **le padel**.

De nouveaux rendez-vous thématiques permettront également d'échanger sur des sujets d'actualité comme les fake news et la santé, le fonctionnement du cerveau au quotidien ou encore les questions juridiques.

Un cycle de rencontres consacré aux **liens sociaux et familiaux** favorisera le dialogue, le partage d'expériences et le bien-être collectif.

Cette rentrée 2026 sera ponctuée de plusieurs temps forts : nos portes ouvertes, une Marche Bleue intergénérationnelle, accompagnée de deux ateliers sur la mobilité en octobre, ainsi qu'un thé dansant ouvert à tous, au mois de novembre.

À travers cette programmation dynamique et inclusive, l'Office souhaite favoriser les rencontres, les échanges et le plaisir de partager des moments conviviaux.

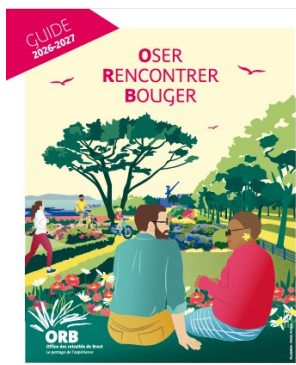
Ces actions sont rendues possibles grâce au soutien fidèle de la Ville et à la collaboration des acteurs locaux, nous les en remercions sincèrement.

La co-présidence et la direction.

GUIDE Edition 2026/2027

Gratuit, disponible à l'accueil de l'ORB et aussi en version numérique sur orb29.fr.

Toutes les clés pour une rentrée réussie !



Devenez Parrain ou Marraine d'un futur adhérent !

- ♦ Adhésion réduite à 25€
Bulletin de parrainage ici
Valable jusqu'au 31 décembre

Les bureaux de l'ORB seront fermés au public le jeudi 3 lors de nos portes ouvertes.
Réouverture le vendredi 4 septembre à 13h30.

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**



Actualités de la rentrée



Portes ouvertes

Moment très attendu de la rentrée !

Jeudi 3 septembre,

au salon Richelieu de l'Hôtel de Ville,
de 9h30 à 15h30

(accès par la place de la Liberté, pour les personnes à mobilité réduite accès par la rue Frézier)

Venez découvrir nos 50 activités destinées aux retraité(e)s et futurs retraité(e)s et rencontrer nos partenaires et bénévoles.

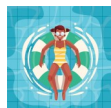
Nouveautés à l'ORB

Un petit aperçu !

♦ Aquagym "détente"

Aquagym, à votre rythme, en petit groupe, dans les résidences services seniors Domitys et Beausoleil.

Renseignements à l'ORB.



♦ Atelier photo

Prendre des photos avec un smartphone ou un appareil photo en s'amusant et en portant un regard sur ce qui nous entoure, **le 1er lundi du mois.**

♦ Diamond Painting

Découvrir ce loisir créatif relaxant qui consiste à coller des petits strass brillants sur une toile adhésive, **1er rdv le vendredi 18 septembre à 14h à l'ORB.**

♦ Jeux de société & Échecs

Jouer sans enjeu au rythme de chacun pour stimuler sa mémoire et solliciter concentration et logique, **le mardi 15 septembre de 14h30 à 16h30 à la Villa Beausoleil.**



♦ Café numérique

Se retrouver pour échanger sur des sujets et thèmes numériques, partager les difficultés avec l'aide d'un animateur, **1er café mardi 15 septembre de 14h à 16h30 à l'ORB.**



Toutes les infos dans notre guide !



BIENTÔT DISPONIBLES
RÉSIDENCES SÉNIORS SERVICES
BREST · GUIPAVAS · BREST SAINT-PIERRE
DES TARIFS À LA PORTÉE DE TOUS

Notre partenaire services :



contact@bm-h.fr 02 29 00 45 00



Audition Bricher
20 ans d'expérience à Brest
Doctolib 02 98 45 95 67



L'agenda



Date	Activité	Lieu et Horaire
17 sept	Réunion de bureau	ORB - 9h
Activités culturelles & de loisirs		
17 sept	Clio : Échanger autour des différentes pratiques du numérique	ORB - 10h/12h
22 sept	Club des curieux. Thème abordé : « Les énergies du futur »	MPT du Guelmeur - 10h/12h
22 sept	<u>Sortons ensemble</u> , se retrouver pour des moments de partage	ORB - 14h30
25 sept	Plaisir d'écrire	Ilôt Proudhon - 14h30/16h30
Activités de solidarité & de prévention		
	Permanences ▪ Intervention dans les écoles ▪ Réseau des Visiteurs et Appellants bénévoles	ORB - chaque mardi de 10h à 12h
11 & 25 sept	Permanence juridique sur rendez-vous	ORB - à partir de 10h
10 sept	Matinée découverte <u>Atelier Roul'âge</u>	Atelier - 9h30
18 sept	Café discussion - choix des thèmes de la saison	ORB - 14h/16h
24 sept	1er atelier Environn'âge Nouveau	ORB - 9h-12h
24 sept	1er rdv « Liens sociaux familiaux »	ORB - 14h



Les activités

Activités Physiques

Padel

Envie d'essayer un sport ludique et convivial ?

Venez le découvrir lors d'une séance d'initiation le **mercredi 16 septembre de 9h à 10h30 au complexe Ti-break de Guilers**. Sur inscription. Renseignements à l'ORB.

Nouveau



Balade nautique en goélette

Proposée par Brest Bretagne Nautisme.

Sur inscription. Infos à l'ORB.

Activités culturelles et de loisirs

Apéro Plaisir

Pour se retrouver et tisser des liens nouveaux, **vendredi 25 septembre à 18h30 au Bistrot « Simone et Yvette », 16 rue de Siam à Brest**.

Breton

Se renseigner à l'ORB pour le lieu.

Discut'Couture

Démarrage de l'activité **mardi 22 septembre, 14h/17h** à la résidence Espace & vie Lambézellec.



Informatique

♦ Se lancer en informatique

Atelier numérique sur ordinateur animé par Orange Solidarité, **mercredi 23 septembre de 10h à 12h à l'ORB** (6 séances). Sur inscription.

Découvrez [ici](#) l'ensemble de nos formations

Activités de solidarité & de prévention

Atelier Roul'âge

♦ Matinée découverte de l'Atelier **jeudi 10 septembre**. Vous êtes adhérent de l'ORB, venez nous rencontrer autour d'un café ! Sur inscription.

♦ **Vendredi 25 septembre**, rentrée de l'équipe des bénévoles de l'atelier. Au programme « Auberge espagnole » à partir de 11h30.

Cycle de 3 ateliers gratuits

Action Environn'âge

Une action innovante sur le territoire brestois !

1er atelier participatif
jeudi 24 septembre, 9h-12h à l'ORB.

- **Climat/Météo** : comprendre ce qui change. Animé par la Direction Ecologie Urbaine de la métropole. Sur inscription.

Nos partenaires

L'ORB sera présent !



QUARTZ, saison 2026 2027

Votre adhésion à l'ORB vous permet, cette année, d'obtenir un tarif privilégié sur certains spectacles.

♦ **Permanences d'inscription le 11 septembre de 10h à 12h et le 22 septembre de 14h à 16h à l'ORB.**



Elle nous a quittés

Nous avons appris avec tristesse, cet été, le décès de Monique Quéré, adhérente depuis quelques années aux activités Breton, Peinture. 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 1er octobre 2026

Ne pas jeter sur la voie publique