

# Contact ORPASS



••• Bulletin d'informations de l'Office des  
••• Retraités de Saint-Sébastien-sur-Loire

► N° 103 **JUILLET 2022**

## Activités SAISON 2022/2023

- CULTURE
- SANTÉ/BIEN-ÊTRE
- SPORT
- LOISIRS
- JEUX
- INFORMATIONS



Séance d'aqua bike à la piscine So.Pool

## INSCRIPTIONS 2022/2023

### ADHÉSION

Tarif **13 €** (Bulletin d'adhésion en page 11 de ce journal)

### INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS

ESCALL - rue des Berlaguts

**Mardi 13 septembre 2022 : 9 h 00 / 12 h 30 et 14 h 30 / 17 h 00**

L'activité informatique propose une demi-journée supplémentaire d'inscriptions :  
**le mercredi 14 septembre de 9 h 30 à 12 h, salle des aînés (mail Karoly Szita)**

Joël BENOIT



## Édito

Cher(e)s adhérentes  
et adhérents,

La véritable reprise !

Cette nouvelle saison 2022-2023 se prépare sous de meilleurs auspices, tant mieux ! Il était temps que tout un chacun puisse être en mesure de pratiquer l'activité de son choix dans un contexte plus serein ! Les contraintes sont levées, masques, gestes barrières, pass sanitaire....

Nous sommes donc tous et toutes plus détendus pour aborder cette nouvelle période et participer sans hésitation aux différentes activités et animations proposées par l'ORPASS.

Un large panel est disponible, avec cette année quelques nouveautés, comme les « boules sablées » et « le yoga ».

Nous vous donnons rendez-vous à l'ESCALL le mardi 13 septembre pour les adhésions et inscriptions à vos activités préférées, les bénévoles de l'ORPASS seront présents pour vous accueillir.

Nous comptons sur vous

**Le Président,  
Joël BENOIT**



Buffet de Printemps à l'Escall mai 2022

# ACTIVITÉS CULTURELLES

## INFORMATIQUE

Henri DIDERON

« Ouvert en priorité aux adhérents inscrits la saison passée et dont les cours n'ont pu être assurés ».

Selon un calendrier établi,  
à la Maison des Associations ou à domicile.

Participation forfaitaire : 15 €  
(par module de 5 heures)

Face à l'omniprésence d'internet dans le quotidien, de plus en plus de seniors franchissent le cap, claviers et souris en main. Les motivations sont aussi nombreuses que les cours proposés. Les démarches administratives, les achats en ligne, les objets connectés, les smartphones et les tablettes numériques ainsi que les réseaux sociaux constituent autant de pratiques destinées à faciliter la vie au quotidien et à maintenir le contact avec les proches. Si vous vous sentez concerné(e)s, alors venez nous rejoindre pour bénéficier de cours individuels à domicile ou de cours collectifs à la Maison des Associations (René Couillaud) afin de se perfectionner.



Henri DIDERON conseille des adhérentes

## LECTURE

Joëlle BOUGUER

Deux groupes animés par Joëlle BOUGUER, Colette MARIE & Huguette FOIX se réunissent une fois par mois alternativement le mardi après-midi de 14h15 à 16h30 à la salle des Aînés – 6 mail Karoly Szita, selon un calendrier établi qui vous sera remis le jour des inscriptions.

Ces « rencontres autour d'un livre » permettent de découvrir des lectures variées (d'auteurs français ou

étrangers) dont la sélection se fait en concertation et en fonction de leur parution en livre de poche. L'occasion de partager ses impressions et de confronter librement son point de vue avec d'autres ressentis qui se révèlent parfois différents.



## CHANT GROUPE

### « LES MAMIES BLUES »

Solange DETOURBE

Tous les jeudis de 14 h 30 à 16 h

A la Maison des Associations (René Couillaud),  
6 rue des Becques.

Des chansons, elles en ont plein la tête et c'est avec bonheur qu'elles se retrouvent tous les jeudis pour les interpréter, et passer un bon moment entre amies. Si vous avez envie de chanter, n'hésitez pas ! Des animations sont également prévues dans les établissements pour personnes âgées.



Solange DETOURBE

## INITIATION

### AU CROQUIS D'EXTÉRIEUR

Gilbert HERY

Un après-midi chaque quinzaine, le mardi (pas plus de 7 personnes).

Apprendre à poser son intention, à dessiner une architecture plaisante, une allée d'arbres, des poteaux électriques, des voitures rangées, les vitrines dans une galerie... Dans un carnet de croquis ou un leporello (livre accordéon) et suivant différentes techniques...

## SPORT

### AQUAGYM-AQUA BIKE

Danielle ROGNERUD, responsable de l'activité : groupe du lundi

Catherine LHUILLERY : groupe du jeudi groupe

Liliane PILLET : groupe du vendredi

Au centre aquatique « So.Pool », la reprise des cours vous sera communiquée lors des inscriptions (pas de cours pendant les vacances scolaires et jours fériés). Bonnet de bain exigé.

Certificat médical d'aptitude à l'aquagym et aqua bike obligatoire, à fournir lors de l'inscription.

Trois créneaux horaires : lundi de 14 h 15 à 15 h 15, jeudi de 14 h à 15 h, et vendredi de 15 h à 16 h (selon nombre d'inscrits).

Le nombre de cours sera de 28 par groupe, dont 7 séances d'aqua bike comprises dans le tarif. Les personnes qui ne souhaitent pas pratiquer l'aqua bike pourront profiter d'un cours d'aquagym sur un autre créneau de la semaine en informant votre référent. Tarifs : 267 € (payable par chèque en 3 fois (3x89 € tarif maintenu), remboursement exceptionnel en cas d'arrêt, certificat médical à l'appui). Tout mois commencé sera dû, So.Pool facturant le mois complet. Les absences exceptionnelles de courte durée, pourront être reportées sur un autre créneau de la semaine, ou de plus longue durée rattrapées sur d'autres créneaux ultérieurs, sous réserve que le secrétariat de l'Orpass soit informé pour transmission à So.Pool.



Danielle ROGNERUD

### GYM DYNAMIC SENIORS

Catherine DAVID

Animé par Alexandre ALLAIN, coach sportif

Forfait annuel : 90 €, les 26 séances

Maison des Associations René Couillaud

6 rue des Becques. Certificat médical obligatoire.

Le lundi de 14 h à 15 h, le mercredi de 14 h 30 à

15 h 30, et possibilité d'un cours supplémentaire

le lundi de 15 h 15 à 16 h 15 en fonction du nombre

d'inscriptions. Début des cours le 19 septembre.

Détente et plaisir, se défouler dans une ambiance conviviale. Entretenir vos capacités physiques pour une bonne santé, un bon moral. Exercices variés avec ou sans matériel (haltères, balles, élastiques) : cardiovasculaires, respiration, mobilité et renforcement musculaire, étirements, souplesse, équilibre, coordination etc.



Alexandre ALLAIN  
et Catherine DAVID

### GYM DOUCE TAPIS

Catherine DAVID

Animé par Alexandre Allain, coach sportif – un cours avec tapis pour s'allonger.

Forfait : 90 €, les 26 séances (payable en 3 fois), à

la Maison des Associations René Couillaud

6 rue des Becques. Certificat médical obligatoire.

Le mardi de 15 h 15 à 16 h 15, début des cours le 20 septembre.

La pratique se fait en respectant les possibilités de chacun dans une ambiance conviviale. Elle a pour objectifs de mettre en mouvement le corps, mobiliser les articulations en douceur et sans douleur, entretenir la condition physique sans danger, améliorer la souplesse, l'équilibre, le travail respiratoire. Des bienfaits pour le corps et l'esprit. Un impact sur votre indépendance et votre autonomie. Une diminution du stress.

### NOUVEAUTÉ

### GYM DOUCE CHAISE ET DEBOUT

Catherine DAVID

Animé par Alexandre Allain, coach sportif

Forfait : 90 €, les 26 séances (payable en 3 fois), à la Maison des Associations René Couillaud 6 rue des Becques. Certificat médical obligatoire. Le mercredi de 15 h 45 à 16 h 45, début des cours le 21 septembre.

Un cours pour les personnes ne souhaitant pas s'allonger.

## **STRETCHING**

Catherine DAVID

Animé par Alexandre ALLAIN, coach sportif  
Forfait annuel : 90 € (ou 3x30 €) les 26 séances, à la Maison des Associations René Couillaud 6 rue des Becques. Certificat médical obligatoire. Le mardi de 16 h 30 à 17 h 30, début des cours le 20 septembre.

Stretching postural et en mouvement. Respiration et étirements associés. Tout en respectant les possibilités de chacun. Assouplissement, flexibilité, mobilité, relaxation, bien être et détente.

## **PÉTANQUE DE LOISIR**

Robert TEISSEDRE

Tous les lundis et jeudis de 13 h 30 à 18 h, au boulodrome de la Pyramide - rue de la Lourneau. Pour s'inscrire il suffit d'être à jour de la cotisation ORPASS. Bernard CIVEL, trésorier adjoint, assurera des permanences, salle du bar, pour les adhésions et inscriptions à la pétanque, du jeudi 15/09 au jeudi 29/09.

La section Pétanque et son responsable, Robert TEISSEDRE, accueilleront les joueuses et joueurs pour la mise en place des équipes, sans oublier la séquence détente au bar, où vous attendent nos sympathiques et dévoué(e)s bénévoles, après les parties acharnées. La règle est la bonne humeur et la bonne ambiance, tout en pratiquant un véritable sport !



## **NOUVEAUTÉ**

## **BOULES SABLÉES**

Gérard ETIENNE

Tous les mercredis après-midi de 14 h à 18 h  
boulodrome de la Noë Cottée.

Jeu atypique (historique de l'activité paru dans la revue « contact n° 102 ») pratiqué avec des boules en bois de 1.2 kg, diamètre 120 mm, conservées entre les parties dans un bac à eau.

Le boulodrome dispose de 2 terrains, avec des équipes de 4 ou 5 joueurs, qui pratiquent dans une excellente convivialité. Les pauses, dans un local attenant, sont bien appréciées.

## **TENNIS DE TABLE DE LOISIR**

Jean-Pierre HEURTEL

Tous les jeudis de 9 h 30 à 12 h 30 à la halle de Chantepie

Balles et raquettes peuvent être fournies.

Dans une ambiance décontractée les rencontres entre joueurs et joueuses de tous niveaux permettent de maintenir sa forme et d'améliorer son jeu. Quatorze tables sont à votre disposition. Nous rencontrerons amicalement des équipes des communes voisines.

## **BILLARD FRANÇAIS**

Colette GAVINI

Tous les jours de la semaine sauf dimanche et fêtes, à la maison de la Tullaye, 42 bd des Pas Enchantés. Participation annuelle : 60 € (entretien des tables, tapis, achat billes, nettoyage).

Nous avons à notre disposition, 2 tables de billard français (3 billes). Idéal pour exercer son adresse, sans esprit de compétition. Le loisir, ici, règne en maître. Des tournois internes sont prévus avec remise de coupes les jeudis 29 septembre 2022 et 20 mai 2023.



# JEUX

## ACTIVITÉS LUDIQUES DU LUNDI

Nicole BILLARD

Tous les lundis de 14 h à 17 h à la Mairie annexe du Douet, place des Liberté

Rencontres amicales et sympathiques pour se détendre et jouer à la belote, scrabble..., sans oublier la pause conviviale autour d'un agréable goûter concocté par la responsable Nicole BILLARD.



Nicolle BILLARD, debout au milieu des tables de jeux

## SCRABBLE

Annick MARIE – Nicole LE PLUART

Tous les mercredis et jeudis de 14 h 30 à 17 h  
Salle des Aînés - 6 mail Karoly Szita

Ce jeu permet la stimulation de l'esprit dans une ambiance conviviale, avec en fin de partie boissons et petits gâteaux.

## ÉCHECS

Amaury DURET

Tous les mardis de 14 h à 17 h 30  
Salle des Aînés – 6 mail Karoly Szita

Ce loisir se déroule dans la bonne humeur, il n'est pas question de compétition, seulement de trouver du plaisir à ce jeu passionnant, tous niveaux, même débutant(e)s.

Partie d'échecs avec Amaury DURET (à gauche sur la photo)



## LA DÉTENTE DU JEUDI

Liliane PILLET

Tous les jeudis de 13 h 30 à 17 h  
à la salle de la Noë Cottée

La Détente du Jeudi vous propose des jeux de carte, belote, tarots et scrabble, dans une ambiance conviviale à l'intérieur d'une salle très agréable et accueillante. Contre un ticket à 1 €, vers 16 h, une collation avec gâteaux, bonbons, café, boissons, vous sera servie par la sympathique équipe de bénévoles, qui participent à cette activité. Au cours de l'année, quelques actions sont organisées, repas en commun, goûter de Noël ou encore la galette des rois. Continuité de l'activité au cours de l'été, salle des aînés, les lundis de 13 h 30 à 17 h.



Liliane PILLET, la responsable, suit la partie de belote

# SANTÉ BIEN-ÊTRE

## SOPHROLOGIE

Joëlle BOUGUER

Co-responsable Maryse ETIENNE

Le mercredi de 14 h à 15 h (séance animée par Valérie PLOUMION, sophrologue)

Le jeudi de 9 h 45 à 10 h 45 et de 11 h à 12 h (séances animées par Uriell KERHOAS, Sophrologue)

A la Maison des Associations René Couillaud  
6 rue des Becques.

Forfait annuel 138 €, (payable en 3 fois). 28 séances (remboursement exceptionnel en cas d'arrêt, certificat médical demandé).

Début des cours les mercredi 28 septembre et jeudi 29 septembre 2022. Moments privilégiés de présence à soi et de détente. Les séances de sophrologie permettent d'établir une relation harmonieuse entre le corps et l'esprit, grâce à des pratiques simples et accessibles à tous, fondées sur des techniques de relaxation dynamique et d'exercices respiratoires.



Maryse ETIENNE

## ÉVOCATIONS MÉDITATIVES

Joëlle BOUGUER - Co-responsable Maryse ETIENNE

Le mercredi de 15 h 15 à 16 h 15 (séance animée par Valérie PLOUMION, sophrologue).

A la Maison des Associations René Couillaud – 6 rue des Becques. 12 personnes inscrites minimum pour valider cette activité.

Forfait annuel 138 € (payable en 3 fois). 28 séances (remboursement exceptionnel en cas d'arrêt, certificat médical demandé).

Début des cours le mercredi 28 septembre 2022. Valérie vous propose de partir en voyage avec des Evocations Méditatives ; que ce soit des évocations de voyage, de paysage, de lumière ou sur le corps. Le principe est de focaliser son esprit sur un thème en se laissant porter par le texte et la voix. Ces méditations associent le relâchement du corps et l'activité de l'esprit, de l'imaginaire. L'objectif est de dynamiser les ressources positives de la personne durant ce temps de pause, ce temps de présence. Elle pourra également chaque fois qu'elle en aura besoin, réactiver les évocations et ses sensations liées. Cette pratique se base sur la puissance du cerveau humain ; la puissance de se projeter dans des images et des sensations. Il est d'ailleurs démontré que ce sont les mêmes régions du cerveau qui sont activées que l'on vive un événement agréable ou bien qu'on l'imagine

## NOUVEAUTÉ

### YOGA

Séance animée par Lucie GUILLERM – professeure de yoga

Le lundi de 15 h à 16 h 15, salle des Aînés – 6 mail Karoly Szita. 10 personnes inscrites minimum pour valider cette activité. Forfait annuel 168 €, (payable en 3 fois, 56 € par trimestre) 26 séances (remboursement exceptionnel en cas d'arrêt, certificat médical demandé).

Quels sont les bienfaits du hatha yoga ? Il s'agit d'une pratique douce et bienveillante de postures et de respirations permettant d'assouplir et de renforcer son corps. Le yoga permet aussi de réduire le stress et d'améliorer le sommeil. Le respect et l'écoute de son corps permettent d'adapter sa pratique à ses capacités physiques et mentales du moment.

## ATELIER MÉMOIRE

Danièle LUCAS

Deux fois par mois selon le calendrier établi :

Groupe 1 : le lundi matin de 10 h à 11 h 30 au centre commercial de la Fontaine, rue de Beaugency, , responsables Gabrielle GROLIER

Groupe 2 : le lundi matin de 9 h 30 à 11 h 30 à la salle des Aînés, 6 mail Karoly Szita, responsable DEBUC Arlette

Groupe 3 : le lundi matin de 9 h 30 à 11 h 30, à la salle des Aînés, 6 mail Karoly Szita en alternance avec le groupe 2, responsable LUCAS Danièle

Groupe 4 : le jeudi matin de 10 h à 11 h 30 salle des

Aînés, responsable VINET Lucienne et Yves GEROT  
Groupe 5 : le mardi matin 10h à 11h30, Mairie  
annexe du Douet, place des libertés, responsable  
GENOIST Chantal.

Nos ateliers sont l'occasion de faire travailler notre  
mémoire visuelle en mémorisant des mots, des  
chiffres, des séries, des dessins, ... l'occasion éga-  
lement de réviser nos connaissances géographiques,  
historiques ou littéraires. Nous proposons aussi cer-  
tains jeux : anagrammes, mots codés, ...

Nos Règles d'Or :

1. Chacun a le droit de s'exprimer
2. Chacun a le droit de ne rien dire
3. Ce qui se dit de personnel doit rester dans le  
groupe
4. Chacun a le droit de se tromper
5. Chacun a le droit d'écouter et d'être écouté
6. Il est bon que chacun arrive à l'heure



## GOUTER RENCONTRE

Alain HARDOUIN

De 14 h 30 à 16 h 30, les vendredis à la salle des  
aînés, 6 mail Karoly Szita

Calendrier non établi à ce jour pour 2022-2023

Dans une ambiance très conviviale avec une animation  
musicale, ces rencontres (ouvertes à tous) sont l'oc-  
casión de passer d'agréables moments de partage et  
d'amitié autour d'une collation préparée par les béné-  
voles.

## LOISIRS

### SORTIES-PROMENADES

Hélène LE MEILLOUR

Co-responsables Philippe LE NOUVEAU,  
Nicolle BILLARD et Annie PRIGENT

Fournir 2 enveloppes timbrées pour envoi des  
programmes des 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> trimestres 2023.  
Programme du 1<sup>er</sup> trimestre remis lors de  
l'inscription

Nos responsables après avoir reconnu des parcours  
vous proposent une sortie-promenade, le mardi  
après-midi, toutes les trois semaines. Le rendez-vous  
est fixé à un arrêt de bus, busway ou tramway, pour  
une promenade dans divers lieux de Nantes ou sa  
périphérie. Durée de la marche environ deux heures.

### SORTIES CULTURELLES/VOYAGES

Liliane Pillet

Co-responsables Marylène MAURICE & Danielle RO-  
GNERUD

Au cours de la journée d'inscriptions aux activités  
le 13 septembre à l'Escall, des sorties à la journée  
vous seront proposées avec inscriptions.

D'ores et déjà 3 journées vous sont proposées le 11  
octobre journée cubaine à Denezé-sous-Doué (49),  
le 16 novembre journée des retrouvailles à Marti-  
gné-Ferchaud (35) et le 14 décembre une journée de  
Noël à la grange du Pouct'on (85).

Quant au programme des séjours 2023, il vous sera  
communiqué en fin d'année.

### THÉS DANSANTS

Le dimanche de 14 h 30 à 19 h, à la salle Escall, rue  
des Berlaguts.

Entrée : 8€ pour les adhérents, 10€ pour les non  
adhérents. Une part de brioche et consommations  
gratuites.

Les bénévoles sont les bienvenus pour la mise en  
place le dimanche matin et le dimanche soir pour le  
rangement. Un pot de l'amitié avec les bénévoles est  
de rigueur la journée terminée !

Dates et orchestres pour l'année 2022-2023 :

2 octobre 2022 : Barbaro

8 janvier 2023 : Emmanuel Rolland

12 février 2023 : Barbaro

5 mars 2023 : Tendanse

2 avril 2023 : Didier GILBERT

4 juin 2023 : Mister SWING

## JUMELAGE AVEC L'ALLEMAGNE

Suivant l'engagement pris en 1990, l'ORPASS entretient régulièrement des liens d'amitié entre les retraités de ST-SEBASTIEN et ceux de GLINDE, ville jumelée avec la nôtre depuis 1964. Si vous souhaitez siéger au sein du Conseil d'Administration du comité de jumelage Saint-Sébastien/Glinde et vous investir sur le 60ème anniversaire du jumelage, contactez le secrétariat de l'ORPASS.

## ANIMATIONS :

Joël BENOIT

## SPECTACLE DE NOËL

30 novembre 2022 à l'Escall, spectacle « Les Fabuleuses » : show transformiste

## GALETTE DES ROIS

10 janvier 2023 à l'Escall, spectacle « C'est ma tournée » assuré par Citrus organisation

## 40<sup>E</sup> ANNIVERSAIRE DE L'ORPASS

22 mars 2023 à l'Escall, repas spectacle « Ptites folies » assuré par Citrus organisation

## REPAS APRÈS-MIDI PÉTANQUE

27 avril 2023 à l'Escall, animation musicale assurée par Joël MOREAU

## BUFFET DE PRINTEMPS

## FIN DE SAISON

Repas dansant. 23 mai 2023 animation musicale à l'Escall, assurée par Joël MOREAU

# INFORMATIONS

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE L'ORPASS

Prévue le 22 novembre 2022, salle de l'Escall à 14 h

## CINÉVILLE

Le Cinéma « Cinéville », rue Marie Curie, vous propose en tant qu'adhérents de l'ORPASS, sur présentation de votre carte des places au tarif de 4,60 € tous les jours de la semaine et pour toutes les séances.

Opéras et Ballets :

Un tarif préférentiel de 12 € au lieu de 16 € vous est également réservé pour les séances de retransmission d'opéras et ballets.

## SPORTISSIMO

L'ORPASS sera présente à la grande fête du sport et des associations le samedi 10 septembre sur les îles de Loire.

## SEMAINE BLEUE

La semaine bleue se déroulera du 10 au 17 octobre.

La plupart des animations se concentreront cette année à l'ESCALL et elles seront ouvertes à tout public pour favoriser les échanges intergénérationnels. Autre nouveauté : un bar avec boissons et goûters sera proposé à l'ESCALL ainsi qu'un repas partagé le mardi midi.

Au programme : marche nordique, ateliers beauté, cuisine, conférence autour de l'isolement, balades natures, visites patrimoniales, chorale, cinéma, séance podologie, etc. Le programme complet sera encarté dans le magazine municipal de septembre.

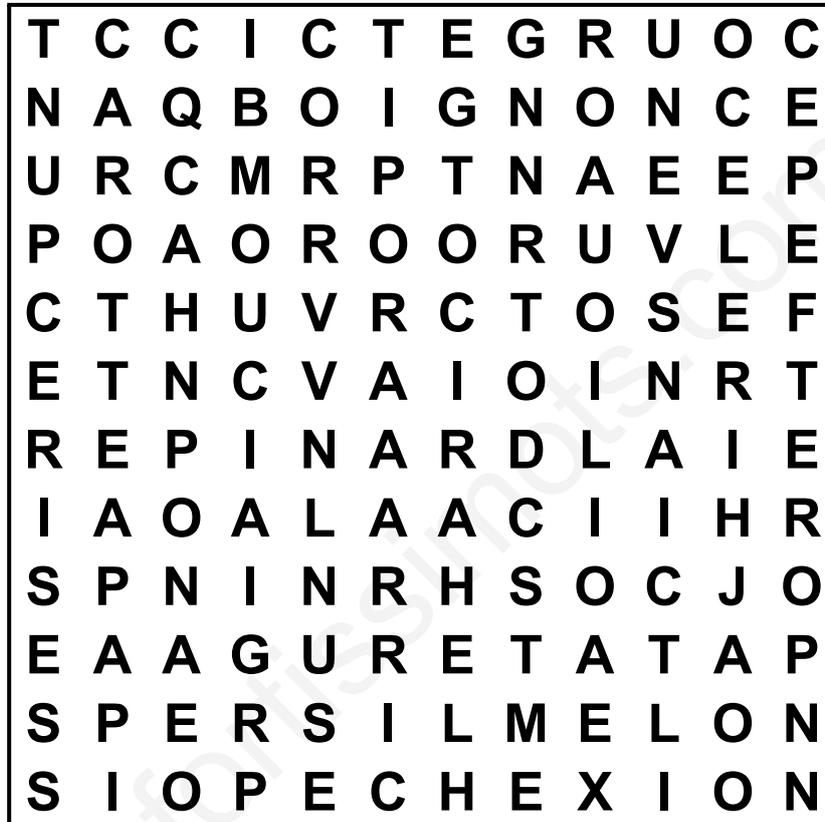
L'ORPASS proposera son loto le mercredi 12 octobre à l'Escall.

## VILLE AMIE DES AÎNÉS :

## APPORTEZ VOS IDÉES

Les groupes de travail autour de la place des Aînés en ville sont toujours ouverts à tous. Trois thématiques sont proposées : l'habitat ; les loisirs ; la fracture numérique / l'isolement ; Si vous souhaitez apporter vos idées, n'hésitez pas à vous faire connaître et à rejoindre les groupes : Pôle Solidarités 02 40 80 85 80

# JEU : MOTS MÊLÉS



www.fortissimots.com

- |         |         |         |
|---------|---------|---------|
| AIL     | COTON   | OIGNON  |
| ANANAS  | COURGE  | ORANGE  |
| AVOCAT  | EPINARD | PATATE  |
| BROCOLI | FRAISE  | PECHE   |
| CAROTTE | HARICOT | PERSIL  |
| CELERI  | LAITUE  | POIS    |
| CEPE    | MACHE   | POIVRON |
| CERISE  | MELON   | PRUNE   |
| CHOU    | NAVET   | RADIS   |
| CITRON  | NOIX    | TOMATE  |

---

## SOLUTION

La phrase-mystère est : CINO PAR JOUR



# BULLETIN D'ADHÉSION



**NOM :**

**Prénom :**

**Adresse postale :**

**Date de naissance :**

**Adresse e-mail :**

**Téléphone :**

Lors du confinement nous avons pu mesurer l'importance de la communication par mail, merci de renseigner cette adresse et nous faciliter la communication.

## ADHESION ANNUELLE 13 € (à régler de préférence par chèque)

Je joins un chèque de 13 € à l'ordre de l'ORPASS

Le ...../...../2022

Je règle 13 € en espèces

Le ...../...../2022

Signature :

Merci d'adresser ce bulletin au :  
Secrétariat de l'Orpass  
Maison des Citoyens  
6 rue du Général de Gaulle

ou déposez le dans la boîte aux lettres (carte d'adhésion délivrée le jour des inscriptions ou à la maison des Citoyens)



## RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS SECRETARIAT DE L'ORPASS

Maison des Citoyens  
6 rue du Général de Gaulle  
44230 Saint-Sébastien-sur-Loire  
**Tél. 02 40 80 86 38**  
[www.saintsebastien.fr](http://www.saintsebastien.fr)

**Horaires d'ouverture au public :**  
Du lundi au jeudi de 9 h à 12 h  
et de 14 h à 17 h 30  
fermé au public le vendredi

### Le Bureau de l'ORPASS

Président : Joël BENOÎT | Vice Président : Laurent TURQUOIS représenté par Marie-Christine LAURENT |  
Vice Présidente : Maryse ETIENNE | Secrétaire : Christian DENIAUD, Secrétaire Adjointe : Liliane PILLET |  
Trésorier : Jean-François BOUHIER, Trésorier Adjoint : Bernard CIVEL | Président Honoraire : Emile CHARRON

Direction de la publication : J BENOIT, Président  
Rédaction : Articles ORPASS : JF BOUHIER  
Recherches archives : N PUILLANDRE  
Mise en page : service communication Ville  
Articles de la commune : service communication Ville  
Photos activités : JF BOUHIER

