

Contact ORPASS



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

► N° 112 **JUILLET 2025**

Activités SAISON 2025/2026

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



Sortie promenade pique-nique du 24 juin 2025

INSCRIPTIONS 2025/2026

ADHÉSION

Tarif 13 €

INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS

ESCALL - rue des Berlaguts

Jeudi 18 septembre 2025 :
9 h 30 / 12 h 30 et 14 h 30 / 17 h

L'activité informatique propose une
demi-journée supplémentaire d'ins-
criptions :

le vendredi 19 septembre
de 9 h 30 à 12 h, salle des aînés
(mail Karoly Szita)

Horaires d'ouverture du secrétariat pour prise d'adhésions uniquement
les lundis, mardis, mercredis matins de 9 h 30 à 12 h :

les 15, 16, 21, 22 et 23 juillet, les 26, 27 août 2025
et 8, 10, 15, 16 et 17 septembre 2025

aucune adhésion ne sera prise en dehors de ces créneaux

Édito

Cher(e)s adhérentes et adhérents,

La saison 2024-2025, se termine avec des chiffres très satisfaisants et d'excellents résultats !

Adhésions en hausse, inscriptions en nombre aux activités payantes et non payantes. Une présence importante à nos différentes animations avec spectacles, les adhérents ont été au rendez-vous de nos actions, et nous nous en félicitons.

Cela se traduit par de bons équilibres financiers nécessaires à notre Association pour maintenir une activité de bon niveau, à votre service.

Nous remercions tous les bénévoles et animateurs, qui ont participé au succès de cette saison.

Nous espérons, bien entendu, confirmer ces excellents chiffres lors de la prochaine saison, nous comptons sur vous !

Pour cela le conseil d'administration de l'ORPASS maintiendra la même grille d'activités qui a fait le succès et l'attractivité de notre association, avec une nouveauté les jeux de dames.

Nous associons les élus municipaux qui nous accordent les créneaux dans les différentes salles municipales et qui affichent leur soutien à travers une aide en personnel qui favorise l'accès aux activités.

Nos animateurs bénévoles sont prêts à s'engager pour une nouvelle saison.

Cette dynamique favorable nous rappelle la nécessité de recruter de nouveaux bénévoles acceptant certaines responsabilités indispensables à un bon fonctionnement et à la pérennité de l'association.

Le Conseil d'Administration vous remercie de votre confiance et se maintient à votre écoute.

Rendez-vous le jeudi 18 septembre 2025, à l'Escall pour les inscriptions et adhésions.

Le trésorier, JF BOUHIER

Le Président, Robert TEISSEDRE et le Maire, Thomas BOUCHER lors du buffet de printemps du 27 mai



Une des équipes de bénévoles au service lors du buffet de printemps



Les danseurs lors du buffet de printemps

ACTIVITÉS CULTURELLES

ACTIVITÉS NUMÉRIQUES

Henri DIDERON

Selon un calendrier établi, en groupes ou bien à domicile. Participation forfaitaire : 15€.

Rendez-vous, jeudi 18 septembre 2025, toute la journée, à la salle de l'Escall, pour les inscriptions à l'activité informatique et numérique. Adhésions obligatoires pour s'inscrire

Face à l'omniprésence d'internet dans la vie quotidienne, de plus en plus d'utilisateurs parmi les adhérents franchissent le cap, claviers et souris en main. Les motivations restent aussi nombreuses que les cours proposés. Les démarches administratives, les achats en ligne, les objets connectés, les smartphones ou téléphones portables, les tablettes numériques ainsi que les réseaux sociaux constituent autant de pratiques destinées à répondre aux sollicitations extérieures. La communication par la voie digitale apparaît alors nécessaire pour continuer à garder contact avec nos proches ou l'entourage.

L'équipe des bénévoles de l'activité numérique recherche de nouveaux membres qui souhaiteraient aider, au sein de l'Orpass, des adhérents désirant soit débiter soit perfectionner leurs pratiques.



DESFASSIAUX Cécile, formatrice numériques

LECTURE

Joëlle BOUGUER – Edith FENIOUX

Deux groupes animés par Joëlle BOUGUER et Edith FENIOUX se réunissent une fois par mois alternativement le mardi après-midi de 14 h 15 à 16 h 30 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.

Les ritournelles, rien de meilleur pour le cœur. A quoi ça sert la vie, si on n'a pas d'ami(e)s, nous, on les a trouvé(e)s, tout en chantant et nos chansons, sentimentales et entraînantes sont très appréciées des résidents de maison de retraite, à qui nous rendons visites régulièrement. Donner c'est aussi recevoir tous ces sourires qui réchauffent les cœurs.



Les Mamies Blues

SPORT

Certificat médical à fournir le jour des inscriptions. Tout trimestre commencé est dû.

AQUAGYM

Danielle ROGNERUD : groupe du lundi
Catherine LHUILLERY : groupe du jeudi
Marie-Paule BABONNEAU : 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 **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.
Tarifs : **279 €** payable par chèque en 3 fois (3 x 93 €), (en cas d'arrêt, certificat médical obligatoire, tout trimestre commencé sera dû, So.Pool facturant l'année complète).

Les absences **exceptionnelles de courte durée**, pourront être reportées sur un autre créneau de la semaine, sous réserve que le secrétariat de l'Orpass soit informé pour transmission à So.Pool.



ACTIVITÉS DE GYMNASTIQUE (Gym dynamic, gym douce, gym chaise debout, stretching)

Catherine DAVID et Pauline CHAUVEAU

Animé par Alexandre ALLAIN, coach sportif

Forfait annuel : 90 €, (ou 3 x 30 €) les 26 séances

Maison des Associations René Couillaud

6 rue des Becques. Certificat médical à fournir lors de l'inscription.



GYM DYNAMIC SENIORS

Le lundi de 14 h à 15 h et de 15 h 15 à 16 h 15, le mercredi de 14 h à 15 h. Début des cours le lundi 22 et mercredi 24 septembre.

Détente et plaisir, se défouler dans une ambiance conviviale. Entretien 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.



GYM DOUCE TAPIS

Le mardi de 15 h 15 à 16 h 15, début des cours le 23 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.

GYM CHAISE DEBOUT

Le mercredi et le jeudi de 15 h 15 à 16 h 15, début des cours le 24 et 25 septembre.

Un cours pour les personnes ne souhaitant pas s'allonger. Mobiliser son corps, pour un meilleur équilibre, travailler la coordination, se détendre dans la bonne humeur.



STRETCHING

Le mardi de 16 h 30 à 17 h 30 et le jeudi 14 h à 15 h, début des cours le 23 et 25 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.

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 !

- Rencontre avec Basse-Goulaine à Saint-Sébastien-sur-Loire le 18 septembre 2025
- Concours interne de pétanque le 25 septembre 2025
- Repas pétanque d'automne le jeudi 2 octobre 2025

Robert TEISSEDRE & Bernard CIVEL



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

Le temps passe et compte tenu de la situation l'ORPASS et sa responsable Colette GAVINI ont décidé de mettre un terme à l'activité « Billard Français » au 30 juin 2025. Le vieillissement des joueurs, la difficulté à renouveler les pratiquants et les responsables, ont été les principaux déclencheurs de cette décision. L'ORPASS remercie tous les bénévoles et tous les joueurs, très attachés à la section, qui ont œuvré toutes ces années à la vie de l'activité « Billard français » de l'ORPASS, et particulièrement Colette GAVINI pour son implication.

JEUX

ACTIVITÉS LUDIQUES DU LUNDI

Nicole BILLARD

Tous les lundis de 14 h à 17 h à la Mairie annexe du Douët, place des Libertés

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 Nicolle BILLARD.

Continuité de l'activité au cours de l'été, avec la Détente du Jeudi, salle des aînés, les lundis de 13 h 30 à 17 h.



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

NOUVEAUTÉ JEUX DE DAMES

Pascal BERNARD

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.



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 cartes, 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, assurée par Jean-Claude PEAUDEAU, 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

Nadia MOUTURIER

Le mercredi de 14h à 15h

Le jeudi de 9h45 à 10h45

Séances animées par Valérie PLOUMION, sophrologue
**A la Maison des Associations René Couillaud
6 rue des Becques.**

Forfait annuel 141 €, (payable en 3 fois 47 €).

28 séances (en cas d'arrêt, certificat médical
obligatoire, tout trimestre commencé est dû).

Début des cours les mercredi 24 septembre et jeudi
25 septembre 2025. Moments privilégiés de pré-
sence 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.



De gauche à droite, Joëlle BOUGUER,
Nadia MOUTURIER, Valérie PLOUMION
lors d'une séance de sophrologie

RELAXATION

Nadia MOUTURIER

Le mercredi de 15h15 à 16h15

Séances animées par Valérie PLOUMION, sophrologue
A la Maison des Associations René Couillaud

**6 rue des Becques. 10 personnes inscrites
minimum pour valider cette activité**

Forfait annuel 141 €, (payable en 3 fois 47 €).

28 séances (en cas d'arrêt, certificat médical
obligatoire, tout mois commencé est dû).

Début des cours le mercredi 24 septembre 2025.

La relaxation est une pratique visant à réduire le stress
et les tensions physiques et mentales, favorisant ainsi
un état de calme et de bien-être. La relaxation permet
au corps et à l'esprit de récupérer plus efficacement.
Autorisez-vous ce temps où il n'y a rien à faire, rien à
demander... juste être ! être pleinement présent(e) à
l'instant !

NB : l'activité relaxation ne sera effective qu'avec 10
inscrits minimum.

ATELIERS À THÈMES

Valérie PLOUMION

Valérie PLOUMION vous propose des ateliers à
thèmes pour répondre à une problématique précise.
Cette saison : proposition de 3 ateliers de 6 heures,
avec 1 thème par trimestre. Pour chaque thème
1 heure par semaine sur 6 semaines. Chaque stage
alternera de la théorie et de la pratique (issue de la
sophrologie).

**Le jeudi de 11h à 12h. Maison des Associations
René Couillaud – 6 rue des Becques.**

Tarif par atelier 50 € les 6 séances.

Conditions pour valider ces ateliers : 10 personnes
minimum inscrites par atelier. Un adhérent peut
s'inscrire dans plusieurs ateliers.

Mieux dormir, pour mieux vivre : comprendre son
fonctionnement et tester des techniques simples pour
s'apaiser et favoriser l'endormissement.

Confiance en soi, estime de soi : comprendre nos
mécanismes et tester des techniques simples pour
booster la confiance en soi, renforcer l'estime et l'affir-
mation de soi.

Mon stress et moi : comprendre les mécanismes du
stress et tester des techniques pour mieux le gérer.

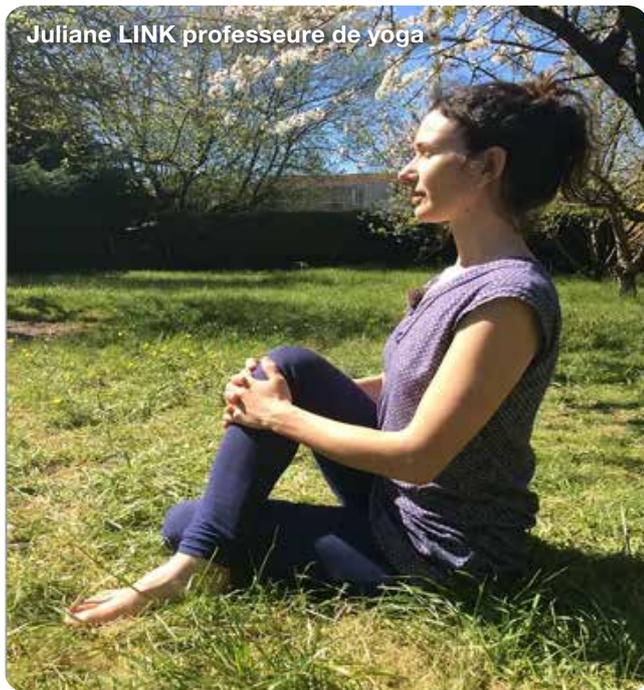
YOGA

Bernadette DECAMP

.....
Juliane LINK, professeure de Yoga (entame sa deuxième année à l'ORPASS, très appréciée la saison passée).

Le mercredi de 9h30 à 10h45 et de 10h45 à 12h, salle expression maison des associations 6 rue des Becques. **Forfait annuel 168 €, (payable en 3 fois, 56 € par trimestre) 26 séances** (en cas d'arrêt, certificat médical obligatoire, tout trimestre commencé est dû). **Début des cours le mercredi 24 septembre 2025.**

.....
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. (apporter son tapis).



ATELIER MÉMOIRE

Anny HEURTEL

.....
Deux fois par mois selon le calendrier établi :
Groupe 1 : le lundi matin de 10h à 11h30 au centre commercial de la Fontaine, rue de Beaugency, responsable Gabrielle GROLIER
Groupe 2 : le lundi matin de 9h30 à 11h à la salle des Aînés, 6 mail Karoly Szita, responsable Colette FIENGO
Groupe 3 : le lundi matin de 9h30 à 11h30, à la salle des Aînés, 6 mail Karoly Szita responsable

Anny HEURTEL

Groupe 4 : le jeudi matin de 10h à 11h30 salle des Aînés, responsable Yves GEROT

Groupe 5 : le mardi matin 10h à 11h30, Mairie annexe du Douet, place des libertés, responsable Chantal GENOIST.

.....
Nos ateliers sont l'occasion de travailler notre mémoire avec des mots, des chiffres, des séries, des dessins etc... l'occasion également de réviser nos connaissances géographiques, historiques ou littéraires. Nous proposons aussi certains jeux : anagrammes, mots codés etc.

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
7. En cas d'absence merci de prévenir le ou la responsable

GOUTER RENCONTRE

Henri DIDERON

.....
De 14h30 à 16h30, les vendredis à la salle des aînés, 6 mail Karoly Szita

Les vendredis 17 octobre 2025, 20 mars et 29 mai 2026.

.....
Dans une ambiance très conviviale avec une animation musicale, ces rencontres (ouvertes à tous) sont l'occasion de passer d'agréables moments de partage et d'amitié autour d'une collation, sur inscriptions au 02 40 80 86 38.



LOISIRS

SORTIES-PROMENADES

Annie PRIGENT

Co-responsable : Philippe LE NOUVEAU

Fournir 2 enveloppes timbrées pour envoi des programmes des 1^{er} et 2^e trimestres 2026.

Programme du dernier trimestre 2025 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 ROGNERUD et Jean-Michel TANGUY

Au cours de la journée d'inscriptions aux activités le 18 septembre à l'Escall, des sorties à la journée vous seront proposées avec inscriptions.

D'ores et déjà une journée « Retrouvailles », interclubs vous sera proposée le mercredi 19 novembre 2025 avec déjeuner spectacle (Chantonay 85). Quant au programme des séjours 2026, 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 : 10€ pour les adhérents, 12€ 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 2025-2026 :

5 octobre 2025 : Pascal BARBARO

16 novembre 2025 : Alexandre MONNIER

7 décembre 2025 : Damien DUCELIER

8 février 2026 : Patrice JOUNIER

8 mars 2026 : Cascade

29 mars 2026 : Mister Swing

ANIMATIONS

Pauline CHAUVEAU et Mireille JOSSE

SPECTACLE DE NOËL

10 décembre 2025 à l'Escall :

spectacle de cabaret traditionnel, assuré par la Compagnie « Les Fabuleuses »

Tarif adhérent 6 € - inscriptions le mardi 18 novembre 2025 de 9 h 30 à 11 h 30 salle des aînés.

GALETTE DES ROIS

Mercredi 4 février 2026 à l'Escall, spectacle « Dalida », présenté par Passion'Scène », chanteuse, danseuses et pianiste, tarif adhérent 6 €.

Inscriptions le mardi 6 janvier 2026 de 9 h 30 à 11 h 30 salle des aînés.

GOÛTER SPECTACLE

11 mars 2026 à l'Escall, spectacle « Dingue Hôtel », une opérette comique, rires et chansons françaises présenté par la compagnie CITRUS, bonne humeur assurée !

Tarif adhérent 6 €. Inscriptions le mardi 3 mars 2026 de 9 h 30 à 11 h 30 salle des aînés.

LOTO FAMILIAL

Samedi 4 avril 2026 salle de l'Escall 14 h à 17 h 30 (sans réservation).

REPAS DANSANT PÉTANQUE

21 mai 2026 à l'Escall, animation musicale assurée par Joël MOREAU

BUFFET DE PRINTEMPS (REPAS DANSANT) - FIN DE SAISON

Mercredi 27 mai 2026 animation musicale à l'Escall, assurée par Joël MOREAU, **tarif adhérent 13 €.**

Inscriptions le mardi 28 avril 2026 de 9 h 30 à 11 h 30 salle des aînés.

INFORMATIONS

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE L'ORPASS

prévue le mardi 25 novembre 2025, salle de l'Escall à 14 h

TRANSPORT SOLIDAIRE

Au même titre que vous renouvelez votre inscription pour votre activité à l'ORPASS, si vous souhaitez bénéficier du Transport Solidaire, pensez à contacter le service seniors en septembre.

En l'absence de contact avec le service seniors, aucun trajet ne sera assuré.

Le Transport Solidaire est proposé pour les activités se déroulant du lundi au vendredi de 9 h à 12 h et de 14 h à 17 h.

Coordonnées : 02 40 80 85 75

serviceseniors@saintsebastien.fr

LA LOIRE COOL

Tout l'été, dans le cadre du festival « La Loire Cool », la Ville propose des animations gratuites ouvertes à toutes et tous. Retrouvez notamment des séances de sport à la fraîche, des balades nature, des spectacles...

Programme disponible dans le magazine municipal de juin 2025, en mairie, à la Station Nuage ou sur saintsebastien.fr

SPORTISSIMO

Samedi 13 septembre 2025 sur les îles de Loire

SEMAINE BLEUE

Du 5 au 12 octobre 2025

(programme disponible lors de la journée du 18 septembre)

Loto familial organisé par l'Orpass

le samedi 11 octobre à l'Escall 14 h à 17 h

SOLUTION DU JEU

S	E		S	E	E	V	L	A	L		E	E	G	A
E	L	V	A	L	O	R		S	I	O	C	I	N	
L	T	U	A	N	H		E	G	A	P	O		D	
E		U		W		B		R	O		L		R	
T	N	E	M	E	S	S	A		P	E		A	P	E
N		A	U	E	A	N	E	U	R	N		S	U	
E	S		R	O	S		A	T	S	D	I	M	E	I
		E		T	R	E		N		T	N		R	
E				E	T	E	F		E	N	E		J	A
M				I	M									
S				U	R	S								
I				L	I									
R				R										
E				R	E									
E				T	E									
T				N	E									
T				E	T									
O				R	A	I								
D				P	R	E								
S				R	O									
E				P	A	V								
E				U		S								

JEU : MOTS FLÉCHÉS

LE TOUR DE FRANCE

VOITURES DU TOUR POSITION EN CÔTE	VERTÈBRE MINABLE	COUPLE SALAI	PLANÈTE POT À SUCRE	COURSE AU FINISH	RAYON DE SOLEIL BRASSE DE L'AIR	PRATIQUE OCCULTE PUBLIE			
				ENTRE PARIS ET ROUBAIX FLEUVE					
RUISSEAU VOITURE DE QUEUE		ROUGE CRAMOISI OBLIGA- TION				NOTE COUR INTÉRIEURE			
			PENSERAIT PRONOM INDÉFINI						
VAINQUEUR DU TOUR	NOMBRE DE POINTS PROCHE PARENT				DISTINCTE SOLITAIRES				
				CONJONC- TION ÉPICÉS		MÉTRO MONNAIES ROUMAINES			
SAINTE PHILIPPE SONGE			RÉACTEUR NUCLÉAIRE DÉESSE MÈRE		LITHIUM GONFLÉ À BLOC SUR LE TOUR		BOURRUS		
		BONS EN MONTAGNE RESTITUÉE							
MAILLOT DE LEADER	IRLANDE VAINQUEUR DU TOUR		LA PLUS PETITE QUANTITÉ						
			BRINGUE RAFALE			TRANS- PORTS PUBLICS	PARTICULE ÉLÉMENT D'UN VÉLO		
INSTAN- TANÉS	EXPLOSIF SE TRANS- FORMA		SANS PARTI PRIS LIBERTAIRE						OBSTINÉS
					MAILLOT SUR LE GIRO GRUGÉ				
APPRIS UN JOUR DE COURSE		RÉCIPIENT LIEU PUBLIC			BOISSON HOMME DE MAIN			INCAPABLE	
			PRENNENT EN CHARGE ORGANE						
TRICHERIE SUR LE TOUR	OISEAU BICOLORE	MÉTAL JEU DE PIONS		VAINQUEUR DU TOUR	APRÈS LUI, LE DÉLUGE		EUROPE ABRÉGÉE DISTANCE SPATIALE		
				POSSESSIF					
PROVEN- ÇAL VIEILLE				PRINCIÈRE					
			NETTOYÉES					SUR LES DIPLOMES	



RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

SECRETARIAT DE L'ORPASS

Pôle Solidarités (immeuble Iris, face à l'Hôtel de Ville)
7 rue du Petit Anjou
44230 Saint-Sébastien-sur-Loire
Tél. 02 40 80 86 38
orpass@saintsebastien.fr

Horaires d'ouverture au public :
Du lundi au mercredi de 9 h à 12 h
et de 14 h à 17 h 30
Le jeudi de 14 h à 17 h 30
(fermé au public le matin)
Fermé au public le vendredi

Le Bureau de l'ORPASS

Président : Robert TEISSEDRE | Vice-Président : Thomas BOUCHER représenté par Michèle BONNET |
Vice-Président : Christian DENIAUD | Secrétaire : Catherine DAVID | Secrétaire Adjointe : Liliane PILLET |
Trésorier : Jean-François BOUHIER | Trésorier Adjoint : Bernard CIVEL |
Responsables des animations : Pauline CHAUVEAU et Mireille JOSSE | Président honoraire : Emile CHARRON

Direction de la publication : Robert TEISSEDRE, Président

Rédaction :

Articles ORPASS : JF BOUHIER , Pauline CHAUVEAU & Mireille JOSSE | Recherches archives : N PULLANDRE

Mise en page : service communication Ville Articles de la commune : service communication Ville

Photos activités : Michel RINFRAY



Les administratrices et Administrateurs de l'ORPASS :

Au 1^{er} rang : Catherine DAVID, Christian DENIAUD, Robert TEISSEDRE, Liliane PILLET, Bernard CIVEL

Second rang : Philippe LE NOUVEAU, Annie PRIGENT, Bernadette DECAMP, Nicole BILLARD, Danièle ROGNERUD, Joëlle BOUGUER, Marylène MAURICE

Dernier rang : Jean-Claude PEAUDEAU, Théophile RETIERE, Pascal BERNARD, Henri DIDERON, Raymond BELLON, Mireille JOSSE, Pauline CHAUVEAU, Henri CHEVOLLEAU et Jean-Francois BOUHIER