

Contact ORPASS



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

**PAIEMENT PAR
CARTE BLEUE POSSIBLE**



Sortie promenade à Vertou

► N° 114 **JUILLET 2026**

Activités SAISON 2026/2027

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

**Horaires d'ouverture du secrétariat
pour prise d'adhésions uniquement
Les mardis & mercredis 25, 26, août et
les 1er et 2 septembre 2026
de 9 h 30 à 12 h, salle des aînés,
*En raison des travaux de voirie devant
le CCAS et l'Hôtel de Ville, réduisant
fortement les places de stationnement
et la circulation*
*aucune adhésion ne sera prise en
dehors de ces créneaux dans les locaux
du CCAS***

JEUDI 10 SEPTEMBRE

INSCRIPTIONS

2026/2027

ADHÉSION

Tarif 13 €

INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS

*Priorité sera donnée aux nouveaux
adhérents sébastienais sur les activités
très sollicitées*

Salle ESCALL

Rue des Berlaguts

de 9 h 30 à 12 h 30

et de 14 h 30 à 17 h 00

Édito

Cher(e)s adhérentes et adhérents,

La saison 2025-2026 s'achève, et voilà la préparation de la nouvelle saison.

Sans faire le bilan avant l'heure, l'Orpass se « porte » bien, fin mars nous étions 1042 adhérents.

Avec plus de 20 activités possibles dans les domaines de la culture, du sport, des jeux, de la santé, du bien-être, des loisirs, des sorties et voyages, etc... Vous êtes gâtés.

Bien fréquentées les activités régulières de semaine font le plein, sont même parfois victimes de leurs succès... On ne va pas s'en plaindre... C'est le signe d'une « bonne santé » de l'Orpass et d'un panel d'activités assez complet même s'il n'y a pas juste ce que vous attendiez.

Je note les points positifs de la saison... et à l'avenir

- une nouvelle activité : la marche du lundi, une quinzaine de participants inscrits pour une moyenne de 10 présents à la marche.
- le paiement par carte bancaire, c'est ok pour les adhésions à la rentrée, pour les inscriptions aux spectacles, etc....
- une nouvelle activité à la rentrée. Des cours de pilates le jeudi matin à la maison des associations René Couillaud.
- Jeux de belote et tarot salle des aînés les lundis après-midi
- Et j'en oublie certainement....

Nous avons ajouté un feuillet détachable pour le calendrier des manifestations (car pas de rappel courrier), vous avez sûrement les magnets sur le frigo.

Nous remercions chaleureusement la municipalité, ses services et les nouvelles élues siégeant à nos côtés. Sans oublier le travail de Nicole.

Un grand merci à tous les « binômes responsables d'activités » (ne restez pas seul comme responsable, à deux c'est mieux), aux animateurs et bénévoles qui œuvrent parfois, souvent dans l'ombre. Venez aider à préparer la salle pour les différentes manifestations, et aider au rangement, la vaisselle, etc...

Si le cœur vous en dit, candidatez lors de la prochaine Assemblée Générale pour rejoindre le Conseil d'Administration. Donner un peu de votre temps, faire un peu pour le collectif, apporter de nouvelles idées, vous recevrez certes des critiques, mais plein de satisfactions.

Bien entendu, nous espérons que vous serez au rendez-vous pour la saison prochaine.

Le conseil d'administration vous remercie par avance d'être là le 10 septembre 2026 pour vos inscriptions aux activités.

Vous noterez :

Concernant l'adhésion : Tarif 13 euros.

Pas de remboursement possible.

Pensez à votre certificat médical si besoin.

Faites vos choix d'activités et préparez vos règlements avant pour éviter l'attente et fluidifier le trafic, lors de cette journée d'inscriptions.

**Rédactrice Catherine DAVID,
Nicole pour la mise en forme et assemblage
des rubriques**



Les membres du bureau de l'ORPASS,

1^{er} rang : Annie PRIGENT trésorière, Robert TEISSEFRE, président, Christian DENIAUD, vice-président, Catherine DAVID, trésorière adjointe, Liliane PILLET, secrétaire adjointe.

2^{ème} rang : Raymon BELLON, secrétaire, Annie CASSARD et Mireille JOSSE, responsables des animations.

ACTIVITÉS CULTURELLES

ACTIVITÉS NUMÉRIQUES

Henri DIDERON – Guy HAUTEKIET

Participation forfaitaire de 15 € les 10 heures en groupe les 5 heures à domicile.

Les équipements numériques continuent de se diffuser au sein de la population, 9 personnes sur 10 sont équipées d'un smartphone et autant d'un ordinateur. Dans notre vie quotidienne, l'usage d'outils numériques s'est généralisé dans tous les domaines : communication, démarches administratives, achats, etc...

Si vous avez besoin d'accompagnement pour les utiliser au mieux (smartphone, tablette, pc) et afin de vous aider à progresser dans ce domaine, l'ORPASS a créé un réseau de bénévoles qui vous propose de vous guider, assister pour rester plus confiant dans vos démarches et activités numériques.

Une intervention à domicile par un bénévole.

Des sessions en groupes de travail sur les smartphones et tablettes, animées par Guy, le lundi et le vendredi après-midi (14h30-16h30 selon un calendrier établi) à la Maison des Associations – 6 rue des Becques.



LECTURE

Joëlle BOUGUER – Edith FENIOUX

**Salle des Aînés – 6 mail Karoly Szita,
Mardi après-midi de 14 h 15 à 16 h 30, une fois par mois, selon un calendrier établi.**

Deux groupes animés par Joëlle BOUGUER et Edith FENIOUX 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, 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

Jeudi de 14 h 30 à 16 h

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

Rien de meilleur pour se détendre que de chanter et exprimer nos meilleurs sentiments lorsque nous interprétons. Qu'est-ce qu'on attend pour être heureux, une chanson douce, Champs Elysées, nous avons 165 chansons dans notre programme. Notre plus grand plaisir est d'aller chanter dans les résidences seniors, où leurs applaudissements sont nos meilleures récompenses.



Les Mamies Blues

SPORT

Certificat médical à fournir
le jour des inscriptions.

« Un adhérent(e) ne peut pas
inscrire une liste de copains ou copines
dans une même activité » (2 maximum)

ACTIVITÉS DE GYMNASTIQUE

(Gym dynamic, gym douce, gym
chaise debout, stretching)

(Catherine DAVID et Pauline CHAUVEAU)
Alexandre ALLAIN, coach sportif

Forfait annuel : 69 €, les 28 séances, à la Maison
des Associations, (René Couillaud) – 6 rue des Bec-
ques, salle de réception. Planning des séances remis
le jour des inscriptions. (tout trimestre commencé est dû).

Nous vous proposons des exercices de gymnastique
pour :

- Entretenir vos capacités physiques
(voir à les améliorer)
- Un renforcement musculaire et la mobilité
articulaire, la souplesse,
- Avoir un meilleur équilibre, éviter les chutes
(on en redemande des exos d'équilibre !!)
- Une meilleure coordination (exercices très
appréciés...mais pas toujours aisés !!)
- Une amélioration du « cardio »,
- Les étirements en statique ou dynamique
- Le renforcement postural, un travail des abdos
(même si cela ne se voit pas !)
- Une diminution du stress etc...

Avec Alex, pas de Stress.

Le tout avec ou sans matériel (élastiques, ballons,
haltères, etc...) qui vous sera prêté.

GYM DYNAMIC SENIORS

lundi de 14 h à 15 h

mercredi de 14 h à 15 h.

Rythme soutenu, des séries d'exercices variés, un
tapis de gym est nécessaire.



GYM DOUCE TAPIS

lundi 15 h 15 à 16 h 15

mardi de 15 h 15 à 16 h 15.

Pratique en douceur et sans douleur en respectant les
possibilités de chacun, tapis de gym nécessaire

GYM CHAISE DEBOUT

mercredi de 15 h 15 à 16 h 15

jeudi 15 h 15 à 16 h 15.

Pour les personnes ne souhaitant pas ou ne pouvant
pas s'allonger au sol



STRETCHING

mardi 16 h 30 à 17 h 30

jeudi 14 h à 15 h.

Respiration et mouvements associés. Étirements pour
une relaxation et une détente. Bref prendre du plaisir,
dans une ambiance décontractée, avec bonne hu-
meur, humour. Un moment pour soi, pour un bien être,
pour le moral.

Selon vos propres capacités choisissez le cours le
mieux adapté pour vous.

Reprise des cours semaine du 14 au 18 septembre 2026.

NOUVEAUTÉ - PILATES

(Pauline CHAUVÉAU)

Maison des associations, (René Couillaud) rue des Becques, salle expression

jeudi de 11 h à 12 h, 162 € (ou 3 x 54 €). Certificat médical à fournir lors de l'inscription.

Sous réserve d'un minimum de 16 inscriptions et nombre limité par cours.

Cours dispensés par Alice Hallier, Masseuse-kinésithérapeute depuis 16 ans et professeur de Pilates depuis 8 ans. Cette double casquette me permet de vous accompagner dans chacun des exercices et de vous proposer des adaptations en cas de difficultés.

Le Pilates est une activité physique qui remet en fonction les muscles profonds et stabilisateurs du corps. Créée par Joseph Pilates et anciennement nommé Contrologie, le Pilates est une discipline qui permet d'améliorer la posture, la force, la souplesse, la coordination et le contrôle moteur grâce à ses principes fondamentaux : centrage, contrôle, fluidité, respiration, précision et concentration.

Nous travaillerons sur tapis dans diverses positions. Le Pilates est accessible aux débutants, quel que soit leur âge. Il est toutefois préférable d'être en capacité de pouvoir s'allonger au sol sur un tapis.



AQUAGYM

(Danielle ROGNERUD)

Au centre aquatique So.Pool – 2 rue de Tasmanie – Basse Goulaine

Lundi de 14 h 15 à 15 h 15 - Danielle ROGNERUD

Jeudi de 14 h à 15 h - Catherine LHUILLERY

Vendredi de 15 h à 16 h - Marie-Paule BABONNEAU

204 € (ou 3 x 68 €), (en cas d'arrêt, tout trimestre commencé sera dû, So.pool facturant l'année complète). 28 séances.

*Certificat médical d'aptitude à l'aquagym obligatoire, à fournir lors de l'inscription.

Les séances d'aquagym sont dispensées par un maître-nageur, où le bien-être est assuré, « bouger sans se faire mal et adapter ses mouvements », dans un bassin où vous gardez pied.

La reprise des cours vous sera communiquée lors des inscriptions (pas de cours pendant les vacances scolaires et jours fériés). Bonnet de bain exigé.

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 au centre aquatique.



PÉTANQUE DE LOISIR

Lundi et jeudi de 13 h 30 à 18 h, au boudrome de la Pyramide - rue de la Lourneau.

La section Pétanque, Bernard AMUSSAT et toute l'équipe de co-responsables 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 jeudi 8 octobre
- Concours interne de pétanque le 21 ou le 24 septembre selon la météo
- Repas pétanque d'automne le jeudi 1er octobre 2026

BOULES SABLÉES

(Gérard ETIENNE)

Mercredi après-midi de 14h à 18h boulodrome de la Noë Cottée, rue 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 120mm, 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, où les pauses, dans un local attenant, sont bien appréciées.



TENNIS DE TABLE DE LOISIR

(Jean-Pierre HEURTEL)

Jeudi de 9h30 à 12h30 à la halle de Chantepie, rue de Chantepie.

Il est possible de s'initier ou de maintenir son niveau au tennis de table. Nous jouons par petites périodes de 20 minutes puis nous changeons de partenaires, personne ne reste sur la touche et des conseils peuvent être donnés. Chaque saison nous organisons un tournoi interne pour ceux qui le veulent, et nous allons rencontrer en matchs amicaux les clubs de Rezé et d'Orvault.



Les joueurs lors d'une rencontre avec Orvault en janvier 2026

JEUX

ACTIVITÉS LUDIQUES DU LUNDI

(Nicole BILLARD)

Lundi de 14h à 17h à la Mairie annexe du Douet, place des Libertés.

Sous réserve d'un nombre d'inscrits suffisant. 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 Nicole BILLARD.

Continuité de l'activité au cours de l'été, avec la Détente du Jeudi, salle des aînés, les lundis de 13h30 à 17h.



BELOTE & TAROT

(Jean-Claude PEAUDEAU)

Lundi de 14h à 17h, salle des aînés

6 mail Karoly Szita

sous réserve d'un nombre d'inscrits suffisant.

Venez jouer à la belote ou au tarot dans une ambiance sympathique. Une collation vous sera servie dans l'après-midi

SCRABBLE

(Annick MARIE – Nicole LE PLUART)

Mercredis et jeudis de 14h30 à 17h

À la 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

(Pascal BERNARD)

Mardi après-midi de 14 h à 17 h 30

Salle des Aînés – 6 mail Karoly Szita.

L'activité échecs de l'ORPASS est un rendez-vous convivial et stimulant. Ouvert à tous, que vous soyez débutant curieux ou joueur confirmé, cette activité permet de découvrir ou de perfectionner sa pratique du jeu d'échecs dans une ambiance chaleureuse et détendue.

Encadrées par des passionnés, les séances offrent l'occasion d'apprendre les bases, d'améliorer ses stratégies et de partager des moments d'échange autour du jeu. C'est également un excellent moyen de faire travailler sa mémoire, sa concentration et son sens de l'anticipation, tout en créant du lien social.

Rejoindre l'activité échecs de l'ORPASS, c'est allier plaisir du jeu et rencontres enrichissantes, dans un cadre accueillant et accessible à tous.



LA DÉTENTE DU JEUDI

(Liliane PILLET, Annick BROCHARD
et Jean-Claude PEAUDEAU)

Jeudi de 14 h à 17 h 30 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. 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.

SANTÉ / BIEN-ÊTRE

ATELIERS MÉMOIRE

(Anny HEURTEL)

Deux fois par mois selon le calendrier établi

Groupe 1 : le lundi de 10 h à 11 h 30 salle de la Fontaine, rue de Beaugency (centre commercial), responsable Gabrielle GROLIER

Groupe 2 : le lundi de 10 h à 11 h 30 salle des Aînés, 6 mail Karoly Szita responsable Colette FIENGO

Groupe 3 : le lundi de 10 h à 11 h 30, à la salle des Aînés, responsable Anny HEURTEL

Groupe 4 : le jeudi de 10 h à 11 h 30 salle des Aînés, responsable Yves GEROT.

Groupe 5 : le mardi de 10 h à 11 h 30, Mairie annexe du Douet, place des libertés, responsable Chantal GENOIST.

Stimuler la mémoire, préserver l'autonomie, redonner confiance

- Stimuler les différentes mémoires (visuelle, auditive, associative...)
- Préserver l'autonomie cognitive
- Prendre confiance en ses capacités intellectuelles
- Créer du lien social et partager des moments positifs
- Prévenir les troubles liés à l'âge de façon ludique

Nos ateliers s'adressent à toute personne souhaitant entretenir et muscler activement son cerveau (son « appareil à penser et agir ») et sa mémoire. Nous proposons une série d'exercices ludiques pour stimuler votre cerveau, faire travailler vos capacités d'observation, de raisonnement, de logique, de concentration, de mémorisation en sollicitant vos souvenirs, votre culture générale, vos connaissances dans les domaines les plus divers... Venez vous amuser, en groupe, à résoudre les énigmes et exercices proposés, et faire faire ainsi à votre cerveau, un joyeux remue-méninge, dans une ambiance bienveillante, conviviale, chaleureuse et porteuse de lien social.

*En cas d'absence,
merci de prévenir la ou le responsable*

SOPHROLOGIE

(Nadia MOUTURIER)

animées par Valérie PLOUMION, sophrologue

Maison des Associations (René Couillaud) – 6 rue des Becques

Mercredi de 14 h 15 à 15 h 15

Jeudi de 9 h 45 à 10 h 45

Forfait annuel 126 €, (ou 3 fois 40 €). 28 séances (en cas d'arrêt, certificat médical obligatoire, tout mois commencé est dû).

Début des cours le mercredi 23 septembre et jeudi 24 septembre 2026.

La sophrologie, c'est un peu comme un « spa pour l'esprit ». On apprend à accorder ses violons entre son corps et sa tête grâce à des exercices de respiration et de relaxation tout simples. Pas besoin de savoir faire le poirier ou de s'emmêler les jambes : c'est accessible à tous, même après un bon repas !

Oubliez la tisane, passez à la sophro ! Vous pensiez que la retraite serait un long fleuve tranquille ? Entre les petits enfants qui courent partout, ou le marasme dû au changement de rythme avec la retraite... ou encore le dos qui nous rappelle parfois qu'on n'a plus 20 ans... on a bien mérité une vraie pause !



ATELIER A THÈMES

(Nadia MOUTURIER)

**Maison des Associations (René Couillaud)
6 rue des Becques.**

Mercredi de 15 h 15 à 16 h 15

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.

Valérie PLOUMION vous propose 3 ateliers à thèmes

pour répondre à une problématique précise. Pour chaque thème 1 heure par semaine sur 6 semaines. Chaque stage alternera de la théorie et de la pratique (issue de la sophrologie).

« Parce qu'on sait bien qu'on ne devient pas un maître Zen en un claquement de doigts (surtout si on a un peu d'arthrose), nous lançons des ateliers thématiques. La formule : 6 séances d'une heure (une par semaine). Pourquoi ? parce que pour imprimer les bons réflexes, il faut répéter... un peu comme pour le code de la carte bleue !

- 1 - Opération Marmotte : mieux dormir, pour mieux vivre : apprenez des techniques pour retrouver un sommeil réparateur. Parce qu'une bonne journée commence toujours par une nuit où l'on n'a pas lutté avec sa couette.
- 2 - Fier(e) de moi : Estime, Confiance et affirmation de soi : qui a dit qu'on ne pouvait plus se réinventer passé un certain âge ? Venez booster votre assurance et valoriser l'image que vous dégagez. Allez, faites-vous confiance : inscrivez-vous.
- 3 - Stop à la « Cocotte-minute » : apprivoiser le stress au quotidien : Apprenez à identifier les signaux d'alerte avant d'exploser et découvrez des outils concrets pour faire redescendre la pression.

YOGA

(Bernadette DECAMP)

**Maison des Associations, salle expression,
Animées par Juliane LINK, professeure de Yoga
Mercredi de 9 h 30 à 10 h 45 et de 10 h 45 à 12 h.**

Forfait annuel 132 €, (ou 3 fois, 44 € par trimestre) 28 séances (en cas d'arrêt, certificat médical obligatoire, tout trimestre commencé est dû.

Début des cours le mercredi 23 septembre 2026.

Le yoga senior est une pratique douce favorisant le bien-être physique et mental. Il permet d'améliorer la souplesse, l'équilibre et la mobilité, tout en respectant les limites de chacun. Les séances proposent des mouvements progressifs et adaptés pouvant parfois aussi être stimulants. Ils pourront être réalisés avec des supports comme une chaise si besoin. La respiration et le mouvement postural occupent une place essentielle, aidant à réduire le stress et les tensions. Accessible à tous, il contribue à maintenir l'autonomie et une meilleure qualité de vie au quotidien (apporter son tapis).

LOISIRS

SORTIES-PROMENADES

(Annie PRIGENT)

co-responsable : Philippe LE NOUVEAU

Toutes les 3 semaines, le mardi après-midi, selon un calendrier fixé, nous vous convions à nos sorties promenades.

Durée de la sortie de 2 à 3 heures, pour environ 4 à 5 kms. En amont, nous repérons les parcours proposés (dont certains avec des escaliers). Rendez-vous à un arrêt de bus, busway ou tramway pour une balade dans divers lieux de Nantes ou de sa périphérie (transport de Nantes métropole). Sous la pluie en fonction de la météo, nous chantons et « dansons », casquette et chapeau nous sortons, quand le temps est beau. Les informations vous seront communiquées par mail ou par courrier, fournir 2 enveloppes timbrées (si pas de mail), lors de la journée d'inscription.



MARCHE DU LUNDI MATIN

(Catherine DAVID) - Animateur, René PASTOR

Les lundis hors vacances scolaires, départ 9 h 30

Une marche d'une heure voir un peu plus pour sillonner la ville de Saint-Sébastien-sur-Loire, ses rues et ruelles, passages « non secrets », et quelques alentours avec retour à la case départ. Donc bien chaussés, vous déambulez tranquillement à la découverte de votre ville. Le rendez-vous est communiqué par mail quelques jours avant.

SORTIES CULTURELLES / VOYAGE

(Liliane PILLET – co-responsables Marylène MAURICE, Danielle ROGNERUD)

Au cours de la journée d'inscriptions aux activités le 10 septembre à l'Escall, des sorties à la journée vous seront proposées avec inscriptions.

D'ores et déjà une journée « fête du cochon grillé » à Nivillac vous sera proposée le mardi 6 octobre 2026 avec déjeuner spectacle.

Quant au programme des séjours 2027, il vous sera communiqué en fin d'année.

THÉS DANSANTS

Les dimanches de 14 h 30 à 19 h, à la salle Escall, rue des Berlaguts. Calendrier ci-dessous.

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.

Année 2026	Orchestres
11 octobre	Damien DUCELIER
8 novembre	Karine FONTAINE
6 décembre	Alexandre MONNIER
Année 2027	
14 février	C. & D. MOISAN
14 mars	Duo Albyzia
11 avril	Jean-Pierre RAULT

ANIMATIONS

responsables Annie CASSARD et Mireille JOSSE

A l'Escall rue des Berlaguts - tarif adhérent 6 €

Spectacle de Noël

mercredi 9 décembre 2026

Spectacle de music-hall, assuré par Passion'Scène inscriptions le mardi 10 novembre 2026 de 9 h 30 à 11 h 30 salle des aînés.

Galette des Rois

mercredi 3 février 2027

Spectacle d'imitation, présenté par Bruno Julien Inscriptions le mardi 5 janvier 2027 de 9 h 30 à 11 h 30 salle des aînés.

Goûter spectacle

mercredi 17 mars 2027

Spectacle présenté par la compagnie Citrus «Vive les mariés »Inscriptions le mardi 9 mars 2027 de 9 h 30 à 11 h 30 salle des aînés.

Loto familial

samedi 3 avril 2027

De 14 h à 17 h 30 (sans réservation, ouvert à tous).

Buffet de Printemps (repas dansant) fin de saison

mercredi 26 mai 2027

animation musicale, assurée par Joël MOREAU, Inscriptions le mardi 4 mai 2027 de 9 h 30 à 11 h 30 salle des aînés, tarif adhérent 13 €.

Repas dansant pétanque

(réservé aux boulistes de l'activité)

Jeudi 20 mai 2027 à l'Escall, animation musicale assurée par Joël MOREAU

GOÛTER RENCONTRE

(Henri DIDERON – Dany PIGUEL)

Les vendredis 30 octobre 2026,

19 mars et 14 mai 2027.

De 14 h à 16 h 30, à la salle des aînés

6 mail Karoly Szita

Et si vous veniez passer un moment convivial autour d'un goûter ? transmettre votre savoir-faire, évoquer vos souvenirs ? Venez nous rejoindre. Animation musicale. Sur inscriptions uniquement au 02 40 80 86 38.



INFORMATIONS

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE L'ORPASS

le mardi 24 novembre 2026, salle de l'Escall à 14 h

INFOS VILLE :

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 senior en septembre. En l'absence de contact avec le service sénior, 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

VILLE AMIE DES AÎNÉS

Réunion Publique « On se transporte »

le mardi 7 juillet 2026 de 10 h à 12 h environ.

«Parlons mobilités et déplacements à Saint-Sébastien-sur-Loire », une réunion participative sur les transports et les mobilités.

- Participation à l'évaluation et à la création du nouveau plan d'actions VAA 2027-2030 : boîtes participatives dans différents lieux de la Ville (HDV, Médiathèque, CCAS...) Ces boîtes seront à disposition à compter du mois d'avril jusqu'en septembre-octobre prochain
- Atelier musical et relaxation avec Thierry Joubert, Musicothérapeute, le vendredi 17 juillet 2026 et le mardi 11 août de 15 h 30 à 17 h à la Maison de la Petite Enfance, rue Annie Hure. Partez à la découverte d'instruments du monde entier. Une vraie parenthèse relaxante ! – réservé aux binômes aidants/aidés – inscription obligatoire auprès du service.
- Forum à destination des proches aidants le mardi 13 octobre 2026 de 12 h à 18 h à l'Escall
- SPORTISSIMO samedi 12 septembre 2026 sur les îles de Loire
- Semaine Bleue du 5 au 11 octobre 2026 (programme disponible lors de la journée du 10 septembre)
- Loto familial organisé par l'Orpass le samedi 10 octobre à l'Escall 14 h à 17 h, et un thé dansant le dimanche 11 octobre à l'Escall de 14 h 30 à 19 h



Les dates à retenir

Journée adhésions et inscriptions aux activités	Jeudi 10 septembre 2026	de 9h30/12h30 et 14h30/17h	Salle Escall
Inscriptions spectacle de Noël	Mardi 10 novembre 2026	de 9h30 à 11h30	Salle des aînés
Assemblée Générale	Mardi 24 novembre 2026	à 14h	Salle Escall
Spectacle de Noël	Mercredi 9 décembre 2026	à 14h	Salle Escall
Inscriptions spectacle galette des rois	Mardi 5 janvier 2027	de 9h30 à 11h30	Salle des aînés
Spectacle galette des rois	Mercredi 3 février 2027	à 14h	Salle Escall
Inscriptions goûter spectacle	Mardi 9 mars 2027	de 9h30/11h30	Salle des aînés
Goûter spectacle	Mercredi 17 mars 2027	à 14h	Salle Escall
Loto	Samedi 3 avril 2027	à 14H	Salle Escall
Inscriptions buffet de Printemps	Mardi 4 mai 2027	de 9h30/11h30	Salle des aînés
Buffet de printemps	Mercredi 26 mai 2027	à 12h	Salle Escall



RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

SECRÉTARIAT DE L'ORPASS

Secrétariat de l'Orpass

Pôle Solidarités

7 rue du Petit Anjou
(face à l'Hôtel de Ville)

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 jeudi matin et le vendredi.