

orpan

L'association des seniors nantais

Lettre
d'information
Janvier 2018

L'agenda des activités

Activités en partenariat...

Prévention santé
bien-être...

Initiatives solidaires...

Temps dédiés...

Échanges thématiques...

Échanges de savoirs
et initiatives de
retraités...

Événements « Culture (s)
à Nantes »

... À retenir...
L'accueil de l'orpan
sera fermé les mardis
23 janvier de 14h à 17h
et 30 janvier de 9h à 12h30

L'orpan et vous !

Bonne
ANNÉE 2018



Bonne et belle année 2018 !

A chacune et chacun, j'adresse tous mes vœux pour une belle année 2018. Année encore plus solidaire, plus fraternelle et ouverte à tous vos projets petits et grands qui contribueront à protéger notre belle planète pour le bonheur de nos enfants et nos petits enfants...

Je vous accueillerai avec plaisir pour vous offrir ces vœux, de vive voix, lors de la cérémonie avec la présence de Madame le Maire, Johanna Rolland.

Le mardi 23 janvier à la salle festive Nantes Nord à 14h30.

Les échanges de savoirs ?

A l'ORPAN, ce sont de multiples activités depuis 2016... Quels sont les bénéfices de ces rendez-vous ? Vous le découvrirez dans une conférence interactive "**Nos expériences : un héritage de savoirs et d'émotions à partager**" qui se prolongera par un temps de rencontre et d'échanges avec les adhérents « transmetteurs »... que vous pourriez devenir...

Le vendredi 2 février à 14h30 à la Mairie de Doulon

La Carte blanche

L'ORPAN s'associe à ce dispositif en proposant des activités à tarif minoré sur présentation de la Carte Blanche.

Cette carte nominative et gratuite – sous conditions de ressources – permet d'accéder à des tarifs réduits dans plus de 60 lieux et à de nombreuses offres culturelles et sportives pour se divertir et sortir à Nantes...

Alors n'hésitez pas à la demander à la Mairie centrale ou dans la Mairie de votre quartier !

Catherine PIAU
Présidente de l'ORPAN

... En raison de travaux dans les locaux de l'ORPAN,
6 place du Port Communeau,
l'accueil du public se fera au 1er étage au 33 rue de Strasbourg,
du lundi 22 janvier au vendredi 26 janvier 2018 inclus.

L'agenda des activités

Activités en partenariat...

Jeudi 18 janvier

à 14h30 ouverture de la billetterie dès 14h

Tarif : 4€

ou 3€ (carte blanche)

Paiement sur place

TOILES DU SUD - "LE BRIO" (novembre 2017 - 1h35) de Yvan Attal, avec Daniel Auteuil, Camélia Jordana

Profitez d'une séance de cinéma et d'un moment de convivialité à l'issue de la projection !

Neïla Salah a grandi à Créteil et rêve de devenir avocate. Inscrite à la grande université parisienne d'Assas, elle se confronte dès le premier jour à Pierre Mazard, professeur connu pour ses provocations et ses dérapages.

Lieu : Cinéma Bonne Garde - 20 rue Frère Louis

Accès : Tram 2 et 3 - arrêt "Pirmil"

Les inscriptions par téléphone sont uniquement réservées aux activités gratuites

Sans inscription

Ouvert à tous les retraités dans la limite de capacité d'accueil de la salle

Prévention santé bien-être...

Vendredi 12 janvier

de 14h30 à 16h30

Gratuit

Conférence santé : Zoom sur ... le Lymphome non Hodgkinien

En France, de nouveaux cas sont identifiés chaque année. L'âge moyen au moment du diagnostic des lymphomes non hodgkiniens est de 64 ans chez les hommes et de 70 ans chez les femmes. Le terme de Lymphome non Hodgkinien désigne le cancer des lymphocytes. Comment se développe un lymphome non Hodgkinien ? Quels sont les traitements existants ?

Présentée par un médecin du Service Hématologie du CHU de Nantes

Lieu : Salle de Conférence Coligny - 15 bis place Edouard-Normand

Accès : Tram 3 - arrêt "Jean Jaurès" ou "Viarme"

Sans inscription

Ouvert à tous les retraités



Initiatives solidaires...

Vendredi 12 janvier

de 15h à 16h30

Gratuit

SORTONS ENSEMBLE...

Venez organiser vos visites, sorties, ciné avec d'autres retraités...

Lieu : ORPAN - 6 Place du Port Communeau

Sans inscription

Ouvert à tous les retraités

Dimanche 14 janvier

de 12h30 à 16h

Tarif : 21,50€

Paiement à l'inscription

SORTIE DU DIMANCHE...

Déjeuner à la crêperie suivi du spectacle :

"Voyages en poésie de Bruxelles à Nantes" à la salle Vasse.

Tour de chants proposé par la Compagnie Science 89... de Rimbaud à Topor en passant par Aragon, Cocteau, Desnos, Babara... Leurs poèmes, comme d'insolites passeports, permettent de traverser le monde et de porter la poésie pour l'éternité...

Lieu : Crêperie du Bocage - 22 rue Lamoricière - Bus 23

Accès : C1, C3 - arrêt "Lamoricière"

Inscriptions

du 4 au 7 janvier

Réservé aux adhérents

Nécessite de marcher

Présence d'escaliers

Dimanche 28 janvier

de 16h à 19h

Tarif : 19,50€

Paiement à l'inscription

Goûter suivi du spectacle musical : "Station Viarme"

"Station Viarme" est un voyage à la rencontre de personnes vivant tout au long de la ligne 3 du tram. Ce spectacle s'inscrit dans le cadre d'une création partagée, associant des professionnels de la compagnie "L'Entr'acte" et des amateurs, mêlant théâtre, chant, vidéo et musique à la salle Paul Fort.

Lieu : Hippopotamus - 7 allée des Tanneurs

Accès : Tram 2 - arrêt "50 Otages"

Inscriptions

du 4 au 19 janvier

Réservé aux adhérents

Nécessite de marcher

Présence d'escaliers

Temps dédiés...

Mardi 9 et jeudi 11 janvier
de 15h à 17h

Gratuit



RENCONTRE NUMERIQUE...

Abordez les **nouvelles technologies** à travers les moyens d'information et de communication développées par l'ORPAN que sont le site internet et la page Facebook.

Venez découvrir comment activer votre compte "ORPAN", vous inscrire et régler via le site internet de l'ORPAN. Et n'oubliez pas d'apporter votre portable ou votre tablette !

Lieu : ORPAN - 6 Place du Port Communeau

Inscriptions

du 26 décembre

au 11 janvier

Réservé aux adhérents

Échanges thématiques...

Les inscriptions par téléphone sont uniquement réservées aux activités gratuites

Vendredi 12 janvier
de 16h à 17h30
Gratuit

CULTURE...

Filage du concert de Liz Cheral et rencontre avec l'artiste...

Liz nous plonge une nouvelle fois au cœur du sensible aux travers d'histoires qui lui appartiennent, celle d'une femme ancrée dans son époque et la société, avec ce don si particulier de rendre l'intime universel. Elle a souhaité ouvrir le champ des possibles en accueillant sur scène une interprète en langue des signes.

Lieu : Salle Paul Fort - 9 rue Basse Porte

Accès : Tram 2 - arrêt "50 Otages"

Inscriptions
du 26 décembre
au 11 janvier
Réservé aux adhérents

Lundi 15 janvier
de 9h45 à 12h30
Tarif : 4,50€
 Paiement sur place

Ciné-débat "Vers la lumière"

Après les "Délices de Tokyo", nous vous invitons à venir découvrir le nouveau film de Naomi Kawase.

Misako passe son temps à décrire les objets, les sentiments et le monde qui l'entoure.

Lieu : Le Katorza - 3 rue Corneille

Accès : Bus 11 - arrêt "Graslin"

Sans inscription
Ouvert à tous les retraités
dans la limite de capacité
d'accueil de la salle

Vendredi 26 janvier
de 15h à 17h
Tarif : 5€
 Paiement à l'inscription

Ciné-conférence : "Monde, épopées en eaux vives"

L'humanité s'inquiète sur la façon de se comporter avec l'eau : une aventure menée par Philippe PRUDENT dans 10 pays du monde à la rencontre de ceux qui cherchent comment gérer cette ressource.

Lieu : ASTA - 9 rue des Epinettes

Accès : Tram 1 ou Bus 12 - arrêt "Mairie de Doulon"

Inscriptions
du 4 au 25 janvier
Réservé aux adhérents

Vendredi 19 janvier
de 14h30 à 16h
Gratuit

ACTUALITE ET SOCIETE...

Conférence - Psycho : "L'ennui - ami ou ennemi ?"

Nous vous invitons à venir réfléchir et discuter autour de ce sentiment parfois désagréable à l'heure où nous remplissons nos agendas par peur du vide... Conférence animée par Frédéric LE MOULLEC, psychologue.

Lieu : Médiathèque Jacques Demy - Salle Jules Vallès - 24 quai de la Fosse

Accès : Tram 1 - arrêt "Médiathèque"

Sans inscription
Ouvert à tous les retraités
dans la limite de capacité
d'accueil de la salle

Lundi 22 janvier
de 14h30 à 16h
Gratuit

Café découverte "le temps pour toi"

L'association met en œuvre l'habitat partagé intergénérationnel et solidaire dans le Grand Ouest. Son activité est de mettre en relation des "hébergés" (étudiants...) avec des hébergeurs" (personnes âgées...) dans le cadre d'un échange contractualisé.

Lieu : ORPAN - 6 place du port Communeau

Inscriptions
du 26 décembre
au 21 janvier
Réservé aux adhérents

Lundi 29 janvier
de 14h30 à 16h30
Tarif : 3,50€
 Paiement à l'inscription

PATRIMOINE...

Visite du Manoir de la Hautière

Visite guidée du Musée des Chefs-d'œuvre et des vieux outils de l'Union Compagnonnique.

Lieu : 14 rue Guillon-Verne

Accès : C1 - arrêt "Lusançay"

Inscriptions
du 4 au 28 janvier
Réservé aux adhérents

Mercredi 31 janvier
de 15h à 16h30
Gratuit

DECOUVERTE DU MONDE...

Rencontre autour des Etats-Unis avec Olivier Sauzereau

Le 21 août 2017, à 10h15'50" heure locale, l'ombre lunaire commence son survol du continent américain permettant l'observation d'une exceptionnelle éclipse totale de Soleil. Si le premier objectif de ce voyage est de photographier et filmer cet événement cosmique, l'idée est de suivre ensuite fidèlement en voiture le parcours emprunté par l'ombre lunaire sans jamais quitter son tracé géographique.

Lieu : La Géothèque - 14 rue Racine

Accès : Bus 11 - arrêt "Graslin"

Inscriptions
du 26 décembre
au 22 janvier
Réservé aux adhérents

Échanges de savoirs... et initiatives de retraités...

Les inscriptions par téléphone sont uniquement réservées aux activités gratuites

Jeudi 18 janvier

de 10h à 11h30

Gratuit

Généalogie

Vous pratiquez la généalogie, vous souhaitez vous lancer... Un soutien pour surmonter vos difficultés, échanger vos astuces...

Initiative proposée par Pierre TOURMEN.

Lieu : ORPAN - 6 Place du Port Communeau

Sans inscription

Réservé aux adhérents

Lundis 8, 15, 22 et 29 janvier

de 10h à 11h30

Gratuit

Inscription pour les 4 séances

Garder la jeunesse, préserver sa forme

Proposée par Hon Po (Manu) SUM, retraité : une méthode d'activité physique douce, simple à reproduire chez soi !

Lieu : 9 rue de la Coulée - Salle Winnipeg

(accès derrière le bâtiment rue de Winnipeg)

Accès : Tram 2 - arrêt "Chêne des Anglais"

Inscriptions

du 26 décembre

au 7 janvier

Réservé aux adhérents

Lundi 8 janvier

de 10h à 11h30

Gratuit

Atelier d'écriture

Jean-Paul CASSAN vous invite à un atelier d'expression écrite individuelle et collective.

Lieu : ORPAN - 6 Place du Port Communeau

Inscriptions

du 26 décembre

au 7 janvier

Réservé aux adhérents

Mardi 9 janvier

de 14h30 à 15h30

Gratuit

Le Temps des Bals

Jean-Pierre FELDEL raconte l'épopée de la formation nantaise qu'il a dirigée, l'orchestre le NEVADA : 18 professionnels et 15 musiciens. Venez échanger vos souvenirs des Bals d'hier et d'aujourd'hui.

Lieu : Salle Mairie de Doulon - 37 Boulevard Louis Millet

Accès : Tram 1 - arrêt "Mairie de Doulon"

Inscriptions

du 26 décembre

au 8 janvier

Réservé aux adhérents

Jeudi 11 janvier

de 15h à 17h

Gratuit

Danses du Moyen-Âge et de la Renaissance

En toute simplicité, Annick et Jean-Pierre BELZIC vous invitent à la pratique des danses collectives anciennes.

Lieu : Maison de Quartier de la Bottière - 147 route de Sainte Luce

Accès : Tram 1 - arrêt "Souillarderie"

Sans inscription

Réservé aux adhérents

Vendredi 12 janvier

de 9h30 à 13h30

Tarif : 5€

Tarif sur présentation de la Carte Blanche : 3,75 €

Echange de recettes

Un moment convivial pour tester de nouvelles recettes, de la préparation à la dégustation.

Lieu : Maison des Confluences - 4 Place du Muguet Nantais

Accès : C4 - arrêt "Clos Toreau"

Inscriptions

du 4 au 11 janvier

Réservé aux adhérents

Paiement à l'inscription

Mercredi 24 janvier

de 14h30 à 16h30

Gratuit

Danses en ligne

Venez découvrir cette activité proposée par Martine COUSIN et Sylvie MARTIN, adhérentes de l'ORPAN.

Lieu : Le Drac - 15 Boulevard Jean Moulin

Accès : Tram 1 - arrêt "Lauriers"

Inscriptions

du 26 décembre

au 23 janvier

Ouvert à tous les retraités

Vendredi 26 janvier

de 14h30 à 16h

Gratuit

Café lecture

Venez échanger vos coups de coeur de lecture, sur le thème : contes et poésie du monde.

Lieu : Bibliothèque Emilienne Leroux - 21 rue Charles Roger

Accès : C6 - arrêt "Saint Laurent"

Sans inscription

Ouvert à tous les retraités

Vendredi 2 février

de 14h30 à 17h30

Gratuit

A l'ORPAN, ce sont de multiples activités réalisées en 2017. Quels sont les bénéfices de ces rendez-vous ?

Conférence interactive "Nos expériences : un héritage de savoirs et d'émotions à partager"

Notre identité est relationnelle et narrative. Partager ses savoirs, transmettre ses expériences... C'est un acte de partage simple et accessible à tous. En doutez-vous ? Un échange entre les adhérents fera suite à cette conférence de Stéphanie ROBERT, formatrice Psychopraticienne.

Lieu : Salle Mairie de Doulon - 37 Boulevard Louis Millet

Accès : Tram 1 - arrêt "Mairie de Doulon"

Inscriptions

du 26 décembre

au 1er février

Ouvert à tous les retraités