

Octobre en fête

PLUS DE
50 ACTIVITÉS
À DÉCOUVRIR
POUR LES
RETRAITÉS





Octobre en fête est un condensé d'animations pour les personnes retraitées, coordonné par la Ville d'Orvault en partenariat avec l'association Orvault Retraite Active (ORA). Les animations sont proposées par Caliop, le Club de l'Amitié, Concertseniors, l'Union des Associations et des Habitants de la Bugallière (UAHB), l'ORA et la Ville.

Les rendez-vous sont gratuits, sauf mention contraire.

Les lieux d'activités

À ORVAULT, SAUF MENTION CONTRAIRE

- **Centre Stévin**
10 rue Stévin (Bugallière)
- **Château et parc de la Gobinière**
37 avenue de la Ferrière
- **Complexe sportif Roger-Picaud**
Avenue Antoine-Peccot
(Cholière)
- **Espace Maurice Poujade**
Avenue de la Mulonnière
(Praudière)
- **Ferme du Bignon**
25 rue Alfred-Nobel
- **Hippodrome**
Boulevard des Tribunes, Nantes
- **L'Odyssée**
Le Bois-Cesbron
- **Maison de la Carrière**
11 rue Marcel-Deniau (Bourg)
- **CSC de la Bugallière**
10 rue du Pont Marchand
- **Salle de la FabRic**
29 rue Robert Le Ricolais

Agenda

MARDI 29 SEPTEMBRE

- 15h · **Musique de chambre**

Concert par des anciens musiciens du Conservatoire de Nantes.
L'Odyssée · Ouverture des portes à 14h · 12 €

INFOS : Concertseniors · 06 06 46 38 91

JEUDI 1^{ER} OCTOBRE

- 9h–12h · **Visite guidée à Nantes**

La cathédrale de Nantes et son quartier.
Départ à 9h devant le château de la Gobinière · 10 €

INFOS ET INSCRIPTIONS : ORA · 02 51 78 33 31

- 13h–18h · **Tournoi de pétanque**

Boulodrome du Petit-Chantilly · 5 €

INFOS : ORA · 06 01 36 30 50

- 14h30–17h · **Bug-Caf'Fêt**

Un moment de partage et de discussion autour d'une boisson chaude.
CSC de la Bugallière, salle Pont Marchand

INFOS : UAHB · 02 40 63 44 45

- 15h–17h · **La FabRic à liens**

Accueil, rencontres et jeux autour d'une boisson chaude.
Salle de la FabRic

INFOS : UAHB · 02 40 63 44 45





VENDREDI 2 OCTOBRE

- 9h30—11h · **Sport seniors**

Réveil musculaire et orientation.

Parc de la Gobinière, salle du Parc

INFOS : Service Animation Retraités · 02 51 78 33 31

- 14h—17h · **Causette et compagnie**

Temps d'échange autour d'un café, un thé, un gâteau...

Espace Maurice Poujade, salle Salamandre

INFOS ET INSCRIPTIONS : Caliop · 06 26 98 26 77

LUNDI 5 OCTOBRE

- 10h30—12h · **Atelier mémoire**

Séances de quiz, réflexion et activités ludiques.

CSC de la Bugallière · 1 séance gratuite

INFOS ET INSCRIPTIONS : UAHB · 02 40 63 44 45

- 13h30—17h · **Cyclo-loisir**

Parking de l'Odyssée

INFOS : ORA · 06 47 68 92 27

- 14h30—17h30 · **Entr'acte**

Jeux de société, de cartes, et échanges intergénérationnels.

CSC de la Bugallière, ludothèque Tultitjou

INFOS ET INSCRIPTIONS : UAHB · 02 40 63 44 45

- 14h30—19h · **Après-midi dansant**

Orchestre Jérôme Robert.

L'Odyssée · 10 €

INFOS : ORA · 02 51 78 33 31

- 17h—18h15 et 18h30—19h45 · **Yoga**

Espace Maurice Poujade, salle Hirondelle · Tapis nécessaire

INFOS ET INSCRIPTIONS : Caliop · 07 46 24 36 08

MARDI 6 OCTOBRE

- 10h—11h30 · **Échanges sur la photo**

Maison de la Carrière, salle Pacaille

INFOS : ORA - Clin d'Oeil · 06 07 49 53 62

- 10h30—12h · **Foot en marchant**

Activité sportive douce, accessible à tous.

Stade de foot de la Bugallière

INFOS ET INSCRIPTIONS : UAHB · 02 40 63 44 45

- 14h—18h · **Jeux de société**

Belote, Scrabble et Triominos

Maison de la Carrière, salle Pacaille

INFOS ET INSCRIPTIONS : Club de l'Amitié · 06 62 65 03 56

- 15h—16h · **Pièce de théâtre « Dire ou ne pas dire »**

CSC de la Bugallière, salle Brassens

INFOS ET INSCRIPTIONS : UAHB · 02 40 63 44 45

- 15h—16h30 · **Histoire et patrimoine**

Parc de la Gobinière, salle du Parc · 30 €

INFOS : ORA · 06 24 64 15 09



JEUDI 8 OCTOBRE

- 10h—11h30 · **Sophrologie**

Ferme du Bignon, salle du Muguet

INFOS : ORA · 06 33 94 26 60

- 14h30—17h · **Bug-Caf'Fêt**

Un moment de partage et de discussion autour d'une boisson chaude.

CSC de la Bugallière, salle Pont Marchand

INFOS : UAHB · 02 40 63 44 45

- 15h—17h · **La FabRic à liens**

Accueil, rencontres et jeux autour d'une boisson chaude.

Salle de la FabRic

INFOS : UAHB · 02 40 63 44 45

- 15h—16h15 · **Découverte de la danse intuitive**

Lâchez prise et reconnectez-vous à votre corps.

Centre Stévin, salle Blaise Pascal

INFOS ET INSCRIPTIONS : Ville d'Orvault · 02 51 78 32 32

VENDREDI 9 OCTOBRE

- 10h—12h30 · **Révision du Code de la route**

Parc de la Gobinière, salle du Parc

INFOS ET INSCRIPTIONS : Service Animation Retraités · 02 51 78 33 31

- 14h—17h · **Causette et compagnie**

Temps d'échange autour d'un café, un thé, un gâteau...

Espace Maurice Poujade, salle Salamandre

INFOS ET INSCRIPTIONS : Caliop · 06 26 98 26 77





- 15h40—16h25 · **Jeux aquatiques**

Complexe sportif Roger-Picaud, piscine de la Cholière

INFOS : ORA · 07 84 68 92 84

LUNDI 12 OCTOBRE

- 9h30—12h · **Badminton**

Complexe sportif Roger-Picaud, La Cholière, salle Tilagone

INFOS : ORA · 02 40 94 93 65

- 10h30—12h · **Atelier mémoire**

Séances de quiz, réflexion et activités ludiques.

CSC de la Bugallière · 1 séance gratuite

INFOS ET INSCRIPTIONS : UAHB · 02 40 63 44 45

- 14h—17h30 · **Tournoi de tennis de table (en simple)**

Complexe sportif Roger-Picaud, La Cholière, salle Tilagone

INFOS : ORA · 06 77 49 27 54

- 14h30—17h30 · **Entr'acte**

Jeux de société, de cartes, et échanges intergénérationnels.

CSC de la Bugallière, ludothèque Tulitujou

INFOS ET INSCRIPTIONS : UAHB · 02 40 63 44 45

- 14h30—19h · **Concours de belote**

Parc de la Gobinière, salle du Parc · 8 €

INFOS : ORA · 02 40 63 54 24

- 17h—18h15 et 18h30—19h45 · **Yoga**

Espace Maurice Pujade, salle Hirondelle · Tapis nécessaire

INFOS ET INSCRIPTIONS : Caliop · 07 46 24 36 08



MARDI 13 OCTOBRE

- 10h30—12h · **Foot en marchant**

Activité sportive douce, accessible à tous.

Stade de foot de la Bugallière

INFOS ET INSCRIPTIONS : UAHB · 02 40 63 44 45

- 14h—15h30 · **Atelier numérique**

Protéger ses données personnelles sur ses outils numériques.

Parc de la Gobinière, salle du Parc

INFOS : Service Animation Retraités · 02 51 78 33 31

- 14h—18h · **Jeux de société**

Belote, Scrabble et Triominos.

Maison de la Carrière, salle Pacaille

INFOS ET INSCRIPTIONS : Club de l'Amitié · 06 62 65 03 56

- 14h—18h · **Loto**

L'Odyssée, salle de la Canopée · 3 € la carte

Réservé aux seniors orvaltais

INFOS ET INSCRIPTIONS : ORA · 02 51 78 33 31

- 14h15—15h45 · **Café d'échange pour les aidants**

« Ça veut dire quoi prendre du temps pour soi quand on est aidant ? »

Ferme du Bignon, salle du Plantoir

INFOS ET INSCRIPTIONS : Ville d'Orvault · 02 51 78 32 32

- 14h—19h15 · **Concours de tarot**

Centre Stévin, salle Blaise Pascal

INFOS : ORA · 06 51 68 26 29

MERCREDI 14 OCTOBRE

- 8h25—12h30 · **Marche nordique**

Entrée du parc de la Gobinière

INFOS : ORA · 06 47 68 92 27

- 8h45—11h45 ou 9h30—11h30 · **Marches 2h / 3h**

Départ à 8h45 pour 3h de marche, à 9h30 pour 2h de marche.

Parking du parc de la Gobinière

INFOS : ORA · 06 58 99 55 51 (2h) ou 06 16 53 38 04 (3h)

JEUDI 15 OCTOBRE

- 14h—17h · **Randonnée promenade**

Parc de la Gobinière

INFOS : ORA · 06 35 92 85 54

- 14h30—17h · **Bug-Caf'Fêt**

Un moment de partage et de discussion autour d'une boisson chaude.

CSC de la Bugallière, salle Pont Marchand

INFOS : UAHB · 02 40 63 44 45

- 15h—17h · **La FabRic à liens**

Accueil, rencontres et jeux autour d'une boisson chaude.

Salle de la FabRic

INFOS : UAHB · 02 40 63 44 45

VENDREDI 16 OCTOBRE

- 14h—15h30 · **Visite des archives municipales**

Découvrez l'histoire de la Ville à travers ses archives.

Rendez-vous à l'accueil de l'Hôtel de Ville

INFOS ET INSCRIPTIONS : Service Animation Retraités · 02 51 78 33 31





- 14h–17h · **Causette et compagnie**

Temps d'échange autour d'un café, un thé, un gâteau...

Espace Maurice Poujade, salle Salamandre

INFOS ET INSCRIPTIONS : Caliop · 06 26 98 26 77

LUNDI 19 OCTOBRE

- 14h30–17h30 · **Entr'acte**

Jeux de société, de cartes, et échanges intergénérationnels.

CSC de la Bugallière, ludothèque Tulitujou

INFOS ET INSCRIPTIONS : UAHB · 02 40 63 44 45

MARDI 20 OCTOBRE

- 14h–18h · **Jeux de société**

Belote, Scrabble et Triominos.

Maison de la Carrière, salle Pacaille

INFOS ET INSCRIPTIONS : Club de l'Amitié · 06 62 65 03 56

JEUDI 22 OCTOBRE

- 14h30–17h · **Bug-Caf'Fêt**

Un moment de partage et de discussion autour d'une boisson chaude.

CSC de la Bugallière, salle Pont Marchand

INFOS : UAHB · 02 40 63 44 45

- 15h–17h · **La FabRic à liens**

Accueil, rencontres et jeux autour d'une boisson chaude.

Salle de la FabRic

INFOS : UAHB · 02 40 63 44 45

DIMANCHE 25 OCTOBRE

- 12h—18h · **Déjeuner-courses avec le Grand Prix de l'ORA**

Hippodrome de Nantes · 35 €

INFOS : ORA · 02 51 78 33 31

LUNDI 26 OCTOBRE

- 14h30—17h30 · **Entr'acte**

Jeux de société, de cartes, et échanges intergénérationnels.

CSC de la Bugallière, ludothèque Tulitujou

INFOS ET INSCRIPTIONS : UAHB · 02 40 63 44 45

MARDI 27 OCTOBRE

- 14h—18h · **Jeux de société**

Belote, Scrabble et Triominos.

Maison de la Carrière, salle Pacaille

INFOS ET INSCRIPTIONS : Club de l'Amitié · 06 62 65 03 56

JEUDI 29 OCTOBRE

- 14h30—17h · **Bug-Caf'Fêt**

Un moment de partage et de discussion autour d'une boisson chaude.

CSC de la Bugallière, salle Pont Marchand

INFOS : UAHB · 02 40 63 44 45

- 15h—17h · **La FabRic à liens**

Accueil, rencontres et jeux autour d'une boisson chaude.

Salle de la FabRic

INFOS : UAHB · 02 40 63 44 45



NOTES