



Les échanges de savoirs et initiatives de retraités

INSCRIPTIONS

Inscriptions mensuelles sur une séance (ou plus) à l'accueil ou sur le site internet de l'ORPAN : www.orpan.fr

Aucun remboursement sur les activités payantes

Des temps de transmissions entre seniors pour Valoriser, Partager et S'enrichir mutuellement des Savoirs, Passions, et Expériences de chacun sous forme de conférences, groupes de discussions, ateliers pratiques...

2ème

Vendredi
et
4ème
Lundi
mensuels

Généalogie

Atelier participatif autour de la généalogie pour débiter et soutenir la recherche. Vous pouvez venir avec votre outil informatique ou utiliser le matériel mis à votre disposition. Atelier animé par des adhérents de l'ORPAN.

10h00
11h30

ORPAN
6 Place du Port Communeau
Accès : Tram 2 - arrêt "50 Otages"



1er 2ème 3ème 4ème

Mardis
mensuels

Collage Créatif

Une petite oeuvre à réaliser à chaque séance pour partager une activité de détente et de créativité. Matériels : une paire de ciseaux, un bâtonnet de colle, un magazine à découper. Atelier animé par des adhérents de l'ORPAN.

14h00
15h30

Maison de Quartier Madeleine Champ-de-Mars
salle Arts Plastiques - 22 Rue Emile Pehant
Accès : Tram 2 et 3 - arrêt "Hôtel Dieu"



1er 2ème 3ème 4ème

Judis
mensuels

Atelier d'écriture

Des exercices faciles pour écrire des petits textes parfois drôles, beaux et émouvants. Atelier animé par des adhérents de l'ORPAN.

9h30
11h30

Maison de Quartier de l'Île
2 rue Conan Mériadec
Accès : C5 - arrêt "Nizan"



.../...



Les échanges de savoirs et initiatives de retraités

2ème et 4ème

Lundis
mensuels

Initiation aux Danses en ligne

Atelier pour se mettre en mouvement autour de la danse : danses en ligne, rondes, marches... en toute simplicité. Libre à vous de partager une danse de votre choix !
Atelier animé par des adhérents de l'ORPAN.

14h30
16h30

Salle Géraudière (sous la maison de l'emploi)
81 rue des Renards

Accès : Tram 2 - arrêt "Santos Dumont"



2ème

Judi
mensuel

Danses du Moyen Âge et de la Renaissance

Atelier pour vous inviter à danser au son des bombardes...
Atelier animé par des adhérents de l'ORPAN.

15h00
17h00

Maison de quartier de la Bottière
147 route de Sainte Luce

Accès : Bus 11 - arrêt "Bois Robillard"



3ème

Vendredi
mensuel

Atelier de Cuisine

Atelier pour partager ses recettes. A vos tabliers pour confectionner de bons petits plats.
Atelier animé par des adhérents de l'ORPAN.

6€

9h30
13h30

Salle associative Winnipeg
rue de la Coulée

Accès : Tram 2 - arrêt "Chêne des Anglais"



Des ateliers pratiques sont proposés dans la lettre
mensuelle ponctuellement,
n'hésitez pas à participer...
Thématiques : le vélo, les visites de quartier...

 02 40 99 26 00

 contact@orpan.fr

 www.orpan.fr



ORPAN
l'association des seniors nantais

Chaque senior a un parcours de vie, une expérience, des compétences, une passion, un projet... L'ORPAN vous invite à les valoriser et les enrichir en les partageant avec d'autres retraités.
Contactez Ludovic LAMBOUR à l'ORPAN pour diffuser vos propositions.