





Parce que votre audition est unique,

nous nous engageons pour vous aider

à maintenir le lien avec vos proches et votre entourage,

grâce à une meilleure audition

Nos engagements auprès des patients

- Fournir un service de qualité au prix juste
- Un large choix d'appareils auditifs
- Garantie 5 ans
- Prise en charge des acouphènes



ORLÉANS 4 rue du Tabour 45000 ORLÉANS 02 38 62 96 00

**OLIVET** 314 rue Marcel Belot 45160 OLIVET

02 38 63 64 10

CHÂTEAUNEUF-SUR-LOIRE 16 Grande Rue

02 38 58 97 56

LA FERTÉ SAINT-AUBIN 41 rue du Général Leclero 45110 CHÂTEAUNEUF-SUR-LOIRE 45240 LA FERTÉ SAINT-AUBIN 02 38 47 52 43

(f) (2) (iii)





# rendez-uous programme / sorties Janvier à Mars 2024 RETRAITE ACTIVE

ET SEREINE À ORLÉANS



### édlito

#### Madame, Monsieur, Chers adhérents,

Sortir de son lit le matin et être heureux de ce qu'on va faire durant la journée, être en contact avec le monde, communiquer, se rassembler avec des gens qui n'ont peut-être rien d'autre en commun que le lien, la convivialité, viure... et se coucher le soir en se disant qu'on a passé une agréable journée. C'est en toute simplicité qu'à La Vie Devant Soi réside l'essentiel des valeurs humaines. Connaître la joie, la liberté et l'amitié sont nos souhaits pour chacun d'entre vous pour 2024.

Nous vous souhaitons une belle et heureuse année l

Chaleureusement, avec toutes nos amitiés.



**Emmanuel** GUESDON. Président



MARTINS, Directrice

### LA VIE DEVANT SOI

Accueil du lundi au vendredi 9h - 12h / 14h - 17h30 37 bis, Quai de Prague 45100 Orléans TÉL.: 02 38 73 56 72





 $(\emptyset)$ S'inscrire





### MILLE CHŒURS **POUR UN REGARD** DIM 07/04

La chorale de La Vie Devant Soi, sous la direction de Colette Dargent, chante pour la recherche en ophtalmologie auec

Sortie Orléans - Gratuit (Boîte à don) 15h - Notre Dame des Blossières

Rétina-France.



### CAFÉ PARTAGÉ SENIOR

**VEN 26/01 - 23/02 -**29/03

Une fois par mois, venez passer un moment agréable autour de conversations variées.

RDV à 15h - Studio 16 en januier Le Martroi en féurier et mars - Sans inscription - Consommation à votre charge

### Rencontre Conférence





### MÉDITERRANÉE OCCIDENTALE **VEN 19/01**

Partez en croisière photos avec Jean-Claude Berthomier, en faisant escale à Barcelone, Portofino, Caserte, Taormina, Malte,



### LA MEUSE PART 1 **VEN 16/02**

Michel Fousset vous accompagnera en photos dans les nombreux petits villages de la Meuse comme Vaucouleurs, village johannique...



#### FAR WEST **VEN 22/03**

En photos, partez avec Jean-Claude Berthomier, pour l'ouest américain. Des paysages rocheux aux villes typiques de maisons de bois du Far West.



### **ABRAHAM** LINCOLN **JEU 01/02**

Auec Didier Paillet vous découurirez la personnalité du Président Abraham Lincoln, dans une période sombre de l'histoire de l'Amérique.



### **LES VINS LE LONG DU FLEUVE ROYAL**

Quand on parle de vin, on parle aussi d'histoire, géographie, géologie, climats, botanique, chimie, économie... Tout le long de la Loire, Eric Bureau évoquera devant nous ces rapports bimillénaires entre les humains et le vin.



## LES JOURS

De nombreux ouvrages sont mis à votre disposition: roman, policier, histoire, aventure, nature, biographie, loisirs, poésie...

Accès libre - 37 bis, Quai de Prague









### Sortir

### Présentation du programme MER 10/01

Présentation de votre programme trimestriel, un moment privilégié pour une rencontre autour de uos prochaines sorties.

Rencontre - Gratuit 14h30 37 bis, Quai de Prague



Déjeunons Ensemble Orléans

MER 31/01

Pour cette nouvelle année, retrouvonsnous autour d'un repas, un moment de convivialité pour faire connaissance, échanger et débuter 2024 sous le signe de l'énergie et de la bonne humeur.

Sortie Orléans - 43 € RDV 12h15 - Le Martroi



### Château de Courtanuaux

**JEU 28/03** 

Après le déjeuner, visite guidée du château. Laissezvous surprendre par la splendeur architecturale de cet ensemble édifié aux XVe et XVIe siècles. Il fut restauré au XIX<sup>e</sup> siècle par une princesse roumaine... Il vous offre la possibilité de découvrir un château qui, n'en est pas moins surprenant par ses intérieurs étincelants et « modernes ».

Sortie Journée - 99 € - RDV par courrier



### Le Château de Châteaudun

MER 07/02

Après le déjeuner, visite guidée d'une grande résidence princière des XIIe, XVe et XVIe siècles qui fut la propriété de Jehan de Dunois, le compagnon d'armes de Jeanne d'Arc. Il est réputé pour son donjon et sa Sainte Chapelle du XV<sup>e</sup> siècle. Parcourez l'histoire de cette forteresse prestigieuse d'une ampleur spectaculaire, surplombant le Loir à plus de 60 mètres.

Sortie journée - 89 € - RDV par courrier



Mouloud **FERAOUN** Ecrivain berbère d'expression française **JEU 08/02** 

Mouloud Feraoun fait irruption en 1950 par la publication à compte d'auteur de son roman "Le Fils du pauvre". Assassiné par l'OAS le 15 mars 1962, laissant un journal qui sera publié après sa mort.



Nos ateliers

**DESBORDES-VALMORE** Marceline **JEU 14/03** 

**3 € par séance** - 14h30

Reine Garcia propose de découvrir la vie et l'œuvre de cette poétesse, un peu oubliée, même si elle fut reconnue par les plus



### L'art du vitrail

MER 14/02

Au sein de l'atelier Vitrail & Co, vous participerez à une rencontre et à la découverte du vitrail, de sa fabrication à sa restauration.

Sortie Orléans - 10 € - minimum 15 pers RDV 14h30 - 3 rue des Carmes



### Parc de la Charbonnière

Saint Jean de Braye

**MER 21/02** 

C'est avec Jean-Claude Berthomier que vous vous baladerez dans le parc de la charbonnière et terminerez votre matinée par un déjeuner.

Sortie Marche - 25 € - 8 Km RDV 9h - Bus ligne 7 arrêt Halmagrand



**ADHÉSIONS 2023/2024** 

37 € (22 €/pers. non imposable) 60 € couple (40 €/couple non imposable) ORLÉANS & EXTÉRIEURS

NE RÉSERVEZ PLUS À LA DERNIÈRE MINUTE!

Il est important de vous inscrire à réception du programme. Merci.





### Cryptes St Auit et St Aignan Orléans

**LUN 26/02** 

Visite guidée de la crypte Saint Auit découverte par hasard au milieu du XIX<sup>e</sup>. Puis de Saint-Aignan qui se présente, par son plan, sous la forme d'une église souterraine.

Sortie Orléans - 12 € - Places limitées RDV 15h - 66 rue du Bourdon blanc



### Archives Départementales du Loiret

LUN 04/03

Visite guidée des Archives Départementales, c'est l'occasion de connaître les métiers dédiés au patrimoine, les coulisses du bâtiment et l'exposition « Rendez-vous en terre loirétaine, le Loiret au fil des siècles ».

Sortie Orléans - 5 € - Places limitées RDV 14h30 - 29 Boulevard Marie-Stuart

### Bien-être

Préserver votre capital jeunesse par l'activité physique, une bonne hygiène de vie, l'harmonie du corps et de l'esprit.

• GYM BIEN-ÊTRE : Lundi 14h15 - Atelier hebdo 1h

GYM DOUCE: Vendredi 9h15 ou 10h40 - Atelier hebdo 1h

GYM TRÈS DOUCE: Mardi 11h - Atelier hebdo 1h

GYM DOUCE ENERGÉTIQUE: Mardi 14h15 - Atelier hebdo 1h

SOPHROLOGIE - MÉDITATION : Lundi 10h ou 11h15 - Atelier hebdo 1h

YOGA & RESPIRATION: Jeudi 10h45 - Atelier hebdo 1h

YOGA SENIORS: Mardi 9h30 - Atelier hebdo 1h

PILATES: Lundi 11h15 - Atelier hebdo 1h

Loisirs et création

• ORIGAMI : Jeudi 14h30 - Atelier mensuel 2h

**ECHECS:** Mercredi 9h - Atelier hebdo 3h SCRABBLE: Mardi 14h30 - Atelier hebdo 2h

• ATELIER MÉMOIRE : Vendredi 14h - Atelier hebdo 1h30

• JEUX DE MÉMOIRE : Lundi 14h - Atelier hebdo 1h30

artistique, ludique ou de loisirs.

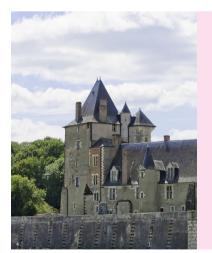
SELF DÉFENSE SENIORS : Mercredi 10h - Atelier hebdo 1h30

Donner libre court à votre créativité en pratiquant une activité

• ATELIER LIBRE TOUTES CRÉATIONS : Lundi 14h30 - Atelier hebdo 2h

CHORALE: Mardi 15h - Atelier hebdo 2h (Salle des Chats Ferrés)

LA VIDA DANZA: Lundi 15h30 - Atelier hebdo 1h



### Château de la Chapelle d'Angillon - Musée Alain Fournier

**VEN 08/03** 

Déjeuner au château puis visite guidée par le propriétaire de cette importante forteresse qui a pour origine l'un des plus anciens donjons carrés de la région, élevé au XIe siècle. Ce château à la dimension romanesque, est meublé, habité et abrite un musée consacré à Alain-Fournier, l'auteur du Grand Meaulnes.

Sortie Journée - 115 € - minimum 20 pers.



RDV par courrier



### Abbaye du Val de Grâce

MER 20/03

Après le déjeuner, visite guidée de l'Abbaye et du Musée du Service de Santé des Armées. L'abbaye reste un modèle de construction religieuse, désaffectée sous la Révolution et devient un hôpital militaire.

Sortie Paris - 85 € - Transport SNCF **RDV** par courrier



• MANDALA: Mercredi 14h30 - Atelier Hebdo 2h

Savourer les plaisirs de la vie, découvrir de précieux savoir-faire, rencontrer d'autres cultures.

• AUTOUR DU LIVRE : Mercredi 14h30 - Atelier mensuel 2h

• ANGLAIS: Lundi 10h ou Jeudi 10h15 ou Vendredi 11h30 - Atelier hebdo 1h

• « LE SOUFFLE ET LA PLUME » ATELIER D'ÉCRITURE : Jeudi 14h30 -

Atelier bi-mensuel 2h

• CONVERSATION ESPAGNOLE : Mercredi 14h - Atelier hebdo 2h

### Nouvelles technologies

Utiliser les nouvelles technologies pour vous informer, vous divertir et communiquer.

• INFORMATIQUE - INTERNET - TABLETTE TACTILE : Sur RDV - Nous consulter



Parc de Loire

**VEN 15/03** 

Auec Jean-Claude Berthomier venez marcher à l'île Charlemagne, riche de sa faune et sa flore. Terminez votre balade par un déjeuner.

Sortie Marche - 25 € - 8km RDV 9h - Bus ligne 16 arrêt Tourelle-Dauphine

