

# Association Valentin HAÛY

## Comité de Loire Atlantique



Avec les aveugles et les malvoyants

---

Agir pour l'autonomie

---

### CALENDRIER DES ACTIVITÉS

**2025 – 2026**

(hors jours fériés et fermetures du comité)

---

2 bis boulevard Boulay Paty – 44100 NANTES

02 40 47 99 49

comite.loire-atlantique@avh.asso.fr – nantes.avh.asso.fr

Répondeur vocal (gratuit) : 02 85 52 17 60

### **Horaires d'ouverture :**

Lundi, mardi, jeudi, vendredi

De 10 h à 12 h 30 et de 13 h 30 à 17 h

Mercredi de 14 h à 17 h

(Fermé les mercredis de juillet et août)

## SOMMAIRE

Anglais	page 1
Atelier cuisine, à votre Écoute, bibliothèque sonore	page 2
Café psycho, club de l'amitié	page 3
Cours de braille, échecs	page 4
Entraînons notre mémoire, Esthétique	page 5
Géographie, Goûters dominicaux	page 6
Histoire, jeux de société	page 7
Mélomanes, Modelage	page 8
Nouvelles technologies, Pétanque, Pilates	page 9
Randonnées, relaxation	page 10
Repas mensuel, sorties culturelles, tricot	page 11
Trucs et astuces, tu l'as pas lu ? Faut le lire !	page 12
Bulletin d'inscription 2025 2026	page 13
ÉVÉNEMENTS 2025 2026	page 15
DATES DE FERMETURE	page 16
NOS SERVICES À LA DEMANDE	page 17
NOS CORRESPONDANTS – SERVICE DE PROXIMITÉ	page 19

## Calendrier du 1er septembre 2025 au 30 juin 2026

### Anglais

Référente : Anne PAWLAK

Que vous soyez débutants (découverte du vocabulaire) ou initiés (travail sur thème), rien de tel qu'une conversation pour apprécier cette langue.

Inscription annuelle : 12 €

Le lundi de 10 h 30 à 12 h - Limité à 8 participants

22 septembre

27 octobre

24 novembre

08 et 15 décembre

12 et 26 janvier

23 février

02 et 23 mars

27 avril

11 mai

15 et 22 juin

**Retour SOMMAIRE**

## Atelier cuisine

Référentes : Joëlle et Marie-Françoise

Mettre la main à la pâte ; confectionner de bons petits plats, les déguster, que du plaisir !

Inscription annuelle : 10 € + 10 € de participation au repas

2e vendredi du mois de 10 h à 14 h - Limité à 5 participants

05 septembre

10 octobre

14 novembre

12 décembre

16 janvier

13 février

13 mars

10 avril

22 mai

12 juin

**Retour SOMMAIRE**

## À votre Écoute

Référente : Françoise PAGIS

Formée à la psychologie comportementale, Françoise vous propose une écoute attentive et bienveillante.

6 € la séance individuelle (45 min)

Le mardi sur RDV de 13 h 30 à 16 h à partir du mardi 17 septembre

**Retour SOMMAIRE**

## Bibliothèque sonore

Référentes : Danièle et Janine

Inscription annuelle : 14 € - 5 livres audio par mois sur CD, carte SD, ou clé USB.

**Retour SOMMAIRE**

## Café psycho

Référente : Caty

Le café psycho se veut être un moment convivial, un temps pour partager avec d'autres, son vécu, ses questionnements ou ses difficultés. En partenariat avec le Relais Amical Malakoff Médéric Nantes Atlantique dans leurs locaux, 19 rue Maurice Daniel à Nantes. 2 € par goûter à régler au relais amical.

4e jeudi du mois de 14h30 à 16h – Thème notifié à l'inscription

25 septembre	Relation dominant dominé
23 octobre	Les secrets de famille
20 novembre	Tous les langages
04 décembre	Abandonner et s'abandonner
22 janvier	Sensibilité et sensiblerie
26 février	La bipolarité
26 mars	Le soi et le moi
16 avril	Les pervers narcissiques
28 mai	Les non-dits
04 juin	L'acceptation

**Retour SOMMAIRE**

## Club de l'amitié

Référente : Monique JUDIC

Dans une ambiance conviviale, vous pourrez discuter, échanger, rire ou chanter et apprécier ce moment de détente autour d'une collation.

Inscription annuelle : 10 € - 2e jeudi du mois de 14h30 à 16h 30

11 septembre, 09 octobre, 13 novembre, 11 décembre

15 janvier, 12 février, 12 mars

09 avril, 21 mai, 11 juin

**Retour SOMMAIRE**

## **Cours de braille individuels**

Référent : Yves NAUD

Inscription annuelle : 14 € - Limité à 6 places

Tous les vendredis de 14 h à 17 h à partir du 19 septembre

**Retour SOMMAIRE**

## **Échecs et Dames**

Référents : Patrick MACÉ, Catherine PEYRONEL

Si vous êtes débutant, venez les découvrir ! Si vous êtes expérimenté, venez, vous perfectionner !

Limité à 10 participants - Inscription annuelle : 12 €

2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> mercredi du mois de 14 h à 16 h 30

10 et 24 septembre

08 et 22 octobre

12 et 26 novembre

10 décembre

14 et 28 janvier

13 et 25 février

13 et 25 mars

08 et 29 avril

13 et 23 mai

10 et 24 juin

**Retour SOMMAIRE**

## Entraînons notre mémoire

Référente : Monique TANDY

À partir de jeux divertissants et culturels, vous passerez un excellent moment tout en entraînant votre mémoire.

Inscription annuelle : 10 € - 4e mardi du mois de 14 h 30 à 16 h

23 septembre

28 octobre

25 novembre

27 janvier

24 février

24 mars

28 avril

26 mai

23 juin

**Retour SOMMAIRE**

## Esthétique

Référente : Lydie BOUSCAUD

S'occuper de soi, profitez des conseils cosmétiques.

Inscription annuelle : 10 € - 2e lundi du mois de 14 h 30 à 16 h

Limité à 5 participants

13 octobre

24 novembre

08 décembre

12 janvier

09 février

09 mars

27 avril

11 mai

08 juin

**Retour SOMMAIRE**

## Géographie

Référent : Jean-Bernard LUGADET

Venez découvrir le monde contemporain sur des thèmes préalablement définis.

Inscription annuelle : 10 € + 5 € pour les résumés en grands caractères ou braille sur demande

4e lundi du mois de 14 h 30 à 16 h

29 septembre

27 octobre

24 novembre

Vendredi 12 décembre

26 janvier

Vendredi 10 avril

Jeudi 30 avril

Mardi 12 mai

22 juin (à confirmer)

**Retour SOMMAIRE**

## Goûters dominicaux

Référente : Jocelyne REYDET

Une activité conviviale en partenariat avec le Relais Amical Malakoff Médéric Nantes Atlantique dans leurs locaux, 19 rue Maurice Daniel à Nantes. 4 € par goûter à régler au relais amical.

2e dimanche du mois de 15 h à 17 h.

Inscription 10 jours avant au 02 40 47 99 49.

12 octobre, 09 novembre, 14 décembre

18 janvier, 08 février, 08 mars

12 avril, 10 mai, 14 juin

**Retour SOMMAIRE**



## Histoire

Référent : Hervé NAUROY

Grâce à ces « causeries », découvrez l'histoire avec un grand H.

Inscription annuelle : 10 € + 5 € pour les résumés en grands caractères ou braille, sur demande. Possibilité de séance en visioconférence ou en audio par téléphone.

1er vendredi du mois de 14 h 30 à 16 h

12 septembre

03 octobre

07 novembre

05 décembre

09 janvier

06 février

06 mars

03 avril

22 mai

05 juin

**Retour SOMMAIRE**

## Jeux de société

Scrabble, belote et d'autres jeux pour des parties endiablées !

Participation annuelle : 12 €

1<sup>er</sup> et 3<sup>e</sup> mercredi du mois de 14 h 30 à 16 h - Limité à 10 participants

03 et 17 septembre

01 et 15 octobre

05 et 19 novembre

03 et 17 décembre

07 et 21 janvier

04 et 18 février

04 mars

01 et 22 avril

06 et 20 mai

03 et 17 juin

**Retour SOMMAIRE**

## Mélomanes

Référente : Nicole BRIAND

Tendez l'oreille, partager vos morceaux préférés et en découvrir de nouveaux.

Inscription annuelle : 10 € - 3e vendredi du mois de 14 h 30 à 16 h 30 Limite à 10 participants

26 septembre

24 octobre

21 novembre

19 décembre

23 janvier

20 février

20 mars

24 avril

29 mai

19 juin

**Retour SOMMAIRE**

## Modelage

Référente : Annick BOUCHON

Modeler, créer et affiner votre sens du toucher, quelle satisfaction !

Inscription annuelle : 12 € + participation aux fournitures

1<sup>er</sup> et 3e lundi du mois de 14 h 30 à 16 h - Limité à 6 participants

06 et 20 octobre

03 et 17 novembre

01 et 15 décembre

05 et 19 janvier

02 et 16 février

02 et 16 mars

20 avril

04 et 18 mai

01 et 15 juin

**Retour SOMMAIRE**

## Nouvelles technologies

Référents : Michel FERRANT, Michel JOUANNY

Pour découvrir ou approfondir ses connaissances, des séances en téléphonie ou informatique adaptée. 6 € de l'heure.

Sur rendez-vous le jeudi, à compter du 4 septembre

**Retour SOMMAIRE**

## Pétanque

Référents : Jean-Michel TRICOT

Tirer, pointer, tout est possible à la pétanque adaptée !

Inscription annuelle : 12 €

1<sup>er</sup> et 3<sup>e</sup> samedi du mois de 14 h 30 à 17 h

06 et 20 septembre

04 octobre

15 novembre

06 et 20 décembre

10 et 24 janvier

07 et 21 février

14 mars

04 avril

02 et 16 mai

06 et 20 juin

**Retour SOMMAIRE**

## Pilates

Référente : Geneviève ALBOUY (intervenante extérieure)

La méthode Pilates est une gymnastique douce qui allie une respiration profonde avec des exercices physiques.

Inscription pour 36 séances dont 1 gratuite (à régler au professeur) : 315 € possibilité de payer en 2,3 ou 4 fois

14 € de participation annuelle

Tous les mardis de 10 h 30 à 11 h 30 (Hors vacances scolaires)

Limité à 9 participants

Première séance le 02 septembre - Certificat médical exigé

**Retour SOMMAIRE**

## Randonnées

Référent : Daniel HERBRETEAU

En partenariat avec le Relais Amical Malakoff Médéric Nantes Atlantique.

Tous les lundis de 10 h à 12 h. Une personne déficiente visuelle est accompagnée par une personne voyante. Le nombre de participants est limité au nombre de personnes accompagnatrices. Première séance le 15 septembre.

**Retour SOMMAIRE**

## Relaxation

Référente : Françoise PAGIS

Un atelier pour une détente du corps et de l'esprit, pour retrouver joie, légèreté... Un bien-être global dans votre quotidien.

Inscription annuelle : 12 € - 1<sup>er</sup> et 3<sup>e</sup> lundi du mois de 10h30 à 11h30

Limité à 6 participants

15 septembre

06 et 20 octobre

03 et 17 novembre

01 et 15 décembre

05 et 19 janvier

02 et 16 février

02 et 16 mars

20 avril

04 et 18 mai

01 et 15 juin

**Retour SOMMAIRE**

## Repas mensuel

Référents : Gérard CLOCHARD, Monique JUDIC

Un moment festif à partager, agrémenté de musique et de rires.

Inscription annuelle : 10 € + 18 € de participation au repas

2e samedi du mois de 12 h à 17 h

13 septembre, 11 octobre, 8 novembre, 13 décembre

14 février, 11 avril, 9 mai, 13 juin

**Retour SOMMAIRE**

## Sorties culturelles

Référents : Michel HUNEAU, Michel ALLANIC

Découvrez la culture adaptée à Nantes, expositions, visites de lieux et bien d'autres curiosités.

Inscription annuelle indispensable pour recevoir les propositions.

4 € par sortie

**Retour SOMMAIRE**

## Tricot

Référentes : Odile CARRÉ, Jeanine PRÉVERT

Vous aimez tricoter, eh bien oui, c'est possible ! Venez-y pour retrouver le goût du tricot.

Inscription annuelle : 12 €

1<sup>er</sup> et 3e jeudi du mois de 14 h à 16 h 30

04 et 18 septembre

02 et 16 octobre

06 et 20 novembre

04 et 18 décembre

08 et 22 janvier

05 et 19 février

05 et 19 mars

02 et 23 avril

07 mai

04 et 18 juin

**Retour SOMMAIRE**

## Trucs et astuces

Référent : Emmanuel

Partager ses expériences, échanger ses astuces pour améliorer et maintenir son autonomie.

Inscription annuelle : 10 € - 1er mardi du mois de 14h30 à 16h  
Limité à 8 participants

7 octobre, 4 novembre, 2 décembre

6 janvier, 3 février, 3 mars

7 avril, 5 mai et 2 juin

En complément, une séance Mode d'Emploi le premier vendredi du mois de 10 h 30 à 11 h 30 à partir de novembre sauf en mai (4 personnes max)

**Retour SOMMAIRE**

## Tu l'as pas lu ? Faut le lire !

Référent : Paul JAUFFRIT

Présentation d'un livre accessible en braille ou en audio, lecture d'extraits, échanges sur l'ouvrage et sur l'auteur.

Inscription annuelle : 10 € - 3e mardi du mois de 14 h 30 à 16 h  
Limité à 10 participants

16 septembre

21 octobre

18 novembre

16 décembre

20 janvier

17 février

17 mars

21 avril

19 mai

16 juin

**Retour SOMMAIRE**

## Bulletin d'inscription 2025 – 2026

NOM : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code postal et Ville : .....

Tél. : ..... N° en cas d'urgence : .....

Adresse mail : .....

Date de naissance : .....

☐ Non voyant

☐ Malvoyant

Mode de diffusion des informations :

☐ Braille

☐ Gros caractères

☐ Standard

☐ Mail

Activité 1 : ..... Montant : ..... €

Activité 2 : ..... Montant : ..... €

Activité 3 : ..... Montant : ..... €

Activité 4 : ..... Montant : ..... €

Activité 5 : ..... Montant : ..... €

Activité 6 : ..... Montant : ..... €

**Droit annuel d'adhésion à l'AVH + 15 €**

Règlement : ☐ Espèces ☐ Chèque Total : ..... €

Proxitan ☐ Oui ☐ Non

Nantes, le

### Retour SOMMAIRE

Les données personnelles recueillies par l'association Valentin Haüy en tant que responsable de traitement ne sont utilisées que pour les finalités suivantes : gestion et administration des bénéficiaires, correspondances et envoi des documents utiles en votre qualité de bénéficiaire, campagnes d'informations, appel, collecte et gestions des dons, statistiques. Les bases légales du traitement sont l'exécution du contrat, les statuts et l'intérêt légitime de l'association à savoir soutenir notre action en faveur des déficients visuels. Les données sont destinées aux services compétents de l'AVH et aux tiers mandatés à des fins de gestion interne. Ces données ne seront conservées que le temps nécessaire à la réalisation des finalités mentionnées. Vous pouvez accéder aux données vous concernant ou demander leur effacement. Vous disposez des droits à opposition, rectification, limitation, portabilité de vos données. Pour exercer ces droits, contacter notre DPO : dpo@avh.asso.fr. Si vous estimez, après nous avoir contactés, que vos droits Informatique et Libertés ne sont pas respectés, vous pouvez vous adresser à la CNIL.





## Comité Valentin HAÛY de Loire Atlantique

### ÉVÉNEMENTS 2025 - 2026

**Portes Ouvertes du comité** – 10 % de remise sur tout le matériel

Vendredi 17 octobre de 10h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h

Samedi 18 octobre de 14 h à 17 h

**Lecture de théâtre** par « Des Voix dans la Nuit » au Comité

Vendredi 10 octobre de 14 h 15 à 16 h 15

L'atelier **tricot au chalet du marché Noël** de Nantes

Du jeudi 20 au dimanche 23 novembre

Du lundi 8 au dimanche 14 décembre

**200 ans ! de l'écriture braille** au Passage Sainte Croix, 9 rue de la Bâclerie à Nantes

Du jeudi 27 au samedi 29 novembre

**Repas du jour de l'an** au restaurant La Rivière sur inscription

157 Rue du Grignon à BASSE-GOULAIN

Samedi 17 janvier de 12 h à 15 h 30

**Réunion annuelle** à la Ligue de Football (à confirmer)

170 bd des Pas Enchantés à SAINT SÉBASTIEN SUR LOIRE

Samedi 7 mars de 10 h à 15 h 30

**Lecture de théâtre** par « Des Voix dans la Nuit » au Comité

Vendredi 13 mars de 14 h 15 à 16 h 15

**Concours du Poinçon Magique**, sur inscription

Mercredi 18 mars de 14 h à 16 h

**Lecture de théâtre** par « Des Voix dans la Nuit » au Comité

Vendredi 12 juin de 14 h 15 à 16 h 15

**Tombola** et goûter de fin d'activité au Comité, sur inscription

Vendredi 26 juin de 14 h 30 h à 16 h 30

**Retour SOMMAIRE**

## DATES DE FERMETURE

- Lundi 10 et mardi 11 novembre
- Fin d'année : du lundi 22 décembre au vendredi 2 janvier
- Lundi 6 avril
- Congés de printemps : du lundi 13 au vendredi 17 avril
- Vendredi 1<sup>er</sup> et 8, jeudi 14 et vendredi 15 mai
- Lundi 25 mai
- Congés d'été : du lundi 3 au vendredi 21 août

## Retour **SOMMAIRE**

Pour faciliter l'organisation et favoriser un climat de convivialité, merci de signaler vos absences aux activités auprès du comité.

N'oubliez pas PROXIBUS !

Plusieurs événements seront organisés au cours de l'année  
N'hésitez pas à vous renseigner à l'accueil

ou

consulter notre **répondeur vocal au 02 85 52 17 60**

Horaires d'ouverture :

Lundi, mardi, jeudi et vendredi  
De 10 h à 12 h 30 et de 13 h 30 à 17 h

Le mercredi de 14 h à 17 h

## NOS SERVICES À LA DEMANDE

Accueil individuel sur rendez-vous !

### À VOTRE ÉCOUTE

Françoise PAGIS, malvoyante, formée à la psychologie comportementale, vous propose une écoute attentive et bienveillante. Grâce à un dialogue constructif, des exercices de relaxation et de créativité, elle vous aide à porter un regard plus positif, plus apaisé.

### BRAILLE

- Cours de braille : Une autre façon de lire et d'écrire, grâce à des cours individuels hebdomadaires.
- Transcription : À disposition des particuliers, des entreprises et des administrations, la transcription rend accessible les documents édités en noir aux personnes pratiquant le braille.

### LECTURE POUR TOUS

- Atelier « lecture audio » : nos spécialistes présentent les solutions de lecture audio (médiathèque, Éole, bibliothèque sonore du Comité) et les différents lecteurs de livres lus. Ils forment à l'utilisation des lecteurs de poche et au téléchargement.
- Prêt de lecteur de livres lus : mis à votre disposition gratuitement, le lecteur de salon permet de découvrir et de vous initier à une autre forme d'accès à la lecture.
- Bibliothèque sonore du Comité : si vous ne manipulez pas internet, notre équipe se charge de vous procurer les ouvrages, sur CD, de la médiathèque Valentin HAÛY que vous souhaitez.
- SOS lecture : un télé agrandisseur et une machine à lire sont mis à votre disposition dans nos locaux.

## NOUVELLES TECHNOLOGIES

- Atelier téléphonie : nos animateurs y présentent les téléphones portables audio et forment à l'utilisation.
- Atelier Informatique : nos experts font découvrir les logiciels adaptés qui permettent de continuer à utiliser cette technologie quand on est privé de la vue et assurent la formation.

## PRÉSENTATION DE MATÉRIELS ADAPTÉS

Indispensable à votre autonomie, vous pourrez venir découvrir un grand choix de matériel adapté à notre boutique, et le commander au Comité !

Le catalogue général est accessible sur Internet par ce lien :  
<http://magasin.avh.asso.fr>

## SERVICE RÉPARATION

Pour les lecteurs de salon hors garantie. Un technicien étudie le dysfonctionnement et vous propose une remise en état si cela est possible.

## RECRUTEMENT DE DONNEURS DE VOIX

Les voix sont précieuses pour enregistrer les livres sonores qui permettent l'accès à la lecture à toutes personnes déficientes visuelles et enrichir la médiathèque AVH.

**Retour SOMMAIRE**

## NOS ANTENNES ET CORRESPONDANCE

### SERVICE DE PROXIMITÉ

#### ANTENNE DU PAYS D'ANCENIS SAINT GÉRÉON

Correspondants :

Christine ROUSSEAU, responsable coordinatrice

07 50 07 06 30 - rousseauc278@gmail.com

Claire Anne LE PENSEC

TURMEL Yvonnick

Rencontre tous les 1ers mardis du mois à partir de 14 h à 17 h

Espace Corail 3e étage salle des Conférences

30 Place Francis Robert

44150 ANCENIS SAINT-GÉRÉON

#### ANTENNE DE LA BAULE

Correspondante :

Dominique SOLTNER 06 10 82 67 41 dsoltner@free.fr

Rencontre les 1ers lundis du mois sur RDV au 02 51 75 75 30

Centre Communal d'Action Sociale - Hôtel de Ville

33 avenue du Commandant Nervo

44500 LA BAULE

#### CORRESPONDANCE DE SAINT NAZAIRE

Correspondant :

Joseph ROMANO 06 74 79 77 98 joseph.romano3@laposte.net

**Retour SOMMAIRE**