

Club des retraités de la section de Charente-Maritime

Éditorial

Merci, merci... aux 80 animateurs d'ateliers qui ont en charge 700 personnes à Lagord, Royan et Saintes ! Des nombres tout à fait remarquables, qui traduisent la grande vitalité du Club MGEN 17.

Merci aux animateurs qui cessent leur activité (J Esteve, JC Koenig, B Mailloux, A Mizez, J Prost et MF Violeau).

Merci aux nouveaux qui nous offrent, dès la rentrée 2018, des ateliers parfois innovants : C Airaud (marche nordique), M Guerin (couture) et D Souder (magie mathématique).

Et merci surtout à Claudine Tardy qui

a assuré la responsabilité financière ainsi que la coresponsabilité du Club depuis 2006 (avec J Chaigneau, puis avec JF Combes).

Il me revient l'honneur de la remplacer dans ces deux domaines ; je m'efforcerai d'accomplir avec assiduité ces deux tâches, en compagnie des personnes en charge du secrétariat, de l'accueil et de la responsabilité du Club MGEN 17, afin que se poursuive avec énergie la longue vie du Club. Françoise Pawlowski.



Club retraités
MGEN 17
05 46 44 97 88
16 rue E. Freyssinet
17140 LAGORD

Courriel :
mgenclub17.sec@wanadoo.fr

Toutes les infos sur le site :
clubmgen17.fr

SOMMAIRE

Edito
Participation
Inscription
Ateliers
EDT La Rochelle

Participation au club 2018-19 Inscription : mode d'emploi

Le Club propose ce bulletin annuel à tous les participants MGEN du 17 (par email ou par envoi postal) fin juin 2018. Ceux qui désirent participer à une ou plusieurs activités proposées, doivent remplir le plus rapidement possible le **coupon réponse individuel, cocher les activités retenues pour les ateliers «physiques» accompagné d'un chèque de 27 € à l'ordre de la 2FOPEN pour la licence** (joindre un **certificat médical récent**). Il est possible d'envoyer ce(s) document(s) rempli(s) soit par email (si pas de chèque), soit par la poste ou de venir le(s) déposer à Lagord. Les **nouveaux** participants doivent, en plus du coupon-réponse, remplir une feuille de participation (avec n° de SS) et **joindre un chèque de participation pour 2019 (valable pour la fin 2018 pour les nouveaux retraités)**. **Rappel : les nouveaux retraités doivent se signaler au plus vite à la section MGEN, 8 rue de Belgique à Puilboreau, afin d'opérer leur changement de statut. Ils pourront ensuite venir s'inscrire au Club.** Le bureau

Différentes situations	Participation au club MGEN 17 par année civile
Adhérent MGEN ne pratiquant aucune activité physique*	15 € (ordre MGEN)
Non adhérent MGEN autorisé " " " " " " *	25 € (ordre MGEN)
Adhérent MGEN ayant acquitté sa licence 2FOPEN 2018 - 19	7 € (ordre MGEN)
Non adhérent MGEN autorisé avec licence 2FOPEN 2018 - 19	17 € (ordre MGEN)
* S'inscrire au seul atelier «aquagym» ne nécessite pas l'acquisition d'une licence 2FOPEN (de sept. à sept.)	

Pour pratiquer les activités suivantes (œnologie, bowling, canoë... tai chi, vélo, yoga) **il est obligatoire de fournir le formulaire de licence 2FOPEN-JS, le certificat médical 2018 récent (sauf pour l'œnologie), en même temps que le chèque correspondant et cela avant la reprise de l'activité.**

La majorité des activités sont gratuites mais certaines nécessitent une participation aux frais (atelier gym dynamique, œnologie, pour abonnements, locations, fournitures comme peintures, soie, papier...)

DIMANCHE CONVIVAL AU CLUB

On se retrouve au Club le dimanche après-midi (à partir de 14 h 30) pour des échanges amicaux, des jeux de société, des cafés gourmands, des sorties éventuelles comme musées, expos, cinés, balades... Rejoignez-nous. Arlette LIMOGES et Chantal HUCHOT.



LES VISITES SOLIDAIRES À DOMICILE

Visites à domicile pour des collègues retraités de la MGEN qui sont isolés par la maladie ou l'âge. Ces visites sont effectuées par les bénévoles du Club, quelques heures par quinzaine. **Nous avons besoin de nouveaux visiteurs bénévoles.** Arlette LIMOGES et Elizabeth MARECHAL.

ALLEMAND

mardi 11h-14h.
Françoise LE REST.
Reprise début octobre 2018.



ANGLAIS

1/ **Mardi 14h-15h30 G1 et jeudi 16h00-17h30 G2,** Jeannine BERGER. **Reprise le 25 sept. 2018.** Utilisation de manuels, cassettes audio, articles divers, textes courts, poèmes etc. en vue d'une exploitation écrite et orale, visant à consolider les connaissances des participants et les stimuler à l'expression orale dans un anglais actualisé utilisable au quotidien, ici et ailleurs.

2/ **Jeudi 10h30-12h00,** Marc LESIMPLE. **Reprise fin septembre 2018.**

Compréhension orale, exercices de grammaire et conversation à partir de documents vidéos.

AQUA-GYM

Entrées et cours sont payants. Donc apporter un moyen de paiement le jour de la reprise (chèque ou CB).

Les chaussures de piscine sont conseillées.
Coordonnatrice : Michèle COUTANCEAU

Date limite d'inscription au club pour l'aquagym : **jeudi 16 août 2018.**

* Piscine Garden Fitness : **lundi et jeudi 10h, vendredi 11h.** Aquavélo : **vendredi 14h30.**
Reprise début septembre.

* Piscine de Périgny : **Palmilud, mardi de 9h à 10h, de 11h à 12h. Reprise le 18-09-2018.**

2 groupes Max : 32 / groupe

Pour les séances d'aquabike, il n'y a pas de groupe MGEN et il faut s'inscrire à chaque cours.

* Piscine de Châtelailon (il faut savoir nager) : **vendredi de 8h45 à 9h30.** Pascale GOGUSEY.
Reprise le 14-09-18.

* Swimcenter (Lagord). **Reprise début septembre.**
Catherine SAINT HILAIRE.

BOWLING

(certificat médical 2018) : **2 mardis par mois 13h45 - 16h15.** Marie-José BOUDON et Saphir ASGARALY. Reprise début septembre. L'atelier a lieu dans les locaux du Bowling de LR. Cette activité nécessite une participation (frais).

BRIDGE TOURNOIS

mardi et vendredi 14h-18h, Alain BERTHONNEAU.
Reprise le 04 septembre 2018.

Salle de Fétilly : tournois et parties libres. Une petite pratique du bridge est requise.

BRIDGE DEBUTANTS

vendredi 14h-17h, Jean-Marie PINSON. **Reprise 28 septembre 2018.**

Assiduité recommandée pour la progression de la méthode.

Atelier réservé à ceux qui désirent apprendre à jouer au bridge dans une ambiance décontractée.

BRIDGE PERFECTIONNEMENT

mardi 14h-17h30, Jean-Marie PINSON. **Reprise 02 octobre 2018.**

Atelier réservé aux anciens des ateliers «débutants» et à ceux qui désirent perfectionner leur jeu dans l'optique de la préparation aux tournois.

CANOË

(licence avec certificat médical 2018) : Jean CHAIGNEAU. **Reprise en septembre 2018.** Il faut savoir nager 25 m. Port du gilet de sécurité. Le calendrier, envoyé aux candidats, est au club et sur le site internet du Club. Deux heures pour découvrir la nature de la Vendée à Saintes.

CARTONNAGE

mercredi 9h30 - 17h00 semaine impaire (1 fois

/ mois), Jeanine BOURGET. **Reprise en septembre 2018.** Max. : 10.

CHORALE :

jeudi 18h15 - 19h30 - Chefs de chœurs : Francis BETERMIN, Claudine TARDY. Coordinateur : Michel GARNIER. **Reprise le 20 septembre 2018.** Un répertoire varié à 1 ou plusieurs voix.

COMMUNICATION méthode ESPERE

mercredi 10h-12h, Jacques BENOIT. **Reprise 03 octobre 2018.** L'atelier aura lieu tous les 15 jours dans la petite salle de Saint-Éloi.

Savoir écouter, savoir communiquer, n'est pas inné, cela s'apprend. La méthode ESPERE (de Jacques Salomé) vous propose des outils concrets, des règles d'hygiène relationnelle.

COURSIVE

relais Jean-Marie PINSON . Voir informations au Club.

COUTURE

jeudi 13h30 - 16h, Michelle GUERIN. **Début : 2^{ème} quinzaine de septembre 2018.**

Débuter à la machine à coudre ou développer ses talents en couture. Pour le plaisir de partager, de transmettre techniques et idées créatives, pour la déco, les cadeaux, le quotidien, l'habillement...

CUISINE

jeudi 9h30-14h (1 fois / mois), Colette BERJON. **Reprise 13 septembre 2018.** Maxi : 14.

Centre Socio-Culturel Le Pertuis, 3 rue François Boucher (Mireuil) La Rochelle.

Dans la bonne humeur et sans prétention, nous fabriquons nos repas pour ensuite les déguster.

DANSES de salon et en ligne

mercredi 10h15 - 11h45 (licence avec certificat médical 2018), Jacqueline JUGELÉ. **Reprise le 12 septembre 2018.** Salle municipale du Vélodrome. Se divertir en musique et apporter un brin de positif à notre état de santé (exercices physiques variés, mémoire, coordination, confiance en soi... convivialité.

DENTELLE AUX FUSEAUX

lundi de 14h-17h (semaine impaire)

ou le **mercredi de**

14h à 17h (semaine paire), Jeannie LEQUEUX. **Début lundi 10 septembre 2018.**

ÉCONOMIE

jeudi 14h15 - 15h45 (semaine impaire - 1 fois / mois), Christiane CORDERO-HAUSER. **Reprise 2^{ème}**



quinzaine de septembre 2018. Cet atelier servira à commenter l'actualité à la lumière de ce qui a été traité et qui pourra aussi être approfondi.

ÉCOUTE DE SOI

vendredi de 10h-12h, Nicole REBOURG et Michèle BENOIT. **Reprise vendredi 14 septembre 2018.** Max : 12. Petite salle de Saint-Éloi. Voie de libérations et d'auto-guérison. Découvrir combien il est essentiel de se reconnecter à ses sensations corporelles, d'accueillir ses émotions et de pacifier son mental. Le tout se passe en douceur grâce à notre accompagnement bienveillant.

ÉCRITURE

lundi 15h30-18h (semaine paire), Françoise LACOSTE. **Reprise lundi 01 octobre 2018.** Max : 12. Prérequis : goût de lire et d'écrire. Vous aimeriez laisser des traces de votre vie, créer un personnage, jouer avec les mots et échanger autour de tout cela. Le groupe est très stimulant !

ENCADREMENT

mercredi 9h30 - 17h30 (semaine impaire) et **mercredi 13h - 16h (semaine paire)**. Monique ROSSINI-MAILHE. **Reprise 26 septembre 2018.** Max : 9. Un encadrement d'Art pour valoriser photos, aquarelles, broderies, gravures... selon diverses techniques.

ESPAGNOL

mardi 9h15 - 10h45 (G2) + 11h30-12h45 (G1). Précision importante : cet atelier n'est pas destiné aux grands débutants. Monserrat CLIMENT. **Reprise mardi 06 novembre 2018.** Max : atelier complet.

G1 : réactivation des connaissances par l'étude de courts textes, dialogues, chansons, vidéos, articles de presse, révisions de grammaire... et mise en pratique.

G2 : groupe plus confirmé. Conversation et échanges sur l'actualité espagnole et latino-américaine. Faits de civilisation, chansons, vidéos, actualité cinématographique.

GYMNASTIQUE

(licence avec certificat médical 2018). Salles polyvalentes de Saint-Éloi ou de Tasdon à La Rochelle. 1/ Réveil corporel, **mardi : 9h30 - 10h30**. Jean CHAIGNEAU. **Reprise mardi 18 septembre 2018** (St-Eloi). Renforcement musculaire, nerveux et osseux pour améliorer la posture, l'équilibre, la vivacité, la souplesse et le schéma corporel. Respiration contrôlée sans gros efforts cardio-vasculaires. Travail individuel surtout assis et couché.

2/ Gym. balles, **mardi : 10h30 - 11h30** - Elisabeth PLEY, Rémy BOUSSIRON & Jean CHAIGNEAU. **Reprise mardi 18 septembre 2018** (St-Eloi). Avec ballons variés, balles dures et molles (ping-pong).

Renforcement de la coordination et de la réactivité dans la convivialité. Seul ou à plusieurs, avec dévouement... Sans



compétition mais avec entraînements mutuels.

3/ Gym. dynamique et tonique, **lundi : 9h15 - 10h15 (St-Eloi) et vendredi 9h-10h** (St-Eloi). **Mercredi 9h00-10h00** (Tasdon). Erwan LE CORRE. **Reprise vendredi 07 septembre 2018**. Cette activité, animée par un professeur de sport rémunéré, nécessite une participation aux frais. Activités cardio-pulmonaires, renforcement musculaire, stretching, relaxation...

HISTOIRE

vendredi 8h45 - 10h, Gérard BLIER

Début : 28 septembre 2018.

Il s'agit de traiter des sujets très variés, liés à l'histoire régionale ou plus générale avec objectivité, dans un esprit d'ouverture et avec la participation active de chacun.

INFORMATIQUE

il est vivement conseillé d'apporter son ordinateur portable ou son smartphone.

1/ **Lundi : 10h30-12h00**, André MEILHAC. **Reprise début octobre 2018.** Max. : 12.

Pour débutants ayant internet à domicile : initiation aux tâches de base de l'informatique : gestion du disque dur, la recherche Internet, la messagerie, la sécurité – Gestion des photos – Eléments de bureautique (traitement de texte, diaporama etc.).

2/ **Lundi : 14h - 15h30**, Pierre BERNAT, **Reprise 01 octobre 2018.**

Aider à mieux maîtriser Windows 10, internet et apprendre à utiliser un logiciel de création d'album photographique – Travail à la demande des participants.

3/ **Mercredi : 9h00 - 10h30**, André MEILHAC. **Reprise début octobre 2018.** Même programme que le lundi.

4/ **Jeudi : 9h00 - 10h30**, JF COMBES. **Reprise le**



20 septembre 2018. Étude de tout ce qui touche à internet : courriel, web, travail sur le « Cloud » et création d'un site internet. Il est vivement conseillé d'avoir des bases en informatique.

5/ **Vendredi : 10h30 - 12h00**, Jean-Pierre DEVOYON. **Reprise mi-septembre 2018.**

Permettre aux participants d'avoir une maîtrise élémentaire de leur smartphone sous Android.

JEUX DE SOCIÉTÉ

vendredi 14h - 16h30 (salle info), Gérard WESSELS. **Début vendredi 28 septembre 2018.**

Ce nouvel atelier propose une activité qui sera centrée sur les jeux de société divers hormis les jeux de cartes classiques (belote, bridge, rami, tarot), échecs, dames ou dominos.

LECTURES G1

lundi 15h30 - 18h semaine impaire (1 fois / mois), André GAILING. **Reprise : lundi 10 septembre 2018.** Max : 18

Echange mensuel à propos de fictions ou de récits d'un ou plusieurs auteurs choisis collectivement.

LECTURES G2

lundi 15h30 - 18h semaine impaire (1 fois / mois), Françoise LACOSTE. **Reprise : lundi 01 octobre 18.**

Max : 18. Le goût des livres et du partage sur les textes nouvellement parus ou autres, en respectant une grande variété de genres...

MARCHE - RANDONNÉES PÉDESTRES

(licence avec certificat médical 2018) : **jeudi**, Odile CORNET.



Rendez-vous des amoureux du grand air dans une ambiance conviviale. D'octobre à avril : 9 à 12 km, l'après-midi. De mai à septembre : 15 à 20 km, la journée. Le calendrier envoyé par e-mail aux inscrits, affiché au club et sur le site (clubmgen17.fr).

MARCHE NORDIQUE

(licence avec certificat médical 2018)

1/ **Lundi 9h - 11h**, Pierre CORNET. **Reprise : lundi 10 ou 17 septembre 2018.** Séances de 2 h de marche sportive, active et rapide à l'aide de bâtons spécifiques (prêt gratuit possible pour découvrir l'activité). Cette marche permet d'aller plus vite, plus loin en se fatiguant moins. 1 marche / semaine.

2/ **Jeudi de 9h30 - 11h30**, Claudine AIRAUD et Jean-Marie PINSON. **Début 13 septembre 2018.**

Atelier de marche nordique en complément du lundi.

Circuit de 10 km.

MAGIE MATHÉMATIQUE

mardi de 15h45 à 17h45 (1 fois / mois), Dominique SOUDER. **Début : mardi 25 septembre 2018.** Aucun prérequis en magie n'est demandé. Le niveau mathématique des tours ne dépassera pas celui du collège. Venez jouer avec nous, dérouiller vos neurones personnels, entretenir votre souplesse d'esprit, puis réinvestissez avec vos petits enfants et partagez avec vos amis...

MÉMOIRE - GYMNASTIQUE CÉRÉBRALE - REMUE MÉNINGES

Il s'agit d'améliorer votre mémoire et « booster » vos neurones avec des exercices divers et variés, le tout dans la bonne humeur et la convivialité sans porter de jugement (maxi 18 personnes dans chaque groupe).



- 1/ **Lundi : 9h30 - 11h30,** Liliane GENESTE. **Reprise 17 sept. 2018.** Atelier complet.
- 2/ **Mardi : 9h30 - 11h30,** Nicole BONNAIRE et Martine DURRIEU. **Reprise 25 septembre 2018.**
- 3/ **Vendredi : 10h00 - 12h00,** Danièle BOUET et Caroline GOURDIEN. **Reprise 12 octobre 2018.**

NATURE

(licence avec certificat médical 2018) : Jean CHAIGNEAU. Le calendrier est sur le site du Club (clubmgen17.fr), dans nos locaux à Lagord et envoyé aux inscrits : environ 2 km en 2 heures. Découverte de la flore et de la faune entre nous et avec des spécialistes en Aunis et ailleurs.

OENOLOGIE (atelier collaboratif)

jeudi 9h15 - 12h semaine impaire (1 fois/mois), Jean-Pierre BAISSON est le coordinateur. **Reprise octobre 2018,** précédée d'une réunion préparatoire le 13 sept. 18 à 10h au club. Cet atelier est proposé par la 2FOPEN. Pour pouvoir participer à cette activité, il faut adhérer à cette association et donc avoir une licence 2FOPEN (sans certificat médical). Grâce aux conseils d'une oenologue, approfondissement des connaissances et dégustations. Cet atelier nécessite une participation aux frais.

PATCHWORK

lundi 14h à 17h (semaine paire), Mireille SINDRES. **Reprise 17 septembre 2018.**

Pour découvrir et approfondir des techniques et réaliser des ouvrages traditionnels ou contemporains.

PEINTURE ARTISTIQUE



jeudi 14h - 17h semaine impaire, Gilberte MARIAUD / Annie-Claude PECHEREAU / Françoise DEROSIER. **Reprise mi-septembre 2018.** Max. : 12. Cet atelier a pour but d'apprendre à aimer la peinture, à s'initier à l'art, à découvrir différentes techniques (pastel, acrylique, aquarelle, huile, cire...) L'autre objectif de cet atelier est la convivialité.

PEINTURE SUR SOIE

jeudi 9h15 - 12h15 et 14h - 17h semaine paire (1 fois/mois), Colette BROUSSE. **Reprise 20 septembre 2018.** La peinture sur soie ou l'art de faire danser les couleurs, de les mettre en scène à travers différentes techniques comme le serti, l'épaississant, l'antifusant, l'aquarelle sur eau, la cire...

PHILATÉLIE

mercredi 16h15-17h45 semaine paire, Jenny CAUBEYRE. **Reprise le 19 septembre 2018.** En plus de très nombreux échanges, nous essayons de parfaire nos connaissances techniques philatéliques. Activité toujours récréative et non lucrative.

SCAN ET VIEILLES PHOTOS

vendredi 14h - 16h, Jean-Louis BONNAIRE. **Reprise le 05 octobre 2018.**

Apprendre à ressusciter de vieux clichés (tirages papier et diapositives) en utilisant un scanner puis en améliorant numériquement la qualité de la copie. Plus de détails et exemples : voir le site du club.

SCRABBLE

lundi 17h - 19h, Michel GARNIER. **Reprise le 08 octobre 2018.** Presque chaque semaine, une partie ouverte à tous, sans esprit de compétition pour des rencontres conviviales.

SECOURISME

jeudi 10h45 - 11h45 semaine paire (1 fois / trimestre), Sylvette JOUBERT et Michel DELARUE. **Reprise le 04 octobre 2018.** Remise à niveau pour des inscrits ayant déjà le PSC1.

SOPHROLOGIE

lundi 14h45 - 16h15, André BERNARD. **Reprise le 24 septembre 2018** au Clos Margat.

Recherche du bien-être durable (physique et psychologique) par les moyens efficaces de la sophrologie.

TAI CHI CHUAN / QI GONG

(licence avec certificat médical 2018), **mercredi 10h20 - 11h50**. Nicole REBOURG.

Reprise mercredi 12 septembre 2018 dans la salle municipale de Tasdon. Cette activité nécessite une participation aux frais (à voir avec Nicole REBOURG). Pratique pour accroître et faire circuler harmonieusement l'énergie dans le corps et l'esprit, dans le but d'améliorer la santé. Apprentissage en Tai Chi Chuan de l'enchaînement des 13 postures (style Yang). Tenue : haut blanc et pantalon noir souple. Assiduité recommandée.

TRICOT

vendredi 10h30 - 12h00, Colette MARSAULT. **Reprise : 14 septembre 2018**. Venez découvrir ou améliorer votre technique du tricot main aux aiguilles, les points de base, les points fantaisie, les torsades etc... réaliser les modèles de votre choix mais aussi le montage de vos ouvrages.

VÉLO

(licence avec certificat médical), Odile CORNET.



Pour le plaisir, nous parcourons ensemble petites routes, chemins, pistes cyclables et découvrons notre région. D'octobre à avril, un après-midi variable dans la semaine pour des circuits d'environ 25 - 35 km. Aux beaux jours, des sorties à la journée, jours variables dans la semaine, avec pique-nique pour des circuits d'environ 45 - 60 km. Casque obligatoire, gilet fluo conseillé. Un niveau suffisant pour suivre le groupe est requis. Calendrier envoyé par mail aux inscrits, affiché à Lagord et sur le site internet du Club.

VIDÉO

mercredi 14h30 - 17h30 semaine impaire, Rose-Mary PHILIPPOT et Michel MASSEBEUF. **Reprise 12 septembre 2018**. Montage vidéo avec Pinnacle Studio 19 et 21. Cet atelier permet d'apprendre le montage de films vidéos et de photos issues de caméscopes et appareils photos numériques avec le logiciel Pinnacle.

VOYAGES



le 1^{er} lundi de chaque mois de 14h30 - 16h30 (ou sur RV), Maura DAVID et Nicole GUI TER.

Les CR des voyages se dérouleront au Club les samedis à partir de 14h30. Ils sont réservés aux personnes ayant participé au voyage.

Bordeaux : octobre 18, préparé et accompagné par Nicole GUI TER.

Le Louvre à Abu Dhabi et les Emirats Arabes Unis : 1^{ère} semaine de février 19, préparé et accompagné par Maura DAVID.

Madère : printemps 2019, préparé et accompagné par Lucienne Beaudonnet.

L'Islande : mi-juin 19 préparé et accompagné par R.M. et G. PHILIPPOT.

Les Lumières de Lyon en décembre 19 : préparé et accompagné par Maura DAVID.

Surveillez les News pour être au courant de l'avancement du projet.

YOGA

(licence avec certificat médical 2018), **vendredi 10h15 - 11h40**, Jacques BENOIT. **Reprise 05 octobre 2018**, salle de St-Éloi. Le yoga permet d'acquérir, au jour le jour, détente, souplesse physique et psychique et de vivre au plus près de notre corps dans une présence bienveillante, vis à vis de nous même et de notre entourage. Assiduité recommandée. Se munir d'une tenue souple, d'un tapis et d'un coussin épais ou d'un petit banc de yoga.



DIVERS

• AG = ASSEMBLÉE GALETTE 2019 •

Le **jeudi 17 janvier 2019 à 14h**, nous nous retrouverons un après-midi à l'Oratoire (LR) pour assister à une conférence suivie de notre réunion annuelle d'informations sur les activités, l'organisation, les finances du club, des prestations de différents ateliers : chorale, danses... et projection d'une vidéo sur différents ateliers. La galette sera dégustée en fin de réunion.

• REPAS DE FIN D'ANNÉE •

Nous nous réunirons au restaurant en **décembre 2018**, pour le plaisir de retrouver les anciens et les nouveaux.

• LE BOUCHOLEUR : Jean CHAIGNEAU •

Sorties sur un vieux gréement, vers les sites mytilicoles de la baie de l'Aiguillon, **en mai et juin 2019**.

• **RÉUNION D'ACCUEIL ET D'INFORMATION DES NOUVEAUX PARTICIPANTS** •
samedi 15 sept. 2018, 9h30 - 11h30 à Lagord.

SAINTES

GÉNÉALOGIE

lundi 14h - 17 h (1 fois/mois), Josette BLOT. **Reprise mi-septembre 2018**. MDA rue du Cormier. Retrouver ses ancêtres en utilisant les registres paroissiaux et d'Etat civil, les tables décennales, les fiches matricules, les recensements... et Geneanet. Le nom de famille : sa signification, son origine.

INFORMATIQUE

mercredi 14h - 18h. Nicole GABORIEAU. **Reprise 26 septembre 2018** au lycée Bernard Palissy de Saintes. Rencontres, contacts, échanges, par la médiation d'une technologie relativement nouvelle.

MÉMOIRE

vendredi 14h - 16h, Dominique MOUTIER. **Reprise 28 septembre 2018**.

Réunion de rentrée : **mardi 25 septembre 2018** - 14 h à 16 h salle Gérard Philipe, MDA, 31 rue du Cormier à SAINTES.

Responsables du Club : Françoise PAWLOWSKI,
Jean-François COMBES

Responsable financier : Françoise PAWLOWSKI

Secrétariat : Jean-Marie PINSON aidé de Robert MARTIN

Responsables des voyages : Maura DAVID et Nicole GUITER

Responsable de communication : Jean-François COMBES

Responsable site internet du Club : JF COMBES

Responsable 2FOPEN-JS Club 17 : Jean-François COMBES

Conseillères techniques : Claudine TARDY, Solange TRENTE

ROYAN

*On recherche des retraités MGEN, susceptibles de partager des savoirs ou des passions avec d'autres retraités MGEN du secteur de Royan ! Anciens ou nouveaux, venez le **vendredi 14 septembre 2018**, de 10h à 12h, à la maison des Associations de Royan, à notre rencontre où vous pourrez échanger sur les ateliers existants et projeter, pourquoi pas, d'autres ateliers. Pour tout renseignement joindre le Club par téléphone ou email.*

ESPAGNOL

Maison des Associations de Royan **Jeudi de 9h - 10h15**, Michel PRADINES. **Reprise : 06 septembre 2018**. Pour ceux qui ont fait un peu d'espagnol.

Jeudi de 10h15 - 12h, Marie-France CHENU. **Reprise : 06 septembre 2018**. Dans une ambiance détendue, chacun propose un sujet de conversation, une vidéo, un document pour échanger en espagnol.

MÉMOIRE

lundi 10h-11h45 (tous les 15 jours en alternance avec l'espagnol), Claudie BOURASSEAU. **Reprise 10 septembre 2018**. Espace Pelletan à Royan. Il s'agit de stimuler les différentes formes de mémoire, dans la bonne humeur et la convivialité.

SOPHROLOGIE

vendredi de 10h à 11h, Huguette ARONI. **Reprise début septembre 2018**. MDA de Royan.

Directeur de publication : Vincent BERNARDEAU

Dépôt légal : 2110-7610

Imprimerie MINGOT 

Emploi du temps hebdomadaire 2018-2019

	LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI
	sem paires	sem impaires	sem paires	sem impaires	sem paires	sem impaires	sem paires	sem impaires	sem paires	sem impaires	
Salle informatique	Matin	11h00 - 12h30 Informatique A. Meilhac	9h15 - 10h45 Espagnol G2 Montserrat Climent	9h00 - 10h30 Informatique A. Meilhac	9h00 - 10h30 Internet JF Combes	10h30 - 12h00 Anglais Marc Lesimple	10h30 - 12h00 Informatique Jean-Pierre Devoyon	10h30 - 12h00 Informatique Jean-Pierre Devoyon			
		14h00-15h30 Informatique P. Bernat 15h30-18h00 Lectures Gr 1 ou Gr 2 F. Lacoste	11h00-14h00 Allemand Françoise Lerest 14h00 - 17h30 Bridge Jean-Marie Pinson (perfectionnement)	14h00-17h00 Dentelle J. Lequeux	14h15-15h45 Economie C. Corderro (1 fois/mois) 16h00-17h30 Anglais G2 J. Berger	13h30-16h00 Couture Mich. Guérin 16h00-17h30 Anglais G2 J. Berger	14h00 - 16h00 Scan & vieilles photos JL. Bonnaire 14h00 - 16h00 Jeux de société G. Wessels				
Salle réunion	Matin	9h30 - 11h30 Mémoire Liliane Geneste	9h30 - 11h30 Mémoire N. Bonnaire 11h30 - 12h45 Espagnol G1 Montserrat Climent	9h30 Carton. J. Bourget ou Encadré Monique Rossini 17h00	9h30-12h00 Œnologie (2 fois/mois)	8h45-10h00 Histoire Gérard Blier 10h00 - 12h00 Mémoire Danièle Bouet					
		14h00-16h50 Patchwork M. Sindres 17h00-19h00 Scrabble M. Garnier	14h00 - 15h30 Anglais G1 Jeannine Berger 15h45 - 17h45 (1/mois) Magie mathématique Dominique Souder	13h00-16h00 Encadré M. Rossini (1 fois/mois) 16h00-17h30 Philatélie Jenny Caubeyre	14h00 - 17h00 Peinture artist. G. Marraud 18h15-19h30 Chorale	9h15-17h00 Peinture sur sole C. Brousse (1/mois) 18h15-19h30 Chorale	14h00 - 17h30 Bridge Jean-Marie Pinson (débutants)				
Petite											
Accueil		14h30-16h30 Bureau + Voyages									
Extérieur	Matin	AQUAGYM GARDEN-FITNESS 10h - 10h45 SAINT-ELOI GYM DYNAMIQUE 9h15 - 10h15 <i>lundi, mardi, mercredi, jeudi ou vendredi</i> <i>canoë, nature, vélo ou marches</i>	AQUAGYM PERIGNY (Palmilud) 11h - 12h00 SAINT-ELOI REVEIL CORPOREL J. Chaigneau 9h30-10h30 GYM BALLEES E. Pley - R. Boussiron 10h30 - 11h30	TASDON GYM DYNAMIQUE 9h00 - 10h00 QI GONG / TAI CHI CHUAN N. Rebourg 10h20 - 11h50 SALLE DU VELODROME DANSES J. Jugelé - 10h15 - 11h45 SAINT-ELOI COMMUNICATION "ESPERE" Jack Benoit - 10h00 - 12h00 2 fois / mois	AQUAGYM 10h - 10h45 GARDEN-FITNESS MARCHÉ NORDIQUE 9h30 - Cl. Airaud & JM Pinson CUISINE 9h00 - 14h00 Colette Berjon 1 fois / mois Centre Socio-Culturel Le Pertuis 3 rue Francois Boucher LA ROCHELLE	AQUAGYM CHÂTELAILLON GARDEN-FITNESS 11h - 11h45 SAINT-ELOI GYM DYNAMIQUE 9h00 - 10h00 YOGA Jack Benoit 10h15 - 11h45 ECOUTE DE SOI 10h00 - 12h00 N. Rebourg - M. Benoit					
			BRIDGE Salle comité quartier FETILLY 14h00 - 18h00 Alain Berthonneau BOWLING Bowling LR 13h45-16h00 Marie-Jo B. et Saphir A.								