

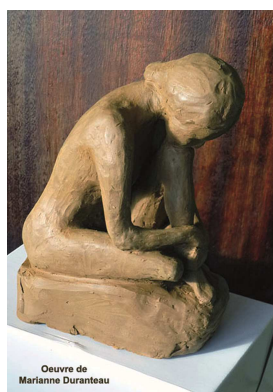


EDITORIAL

Le Club 17 : c'est la MGEN ! Les activités qu'il propose sont assimilables à des prestations. Rappelons que le Club, qui n'est pas une association et qui n'a ni autonomie juridique, ni financière, obéit aux statuts et au règlement intérieur de la MGEN, elle-même tributaire du code de la Mutualité.

Tous les retraités membres bénéficiaires de la MGEN en Charente-Maritime sont membres de droit du Club 17. Seuls celles et ceux qui prennent part à une ou plusieurs activités paient une participation à la MGEN de 7 ou 15 euros par année civile. Les données des études actuelles pour les 50 ans et plus ont montré que l'implication sociale contribue à l'aug-

mentation (+ 3%) du nombre d'individus déclarant être en bonne ou très bonne santé. Le



Club des retraités MGEN a pour principale mission l'action sociale en faveur de ses membres participants, en brisant la solitude par des visites personnelles, des activités ludiques, culturelles, artistiques et physi-

ques. Nos animateurs bénévoles sont toujours généreux de leur temps et savent diffuser leurs compétences. Certains vont abandonner leur poste à la rentrée mais heureusement d'autres prendront le relais, voire même nous proposeront de nouveaux ateliers comme le Qi Gong. Un grand merci à eux et à ceux qui oseront franchir le pas en proposant leur collaboration. Enfin, il est important de préciser que cette année, notre Club a acheté un défibrillateur entièrement automatique (DEA), qui permet de sauver des vies humaines. Comme vous pourrez le constater, nous mettons tout en œuvre pour que nos adhérents-participants se sentent heureux : « Le bonheur est dans le Club ». Bonnes vacances à tous.

L'équipe des responsables.

PARTICIPATION AU CLUB 2013-14

INSCRIPTIONS : MODE D'EMPLOI

Le Club propose ce bulletin annuel à tous les retraités MGEN du 17 (par email ou par envoi postal) fin juin 2013. Ceux, dont la participation 2013 est à jour qui désirent participer à une ou plusieurs activités proposées, doivent remplir le plus rapidement possible le **coupon réponse individuel**, **cocher les activités retenues** et y joindre **un certificat médical pour les ateliers «physiques» accompagné d'un chèque pour la licence 2FOPEN**. 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 MGEN) **et joindre un chèque de participation pour 2013 (valable dans certains cas pour 2014)**.

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 2013-14	7 € (ordre MGEN)
Non adhérent MGEN autorisé avec licence 2FOPEN 2013-14	17 € (ordre MGEN)
* S'inscrire au seul atelier «aquagym» ne nécessite pas l'acquisition d'une licence 2FOPEN	

Club retraités
MGEN 17

05 46 44 97 88

16 rue E. Freyssinet
17140 LAGORD

Sommaire :

Edito
Participation
Inscriptions
Ateliers
Voyages 13-14
EDT La Rochelle

Directeur de publication :
Christian DELCOURTE

Dépôt légal :

2110-7610

Imprimerie MINGOT
Marans

Courriel :
mgenclub17.sec@wanadoo.fr

clubmgen17.fr



Pour pratiquer des activités physiques (canoë, gymnastique, marche, nature, qi gong, vélo, yoga) il est **obligatoire de fournir un certificat médical récent en même temps que le formulaire de licence 2FOPEN-JS et le chèque correspondant dès le 02 septembre 2013.**

La majorité des activités sont gratuites, certaines cependant ne le sont pas (atelier gym dynamique, abonnement, location, entrée ...)

ACTION SOCIALE : cette activité a pour objectif d'apporter amitié, chaleur humaine et contacts sociaux à des collègues isolés, souvent en autonomie restreinte. Les retraités actifs sont donc appelés auprès de ces collègues dans le besoin alors qu'ils ne les connaissent pas obligatoirement et n'ont pas créé préalablement de liens d'amitié ou de voisinage. Ils interviennent donc dans un cadre qui tient de l'assistanat. Cette action est ressentie comme une véritable bouffée d'oxygène par les bénéficiaires.

Les réseaux d'entraide du club. But : créer de la convivialité en partageant des moments agréables pour une entraide éventuelle dans des moments difficiles. Ces réseaux permettent de se connaître pour faire une visite, organiser une sortie, rendre un service... Réunions pour tous, au club, 4 fois par an.



Merci à Maïté GALAN d'avoir animé de nombreuses années l'atelier gymnastique dynamique (St-Eloi et Tasdon).
Merci également à Elisabeth HALLER qui a su faire découvrir plusieurs années de suite, à des fidèles de cet atelier, cette technique du développement personnel qu'est la sophrologie.

ANTENNE LAGORD

ALLEMAND : vendredi 10h45-12h45. Françoise LE REST. **Reprise le 27 septembre 13.**

ANGLAIS :

1/ Mardi 14h-15h30 G1 et 15h45-17h15 G2, Jeannine BERGER.

Reprise le 17 septembre 2013 à 14h (1er groupe) et 15h45 (second groupe).

Pas de débutants réels. Venez rafraîchir vos connaissances, les consolider, prendre de l'assurance à l'oral, parler un anglais actualisé, utilisable au quotidien ici et ailleurs.

2/ Jeudi 9h-10h30, Marc LESIMPLE. **Reprise le 09 septembre 2013.**

Compréhension de documents vidéos authentiques, exposés (voyages), expression orale, grammaire.

AQUA-GYM (certificat médical obligatoire) : 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 : samedi 17 août 2013.

Piscine de Périgny, Palmilud reprise début sept 2013. Max : 32 / groupe

Petit et grand bassins en alternance.

G 1 : M. BARDON, M. BALESTE

G 2 : C. BROUSSE, S. TRENTÉ

Piscine de Puilboreau, Garden Fitness reprise le 09 septembre 2013. Max : 30

Lundi de 10h15 à 11h : M. COUTANCEAU

Mardi de 10h15 à 11h : J. BEAUVAIS, M. COUTANCEAU

Judi de 10h15 à 11h : M. Th. MARIENFELD, C. GUICHET

Vendredi de 10h15 à 11h : A. POMMIER

Piscine de Châtelailon (il faut savoir nager), reprise le 20 septembre 2013.

Vendredi de 8h45 à 9h30 : Pierre Alain CHAPRON et Paul SCHELOUCH

Dynam'eau - Swimcenter, reprise début septembre 2013.

Lagord et Rompsay



BRIDGE TOURNOIS, reprise le 03 septembre 2013.

Mardi et vendredi 14h-18h - Alain BERTHONNEAU

Salle de Fétilly : tournois et parties libres.

BRIDGE, apprendre et se perfectionner. Reprise 17 sept 2013.

Mardi et vendredi 14h - 18h - André DAVID et Jean-Marie PINSON.

Dans une ambiance détendue, apprendre ou se perfectionner dans la pratique du jeu de bridge avec ou sans l'aide de l'informatique. On peut débuter ou se perfectionner.



CANOË (licence et certificat médical obligatoires) :

Jean CHAIGNEAU. 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.

2 à 3 h pour découvrir la nature de la Vendée à Saintes.

CARTONNAGE, reprise le 11 septembre 2013. Max. : 10.

Mercredi 9h30 - 16h45 **semaine impaire (1 fois / mois)** - J. BOURGET.

CHANT, reprise le 19 septembre 2013.

Jeudi 18h15 - 19h45 - Chefs de chœurs : F. BETERMIN, Claudine TARDY et Françoise POUZET. Piano : Marie-José CEPHIRINS.

Coordinateur : Michel GARNIER. Un répertoire varié à 1 ou plusieurs voix.

DANSES DE SALON. Salle municipale du Vélodrome.**Reprise le 18 septembre 2013.** Mercredi 10h30 - 11h45

Françoise POUZET et Antonia MERLE. Une heure de plaisir chaque semaine. Le bonheur de s'exprimer sur des musiques rythmées et agréables, d'apprendre des bases et de nouveaux pas... et même des chorégraphies.

DENTELLE, début lundi 16 septembre 2013. Jeannie LEQUEUX. L'atelier aura lieu le lundi de **15h30 - 18h (semaine paire)** ou le lundi de **14h à 16h50 (sem. impaire)**. Plaisir de réaliser, de créer (déco...), avec des fils différents (soie, lin, coton...) blancs ou de couleurs. L'activité peut se poursuivre à la maison, chacun à son rythme.

ÉCHECS, reprise 02 octobre 2013. Max. : 18. Mercredi 14h-17h - Guy CHARONDIÈRE.

Observation, concentration, analyse, synthèse, décision... que des qualités pour une bonne gymnastique du cerveau.

ÉCRITURE, début 23 septembre 2013 Max : 12. Lundi 15h30 - 18h **sem. imp. (1 fois / mois)** - Françoise LACOSTE. Ecrire, ce sera donner vie à des personnages, créer des situations, inventer des scènes, faire avancer le récit d'une ou plusieurs histoires jusqu'à leur terme.

ENCADREMENT, reprise 25 septembre 2013. Max : 6 Mercredi 9h15 - 16h45 **semaine impaire (1 fois / mois)** - Carmen MIAUD. Activité ludique pour encadrer avec fantaisie des photos, broderies, souvenirs de voyage dans des formats non standards.

ESPAGNOL

1/ Jeudi 10h - 11h30 - Lucette GRANGET, **Reprise 19 sept. 2013.** Max : 19. Salle polyvalente Villeneuve. Pour se retrouver dans un cercle d'amis passionnés d'Espagne (base minimum).

2/ Mardi 9h15- 10h45 (G2) + **11h30-12h30 (G1)** Monserrat CLIMENT. **Reprise 01 oct. 13**

3/ Vendredi 8h20 - 9h 50 - Annie POMMIER. **Reprise 27 sept. 2013.** Max : 12.

Venez, dès le réveil, réactiver votre espagnol avec des chansons, l'actualité de la semaine, le cinéma, vos coups de cœur ou tout ce qu'il vous plaira ... mais toujours dans la langue de Cervantes et, bien sûr, celle d'aujourd'hui.

GÉNÉALOGIE, début 11 sept. 2013. Max : 15. Mercredi de 10h30-12h **semaine B.** Jean-Paul HEBERT. Découverte, initiation et mise en commun de nos pratiques (aucun prérequis nécessaire).

GYMNASTIQUE (licence et certificat médical obligatoires) :**Salle polyvalente de St Éloi La Rochelle**

1/ Mardi 9h30 - 10h30 - **Réveil corporel. Reprise 17 septembre 2013.** J. CHAIGNEAU et J. ROGAL. Gymnastique très douce. Prise de conscience et entretien de ses muscles et articulations par des actions statiques ou dynamiques douces, avec une respiration contrôlée sans effort cardio-vasculaire.

2/ Mardi 10h30 - 11h30 - **Gym. ballons. Reprise 10 septembre 2013.**

E.PLEY, R. BOUSSIRON & J. CHAIGNEAU. Jeux avec balles, ballons ou raquettes.

3/ Lundi 10h30-11h30, mercredi 9h-10h (**salle de Tasdon**), vendredi 9h-10h, **gym. dynamique et tonique.** Cette activité, animée par un professeur de sport rémunéré, est donc **payante. Reprise 02 sept. 13.** Activités cardio-pulmonaires, renforcement musculaire, stretching, relaxation...

INFORMATIQUE :**On peut apporter son ordinateur portable.**

1/ Lundi 9h30 - 11h30 . **Reprise 23 sept. 2013.** Claudine TARDY. Le b.a. ba de l'informatique, clavier, périphérique, stockage des documents, traitement de tex-


COURSIVE
 Jean-Marie PINSON

Cela permet la réservation pour les spectacles proposés par la Coursive.

Réservé aux participants du Club et leur famille.

Permanence au club pour dépôt des demandes en mains propres les **mardi 3, mercredi 4 et jeudi 5 sept 2013** (10h-12h et 14h-17h).

(Pas de traitement de demandes par courrier).



te... par réponses à vos questions.

2/ Mardi : 11h-12h30 - André MEILHAC. Reprise 01 octobre 13. Max. : 12.



3/ Mercredi : 9h -10h30 - André MEILHAC. Reprise 02 octobre 13. Max. : 8.

Pour débutants ayant internet à domicile : initiation aux tâches de base de l'informatique : gestion du disque, messagerie, sécurité. Comment aborder un logiciel inconnu ? Application aux logiciels les plus courants : bureautique, baladodiffusion (podcast) etc...

4/ Jeudi de 10h30 - 12h - JF COMBES. Reprise 26 sept 2013. Pour débutants (3 fois/mois) ou confirmés (1 fois/mois). Étude de tout ce qui touche à internet : courriel, web, Picasa, création d'un site et balade sur le « Cloud ».

LANGUES ANCIENNES (latin, grec) : reprise le 09 sept. 2013

Max. : 5. Caroline GOURDIEN.

Grec : lundi 14h-15h - Latin : mardi 14h30—15h30.

Ces ateliers fonctionnent depuis 2 ans et sont **complets pour l'année 2013-2014.**

LECTURES : reprise 09 septembre 2013.

Lundi 15h30 - 18h **semaine impaire (1 fois / mois)** - Daniel HISQUIN. Discussion collective sur un roman choisi par les participants selon rumeurs, "bouche à oreilles", critiques de nos hebdomadaires ou émissions TV.

MARCHE (licence et certificat médical obligatoires)

Odile CORNET. Rendez-vous des amoureux du grand air dans une ambiance conviviale, le jeudi en général.

D'octobre à avril : chaque quinzaine, 9 à 11 km, l'après-midi.

De mai à septembre : chaque semaine, 15 à 18 km, à la journée.

Le calendrier est au club, sur le site (clubmgen17.fr) et envoyé aux inscrits.

MARCHE NORDIQUE (licence et certificat médical obligatoires)

Pierre CORNET. Séances de 2 h de marche sportive, active et rapide à l'aide de bâtons spécifiques (prêt gratuit possible). Cette marche permet d'aller plus vite, plus loin en se fatiguant moins. 1 à 2 marches / semaine dont une le lundi de 9h à 11 h.

MÉMOIRE - GYMNASTIQUE CÉRÉBRALE - REMUE MÉNINGES

1/ Lundi 9h30 - 11h30 - Liliane GENESTE. Reprise 16 septembre 2013

2/ Mardi 09h30 - 11h30 - Nicole BONNAIRE. Reprise 01 octobre 2013

3/ Vendredi 10h - 12h - C. GAUDIN. Reprise 27 sept. 2013 (maxi 18 pers).

Il s'agit de faire fonctionner son cerveau, tout en l'entretenant, dans une ambiance conviviale.

NATURE (licence et certif. médical obligatoires) J. CHAIGNEAU

Découverte de la flore et de la faune entre nous et avec des spécialistes. Le calendrier est sur le site du Club (clubmgen17.fr) au Club et envoyé aux inscrits : environ 2 km en 2 heures.

CENOLOGIE, reprise 19 septembre 2013.

Jeudi 9h30 - 12h **semaine paire** (1 fois/mois) D. DESBORDES. Les techniques de dégustation, définition d'un vin de qualité, les arômes et les différences des grands cépages, des AOC françaises et étrangères.

PATCHWORK, reprise 16 septembre 2013.

Lundi 14h - 16h30 **semaine paire** - Mireille SINDRES. Pour découvrir et approfondir des techniques et réaliser des ouvrages traditionnels ou contemporains.

PEINTURE ARTISTIQUE, reprise le 05 septembre 2013. Max. : 18. Jeudi 14h - 17h semaine paire -

Gilberte MARIAUD. Peinture artistique toutes techniques : huile - Aquarelle - Acrylique - Pastel - Peinture à la cire.

PEINTURE SUR SOIE, reprise 26 sept 2013 puis 24/10/2013 ; 21/11 ; 19/12 ; 16/1/2014. Max. : 12.

Jeudi 9h15 - 12h15 et 14h - 17h **semaine impaire** (1 fois/mois) - Atelier avec Colette BROUSSE pour jouer avec les couleurs, les faire chanter en réalisant coussins, foulards, tableaux...à partir de deux techniques: le serti, l'antifusant/épaississant.

PHILATÉLIE, reprise le 09 octobre 2013 à 16h45.

Mercredi 16h45 - 18h30 **semaine impaire** - Bernard VELTEN. En plus de très nombreux échanges, nous essayons de parfaire



nos connaissances techniques philatéliques. Activité toujours récréative et non lucrative.

DE LA PRISE DE VUE AU DIAPORAMA, reprise le 19 sept 2013.

Max. : 12. Jeudi 14h30 - 17h00 - **Gr 1 sem. paire - Gr 2 sem. impaire.** Roselyne VINET. Il faut savoir créer/retrouver un dossier dans l'arborescence du disque dur et savoir copier de clé USB à clé USB. Découverte du logiciel «PhotoFiltre Studio» pour le traitement de l'image (retouche, photomontages divers) et du logiciel «Picture To Exe» pour la réalisation de diaporamas de qualité pouvant être gravés sur des DVD et lus par les lecteurs de DVD de salon.

PHOTO RETOUCHE reprise 16 septembre 2013. Max. : 12.

Lundi 14h - 15h30 Pierre BERNAT. Apprendre à utiliser un logiciel d'images (The GIMP) pour améliorer, modifier, créer des images.

PICASA, reprise le 04 octobre 2013. Max. : 12. Vendredi de 8h30 - 10h30 Odile CORNET. Découverte des différentes possibilités apportées par le logiciel gratuit de classement, traitement et partage de photos Picasa.

Il faut avoir des connaissances de base de l'informatique et une adresse mail. 2 groupes se succéderont dans l'année, 12 à 15 séances/groupe.

SCAN ET VIEILLES PHOTOS, reprise le 04 octobre 13. Effectif limité.

Vendredi 14h - 17h - Jean-Louis BONNAIRE. 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 (clubmgen17.fr).

SCRABBLE, reprise le 02 sept. 13. Lundi 17h - 19h00 - Michel GARNIER. Presque chaque semaine, une partie ouverte à tous, sans esprit de compétition pour des rencontres conviviales.

SECOURISME

Samedi 9h30-11h 30 **deux fois/trimestre** -

Destiné aux personnes titulaires du PSC1 ou équivalent qui souhaitent s'entraîner aux gestes de premiers secours.

SOPHROLOGIE

1/ Lundi 14h45-16h15, **reprise le 23 sept. 2013.** au **Clos Margat.** Max. 30.

André BERNARD. Une relaxation vivantielle, un travail sur la conscience qui tend à améliorer la vie quotidienne et à mieux apprécier la vie en général.

2/ Lundi 9h30 - 11h00, **reprise le 23 sept. 2013 à St-Eloi.** Max : 12

Sylvie DANLOS. La sophrologie est une discipline qui aide chacun à développer une conscience sereine au moyen de séances basées sur des techniques de relaxation et d'activation du corps et de l'esprit. **Assiduité recommandée.**



QI GONG / TAI CHI CHUAN (licence et certificat médical obligatoires)

Début mercredi 18 sept. 13. Max: 40. Mercredi 10h15-11h45. **Salle municipale de Tasdon.** Nicole WEISFELT. Pratique pour accroître et faire circuler harmonieusement l'énergie dans le corps et l'esprit, dans le but d'améliorer la santé.

Tenue : haut blanc et pantalon noir souple. **Assiduité recommandée.**

VÉLO (licence et certificat médical obligatoires) : 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 25-30 km. Aux beaux jours, des sorties à la journée, jour variable dans la semaine, avec pique-nique pour des circuits d'environ 40 - 60 km. Calendrier envoyé par mail aux inscrits, affiché au club et sur le site internet. Casque obligatoire, gilet fluo conseillé. **Un niveau suffisant pour suivre le groupe est requis.**

VIDÉO, reprise 18 sept. 2013. Max. : 10/groupe. Mercredi : 11h - 12h (G1 débutants) et 14h30 - 17h (G2 et G3 confirmés) **semaine paire** - F. GUIHEUX, M.MASSEBEUF et G.WESSELS.

Il faut savoir utiliser un ordinateur. Cet atelier permet d'apprendre le montage de films vidéo et de diaporamas à partir de ca-



**RESEAUX
D'ENTRAIDE**
**L'entraide c'est
partager les bons
moments et les
moins bons !**
**L'entraide : c'est
écouter et agir !**
**Si vous êtes
intéressé(e) pour
faire partie d'un
réseau d'entraide
ou pour réfléchir,
contactez le
bureau à Lagord.**



méscopes et appareils photos numériques.

VISITES D'ENTREPRISES ET D'INSTITUTIONS : JF Combes.

YOGA (licence et certificat médical obligatoires)

Reprise 04 octobre 2013. Max : 40. Vendre-

di 10h35 - 12h, **St Éloi** Jack BENOIT. Tapis et coussin épais ou tabouret.

Assiduité recommandée.

ANTENNES LAGORD, ROYAN, SAINTES

ÉCHANGE AVEC LE CLUB 79 : Solange TRENTÉ

Rencontre traditionnelle et chaleureuse avec nos collègues des Deux-Sèvres le **jeudi 03 octobre 2013.**

Inscrivez-vous sur le coupon réponse pour recevoir le programme de la journée.

GALETTE : Solange TRENTÉ

Un jeudi de janvier 2014, nous nous retrouverons un après-midi, à l'Arsenal à La Rochelle, pour assister à une conférence suivie de prestations de différents ateliers : chant du club, danses... et la dégustation de la traditionnelle galette.

REPAS DE FIN D'ANNÉE : Solange TRENTÉ

Nous nous réunirons au restaurant début **décembre 13**, pour le plaisir de retrouver les anciens et les nouveaux.

RÉUNION D'INFORMATION SUR LES ACTIVITÉS, L'ORGANISATION ET LES FINANCES DU CLUB.

Ouverte à tous, elle aura lieu un jeudi de mars 2014.

LE BOUCHOLEUR : Jean CHAIGNEAU.

Sorties sur un vieux gréement, vers les sites mytilicoles de la baie de l'Aiguillon, en mai et juin 2014.

ANTENNE SAINTES

ARTS PLASTIQUES : reprise **mi-septembre 2013.** Max. : 5. Vendredi de 14h - 16h - Michèle GRELIER.

COUTURE, TRAVAIL MANUEL (déco) : reprise **16 sept. 2013.** Max. : 5. Lundi 14h - 16h.

Francine QUAIREAU **Couture** : réalisation d'un patron, confection ou modification d'un vêtement.

Déco : réalisation de tableaux à partir de serviettes en papier décorées.

GÉNÉALOGIE : reprise **mi-septembre 2013.** Max. : 15. Lundi 14h - 16 h (1 fois/mois). Jacqueline PROST. Méthode pour la recherche des ancêtres et lien avec l'histoire. Lieux de recherche : mairies, archives départementales.

INFORMATIQUE : reprise **18 sept. 2013.** Max : 16. Mercredi 14h30 - 18h. M. DIARRA, N. GABORIAU, JC. MOUTIER, M. COUILLIEN. Contacts, échanges, partage, plaisir d'aborder une technologie relativement nouvelle.

MÉMOIRE : reprise **20 sept. 2013.** Max. : 15. Vendredi 14h-16h30. Dominique MOUTIER et Marino CARPENE.

SORTIES CULTURELLES : responsable Josette BLOT



Réunion de rentrée : mardi 17 septembre 2013 - 14 h - salle Gérard Philipe à SAINTES

ANTENNE ROYAN

INFORMATIQUE : les possibilités matérielles existent mais **on demande un animateur.**

ESPAGNOL : reprise **12 sept. 2013.** Maison des Associations de Royan Jeudi de 9h-10 h. Josyane ESTEVE (2e année) ; de 10h-11h (confirmés) M-F. CHENU et de 11h-12h (3e année) M-F. CHENU.

DÉCOUVERTE DU PATRIMOINE : elles se font à la demande en fonction du temps, sans périodicité particulière. S'inscrire auprès de Jacqueline DESCOMBES : 06 74 71 37 58

MÉMOIRE : reprise **16 sept. 2013.** Max. : 15. Lundi de 10h à 11h30 (Maison Asso. tous les 15 jours). R. BOUCHEREAU.

RENCONTRE : reprise **20/09/2013**, 17/01 et 18/04/2014, maison des associations (9h30 ou 10h) à Royan. Jacqueline MERZEREAU : 06 33 44 44 65 **Venez nombreux !**



RÉUNION D'ACCUEIL ET D'INFORMATION DES NOUVEAUX PARTICIPANTS, samedi 21 sept. 2013, 10h30-12h à Lagord.

Défibrillateur automatique :

le Club a acheté un défibrillateur automatique.

Une dizaine de participants de l'atelier secourisme, ayant passé le diplôme PSC1 cette année, sont passés dans chaque atelier utilisant les locaux de Lagord, pour une sensibilisation à l'utilisation de cet appareil. Cela a été suivi d'une formation gratuite proposée par l'UDPS 17 aux non secouristes.



VOYAGES 2013 - 2014

Le club n'organise pas, mais prépare des voyages, avec un voyageur.

Nous sommes tous des bénévoles et nous avons besoin d'aide !

Quels sont les objectifs des voyages du club ?

Proposer aux adhérents des voyages inédits, sur mesure, qui n'entrent pas en concurrence avec ceux des voyageurs classiques auxquels vous pouvez vous adresser.

Permettre aussi aux participants de partager de bons moments ensemble à travers une découverte commune.

Comment obtenir des renseignements sur un voyage que nous préparons ?

Au club pendant les permanences du **lundi**.

Par courriel à la responsable des voyages Colette BROUSSE. Email : tech.resp.17@voila.fr

Auprès du préparateur du voyage qui vous intéresse.

Comment se préinscrire pour l'un des voyages proposés dans ce bulletin ?

Compléter le coupon réponse joint. Ne cochez un voyage que s'il vous intéresse vraiment et si vous êtes, à priori disponible aux dates de sa réalisation.

Vous pouvez changer d'avis mais n'oubliez pas de prévenir la responsable des voyages de votre désengagement.

- ▶ **À RETENIR** : les comptes rendus de voyages sont ouverts à tous. Ils se déroulent au club de LAGORD à **14h30 les samedis** suivants :

14 septembre 2013 : ESTRÉMADURE (Colette BROUSSE)

09 novembre 2013 : BALKANS (André DAVID)

25 janvier 2014 : OUEST AMÉRICAIN G1 (Colette BROUSSE)

En 2014 : OUEST AMÉRICAIN G2 (Michel VEYSSIÈRE)



- ▶ **Toutes les informations sur les voyages en cours (Entre Piémont et Lombardie) et sur les nouveautés (Transsibérien/Transmongolien), New York, Croisière sur le Rhin, l'Inde du Nord), se trouvent sur une feuille annexe.**

Responsables du Club : Claudine TARDY, J-François COMBES

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

Responsable financier : Claudine TARDY

Responsable fichier informatique : Jean-Marie PINSON

Secrétariat : Monique LETOURNEUR aidée de Dominique PICHOT

Responsable des voyages : Colette BROUSSE

Responsable de communication : Jean-François COMBES

Responsable site internet du Club : JF COMBES et Dominique PICHOT

Conseiller technique : Solange TRENTE



clubmgen17.fr

NOUVEAU

Site internet du Club

clubmgen17.fr

Permanences au Club (y compris juillet-août) : lundi et vendredi de 14 h 30 à 16 h 30



		LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI	
		sem paires	sem impaires			sem paires	sem impaires	sem paires	sem impaires				
Salle Informatique	Matin	9h30 - 11h30 Informatique débutants Cl. Tardy		9h15 - 10h45 Espagnol G2 Montserrat Climent	9h-10h30 Informatique A. Meilhac	9h-10h30 Informatique A. Meilhac	9h-10h30 Anglais Marc Lesimple	8h30-10h30 PICASA Odile Cornet	9h30-11h30 Secourisme (2 fois / trimestre)				
		14h-15h30 Gimp P. Bernat ----- 15h30 - 18 h Dentelle J. Lequeux	14h-15h30 Gimp P. Bernat ----- 15h30 - 18h Ecriture F. Lacoste ou Lectures D. Hisquin 1/mois	11h-12h30 Informatique A. Meilhac	11h-12h Vidéo débutants	10h30-12h Généalogie JP Herbert	10h30 - 12h00 Internet JF Combes	10h45-12h45 Allemand Françoise Le Rest					
	Ap.-midi			14h - 18h Bridge André David Jean-Marie Pinson	14h30-17h vidéo Wessels Guiheux	14h-17h Echecs G. Charondière	14h30 - 17h Prise de vues au diaporama Roselyne Vinet	14h00 -17h00 Scan & vieilles photos Jean-Louis Bonnaire					
Salle réunion	Matin	9h30 - 11h30 Mémoire Liliane Genes te		9h30-11h30 Mémoire Nicole Bonnaire	11h30-12h30 Espagnol G1 Montserrat Climent	9h30 Carton. J. Bourget ou Encadrt C. Miaud 16h45 ----- 16h45-18h30 Philatélie B. Velten	9h30-12h Cénologie D. Desbordes (1/mois)	9h15 - 17h Peinture sur sole	8h20 - 9h50 Espagnol Annie Pommier	10h - 12h Mémoire Christiane Gaudin			
		14h-16h50 Patchwork M. Sindres ----- 17h-19h Scrabble M. Garnier	14 h-16h50 Dentelle J. Lequeux ----- 17h-19h Scrabble M. Garnier	Anglais Jeannine Berger 14h - 15h30 G1 15h45 - 17h15 G2	14h-17h Echecs G. Charondière	14h -17h Peinture artist. G. Marlaud ----- 18h15-19h45 Chant	14h - 18h Bridge Jean-Marie Pinson André David	14h Comptes-rendus voyages					
	Apr.-midi			14h-15h Grec C. Gourdien	14h30 -15h30 Latin C. Gourdien								
Petite salle		14h30-16h30 Bureau								14h30-16h30 Bureau			
Extérieur	Matin	SAINT-ELOI SOPHROLOGIE Sylvie Danlos 9h30 -11h GYM DYNAMIQUE 10h30-11h30 ----- AQUAGYM PUILBOREAU GARDEN FITNESS 10h15 - 11 h lundi, mardi, mercredi, jeudi ou vendredi canoë, nature, vélo ou marche (hiver l'après-midi par quinzaine, l'été la journée hebdo)		AQUAGYM PERIGNY PUILBOREAU GARDEN FITNESS 10h15 - 11 h ----- SAINT-ELOI REVEIL CORPOREL J. Chaigneau 9h30-10h30 GYM BALLONS R. Boussiron 10h30 -11h30	TASDON GYM DYNAMIQUE 9h00- 10h00 QI GONG / TAI CHI CHUAN Nicole Weisfelt 10h15 - 11h45 ----- SALLE DU VELODROME DANSES SALON 10h30 - 11h45 F. Pouzet - A. Merle	AQUAGYM PUILBOREAU GARDEN FITNESS 10h15 - 11 h DYNAM'EAU LA PALLICE ----- ESPAGNOL débutants FOYER VILLENEUVE 10h-11h30 Lucette Granget	AQUAGYM CHÂTEAILLON 8h45-9h30 PUILBOREAU GARDEN FITNESS 10h15 - 11 h ----- SAINT-ELOI GYM DYNAMIQUE 9h00 -10h00 ----- YOGA Jack Benoit 10h35-12h			BRIDGE Salle comité quartier FETILLY 14h - 18h Alain Berthonneau			

