

MGEN Retraités

INFOS

Charente-Maritime

Club des retraités de la section de Charente-Maritime



EDITORIAL

Merci et bravo ! Parce qu'il est accueil et partage, le bénévolat est le tremplin d'un humanisme fécond. Près de 70 animateurs sont engagés dans cette démarche d'échanges de savoirs et de compétences au sein de notre Club. Merci et bravo ! Grâce à vous, des réseaux de convivialité, des ateliers, des activités physiques, des conférences, des visites et des voyages, permettent à près de 800 participants de se rencontrer et ainsi valoriser des relations humaines agréables, respectueuses et qui redonnent un sens à l'utilité de l'être humain. Merci et bravo ! Notre Club

n'existe que parce qu'il repose sur des bases solides,



honorables de solidarité, de convivialité, de curiosité, d'envie de donner et de recevoir. Merci et bravo ! Oui mais voilà, les années passent et 6 animateurs bénévoles qui ont donné

généreusement temps et énergie au Club, ont décidé de prendre leur retraite... bien méritée. Merci et Bravo !

Sans les bénévoles, qui sont comme le levain dans la pâte, notre Club s'émietterait. C'est pour cela que nous comptons sur vous pour vouloir le bien des autres (*benevolus*), en faisant don d'un peu de votre temps au profit de tous les participants en intégrant le groupe des animateurs du Club. On compte sur vous. Bravo et merci !

« Donner est plus doux que recevoir » (Ernest Renan).

Bonnes vacances à tous.
Les coresponsables du Club

Club retraités
MGEN 17

05 46 44 97 88
16 rue E. Freyssinet
17140 LAGORD

Sommaire :

Edito
Participation
Inscriptions
Ateliers
Voyages 14-15
EDT La Rochelle

Directeur de publication :
Christian DELCOURTE

Dépôt légal :
2110-7610

Imprimerie MINGOT
Marans

Courriel :
mgenclub17.sec@wanadoo.fr

clubmgen17.fr

PARTICIPATION AU CLUB 2014-15

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 2014. Ceux, dont la participation 2014 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 2015 (valable pour la fin 2014 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 2014-15	7 € (ordre MGEN)
Non adhérent MGEN autorisé avec licence 2FOPEN 2014-15	17 € (ordre MGEN)
* S'inscrire au seul atelier «aquagym» ne nécessite pas l'acquisition d'un licence 2FOPEN	



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 01 septembre 2014.**

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

ACTION SOCIALE : beaucoup d'entre nous sont allés voir des collègues en demande de contacts et les ont accompagnés : qu'ils en soient vivement remerciés.

Il s'agit là de personnes isolées que nous n'avions pas forcément connues. Les demandes continuent et **il serait bien que des plus jeunes nous relaient.**

Les "**réseaux de convivialité**" : des permanences de rencontres les dimanches sont mises en place, initiative tout à fait remarquable (J. CHAIGNEAU organis.)

Nous avons un club formidable et **je fais appel à toutes les bonnes volontés pour rester attentifs et avoir un peu de disponibilité pour ceux qui désormais restent chez eux ou même en maison de retraite.** Et peut-être êtes-vous, en train de me lire, concernés par cette « menace » d'isolement.

Alors, n'hésitez pas à appeler vos compagnons d'avant. Françoise POUZET



Merci à Sylvie DANLOS, à Lucette GRANGET, Brigitte JONCHERY, Roseline VINET, Dominique DESBORDES et à JP HERBERT, qui ont animé avec beaucoup de passion leurs ateliers respectifs.

ANTENNE DE LAGORD

ALLEMAND : vendredi 10h45-12h45. Françoise LE REST. **Reprise le 27 septembre 14**

ANGLAIS :

1/ Mardi 14h-15h30 G1 et 15h45-17h15 G2, Jeannine BERGER (**groupes complets**).

Reprise le 16 septembre 2014 à 14h (1er groupe) et 15h45 (second groupe).

Pas de débutants réels. On y rafraîchit ses connaissances, on les consolide, on prend de l'assurance à l'oral, on parle un anglais actualisé, utilisable au quotidien ici et ailleurs.

2/ Jeudi 9h-10h30, Marc LESIMPLE. **Reprise le 11 septembre 2014.**

Compréhension (assistée) de locuteurs natifs sur la base de vidéos diverses mais authentiques et non manipulées ; expression orale à partir de ces documents.

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 16 août 2014.

Piscine de Périgny, Palmilud reprise le 16 sept 2014. Max : 32 / groupe

Petit et grand bassins en alternance (mardi de 11h à 12h).

G 1 : M. BARDON, M. BALESTE

G 2 : C. BROUSSE, S. TRENTE

Piscine de Puilboreau, Garden Fitness reprise le 08 septembre 2014. Max : 30

Lundi de 10h15 à 11h00 : M. COUTANCEAU

Mardi de 10h15 à 11h00 : J. BEAUVAIS, M. COUTANCEAU

Mercredi de 10h30 à 11h15 : AQUAVELO : M. COUTANCEAU

Judi de 10h15 à 11h00 : M. Th. MARIENFELD, C. GUICHET

Vendredi de 10h15 à 11h00 : A. POMMIER

Vendredi 15h à 15h45 : AQUAVELO : M. COUTANCEAU

Piscine de Châtelailon (il faut savoir nager), reprise le vendredi 19 sept. 2014.

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

Swimcenter, reprise début septembre 2014 : Catherine SAINT HILAIRE.

BRIDGE TOURNOIS, reprise le 02 septembre 2014.

Mardi et vendredi 14h-18h - Alain BERTHONNEAU

Salle de Fétilly : tournois et parties libres.



BRIDGE débutants : apprendre et se perfectionner. Reprise 23/09/14.

Mardi et vendredi 14h - 17h30 - 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 10 septembre 2014. Max. : 10.

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

CHANT : CHORALE, reprise le 18 septembre 2014.

Jeudi 18h15 - 19h30 - 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.



▶ **CUISINE. Salle privée 10 rue du Faisan La Rochelle. Début : 18 sept. 14**

Colette BERJON. Jeudi 9h-14h **semaine paire (1 fois / mois)** 16/10, 13/11, 11/12 ; 22/01/2015, 19/02, 19/03, 16/04, 28/05 et 11/06.

Chaudrée, veau à la landaise avec des rouleaux d'aubergine à la géorgienne, ragoût de seiche, dessert pain d'épices - crème anglaise, fondant café caramel... Naturellement tout cela a un coût qui ne dépassera pas 10 € par repas pris en commun après avoir cuisiné (plat + dessert ou entrée + plat).

EXPRESSION CORPORELLE Salle municipale du Vélodrome-Beauregard.

Reprise le 10 septembre 2014. Mercredi 10h30 - 12h.

Françoise POUZET et Antonia MERLE. On y « travaille » le corps, la souplesse, la grâce et la mémoire - hé oui ! Et surtout le plaisir de bouger ensemble sur des rythmes entraînants.

DENTELLE, début lundi 15 septembre 2014. 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.

▶ **ECONOMIE, début 02 octobre 2014.** Colette BERJON. Jeudi 9h-11h **semaine paire (1 fois / mois)** : 27/11 ; 08/01/2015, 05/02 et 02/04. Mini conférences sur des sujets d'actualité.

ÉCRITURE, début 17 septembre 2014 Max : 12. Mercredi **9h30-12h (semaines paires)** et lundi **15h30-18h (semaines impaires - 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 24 septembre 2014. Max : 6 Mercredi **9h30 - 16h45 semaine impaire (1 fois / mois)** - S.

TRENTE -Monique ROSSINI-MAILHE Activité ludique pour encadrer avec fantaisie des photos, broderies, souvenirs de voyage dans des formats non standards.

ESPAGNOL

1/ Mardi **9h15- 10h45 (G2)** + **11h30-12h45 (G1)** Monserrat CLIMENT. **Reprise 16 sept. 14**

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.

2/ Vendredi 8h20 -9h 50 - Annie POMMIER. **Reprise 04 octobre 2014.** 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.



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 **3 jours avant les abonnements (10h-12h et 14h-17h).** **(Pas de traitement de demandes par courrier).**

Date prévue de l'ouverture des abonnements :

27/09 à 10h



GYMNASTIQUE (licence et certificat médical obligatoires) :**Salle polyvalente de St Éloi La Rochelle****1/ Mardi 9h30 - 10h30 - Réveil corporel. Reprise 16 septembre 2014.** J. CHAI-

GNEAU. 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 16 septembre 2014. E.PLEY, R. BOUSSIRON & J. CHAIGNEAU. Jeux avec balles, ballons ou raquettes.**3/ Lundi 10h30-11h30, mercredi 9h15-10h15 (salle de Tasdon), vendredi 9h15-10h15, gym. dynamique et tonique. Reprise 01 sept. 14.** Cette activité, animée par un professeur de sport rémunéré, est donc **payante**. Activités cardio-pulmonaires, renforcement musculaire, stretching, relaxation... par un jeune animateur.**INFORMATIQUE :****Il est vivement conseillé d'apporter son ordinateur portable.****1/ Lundi 9h30 - 11h30 . Claudine TARDY. Reprise 22 sept. 2014.** Le b.a. ba de l'informatique, clavier, périphérique, stockage des documents, traitement de texte... par réponses à vos questions.**2/Mardi : 11h-12h30 - André MEILHAC. Reprise 07 octobre 14.** Max. :12.

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)...

3/Mercredi : 9h -10h30 - André MEILHAC. Reprise 08 octobre 14. Max. : 12.

Prg ident. à celui du mardi mais pour des utilisateurs de niveau intermédiaire.

4/ Jeudi de 10h30 - 12h - JF COMBES. Reprise 18 sept 2014. Étude de tout ce qui touche à internet : courriel, web, balade sur le « Cloud » et création d'un site internet. Il est conseillé d'avoir des bases en informatique.**LANGUES ANCIENNES (latin, grec) : reprise le 15 sept. 2014.**

Max. : 5. Caroline GOURDIEN.

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

LECTURES : reprise 08 septembre 2014.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.

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

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

Le calendrier est au club, sur le site (clubmgen17.fr) et est envoyé aux inscrits.**MARCHE NORDIQUE (licence et certificat médical obligatoires) : reprise le lundi 08 septembre 2014.**

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 marche / semaine , le lundi de 9h à 11 h.

MÉMOIRE - GYMNASTIQUE CÉRÉBRALE - REMUE MÉNINGES**1/ Lundi 9h30 - 11h30 - Liliane GENESTE. Reprise 15 septembre 2014****2/ Mardi 09h30 - 11h30 - Nicole BONNAIRE. Reprise 30 septembre 2014****3/ Vendredi 10h - 12h - C. GAUDIN. Reprise 26 septembre 2014**Il s'agit d'exercer sa mémoire et booster ses neurones avec des exercices divers et variés, le tout dans la bonne humeur et la convivialité (**maxi 18 pers**).**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.**ŒNOLOGIE** : jeudi 9h30-12h00 **semaine paire (1 fois/mois)**. Les techniques de dégustation, définition d'un vin de quali-

té, les arômes et les différences des grands cépages, des AOC françaises et étrangères.

PATCHWORK, reprise 18 septembre 2014.

Lundi 14h – 17h semaine paire - Mireille SINDRES. Pour découvrir et approfondir des techniques et réaliser des ouvrages traditionnels ou contemporains.

PEINTURE ARTISTIQUE, reprise le 18 septembre 2014. Max. : 18. **Jeudi 14h - 17h semaine paire .**

Gilberte MARIAUD. 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...)

De plus nous aurons la possibilité d'indiquer voire de visiter quelques expositions dans la région.

PEINTURE SUR SOIE, reprise 25 sept 2014. Max. : 10.

Jeudi 9h15 - 12h15 et 14h - 17h semaine impaire (1 fois/mois)

Colette BROUSSE. Venez jouer avec les couleurs, sur la soie. Techniques de base : antifusant, épaississant, sel, alcool...



PHILATÉLIE, reprise le 08 octobre 2014 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.

PHOTO RETOUCHE reprise 15 septembre 2014. 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 19 septembre 2014. 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.

SCAN ET VIEILLES PHOTOS, reprise le 03 octobre 2014. 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.

SCRABBLE, reprise le 01 septembre 2014. Lundi 17h - 19h00 - Michel GARNIER.

Presque chaque semaine, une partie ouverte à tous, sans esprit de compétition pour des rencontres conviviales.

SECOURISME, samedi 9h30-11h30 deux fois/trimestre.

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

SOPHROLOGIE

Lundi 14h45–16h15, **reprise le 22 sept. 2014.** au **Clos Margat.** Max. 30 .

André BERNARD.

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

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

Reprise mercredi 17 sept. 2014. 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 et DIAPORAMA : reprise 17 sept. 2014. Max. : 10/groupe.

Mercredi : 10h30 - 12h (G1 débutants) et 14h30 - 17h30 (G2 et G3 confirmés) **semaine paire** - F. GUIHEUX, M.MASSEBEUF

RESEAUX DE CONVIVIALITÉ
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 de convivialité ou pour réfléchir, contactez le bureau à Lagord.



Pour présenter vos films vidéos ou vos photos en diaporamas, de la famille ou de voyages, nous vous proposons une initiation au montage : couper, sonoriser, titrer, ajouter des commentaires (voix off) et gravure sur DVD ou autres supports.

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

YOGA (licence et certificat médical)

Reprise 03 octobre 2014. Max : 40. Vendredi 10h35 - 12h, **St Éloi** J. BENOIT . Tapis et coussin épais ou tabouret.

Il s'agit de se maintenir en forme au niveau physique et psychique, de développer possibilités et conscience corporelle dans un climat de bienveillance vis à vis de soi-même. **Assiduité recommandée.**



ANTENNES LAGORD, ROYAN, SAINTES

ÉCHANGE AVEC LE CLUB 79 : Solange TRENTE

Rencontre traditionnelle et chaleureuse en Charente-Maritime (cette année) avec nos collègues des Deux-Sèvres le **jeudi 02 octobre 2014.**

GALETTE (Lagord) : Solange TRENTE

Un jeudi de **janvier 2015**, nous nous retrouverons un après-midi 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 TRENTE

Nous nous réunirons au restaurant début **décembre 14**, pour le plaisir de retrouver les anciens et les nouveaux.

RÉUNION D'INFORMATION SUR LES ACTIVITÉS, L'ORGANISATION ET LES FINANCES DU CLUB (mars 2015)

LE BOUCHOLEUR : Jean CHAIGNEAU.

Sorties sur un vieux gréement, vers les sites mytilicoles de la baie de l'Aiguillon, en **mai et juin 2015.**

ANTENNE DE SAINTES

ARTS PLASTIQUES : reprise **12 septembre 2014.** Max. : 5. Vendredi de 14h - 16h - Michèle GRELIER.

COUTURE : reprise **29 sept. 2014.** Max. : 5. Lundi 14h - 16h. Salle St-Sorlin Francine QUAIREAU.

Cet atelier propose des activités variées : confection de vêtements, réparation, transformation et déco au moment d'évènements (Noël...)

GÉNÉALOGIE : reprise **29 sept. 2014.** Max. : 15. Lundi 14h - 16 h (1 fois/mois). Jacqueline PROST. Salle St-Sorlin
Méthode pour la recherche des ancêtres et lien avec l'histoire. Lieux de recherche : mairies, archives départementales.

INFORMATIQUE : reprise **17 sept. 2014.** Max : 16. Mercredi 14h30 - 18h. M. DIARRA, N. GABORIAU, M. COUILLIEN.
Contacts, échanges, partage, plaisir d'aborder une technologie relativement nouvelle.

MÉMOIRE : reprise **12 sept. 2014.** Max. : 15. Vendredi 14h-16h. Dominique MOUTIER. Salle EPISOL.

▶ **Réunion de rentrée : mardi 16 septembre 2014 - 14 h à 17 h salle Louis Lumière 31 rue du Cormier à SAINTES**

ANTENNE DE ROYAN

ESPAGNOL : reprise **11 sept. 2014.** Maison des Associations de Royan. Jeudi de 9h-10 h. Josyane ESTEVE (2e année).
De 10h-11h (G1) et de 11h-12h (G2) M-F. CHENU. G1 = cet atelier s'adresse à des personnes ayant un bon niveau de langue.

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 **15 sept. 2014.** Max. : 15. Lundi de 10h à 11h30 (Maison Asso. tous les 15 jours). R. BOUCHEREAU.

▶ **Réunion de rentrée : vendredi 12 septembre 2014 - 10 h
Maison des Associations à 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 12 septembre 2014, 10h 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 ou Claudine Tardy (claudine.tardy17@orange.fr)

VOYAGES 2014 - 2015

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

VOYAGES 2014 :

ANGERS : voyage les **2, 3 et 4 Septembre 2014**, préparé et accompagné par Paule GROLIERE.

Doué-la-Fontaine. Habitations troglodytiques. Cavernes sculptées. Le Château du Roi René à Angers, la Cathédrale, le Musée Jean Lurçat ... Hébergement à Angers. Il reste encore quelques places.

INDE du NORD : du **5 au 25 novembre 2014 - Voyage complet**, préparé et accompagné par Colette BROUSSE.

VOYAGES 2015 :

LA BAIE DE SOMME : voyage du **10 au 15 mai 2015**, préparé et accompagné par Paule GROLIERE.

Gerberoy, un des plus beaux villages de France. Mers-les-Bains, Le Crotoy, bords de mer en Picardie...

Réunion d'information et d'inscription en septembre-octobre 2014.

LA NORVEGE : voyage du **10 au 23 juin 2015**, préparé et accompagné par Maura DAVID.

Oslo (dont musée Munch). Bergen (musée hanséatique). Trondheim, (musée, archevêché et cathédrale) ...

Réunion d'information et d'inscription samedi 20 septembre à 14 h (Lagord).

PRAGUE, VIENNE et BUDAPEST : voyage de **15 jours en septembre 2015**, préparé et accompagné par Nicole GUITER.

Voyage au cœur des plus grandes cités de l'ancien Empire austro-hongrois : Prague, la ville aux cent tours, ...

Réunion d'information et d'inscription en Septembre-Octobre 2014

► Comment obtenir des renseignements sur un voyage que nous préparons ?

Au club pendant les permanences « voyages » du **mercredi après-midi**.

Par courriel aux responsables des voyages : M.DAVID et N. GUITER.

► **Email : voyageclub17@gmail.com**

À **RETENIR** : les CR de voyages se dérouleront au club **les samedis à 14h30**.

RÉUNION D'ACCUEIL ET D'INFORMATION DES NOUVEAUX PARTICIPANTS
samedi 20 sept. 2014, 10h-12h à Lagord.

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

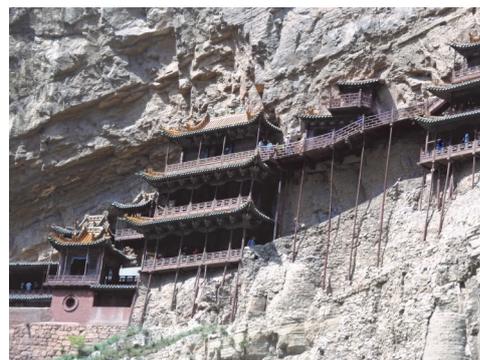
Secrétariat : Monique LETOURNEUR aidée de Dominique PICHOT

Responsable des voyages : Mora DAVID et Nicole GUITER

Responsable de communication : Jean-François COMBES

Responsable site internet du Club : JF COMBES et Dominique PICHOT

Conseiller technique : Solange TRENTE



clubmgen17.fr

Site internet du
Club

clubmgen17.fr

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



2014-15	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	sem paires	sem impaires
Salle informatique	9h30 - 11h30 Informatique débutants Cl. Tardy	9h30 - 11h30 Informatique G2 Montserrat Climent	9h00-10h30 A. Meilhac	9h00-10h30 Informatique A. Meilhac	9h00-10h30 Anglais Marc Lesimple	8h30-10h30 PICASA Odile Cornet	9h30-11h30 Secourisme (2 fois / trimestre)					
	14h00-15h30 Gimp P. Bernat	14h00-15h30 Gimp P. Bernat	14h00 - 17h30 Bridge Jean-Marie Pinson	14h30-17h30 Vidéo débutants Vidéo débutants	10h30 - 12h00 Internet JF Combes	10h45-12h45 Allemand Françoise Le Rest						
Salle réunion	15h30 - 18h00 Dentelle J. Lequeux	15h30 - 18h00 Ecriture F. Lacoste ou Lectures D. Hisquin 1/mois	14h00 - 17h30 Bridge Jean-Marie Pinson	14h30-17h30 Vidéo Wessels Guiheux	9h - 11h Economie C. Berjon 1/mois	8h20 - 9h50 Espagnol Annie Pommier						
	14h00-16h50 Patchwork M. Sindres	14h00-16h50 Mémorie Liliane Geneste	14h00 - 17h30 Bridge Jean-Marie Pinson	9h30 - 12h00 Ecriture F. Lacoste	9h15 - 17h00 Peinture sur soie	10h - 12h Mémorie Christiane Gaudin						
Petite salle	17h00-19h00 Scrabble M. Garnier	17h00-19h00 Scrabble M. Garnier	14h00 - 15h30 G1 complet 15h45 - 17h15 G2 complet Anglais Jeannine Berger	16h45 Encadrt 16h45 16h45-18h30 Philatélie B. Velten	C. Brousse (1/mois) 18h15-19h45 Chant	14h00 - 17h30 Bridge Jean-Marie Pinson						
	14h-15h Grec C. Gourdien	14h30 - 15h30 Latin C. Gourdien	14h30 - 15h30 G1 complet 15h45 - 17h15 G2 complet Anglais Jeannine Berger	9h30-12h vidéo Voyages	18h15-19h30 Chant							
Extérieur	14h30-16h30 Bureau		14h00-16h00 Voyages TASDON		14h30-16h30 Bureau		14h30-16h30 Bureau		14h30-16h30 Bureau		14h30-16h30 Bureau	
	SAINT-ELOI GYM DYNAMIQUE 10h30-11h30	AQUAGYM PERIGNY 11h00 - 12h00 PUILBOREAU GARDEN FITNESS 10h15 - 11h00 Aquavélo 15h - 15h45 SAINT-ELOI	SAINT-ELOI PERIGNY 11h00 - 12h00 PUILBOREAU GARDEN FITNESS 10h15 - 11h00 Aquavélo 15h - 15h45 SAINT-ELOI	GYM DYNAMIQUE 9h15 - 10h15 QI GONG / TAI CHI CHUAN N. Weisfelt 10h15 - 11h45 PUILBOREAU GARDEN FITNESS Aquavélo 10h30 - 11h15	CUISINE 9h00 - 14h00 C. Berjon 1 fois / mois Salle privée 10 Rue du Faisan - LA ROCHELLE	AQUAGYM CHÂTELAILLON 8h45-9h30 PUILBOREAU GARDEN FITNESS 10h15 - 11h00 Aquavélo 15h00 - 15h45 SAINT-ELOI GYM DYNAMIQUE 9h15 - 10h15 YOGA Ja ck Benoit 10h30-12h00						
Ap-midi	SOPHROLOGIE CLOS MARGAT 14h45 - 16h15 André Bernard	REVEIL CORPOREL J. Chaigneau 9h30-10h30 GYM BALLONS R. Boussiron 10h30 - 11h30	BRIDGE Salle comité quartier FETILLY 14h00 - 18h00 Alain Berthonneau	BRIDGE Salle comité quartier FETILLY 14h00 - 18h00 Alain Berthonneau								
		lundi, mardi, mercredi, jeudi ou vendredi canoë, nature, vélo ou marches										

