



Charente - Maritime

Retraités INFOS

Club des retraités de la section de Charente-Maritime

EDITORIAL

Déjà 70 ans !
Et dans 70 ans ? Le 8 décembre 1946, MGEN est née de l'action coordonnée de syndicalistes et de mutualistes résolus, des républicains, des laïques, des humanistes, des militants de la Sécurité Sociale, impliqués dans 110 sociétés de secours mutuels, qui fusionnèrent en un seul mouvement. Ce modèle mutualiste, solidaire, non lucratif, démocratique, piloté par et pour les adhé-

rents s'est construit au moment où le monde sortait exsangue de la Se-



conde Guerre mondiale. 130 000 adhérents à l'origine, nous sommes désormais plus de 4 millions de

personnes. Aujourd'hui, notre monde est en mutation. Quel futur va advenir ? Comment penser l'avenir, relever les défis en matière de numérique, de prévention, d'accompagnement des personnes ? Comment assurer le développement de notre projet d'Economie Sociale Solidaire dans la dominance des logiques de marché ? Quel monde, quelle mutuelle pour le bien-être aujourd'hui et demain ?

Vincent Bernardeau
Président de la section
MGEN 17

Club retraités
MGEN 17

05 46 44 97 88

16 rue E. Freyssinet
17140 LAGORD

Sommaire :

Edito
Participation
Inscription
Ateliers
Voyages 17-18
EDT La Rochelle

Directeur de publication :
Vincent BERNARDEAU

Dépôt légal :

2110-7610

Imprimerie Rochelaise
Le Nouvel R

Courriel :
mgenclub17.sec@
wanadoo.fr

Toutes les infos sur le site :

clubmgen17.fr

PARTICIPATION AU CLUB 2017-18

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 2017. 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 26€ pour la licence 2FOPEN** (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 2018 (valable pour la fin 2017 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 2017-18	7 € (ordre MGEN)
Non adhérent MGEN autorisé avec licence 2FOPEN 2017-18	17 € (ordre MGEN)
* S'inscrire au seul atelier «aquagym» ne nécessite pas l'acquisition d'une licence 2FOPEN (de septembre à sept.)	



Pour pratiquer les activités suivantes (œnologie, bowling, canoë... Retraités infos
tai chi, vélo, yoga) il est **obligatoire de fournir le formulaire de licence 2FOPEN-
JS, le certificat médical 2017 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 CONVIVIAL AU CLUB pour passer un après-midi agréable ensemble. Jeux variés, vidéos, diaporamas, échanges chaleureux avec gourmandises et sorties quand le soleil est là. Ces dimanches sont ouverts à tous ceux qui le désirent. Responsables de ces dimanches conviviaux : Chantal HUCHOT et Arlette LIMOGES.

LES VISITES SOLIDAIRES À DOMICILE :

Pour Qui ? Les adhérents MGEN, anciens collègues, qui sont isolés par la maladie ou par l'âge.

Par Qui ? Les bénévoles du Club prêts à venir leur rendre visite, quelques heures par quinzaine.

Lors de ces visites, nous créons des liens de présence, écoute et dialogue. L'équipe des « visiteurs solidaires » pourrait se réunir à la section 3 fois par an pour partager leurs expériences et /ou se former avec l'aide de professionnels. **Nous avons besoin de nouveaux visiteurs solidaires.**

Nous comptons aussi sur les membres du Club pour signaler les collègues qui seraient âgés, malades ou isolés, qui auraient besoin de visiteurs.

ANTENNE DE LAGORD

ALLEMAND : lundi 10h-12h. Françoise LE REST. **Reprise 10 novembre 17.**

ANGLAIS :

1/ Mardi 14h-15h30 G1 et jeudi 16h00-17h30 G2, Jeannine BERGER. (**Reprise le 19 sept. 17 à 14h (1er groupe).** 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 le 14 septembre 2017.**

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

AQUA-GYM (certificat médical 2017 récent) : 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 17 août 2017.

Piscine de Périgny : Palmilud, reprise le 18-09-2017. Max : 32 / groupe

Mardi de 9h à 10h, de 11h à 12h et de 16h15 à 17h15.

Vendredi de 11h30 à 12h30.

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), reprise le 11-09-2017.

Vendredi de 8h45 à 9h30 et de 10h15 à 11h00. Pierre CHAPRON.

Swimcenter (Lagord), reprise début septembre : C. SAINT HILAIRE.



BOWLING (certificat médical 2017 récent) : 2 mardis par mois 13h45—16h15. M-Jo 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, reprise le 05 septembre 2017.

Mardi et vendredi 14h-18h - Alain BERTHONNEAU. Salle de Fétilly : tournois et parties libres. Une petite pratique du bridge est requise.

BRIDGE initiation : mardi 14h-17h30. Reprise 26 sept. 2017.

Jean-Marie PINSON. Assiduité recommandée vue la progression de la méthode.



Atelier réservé à ceux qui désirent apprendre à jouer au bridge dans une ambiance décontractée.
BRIDGE perfectionnement : vendredi 14h-17h30. Reprise 29 septembre 2017.
 J.-M. PINSON. Atelier réservé à ceux qui désirent perfectionner leur jeu (les bases doivent être connues). Préparation aux tournois.

CANOË (licence avec certificat médical 2017 récent) : 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. Deux heures pour découvrir la nature de la Vendée à Saintes.

CARTONNAGE, reprise le 13 septembre 2017. Max : 10.
Mercredi 9h30 - 17h00 semaine impaire (1 fois / mois) - J. BOURGET.

CHORALE, reprise le 14 septembre 2017.
Jeudi 18h15 - 19h30 - Chefs de chœurs : F. BETERMIN, Claudine TARDY. Coordinateur : Michel GARNIER. Un répertoire varié à 1 ou plusieurs voix.

COMMUNICATION méthode ESPERE. Début 04 octobre 17. L'atelier aura lieu le **mercredi de 10h-12h** (tous les 15 jours) dans la **petite salle de Saint-Éloi**. Jacques BENOIT.
 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. Permanence au club pour dépôt des demandes en mains propres les mardi 5 septembre 17 (10h-12h) et 10h-12h (mercredi) et 14h- 16h (mer. 6 & jeudi 7). Pas de traitement de demandes par courrier. Réservé aux participants du Club et leur famille.

CUISINE, reprise 21 sept. 17. Colette BERJON. **Jeudi 9h30-14h (1 fois / mois).** 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 (licence avec certificat médical 2017 récent)
Mercredi 10h15 - 11h45. Reprise le 06 septembre 2017. Jacqueline JUGELÉ.
 Salle municipale du Vélodrome.

DENTELLE AUX FUSEAUX, début lundi 11 septembre 2017. Jeannie LEQUEUX. L'atelier aura lieu le **lundi de 14h-17h (semaine impaire)** ou le **mercredi de 14h à 17h (semaine paire)**.

DO-IN (licence avec certificat médical 2017 récent) : début 11-09-17. L'atelier aura lieu le **lundi de 10h-11h15** dans la **petite salle de Saint-Éloi**. Marie-Françoise VIOLLEAU. **Maxi : 15 personnes.** Le " Do-In " est un ensemble de techniques japonaises " d'éveil du corps " par automassage global, recentrage et rééquilibrage énergétique, proche de la médecine traditionnelle chinoise, ne nécessite aucune connaissance spécifique, juste le souhait de se faire du bien.

ÉCONOMIE : reprise jeudi 28 septembre 2017 (semaine impaire) de 14h15 à 15h45. Christiane CORDERRO animera cet atelier qui servira à commenter l'actualité à la lumière de ce qui a été traité et qui pourra aussi être approfondi.

ÉCOUTE DE SOI, début vendredi 22 septembre 2017. Nicole REBOURG et Michèle BENOIT. **Maximum : 12 personnes.**

L'atelier aura lieu le **vendredi de 10h-12h** dans la **petite salle de Saint-Éloi**. Vivre au présent dans les ressentis du corps. Accueillir ses émotions pour se libérer. Retrouver la Joie d'être au monde.

* Authenticité, responsabilisation et bienveillance sont nécessaires pour participer à cet atelier*

ÉCRITURE, début lundi 02 octobre 2017. Max : 12. **Lundi 15h30-18h (semaine paire).** Françoise LACOSTE. 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, reprise 27 septembre 2017. Max : 8. **Mercredi 9h30 - 16h45 semaine impaire (1 fois / mois) et mercredi 13h-16h semaine paire (1 fois / mois).** Monique ROSSINI-MAILHE
 Un encadrement d'Art pour valoriser photos, aquarelles, broderies, gravures... selon diverses techniques.



**Nous souhaitons
la bienvenue
aux 4 nouveaux
ateliers :
communication,
do-in,
histoire,
jeux de société.**



ESPAGNOL. Précision importante : cet atelier n'est pas destiné aux grands débutants. Max : 12.

Mardi 9h15- 10h45 (G2) + 11h30-12h45 (G1) Monserrat CLIMENT. **Reprise 7-11-2017.**

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 2017 récent) :

Salle polyvalente de St Éloi La Rochelle

1/ Mardi : 9h30 - 10h30 - Réveil corporel. Reprise 19 septembre 2017.



Jean CHAIGNEAU. Gymnastique adaptée sans matériel. Prise de conscience et entretien de ses muscles, articulations et neurones. Respiration contrôlée sans effort cardio-vasculaire.

2/ Mardi : 10h30 - 11h30 - Gym. ballons. Reprise 19 septembre 2017. E.PLEY, R. BOUSSIRON & J. CHAIGNEAU.

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 défoulement... Sans compétition mais avec entraînements mutuels.

3/ Gym. dynamique et tonique. Lundi : 9h-10h et vendredi 9h-10h (salle de St-Eloi). Mercredi 9h00-10h00 (salle de Tasdon). Reprise 18 sept. 17.

Cette activité, animée par un professeur de sport rémunéré, nécessite une participation aux frais. Activités cardio-pulmonaires, renforcement

musculaire, stretching, relaxation...

HISTOIRE : vendredi : 9h00 - 10h30 (semaine paire) . Début : 22 septembre 2017. Gérard BLIER.

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, son smartphone ou sa tablette.

1/ Mardi : 11h-12h30 - G1 - André MEILHAC. Reprise début octobre 2017. Max. : 12. Pour débutants ayant internet à domicile. Initiation aux tâches de base de l'informatique : gestion du disque dur, messagerie, sécurité, gestion des photos, notions de bureautique (traitement de texte, confection d'un diaporama...).

2/ Mercredi : 9h00 - 10h30 - G2 - André MEILHAC. Reprise début octobre 2017. Même programme que le mardi.

3/ Jeudi : 9h00 - 10h30 - JF COMBES. Reprise 21 septembre 2017. 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.

4/ Jeudi : 14h00—15h30 (semaine paire). Jean-Charles KOENIG. Reprise mi-septembre 17. Tirer le meilleur parti de l'ordinateur avec Windows 10, apprendre à utiliser quelques applications de base et répondre aux questions.

5/ Vendredi : 10h45 - 12h00 - Reprise mi-septembre 2017.

En alternance Mike EBOUEYA et Jean-Pierre DEVOYON. Jean-Pierre a pour objectif de permettre aux participants d'avoir une maîtrise élémentaire de leurs appareils (smartphone ou tablette sous Android). Mike s'adresse aux propriétaires d'un IPAD (Apple). Les connaissances acquises sont incrémentales, il faut donc éviter les absences.



Il est indispensable d'avoir des notions informatiques.

JEUX DE SOCIÉTÉ : mardi 15h45 à 17h15. Début mardi 26 sept. 17.

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

LECTURES G1. Max : 17.

Lundi 15h30 - 19h semaine impaire (1 fois / mois). Reprise : lundi 11 septembre 2017.

Une réunion mensuelle d'échanges autour d'un titre de roman ou autour des œuvres d'un auteur préalablement choisi en commun ; échange sur les autres lectures ou découvertes individuelles.

LECTURES G2. Max : 18. Reprise : lundi 09 octobre 2017.

Lundi 15h30 - 18h00 semaine impaire (1 fois / mois) - Françoise LACOSTE

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 2017 récent) - Odile CORNET.

Rendez-vous des amoureux du grand air dans une ambiance conviviale, le jeudi.
Le calendrier envoyé par e-mail aux inscrits, affiché au club et sur le site (clubmgen17.fr).

MARCHE NORDIQUE (licence avec certificat médical 2017 récent) Pierre CORNET. Reprise lundi 11 sept. 17.

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, le lundi de 9h à 11h, sauf vacances scolaires de la zone A et jours fériés.

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 02 octobre 2017.

2/ Mardi : 9h30 - 11h30 - Nicole BONNAIRE. Reprise 03 octobre 2017.

3/ Vendredi : 10h00 - 12h00 - Danièle BOUET. Reprise 22 septembre 2017.

NATURE (licence avec certificat médical 2017 récent) J. CHAIGNEAU. Découverte de la flore et de la faune entre nous et avec des spécialistes en Aunis et ailleurs. Le calendrier est sur le site du Club (**clubmgen17.fr**) au Club et envoyé aux inscrits : environ 2 km en 2 heures.

ŒNOLOGIE : reprise 14-09-2017 à 10h. Max : 18 x 2. **Jeudi 9h30-12h00 semaine impaire (1 fois/mois).** Jean-Pierre BAISSON est le coordinateur. Cet atelier est proposé par la 2FO-PEN. Pour pouvoir participer à cette activité, il faut adhérer à cette association et donc **avoir une licence 2FO-PEN** (sans certificat médical). Grâce aux conseils d'une œnologue, approfondissement des connaissances et dégustations. Cet atelier nécessite une participation aux frais.

ORIGAMI : reprise le 13 sept.17. Mercredi 9h00-11h00 semaine paire. André MIEZE. Une technique écologique : l'origami, art traditionnel japonais du papier plié.

PATCHWORK, reprise 18 septembre 2017. Max : 12 à 15. **Lundi 14h – 17h semaine paire** - Mireille SINDRES. Pour découvrir et approfondir des techniques et réaliser des ouvrages traditionnels ou contemporains.

PEINTURE ARTISTIQUE, reprise le 14 septembre 2017. Max : 18. **Jeudi 14h - 17h semaine impaire.** Gilberte MARIAUD / Annie-Claude PECHEREAU. 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, reprise 21 septembre 2017. Max : 10. **Jeudi 9h15 - 12h15 et 14h - 17h semaine paire (1 fois/mois).** Colette BROUSSE. La peinture sur soie ou l'art de faire danser les couleurs. On les met en scène à travers diverses techniques : le serti, l'épaississant, l'antifusant, la cire, l'aquarelle sur eau...

PHILATÉLIE, reprise le 20 septembre 2017. Mercredi 16h00-17h30 semaine paire. Jenny CAUBEYRE. En plus de très nombreux échanges, nous essayons de parfaire nos connaissances techniques philatéliques. Activité toujours récréative et non lucrative.

PHOTO RETOUCHE reprise 02 octobre 2017. Max : 10. **Lundi 14h – 15h30.** Pierre BERNAT.

Apprendre à utiliser des logiciels de traitement d'images gratuits pour améliorer, modifier, créer des images. Séances toutes les quinze semaines, en alternance groupe de débutants, groupe de confirmés.

RIGOLOGIE (licence avec certificat médical 2017 récent) : reprise à la mi-septembre 17. Mercredi de 10h45 à 11h45 (tous les 15 jours). Brigitte MAILLOUX. **Nouveau : cet atelier aura lieu dans la salle municipale de Fétilly.** Parce que le rire est bon pour la santé, c'est bon de le cultiver ! Endorphines, sérotonine, dopamine, c'est tout le corps qui profite des bienfaits naturels de rire ensemble, pendant les séances et entre les séances.

SCAN ET VIEILLES PHOTOS, reprise le 06 octobre 2017. Vendredi 14h - 16h - 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.



RÉSEAUX 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 pour faire partie d'un réseau de convivialité ou pour réfléchir, contactez le bureau à Lagord.



SCRABBLE, reprise le 04 septembre 2017. Lundi 17h - 19h00 - Michel GARNIER. Presque chaque semaine, une partie ouverte à tous, sans esprit de compétition pour des rencontres conviviales.

SOPHROLOGIE. Lundi 14h15-16h15, reprise le 25 sept. 2017. au Clos Margat. Max. 30.

André BERNARD. Recherche du bien-être durable (physique et psychologique) par les moyens

efficaces de la sophrologie.

TAI CHI CHUAN / QI GONG (licence avec certificat médical 2017 récent).

Reprise mercredi 20 sept. 2017. Max : 40. Mercredi 10h20-11h50. Salle municipale de Tasdon. Nicole REBOURG. 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.**

TRICOT, vendredi 10h30-12h00. Reprise : 15 sept. 17. Colette MARSAULT. 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 2017 récent) :

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. 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 27 septembre 2017.

Mercredi : 10h30 - 12h (G1) AVS video editor avec Jean-Charles KOENIG

14h15 - 15h45 (G2 débutants) semaine impaire - Pinnacle avec Rose-Mary PHILIPPOT

16h - 17h30 (G3 confirmés) semaine impaire - Pinnacle avec Michel MASSEBEUF

YOGA (licence avec certificat médical 2017 récent).

Reprise 06-10-2017. Max : 50. **Vendredi 10h15 - 11h45, salle de St-Éloi.**

Jacques BENOIT. Tapis et coussin épais ou petit banc de yoga.

Ce yoga vis à maintenir une bonne forme physique et psychique, à développer la prise de conscience corporelle et énergétique.

ANTENNES LAGORD, ROYAN, SAINTES

AG = ASSEMBLÉE GALETTE 2018

Le **jeudi 18 janvier 2018 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**, de prestations de différents ateliers : chorale, danses... d'une vidéo sur différents ateliers. La galette sera dégustée en fin de réunion.

ÉCHANGE AVEC LE CLUB 79 :

Rencontre traditionnelle et chaleureuse avec nos collègues des Deux-Sèvres en octobre 2017.

REPAS DE FIN D'ANNÉE

Nous nous réunirons au restaurant en **décembre 2017**, 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 2018**.

ANTENNE DE SAINTES

GÉNÉALOGIE : reprise 18 sept. 2017. Max. : 15. **Lundi 14h - 17 h (1 fois/mois).** Josette BLOT et Jacqueline PROST.

Salle Renoir, MDA rue du Cormier. Initiation à la recherche généalogique (20ème siècle puis progression 19ème, 18ème, 17ème siècle). Description des outils et lieux de recherche : archives municipales et départementales. Recherche par internet : utilisation des logiciels « Généatiques » et « Hérédiss ».

INFORMATIQUE : reprise 20 sept. 2017. Max : 16. **Mercredi 14h30 - 16h30.** N. GABORIAU. Référent administratif : Mamad DIARRA. Contacts, échanges, partage, plaisir d'aborder une technologie relativement nouvelle.

MÉMOIRE : reprise 15 sept. 2017. Max. : 15. **Vendredi 14h-16h.**

Dominique MOUTIER. MDA rue du Cormier.



Réunion de rentrée : mardi 12 septembre 2017 - 14 h à 16 h
salle Louis Lumière, MDA, 31 rue du Cormier à SAINTES



ANTENNE DE 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 15 septembre 2017, 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 par téléphone ou email.

ESPAGNOL : reprise 07 sept. 2017. Maison des Associations de Royan.

Lundi de 9h30-11h30. Reprise : 02-10-17. Josyane ESTEVE (2e année).

Jeudi de 9h15-10h15. Reprise : 07 sept. 2017. Michel PRADINES.

Pour ceux qui ont fait un peu d'espagnol.

Jeudi de 10h15-11h30. Reprise : 07 sept. 2017. Marie-France CHENU.

Dans une ambiance amicale, vous pouvez venir échanger en espagnol sur des sujets d'actualité.

MÉMOIRE : reprise 04 septembre 2017. Lundi 10h-12h (tous les 15 jours). Claudie BOURASSEAU - Espace Pelletan à Royan. Il s'agit de stimuler les différentes formes de mémoire, dans la bonne humeur et la convivialité.

SOPHROLOGIE : reprise début septembre 2017. Vendredi de 10h à 11h. Maison des associations, rue Paul Doumer ROYAN.



**Voyages :
permanences
1er lundi de
chaque mois**

VOYAGES 2017 - 2018 - Maura & Nicole

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

Inscription lors des permanences : le 1er lundi de chaque mois de 14h30 à 16h30 et sur RV.

VOYAGES 2018

À retenir : les C.R. de voyages se dérouleront au club les samedis à 14h30.

Ils sont ouverts à tous.

Le **COSTA RICA** : mars 2018, préparé et accompagné par G et RM PHILIPPOT.

La **CORSE** : début mai 2018, préparé et accompagné par P. GROLIÈRE.

La **CRÈTE** : début juin 2018, préparé et accompagné par L. BEAUDONNET.

BERLIN : fin juin 2018, préparé et accompagné par N. GUITER.

Le **PORTUGAL** nord + extension en Galice : sept. 2018 par Maura DAVID.

RÉUNION D'ACCUEIL ET D'INFORMATION DES NOUVEAUX PARTICIPANTS samedi 30 sept. 2017, 9h30 - 11h30 à Lagord.



Responsables du Club : Claudine TARDY, Jean-François COMBES

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

Responsable financier : Françoise PAWLOWSKI

Secrétariat : Jean-Marie PINSON aidé de Dominique PICHOT, Robert MARTIN et d'Evelyne BRIZARD

Responsable des voyages : Maura 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



2017 - 2018	LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI
	sem paires	sem impaires			sem paires	sem impaires	sem paires	sem impaires	sem paires	sem impaires	
Salle Informatique	Matin	10h00-12h00 Allemand Françoise Lerest	9h15 - 10h45 Espagnol G2 Montserrat Climent		9h00 - 10h30 Informatique A. Meilhac		9h00 - 10h30 Internet JF Combes		9h00-10h30 Histoire G. Blier		
		14h00-15h30 Gimp P. Bernat 15h30-18h00 Lectures Gr 1 ou Gr 2 F. Lacoste	11h00 - 12h30 Informatique A. Meilhac		10h30 - 12h Vidéo débutants JC. Koenig		10h30 - 12h00 Anglais Marc Lesimple		10h45 - 12h00 Informatique Jean-Pierre Devoyon Mike Eboueya		
Salle réunion	Apr.-midi	14h00-15h30 Gimp P. Bernat 15h30-18h00 Lectures Gr 1 ou Gr 2 F. Lacoste	9h30 - 11h30 Mémoire N. Bonnaire - Martine Durrieu		14h15-15h45 Vidéo (début.) R-M. Philippot 16h00-17h30 Vidéo (confirm.) Massebeuf		14h00 - 15h30 Informatique J-Ch. Koenig 16h00-17h30 Anglais G2 J. Berger		14h00 - 16h00 Scan & vieilles photos Jean-Louis Bonnaire		
		14h00-16h50 Patchwork M. Sindres 17h00-19h00 Scrabble M. Garnier	11h30 - 12h45 Espagnol G1 Montserrat Climent		9h30 Carton. J. Bourget ou Encadré Monique Rossini 17h00		9h15-17h00 Peinture sur soie C. Brousse (1/mois) 18h15-19h30 Chant		10h00 - 12h00 Mémoire Christiane Gaudin		14h30 Comptes-rendus voyages
Petite									10h30-12h Tricot Colette Marsault		
Accueil		14h-16h30 Bureau + Voyages							14h30-16h30 Bureau		
Extérieur	Matin	SAINT-ELOI GYM DYNAMIQUE 9h00 - 10h00 DO-IN 10h00-11h30 M-F. Violleau lundi, mardi, mercredi, jeudi ou vendredi canoë, nature, vélo ou marches	AQUAGYM PERIGNY (Palmilud) SAINT-ELOI REVEIL CORPOREL J. Chaigneau 9h30-10h30 GYM BALLONS E. Pley - R. Boussiron 10h30 - 11h30		TASDON GYM DYNAMIQUE 9h00 - 10h00 QI GONG / TAI CHI CHUAN N. Rebourg 10h20 - 11h50 FETILLY RIGOLOGIE B. Mailloux 10h45 - 11h45 2 fois / mois SALLE DU VELODROME DANSES J. Jugelé - 10h15 - 11h45 SAINT-ELOI COMMUNICATION "ESPERE" Jack Benoit - 10h00 - 12h00 2 fois / mois		CUISINE 9h00 - 14h00 Colette Berjon 1 fois / mois Centre Socio-Culturel Le Pertuis 3 rue François Boucher LA ROCHELLE		AQUA GYM CHÂTELAILLON PERIGNY (Palmilud) SAINT-ELOI GYM DYNAMIQUE 9h00 - 10h00 YOGA Jack Benoit 10h15 - 11h45 ECOUTE DE SOI 10h00 - 12h00 N. Rebourg - M. Benoit		
		SOPHROLOGIE CLOS MARGAT 14h45 - 16h15 André Bernard	BRIDGE Salle comité quartier FETILLY 14h00 - 18h00 Alain Berthonneau BOWLING Bowling LR 14h00-16h30 Marie-Jo - Saphir						BRIDGE Salle comité quartier FETILLY 14h00 - 18h00 Alain Berthonneau		

