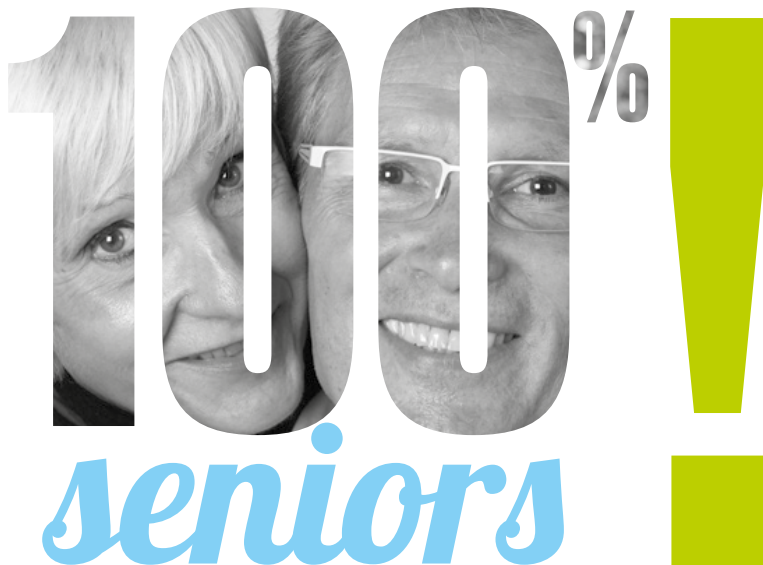


MÉRIGNAC



ANIMATIONS

Janvier, février, mars 2020

DIRECTION DE L'ACTION SOLIDAIRE ET SOCIALE
CCAS - SERVICE DÉVELOPPEMENT SOCIAL
SECTEUR ANIMATION

05 56 55 66 50 - animation.retraites@merignac.com

IMPORTANT

Les inscriptions se font au restaurant senior « Les Fauvettes » (3, avenue du Maréchal-de-Lattre-de-Tassigny), durant un jour et demi et se poursuivent en mairie (CCAS – 05 56 55 66 50) :

- Le mardi 7 janvier de 8h30 à 16h30

- Le mercredi 8 janvier, uniquement le matin de 8h30 à 12h (puis à partir de 14h en mairie)

Toujours dans le souci de rendre l'attente du premier jour moins longue, nous vous demandons de prendre le temps de bien remplir la fiche d'inscription mise à votre disposition à la fin de ce livret, dans l'ordre chronologique des animations.

Nous restons à votre écoute en essayant d'améliorer ce qui peut l'être et vous souhaitons une très belle année 2020.



Entrée du restaurant Les Fauvettes.

Janvier 2020

CINÉ / GALETTE DES ROIS

Mardi 14 janvier

« Joyeuse retraite »

Comédie française de Fabrice Bracq avec Thierry Lhermitte, Michèle Laroque...

« L'heure de la retraite est enfin arrivée pour Philippe et Marilou ! Ils s'apprentent à réaliser leur rêve : partir vivre sous le soleil du Portugal. Au revoir le travail, au revoir la famille, au revoir les emmerdes ! Ils pensaient enfin être tranquilles... mais leur famille a d'autres projets pour eux ! ... ».



Séance gratuite.

À l'issue de la séance, nous partagerons la galette des rois et le verre de l'amitié pour fêter la nouvelle année. Pour que chacun ait une chance d'être reine, d'être roi, nous vous demanderons exceptionnellement de vous inscrire au préalable.

Rendez-vous : 13h30 au Mérignac Ciné (durée : 1h40).

CONFÉRENCE

Vendredi 17 janvier

« Grands vins de Bordeaux : la démarche collective des Côtes de Bourg... »

Animée par Didier Gontier, directeur viticole des Côtes de Bourg.

Situé sur la rive droite de la Dordogne et de la Gironde, à une trentaine de km de Bordeaux, le vignoble des Côtes de Bourg regroupe 400 vigneron pour 4000 hectares et une production annuelle moyenne de 170 000 hectolitres. Le terroir est principalement argilo-calcaire (rive droite) et le Merlot domine les assemblages... Mais, l'originalité de cette appellation tient surtout à sa stratégie offensive qui depuis quelques années est orientée principalement sur trois axes : Bordeaux évidemment, mais aussi l'export (présence dans quatre salons professionnels par an en Chine et au Japon) et l'œnotourisme.



Sur inscription.

Prix : 3,10€.

Rendez-vous : 14h à l'auditorium François-Lombard de la Médiathèque Michel Sainte-Marie (entrée principale).

CINÉMA

Mardi 21 janvier

« Au nom de la terre »

Drame français réalisé par Edouard Bergeon avec Guillaume Canet, Veerle Baetens...

« Pierre a 25 ans quand il rentre du Wyoming pour retrouver Claire sa fiancée et reprendre la ferme familiale. Vingt ans plus tard, l'exploitation s'est agrandie, la famille aussi. C'est le temps des jours heureux, du moins au début... Les dettes s'accroissent et Pierre s'épuise au travail. Malgré l'amour de sa femme et de ses enfants, il sombre peu à peu... Construit comme une saga familiale, et d'après la propre histoire du réalisateur, le film porte un regard humain sur l'évolution du monde agricole de ces 40 dernières années. »

Ce film sorti fin septembre 2019 est un cri, un cri d'alarme. Le scénario s'inspire de la propre existence du réalisateur qui retrace son histoire personnelle et nous livre un témoignage poignant.

Vous avez été nombreux à nous demander de programmer ce film dont on continue de parler parce que terriblement vrai, parce que terriblement actuel. Alors pour toutes celles et ceux qui n'ont pas pu le voir à sa sortie et/ou qui souhaiteraient le revoir, nous vous le proposons ce mois.

Prix : 3,50€ à régler sur place.

Rendez-vous : 13h30 au Mérignac Ciné (durée : 1h43).



VISITE

Jeudi 23 janvier

« Les coulisses du médicament homéopathique et des laboratoires BOIRON »

En 1932, Jean et Henri Boiron s'engagent dans la fabrication de médicaments homéopathiques, ce à partir de procédés rigoureux et scientifiques. En France, il existe 4 sites de production et près de 30 établissements Boiron, dont celui de Canéjan, que nous allons visiter. Mais l'homéopathie c'est quoi ? C'est pour qui ? Comment ça marche ? aurait dit Michel Chevalat. C'est à ces questions et certainement à beaucoup d'autres que des réponses seront apportées durant cet après-midi, riche aussi de la visite des laboratoires qui seront en activité.



Sur inscription.

Rendez-vous : 12h45 devant la maison des associations (départ à 13h – retour prévu vers 16h30)

À noter : la visite d'un laboratoire pharmaceutique est soumise au respect des règles pharmaceutiques. Aussi nous vous demandons de venir avec un maquillage léger et de ne pas porter de parfum.

SORTIE DEMI-JOURNÉE

Mardi 28 janvier

« Bals publics et les lieux de danse à Bordeaux entre les XVIII^e et XXI^e siècles... »

Pour donner suite à une conférence de l'année dernière, nous vous proposons une visite originale et insolite pour passer de la théorie à la pratique. Prononcez le mot bal et soudain rejaillissent les souvenirs : des lieux, des visages, des musiques... Bal de quartier, bal masqué, bal musette, bal de charité, bal d'étudiants... Sous différentes formes, les bals publics ont traversé les siècles mais c'est surtout à partir du 19^e siècle qu'ils vont connaître un essor considérable. À Bordeaux, de nouvelles salles de bal apparaissent et les bals de quartier se multiplient. Simples divertissements festifs ? Sûrement pas. Interdits sous le régime de Vichy, véritables miroirs de la société, les bals publics nous en révèlent les codes, les mœurs, les us et coutumes. Ils nous rappellent aussi qu'il fut un temps où, derrière les murs du Grand Théâtre, de l'Alhambra ou de l'Alcazar, au fond des auberges ou sur les places de quartier, toute la population se retrouvait et dansait.



Sur inscription.

Rendez-vous : 13h45 sur la place des Quinconces (station Quinconces de la ligne de tram B – fin à 17h à Bordeaux. Déplacements pédestres, prévoir des chaussures adaptées pour marcher en ville.

Prix : un chèque de 7€ à l'ordre de « Terre et Océan » à remettre le jour de la sortie. Prévoir les tickets de tram nécessaires.

Février 2020

SPORT

Mercredi 5 février

« Initiation marche nordique et tir à l'arc »

Annulée en novembre dernier pour cause d'intempérie, nous reprogrammons cette matinée, qui espérons-le, pourra se dérouler cette fois dans de bonnes conditions. Encadrée par un éducateur du service des sports, c'est



bien à une initiation que nous vous invitons, et qui s'adresse donc à toutes et à tous.

Rendez-vous : 9h devant l'entrée du bois du Burck (avenue Bon Air, à côté de la caserne des pompiers).

Durée : 1h30 (adaptable).

Tenue vestimentaire conseillée : jogging + tennis. Le matériel sera fourni, cependant si vous êtes déjà équipés de bâtons de marche nordique, vous pouvez les apporter.

EXPOSITION VIEILLE ÉGLISE

Mercredi 5 février

« In situ d'Alain Laboile »

Visite guidée et commentée par un professionnel de la direction de la culture.

Alain Laboile est un photographe atypique. Artiste sculpteur travaillant notamment le bois, la pierre et le métal, il trouve dans la photographie un moyen de narration jusque-là insoupçonné. C'est plus tard qu'il lève son objectif vers sa famille grandissante, qui devient ainsi son principal sujet : une vie au bord du monde où se mêlent l'intemporalité et l'universalité de l'enfance.

Sur inscription.

Rendez-vous : 14h30 devant la Vieille Église.



CONFÉRENCE

Vendredi 7 février

« Vins d'Espagne, histoire d'un autre terroir : une concurrence aux vins de Bordeaux ? »

Animée par Blanca Pilven-Álvarez, responsable de commerce en produits hispaniques.

Conférence par une professionnelle sur le thème des vins de la péninsule ibérique, aux portes de l'Aquitaine et du Bordelais. Son approche se fera sous de nombreux aspects : les appellations espagnoles et leurs spécificités, la richesse des terroirs, les techniques de production et leurs différences avec celles de la France... Vous pensiez connaître les vins d'Espagne... attendez-vous à de belles surprises !



Sur inscription.

Prix : 3,10 €.

Rendez-vous : 14h à l'auditorium François Lombard de la Médiathèque Michel Sainte-Marie (entrée principale).

CINÉMA

Mardi 11 février

« 1917 » Film de guerre britannique/américain de Sam Mendes avec Georges MacKay, Dean Charles Chapman...

« Pris dans la tourmente de la Première Guerre Mondiale, Schofield et Blake, deux jeunes soldats britanniques, se voient assigner une mission à proprement parler impossible. Porteurs d'un message qui pourrait empêcher une attaque dévastatrice et la mort de centaines de soldats, dont le frère de Blake, ils se lancent dans une véritable course contre la montre, derrière les lignes ennemies. »

Prix : 3,50 € à régler sur place.

Rendez-vous : 13h30 au Mérignac Ciné (durée : 1h50).



SORTIE JOURNÉE

Mardi 18 février

« **Bazas : capitale historique du Bazadais...** »



Une journée en deux temps. La matinée sera consacrée à la capitale du Bazadais. Bazas possède en son centre le symbole même de sa puissance : son imposante cathédrale Saint-Jean-Baptiste que nous prendrons le temps de visiter complètement. Mais Bazas possède également une importante parure monumentale héritée en partie du Moyen Âge avec quelques particularités antérieures comme les restes de sa muraille romaine et une nécropole mérovingienne. Le tout est encore ceinturé d'une puissante muraille dominant les campagnes environnantes avec de vues panoramiques intéressantes. L'après-midi, nous vous proposerons d'arpenter la campagne bazadaise pour évoquer cette contrée originale qui constitue encore aujourd'hui un diocèse indépendant de Bordeaux. Dans un paysage de collines et de vallons, nous croiserons quelques curiosités originales, en particulier la surprenante source guérisseuse Saint-Côme, chose rarissime dans le patrimoine traditionnel français... Entre grande architecture, traditions et folklores, voici une belle journée en perspective !

Sur inscription.

Prix : 2,60 € + un chèque de 15 € à l'ordre de « Terre et Océan » à remettre le jour de la sortie.

Rendez-vous : 8h30 devant la maison des associations.

Départ 8h45 / Retour prévu vers 18h30. Prévoir un pique-nique (repas à l'abri si pluie).

Station debout et petites marches en cours de journée, prévoir des chaussures adaptées pour marcher dans l'herbe humide si pluie.

VISITE

Mercredi 19 février

« **L'école philomathique de Bordeaux** »

La Philomathique de Bordeaux est une école de formation aux métiers d'Art et d'Artisanat. Créée en 1808, elle a depuis contribué à la formation de 118 Meilleurs Ouvriers de France et accueille au cœur de Bordeaux près de 800 personnes par an. Elle poursuit aujourd'hui sa mission d'éducation et de sensibilisation à différents domaines comme : le bois, la mode, l'ameublement et les techniques artistiques.

Durant cette visite, il sera question de l'histoire de l'association et le rôle de la philomathique aujourd'hui, puis nous serons guidés vers les différents pôles en activité : la tapisserie d'ameublement en sièges, la couture et la broderie, le pôle artistique et le pôle bois. La curiosité pourrait vous amener à une pratique future...



Rendez-vous : 9h à l'arrêt de tram « Mériadeck » ligne A – 10 minutes de marche environ pour arriver à l'école au 66, rue Abbé de l'épée. Début de la visite à 9h30.

Durée : 2h environ.

À noter : le bâtiment est ancien et il n'y a pas d'ascenseur pour accéder aux 2 étages où sont les ateliers.

PROMENADE

Mardi 25 février

« L'hôtel des ventes du quai des Chartrons en deux temps »

Un hôtel des ventes c'est un lieu un peu magique, c'est aussi un spectacle, un spectacle vivant. C'est un lieu où novices et connaisseurs peuvent se côtoyer, c'est une salle de jeu, une mise en scène, un vocabulaire, c'est parfois une partie de poker, mais pour beaucoup, c'est un lieu inhabituel, que l'on vous propose de découvrir en deux temps.



Le matin : 1^{er} temps

Nous commencerons la promenade par le musée de la mer et de la marine, puis nous poursuivrons vers la base sous-marine, pour revenir ensuite par la rue Lucien Faure et l'aménagement des quais des bassins à flots qui ont considérablement changé d'aspect ces derniers temps. Nous poursuivrons ensuite sur les quais de Bacalan et des Chartrons où nous ferons une halte à la salle des ventes pour voir, regarder, peut-être toucher ce qui sera mis en vente l'après-midi.

Rendez-vous : 9h30 à l'arrêt du tram ligne B « Cité du vin ».

Durée : 2h30 – 3h.

Distance : 4 km environ.

L'après-midi : 2^e temps

Le spectacle commence. Installés dans la salle des ventes au milieu des acheteurs potentiels, des collectionneurs, des antiquaires, des « ceux qui craquent pour... », nous assisterons à la vente. Prévoyez les espèces ou le chéquier, les cartes bancaires ne sont pas acceptées, et faites le bon choix !

Sur inscription. Vous devez être certains de pouvoir participer à la journée entière.

Pour le repas du midi : au choix : pique-nique ou restauration rapide et variée à proximité.

Rendez-vous : 14h devant l'hôtel des ventes.

Mars 2020

CINÉMA

Mardi 10 mars

« **Le prince oublié** » Comédie fantastique française de **Michel Hazanavicius** avec **Omar Sy, François Damien, Bérénice Béjo...** »

« Djibi vit seul avec Sofia, sa fille de 8 ans. Tous les soirs, il lui invente une histoire pour l'endormir. Lorsque Sofia s'endort, ces récits extraordinaires prennent vie quelque part dans un monde imaginaire peuplé de chevaliers, pirates et autres dragons. Dans ce monde qui n'appartient qu'à eux, Sofia est toujours la princesse à sauver, et le courageux Prince n'est autre que Djibi lui-même. Mais 3 ans plus tard, l'entrée de Sofia au collège va marquer la fin de son enfance. Au grand désespoir de son père, elle n'a plus besoin de ses histoires le soir. D'un côté, Djibi va alors devoir accepter que sa fille grandisse et s'éloigne de lui. De l'autre, dans le Monde des histoires, le Prince va devoir affronter la plus épique de toutes ses aventures. Trouver son destin dans un monde où il n'a plus sa place... »



Rendez-vous : 13h30 au Mérignac Ciné.

Prix : 3,50 € à régler sur place.

SPORT

Mercredi 11 mars

« **Nordic Yoga** » avec **Amandine**

Vous étiez nombreux à être intéressés par cette activité en septembre de l'année dernière, nous vous proposons une nouvelle séance avec notre collègue du service des sports.

Cette activité, nous le rappelons, allie bienfaits de la marche, exercices respiratoires et assouplissements.



Rendez-vous : 9h devant la chartreuse de la mairie de Mérignac.

Durée : 1h30.

Tenue vestimentaire conseillée : jogging + tennis. Ceux qui ont des bâtons peuvent les prendre, pour les autres nous en aurons à disposition.

PS : d'autres dates seront programmées pour le 2^e trimestre.

VISITE

Jeudi 12 mars

« Visite du FRAC Nouvelle-Aquitaine MÉCA »

Le Fond Régional d'Art Contemporain cherche, à travers sa collection à la fois historique et sans cesse enrichie d'œuvres récentes, à favoriser les conditions de rencontre entre les œuvres d'art et les publics. Aujourd'hui, le Frac se situe à la MÉCA dans de nouveaux espaces sur près de 4600 m² en salle d'exposition. Vous serez impressionnés par ce bâtiment en mouvement dont les axes se déforment quand on s'en approche et une superbe vue du haut de la terrasse.

Sauf changement d'organisation, nous sommes d'abord invités à une visite de ce bâtiment, puis nous découvrirons l'exposition en cours "Narcisse, ou la floraison des mondes", de façon interactive. Cette exposition "propose d'aborder l'émergence actuelle des fleurs dans le champ artistique. La fleur, réhabilitée par les artistes, est le nouveau symbole du vivant en mutation. Elle forme un continent encore inexploré qui suscite un fort intérêt dans le domaine des sciences, de la politique et de la philosophie."



Sur inscription.

**Rendez-vous : 9h30 arrêt de tram Ligne C « gare Saint-Jean » (arrêt à 10 min à pied de la MÉCA).
Début de la visite à 9h45. Durée : 1h30 environ.**

CONFÉRENCE

Vendredi 13 mars

« Aux origines du vignoble bordelais et girondin : entre réalité et fantasme... »

Animée par Didier Coquillas-Sistach, médiateur scientifique de Terre et Océan.



Le premier pied de vigne girondin ou même aquitain aux Romains aurait été importé d'Épire, une région de Grèce... C'est ainsi que commencerait l'histoire du vignoble bordelais, c'est du moins comme cela que les ouvrages historiques l'ont présenté pendant des décennies. Y-a-t-il une part de réalité dans cette affaire ou s'agit-il d'une simple légende ? Depuis vingt ans, la recherche archéologique, les historiens, les travaux des ingénieurs de l'I.N.R.A. et les céramologues ont mis en évidence une histoire renouvelée et assez inattendue du premier pied de vigne bordelais !

Sur inscription.

Prix : 3,10€.

Rendez-vous : 14h au restaurant du Jard, rue du Jard.

PROMENADE

par l'association « jardin et écotourisme »

Jeudi 19 mars

« Au pays de Montesquieu »

De Léognan à Martillac en passant par La Brède. À la découverte d'églises romanes, de fontaines, de l'extérieur du château Smith Haut-Laffitte et de ses sculptures géantes, de la ferme fortifiée de Rochemorin, de la maison de la nourrice de Montesquieu, du mémorial de la ferme de Richemont, des fossiles de Saucats et bien d'autres surprises encore.



Sur inscription. Prix : 8 € à régler sur place le jour de la sortie (merci de prévoir l'appoint). Prévoir un pique-nique et de l'eau.

Rendez-vous : 8h30 à la maison des associations (transport en bus) – Retour prévu vers 17h.

Distance : 2km environ.

SORTIE JOURNÉE

Mardi 24 mars

« Une journée inoubliable en Pays Charentais : Mouthiers-sur-Boëme ! »

Mouthiers-sur-Boëme est une petite commune située au sud de l'agglomération d'Angoulême dans le département de la Charente. L'originalité du bourg repose sur l'importance et la très grande diversité de son patrimoine. Mouthiers-sur-Boëme possède une église ancienne (église Saint-Hilaire) dans la tradition de l'architecture religieuse saintongeaise (XI^e siècle), mais avec un clocher particulièrement atypique (XIII^e siècle). On y trouve également de nombreux sites fortifiés médiévaux ou plus anciens comme le château de la Rochandry (IX^e-XIX^e siècle), le Fort des Anglais, le logis de la Forge ou encore le château de la Foy, sans oublier son petit bourg aux célèbres lavoirs... Enfin, l'histoire de la commune a été marquée par la seconde guerre mondiale. Mais la plus grande curiosité de la commune n'en demeure pas moins sa grotte préhistorique ornée, dite la « Chaire à Calvin », datée du magdalénien et classée monument historique en 1986. Nous vous en proposons une visite guidée complète... Une belle surprise que cet endroit !



Sur inscription.

Prix : 2,60 € + un chèque de 16 € à l'ordre de « Terre et Océan » à remettre le jour de la sortie.

Rendez-vous : 7h45 devant la maison des associations.

Départ 8h / Retour prévu vers 18h30. Prévoir un pique-nique (repas à l'abri si pluie).

Station debout et petites marches en cours de journée, prévoir des chaussures adaptées pour marcher dans l'herbe humide si pluie.

LES HISTOIRES DE L'ART

Vendredi 27 mars

« Léonard de Vinci, le génie universel »

Rencontre animée par Jérôme Laborde.

Après "Les pionniers de la photographie" en décembre dernier, c'est de Léonard de Vinci dont il sera question.

L'année 2019 fut l'objet de nombreuses expositions (notamment celle du Louvre) pour commémorer le 5^e centenaire de la mort de Léonard de Vinci, et un des plus grands génies de tous les temps.

Auteur d'inventions visionnaires, de peintures marquantes, il maîtrisait de nombreuses disciplines et laisse des traces visibles de son art dans les plus beaux châteaux de France. Vous pourrez découvrir ou redécouvrir ses plus grandes œuvres avec la "Joconde" en star, toutes les histoires qui entourent les mystères de sa vie, ainsi que certaines zones d'ombre...



Sur inscription.

Prix : 3,10€.

Rendez-vous : 14h au restaurant du Jard, rue du Jard.

LIEUX D'ACCUEIL

Les restaurants seniors sont aussi des lieux d'accueil et les équipes vous y accueillent de 14h à 16h30. Vous pouvez venir jouer aux cartes ou autre jeu de société, lire ou simplement discuter. Un programme d'animation propre à chaque restaurant y est affiché chaque trimestre.

- **Lundi - Mardi – Jeudi** : résidence les Fauvettes - 3, av. du Maréchal-de-Lattre-de-Tassigny.
- **Mardi - Jeudi** : restaurant d'Arlac - Place Ste-Bernadette.
- **Mardi - Jeudi** : résidence Jean-Brocas - R.P.A. - 16, avenue Roland Dorgeles.
- **Lundi - Jeudi** : restaurant du Jard - Rue du Jard.

Les « Remue-méninges » : deux heures de jeux de mots, de vocabulaire, de géographie, d'histoire, d'actualité, de casse-tête... , dans la bonne humeur et la décontraction :

- **Lundi à 14h** : résidence des Fauvettes.
- **Lundi à 14h** : restaurant du Jard .
- **Mardi (ou le jeudi lorsqu'il y a un cinéma le mardi) à 14h** : résidence Jean-Brocas.

TRICOT

Chaque semaine, les adhérentes de l'association « Cœur de tricot » se retrouvent et tout ce qu'elles fabriquent ira réchauffer ceux qui n'ont pas, ceux qui n'ont plus, petits ou grands... La laine déroule, les aiguilles tournent et l'après-midi se passe ponctuée de commentaires, de conseils et de fous-rires... Vous pouvez les rejoindre et mettre la main... à la laine !

Rendez-vous : à 14h, chaque mercredi au restaurant des Fauvettes.

Important : Si d'aventures, certains possèdent de la laine dont ils ne savent que faire, vous pouvez les déposer au restaurant les Fauvettes, les tricoteuses en feront bon usage.

POUR INFO

- **Fiche d'inscription :** afin de rendre l'attente moins longue, nous vous invitons à remplir en avance la « fiche d'inscription » ci-après et à l'apporter avec vous. Et si vous inscrivez une autre personne, merci d'apporter avec sa fiche pré-remplie (**pour une activité, une personne ne pourra réserver que 2 places à la fois**).
- **En cas d'empêchement :** n'oubliez pas que la place que vous occupez sur la liste mais que vous ne prenez pas sur le terrain, une autre personne de la liste d'attente aurait aimé la prendre. **Alors si vous ne pouvez plus venir, merci de nous le signaler le plus tôt possible en mairie au 05 56 55 66 50 (Direction de l'action solidaire et sociale – CCAS) ou bien sur le téléphone portable des animateurs (Delphine et Didier) au 06 49 61 54 82.**
- **Pour les repas pris au restaurant des Fauvettes :** merci de vous inscrire auprès de ce service muni de votre dernier avis d'imposition pour définir le coût du repas, 72 heures avant au minimum.
- **Rappel important :** Nous sommes contraints à des procédures administratives supplémentaires en cas de remboursement, ce qui explique que ce soit très long, mais nous ne pouvons pas écourter ce délai. Aussi, sauf en cas de force majeure, merci à vous d'éviter au maximum d'annuler.

Merci par avance.
L'équipe d'animation.

INFORMATIQUE

L'association AGIRabcd vous propose différentes formations sur ordinateur Windows ou Mac ainsi que sur tablettes et Smartphones Android ou Apple.



Stage Ordinateurs Windows 10 (matériel fourni).

- **Niveau Initiation** : pour apprendre les bases de l'informatique, afin d'être autonome devant son ordinateur personnel. Stage de 6 jours de 10h à 12h et de 14h à 16h. Prix du stage : 40 €.

Le mardi 14, le jeudi 23, le mardi 28 janvier et les mardis 4, 11, 18 février .

- **Niveau Perfectionnement** : pour ceux qui ont quelques connaissances mais veulent les consolider et en apprendre plus. Stage de 6 jours de 10h à 12h et de 14h à 16h. Prix du stage : 40 €.

Les mardis 10, 17, 24, 31 mars et les mardis 7 et 14 avril .

Stage Ordinateurs MAC Apple

- **Tous Niveaux** : vous avez un ordinateur APPLE et vous voulez apprendre à mieux vous en servir. Cette formation spécialisée MAC est pour vous. Stage de 6 jours de 10h à 12h et de 14h à 16h. Prix : 40 €.

Les mercredis 11, 18, 25 mars et les mercredis 1^{er}, 8, 15 avril.

Stage Tablettes et Smartphones Android

- **Niveau Initiation** : afin de bien débiter et acquérir l'autonomie nécessaire pour une utilisation quotidienne de sa tablette ou son smartphone. Stage de 3 jours de 10h à 12h et de 14h à 16h. Prix : 20 €.

Les mercredis 15, 22, 29 janvier et les vendredis 13, 20, 27 mars.

- **Niveau Perfectionnement** : pour ceux qui ont déjà fait le stage « niveau initiation » ou qui ont déjà les notions de bases et voudraient approfondir et consolider leurs connaissances. Stage de 3 jours de 10h à 12h et de 14h à 16h. Prix : 20 €.

Les vendredis 7, 14, 21 février.

Stage Tablettes et Smartphones Apple

Afin d'acquérir l'autonomie nécessaire pour une utilisation quotidienne de son iPad ou de son iPhone. Stage de 3 jours de 10h à 12h et de 14h à 16h. Prix du stage : 20€.

Les lundis 27 janvier, 3 et 10 février.

Mini Stage Thématique Ordinateurs Mac et Windows

• **Niveau intermédiaire requis** : se former et approfondir un sujet précis.

Stage de 2 jours de 10h à 12h et de 14h à 16h. Prix du stage : 15 €.

Internet et Courriel - Les vendredis 17 et 24 janvier.

Aide Informatique Ordinateurs, Tablettes et Smartphones

Que ce soit pour une installation de logiciel, un nettoyage de son ordinateur, configurer sa tablette ou son smartphone... , cette assistance technique est là pour vous aider. 2 heures de 10h à 12h.

Prix : 10€.

Aide informatique PC Windows et tablettes/smartphones Android : **les jeudis 16 janvier, 6 février et 12 mars.**

Aide informatique MAC, iPad, iPhone d'Apple **le jeudi 26 mars.**

Sur inscription, à l'accueil du CCAS de la Mairie.

Les cours sont dispensés en salle informatique, au restaurant des Fauvettes.

Possibilité de prendre le repas de midi sur place (sur inscription) avec le dernier avis d'imposition.

Pour plus de renseignements, vous pouvez joindre l'association AGIRabcd au 06 81 74 32 19.

NOM : PRÉNOM :

N° DE TELEPHONE (portable de préférence) :

Fiche d'inscription

(Accompagnée du règlement)

DATE	ACTIVITÉ	TARIF
TOTAL		

Merci de remplir cette fiche par ordre chronologique des animations.
Les règlements en faveur d'un prestataire extérieur (ex : Terre & Océan, Jardin et écotourisme...) ne sont à régler que le jour de l'animation.

05 56 55 66 50

www.seniors.merignac.com

Adresse des 4 restaurants seniors :

- Pôle gérontologique des Fauvettes - 3 av. du Mal.-de-Lattre-de-Tassigny : 05 56 12 22 22
- Restaurant d'Arzac - Rue Marcel - Place Ste-Bernadette : 05 56 98 78 03
- Résidence autonomie Jean-Brocas - 16, avenue Roland Dorgeles : 05 56 97 54 15
- Restaurant du Jard - Rue du Jard : 05 56 97 52 58