



**100%**

**SENIORS !**

**ANIMATIONS**

**Octobre, novembre, décembre 2022**



**Mérignac**



**DIRECTION DE L'ACTION SOLIDAIRE ET SOCIALE /CCAS**  
**SERVICE ANIMATION SENIORS**  
animation.retraites@merignac.com

**Les inscriptions concernant ce trimestre se dérouleront à compter du mercredi 28 septembre de 8h30 à 16h30 puis le jeudi 29 septembre de 8h30 à 12h au restaurant séniors des Fauvettes, 3 avenue du Maréchal-de-Latre-de-Tassigny.**

**Nouveau :** Depuis le 1<sup>er</sup> juillet, le secrétariat du service animation séniors est établi au restaurant des Fauvettes. Il est ouvert le lundi, le mercredi et le vendredi de 9h à 11h30 et joignable au 06 49 61 54 82. C'est à cette adresse que vous pouvez joindre le service animation pour toutes vos demandes (inscriptions, renseignements...). Un animateur est présent et assure le suivi de toutes les activités proposées, peut vous renseigner au mieux et répondre aux questions que vous vous posez parfois.

Merci de bien remplir la fiche d'inscription mise à votre disposition à la fin de ce livret, dans l'ordre chronologique des animations. Vous ne pouvez inscrire que deux personnes au maximum pour une manifestation.

Pour la sécurité de tous, nous vous demandons de respecter les consignes de sécurité en vigueur. Nous vous rappelons qu'en fonction de l'actualité et des mesures sanitaires, cette programmation peut être modifiée.



Photo de couverture : Land-art, Laurence Yerne.

# OCTOBRE

## EXPOSITION ARCHIVES DÉPARTEMENTALES

Mardi 11 octobre

### « Filmer les procès : un enjeu social. De Nuremberg au génocide des Tutsi au Rwanda »

Dans cette exposition sont mis en lumière tant l'enjeu social que l'enjeu historique. Le premier vise à faire découvrir aux visiteurs ce que sont les archives audiovisuelles de la Justice, instaurées par la loi Badinter du 11 juillet 1985 et conservées par les Archives nationales. Le second permettra aux visiteurs une plongée dans des extraits de huit procès filmés pour crimes contre l'humanité.

**Sur inscription.**

**Rendez-vous :** à 9h30 arrêt du Tram B

« Cours du Médoc » ou à 9h50 aux Archives départementales, cours Balguerie Stuttenberg à Bordeaux.



© Crédit photo : Laurent Theillet / « SUD OUEST »

## EXPOSITION VIEILLE ÉGLISE

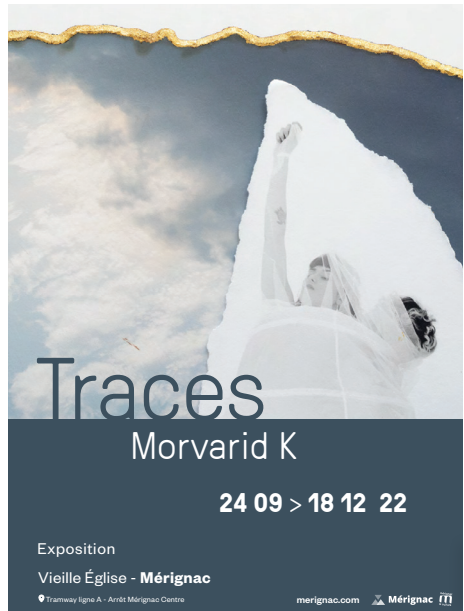
Mercredi 12 octobre

### « Traces » de Morvarid K

Morvarid K ancre son travail artistique dans ce qu'elle appelle les frontières invisibles, désirées ou forcées, personnelles ou publiques, réelles ou imaginaires. Ses œuvres utilisent la photographie comme matière première, par collages, superpositions ajout d'encre et de dessins. Ce sont souvent des pièces uniques. Elle explore également ses thèmes à travers des performances et des collaborations interdisciplinaires avec des artistes danseurs performeurs tels que Sherwood Chen et Yuko Kaseki.

**Sur inscription.**

**Rendez-vous :** 14h à la Vieille Église.



## CINÉMA

Vendredi 14 octobre

Film : « **Simone, le voyage du siècle** »  
(Biopic)

Réalisateur : **Olivier Dahan**

Avec : **Elsa Zylberstein, Rebecca Marder, Élodie Bouchez**

Le destin de Simone Veil, son enfance, ses combats politiques, ses tragédies. Le portrait épique et intime d'une femme au parcours hors du commun qui a bousculé son époque en défendant un message humaniste toujours d'une brûlante actualité.

Rendez-vous : 13h15 au Mérignac Ciné.

Début de la séance : 13h45.

Prix : 4,00 € à régler sur place.



## Le saviez-vous ?

### Le portage de repas à domicile, un service de veille

Les personnes âgées en perte d'autonomie, en situation de handicap ou à la suite d'une hospitalisation peuvent bénéficier d'un portage de repas à domicile.

Les repas sont livrés par les agents du CCAS de Mérignac, du lundi au vendredi, et couvre les consommations du lundi au samedi. Ils sont confectionnés à la cuisine centrale Bordeaux-Mérignac (SIVU) et composés d'un potage, d'une entrée, d'un plat principal, d'un produit laitier, d'un dessert et d'un pain. Les repas sont équilibrés, de saison et élaborés par une diététicienne.

N'hésitez pas vous renseigner au 05 56 55 66 55 pour connaître les modalités de mise en place.

## VISITE JOURNÉE

Mardi 18 octobre

La « Grande Histoire » du vignoble romain d'Aquitaine.

Nous vous proposons une visite originale et insolite pour découvrir les traces laissées par la culture de la vigne dans le paysage aquitain, de ses origines antiques jusqu'au début du Moyen Âge. Au cours de cette journée passée sur les bords de la Garonne le matin puis aux confins de la Gironde et du Périgord l'après-midi, nous partirons à la découverte de villas gallo-romaines comme celle de Loupiac ou

celle encore plus célèbre de Montcaret en Dordogne pour en apprécier les superbes mosaïques dont l'une d'elles évoque la culture romaine de la vigne... Outre la maison de maître (pars urbana), nous évoquerons les bâtiments d'exploitation agricole (pars rustica) et la question des cuvieres romains. Vous devriez être surpris par une forme de patrimoine finalement assez peu connue : approche historique, archéologique et culturelle.

**Sur inscription.**

*Rendez-vous 8h15 devant la Maison des associations.*

**Départ :** 8h30.

**Retour prévu :** 18h30.

**Prix :** 2,60 € et un chèque de 17 € à l'ordre de Terre et Océan à remettre le jour de la sortie.

**Prévoir un pique-nique (salle à l'abri si nécessaire) ainsi que des chaussures adaptées pour marcher dans l'herbe humide si pluie.**



## CONFÉRENCE TERRE ET OCÉAN

**Vendredi 21 octobre**

### **Une archéologie de l'Outre-Mer ?**

*Conférence animée par Didier Coquilas-Sistach, docteur en Histoire de l'Université de Bordeaux, paléo-environnementaliste, chargé de cours, médiateur scientifique de Terre et Océan.*

Depuis le 1<sup>er</sup> Empire et la Restauration, la France a lancé une politique « d'étude » des patrimoines rencontrés sur les territoires « d'Outre-Mer » conquis, dominés ou simplement visités. De l'Algérie aux îles du Pacifique en passant par la Cochinchine, les Français ont apprécié, décrit, mais aussi pillé et détruit les traces de civilisations anciennes et précieuses. Grâce aux efforts de Louis Philippe 1<sup>er</sup> et surtout de Napoléon III, des ministères spécifiques ou des « écoles » (comme l'École Française d'Extrême Orient) vont s'intéresser à ce patrimoine. Qu'en reste-t-il aujourd'hui tant dans les anciens territoires français que dans ces dernières terres attachées à la France et pourtant si lointaines ? Qu'en est-il de l'archéologie à Saint-Pierre et Miquelon, en Guyane ou en Nouvelle Calédonie ?

**Sur inscription.**

**Rendez-vous :** 14h à l'auditorium de la médiathèque du centre-ville (entrée principale).

**Prix :** 3,10 €.

## VISITE CHANTIER

**Mercredi 26 octobre**

### **Chantier Stade nautique Bordeaux Métropole**

Après une première visite du chantier en octobre dernier, nous vous proposons, avant l'ouverture au public prévue en décembre prochain, une visite de cette installation ultra-moderne qui probablement vous surprendra par son gigantisme. À deux pas, bon disons trois du centre-ville, le stade nautique accueillera d'ici peu de nombreux visiteurs, où chacun devrait trouver sa place.

**Sur inscription.**

**Rendez-vous :** 14h45 à la pharmacie du stade (61 avenue du Truc).

**Durée :** 1h30.



## À l'affiche

**DÉCOUVREZ LES TEMPS FORTS MÉRIGNACAIS :**

### **ATELIER**

**Samedi 29 octobre à 14h30**

### **Rendez-vous des jardiniers : la bouture**

*Par l'association Jardi'Récup*

La méthode du bouturage est le moyen le plus efficace, le plus simple et le moins onéreux de multiplier un grand nombre de végétaux. Cet art n'aura plus de secret pour vous !

*Sur inscription / Public Adulte  
Médiathèque – Salle vitrée du 1<sup>er</sup> étage.*

### **EXPOSITION**

**Du 29 octobre au 21 décembre**

### **Entre terre et mer**

Ghislaine Escande est une artiste qui, depuis plus de vingt ans, travaille à construire de nouvelles cartes à partir de celles dressées par les cartographes. Gérard Lhériveau, lui, réalise des installations aériennes à partir de cartes routières. Ils exposent conjointement leurs œuvres pour une déambulation sur le voyage. Les livres d'artistes de la médiathèque accompagnent leurs œuvres.

*Entrée libre / Tout public  
Médiathèque – Salle d'exposition*

# NOVEMBRE

## VISITE

**Mardi 8 novembre**

### **Le garage et les ateliers du Tram de Bordeaux**

Élément incontournable du paysage urbain de la Métropole, lieu de voyage, de vie, de passage, de rencontres... Le tramway bordelais ! Mais qu'est-ce qui se tram derrière tout ça ? Où sont rangées les rames pendant la nuit ? Qui entretient le matériel ? Comment s'effectuent le nettoyage et la maintenance ? C'est à ces questions et à d'autres que l'on vous propose de répondre durant cette visite guidée. Situés côté quai de Queyries, perpendiculairement à la Garonne, les ateliers du Tram, sont abrités par un bâtiment recouvert d'une magnifique toiture de cuivre où l'architecture mêle harmonieusement verre dépoli et béton brut. Nous vous invitons à nous rejoindre pour lever le voile sur le moyen de transport utilisé par un grand nombre d'entre nous.

#### **Sur inscription.**

**Rendez-vous : 14h à l'arrêt de Tram A « Thiers-Benauges ».**

**Durée : environ 1h30.**



## CINÉMA

**Mardi 15 novembre**

**Film : « Armageddon time » (Drame)**

**Réalisateur : James Gray**

**Avec : Anne Hathaway, Jeremy Strong, Banks Repeta**

Milieu des années 1980, le quartier du Queens à New York est sous l'hégémonie du promoteur immobilier Fred Trump, père de Donald Trump, le futur président des Etats-Unis. Un adolescent étudie au sein du lycée de Kew-Forest School dont le père Trump siège au conseil d'administration de l'école et dont Donald Trump est un ancien élève.

**Rendez-vous : 13h30 au Mérignac Ciné.**

**Prix : 4,00 € à régler sur place.**

**Durée : 1h55.**



## ATELIER MANUEL

**Mercredi 16 novembre**

### **Fabrication d'un nichoir à hirondelles avec l'association *Tous aux abris !***

Les hirondelles ont tendance à quitter les villes, en raison de la dégradation de leurs lieux de nidification. Outre que leur arrivée annonce joliment le printemps, elles sont de grandes consommatrices de moustiques ! Contribuez à leur retour en leur fabriquant un nichoir adapté, à accrocher près de votre logement ou encore à offrir à vos proches. Didier, animateur de l'association *Tous aux abris !* se fera un plaisir de vous transmettre ses connaissances et de vous guider dans cet atelier de fabrication, accessible à tous.

#### **Sur inscription.**

**Rendez-vous :** à 9h15 au restaurant des Fauvettes, 3 avenue du Maréchal-de-Lattre-de-Tassigny.

**Durée :** 3h.



## CONFÉRENCE TERRE ET OCÉAN

**Vendredi 18 novembre**

**« Vous êtes plutôt café sucré ou chocolat ? » Bordeaux, le commerce atlantique et la traite négrière (XVIII<sup>e</sup>-XIX<sup>e</sup> siècles)**

*Conférence animée par Cathy Rousset, professeure agrégée de lettres classiques, chargée de cours en latin à l'université de Bordeaux Montaigne, co-autrice du Petit Dictionnaire des*

*religions (Pocket, 2003), du Tour de Jules Verne en 80 mots (Le Pré aux Clercs, 2005) et de Rome par ses historiens.*

L'histoire de Bordeaux relative au commerce atlantique et à la traite négrière sera abordée dans ses aspects économique, humain, culturel et artistique, afin de mettre en lumière la complexité d'une activité qui a impliqué la quasi-totalité de la population bordelaise du début du XVIII<sup>e</sup> siècle au milieu du XIX<sup>e</sup> siècle. Les œuvres et objets présentés dans le parcours proposé par le Musée d'Aquitaine à Bordeaux et quelques textes choisis, littéraires ou non, viendront appuyer les propos de notre conférencière.

#### **Sur inscription.**

**Rendez-vous :** 14h à l'auditorium de la médiathèque du centre-ville (entrée principale).

**Prix :** 3,10 €.



## VISITE JOURNÉE

**Mardi 22 novembre**

**Le Val de Seudre, de Thaims à Saint-André-de-Lidon.**

Nous vous proposons une balade complètement inédite sur les bords de Seudre, dans son cours en amont, où ce petit fleuve de Charente-Maritime forme une sorte de « delta intérieur » ... À cet endroit, tout est curieux, mystérieux et incroyablement



riche en découvertes de tout genre. Toutes les époques ont marqué cette vallée tant elle était à la fois riche sur le plan agricole et facile à traverser ou à remonter. Nous évoquerons la fin de la préhistoire (Néolithique) et l'âge du Fer (époque gauloise) dans le bourg de Saint-André-de-Lidon et en particulier dans son Musée archéologique et patrimonial joliment appelé le « Musée d'Hier et d'Avant-Hier ». Nous y retrouverons l'un des plus beaux poignards gaulois jamais trouvé en Nouvelle Aquitaine. Pour l'époque Antique, nous découvrirons les restes imposants de la villa gallo-romaine de Thaims et son ensemble lapidaire assez exceptionnel (stèle de Bacchus). Enfin, chose rarissime, nous vous présenterons les restes d'une église mérovingienne et carolingienne sans oublier les exemplaires innombrables et superbes d'églises romanes de style local (Thaims et Saint-André-de-Lidon) ... Une sortie à ne manquer sous aucun prétexte.

**Sur inscription.**

**Rendez-vous :** 8h15 devant la Maison des associations.

**Départ :** 8h30.

**Retour prévu :** 18h30.

**Prix :** 2,60 € + un chèque de 17 € à l'ordre de Terre et Océan à remettre le jour de la sortie + restaurant (entre 18 et 22€).

Station debout et petites marches tout au long de la journée.

Prévoir des chaussures adaptées pour marcher dans l'herbe humide si pluie.



## CONFÉRENCE HISTOIRE DE L'ART

**Vendredi 25 novembre**

### Land Art, des artistes nature

*Conférence animée par Jérôme Laborde  
Enseignant et Conférencier en Histoire de l'Art.*

Le Land Art est un mouvement artistique né dans les années 1960 avec des artistes qui souhaitaient se rapprocher de la nature et créer avec des éléments naturels. Nous découvrirons ces artistes qui créent des œuvres incroyables, soit avec quelques fleurs déposées délicatement sur l'eau, soit en déplaçant des montagnes et des tonnes de roches. L'émerveillement sera total devant les beautés de la nature, en toute saison et le talent de ces artistes du monde entier.

**Sur inscription.**

**Rendez-vous :** 14h à l'auditorium de la médiathèque du centre-ville (entrée principale).

**Prix :** 3,10€.



## PROMENADE

**Mercredi 30 novembre**

### La balade de l'autre côté des rails de la gare de Caudéran-Mérignac

Là où jadis côté Mérignac se trouvaient une concentration d'entrepôts, de

multiples entreprises se servant de leurs accès directs à la voie de chemin de fer, se trouve de l'autre côté des rails, coincé entre Bourran, le clos Montesquieu, Mondésir, Caudéran et Primerose, un petit quartier pavillonnaire, protégé par quelques champs le long du passage du train. Il abritait autrefois quelques belles demeures dont certaines sont aujourd'hui transformées (La Glacière, domaine Pasteur-Murat, École R. Poincaré, Clairfont, Mac Carthy) ...

**Rendez-vous** : 9h30 sur le parking de la gare de Caudéran-Mérignac.

**Durée** : environ 2h.

**Distance** : 5 km.

## DÉCEMBRE

### CINÉMA

**Mardi 6 décembre**

**Film** : « Mascarade » (Comédie dramatique)

**Réalisateur** : Nicolas Bedos

**Avec** : Pierre Niney, Isabelle Adjani, François Cluzet.

Adrien, un séduisant danseur à la carrière brisée par un accident de moto, dilapide sa jeunesse dans l'oisiveté de la Côte d'Azur, entretenu par Martha, une ancienne gloire du cinéma. Sa vie bascule lorsqu'il rencontre Margot, fascinante créature qui vit d'arnaques et de manipulations amoureuses. Ensemble, ils vont fantasmer une vie meilleure et mettre en place un stratagème diabolique, une mascarade sentimentale.

**Rendez-vous** : 13h30 au Mérignac Ciné.

**Prix** : 4,00 € à régler sur place.

**Durée** : 2h20.



### CONFÉRENCE TERRE ET OCÉAN

**Vendredi 9 décembre**

**Faune insolite des Antilles Françaises**  
Conférence animée par Didier Coquillas-Sistach, docteur en Histoire de l'Université de Bordeaux, paléo-environnementaliste, chargé de cours, médiateur scientifique de Terre et Océan.

Les îles des Petites Antilles abritent une faune diversifiée et variée, à la fois endémique et répandue ailleurs en Amérique. La plupart de ces territoires ne sont malheureusement plus que l'ombre d'écosystèmes autrefois fort riches et les animaux qui y vivent restent menacés par l'activité humaine ainsi que l'introduction d'espèces allochtones. Découverte des hôtes d'un paradis en sursis.

**Sur inscription.**

**Rendez-vous :** 14h à l'auditorium de la médiathèque du centre-ville (entrée principale).

**Prix :** 3,10 €.

### CONFÉRENCE

**Vendredi 16 décembre**

**Un écrivain, des chevaliers, des troubadours.**

*Mérignacais depuis peu, Philippe Nadin nous convie à un voyage dans le temps, où il nous parlera de son roman historique « Chevaliers et troubadours », paru récemment aux éditions La Geste.*

Ce roman nous plonge dans l'univers de l'amour courtois au Moyen Âge, en décrivant les aventures de deux jeunes gens qui se disputent les faveurs d'une héroïne haute en couleurs, à la fois féministe avant l'heure et romantique passionnée. C'est également un récit d'aventures qui verra les protagonistes courir le monde, avec pour toile de fond des événements historiques, jusqu'à leur implication dans la croisade cathare. Pourquoi, comment, quand écrit-on ? Philippe Nadin professeur agrégé d'histoire à la retraite nous parlera de son livre bien sûr, mais aussi de cette belle aventure qu'est l'Écriture.

**Sur inscription.**

**Rendez-vous :** 14h à l'auditorium de la médiathèque du centre-ville (entrée principale).

### Association des Maladies Chroniques Sport et Bien-être

Afin de lutter contre la sédentarité, les douleurs chroniques et créer ou recréer du lien social, l'Association des Maladies Chroniques Sport et Bien-être (AMCSB) propose des cours de renforcement musculaire en petits groupes (7 à 8 personnes). Loin des salles de sport, ces cours sont personnalisés, les éducatrices spécialisées offrent une prise en charge spécifique avec un programme sur-mesure. Une série de tests est effectuée au démarrage puis toutes les 24 séances pour mesurer les progrès et adapter le programme si besoin. Pilates, gym douce et marche pour la remise en forme et ainsi que qi gong et relaxation pour le bien-être. Des ateliers diététiques sont aussi mis en place. Pour être bien dans sa tête et dans son corps !

*Tarifs et planning des cours sur [www.amcsb.fr](http://www.amcsb.fr).*

*Renseignez-vous sur association. [amcsb@gmail.com](mailto:amcsb@gmail.com) ou au 06 51 68 50 30.*



## PROMENADE

Mardi 20 décembre

### La balade des lumières

« C'est beau une ville la nuit » disait Richard Bohringer dans l'un de ses ouvrages. Comme chaque année nous vous proposons cette traditionnelle balade qui nous emmènera du Pont Chaban à l'Hôtel de ville.

Au programme : les Halles de Bacalan, le Pont Chaban Delmas, le quai des Chartrons, le quai Louis XVIII, le miroir d'eau, la place de la Bourse, le cours du chapeau Rouge, les allées de Tourny, le cours de l'Intendance, la place Gambetta, la rue Porte Dijeaux, la rue Sainte-Catherine, l'Hôtel de ville et le sapin de Bordeaux. Joindre l'utile (une petite balade de 6-7 kms) à l'agréable (les vitrines, les lumières, les conversations) en cette fin d'année 2022.

**Rendez-vous** : à 16h45 à l'arrêt de Tram B « Cité du Vin ».

**Durée** : environ 3h.

**Distance** : 6-7 kms.



## CINÉMA

Jeudi 22 décembre

**Film** : « Le petit piaf »

(Comédie dramatique, musicale)

**Réalisateur** : Gérard Jugnot

**Avec** : Marc Lavoine, Gérard Jugnot, Soan Arhimann

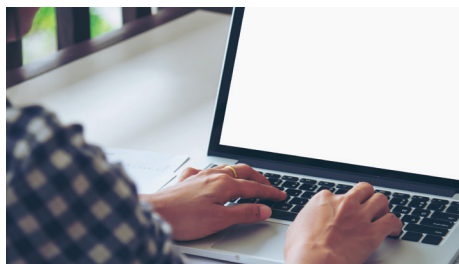
Dans un village, quelque part sur l'île de La Réunion, Nelson, 10 ans, rêve d'être chanteur et s'est inscrit à Star Kids. Son amie Mia, accompagnée de son petit frère Zizou, se met en tête de lui trouver un coach afin de l'aider à se préparer au concours. Son choix se porte sur Pierre Leroy, chanteur venant de Paris en tour de chant dans un hôtel en bord de mer, où travaille la mère de Nelson. Mais le courant ne passe pas entre Pierre, solitaire et désenchanté et Nelson, fier et obstiné. Leur seul point commun, l'amour du chant, sera-t-il assez fort pour les rapprocher et soigner leurs blessures ?

**Rendez-vous** : 13h30 au Mérignac Ciné.

**Prix** : 4,00 € à régler sur place.

**Durée** : 1h30.





## INFORMATIQUE

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

### Stage ordinateurs Windows 10

(matériel fourni).

#### 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 : 45 €

**Lundi 7, mardi 8, mercredi 9, jeudi 10, lundi 14 et mardi 15 novembre 2022.**

### 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 : 45 €

**Vendredi 18, lundi 21, mardi 22, mercredi 23, vendredi 25 et lundi 28 novembre 2022.**

### Stage Tablettes et Smartphones Android

#### Niveau Initiation

Afin de bien débuter et acquérir l'autonomie nécessaire pour une utilisation quotidienne d'une tablette ou d'un smartphone.

Stage de 2 jours de 10h à 12h et de 14h à 16h.

Prix : 15 €

**Mercredi 5 et jeudi 6 octobre 2022.  
Mardi 29 et mercredi 30 novembre 2022.**

#### Niveau Perfectionnement

Pour ceux qui ont déjà fait le stage « niveau initiation » ou qui ont déjà les notions de base et voudraient approfondir et consolider leurs connaissances.

Stage de 2 jours de 10h à 12h et de 14h à 16h.

Prix : 15 €.

**Mardi 18 et mercredi 19 octobre 2022.  
Mercredi 7 et jeudi 8 décembre 2022.**

### Stage Tablettes et Smartphones Apple

Afin d'acquérir l'autonomie nécessaire pour une utilisation quotidienne d'un iPad ou d'un iPhone.

Stage de 4 jours de 10h à 12h et de 14h à 16h.

Prix du stage : 30 €.

**Lundi 3, mardi 4, lundi 10 et mardi 11 octobre 2022.  
Lundi 5, mardi 6, lundi 12 et mardi 13 décembre 2022.**

### Aide Informatique Ordinateurs, Tablettes et Smartphones

Que ce soit pour une installation de

logiciel, un nettoyage d'un ordinateur, une configuration de tablette ou de 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 :  
**Jeudi 13 octobre, jeudi 3 novembre et vendredi 2 décembre 2022.**

Aide informatique MAC, iPad, iPhone Apple :  
**Vendredi 14 octobre 2022.**

*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.*

## LIEUX D'ACCUEIL

**Les équipes des restaurants seniors 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 est affiché également chaque trimestre.

## POUR INFO

Merci d'informer le service en cas d'annulation ou d'empêchement, cela permettra à une autre personne de profiter de la place.

**Un numéro de téléphone portable est à présent disponible pour contacter les animateurs : 06 49 61 54 82**

**Pour les repas pris au restaurant des Fauvettes de façon ponctuelle :** merci de vous inscrire auprès du CCAS, muni de votre dernier avis d'imposition pour définir le coût du repas, 72 heures avant au minimum.

**« Et bien chantez maintenant »**

Il y a une belle chanson qui s'intitule « ça fait du bien par où ça passe d'chanter », et c'est ma foi tellement vrai, alors si vous avez envie d'étirer vos cordes vocales, de vous essayer à cette discipline, car c'en est une, qui demande un peu de rigueur alors venez rejoindre la chorale : « La sol do si va la vie » tous les mercredis de 15h à 17h au restaurant du Jard, rue du Jard. Le répertoire est varié, la chanson française à l'honneur, l'ambiance studieuse et agréable. Tous les ingrédients seront réunis pour que vous puissiez passer de bons moments.

*Pour plus de renseignements vous pouvez joindre Jean-Marie Seguin au 06 83 56 16 29.*

Merci par avance.  
L'équipe d'animation

### Adresse des 3 restaurants seniors :

- **Restaurant des Fauvettes**  
3 avenue du Maréchal-de-Lattre-de-Tassigny  
05 56 12 22 22
- **Résidence autonomie Jean-Brocas**  
16 avenue Roland Dorgelès  
05 56 97 54 15
- **Restaurant du Jard**  
rue du Jard 05 56 97 52 58





# Traces

Morvarid K

24 09 > 18 12 22

Exposition

Vieille Église - **Mérignac**

📍 Tramway ligne A - Arrêt Mérignac Centre