



**100%**

**SENIORS !**

**ANIMATIONS**

Janvier, février, mars 2023



**Mérignac**



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

Chères Mérignacaises, Chers Mérignacais,

Je souhaite d'abord à chacune et à chacun d'entre vous tous mes vœux de bonheur et de santé pour cette nouvelle année. Après deux ans rythmés par des incertitudes liées à la crise du Covid, l'année 2022 a pu être riche en animations ! Vous êtes de plus en plus nombreux à participer aux sorties, conférences et moments festifs proposés par le service animations du CCAS de la Ville de Mérignac. Pour pouvoir vous offrir toujours plus de rendez-vous, l'équipe d'animation a été renforcée. Elle est désormais installée au restaurant des Fauvettes pour être plus proche de vous et vous accueillir tous les lundis, mercredis et vendredis.

Le restaurant séniors d'Arlac a rouvert ses portes en septembre dernier. Rénové, il accueille tous les Mérignacais de plus de 60 ans du quartier et des alentours. Le Conseil des aînés, que ses membres ont choisi de dénommer « La Voix des Aînés », a soufflé sa première bougie et participe activement aux projets municipaux pour améliorer le bien-être de tous, et particulièrement des seniors. Enfin, nous allons prochainement lancer une étude sur le transport à la demande afin de pouvoir vous offrir un service adapté aux besoins de chacun.

Je vous souhaite une bonne lecture de ce programme d'animations qui promet de belles aventures !

Bien à vous,

**Alain Anziani**  
Maire de Mérignac  
Président de Bordeaux Métropole

**Les inscriptions concernant ce trimestre se dérouleront à compter du mercredi 4 janvier de 8h30 à 16h30 puis le jeudi 5 janvier de 8h30 à 12h au restaurant séniors des Fauvettes, 3 avenue du Maréchal-de-Lattre-de-Tassigny.**

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. C'est à cette adresse que vous pouvez rencontrer les animateurs pour toutes vos demandes (inscriptions, renseignements...), pour assurer le suivi de toutes les activités proposées et pour répondre à toutes vos questions.

À compter du mois de février 2023, nous vous proposons de renouer avec un rendez-vous que nous avons après chaque séance de cinéma, à savoir un moment d'échange et de convivialité, autour d'une boisson, au restaurant les Fauvettes. Ces temps se sont arrêtés en mars 2020 à cause du protocole sanitaire, c'est aujourd'hui chose possible et c'est avec plaisir que nous vous accueillerons à nouveau au 3 avenue du Maréchal-de-Lattre-de-Tassigny (à 150 mètres du cinéma) à l'issue de chaque séance proposée.

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

## JANVIER

### CONFÉRENCE TERRE ET OcéAN

Vendredi 13 janvier

**Paulin de Nole (353-431) : ce Bordelais qui inventa les campaniles !**

Paulin de Nole, cette grande figure littéraire du IV<sup>e</sup> siècle, est surtout connu pour avoir été le disciple d'Ausone. Leurs échanges de lettres ont laissé de Bordeaux et de l'Aquitaine romaine du Bas Empire une vision particulièrement riche et détaillée. Ce que l'on connaît moins c'est la vie de Paulin de Nole « après » Ausone et Bordeaux... Comment cet enfant du pays, probablement né à Bourg-sur-Gironde ou Bordeaux vers 353, a quitté sa terre natale pour s'exiler d'abord en Espagne, puis en Italie, à Nole en Campanie, pour y établir l'une des premières com-

munautés monastiques d'occident sur le modèle de celles de saint Martin ? Son « invention » visionnaire du campanile et du clocher annonce déjà la Chrétienté médiévale. Il s'agit là d'une histoire insolite et rarement abordée...

**Sur inscription.**

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

**Prix : 3,10 €.**



## CINÉMA GALETTE

Lundi 16 janvier

**Film : « Chœur de rocker » (Comédie musicale)**

**Réalisateur : Ida Techer, Valérie Péronnet. Avec : Mathilde Seigner, Bernard Le Coq, Anne Benoit.**



Alex, chanteuse dont la carrière peine à décoller, accepte un drôle de job : faire chanter des comptines à une chorale de retraités. Elle découvre un groupe de séniors ingérables qui ne rêve que d'une chose : chanter du rock ! La mission d'Alex va s'avérer plus compliquée que prévu avec la plus improbable des chorales... Une jolie comédie qui fait bouger quelques lignes et s'attaque joliment à certains clichés.

**Sur inscription.**

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

**Début de la séance : 14h.**

**Durée : 1h32.**

**Prix : 4,00 € à régler sur place.**

**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 ou roi, nous vous demandons exceptionnellement de vous inscrire au préalable.**

## VISITE

Mardi 24 janvier

**Radio France Bleu Gironde**

France Bleu Gironde fait partie du groupe Radio France. Nous vous proposons une visite des studios de France Bleu Gironde où vous pourrez voir ce que vous entendez. Le mystère des ondes, la fréquence, la voix de la radio, etc. « Écoutez, on est bien ensemble » n'est-ce pas ce que dit le slogan de la radio ?

**Sur inscription.**

**Rendez-vous : 9h30 à l'arrêt de tram A « Jardin botanique ».**

**Durée : environ 1h30-2h.**



## EXPOSITION VIEILLE ÉGLISE

Mercredi 25 janvier

**« Fleuves » par Christophe Goussard**

Pensée comme une plongée dans 30 ans de photographies, *Fleuves* est une relecture tendre et onirique du travail que Christophe Goussard mène au bord des eaux depuis toujours.

De l'Estuaire de la Gironde au fleuve Saint-Laurent qui coule de l'autre côté de l'océan, le travail du photographe et de la commissaire Émilie Flory pour cette exposition, s'est porté sur les récits et les imaginaires, les brumes et les visages. Les premières photographies (inédites) de l'artiste à Blaye, sa ville natale, dialoguent

pour la première fois avec les images existantes et celles réalisées le long de l'Adour depuis 2020.

Les regards se croisent et de nouvelles histoires naissent, de Royan à Urt, du Québec au Pays Basque, de l'atelier d'un père aux os des baleines...

**Sur inscription.**

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

**Durée :** environ 1h.



©Saddle Island de Christophe Goussard, issue de l'expositon Fleuves.

## CONFÉRENCE HISTOIRE DE L'ART

**Vendredi 27 janvier**

**Edouard Manet**

Conférence animée par Jérôme Laborde, enseignant et conférencier en Histoire de l'art. Edouard Manet est un tranquille révolutionnaire de l'histoire de l'art. Certaines de ses œuvres qui de son temps furent rejetées car scandaleuses, sont devenues célèbres. Nous découvrirons ensemble comment Manet, qui n'a pas fait de concession pour arriver à ses fins, a marqué de son empreinte la peinture et a inventé l'Art Moderne. Rien que ça !

**Sur inscription.**

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

**Prix :** 3,10 €.

## Le saviez-vous ?

### Le pôle autonomie du CCAS accompagne le maintien à domicile

*Les assistantes de service social du pôle autonomie du CCAS\* ont un rôle d'information et d'orientation concernant les aides, financières comme humaines, dont peuvent bénéficier les plus de 60 ans. Pour sécuriser le maintien à domicile mais aussi rompre l'isolement social, le CCAS peut instaurer la venue d'aides à domicile, le port de repas ou encore la télésurveillance. Les assistantes de service social du pôle autonomie font aussi le lien avec les différents organismes pour mettre en place les aides financières à disposition des personnes âgées (APA, aides sociales, etc.). Les familles ont la possibilité de venir se renseigner avant que la personne ne soit en situation de vulnérabilité, elles sont là pour les accompagner dans ce nouveau chapitre de leur vie.*

**Prenez rendez-vous avec le pôle autonomie en contactant le CCAS au 05 56 55 66 55 ou sur [ccas@merignac.com](mailto:ccas@merignac.com)**

\* Centre Communal d'Action Sociale



# FÉVRIER

## PROMENADE

Vendredi 3 février

### Promenade dans les vignobles méridionaux

Nous irons (re)découvrir des domaines et vignobles méridionaux, à la limite des trois quartiers des Eyquems, d'Arlac et du Burck. Nous passerons entre les rangs de vignes des domaines viticoles encore en activité (Luchey-Halde, Picque Caillou, Chêne-Vert) ainsi qu'à proximité d'anciens domaines (Burck, Bon Air, Veyrines, Four-Château, Marouchopis).

**Rendez-vous :** 9h30 à l'arrêt de Tram A « Fontaine d'Arlac ».

**Distance :** 5 à 6 km.

**Durée :** environ 2h/2h30.



## BIEN SE CONDUIRE

Mercredi 8 février

### Les codes de la conduite

L'association AGIR-ABCD vous propose une journée où code de la route et bonne conduite seront à l'honneur. Notre environnement change au fil des ans, les voies de circulation ne sont plus les mêmes, de nouveaux panneaux apparaissent et de nombreuses questions se posent. C'est justement pour tenter d'y voir

plus clair que nous mettons cette journée en place. Seront abordés : la signalisation verticale, horizontale, la circulation dans son ensemble, les ronds-points, mais aussi des thèmes comme la santé au volant, l'alcool avec des simulations d'alcoolémie, les vélos, les trottinettes, les motos, les piétons, etc. La journée commencera dès 9h, puis à 12h le repas sera pris au restaurant des Fauvettes. Reprise dès 14h jusqu'à 16h30 environ.

**Sur inscription.**

**Rendez-vous :** 9h au restaurant des Fauvettes.

**Prix :** 10€ pour le repas de midi à l'ordre du Trésor Public

5€ pour l'association AGIR-ABCD (à régler le jour de la formation)

**Durée :** 2h environ.

## CINÉMA

Mardi 14 février

**Film :** « La Guerre des Lulus » (Aventure, Famille, Historique)

**Réalisateur :** Yann Samuël

**Avec :** Isabelle Carré, Didier Bourdon, François Damiens.



À l'aube de la Première Guerre mondiale, dans un village de Picardie, quatre amis inséparables, Lucas, Luigi, Lucien et Ludwig, forment la bande des Lulus. Lorsque l'orphelinat de l'Abbaye de Valencourt est évacué en urgence, les Lulus manquent à l'appel. Oubliés derrière la ligne de front ennemie, les voilà livrés à eux-mêmes en plein conflit. Bientôt rejoints par Luce, une jeune fille séparée de ses parents, ils décident de rejoindre la Suisse, le « pays jamais en guerre » ... Les voilà projetés avec toute l'innocence et la naïveté de leur âge dans une aventure à laquelle rien ni personne ne les a préparés !

*Pour cette séance, vous pourrez si vous le souhaitez être accompagné de vos enfants et / ou petits-enfants (tarif identique).*

**Sur inscription.**

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

**Début de la séance :** 14h.

**Durée :** 1h45.

**Prix :** 4,00 € à régler sur place.

À l'issue de la séance, rendez-vous au restaurant séniors des Fauvettes (Voir encadré p.3)

## VISITE JOURNÉE

Mardi 21 février

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

*Au mois de novembre dernier, nous vous proposons une sortie dans le val de Seudre en Charente-Maritime. Beaucoup d'entre vous n'ont pu avoir de place et la liste d'attente était très importante. C'est la raison pour laquelle nous reprogrammons cette sortie.*

Nous vous proposons une balade sur les bords de Seudre, dans son cours amont, où ce petit fleuve de Cha-

rente-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. 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 trouvés 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...

**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 + 20€ chèque à l'ordre du Restaurant Le Saint André à remettre à l'inscription. Prévoir des chaussures adaptées pour marcher dans l'herbe humide si pluie.



## À l'affiche

### DÉCOUVREZ LES TEMPS FORTS MÉRIGNACAIS :

#### ÉVÉNEMENT

Samedi 28 janvier à 10h

#### Puzzle participatif

À l'occasion de la journée mondiale du puzzle, la médiathèque lance la construction du plus grand puzzle du monde ! **54 000 pièces à assembler tous ensemble**, au gré du temps et de vos envies. Venez donc relever le défi !

Participation libre / À partir de 10 ans.

**Médiathèque Michel Sainte-Marie**

#### ÉVÉNEMENT

Dimanche 26 février

à partir de 14h

#### Le Japon à l'honneur

L'association mérignacaise

Matsukaze propose une après-midi consacrée au Japon :

**14h : cours d'initiation au japonais**

**15h : atelier de calligraphie**

**16h40 : démonstration de la cérémonie du thé**

Sur inscription au 05 57 00 02 20

**Médiathèque Michel Sainte-Marie**

## VISITE

Jeudi 23 février

### Base Aérienne 204 Mérignac-Beauséjour - Atelier de Réparation de l'Armée de l'Air (ARAA 623)

En 1945, l'armée de l'Air s'implante à Mérignac dans le quartier Beauséjour dans les hangars des Forges et Fonderies d'Aquitaine. En 1964, le Détachement Air 204 Mérignac Beauséjour est créé puis le DA 204

(re)devient la Base Aérienne 204 en janvier 2022.

Nous irons visiter l'ARAA de la BA 204 de Mérignac-Beauséjour, qui est spécialisé dans la fabrication, l'entretien ou la réparation de pièces mécaniques, il travaille pour l'ensemble des Armées, avec environ 500 personnes, pour moitié civiles.

**Sur inscription.**

**Rendez-vous : 9h à l'arrêt de Tram A « Fontaine d'Arlac ».**

**Durée : 2h.**



**BASE AÉRIENNE 204**  
APPUYER, CONCEVOIR, INNOVER

## CONFÉRENCE TERRE ET OCÉAN

Vendredi 24 février

**Lord Byron (1788-1824) : le plus illustre poète de l'histoire littéraire de langue anglaise...**

*Conférence animée par Raphaël Marlière, guide conférencier naturaliste « passionné » par le XIX<sup>e</sup> siècle et médiateur scientifique et culturel de Terre et Océan.*

George Gordon Byron (1788-1824), 6<sup>e</sup> baron Byron, plus connu sous le nom de Lord Byron, est le chef de file du romantisme anglophone, célèbre pour ses mœurs aussi dissolues que son existence fût courte. Lord Byron demeure aujourd'hui le symbole d'un idéal de liberté. Les poésies mélancoliques et semi-

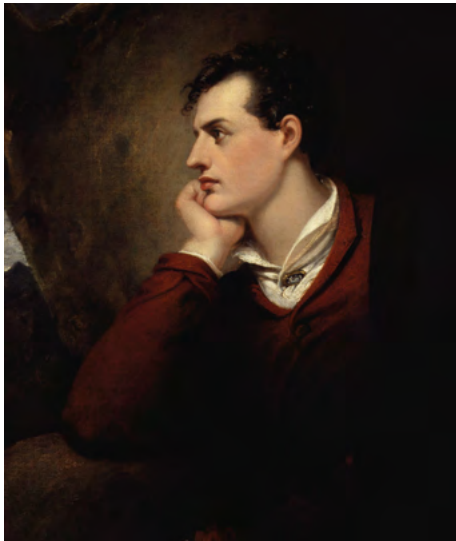


autobiographiques issues de ses nombreux voyages, ainsi que son exil à partir de 1816 ont contribué à forger la légende du héros Byronien. Retour en images sur la vie du plus illustre poète britannique.

**Sur inscription.**

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

**Prix :** 3,10 €.



de cet ouvrage, long de 549 mètres et large de 44 mètres, devrait avoir lieu début 2024. Nous vous proposons une visite commentée de cet édifice, qui par son esthétique devrait parfaitement s'intégrer dans le paysage de l'agglomération bordelaise. Sur l'utilisation des différents matériaux, sur les technologies utilisées, sur les aménagements, sur la circulation, vos questions trouveront des réponses.

**Sur inscription.**

**Rendez-vous :** 13h devant la Maison des associations.

**Départ en bus**

**Retour prévu :** 17h.



## CONFÉRENCE TERRE ET OcéAN

Vendredi 10 mars

**Alain Giresse, histoire d'un grand petit homme...**

*Conférence animée par Éric Veyssy, docteur de l'Université de Bordeaux, médiateur scientifique et culturel « Fleuve, Eau, Climat » de Terre et Océan.*

L'enfant de Langoiran, où il est né en 1952, est le témoin d'un football révolu, basé sur l'amour d'un maillot et d'une ville. Alain Giresse a longtemps évolué dans l'ombre d'un club de province, loin des paillettes et des premiers rôles

## MARS

### VISITE

Mardi 7 mars

### Chantier Pont Simone Veil

Interrompu durant quelques mois en raison de divergences techniques et juridiques entre le constructeur et Bordeaux Métropole, le chantier du Pont Simone Veil a redémarré depuis le mois d'avril 2021. La mise en service

nationaux et internationaux. Il a porté à bout de bras les Girondins dans leur période de faiblesse et a été à la tête de la prise de pouvoir des Girondins sur le football français des années 1980, se révélant aux yeux de l'Europe et du monde comme un des grands talents de son temps. Éducateur depuis plus de 30 ans, il a créé les centres de vacances foot. Nous parlerons également de son parcours d'entraîneur en France, en Europe de l'Est et surtout en Afrique.

**Sur inscription.**

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

**Prix :** 3,10 €.



## CINÉMA

**Mardi 14 mars**

**Film :** « **Les choses simples** »  
(Comédie)

**Réalisateur :** Eric Besnard. Avec :  
**Lambert Wilson, Grégory Gadebois,  
Marie Gillain**



Un homme en panne au bord d'une route de montagne. Un autre s'arrête pour lui proposer son aide. Une rencontre apparemment anodine qui va se révéler un tournant décisif dans la vie de chacun d'eux. Tout semble pourtant les opposer. Mais, obligés de cohabiter deux jours ensemble au cœur d'une nature spectaculaire, ils vont tous deux cesser de se mentir et enfin retrouver le sourire. Grâce à l'autre. Et si leur rencontre n'était pas fortuite...

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

**Début de la séance :** 14h.

**Prix :** 4,00 € à régler sur place.

À l'issue de la séance, rendez-vous au restaurant séniors des Fauvettes (Voir encadré p.3).

## VISITE

Jeudi 16 mars

### La tour Chappe et l'Institut National des Jeunes Sourds (INJS) - Signes et Signaux

Implantée dans le domaine de Laburthe à Gradignan, la tour Chappe se trouve au point le plus élevé de la ville.

Classée monument historique depuis 2012, cette tour se situe dans l'enceinte du parc qui abrite les locaux de l'INJS. Mais qui était Claude Chappe et comment fonctionnait ce télégraphe dont il était l'inventeur ? Vous découvrirez son histoire.

Le système était ingénieux, c'est un réseau de plus de 500 tours qui jalonnait la France pendant la première partie du XIX<sup>e</sup>, mais ces heures de gloire prirent fin avec l'arrivée du télégraphe électrique... À l'issue de la visite, nous en apprendrons plus sur l'Institut National des Jeunes Sourds, son fonctionnement, le public qu'il accueille, etc. Et nous découvrirons une partie du domaine sur lequel il est implanté. Un après-midi placé sous le signe de ... la communication.

**Sur inscription.**

**Rendez-vous : 13h15 devant la Maison des associations.**

**retour prévu : 17h / 17h30.**



## Focus sur une association

### France Parkinson



L'association France Parkinson est portée par des bénévoles aux quatre coins de la France. En Gironde, plusieurs référents sont répartis par secteur. À Mérignac, c'est Corinne Faure qui intervient au Relais des Aidants plusieurs fois par mois. Elle accueille les personnes atteintes de la maladie de Parkinson et leurs familles pour les accompagner, les renseigner et les épauler. Formée à l'art thérapie, Corinne intervient maintenant au Relais des Aidants pour des sessions dédiées aux aidants et aidés. Pour sortir les malades de l'isolement, elle propose des activités pour créer du lien, au sein du Relais une fois par mois. Et pour montrer que la vie ne s'arrête pas avec la maladie, elle organise chaque mois un « Café des jeunes Parkinson » dans une brasserie méridionale. Ces animations permettent de sortir un peu du protocole de soins habituel pour s'accorder des moments de plaisir, malgré la maladie.

*Renseignements auprès de Corinne Faure au 06 41 00 74 17 ou sur [fp33portesdumedoc@gmail.com](mailto:fp33portesdumedoc@gmail.com).*

## PROMENADE

Vendredi 17 mars

### Bordeaux Bastide

À travers cette balade, nous longerons la maison cantonale, monument de style art nouveau entièrement rénovée entre 2001 et 2006. Après avoir eu diverses fonctions, la maison cantonale accueille aujourd'hui des manifestations artistiques et culturelles. Notre balade nous conduira également devant les ateliers du tram de la Bastide ainsi que devant le bâtiment des archives de Bordeaux Métropole. Ce lieu, ouvert à tous, est une vraie source pour l'Histoire de la Métropole et de ses habitants.

**Rendez-vous :** 9h30 arrêt de Tram A « Jardin Botanique ».

**Durée :** environ 2h.

**Distance :** 5km.

## VISITE JOURNÉE

Mardi 21 mars

### Saint-Sulpice de Lafosse : « démontage » et « remontage » d'un édifice médiéval...

La municipalité de Pugnac-Lafosse, dans l'arrondissement de Blaye, est sans doute l'une des dernières de Gironde à « parier » sur le patrimoine ancien de nos campagnes et à chercher à le mettre en valeur par tous les moyens. Le maire et tout son conseil souhaitent vous recevoir. Et ils sont prêts à y mettre les moyens : nous aurons toutes les clefs de tous les édifices publics de la commune, une salle chauffée pour notre repas de midi et l'accueil en divers lieux de la commune... Pourquoi ? Parce que cette petite commune vient

de financer plus de dix années de recherches historique, archéologique et architecturale pour une restauration exceptionnelle et coûteuse de l'une de ses trois églises. Donc, au programme, une découverte « minutieuse » de l'église Saint-Sulpice de Lafosse et de son village dans la matinée. Mais nous irons plus loin et nous partirons à la recherche de l'un des derniers menhirs du pays ; nous nous perdrons sur des chemins de campagne improbables pour trouver une chapelle « rustique » et « solitaire » consacrée à saint Urbain. Puis nous rejoindrons quelques beaux domaines agricoles comme il s'en cache encore quelques-uns dans l'arrière-pays bordelais... Les campagnes girondines n'ont pas fini de vous surprendre !

**Sur inscription.**

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

**Départ :** 8h30.

**Retour prévu :** 18h30.

**Prix :** 2,60 € pour le transport.

16 € chèque à l'ordre de Terre et Océan à remettre le jour de la sortie.





## 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 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 : 45 €

**Lundi 16, mardi 17, mercredi 18, jeudi 19, vendredi 20, lundi 23 janvier.**

#### 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 €

**Mercredi 22, jeudi 23, vendredi 24 février, mercredi 1<sup>er</sup>, jeudi 2 et vendredi 3 mars.**

### 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 €

**Lundi 6, mardi 7, lundi 13, mardi 14, lundi 20 et mardi 21 mars.**

### Stage Tablettes et Smartphones Android

#### Niveau Initiation

Afin de bien débiter 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 €

**Mardi 24 et mercredi 25 janvier. Mercredi 8 et jeudi 9 mars.**

#### 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 31 janvier et mercredi 1<sup>er</sup> février 2023.**

**Mercredi 22 et jeudi 23 mars.**

### 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 20, mardi 21, lundi 27 et mardi 28 février.**

## 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 :

**Judi 26 janvier, vendredi 3 février, mercredi 15 mars.**

Aide informatique MAC, iPad, iPhone Apple :

**Judi 2 février.**

*Pour toutes ces formations, inscription au secrétariat du service animation.*

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

## 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.

### « Eh 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.*

L'équipe d'animation vous souhaite de belles fêtes de fin d'année.

## Adresse des 4 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
- **Restaurant d'Arlac**  
Place de la Chapelle Sainte-Bernadette  
05 56 98 78 03

NOM : ..... PRÉNOM : .....

TÉLÉPHONE : .....

Merci de remplir cette fiche par ordre chronologique des animations.

Les règlements en faveur d'un prestataire extérieur (Terre & Océan, Jardin et écotourisme...) ne sont à régler que le jour de l'animation.

DATE	ACTIVITÉ	TARIF	RÉSERVÉ AU SERVICE

MÉRIGNAC



# Fleuves

Christophe Goussard

14 01

> 09 04 23

PHOTOGRAPHIE

Vieille Église

Rue de la Vieille Église - Entrée libre

[merignac.com](http://merignac.com)



Mérignac



Mérignac  
la culture

IMPRIM'VERT\* Conception: Ville de Mérignac