

# ASSOCIATION JOIE DE VIVRE

# CALENDRIER JANVIER - FÉVRIER

# 2019

**INSCRIPTIONS** pour les sorties de janvier et février :

**Vendredi 21 décembre de 9h30 à 11h30, puis au secrétariat**

Veillez noter les **horaires d'accueil du secrétariat** :

Lundi, mardi, jeudi : 9h – 11h30 / 14h – 16h30 - Vendredi : 9h – 11h30 – Fermé le mercredi

**RAPPEL**

**Secrétariat de la Joie de Vivre fermé** pour les fêtes à partir du vendredi 21 décembre 11h30 – Réouverture le jeudi 3 janvier 2019 à 9h.

## ◆ CONDITIONS D'ANNULATION POUR TOUTES LES SORTIES :

- ❖ Plus de 72 h avant la sortie : remboursement possible - **Samedi et dimanche par message sur répondeur ou e-mail** au secrétariat de la Joie de Vivre.
- ❖ 72h avant la sortie - : pas de remboursement, sauf présentation d'un certificat médical.



## PERMANENCES POUR LE RENOUELEMENT DES ADHÉSIONS ET DES ACTIVITÉ 2019 :

dessin-peinture, généalogie, histoire, œnologie, tai chi et qi gong,  
marche nordique, promenades et randonnées.

- Du lundi 7 au jeudi 10 janvier de 9h à 12h00 + Lundi 14 janvier de 9h30 à 12h et de 14h à 16h

Apportez votre ancienne carte d'adhérent – Méridnacais : 28 € - Hors secteur : 33 €

Paiement uniquement par chèque – Merci de préparer vos chèques à l'avance

## LOTO ANNUEL : **DIMANCHE 27 JANVIER**

### **A LA SALLE DES FETES DE CAPEYRON.**

#### ❖ **OUVERTURE DES PORTES ET VENTE DES CARTONS A PARTIR DE 13h30.**

Comme d'habitude il sera doté de lots intéressants et variés.

**3 cartons : 5 €**

**7 cartons : 10 €**

**10 cartons : 15 €**

Dans la mesure du possible se munir de la monnaie correspondante.

La **tombola** viendra s'ajouter à ce loto : prix du ticket : **1 €**

**Nouveau cette année** : Buvette avec boissons et petite restauration...



# Calendrier JANVIER 2019

## UNE JOURNÉE A LIBOURNE

### VENDREDI 18 JANVIER

- + Visite commentée de l'exposition  
« 21 Rue La Boétie » à la Chapelle du Carmel

« De la galerie parisienne du 21 rue La Boétie au coffre de la Banque nationale pour le commerce et l'industrie de Libourne, l'exposition retrace l'histoire de la spoliation des biens juifs durant la Seconde Guerre mondiale au travers d'une figure majeure du marché de l'art, Paul Rosenberg ».

Montrée au musée des Beaux-Arts de Liège (Belgique) en 2016, puis l'année d'après à Paris, au musée Maillol, elle rend hommage au célèbre marchand d'art Paul Rosenberg, grand-père de la journaliste Anne Sinclair, dénoncé et spolié durant la Seconde Guerre mondiale. »

- + **Déjeuner** au restaurant « La Tour du Vieux Port ».
- + **Visite de Libourne** : Accompagnés d'un guide diplômé, partez à la découverte du patrimoine et de l'histoire captivante de la Bastide. Un itinéraire de 1h30 à pied pour mieux connaître et appréhender les grandes étapes du développement de la cité, des origines à nos jours.

**Rendez-vous à la Maison des Associations : 8h**

**Prix de la journée : 36,00 € - Inscription obligatoire – 50 personnes maximum**



## LE TRIBUNAL DE GRANDE INSTANCE (TGI) ET L'ÉCOLE NATIONALE DE LA MAGISTRATURE (ENM) DE BORDEAUX

### MERCREDI 23 JANVIER

- + Un guide spécialisé de l'Office de Tourisme de Bordeaux vous accompagnera dans la visite du Tribunal de Grande Instance, ce bâtiment original de Bordeaux à l'architecture très symbolique voulue par Sir Richard Rogers, concepteur du bâtiment.
- + Vous pourrez ensuite découvrir les vestiges du fort du Hâ ainsi que le bâtiment Gillet où se trouve l'école nationale de la magistrature.
- + La visite sera suivie d'un **goûter** au « **Cajou** », Place Camille Jullian



**Rendez-vous au pied de l'escalier de l'École Nationale de la Magistrature à 14h - Tram A – Arrêt Palais de Justice**

**Prix de la sortie : 15 € - Inscription obligatoire – 30 personnes maximum**

# PROMENEURS, RANDONNEURS, MARCHEURS ET BOULISTES FETENT LES ROIS

## VENDREDI 11 JANVIER



GALETTE DES ROIS

Les participants aux activités de plein air fêteront tous ensemble les rois et la nouvelle année à la **Salle des Fêtes de Capeyron** à partir de 15 h 00

– Après-midi dansant

Prix : 5 € - Inscription obligatoire

## ACTIVITE RANDONNÉE 10 KM - JANVIER

**Rappel :** Pour participer aux ½ journées, et journées randonnées, il faut obligatoirement être adhérent de la Joie de Vivre et être à jour de la **cotisation spécifique à cette activité de 15 €/an**. Pensez également à nous fournir un certificat médical obligatoire pour cette activité.

### ❖ DEMI-JOURNÉES

*Rendez-vous devant la Maison des Associations à 13 h 45 -*

*Prévoir pour le transport : 4 € (en billets, ou en pièces de 1 ou 2 €)*

Vendredi 4 janvier	Possibilité de vous joindre aux promeneurs pour une petite marche « à la découverte de Caudéran et du Parc Bordelais »
Mardi 8 janvier	Martignas (les landes)
Jeudi 17 janvier	Ile Saint Georges
Vendredi 25 janvier	Carignan
Mardi 29 janvier	Le Pian (Chopinot)

*Difficulté de dernière minute : contactez Thierry SIBE 06 83 84 82 24*



## ACTIVITÉ PROMENADE 5/6 KM - JANVIER

**Rappel :** Pour participer aux ½ journées, et journées promenade, il faut obligatoirement être adhérent de la Joie de Vivre et être à jour de la **cotisation spécifique à cette activité de 15 €/an**. Pensez également à nous fournir un certificat médical obligatoire pour cette activité.

### ❖ DEMI-JOURNÉES

*Rendez-vous devant la Maison des Associations à 13 h 45 - Prévoir pour le transport : 4 € (en billets, ou en pièces de 1 ou 2 €)*

Vendredi 4 janvier	Bordeaux Caudéran, Parc Bordelais - (voir plus bas)
Mercredi 9 janvier	Saint Raphaël
Lundi 14 janvier	Léognan (Ferbos)
Mardi 22 janvier	Cantenac Sud
Jeudi 31 janvier	Gazinet (Monsalut)

*Difficulté de dernière minute : contactez Thierry SIBE 06 83 84 82 24*

## PROMENEURS ET RANDONNEURS

### ❖ DEMI-JOURNÉE DE RENTRÉE

• **Vendredi 4 janvier :** Pour éliminer les calories des jours de fête, partons à la découverte de Caudéran et du Parc Bordelais au cours d'une petite marche de 6 km environ dans les rues du quartier.

Rendez-vous à 14h30 face à l'arrêt de bus LIANE 1 « Rue Verte » (en face de la Clinique St Augustin).



# Calendrier FÉVRIER 2018

## LA PLATEFORME INDUSTRIELLE DU COURRIER DE BORDEAUX CESTAS

**MERCREDI 6 FEVRIER**

La plateforme industrielle courrier (PIC) de Bordeaux Cestas traite 2,8 millions d'objets par jour pour les 5 départements qui lui sont rattachés. Elle est active 24 /24h du dimanche 21h30 au samedi 22h.

Elle traite 3 catégories de courrier :

Courrier industriel - Courrier d'affaire et des particuliers - Courrier international.

### **Au programme de la journée :**

- ✚ Déjeuner au restaurant d'entreprise,
- ✚ puis visite de la plateforme



**IMPORTANT : obligation de porter des chaussures fermées.**

**Rendez-vous devant la Maison des Associations : 10h45**

**Prix de la journée : 23 € - Inscription obligatoire – 50 personnes maximum**

## EXPOSITION A CAP SCIENCES

**JEUDI 14 FEVRIER**

**Pénétrez dans l'univers du cinéma et découvrez l'envers du décor !**

Que serait le cinéma sans les effets spéciaux ? Expérimentez les différentes techniques de trucages qui font la magie du cinéma. Utilisez un fond vert et incrustez-vous dans un film d'aventure, donnez vie à un animal imaginaire grâce au "motion capture" ou mettez-vous en scène au travers des trucages les plus anciens de Georges Méliès. Le plateau des effets spéciaux vous est grand ouvert, de l'écriture à la projection. Devenez réalisateur de votre propre film !

*Une exposition réalisée par la Cité des Sciences et de l'Industrie en coproduction avec le Centre National du Cinéma et de l'image animée.*



**Rendez-vous sur place ; 14h45**

**Tram ligne A – arrêt Pey Berland puis tram ligne B – arrêt Cité du Vin**

**Prix de la visite : 7 € - Inscription obligatoire – 30 personnes maximum**

## ACTIVITE RANDONNÉE 10 KM – FEVRIER

**Rappel :** Pour participer aux ½ journées, et journées randonnées, il faut obligatoirement être adhérent de la Joie de Vivre et être à jour de la **cotisation spécifique à cette activité de 15 €/an**.  
**Pensez également à nous fournir un certificat médical obligatoire pour cette activité.**

### ❖ DEMI-JOURNÉES

*Rendez-vous devant la Maison des Associations à 13 h 45 - Prévoir pour le transport : 4 € (en billets, ou en pièces de 1 ou 2 €)*

Mardi 5 février	Saucats (Bernachou)
Mardi 12 février	Le Taillan (St Médard)
Lundi 18 février	Martignas (les Clochettes)
Vendredi 1 <sup>er</sup> mars	Sainte Hélène

*Difficulté de dernière minute : contactez Thierry SIBE 06 83 84 82 24*



## ACTIVITÉ PROMENADE 5/6 KM - FEVRIER

**Rappel :** Pour participer aux ½ journées, et journées promenade, il faut obligatoirement être adhérent de la Joie de Vivre et être à jour de la **cotisation spécifique à cette activité de 15 €/an**.  
**Pensez également à nous fournir un certificat médical obligatoire pour cette activité.**

### ❖ DEMI-JOURNÉES

*Rendez-vous devant la Maison des Associations à 13 h 45 - Prévoir pour le transport : 4 € (en billets, ou en pièces de 1 ou 2 €)*



Vendredi 8 février	Arsac (la Forêt)
Lundi 11 février	Beautiran (Civrac)
Jeudi 21 février	Salaunes (la Rue)
Mardi 26 février	Gradignan (Ornon)

*Difficulté de dernière minute : contactez Thierry SIBE 06 83 84 82 24*

## SEJOUR PROMENADE – RANDONNÉE SAUMUR – LE DOMAINE DU GOLF DU LUNDI 13 AU VENDREDI 17 MAI

Cette année, le séjour pour promeneurs et randonneurs se déroulera au Club **BELAMBRA de SAUMUR**.



Ce club ne prévoyant pas d'encadrement pour les randonnées, ce sont nos « animateurs bénévoles maison » qui vous guideront sur les chemins des bords de Loire. Ils ont élaboré un **programme sportif, riche et varié, différent pour les 2 groupes**. Le tarif pour les promeneurs sera un peu plus élevé en raison de visites supplémentaires.

Priorité sera donnée aux adhérents **pratiquant régulièrement les sorties ½ journées et journées**.

**Prix : 400 € environ**

**Inscriptions le 21 décembre, puis au secrétariat – Maximum : 50 personnes**

**2 chèques de 150 € à l'inscription** - Encaissement fin janvier pour le 1<sup>er</sup> et mi-mars pour le deuxième – Solde au retour.

Une **réunion d'information** aura lieu le **Mercredi 16 janvier à 14 h** à la Maison des Associations.

# Les activités régulières



## OENOLOGIE JANVIER - FÉVRIER

Ces cours se déroulent de 9h30 à 12h au Club de l'Amitié de Capeyron

✚ Jeudi 24 janvier

✚ Jeudi 7 février

Renseignements : contactez Jacky SARRAZIN : 06 85 53 53 85

## GENEALOGIE JANVIER - FÉVRIER

Avec Frédéric BECHIR, à la MJC – Rue Roland Dorgelès de 10h à 12h – Le tarif sera fonction du nombre d'inscrits

✚ Jeudi 17 janvier : Cours avec Frédéric BECHIR.

✚ Jeudi 31 janvier : Travaux Pratiques

✚ Jeudi 14 février : Cours avec Frédéric BECHIR

✚ Jeudi 28 février : Travaux Pratiques

Pour tous renseignements complémentaires, contactez le secrétariat.

## HISTOIRE JANVIER - FÉVRIER

Avec Frédéric BECHIR, professeur d'histoire et guide-conférencier à l'Office de Tourisme de Bordeaux, les cours ont lieu à la MJC – Rue Roland Dorgelès de 10h à 12h. Le tarif sera fonction du nombre d'inscrits

✚ **Jeudi 10 janvier : le Maréchal de Richelieu, Duc de Guyenne.**

**Mercredi 16 janvier** : visite guidée par Frédéric Béchir du Musée d'Aquitaine.

✚ **Jeudi 24 janvier : la Corse au XVIIIème siècle.**

✚ **Jeudi 7 Février** : l'Académie et les Musée(s) de Bordeaux.

**Mercredi 13 février** : visite guidée du Musée des Arts décoratifs de Bordeaux 39 rue Bouffard, avec entrée à l'exposition des lanternes japonaises au premier étage commentée.

✚ **Jeudi 21 février** : Conférence-Diaporama : « **Les Américains en Gironde de 1917 à 1919** » présentée par Yves CASTEX, professeur honoraire d'histoire.



## ATELIERS DESSIN ET PEINTURE

### DESSIN

Au club de l'Amitié à Capeyron, Yves Bailleul, dessinateur autodidacte, vous guidera dans vos réalisations au crayon, sanguine, encre de chine, etc.

#### Atelier DESSIN - JANVIER – FEVRIER

Lundi 7 et 21 janvier – Lundi 4 et 18 février de 14h à 17h à la salle Club de l'Amitié de Capeyron.

**Inscription : 30 € par trimestre – Atelier limité à 20 personnes**

### PEINTURE

Au club de l'Amitié à Capeyron, Myriam CAZALIS vous accompagne dans vos réalisations acryliques sur tous supports

#### Atelier PEINTURE - JANVIER – FEVRIER

Lundi 14 et 28 janvier – Lundi 11 et 25 février de 14h à 17 h à la salle du Club de l'Amitié de Capeyron.

**Inscription : 55 € par trimestre – Atelier limité à 20 personnes**

**TARIF POUR LES 2 ATELIERS : 70 € par trimestre**



\*Ces illustrations sont des « œuvres » effectuées au cours des premiers ateliers par des « élèves » débutants...



## TAROT - BRIDGE – PETANQUE

Activités gratuites, animées par des bénévoles

Au club de l'Amitié à Capeyron :

- ✚ Tarot : tous les vendredis 14h à 18 h
- ✚ Bridge : tous les mardis à partir de 14h
- ✚ Pétanque : tous les lundis après-midi au stade du Jard



## INFORMATIQUE

- ❖ A la MJC centre ville, cours animé par Lydie CEBALS et Thierry SIBE, bénévoles.
  - **Mercredi 9h45 – 11h45** - Activité gratuite – S'inscrire au secrétariat chaque début de mois - 12 personnes par session
- ❖ **Répartition des cours pour janvier, février et mars 2019 .**
  - ✚ Les cours « **Informatique/Ordinateur** » - utilisation de « Movie Maker », « Photofiltre », traitement de texte et tableur - 23 et 30 janvier – 6 et 13 février – 6 et 13 mars
  - ✚ Les cours « **Tablette /Smartphone** » : 9 et 16 janvier – 20 et 27 mars



## COURS DE PATISSERIE

Chez Monsieur BRISSARD

33 Avenue du Médoc à Eysines – Sortie 7 – Direction Le Taillan

Le premier jeudi de chaque mois à 9 h - S'adresser au secrétariat.

**Tarif : 18 €** pour la Joie de Vivre (au lieu de 35 € coût réel)

Les matières premières sont fournies – Les participants emportent leur réalisation.

**Inscription obligatoire – 12 personnes maximum – Places disponibles**

## ENSEMBLE VOCAL

Venez chanter sous la conduite de Jean-Marie SEGUIN

Chaque lundi à partir de 18h et le mercredi à partir de 15 h à la Salle de l'Amitié à Capeyron.

Inscriptions au secrétariat de la Joie de Vivre -

Se rapprocher de Jean-Marie SEGUIN au 06 83 56 16 29 - **Participation 15 €/trimestre**



**EN 2019 LA JOIE DE VIVRE FETERA LES GRANDS MERES....**

**LE DIMANCHE 3 MARS**

◆ **REPAS DANSANT**

**A LA SALLE DE LA GLACIERE**



Afin de pouvoir prévoir l'organisation,  
**Pré-inscrivez-vous dès le 21 décembre.....**



## ACTIVITÉS SPORTIVES

Les inscriptions 2019 aux activités Taï chi, qi gong et marche nordique auront lieu comme chaque année, aux dates de permanences indiquées en première page.

Pour la **gymnastique douce**, possibilité de vous inscrire sur place pendant les cours du 11 au 20 décembre.

Pensez à apporter le **certificat médical**. - Tout trimestre commencé est encaissé. En cas de problème de santé, le remboursement pourrait être effectué sur présentation d'un certificat médical avant le début du trimestre.

	JOURS	HORAIRES	LIEU	RÉFÉRENTS	TARIFS
AQUAGYM	mardi/jeudi/vendredi	15h15 - 16h15	Stade nautique Mérignac	L.PLAS	58 €/Trimestre
GYMNASTIQUE DOUCE	Cours d'1 heure : mardi, jeudi et vendredi matin: + Mardi après-midi	8h45 - 9h45 - 10h45  14h	Salle gym Les Fauvettes	D.DROMARD	30 €/trimestre pour 1 h/sem 58 €/trimestre pour 2h /sem
QI GONG	Mercredi	11h-12h	Salle gym Les Fauvettes	D.DROMARD	40€/trim 60€ pour les 2 activités taï Chi+qi gong
TAÏ CHI	Mercredi	9h-10h 10h-11h	Salle gym Les Fauvettes	D.DROMARD	40€/trimestre
MARCHE NORDIQUE	Lundi :	9h - 11h45 13h45 - 16h15	Parc du Château	JF LALANDE et A.ROLQUIN	30 €/trimestre pour 1 h/sem 58 €/trimestre pour 2h /sem
	Mercredi :	9h - 11h45	Bois du Burck		
	Vendredi :	14h - 15h30	Bois du Burck		

## VACANCES DE NOËL DES SPORTIFS

- ✚ Gymnastique : arrêt le 21 décembre au soir – Reprise le mardi 8 janvier 2019
- ✚ Aquagym : arrêt des séances le 10 décembre au soir – Reprise le mardi 8 janvier
- ✚ Taï chi – qi gong : arrêt le 19 décembre – Reprise le 9 janvier
- ✚ Marche nordique : arrêt le 21 au soir – reprise le 7 janvier







## CLUBS ANIMÉS PAR DES BÉNÉVOLES DE LA JOIE DE VIVRE

**Ne restez pas isolé !** Dans les clubs, vous trouverez des **Activités de Jeux de Société : belote, scrabble + loto hebdomadaire**

Adresse des clubs	Chaque semaine
« Les Jours Heureux » - Résidence Jean Brocas - 16 rue Roland Dorgelès - Tél : 05 56 97 54 15	Lundi 14h30 - 18 h
« Les Fauvettes » 3, av. Du Mal-de-Lattre de Tassigny - Tél : 05 56 12 22 22	Vendredi 14 h - 17 h
« L'Espérance » - rue du jard Tél : 05 56 97 52 58	Mardi 14h - 18 h
« L'Amitié » : Av. Léon Blum Capeyron Tél : 05 56 47 55 48	Jeudi 14h - 17 h
« Les Pervenches » : Place Ste Bernadette Arlac Tél : 05 56 98 78 03	Vendredi 14 h - 17 h

### ❖ DATES DE FERMETURE DES CLUBS POUR LA FIN D'ANNEE

- ✚ Arlac : fermé du 21 décembre au soir – reprise le 4 janvier
- ✚ Fauvettes : fermé du 21 décembre au soir - reprise le 7 janvier
- ✚ Capeyron : fermé du 20 décembre au soir – reprise le 3 janvier
- ✚ Jard : fermé du 18 décembre au soir – reprise le 7 janvier
- ✚ Brocas : fermé du 17 décembre au soir – reprise le 7 janvier.

Tous les bénévoles de l'association  
vous souhaitent une très bonne année 2019



### SITE INTERNET - FACEBOOK



Nous vous invitons à vous rendre régulièrement sur notre site internet :

[www.joiedevivre33merignac.fr](http://www.joiedevivre33merignac.fr) (ctrl+clic pour suivre le lien)

Et également à nous suivre sur le groupe de la Joie de Vivre sur Facebook :

<https://www.facebook.com/groups/JVD33/>