ASSOCIATION JOIE DE VIVRE

Calendrier
mai juin juillet 2022

Réception secrétariat du lundi au jeudi : de 9h à 12h00 et de 13h30 à 16h30
Le vendredi matin : de 9h à 11h30 – **FERMÉ LE VENDREDI APRÈS-MIDI**

POUR TOUTES LES INSCRIPTIONS :

déposer un chèque avec au dos de celui-ci l'objet *(et le prénom dans le cas de chèque de compte-joint)* dans la boîte aux lettres de la Maison des Associations OU auprès du secrétariat.

ASSEMBLEE GENERALE de la JOIE DE VIVRE
lundi 9 mai 2022 à 14h00
salle de la Glacière à Mérignac
(ouverture des portes à 13h30)

Conditions d'annulation aux sorties journées ou demi-journées :

- plus de 72 h avant la sortie : remboursement possible si remplacement par liste d'attente - Samedi et dimanche par message sur répondeur ou e-mail au secrétariat de la Joie de Vivre ;
- 72 h avant la sortie : pas de remboursement, sauf présentation d'un certificat médical.

♦ JOURNEE du VENDREDI 22 JUILLET 2022

Découverte de « l'hippodrome de Langon La Bidane »

Philippe V sera notre guide tout au long de cette visite sur ce site dédié au monde des courses hippiques.
Nous assisterons aux courses de la journée. A midi le repas sera pris sur place.
Nous comptons sur vous pour faire de cette journée encore un beau moment de partage, d'amitié et de convivialité.

- Prix : 42 €
- Rv à **8h45** devant la Maison des Associations
- Inscription obligatoire. Visite limitée à 59 personnes

55, av. du Maréchal de Lattre de Tassigny – 33700 MERIGNAC Tél. 05 56 18 73 46 – 09 62 16 10 79
Mail : associationjoiedevivre@orange.fr - Site : www.joiedevivre33merignac.fr
En partenariat avec la VILLE DE MERIGNAC

SÉANCE DIAPORAMA

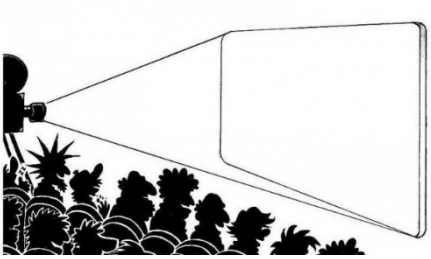
Lundi 23 mai 2022 de 14h00 à 17h00

Maison des Associations – Mérignac

Afin de revivre nos agréables moments passés ensemble, **Alain Thuillier**, nous propose un diaporama relatant les superbes paysages et quelques situations cocasses remarqués à l'occasion de nos voyages, séjours, randonnées, etc.

Gratuit, ouvert aux adhérents de la Joie de Vivre

Inscription auprès du secrétariat (limité à 70 personnes)



SÉJOURS et VOYAGES

♦ ROUMANIE

Du 5 au 14 juin 2022
➔ *Quelques places disponibles*

♦ VIENNE

Du 17 au 20 mai 2022 – Prix : 895 €

♦ ANCV Le Pradet (Var)

Du 3 au 10 septembre 2022
➔ *Séjour complet*
Tarif : entre 450 et 470 € (personnes non imposables)
Entre 610 et 630 € (personnes imposables)

♦ SEJOUR MARCHE ET RANDO

LA RIVIÈRE
VILLAGE CLUB CAP FRANCE

Du 25 au 29 septembre 2022

Situé en bordure de forêt, le village club La Rivière est le lieu idéal pour vos loisirs et profiter de tous les avantages d'une station balnéaire réputée à **Saint Jean de Monts.** Excursions sur l'Île d'Yeu, l'île de Noirmoutier
60 participants **(inscriptions en liste d'attente)**
Prix estimé à ce jour : 450 € (2 chèques de 200 € à l'inscription)

♦ SEJOUR RAQUETTES 2023

Du 22 au 27 janvier 2023 à Luz Saint Sauveur
Village vacances 3***. Pension complète
Des guides professionnels nous amèneront sur les grands sites de la région.
Prix estimé à ce jour : 550 € (2 chèques de 270 € à l'inscription *débités aux alentours du 15 juin et du 15 octobre 2022*)

RANDONNÉES ET MARCHES

Activité sous conditions sanitaires strictes qui seront en vigueur : masque OBLIGATOIRE dans le bus !
Toute personne ne respectant pas cette consigne se verra refuser l'accès aux sorties

Participation réservée aux adhérents ayant réglé la cotisation aux activités « randonnées » et/ou « « marches »

MARCHES 6 km

Rendez-vous devant la Maison des Associations à 13h45 ***(Prévoir 4 € pour le bus)***

Jeudi 5 mai	Beautiran Civrac
Mercredi 18 mai	Labarde Grand Etang
Mercredi 25 mai	Saint Médard d'Eyrans
Lundi 30 mai	Arsac Cordet
Vendredi 17 juin	Les côteaux de Garonne (du parc Palmer au parc Cypressat) – **Déplacement en tram A : RV 14h30 station « Buttinière » (45 min de trajet)**
Mardi 21 juin	Gazinet les Sources
Lundi 4 juillet	Gradignan Montgaillard

Jeudi 12 mai : sortie journée Angoulême

- RV à 7h30 devant la Maison des Associations
- Matin : marche de 6 km « les bords de Charente »
- Midi : déjeuner à « La Péniche » à Angoulême
- Après-midi : visite du musée de la BD

Prix de la journée : 40 € - 50 personnes

Jeudi 9 juin : journée « le rallye » à l'extérieur de Bordeaux

Départ en bus
RV : **7h15** devant la Maison des Associations
Midi : restaurant

Prix de la journée : 35 € - 55 personnes

Mercredi 29 juin : sortie journée La Hume à Mios

- RV à 7h45 devant la Maison des Associations
- Matin : marche de 6 km plage de la Hume par le canal des deux étangs
- Midi : déjeuner « le poulet » de Mios
- Après-midi : libre et promenade

Prix de la journée : 30 € - 59 personnes

RANDONNÉES 11 km

Rendez-vous devant la Maison des Associations à 13h30 ***(Prévoir 4 € pour le bus)***

Lundi 2 mai	Bouliac
Lundi 16 mai	Salleboeuf
Mardi 24 mai	Le Temple
Jeudi 2 juin	Latresne Gare
Jeudi 16 juin	Capian
Mercredi 22 juin	Le Taillan « le Pas du Lièvre »
Lundi 27 juin	Gradignan « fil de l'eau »

Mardi 10 mai : journée Echourgnac « les étangs de la Jemaye

- RV à 7h30 devant la Maison des Associations
- Matin : Rando environ 10 km
- Midi : pique-nique
- Après-midi : libre ou rando environ 5 km

Prix de la journée : 13 € - 55 personnes

Jeudi 9 juin : journée « le rallye » à l'extérieur de Bordeaux

Départ en bus
RV : **7h15** devant la Maison des Associations
Midi : restaurant

Prix de la journée : 35 € - 55 personnes

Jeudi 7 juillet : sortie journée Carcans

- RV à 7h30 devant la Maison des Associations
- Matin : Rando environ 10 km
- Midi : pique-nique
- Après-midi : libre ou rando environ 5 km

Prix de la journée : 13 € - 55 personnes

ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

RELAXATION SONORE ou SONOTHÉRAPIE

Les séances se déroulent le jeudi à 14h00 et le vendredi à 14h00 - Prochaines séances

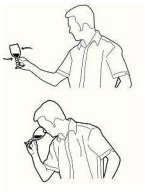
- les 5 et 6 mai – 19 et 20 mai 2022
- les 2 et 3 juin – 16 et 17 juin 2022

Prix : 10 € par séance – Limité à 12 personnes par séance
Lieu : salle des Fauvettes (salle de gymnastique)
Inscriptions : secrétariat **- Quelques places disponibles -**

LES CLUBS

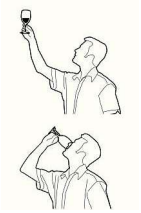
- Le club du Jard : ouvert
- Le club de l'Amitié Capeyron : ouvert
- Le club des Fauvettes : ne fonctionne pas
- Le club de Brocas (en attente d'une date d'ouverture)

ŒNOLOGIE



Les cours se déroulent de 9h30 à 12h00 au Club de l'Amitié de Capeyron

- Jeudi 19 mai 2022
- jeudi 23 juin 2022



deux places disponibles !!

Prix : 35 € par trimestre

GÉNÉALOGIE

Les cours et travaux pratiques ont lieu à la MJC Mérignac – Rue Roland Dorgelès de 10h à 12h

Jeudi 19 mai	*Ancêtres forains, bateliers, marins*
Jeudi 16 juin	*Ancêtres professeurs, fonctionnaires, professionnels de santé, religieux*

HISTOIRE

Avec Frédéric BECHIR, professeur d'histoire et guide-conférencier à l'Office de Tourisme de Bordeaux
Les cours ont lieu à la MJC Mérignac – Rue Roland Dorgelès de 10h à 12h

Jeudi 5 mai	*Architecture romane et architecture gothique*
Jeudi 12 mai	*La Guerre de Cent Ans, 1ère partie de 1328 à 1380*
Jeudi 2 juin	*La Guerre de Cent Ans, 2ème partie de 1380 à 1453*
Jeudi 9 juin	*François Villon*

Jeudi 23 juin : sortie commune aux deux groupes. **Journée de visite à Castillon la Bataille et Saint-Emilion**

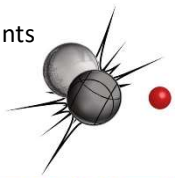
TAROT - BRIDGE – PÉTANQUE

Participation : 5 € - Au club de l'Amitié à Mérignac Capeyron pour le tarot et le bridge

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

Concours de pétanque
lundi 16 mai 2022 à 13h45 au stade du Jard

RÉSERVÉ aux adhérents pétanque qui ont réglé leur participation
Restaurant le soir : 25 € pour les participants et 30 € pour les accompagnants
Inscriptions au secrétariat



Clôture des inscriptions : lundi 9 mai 2022

ATELIERS DESSIN ET PEINTURE

DESSIN (encore 3 places disponibles le mardi matin)
Salle du club de l'Amitié à Capeyron avec **Yves Bailleul**

GROUPE 1 - les lundis de 14h00 à 17h00 **: 9 et 23 mai –**
MARDI 7 JUIN de 9h à 12h à la place du lundi de Pentecôte + les lundis 20 juin et 4 juillet
GROUPE 2 – les mardis de 9h00 à 12h00 : **10 et 24 mai – 7 et 21 juin – 5 juillet**

PEINTURE (1 place disponible)
Salle du club de l'Amitié à Capeyron avec Jean-Luc Lamarche
les lundis de 14h00 à 17 h00 : **2, 16 et 30 mai – 13 et 27 juin**

Prix : 20 € par activité et par trimestre et 30 € pour deux activités

AUTRES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

QI GONG
Le mercredi de 9h30 à 10h30

TAI CHI
Le mercredi de 10h30 à 11h30

Lieu : salle de gymnastique des Fauvettes

Si vous souhaitez rejoindre le groupe, des places sont disponibles
Tarif :
- mai (4 séances) 24 €
- juin (5 séances) 30 €

Les séances retenues seront fermes et définitives
Inscription : secrétariat

YOGA SUR CHAISE
- les lundis 2, 16, 23 et 30 mai 2022 de 10h00 à 11h00
- les lundis 13, 20 et 27 juin 2022 de 10h00 à 11h00

Minimum pour assurer le cours : **5 personnes** inscrites par séance
Lieu : salle des Fauvettes (salle de gymnastique)
Prix : 10€ par séance
Inscription au secrétariat : les inscriptions aux séances se font au mois et **les séances retenues seront fermes et définitives**

Quelques places disponibles

ACTIVITÉS SPORTIVES

♦ POUR TOUTE ACTIVITÉ SPORTIVE

*Pensez à apporter **un 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.*

AQUAGYM*	• mardi • jeudi • vendredi	15h15 à 16h15	Stade nautique Mérignac	58 €/trimestre

Quelques places disponibles

MARCHE NORDIQUE	• Lundi • Mercredi • Vendredi	marche dynamique	9h00 – 11h30 9h00 – 11h30 9h00 – 11h30	Martignas Cestas Cestas	Inscriptions auprès du secrétariat de la Joie de Vivre
	• **Vendredi**	initiation et perfectionn	**9h00 -11h**	**Mérignac**	

➔ ***Plusieurs séances d'initiation et perfectionnement hebdomadaires sont obligatoires pour les nouveaux adhérents afin d'être préparés aux sorties matinales. Pour cela RV au parking du stade Cruchon à Mérignac le vendredi à 9h00 ; séance d'1h30, animée par Maxence Rivière, encadrant du SPUC (possibilité de prêt de bâtons pour 5 € par mois).***

La marche nordique est une activité dynamique qui nécessite une bonne condition physique.
Participation : 5 € pour l'année

GYMNASTI-QUE DOUCE	Cours d'1 heure : • mardi • jeudi • vendredi matin: • mardi après-midi	8h45 ou 9h45 ou 10h45 14h	Salle gym Les Fauvettes	30 €/trimestre pour 1 séance/sem 58 €/trimestre pour 2 séances/sem
ATELIER DU DOS	• Mardi	15h00	Salle gym Les Fauvettes	30 €/trimestre pour 1 séance/sem 58 € pour 1 séance gym + 1 séance dos/sem

SITE INTERNET - FACEBOOK

Nous vous invitons à vous rendre régulièrement sur notre site internet :
www.joiedevivre33merignac.fr *(ctrl+clic pour suivre le lien)*

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