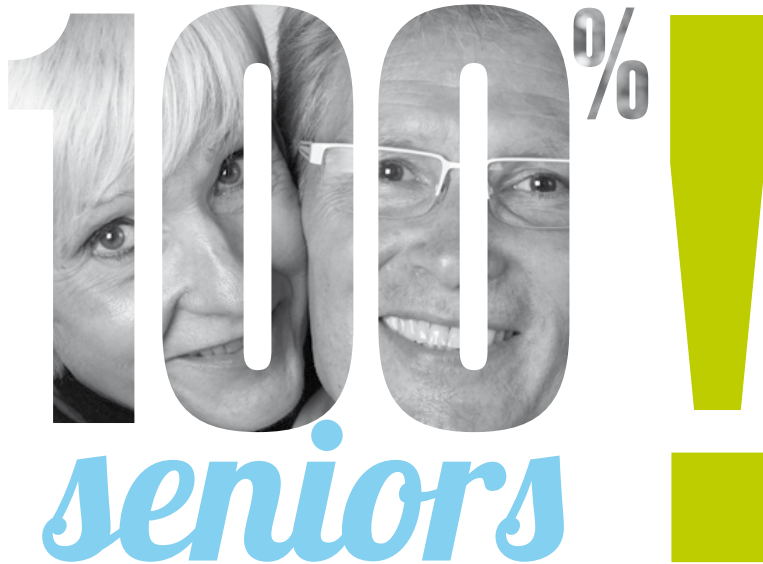


MÉRIGNAC

---



---

# ANIMATIONS

Janvier, février, mars 2019

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

05 56 55 66 50 - [animation.retraites@merignac.com](mailto:animation.retraites@merignac.com)

Chères Mérignacaises, chers Mérignacais,

Cette année encore, les équipes de la direction de l'action sociale et solidaire de la Ville ont travaillé à vous proposer des activités renouvelées, d'une grande diversité et, toujours, de très grande qualité. Leur succès en témoigne : vous êtes nombreux à participer à ces moments de convivialité, de découverte et de partage. Naturellement, comme partout dans notre pays, la génération des baby-boomers vient renforcer les rangs des seniors à Mérignac. Et tandis que la Ville maintient une haute qualité de services à ceux de nos aînés les plus fragiles, afin d'accompagner leur autonomie, nous continuons de proposer des activités adaptées au dynamisme et à la diversité des seniors mérignacais.

Ces activités sont aussi construites avec vous, dans le dialogue et la proximité, afin de mieux répondre à vos attentes et permettre à chacun, quel que soit son âge ou ses besoins, de bien vivre à Mérignac.

Je vous souhaite ainsi qu'à vos proches une très belle année 2019.

**Alain Anziani**  
Maire de Mérignac

## 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.***

***Ce trimestre :***

***- Le mardi 8 janvier de 8h30 à 16h30.***

***- Le mercredi 9 janvier, uniquement le matin de 8h30 à 12h (à partir de 14h et les jours suivants, il faudra vous inscrire à la mairie de Mérignac – Direction de l'Action Solidaire et Sociale – CCAS – 05 56 55 66 50).***

***Pour les repas pris à la résidence 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.***



Entrée du restaurant Les Fauvettes.

# Janvier 2019

## CONFÉRENCE

**Vendredi 11 janvier**

**« La grippe espagnole »  
(1918-1919) ou une tragédie sans commémoration... » animée par Begoña Garrido,  
médiatrice culturelle « Environnement » de Terre et Océan.»**

La pandémie de grippe espagnole, responsable de 25 à 50 millions de morts à la fin de la Première Guerre mondiale (entre 1918 et 1919), a marqué l'inconscient collectif au point d'incarner l'essence du fléau épidémique, au même titre que la peste. Ces dernières années, les recherches se sont multipliées sur son origine mystérieuse. La grippe espagnole, baptisée ainsi parce que l'Espagne, non concernée par le secret militaire, fut la première à la mentionner publiquement, fut dévastatrice, touchant quasiment tout le globe. Malgré un taux de mortalité de « seulement » 2 à 4 %, elle fit des dizaines de millions de morts, dont 165 000 en France. La plupart des victimes mouraient de surinfection bactérienne, qui se déclarait au bout de 4 à 5 jours et conduisait au décès une dizaine de jours après les premiers symptômes grippaux, en l'absence, à l'époque, d'antibiotiques. Touchant une population déjà affaiblie par la guerre et les privations, l'épidémie a su trouver un « terrain » particulièrement favorable à son développement. Le Bordelais ne fut pas épargné. ...

**Sur inscription. Prix : 3€10.**

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

## CINÉ / GALETTE DES ROIS

**Mardi 15 janvier**

**« Le gendre de ma vie »  
Avec : Kad Mérad, Pauline Etienne, Julie Gayet...  
Comédie française (durée : 1h40).**

« Stéphane et Suzanne sont parents de trois jeunes femmes, le tableau peut sembler idéal mais Stéphane n'a jamais eu de fils et a toujours rêvé d'en avoir. Pour combler cette frustration, il s'accapare ses gendres et en tombe plus vite amoureux que ses filles. Quand Alexia sa fille cadette, décide de quitter Thomas, magnifique rugbyman et nouvelle idole de son père, pour un jeune médecin qu'il ne supporte pas, Stéphane va se débattre. » Cette comédie « tout public » nous permettra de commencer l'année 2019 dans la bonne humeur. C'est drôle, c'est frais et ça fait du bien, alors ne vous privez pas de cet après-midi convivial en toute simplicité.



**Après la séance, nous vous invitons en ce début d'année à partager la galette des Rois autour du verre de l'amitié - Seance gratuite.**

**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 .**

# SORTIE JOURNÉE

**Mardi 22 janvier**

## « Sports et patrimoine monumental sportif de Bordeaux. »

Nous vous proposons de donner suite à notre conférence de décembre dernier. Le XX<sup>e</sup> siècle reste incontestablement l'époque du grand développement des activités sportives à Bordeaux. Si les prémices de cette histoire puisent leurs origines dans le XIX<sup>e</sup> siècle, voire l'Ancien Régime, c'est bien au XX<sup>e</sup> siècle que le Bordelais a connu les plus grandes pages de son histoire sportive. C'est surtout la période pendant laquelle la Cité et ses environs vont s'équiper d'infrastructures dignes d'une grande métropole. Les monuments et les édifices liés au sport font aujourd'hui partie du paysage patrimonial de nos villes au point même que certains sont classés au titre des Monuments Historiques comme le stade Jacques Chaban-Delmas que nous visiterons ou la piscine Judaique. Le « patrimoine sportif »..., voici une façon de voir notre centre urbain d'un œil différent !



**Sur inscription - Rendez-vous : 8h15 au restaurant séniors les fauvettes.**

**Départ 8h45 en tramway de Mérignac centre et RDV à 9h30 à l'entrée de la rue Sainte-Catherine à Bordeaux (station Sainte-Catherine de la ligne A) - Fin à 17h00 à Bordeaux, près d'une station de la ligne B ou C du Tramway. Repas libre avec possibilité de restaurant dans le Vieux Bordeaux.**

**Déplacements pédestres dans Bordeaux. Prévoir des chaussures adaptées pour marcher en ville.**

**Prix : un chèque de 15€ à l'ordre de « Terre et Océan » à remettre le jour de la sortie. Prévoir les tickets de tram nécessaires."**

# VISITE/EXPOSITION

**Jeudi 24 janvier**

## « Visite de la caserne de gendarmerie Battesti ».

La caserne du quartier Mondésir abrite l'état-major régional, une multitude de services de support et d'intervention. C'est aussi le foyer de 200 familles de gendarmes. En 1914, Jules Augustin Battesti, général de gendarmerie à la tête de 15 000 hommes, meurt au front. « En pleine bataille de la Marne, il fit preuve de brillantes qualités d'énergie, d'une froide bravoure et un complet mépris du danger, restant jour et nuit... Reconnu par ses pairs comme excellent cavalier, une plaque est apposée à la caserne Verines à Paris. A l'école des officiers de la gendarmerie un amphithéâtre porte son nom, ainsi qu'une rue à Reims et enfin la caserne de Mérignac.

Mais que s'y passe-t-il aujourd'hui ? Quel est le fonctionnement de cette caserne ? Quelles sont les missions de la gendarmerie ?

C'est pour répondre à toutes ces questions que l'on se pose souvent que nous vous proposons une rencontre sur le site, nous y serons accueillis par les officiers.

**Sur inscription. Rendez-vous : 14h15 sur le parking du supermarché Auchan à Mondésir (à proximité de la station essence).**



## CINÉMA

**Mardi 29 janvier**

**Film : « Bienvenue à Marwen » Drame américain**

**Réalisateur : Robert Zemeckis**

**Avec : Steve Carell, Leslie Mann...**

« L'histoire de Mark Hogancamp, victime d'une amnésie totale après avoir été sauvagement agressé, et qui, en guise de thérapie, se lance dans la construction de la réplique d'un village belge durant la Seconde Guerre mondiale, mettant en scène les figurines des habitants en les identifiant à ses proches, ses agresseurs ou lui-même. »

Tous ceux qui ont aimé « Forest Gump », avec Tom Hanks, adoreront cette histoire poignante, sincère et magistralement interprétée.



**Rendez-vous : 13h30 au Mérignac Ciné - Prix : 3€50 à régler sur place.**

## PROMENADE

**Mercredi 30 janvier**

**« Le relais des aidants – La rue Paul Langevin et le quartier Ardillos ».**

Inauguré le 6 octobre dernier, le relais des aidants est ouvert à tous les aidants du territoire des portes du médoc pour un accueil, une orientation, un accompagnement spécifique sur la question de l'aide. Des solutions de répit ponctuel peuvent être pensées grâce à ce lieu. Nous commencerons donc cette promenade par un arrêt au relai des aidants, où nous serons reçus par la responsable, puis nous poursuivrons par la rue Paul Langevin, avant de redescendre sur le quartier des Ardillos, quartier en pleine mutation s'il en est.

**Rendez-vous : 9h15 à l'arrêt de Tram ligne A « Les pins ».**

**Durée : 2h30 environ – Distance : 2,5 km.**

## EXPOSITION VIEILLE ÉGLISE

**" Sanlé Sory, l'exposition expliquée par les élèves de l'école Jean Macé "**

Pour faire suite à l'exposition qui vous a été présentée le trimestre dernier et toujours à l'affiche de la Vieille Église, un groupe d'une quinzaine d'élèves du CP au CM2 ont travaillé dessus avec leurs instituteurs et se proposent de vous en faire une nouvelle visite commentée par eux-mêmes. Ils deviendront donc des petits médiateurs.

Ce peut être sympathique et intéressant d'écouter leur travail qui mérite votre curiosité.

**Sur inscription - Rendez-vous: 9h30 devant la Vieille Église Saint-Vincent**

# Février 2019

## VISITE/EXPOSITION

**Jeudi 7 février**



### « Effets spéciaux, crevez l'écran »

Indispensables au cinéma, les effets spéciaux sont aussi bien dans des films d'action que dans des comédies romantiques. Mais les voit-on toujours ?

L'exposition éclaire sur les différentes techniques de trucages utilisées dans les longs métrages, séries et même publicités. Difficile aujourd'hui d'imaginer ce que serait le cinéma sans les effets spéciaux. Action, science-fiction, animation ou comédies, les plus grands succès populaires s'y appuient largement. Mais comment les effets spéciaux sont-ils pensés, intégrés au scénario et matérialisés ? Quels sont les métiers du cinéma et les compétences impliquées ?

Autant de questions auxquelles répond l'exposition en présentant toutes les étapes de conception et de réalisation d'un film, de l'écriture à la projection en salle.

Vous découvrirez l'envers du décor et tous les artifices et techniques utilisés pour créer des effets spéciaux incroyables... auxquels vous ne verrez que du feu : comment on crée des êtres vivants, comment un acteur devient une créature étrange, vieillit, subit d'affreuses blessures... Vous découvrirez que la plupart des films, séries, clips vidéo ou publicités mélangent images réelles et images virtuelles, en utilisant la technique de l'incrustation sur fonds verts ou bleus. Vous comprendrez ainsi comment les super-héros volent, se jettent dans le vide, comment les aventuriers affrontent bêtes sauvages et autres monstres, comment les bateaux naviguent sur des mers déchaînées, ou comment créer l'apocalypse de films catastrophes...

Bien-sûr, vous ne regarderez plus jamais un film comme avant. Mais la magie reste malgré tout intacte !

**Sur inscription. Prix : 6€50 à régler sur place le jour de la sortie (merci de prévoir l'appoint).**

**Rendez-vous : 14h30 à l'arrêt de tram ligne B « Cité du vin ».**

**Durée : 2h.**

## CONFÉRENCE

**Vendredi 8 février**



**« La ligne Paris-Bordeaux (1938-2017) : de l'électrification à la L.G.V. ou l'histoire du Chemin de Fer entre métropoles et développement régional ». Animée par Christophe Bouneau, Professeur en Histoire contemporaine de l'Université Bordeaux Montaigne.**

L'arrivée de la L.G.V. Paris-Bordeaux le 1<sup>er</sup> juillet 2017 a été l'occasion de plusieurs publications et d'une belle rétrospective sur l'histoire du rail dans notre région. Il est aujourd'hui indiscutable que « l'aventure ferroviaire » du XX<sup>e</sup> siècle est indissociable d'un renouveau économique du Bordelais,

certains parlent même d'une « révolution » pour la croissance régionale tant sur le plan industriel que logistique. On assiste tout au long du XX<sup>e</sup> siècle au développement d'entreprises attirées par un accès aisé aux réseaux, tant près de la gare qu'à La Bastide, où se structure une vaste toile de voies de triage et d'expédition. Mais le Chemin de Fer c'est aussi l'histoire remarquable des Ateliers ferroviaires de Bordeaux avec des aspects spécifiques liés aux techniques, aux modes de travail, aux conditions des travailleurs de maintenance et de fabrication, sans oublier le patrimoine bâti qui leur sera associé. Enfin le rail c'est une « course à la vitesse » qui va rapprocher Paris de Bordeaux. Au début du XX<sup>e</sup> siècle, nous sommes déjà loin des 13h30 de voyage qu'il fallait sous Napoléon III. La durée du trajet s'est progressivement abaissée jusqu'à une nouvelle rupture technologique majeure : l'application de la traction électrique sur toute la ligne Paris-Bordeaux en 1938 abaissant la durée à 6 heures. Avec la LGV, inaugurée en juillet 2017, Paris n'est plus désormais qu'à 2h04 de Bordeaux...



**Sur inscription. Prix : 3€10.**

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

## SORTIE JOURNÉE

**Mardi 12 février**

### « L'histoire de la communauté juive de Bordeaux : un patrimoine hébraïque inestimable et ancien... »



Bordeaux est l'une des rares cités de France à présenter l'histoire d'une communauté juive sur une période aussi longue, en allant de la fin de l'Antiquité à nos jours et à travers un patrimoine et des lieux aussi diversifiés : de la Synagogue dans le Vieux Bordeaux (construite en 1882, restaurée en 1956 et classée Monument Historique en 1998) à la porte Dijeaux (XVIII<sup>e</sup> siècle) en passant par les nombreuses nécropoles hébraïques ou le Mont Judaïque... Bordeaux a été un lieu important dans la migration juive et un lieu d'établissement pour cette communauté alors chassée de nombreux états européens : les duc d'Aquitaine associés aux rois d'Angleterre ont traditionnellement offert, entre 1154 et 1453, une terre d'asile aux juifs de France, comme ce sera encore le cas face aux expulsions espagnoles à des dates plus récentes. Aujourd'hui, la communauté juive de Bordeaux compte près de 3 000 personnes qui ont des « choses » à vous dire et à vous raconter. Une journée pour une grande page de l'Histoire de Bordeaux.

**Sur inscription.**

**Rendez-vous : 8h15 au restaurant seniors les fauvelles.**

**Départ 8h45 en tramway de Mérignac Centre et RDV à 9h30 à l'entrée de la rue Sainte-Catherine à Bordeaux (station Sainte-Catherine de la ligne A) – Fin à 17h à Bordeaux, près d'une station de la ligne B ou C du Tramway. Repas libre avec possibilité de restaurant dans le Vieux Bordeaux.**

**Déplacements pédestres dans Bordeaux. Prévoir des chaussures adaptées pour marcher en ville.**

**Prix : un chèque de 15€ à l'ordre de « Terre et Océan » à remettre le jour de la sortie. Prévoir les tickets de tram nécessaires.**



## CINÉMA

**Mardi 19 février**

**Film : « All inclusive »**  
**(comédie française « tout inclus » en français)**  
**Réalisateur : Fabien Onteniente**  
**Avec: Franck Dubosc, Josiane Balasko, Thierry Lhermitte...**



« Deux hommes partent dans un camp de vacances à l'étranger, tous frais payés. Jean-Paul Cisse, un célibataire qui part en voyage dans les Caraïbes va rencontrer par hasard Michel Goubert, avec sa fiancée en lune de miel. Tout se passe bien, jusqu'au moment où les deux hommes vont se retrouver dans la même chambre d'hôtel. »

**Rendez-vous : 13h30 au Mérignac Ciné.**  
**Prix : 3€50 à régler sur place.**

## ATELIER

**Jeudi 21 février**

**« Vie quotidienne à la maison : Echanges de trucs et astuces »**

Il y a une solution pratique et maligne à tout. Les trucs de grand-mère, ces fameux "remèdes de bonne femme", tout le monde en connaît forcément un ou deux, voire plus ! Certains d'entre vous ne jurent que par ces petits gestes, et y recourent aussi souvent que possible ! Ingénieuses, ces astuces sont souvent tout aussi économiques qu'écologiques, et surtout d'une grande simplicité, cela tombe bien, c'est la tendance actuelle ! Les trucs de grand-mère viennent parfois de loin et se sont transmis de génération en génération. Leurs applications sont nombreuses dans toutes les pièces de la maison, de la cave au grenier et du sol au plafond, au jardin, pour toute la famille et même pour vos animaux domestiques.

Pour bricoler, jardiner, nettoyer, assainir, entretenir, réparer, embellir, pour se débarrasser des mauvaises odeurs etc., il existe une multitude de trucs et astuces.

Cet atelier s'adresse à tous ceux qui aiment et souhaitent partager des « trucs et astuces » qui améliorent leur quotidien à la maison. Exprimez-vous sur vos expériences et vos créations personnelles, on parie que vous en connaissez un paquet.

Cet après-midi sera riche grâce à votre participation et vos commentaires ! Vous pourrez certainement trouver le truc, l'astuce ou la recette qui vous convient.

Ah, au fait ! Les grands-pères sont les bienvenus !

**Sur inscription.**

**Rendez-vous : 14h au restaurant seniors les fauvelles.**



# Mars 2019

## CONFÉRENCE



**Vendredi 8 mars**

**« Ecoute et analyse d'une œuvre symphonique majeure du répertoire musical du XX<sup>e</sup> siècle »**

**Animée par Clara Sistach-Coquillas, Professeur de piano au Conservatoire et pianiste.**

La Musique au XX<sup>e</sup> siècle... Une conférence ne suffirait à vous en parler dignement, alors nous allons l'écouter. Nous vous proposons une démarche originale d'écoute musicale à partir d'une œuvre symphonique majeure du répertoire du XX<sup>e</sup> siècle pour y découvrir tous les apports créatifs, mais aussi techniques de ce siècle. Il s'agit d'une « musique à programme » dédiée à l'orchestre symphonique avec tout ce qu'elle doit à l'évolutions des instruments de musique au XX<sup>e</sup> siècle.

**Sur inscription. Prix : 3€10.**

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

## CINÉMA

**Mardi 12 mars**

**Film : « Les invisibles » Comédie dramatique française**

**Réalisateur : Louis-Julien Petit**

**Avec : Audrey Lamy, Corinne Masiero...**

« Suite à une décision municipale, L'Envol, centre d'accueil pour femmes SDF, va fermer. Il ne reste plus que trois mois aux travailleuses sociales pour réinsérer coûte que coûte les femmes dont elles s'occupent : falsifications, pistons, mensonges... Désormais tout est permis ! »

Jolie petite comédie – grand cœur.



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

**Prix : 3€50 à régler sur place.**

## RENCONTRE



**Jeudi 14 mars**

### « Médecins sans frontières »

Médecins sans frontières est une organisation caritative privée à but humanitaire d'origine française, dont le bureau international siège à Genève.

Mais que sait-on de cette organisation fondée en 1971 qui reçut le prix Nobel de la paix en 1999 ? Comment ça marche ? Des médecins, des soignants, des bénévoles, bien sûr mais combien d'autres ?

Qui décide ? Qu'y fait-on ? Que fait-on ? Qui coordonne ?

C'est pour en savoir plus, pour mieux comprendre l'action et le fonctionnement de cette organisation mondiale, l'engagement de ces femmes, de ces hommes, que nous vous convions à cette rencontre animée par des membres de « Médecins sans frontières ». Toutes vos questions trouveront des réponses et viendront enrichir les échanges.

**Sur inscription.**

**Rendez-vous : 14h15 à l'auditorium de la Médiathèque du Centre-Ville (entrée principale).**

## PROMENADE

par l'association « jardin et écotourisme »

**Jeudi 21 mars**

### « Balade à Lanton sur la voie du littoral de Saint-Jacques de Compostelle »

Nous irons voir la chapelle Saint-Louis et villas de la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, le vieux port de Taussat, l'écomusée Gardarem (600 outils utilisés jadis sur le Bassin d'Arcachon), l'église Notre-Dame-de-Lanton (XII<sup>e</sup> siècle) et plusieurs magnifiques panoramas sur le Bassin.

Bien sûr, comme à l'habitude vous observerez des oiseaux et dégusterez des plantes du littoral.

Don de plusieurs documents PDF sur la balade pour les personnes intéressées.

**Sur inscription. Prix : 6€ (4€ + 2€ pour la visite du musée) à régler sur place le jour de la sortie (merci de prévoir l'appoint).**

**Rendez-vous : 13h30 à la Maison des Associations (transport en bus).**

**Distance : 3km (dont 700 m sur le sable).**

**Durée : 3h environ.**



# SORTIE JOURNÉE

**Mardi 26 mars**

## « Libourne et Condat : une terre de confluences »



Libourne : la plus grande bastide portuaire de Guyenne possède une histoire et un patrimoine intimement lié à sa vocation maritime. Cette grande ville de près de 25 000 habitants, port de fond d'estuaire comme Bordeaux, a su tirer parti du jeu des marées, de la confluence de deux grandes rivières (la Dordogne et l'Isle) et du croisement de grandes routes terrestres associant le cœur de la France (Périgord, Massif Central) à la façade atlantique... Cette agglomération plurimillénaire, de fondation romaine, n'a cessé de s'agrandir, de se « refonder » et de s'embellir d'un patrimoine digne des grandes cités historiques. Cette journée va s'orienter selon trois grands axes : la façade maritime de Libourne (ses quais, la confluence Isle/Dordogne, son pont de Pierre), la vieille cité médiévale sur des bases antiques recréée sous le statut de Bastide dans les années 1270 (remparts et porte fortifiée, quartiers anciens, place à arcades avec son hôtel de ville, église Saint-Jean et ses nombreux couvents), sans oublier le très curieux quartier de Condat avec sa chapelle et sa source miraculeuse qui semblent se perdre dans les origines les plus reculées et les plus mystérieuses de cette grande cité du Bordelais. Vous pensiez connaître Libourne... vous pourriez être surpris !

### **Sur inscription.**

**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.**

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

# MIEUX COMPRENDRE SA VILLE

**Jeudi 28 mars**

## « Rencontre avec un élu »

M<sup>me</sup> Cassou Schotte, adjointe au maire, déléguée à l'action sociale et solidaire, vice-présidente du CCAS et conseillère métropolitaine, présentera les politiques mises en œuvre pour accompagner le vieillissement. Elle recueillera également vos propositions destinées à développer le politique senior de notre commune et du territoire des portes du Médoc, ce, en présence de la directrice du CLIC (Centre Local d'Information et de Coordination gérontologique).

**Rendez-vous : 13h45 à la salle du conseil municipal de l'Hôtel de Ville, Mérignac.**

## 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 : Résidence les Fauvettes - 3, av. du Maréchal-de-Latre-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 réunissent et confectionnent des effets pour les enfants prématurés, et d'autres choses, petites ou grandes. 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

- Comme chaque année la **médiathèque** organise un « **désherbage** » de ses collections. Autrement dit, elle se sépare de certains ouvrages (tous en excellent état, propres et pas forcément très anciens) pour laisser la place aux nouveaux dont elle s'enrichit régulièrement.

Chaque volume sera vendu 1€ et cette opération est ouverte à tous les métropolitains.

**Rendez-vous donc le vendredi 18 janvier de 13h à 21h – le samedi 19 janvier de 10h à 16h et le mardi 22 janvier de 13h à 19h.**

- Durant la dernière semaine bleue (début octobre), l'EHPAD « **les chardons bleus – Résidence OR-PEA** » s'est associée à l'association « **Salam** » de Marrakech. Cette association récupère du matériel médical (fauteuils, cannes, déambulateurs, lunettes, prothèses etc.), afin de leur donner une deuxième vie et d'en faire bénéficier des personnes qui n'ont pas les moyens de se les procurer et qui pourtant en ont grandement besoin. Nous relayons donc cette information en vous donnant leur coordonnée : **Association Salam 06 67 68 11 98.**

- Les rencontres avec les enfants de l'école Jules Ferry vont reprendre durant le trimestre avec une première date prévue **le mercredi 5 mars 2019**. Nous ne pouvons pas encore vous en communiquer les détails, mais ce sera chose faite le jour des inscriptions aussi, si vous êtes intéressés, ne manquez pas de nous demander et de vous y inscrire.
- Pour tous ceux, très nombreux qui sont restés sur **la liste d'attente pour la visite de l'hôtel de police**, nous reconduirons cette sortie sur 2019 et nous ne manquerons pas de vous recontacter en priorité. Affaire à suivre.
- **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).
- **Vous êtes de plus en plus nombreux à recevoir le programme d'animation trimestriel et donc à participer aux activités qui vous sont proposées. Nous sommes vigilants quant à la qualité des prestations et nous nous efforçons de satisfaire le plus grand nombre, en multipliant autant de fois que nécessaire, les sorties, les visites pour lesquelles le nombre de places est limité et qui suscitent un réel engouement. L'objectif final n'est pas de générer de la frustration de votre part mais de répondre tant que faire se peut à vos attentes. Cela demande un suivi scrupuleux pour chaque dossier, pour chaque date où nous nous engageons non seulement par rapport à vous, mais aussi par rapport à nos nombreux partenaires. Nous observons un phénomène qui a tendance à s'amplifier avec le temps. Des listes d'inscriptions pleines à craquer (mais pas trop si l'on veut préserver une certaine qualité) et, le jour J, un quart voire un tiers de manquants à l'appel. Que faut-il faire ?**

Certes, il y a toujours des impondérables et oui nous vous demandons de vous projeter longtemps à l'avance, et certains ont peur de ne plus avoir de place ou de ne pas être disponibles à une autre date mais attention...

La place que vous occupez sur la liste mais que vous ne prenez pas sur le terrain, une autre personne aurait aimé la prendre, et vous êtes nombreux à savoir pour l'avoir vécu personnellement, que l'annulation de l'un peut entraîner la participation de l'autre. Les règles du jeu sont donc simples. Pas d'inscriptions fantaisistes, la couleur du ciel ne peut être une excuse, et si oui, car nul n'est à l'abri, il y a un empêchement, merci de nous le signaler le plus tôt possible en mairie au 05 56 55 66 55 ou bien sur le téléphone portable des animateurs (Delphine et Didier) au 06 49 61 54 82.

**Ce programme est pour vous, préservez-le. Nous restons à votre écoute en essayant d'améliorer ce qui peut l'être et vous souhaitons une très belle année 2019.**

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 €.

- Les mardis 15, 22, le jeudi 24, le mardi 29 janvier et les mardis 5 et 12 février 2019.

## **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 6, 13, 20, 27 mars et les mercredis 3 et 10 avril 2019.

## **Stage Tablettes et Smartphones.**

Pour vous permettre d'acquérir une autonomie nécessaire pour une utilisation quotidienne.

Stage de 3 jours de 10h à 12h et de 14h à 16h. Prix du stage : 20 €.

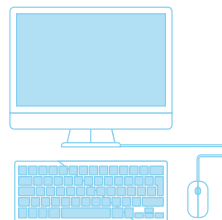
- Android : les vendredis 11, 18 et 25 janvier 2019.
- Android : les vendredis 1, 8 et 15 février 2019.
- Android : les jeudis 21 et 28 mars et le jeudi 4 avril 2019.
- Apple : les lundis 18, 25 mars et le lundi 1 avril 2019.

## **Mini Stage Thématique Ordinateurs Mac et Windows. Nouveau.**

Se former sur un sujet précis, 6 thèmes au choix.

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

- Gestion des fichiers : mercredi 23 et mercredi 30 janvier 2019.
- Traitement de texte : lundi 28 janvier et lundi 04 février 2019.
- Internet : mercredi 6 et jeudi 7 février 2019.
- Tableur : lundis 4 et 11 mars 2019.
- Communication : vendredis 8 et 15 mars 2019.
- Photos : mardis 19 et 26 mars 2019.



## **Aide Informatique Ordinateurs, Tablettes et Smartphones.**

Que ce soit pour une installation de logiciel, une mise à jour ou un nettoyage de son ordinateur, configurer sa tablette, 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 17 et 31 janvier 2019.
- Jeudi 14 février 2019.
- Jeudi 7 et 14 mars 2019.
- Vendredi 12 avril 2019.

## **Aide informatique MAC, iPad, iPhone d'Apple**

- Mercredi 13 février 2019.

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**.





100%  
seniors

05 56 55 66 50

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

**Adresse des 4 restaurants seniors :**

**Pôle gérontologique des Fauvettes,**

3, avenue du Maréchal-de-Lattre-de-Tassigny - 05 56 12 22 22

**Restaurant d'Arlac,**

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

 **Mérignac**