



100% SENIORS !

ANIMATIONS

avril, mai, juin 2026



Mérignac



SERVICE ANIMATION SENIORS

06 49 61 54 82

animation.retraites@merignac.com

16 avenue Roland Dorgelès

Permanence secrétariat : lundi, mercredi et vendredi de 9h à 12h

Le secrétariat du service animation seniors est établi provisoirement à la résidence autonomie Jean Brocas. C'est à cette adresse que vous pourrez rencontrer les animateurs pour toutes vos demandes (inscriptions, renseignements...), pour assurer le suivi de toutes les activités proposées, pour vous renseigner au mieux et répondre à vos questions.

Les inscriptions concernant ce trimestre se dérouleront à compter du :

mercredi 1^{er} avril de 9h à 16h30

puis le

jeudi 2 avril de 9h à 12h

au restaurant Jean Brocas au 16 avenue Roland Dorgelès

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.

Païement par chèque privilégié.



AVRIL

Animations seniors dans les foyers restaurants

Remue-Méninges

À travers des exercices ludiques (mots, chiffres, associations, logique, souvenirs...), les participants stimulent leurs capacités cognitives tout en partageant un moment d'échange et de bonne humeur.

Cette activité hebdomadaire favorise l'entretien de la mémoire, la concentration et le lien social, tout en restant accessible et adaptée au rythme de chacun.

Sur inscriptions selon les places disponibles (25 places maximum par session). Les lundis, mardis et mercredi, de 14h à 16h. Restaurants Jean Brocas, Fauvettes, Jard et Arlac

Exercices d'initiation théâtrale

La séance débute par des exercices corporels doux (mobilisation des articulations, étirements légers, respiration) afin de délier le corps, améliorer la posture et favoriser la détente. Elle se poursuit par des exercices de respiration et de voix : prise de conscience du souffle, projection vocale douce, articulation et jeux sonores. Ces activités permettent de renforcer la confiance en soi, de travailler la mémoire et de stimuler l'expression orale.

Des jeux collectifs simples (déplacements dans l'espace, coordination, écoute) sont ensuite proposés pour développer la concentration, la réactivité et le lien au groupe. L'accent est mis sur le plaisir de jouer, l'imaginaire et la convivialité.

*Sur inscription selon les places disponibles (12 places par session) de 14h à 16h.
Foyer restaurant Jean Brocas et Arlac*

CINÉMA



Jeudi 9 avril

L'enfant du désert (aventure, famille)

De : Gilles de Maistre

Avec : Nahel Tran, Sekkat, Nahil Bouazzaoui

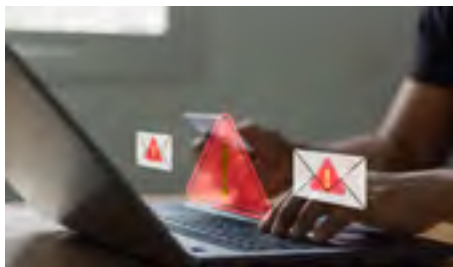
Sun, âgée de 14 ans, a publié un livre inspiré d'une histoire que son grand-père lui racontait : l'incroyable histoire d'Hadara, un enfant nomade perdu par sa famille à l'âge de 2 ans dans une tempête de sable dans le désert, qui a ensuite été recueilli et élevé par un couple d'autruches. Mais lorsque Sun est invitée à visiter le Sahara, elle se rend compte qu'Hadara est peut-être plus qu'une simple histoire pour s'endormir.

Rendez-vous : 13h45 au Mérignac Ciné

Début de la séance : 14h

Prix : 4 € à régler sur place

Présentation Agirabcd



Mardi 14 avril

Escroqueries carte bancaire et arnaques Internet

De nos jours, l'électronique et l'informatique sont de plus en plus présents dans nos achats et nos moyens de paiement. Ce développement s'est accompagné de nouveaux comportements frauduleux visant à soutirer de l'argent par des arnaques à la carte bancaire ou sur le réseau Internet. Nous vous proposons de passer en revue les techniques employées par les fraudeurs et les conseils pour améliorer la sécurité des transactions réalisées avec votre carte bancaire, ordinateur ou téléphone portable.

Sur inscription

*Rendez-vous : de 9h à 12h
à la résidence Jean Brocas*

Prix : 5€

Le saviez-vous ?

Monalisa, un réseau pour aider à rompre l'isolement des seniors

Vous souhaitez vous rendre utile et aider à rompre l'isolement des seniors, participez à notre réseau de lutte contre l'isolement des aînés (Monalisa). Vous bénéficiez de formations et d'un accompagnement au sein d'un groupe de bénévoles et vous pourrez agir concrètement en créant des liens avec une personne âgée isolée

Ville et CCAS de Mérignac 05 56 55 66 50 ou 05 56 55 66 55 et coordination.
isolement@merignac.com

Équipe citoyenne AGIRabcd maurymarie240@gmail.com

Équipe citoyenne Petits frères des pauvres nordouest.bordeaux@petitsfreresdespauvres.fr

Astrée bordeaux@astree.asso.fr

SORTIE JOURNÉE

Mardi 21 avril

La Saint-Denis-de-Pile et Libourne : cités à la confluence de l'Isle et de la Dordogne...

Pour cette journée, nous allons suivre le cours maritime de l'Isle entre sa confluence avec la Dordogne à Libourne et son cours amont à Saint-Denis-de-Pile. Sur cet axe, deux grandes étapes incontournables : Saint-Denis-de-Pile et la cité médiévale de Libourne. Saint-Denis-de-Pile, en rive gauche de l'Isle, une histoire et un patrimoine original : la plus grande villa gallo-romaine de Gironde, une église rare en plan grec, le château

Bômale (XVI^e siècle) qui rappelle déjà le Périgord, sans oublier la terrible catastrophe du 3 juin 1931... Repas de midi au restaurant à Saint-Denis-de-Pile. Puis, l'après-midi, nous rentrons dans la ville de Libourne pour évoquer la seule ville en France qui a bâti ses remparts en galets de lest tant son commerce portuaire fut à l'origine de la fondation de la bastide. Nous parlerons aussi des points de passage, des gués et des rares ponts du pays dont le plus célèbre s'appelle le Pont de Pierre comme à Bordeaux... Cette « société libournaise » a de quoi surprendre !

Sur inscription

Rendez-vous : 8h15 à la Maison des associations

Retour prévu : 18h30

Prévoir : tenue adaptée

Prix : 2,60 € pour le transport

18,00 € chèque, à l'ordre de Terre et Océan à remettre le jour de la sortie

SPECTACLE PIN GALANT



Jeudi 23 avril

“ELIXIR?”

« L'Élixir d'amour », célèbre farce musicale créée en 1832 par Donizetti,

sert de point de départ de ce spectacle musical insolite dans lequel le public est au cœur de l'action, tantôt spectateur, tantôt acteur.

Nemorino, un jeune villageois un peu naïf, est amoureux d'Adina, mais elle le repousse. Dulcamara, un camelot charlatan, arrive sur la place du village avec ses potions douteuses. Il propose un philtre d'amour au pauvre ténor éconduit...

Placés dans un labyrinthe de tables, dans une pagaille organisée, nous glisserons du réel à la fiction, de la voix parlée à la voix chantée, du fou rire à l'émotion. De la musique lyrique de Donizetti à la variété italienne en passant par la chanson française et sicilienne, on assiste à une création musicale à la fois insolite et exubérante pour une expérience inédite d'opéra !

Sur inscription - Places à récupérer au guichet du Pin Galant la semaine précédant le spectacle

Rendez-vous : 14h15 au Pin Galant

Prix : 15 € par chèque, à l'ordre du Pin Galant

CONFÉRENCE Terre et Océan

Vendredi 24 avril

Sectes et Liberté ?

Daniel Picotin, Historien, avocat honoraire à la Cours de Bordeaux, ancien député de la Gironde, commissaire du rapport de l'Assemblée Nationale sur les « sectes en France » et ancien maire de Saint-Ciers-sur-Gironde

La France, en vertu du principe de laïcité, s'est interdit de définir le fait religieux ou spirituel pour ne pas heurter la liberté de conscience (1905) ce qui a l'inconvénient de laisser une

certain place aux « dérives sectaires » qui sont le parfait contraire de la Liberté. Pour tenter d'approcher le phénomène, on peut retenir certaines tentatives de définitions des sectes comme celle-ci : « un groupement hiérarchisé autour d'un chef qui, sous prétexte de promouvoir une idéologie ou une croyance, use de contraintes morales ou physiques destinées à asservir les membres en leur ôtant toute capacité de jugement critique, aux fins d'enrichissement ou de tout autre bénéfice personnel » (Georges FENECH, 1999). Conséquence importante à relever pour la France : l'existence des sectes n'est pas interdite et seules les manifestations des dérives sectaires tombant sous le coup des textes législatifs de droit civil ou de droit pénal peuvent être relevées. Il convient de relever également que le paysage sectaire a beaucoup évolué ces dernières années tendant à l'éclatement sur le territoire : gourou individuel, micros-structures franchisées, développement des « dérapeuthes » qui agissent, pour l'instant, en toute impunité, en dehors des professions organisées telles que les psychiatres, les psychologues, psychanalystes.

Sur inscription

Rendez-vous : 14h à l'auditorium de la médiathèque Michel Sainte-Marie

Prix : 3,10 €

CINÉMA



Jeudi 30 avril

Le chant des forêts (documentaire)

De : Vincent Munier

Avec : Vincent Munier

Après *La Panthère des neiges*, Vincent Munier nous invite au cœur des forêts des Vosges. C'est ici qu'il a tout appris grâce à son père Michel, naturaliste, ayant passé sa vie à l'affût dans les bois. Il est l'heure pour eux de transmettre ce savoir à Simon, le fils de Vincent. Trois regards, trois générations, une même fascination pour la vie sauvage. Nous découvrirons avec eux cerfs, oiseaux rares, renards et lynx... et parfois, le battement d'ailes d'un animal légendaire : le Grand Tétràs.

Rendez-vous : 13h45 au Mérignac Ciné

Début de la séance : 14h (1h30)

Prix : 4 € à régler sur place

Focus sur une association

Résidence Plein Ciel

La résidence autonomie Plein Ciel s'adresse aux personnes âgées de 60 ans et plus autonomes souhaitant vivre dans un cadre sécurisé tout en conservant leur indépendance avec des appartements de type T1 bis ou T2, confortables et indépendants, favorisant la vie sociale tout en respectant l'intimité de chacun.

Bien plus qu'un lieu d'habitation pour séniors, la résidence plein Ciel est un véritable projet social porté par le CCAS de Mérignac depuis le début de l'année 2026.

Plus de renseignements au 05 56 24 45 75 - Dossier à constituer directement à la résidence autonomie.

MAI

EXPOSITION MEDIATHEQUE

Mercredi 5 mai

Exposition 1, 2, 3 Soleil ! Exposition d'archives interactive et ludique

L'exposition 1, 2, 3, Soleil ! propose une plongée dans l'histoire locale à travers les archives de la Ville de Mérignac.

Photographies de rues, portraits d'habitant-es, paysages anciens, cadastre et vues aériennes... ce patrimoine souvent invisible devient la matière première de créations artistiques

originales.

Le collectif d'artistes SLIDERS_lab [F. Curien et J.M. Dallet] s'empare de ces documents pour proposer une série d'installations ludiques mêlant techniques traditionnelles d'exposition et techniques numériques.

L'Association Le Musée Imaginé propose une visite de l'exposition.

Sur inscription

Rendez-vous 14h15 à l'entrée de la médiathèque Michel Sainte-Marie

CINÉMA



Jeudi 7 mai

Le diable s'habille en Prada 2 (Comédie)

De : David Frankel

Avec : Meryl Streep, Anne Hathaway, Emily Blunt

Miranda, Andy, Emily et Nigel replongent dans l'univers impitoyable et glamour du magazine Runway et des rues new-yorkaises où l'élégance est une arme redoutable.

Rendez-vous : 13h45 au Mérignac Ciné

Début de la séance : 14h00 (1h53)

Prix : 4 € à régler sur place

SPECTACLE PIN GALANT



Mardi 19 mai

La Veuve Rusée

La Veuve Rusée est une aventure captivante, l'histoire d'une femme qui rêve et se bat pour sa liberté, car c'est elle qui fixe les règles !

Rosaura, une jeune, belle et riche veuve vénitienne, rencontre quatre prétendants : Milord Runebif, l'anglais ; Monsieur Le Blau, le français ; Don Alvaro de Castille, l'espagnol ; et le comte Bosco Nero, l'italien. Chacun d'eux la courtise par l'intermédiaire de l'espiègle Arlequin.

Mais Rosaura est indécise. Aidée de sa dame de compagnie Marionnette, elle réfléchit à un stratagème pour faire son choix. Mais la surprise, comme l'amour – surtout à Venise – est toujours au coin de la rue...

Dans cette mise en scène enlevée et réjouissante, l'excellente troupe joue la comédie des sentiments avec un plaisir indéniable. On se régale de ces tourbillons amoureux et on rit de bon cœur des travers et autres facéties des personnages. Un vrai bonheur !

Sur inscription - Places à récupérer au guichet du Pin Galant la semaine précédant le spectacle

Rendez-vous : 20h30 au Pin Galant

Prix : 28€, par chèque à l'ordre du Pin Galant

VISITE



Jeudi 21 mai

Muséum d'Histoire naturelle

Le Muséum d'Histoire Naturelle de Bordeaux, aujourd'hui nommé Muséum de Bordeaux – sciences et nature, est l'un des plus anciens musées de France. Fondé en 1791, il occupe l'élégant Hôtel de Lisleferme, un bâtiment du XVIII^e siècle qui témoigne du riche patrimoine architectural bordelais. Entièrement rénové et repensé, le muséum propose une scénographie contemporaine qui met en dialogue science, histoire et société.

Ses collections, parmi les plus importantes en région, rassemblent des milliers de spécimens : animaux naturalisés, squelettes, fossiles, minéraux, herbiers et objets scientifiques. Le parcours invite le visiteur à explorer la biodiversité, l'évolution du vivant et la place de l'être humain dans la nature, tout en abordant les grands enjeux environnementaux actuels tels que la protection des espèces, le changement climatique et la relation entre activités humaines et milieux naturels.

Sur inscription

Rendez-vous : 13h15 à l'arrêt du tram C « Jardin Public »

Gratuit

SORTIE JOURNÉE

Mardi 26 mai

Moissac : pierres d'Éternité !

Le département du Tarn-et-Garonne né artificiellement d'une décision impériale de Napoléon I^{er} a pour l'essentiel un caractère rural marqué. Il n'y a bien que deux endroits qui offrent une « fenêtre » culturelle, comme un îlot de patrimoine au milieu d'un désert... Moissac est l'un de ces lieux. Mais l'endroit dépasse toute espérance car il s'agit d'un joyau de l'art (des arts) toute époque confondue. Au programme : le matin nous partirons en visite guidée à la découverte des deux monuments emblématiques de cette cité ancestrale : le très célèbre cloître roman – le plus ancien cloître roman de France – et son abbatale avec son tympan (l'un des quatre plus beaux de France). Le tout est classé au Patrimoine mondial de l'UNESCO et se situe sur la voie des pèlerins de Vézelay. Après un repas libre en centre-ville de Moissac, nous hésitons encore entre les quartiers médiévaux et les quartiers Art Déco des bords du Tarn et du Canal Latéral. Ce qui est certain, c'est que la journée ne suffira pas pour découvrir toutes les richesses cachées dans cette ville mais vous allez repartir avec l'envie d'y revenir...

Sur inscription

Rendez-vous : 8h à la Maison des associations

Retour prévu : 19h

Prévoir : tenue adaptée et pique-nique

Prix : 2,60 € pour le transport

20 € chèque à l'ordre de Terre et Océan à remettre le jour de la sortie

VISITE



Jeudi 28 mai

Cité Frugès-Le Corbusier (Pessac)

La Cité Frugès est inscrite sur la liste du Patrimoine mondial de l'humanité par l'UNESCO depuis juillet 2016, inscription collective de 17 sites au titre de l'œuvre architecturale de Le Corbusier, une contribution exceptionnelle au Mouvement moderne.

Lorsqu'ils sont inaugurés en juin 1926, les Quartiers Modernes Frugès illustrent de manière incomparable l'approche expérimentale propre aux architectes modernes et la volonté de Le Corbusier de transgresser les conventions et les savoir-faire de son époque.

L'ambition du commanditaire, l'industriel sucrier girondin Henry Frugès, et des architectes, Le Corbusier et Pierre Jeanneret, est ici de lier art, progrès social et innovation constructive.

Sur inscription

Rendez-vous : 13h45 à l'arrêt de bus 34 La Forge (Cité le Corbusier)

Gratuit

CONFÉRENCE Terre et Océan

Vendredi 29 mai

Libre comme un oiseau migrateur...

Gaël Barreau, DEA en Écologie et DESS en Environnement, médiateur scientifique et culturel « Nature et Biodiversité » de Terre et Océan.

Pour les oiseaux, les frontières n'existent pas. Depuis toujours, les hommes les voient entreprendre de grands voyages avec pour bagages quelques plumes et guère plus. Mais pourquoi ces oiseaux migrent-ils ? Quels sont leurs buts ? Quels sont les mécanismes qui permettent à ces animaux qui, bien que pesant pour certains quelques grammes, arrivent à voyager sur des milliers de kilomètres ? Synonyme d'horizons lointains, les hommes y voient souvent le symbole d'une liberté éternelle...

Sur inscription

Rendez-vous : 14h à l'auditorium de la médiathèque Michel Sainte-Marie

Prix : 3,10 €

JUIN

EXPOSITION VIEILLE ÉGLISE



Mercredi 3 juin

Avant, bientôt, Olivier Crouzel

Le Krakatoa a fermé ses portes en

décembre 2024 pour un chantier de réhabilitation. Sur la durée des travaux, la ville de Mérignac a invité Olivier Crouzel pour réaliser un travail de recherche artistique sur la métamorphose du lieu. À travers des installations vidéo et des photographies, il transmet symboliquement les 34 années d'usage au nouveau bâtiment, en faisant le lien entre le passé et le futur, à travers les gestes de ceux qui l'utilisent et ceux qui le construisent. Les films, les photographies et les objets issus de ce travail artistique seront exposés à la Vieille Église à travers une série d'installations vidéo.

Visites commentées avec une médiatrice : mercredi 3 juin (14h-15h) - Gratuit

CONFÉRENCE

Les Histoires de l'Art

Vendredi 5 juin

Le Nu

Par Jérôme Laborde, enseignant-conférencier.

Le nu est l'un des grands thèmes de l'histoire de l'art, de l'Antiquité jusqu'à nos jours, il intéresse toujours les artistes... masculins, pour représenter les femmes, de Vénus en Olympia. Mais lorsque les artistes femmes veulent elles aussi s'y mettre, en représentant les hommes, rien ne va plus ! Nous verrons cette histoire, des nus masculins autant que féminins, il y en aura pour tout le monde, tous les goûts et les couleurs de peau !

Sur inscription

Rendez-vous : 14h à l'auditorium de la médiathèque Michel Sainte-Marie

Prix : 3,10 €

SORTIE JOURNÉE



Mardi 9 juin

Talmont et Barzan...

Une journée consacrée aux plus beaux rivages de la Gironde ! Deux étapes importantes pour évoquer deux époques différentes. Le matin, nous serons reçus par deux guides pour une visite détaillée du site antique du Fâ à Barzan : déambulation dans une partie de cette ville gallo-romaine disparue avec une découverte du temple (fanum), des thermes entièrement restaurés, du port sur l'estuaire avec ses entrepôts et une évocation du théâtre et des quartiers d'habitation qui vont de l'époque gauloise jusqu'à l'époque mérovingienne. Nous profiterons du musée archéologique exceptionnel et des documentaires audiovisuels récemment publiés. Repas de midi (pique-nique) sur le site archéologique avec une salle à l'abri si nécessaire. Puis, l'après-midi, nous descendrons sur les rivages pour rejoindre la petite cité « éternelle » de Talmont avec ses ruelles médiévales et son église romane Sainte-Radegonde, véritable image d'Épinal de la Charente-Maritime. Si la météo le permet nous « escaladerons » les falaises de Cornebrot

pour profiter de la plus belle vue sur Talmont et pour évoquer le cimetière « marin » de Cornebrot. Une très belle journée à venir...

Sur inscription

Rendez-vous : 8h15 à la Maison des associations

Retour prévu : 18h30

Prévoir : tenue adaptée et pique-nique

Prix : 2,60 € pour le transport

19 € chèque à l'ordre de Terre et Océan à remettre le jour de la sortie

CONFÉRENCE Terre et Océan

Vendredi 12 juin

Arbres de la Liberté : la magnificence de l'arbre et son paradoxe éternel ?

Par Begoña Garrido Diaz, Master en Environnements, médiatrice scientifique et culturelle « Environnement, Nature et Botanique » de Terre et Océan.

Les arbres sont associés à des symboles puissants dans toutes les cultures et les époques. En Europe, les arbres sont fréquents dans l'imaginaire et certaines espèces, et même individus ont été sacralisés. Plus récemment, pendant la Revolution Française et tout le long du XIX^e siècle, ils ont été le symbole de la Liberté. Mais, en même temps les besoins de la population et la vision utilitariste du paysage et des arbres a provoqué une diminution continue des surfaces arborées, notamment les forêts. Pourtant, à l'heure actuelle, partout, on a conscience que l'homme a besoin des arbres. Par exemple pour lutter contre la désertification, créer des îlots de fraîcheur en ville, diminuer le déclin de la biodiversité, ... Quels sont les paradoxes entre l'émerveillement des arbres et les planifications de

territoires ? Est-ce qu'il existe des outils pour protéger les arbres et leurs fonctions écologiques ? De nos jours, à toutes les échelles, ils sont devenus des emblèmes de lutte contre les enjeux écologiques et sociaux.

Sur inscription

Rendez-vous : 14h à l'auditorium de la médiathèque Michel Sainte-Marie

Prix : 3,10 €

CINÉMA



Jeudi 18 juin

La bataille De Gaulle (historique, triller)

De Antonin Baudry

Avec : Simon Abkarian, Simon Russell Beale, Florian Lesieur

Juin 1940. La France s'effondre et signe l'armistice. Au milieu du chaos, un homme refuse de céder. Seul contre tous, ce général inconnu s'échappe vers Londres pour sauver ce qu'il reste d'un rêve : la liberté. Sans armée, sans appui, sans espoir. Mais avec une folle conviction : la France, sa France, n'a pas déposé les armes. Il tente un ultime pari : convaincre le monde que la bataille de France n'est ni terminée, ni perdue. La réalité est têtue, et lui donne tort. Mais peu à peu se lèvent autour de lui

en Angleterre, en France et en Afrique des résistants de l'ombre, des lycéens révoltés, des soldats déterminés. Leur foi, leur audace, leur rage de liberté défient l'Histoire qui semblait pourtant écrite d'avance.

Rendez-vous : 13h45 au Mérignac Ciné

Début de la séance : 14h (1h53)

Prix : 4 € à régler sur place

LES COULISSES DU CINÉMA

Vendredi 19 juin

En partenariat avec le Mérignac-Ciné, nous vous invitons à (re)découvrir un film.

La projection sera suivie d'un commentaire sur le film, le metteur en scène, les acteurs, les conditions du tournage, le genre, la technique, l'époque... Tout cela grâce aux propos éclairés, ponctués d'anecdotes de Charles-Edouard Woisselin, spécialiste du cinéma, aussi passionné que passionnant, qui nous réglera par sa connaissance du 7^{ème} art.



Film : La Femme infidèle (Drame, Thriller) 1969

De : Claude Chabrol

Avec : Stéphane Audran, Michel Bouquet, Michel Duchaussoy

Charles, un notable mollement amoureux de sa femme, vit une vie parfaite selon tous les standards bourgeois : belle maison, belle voiture, très belle femme... Sage rêve conformiste. Mais bientôt, celui-ci soupçonne son épouse d'avoir une relation adultère. Et à mesure que le doute s'installe, autre chose, de plus profond et dérangeant, semble faire son chemin en lui. À la fin des années 60 et au début des années 70, Claude Chabrol n'est plus le critique trublion qui agite le cinéma français avec ses comparses de la Nouvelle-Vague mais un réalisateur qui a à son actif quelques films réussis et une réputation à consolider. Il va se lancer dans une collaboration économico-artistique relativement inattendue avec le producteur André Génovès laquelle donnera naissance en 7 ans à une dizaine de long-métrages plus savoureux les uns que les autres. Dans *La Femme Infidèle*, on retrouve Michel Bouquet, Stéphane Audran et Maurice Ronet, au diapason d'un cinéaste en état de grâce. Grincements de dents garantis, rigolade en option. À ne manquer sous aucun prétexte !

Rendez-vous : 13h20 au Mérignac Ciné

Début de la séance : 13h45

(1h38 + commentaires)

Prix : 4 € à régler sur place

JUILLET

CROISIÈRE JOURNÉE

Mardi 7 juillet

Croisière sur l'estuaire de la Gironde au départ du port de Bordeaux et à

destination de Cadillac...

Embarquement dans le port de la Lune à Bordeaux sur le Marco Polo pour remonter le fleuve jusqu'au port de Cadillac. Commentaires tout au long de la croisière avec au programme : la façade maritime de Bordeaux, les ponts et les ports en amont de Bordeaux (Bègles, Cadaujac, Cambes, Baurech, Podensac, Rions, Béguey, etc), un passage au large des îles d'Arcins et de Lalande avant de rejoindre Cadillac. Après le repas de midi (pique-nique), visite de l'escale pour évoquer l'histoire plurimillénaire de la cité de Cadillac (antiquité romaine, époque carolingienne et surtout médiévale). Nous vous avons préparé un itinéraire agréable dans les ruelles anciennes en suivant les lignes de rempart si bien conservées autour de cette bastide du XIII^e siècle. Nous rejoindrons les jardins du château, mais aussi l'ancienne chapelle seigneuriale, les portes de la Mer et de l'Horloge... Puis, navigation retour avec un temps de détente pour profiter du paysage avant d'engager les « discussions » sur le devenir de notre fleuve au XXI^e siècle et de refaire le monde...

Sur inscription

Rendez-vous : 8h à l'arrêt de Tram A « Stalingrad »

Retour prévu : 17h

Prix : 37,00 € 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 ainsi que sur tablette et smartphone Android. Pour les ateliers se déroulant au 20 rue du Dr Fernand Grosse, les participants seront contactés par les intervenants au préalable.

Présentation « Osez le numérique »

Présentation des différents sites des services publics, création de comptes, gestion des mots de passe et création identifiant FranceConnect.

Gratuit

9h30-12h

Mercredi 29 avril

Résidence Jean Brocas

Atelier FranceConnect.

Pour accéder facilement à de multiples sites administratifs, un identifiant FranceConnect est pratique. Venez le créer.

14h à 16h

Prix : 5€ en chèque

Judi 30 avril

20 rue du Dr Fernand Grosse

(Résidence Les Fauvettes, bâtiment B)

Stage Ordinateurs Windows 11

Le contenu du stage sera adapté à votre demande et à vos besoins.

Stage de 3 jours de 10h à 12h

et de 14h à 16h.

Prix du stage : 24 € en chèque.

Mardi 7, mercredi 8, jeudi 9 avril

20 rue du Dr Fernand Grosse

(Résidence Les Fauvettes, bâtiment B)

Stage Tablettes et Smartphones Android.

Le contenu du stage sera adapté à votre demande et à vos besoins.

Stage de 2 jours de 9h30 à 12h et de 13h30 à 16h

Prix du stage : 20 € en chèque

Mercredi 10 et jeudi 11 juin

20 rue du Dr Fernand Grosse

Aide Informatique Ordinateurs, Tablettes et Smartphones Android.

Que ce soit pour une installation de logiciel, une configuration de tablette ou de smartphone, cette assistance technique est là pour vous aider.

10h à 12 h.

Prix : 10€.

Communication des dates ultérieurement en fonction du nombre de participants.

*Ateliers au 20 rue du Dr Fernand Grosse
(Résidence Les Fauvettes, bâtiment B)*

Présentation Intelligence Artificielle

- Concepts de base de l'intelligence artificielle et de son impact sur la recherche d'information et la génération de contenu.
- Découverte des principaux modèles d'IA de recherche d'information (Perplexity), et d'IA générative (ChatGPT, Gemini, Mistral, Claude).

Gratuit

Judi 2 avril

9h30 - 12h et 13h30 16h

(lieu communiqué ultérieurement)

Atelier IA

Pré requis avoir suivi module présentation IA

Mise en pratique adaptée aux besoins des participants

Gratuit

Mardi 21 avril 10h-12h

Vendredi 24 avril 10h -12h

Mardi 12 mai 10h-12h

Ateliers au 20 rue du Dr Fernand Grosse

(Résidence Les Fauvettes, bâtiment B)

NOM : PRÉNOM :
TÉLÉPHONE :

Merci de remplir cette fiche par ordre chronologique des animations.
Règlement par chèque privilégié à régler à l'inscription
(sauf exceptions précisées dans le programme)

RÉSERVÉ AU SERVICE	DATE	ANIMATION	TARIF

Merci d'informer le service au **06 49 61 54 82** en cas d'empêchement, cela permettra à une autre personne de profiter de la place.



mérignac

Exposition
d'archives
interactive

1, 2, 3 soleil!

Collectif SLIDERS_lab

7 avril_25 juillet

Médiathèque
Michel Sainte-Marie

Entrée libre et gratuite

+ d'info sur merignac.com et sur l'app Ici Méridnac

 **Mérignac**