AMITIES SAINT MEDARDAISES

Le Journal des Amitiés Saint - Médardaises

Publication gratuite des Amitiés Saint-Médardaises éditée par nos soins grâce aux moyens techniques de la mairie de Saint Médard en Jalles.
Directeur de publication : Françoise Hanusse -

Janvier / Février 2023

Mot de la présidente

Chers amis, chers adhérents
Nous voilà en 2023,
Après 3 années compliquées, nous repartons plein d'envies et d'espoir. Le conseil d'administration se joint à moi pour vous souhaiter une bonne et heureuse nouvelle année pour vous et vos proches.
Que cette nouvelle année nous permette de vivre ensemble activités, sorties, voyages. Beaucoup de nouveaux adhérents nous rejoignent, accueillons-les, les Amitiés Saint Médardaises se doivent d'assumer leur nom.
Prenez soin de vous.
F. Hanusse

ESCAPADE dans la Vallée de Isle – **Vendredi 24 Février**

Inscriptions closes

- Départ de **Saint Médard en bus** pour une Visite du moulin de **Porchères**, ou moulin du Barrage, ancien moulin à eau situé sur l'Isle à Porchères

- Pose restauration à l'auberge **d' Abzac.**

- Visite du **Château d'Abzac** propriété viticole et du **moulin du Château** actuellement transformé en manufacture.

Menu de l'Auberge d'Abzac.

Crème brûlée au foie gras et ses toasts et confit d'oignons
Croustillant de bœuf, jus vin rouge et ses légumes rôtis.
(**Joue de bœuf confite au vin**)
Entremet **Pavlova** aux mangues et ananas.
(sorbet ananas)
Vins et Café.

Tarif de la journée 60 EUROS

Horaires de passage du bus

8h 30 - Espace aquatique
8h 35 - Pharmacie verte
8h 45 - République
8h 50 - Stade
9h 00 - BBJ (gendarmerie)

La Bretagne - Les Secrets du Morbihan du 10 au 17 Juin 23

Quelques places pour le séjour en **Bretagne Sud**.
Voir le journal de décembre pour le détail du séjour

Prix du séjour 1050 €
Chambre individuelle +139 €

Tableau des activités et leurs tarifs - Année 2023

Activités	Jours/Horaires/ Fréquence	Lieux	Tarif - Conditions d'inscription. (* Paiement/3 fois)
Atelier floral	Un jeudi / mois de 15h à 17h ou un vendredi / mois 10h à 12h ou 15h à17h	Salle des "Fontaines de Picot"	Adhésion + 35 € par atelier maxi : 3 x 10 pers
Bridge	Mardi 14h00 à 17h00	Bati FE, Salle 2	Adhésion
Bridge loisir	Mardi 14h00 à 17h00	Pôle Simone Veil	Adhésion
Broderie	Mardi 14h00 à 17h00	Salle des "Fontaines de Picot"	Adhésion
Club Lecture	Dernier jeudi du mois 14h00 à 16h30	Salle des "Fontaines de Picot"	Adhésion - maxi 20 pers.
Couture	Mercredi 9h00 à 12h00 Hors V. Sc.	Pierre Mendès France Salle Joséphine Baker	Adhésion + 270 € par an (*) 30 fois 3h - maxi 10 pers
Généalogie	Un vendredi / mois 10h à 12h - voir agenda.	Annexe 1	Adhésion
Gymnastique	Lundi 14h00 à 15h00 Mercredi 11h00 à12h00 Hors V.Sc	Dojo Cosec Dojo Magudas	Adhésion + 90 € par an (*) 60 fois 1h - maxi 30 pers
Les Chiffres et les lettres	Vendredi 14h00 à 16h00	Bati FE, Salle 2	Adhésion
Marche d'entretien	Jeudi 14h00 à 16h30	Départ Place Charles Garaud	Adhésion + (4 €)
Marche à la journée	Un samedi / mois	Randonnée à la journée	Adhésion à la section marche d'entretien
Peinture Multi supports	Lundi 14h30 à 17h00 Hors V. Sc.	Salle de l'Estran	Adhésion + 240 € par an (*) 30 fois 2h30 - maxi 12 pers.
Photo – Video	Lundi 14h à 16h	Pierre Mendès France Salle Joséphine Bake	Adhésion
Pilates	Lundi 11h00 à 12h00 ou Mercredi 10h00 à11h00	Dojo Cosec Dojo Magudas	Adhésion + 90 € par an (*) 30 fois 1h - maxi 15 pers x 2
Piscine	Mardi 11h15 à 12h 15 Vendredi 11h15 à12h 15	Espace Aquatique	Adhésion + **105€** par an(*) 1 fois / semaine **150€** 2 fois / semaine.
Aquagym	(piscine) Mardi 11h15 à 12h 15 (aquagym)Mardi.11h15à12h15 ou (aquagym)Vend.11h15 à12h15	Espace Aquatique	- Adhésion **+159€** par an(*) Aquagym 1 fois / semaine - (30 séances). - Adhésion **+198€** par an(*) Aquagym 1 fois / semaine (30 séances) + 1 séance Piscine.
Pyramide	lundi 15h15 à 17h45 Vendredi 16h00 à 18h00	Bati FE, Salle 2	Adhésion
Scrabble	Vendredi 14h00 à 17h00	Salle des "Fontaines de Picot"	Adhésion
Tarot	Mardi 14h00 à 17h00	Pôle Simone Veil	Adhésion
Yoga	Mardi 10h à11h30 Hors V. Sc ou Jeudi 10h à 11h30 Hors V. Sc.	Salle de danse de Corbiac	Adhésion + 150 € par an (*) 30 fois 1h30 - maxi 15 pers.x 2 Enseignement selon Swami Sivananda

* possibilité paiement en trois fois

Voyage à bord du "Seudre Océan Express"

Vendredi 24 Mars 2023
vous êtes cordialement invités à monter à bord du
Seudre Océan Express.

Départ de Saint Médard en Jalles, en bus en direction de **Saujon(17),** en pays de Saintonge.

En gare vous attendra :
Un train constitué par les cheminots du "**Train des Mouettes**" et pour la restauration celle du restaurant **"La Forêt de Meschers".**
Vous serez accueillis pour un **déjeuner gastronomique**, servi dans une ambiance chaleureuse et décontractée dans un décor digne des Grands Express Européens.
Ce train voyage entre **Saujon et Chaillevette**, le long de l'**estuaire de la Seudre**, sur une ancienne voie ferrée, dédiée autrefois au transport des huîtres..
L'accueil des passagers à la gare est prévue à partir **11h30**. Le train démarre à **12h00** pour un **aller et retour** de 3h.

Tarif de la journée 90 €

Nombre de **places limitées**. Inscription au secrétariat dés la parution du présent journal

Broderie

L'atelier broderie a accueilli depuis la rentrée de janvier une **nouvelle brodeuse**: Brigitte qui j'espère restera longtemps avec nous.
Hélène G.

Piscine Aquagym

Attention pas **d'Aquagym** pendant les vacances d'hiver (4 au 20 février).

Une seule séance de **Piscine** par semaine , **Vendredi 10 et 17 février** aux mêmes horaires.

Peinture Multi-supports

Les **artistes-peintres** des Amitiés ont commencé l'année dans la bonne humeur, mais aussi le plaisir de se retrouver, le partage, l'échange et l'amitié.
Cette année les décoratrices sur **porcelaine** ont des **idées** résolument modernes.
En projet, un service d'assiettes, motifs inspirés des **tableaux de Picasso**. Ce sera un **cadeau**, offert aux petits-enfants. Autre réalisation: des assiettes à dessert, décorées de portraits de "femmes au chapeau", très stylisés . Ce service est en attente d'un passage au four à cuisson, qui fixera, de **façon durable**, les couleurs, dans l'émail de la porcelaine. Ce sera, aussi, un cadeau. Le plaisir d'offrir, mais aussi le plaisir de dire "**c'est moi qui l'ai peint**". Comme le temps passe vite lorsque nous tenons nos pinceaux !
M. Jouinot

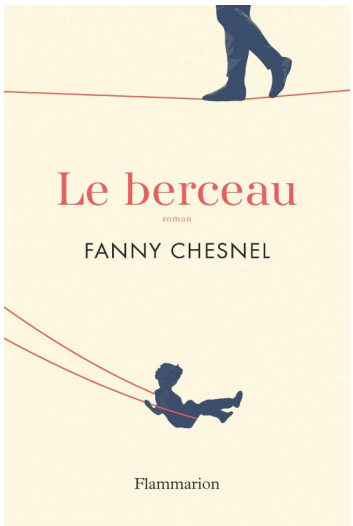
Art floral

Pour commencer l'année en douceur, nos fleuristes vous proposent une **composition "zen"** dans un style bouquet totem.

Dans un contenant au **ligne sobre**, une structure verticale en mousse synthétique est calée, habillée de **feuilles de magnolia** pour la dissimuler. Trois feuilles de **raphis palme** taillées en biseau sont disposées pour un **effet graphique**, des brins de **T-grass** , et des arceaux de rotin noir pour le volume.

C'est alors que prennent place des **tulipes orange**, ainsi que **des œillets vert pastel** quelques fleurons de **santini,** donnant un **effet japonisant** à cette composition.
P.Vias

Club lecture



Le **Jeudi 16 février au lieu du 23,** le Club Lecture se réunira autour du livre « Le Berceau » de **Fanny Chesnel.**
Résumé de l'éditeur .
Joseph fabrique le berceau de sa première petite-fille, lorsqu'un coup de téléphone l'interrompt. Un crash d'avion: son fils dedans, son gendre aussi. Et la petite alors? Sauve, bien vivante ! Prête à naître, car grandissant dans le ventre d'une mère porteuse canadienne choisie par le couple homosexuel.
Joseph n'a jamais foutu les pieds hors de sa Normandie natale, il a passé sa vie dans une ferme, vendu ses vaches, enterré sa femme : il n'a plus que cette enfant en tête. Alors il part. À la rencontre de la minuscule promesse qui prolonge l'existence de son fils. À la rencontre de la jeune étrangère, farouche et indomptable, qui la couve. Rien n'est simple dans cette histoire, mais il se lance, à plein régime, dans une réinvention audacieuse et poignante de la famille contemporaine.
Bonne lecture.

Bâtiment FE
2 place Charles Garaud
33160 Médard en Jalles

Les Amitiés Saint-Médardaises

Adresse postale : Hôtel de Ville
Place de l'Hôtel de Ville – CS 60022 - 33167 – St Médard en Jalles Cédex
Téléphone : 05 56 51 92 72
Mail : **secretariatasm@gmail.com**
Horaires du Bureau : Lundi, Mardi et Jeudi de 13H30 à 16H00
Retrouvez– nous sur le web : **https://amities-saint-medardaises.saintmedardasso.fr**