



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 -

Juillet Août 2023

Déjeuner spectacle au cabaret "Le Mirage"



Nous vous proposons le **Samedi 14 Octobre** un déjeuner spectacle au **Cabaret "Le Mirage"** de Mézos (Landes).
L'horaire de ramassage du bus sera communiqué une dizaine de jours avant la date.

Menu du déjeuner



Crème brûlée au foie gras.
Ses toasts et sa gelée aux piments d'Espelette.
Magret grillé et ses légumes du soleil.
La trilogie du Mirage.
Café

Vous assisterez au nouveau spectacle **La Revue " Extravagance "**

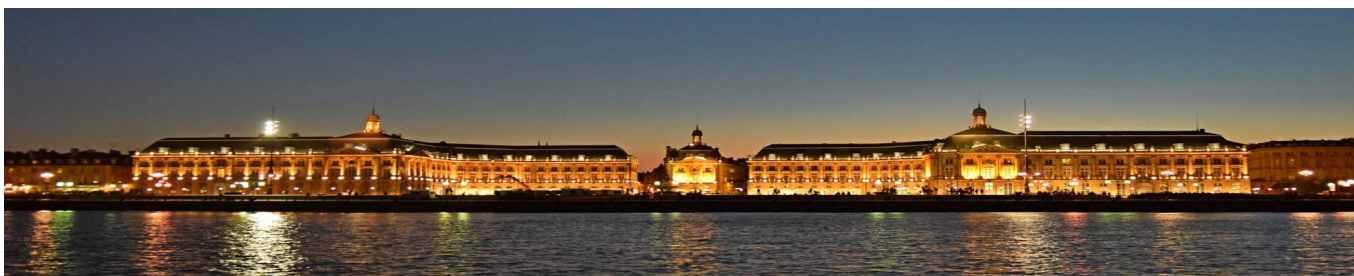
Tarif de la journée 80 euros

⚠ Voyages Excursions. Conditions d'annulation : aucun remboursement ne sera effectué, si l'annulation pour la sortie ne parvient pas 15 jours avant la date prévue.

⚠ La participation à tous les voyages et excursions est ouverte à tous les adhérents, ayant une adhésion annuelle à jour à l'association des Amitiés Saint Médardaises. Tous les règlements sont à effectuer par chèque ... nous n'acceptons pas les espèces, ni les cartes bancaires. Merci de votre compréhension



Croisière fluviale sur le thème des années 80



Une **excursion fluviale** est prévue au départ du port de la lune avec **Croisi_Europe** sur le **Thème des années 80**. Un **Week-end festif** sur le **Cyrano de Bergerac** avec une nuit à bord est programmé le **4 et 5 novembre**.
Plus d'informations prochainement

Tableau de reprise des activités

Activité	Jours/Horaires/ Fréquence	Date de reprise des activités	Lieux
Atelier floral 	Un jeudi / mois de 15h à 17h ou un vendredi / mois 10h à 12h ou 15h à 17h	Jeudi 14 et Vend. 15 Sept.	Salle des "Fontaines de Picot"
Bridge	Mardi 14h00 à 17h00	Mardi 19 Sept.	Bati FE, Salle 2
Bridge loisir	Jeudi 14h00 à 17h00	...	Salle de l'Estran
Broderie	Mardi 14h00 à 17h00	Mardi 12 Sept.	Salle des "Fontaines de Picot"
Club Lecture	Dernier jeudi du mois 14h00 à 16h30 	Jeudi 31 Août	Salle des "Fontaines de Picot"
Couture	Mercredi 9h00 à 12h00	Mercredi 20 Sept.	Pierre Mendès France Salle Joséphine Baker
Généalogie	Un vendredi / mois 10h à 12h - voir agenda.	Vendredi 8 Sept.	Pôle Simone Veil
Gymnastique	Lundi 14h00 à 15h00 Mercredi 11h00 à 12h00	Lundi 18 Sept. Mercredi 20 Sept.	Dojo Cosec Dojo Magudas
Les Chiffres et les lettres	Vendredi 14h00 à 16h00	...	Bati FE, Salle 2
Marche d'entretien 	Jeudi 14h00 à 16h30	Jeudi 14 Sept.	Départ Place Charles Garaud
Marche à la journée	Un samedi / mois	Septembre 	Randonnée à la journée
Peinture Multi supports	Lundi 14h30 à 17h00	Lundi 18 Sept.	Salle de l'Estran
Photo – Video	Lundi 14h à 16h	Lundi 25 sept.	Pierre Mendès France Salle Joséphine Baker
Pilates	Lundi 11h00 à 12h00 ou Mercredi 10h00 à 11h00	Lundi 18 Sept.	Dojo Cosec Dojo Magudas
Piscine	Mardi 11h15 à 12h 15 Vendredi 11h15 à 12h 15	Mardi 12 Sept. Vendredi 15 Sept.	Espace Aquatique 
Aquagym	(piscine) Mardi 11h15 à 12h 15 (aquagym) Mardi. 11h15 à 12h15 ou (aquagym) Vend. 11h15 à 12h15	Mardi 12 Sept. Vendredi 15 Sept.	Espace Aquatique
Pyramide	lundi 15h15 à 17h45 Vendredi 16h00 à 18h00	...	Bati FE, Salle 2
Scrabble	Vendredi 14h00 à 17h00	...	Salle des "Fontaines de Picot"
Tarot	Mardi 14h00 à 17h00	...	Pôle Simone Veil
 Tricot Crochet	Mercredi 14h00 à 17h00	L'activité se poursuit toutes les vacances	Salle des "Fontaines de Picot"
Yoga	Mardi 10h à 11h30 ou Jeudi 10h à 11h30	Mardi 19 Sept. Jeudi 21 Sept.	Salle de danse de Corbiac

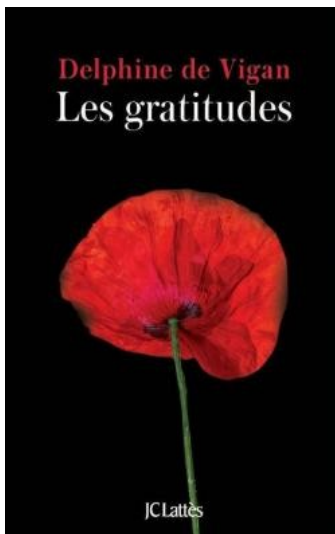


Les fleuristes de l'atelier Flor vous proposent une composition **aromatique** tout en **fraîcheur** en ce début d'été.

Pour cette composition, trois oranges évidées posées sur un plateau noir accueillent feuilles de **laurier palme**, **rameaux d'eucalyptus**, et de **romarin** où se nichent **œillets blancs**, **rose**, ou **veinés de rouge**. Quelques fleurons de **véronique rose** donnent de la hauteur à l'ensemble, de nombreux fleurons et d'**ixodia** illuminent le tout par leur blancheur.

L'Atelier se **termine par un goûter** pour clore la saison En **septembre** prochain, nous aurons le plaisir de nous **retrouver** pour une nouvelle saison d'art floral.

Club Lecture

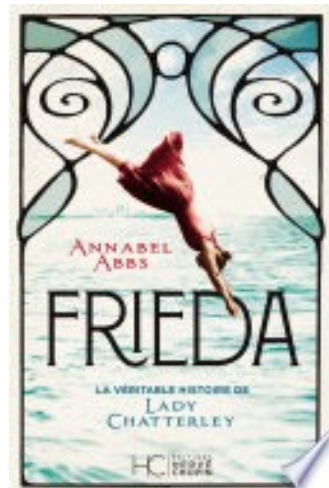


Le Club Lecture se réunira le **31 août autour des deux livres**. Le livre de **Delphine Le Vigan "Les Gratitudes"**

Résumé de l'éditeur : " Je suis orthophoniste. Je travaille avec les mots et avec le silence. Les non-dits. Je travaille avec la honte, le secret, les regrets. Je travaille avec l'absence, les souvenirs disparus, et ceux qui resurgissent, au détour d'un prénom, d'une image, d'un mot. Je travaille avec les douleurs d'hier et celles d'aujourd'hui. Les confidences, et la peur de mourir. Cela fait partie de mon métier. Mais ce qui continue de m'étonner, ce qui me sidère même, ce qui encore aujourd'hui, après plus de dix ans de pratique, me coupe parfois littéralement le souffle, c'est la pérennité des douleurs d'enfance. Une empreinte ardente, incandescente, malgré les années. Qui ne s'efface pas." Michka est en train de perdre peu à peu l'usage de la parole. Autour d'elles, deux personnes se retrouvent : Marie, une jeune femme dont elle est très proche, et Jérôme, l'orthophoniste chargé de la suivre..

Et le livre d'**Annabel ABBS "FRIEDA"**

Résumé de l'éditeur : Le destin d'une femme exceptionnelle. Une histoire d'amour qui est devenue synonyme de libération sexuelle. En 1912, une jeune baronne allemande vivant à Nottingham commet l'irréparable : elle quitte son confortable foyer et ses trois adorables enfants pour vivre son amour. La décision de Frieda von Richthofen va donner naissance à l'un des plus grands scandales de son temps. Mais qu'est-ce qui peut pousser une femme à quitter ses enfants ? Quel amour peut être plus fort que celui d'une mère ? Inspiré d'une histoire vraie, Frieda raconte le parcours courageux de celle qui a inspiré l'œuvre de D.H. Lawrence et notamment le très sulfureux roman L'Amant de lady Chatterley. Il explore les sentiments et les émotions complexes qui traversent une femme qui se bat pour être à la fois libre et mère. Des questions qui résonnent encore aujourd'hui.





Tricot Crochet

L'activité de "Tricot Crochet " se poursuivra les mois de **juillet et août**. Sylviane et ses adeptes vous accueilleront à la salle de la RPA des Fontaines de Picot.



Piscine

Fin des séances de piscine le **30 Juin 23** ...
Pendant les vacances scolaires un créneau de piscine nous est proposé à partir du **vendredi 7 juillet et jusqu'au vendredi 7 Sept. de 9h15-10h15**.

Reprise des activités piscine le **Mardi 12 Sept. Vendredi 15 Sept.**

Quelques Brèves

Les membres du bureau vous souhaitent un bel été.
Vacances scolaires d'Été : du 8 juillet 2023 au 4 septembre 2023.

Une permanence du bureau de l'Association sera assurée tous les mardis des mois de Juillet et Août.

A noter sur vos agendas que la **reprise des activités** aura lieu la semaine du **18 Septembre pour les activités payantes.**

Nous serons présents au **Forum des Associations le 1^{er} Septembre.**



Séjour en Bretagne, on y était ...



Bâtiment FE

2 place Charles Garaud
33160 Médard en Jalles

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>

Les Amitiés Saint-Médardaises