

## L'édito du Président

Bonjour à toutes et à tous.

**"L'été s'impose et contraint toute âme au bonheur"**

En m'inspirant d'André GIDE, je dirai plutôt : L'été nous invite au bonheur. L'été est une saison à part qui nous permet de prendre le temps de vivre, en famille, entre amis, avec les petits enfants, etc ...

L'AMIRA va vivre au ralenti durant les deux mois qui viennent :

\* Nos permanences du jeudi, au foyer Marie LAYRAUD, vont s'arrêter le 13 juillet ; elles reprendront le jeudi 31 Août 2023.

\* Entre temps, nous vivrons notre journée Détente "Estivale" le 3 Août à la salle Loire. Les inscriptions sont terminées... Je vous espère nombreux à cette occasion, car les présents(tes) se souviendront longtemps de ce grand moment de convivialité !

Vous trouverez dans ce bulletin un large compte rendu de la croisière "La Vallée du Rhin". Tout le monde en est revenu enchanté.

\* La séance de variétés du 16 Avril a connu un large succès, comme d'habitude. Les adhérents de la Pastourelle, l'initiation à la danse et ceux des deux chorales se sont donnés avec beaucoup de passion et d'envie pour vous offrir un bel après-midi.

\* La journée détente à La Guichetière s'est également bien déroulée, malgré quelques petits soucis de transport qu'il faudra corriger l'an prochain.

\* 68 équipes ont participé au concours de pétanque du 31 mai, organisé par l'AMIRA. C'est une bonne édition, mais peut mieux faire !

Passez du bon temps avec vos proches, et revenez plein de vitamines pour la rentrée qui verra un bon nombre d'activités de l'AMIRA reprendre de plus belle !

Dominique RONGEARD

# CALENDRIER 2023—2024

## Année 2023

JUILLET	Journée de la convivialité	Mardi	04/07/2023	Espace de La Charbonnière
	Buffet des jeux de société	Mercredi	05/07/2023	Foyer Marie Layraud
AOÛT	Journée détente	Jeudi	03/08/2023	Salle Loire
SEPTEMBRE	La Baie de Somme	du Dimanche 3 au Samedi 9 Sept		Trésors de la Baie de Somme
	Forum des Associations	Samedi	02/09/2023	Salle Loire
	Atelier Art Floral	Vendredi	15/09/2023	Foyer Marie Layraud
	Sortie Croisière	Vendredi	22/09/2023	Mayenne
OCTOBRE	Repas des adhérents (50 ans AMIRA)	Vendredi	13/10/2023	Salle Loire
	Matinée dansante avec Jérôme Richard	Dimanche	29/10/2023	Salle du Gotha
DECEMBRE	Journée porte ouverte	Samedi	16/12/2023	Salle Loire
	Atelier Art Floral	Vendredi	22/12/2023	Foyer Marie Layraud

## Année 2024

FEVRIER	Concours de Belote	Samedi	03/02/2024	Salle du Gotha
	Randonnée pédestre	Vendredi	16/02/2024	Hall de la Charbonnière
MARS	Quatre représentations théâtrales	du 03/03 au 10/03/2024		Théâtre du Quartier Libre
	Assemblée Générale	Mardi	26/03/2024	Salle Loire

**Les mois d'été arrivent avec les vacances.....**

**Vos Administrateurs eux aussi ont besoin de vacances...**

**Aussi notez quelques modifications dans les habitudes ....**

**Les permanences du Jeudi matin s'arrêteront le 13 juillet 2023**

**et reprendront le 31 Août 2023**

**La Belote et le Scrabble sont maintenus au foyer Moutel  
tous les mardis de 13h30 à 17h00**

**Sommaire :** 1 Mot du Président - 2 Calendrier 2023/2024 - 3 Croisière sur le Rhin - 4 à 5 Informations - 6 à 9 Nos activités - 10 Testons notre mémoire - 11 à 14 Sorties et manifestations - 15 Réponses atelier mémoire - 16 Planning transport solidaire .

**Comité de Rédaction :** Dominique Rongear - Bernard Peigné - Marie Anne Esnault - Jacques Brevet - Eric Besson - Jean Philippe Robert - Christine Delacoux .



# CROISIÈRE SUR LE RHIN

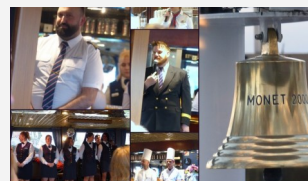
## Séjour à bord du MS Monet Du 3 au 8 Avril 2023



### Lundi 3 Avril

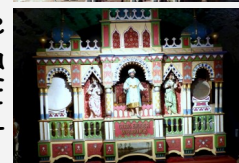
Départ à 5h d'Ancenis. Nous sommes 53 participants pour ce séjour. Une longue route nous attend pour arriver à 17h15 à Strasbourg au pied du navire.

Nous embarquons et prenons possession de nos cabines. Ensuite nous nous retrouvons tous dans le salon pour la présentation de l'équipage. Puis direction la salle à manger pour notre premier dîner à bord.



### Mardi 4 Avril

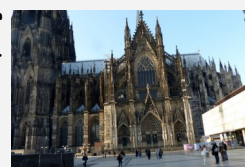
Nous arrivons à Mannheim vers 6h45. Après une nuit un peu mouvementée par le bruit des moteurs, un copieux petit déjeuner nous attend pour nous mettre en condition. 8h : départ en autocar direction Heidelberg ville symbole du romantisme Allemand pour une visite du château ainsi que la vieille ville. Retour à bord, déjeuner. Nous poursuivons notre navigation pour rejoindre RUDERSHEIM. Départ en petit train pour la visite de la ville et de ses vignes. Dégustation des vins dans une cave, puis visite du musée de la musique mécanique. Le soir découverte de la fameuse DROSSELGASSE (ruelle animée) qui nous attend avec ses nombreuses guinguettes et orchestres (principalement l'été).



### Mercredi 5 Avril

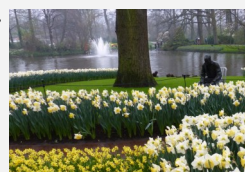
Petit déjeuner et déjeuner à bord. Matinée de navigation vers Cologne sur le Rhin romantique, fleuve qui nous fascine par ses vignobles et ses nombreux châteaux.

Nous visitons la vieille ville, l'Église Saint Martin ainsi que la cathédrale. Retour au navire où un dîner soirée de gala nous attend.



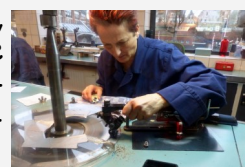
### Jeudi 6 Avril

Navigation en direction d'Utrecht où après le déjeuner nous prenons le bus qui nous transporte après une heure de route au parc floral de KEUKENOF. Magnifique parc fleuri. Il est 20h nous retrouvons notre hôtel flottant. Dîner et navigation de nuit.



### Vendredi 7 Avril

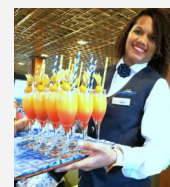
Arrivée à Lelystad (banlieue d'Amsterdam). Après notre petit déjeuner, départ en car vers 9h pour admirer une fabrique de diamant, puis visite de la ville et son marché aux fleurs. Retour à bord et déjeuner. L'après-midi, pour ceux qui veulent y aller à pied, visite de la petite ville de Lelystad. Dîner et dernière nuit à bord du MS Monet.



### Samedi 8 Avril

Tout à une fin ! Après notre petit déjeuner nous débarquons pour rejoindre notre bus qui nous attend sur le quai. Là encore une longue route nous attend pour rejoindre Ancenis.

A l'année prochaine pour une autre destination .....

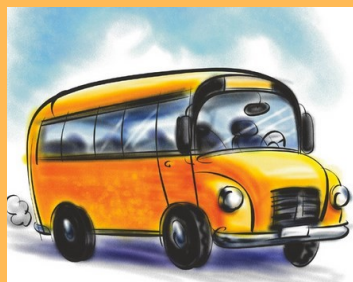


# INFORMATIONS

## Séjour en Baie de Somme du 3 au 9 Septembre 2023

### Au manoir de la Canche

Réunion de préparation au départ : Lundi 28 août à 14h30 au foyer Marie LAYRAUD.



**ATTENTION** : Pour toutes nos sorties et voyages, **MERCI** de bien respecter les dates d'inscriptions demandées, c'est pour nous absolument nécessaire afin de pouvoir effectuer les réservations sans pénalités. Le jour du départ, l'heure annoncée est l'heure du départ du car, nous ne pouvons y déroger, aussi **MERCI** de prendre vos dispositions, pour être sur place une dizaine de minutes avant, les personnes en retard ne pourront être attendues.

## Art floral - Vendredi 15 septembre 2023

### Foyer Marie LAYRAUD - 2 séances à 9h00 et 10h30

**Thème** : « Escalade en Automne »

**Prévoir** : le contenant un plat à cake, et du feuillage fin.



L'atelier est ouvert aux adhérents de l'AMIRA sur inscriptions avant le 7 septembre 2023. La participation financière de chaque personne est calculée et réglée le jour de l'atelier au prorata des dépenses engagées (prévoir votre règlement le jour de l'atelier). N'oubliez pas d'apporter tout votre matériel nécessaire à l'art floral sans oublier une toile plastifiée pour protéger la table ainsi qu'un sac poubelle pour recueillir vos déchets.

## Repas des Adhérents - Vendredi 13 octobre 2023 ( 50 ans AMIRA)

12h00 - Salle Loire à Ancenis-St-Géréon



### Menu

Apéritif  
Assiette Landaise

Filet de perche  
au beurre Nantais

Avec sa garniture de riz et petits légumes

Assiette de fromages

Gâteau

Vins et café

- Prix Adhérent : 25 €
- Prix non Adhérent : Coût réel du repas
- Inscriptions au foyer Marie LAYRAUD les jeudis 14 septembre - 21 septembre et 28 septembre 2023 lors des permanences de 9h00 à 11h30.



# INFO CANICULE DE LA MAIRIE



MAIRIE ANCENIS-SAINT-GÉREON T 02 40 83 87 00  
Place Maréchal Foch mairie@ancenis-saint-gereon.fr  
CS 30217  
44150 Ancenis-Saint-Géréon Cedex

ancenis-saint-gereon.fr

Service : CCAS | Service Solidarité-Logement  
Réf : 2023/IP/LF/111  
Tél : 02 40 83 87 03  
E-mail : ccas@ancenis-saint-gereon.fr

Objet : Plan national canicule

Ancenis-St-Géréon, le 05 JUN 2023

Mesdames, Messieurs,

Depuis la canicule de 2003, la ville met en place chaque été le plan national canicule. Ce plan constitue une démarche préventive.

Pour le territoire d'Ancenis Saint Géréon, c'est le C.C.A.S. qui est chargé d'établir la liste des personnes vulnérables. Elles seront contactées, en cas de forte chaleur afin d'évaluer leurs besoins d'aide, de soutien, de visite en cas de déclenchement du plan.

Pour votre information, ce registre est confidentiel et ne peut être transmis que sur demande de Monsieur le Préfet.

Aussi, si vous le jugez opportun, je vous remercie de bien vouloir inciter les personnes que vous rencontrez à compléter le formulaire d'inscription qui peut être retiré en mairie ou téléchargé sur le site de la Ville et renvoyé au CCAS.

Comptant sur votre diligence,

Je vous prie d'agréer, Mesdames, l'expression de mes salutations distinguées.

Adjointe à l'égalité des chances, à la solidarité et  
aux personnes âgées-CCAS  
Mélanie Cottineau



P.J. : formulaires d'inscription



PLAN LOCAL « CANICULE »

Année 2023  
Demande d'inscription sur le registre nominatif  
en cas de déclenchement du plan d'alerte et d'urgence  
départemental

C.C.A.S. - Service Solidarité

Je soussigné (e) :

Nom : ..... Prénom : .....

Date de naissance : .....

Adresse : .....

44150 ANCENIS-ST-GEREON N° de téléphone : .....

Personnes à prévenir en cas d'urgence :

Nom et Prénom	Adresse	N° de Téléphone

Coordonnées services intervenant à domicile :

Nom de l'organisme	Adresse	N° de Téléphone

Demande mon inscription sur le registre des personnes vulnérables, au titre de :

- Personne de + 65 ans
- Personne de + 60 ans déclarée inapte au travail
- Personne adulte en situation de handicap

dans le cadre du plan d'alerte et d'urgence départemental en cas de risques exceptionnels.

En cas d'absence pendant la période d'alerte (du 1<sup>er</sup> juin au 31 août), merci de le préciser :

.....

Le  
Signature

P.S. : si la demande est effectuée par un tiers, merci de préciser ses nom, prénom, adresse et téléphone

Fiche à retourner par voie postale au C.C.A.S. - Place Foch - B.P.30217 - 44156 ANCENIS-ST-GEREON  
Ou à déposer au CCAS - 40 Place St Pierre - 44150 ANCENIS-ST-GEREON

## MODALITÉS DE PARTICIPATION AUX ACTIVITÉS PAYANTES

**Pour toute participation aux activités de l'AMIRA, vous devez avoir réglé votre adhésion de l'année.**

**Vous êtes informés des propositions de sorties, voyages, spectacles, repas, par le bulletin de l'Amira et aussi par notre blog : <http://amiraancenis.blog4ever.com> (Article : Nos bulletins trimestriels).**

**Toutes les modalités vous sont indiquées dans ces documents : résumé, horaires, prix demandés etc. N'attendez jamais le dernier moment pour vous inscrire, les places sont souvent limitées à la capacité du car.**

**Pour participer aux activités payantes, une inscription préalable est nécessaire. Cette dernière est exclusivement prise lors des permanences du jeudi matin, de 9h00 à 11h30, au Foyer Marie -Layraud**

**En aucun cas, une inscription ne peut se faire par téléphone (ceci pour éviter erreur ou oubli)**

**En cas de désistement, pour des raisons médicales, le remboursement est possible, sur présentation d'un certificat médical et à condition de nous prévenir suffisamment tôt (au moins 48 heures à l'avance).**

**Pour les séjours et voyages, le remboursement sera effectué selon les clauses des contrats d'assurances**

**Pour tous renseignements : Numéro d'appel : 06.98.44.37.24 (Portable de la Présidence)**

**Adresse Mail : [amira.presidence@orange.fr](mailto:amira.presidence@orange.fr) - [amira.secretariat@orange.fr](mailto:amira.secretariat@orange.fr)**

# NOS ACTIVITÉS

## LES ATELIERS AU FOYER MARIE LAYRAUD

- **Mémoire vive** : D'octobre à juin le lundi matin tous les 15 jours à 9h30 - Prix : 5 € l'année - **Reprise le 9/10/2023.**
- **Cadres en 3D** : Le lundi matin tous les 15 jours à 9h00 - Prix : 2€ la session - **Reprise le 2/10/2023.**
- **Cartonnage** : Le mardi matin tous les 15 jours à 9h00 - Prix : 2€ la session - **Reprise le 10/10/2023.**
- **L'Art Floral** : 4 fois par an (voir calendrier) 2 groupes 9h00 et 10h30 - Prix calculé en fonction des frais engagés - **Prochain atelier le 15/09/2023.**
- **Tricot** : Le vendredi matin de 9 h à 12 h , tous les 15 jours. Apporter laine et aiguilles - **Reprise le 15/09/2023.**

## LA CHORALE "AMITIÉ ET JOIE" DE L'AMIRA

**Avec Véronique POIRIER VETELE** notre Chef de Chœur - D'octobre à Juin sauf vacances scolaires .

Le but "Le plaisir de chanter ensemble", se retrouver chaque semaine pour un moment de convivialité.

**Reprise le jeudi 28 septembre 2023 de 14h30 à 16h15** - au foyer Marie- Layraud - 60, boulevard Schuman.

## Salle Arc en Ciel - 187 Avenue du Mortier

**Initiation à la danse** en ligne et en couple de septembre à juin le mardi soir à 18h00 tous les 15 jours - Gratuit . **Reprise le 29/08/2023.**

## Salle Pasteur Corderie - Rue Alexie Carel

**Les danses bretonnes** "La Pastourelle" du 5 sept. 2023 au 30 juin le mardi à 14h00 - Gratuit - **Reprise le 5/09/2023.**

**Les randonnées** : le lundi matin ou le lundi après-midi tous les 15 jours selon la météo. Rendez vous sur le parvis salle de la Charbonnière - Gratuit. **Reprise le 2/10/2023 à 9h30.**

**La pétanque** : Le vendredi après – midi tous les 15 jours au boulodrome de la Charbonnière - Gratuit. **Reprise le 22/09/2023 à 14h00.**

## LE QI-CONG

- ◆ Temps pour s'arrêter, prendre soin de soi, se découvrir et se connaître dans le fonctionnement corporel.
- ◆ C'est bon pour combattre et retarder les effets du vieillissement.
- ◆ C'est devenu une nécessité, une hygiène de vie.
- ◆ Espace de sérénité. Ca détend. Ca calme. On se sent bien après.
- ◆ On ne vient pas pour avoir quelque chose, on vient pour pratiquer et c'est après qu'on observe ce que cela nous apporte.
- ◆ Espace de sérénité. Depuis que je viens, je vois les choses autrement, je les vis autrement. Même mes enfants s'en aperçoivent.

**Animé par Monique GAIGNEUX** - Salle Montaigne les abattoirs - 72, rue St Fiacre Ancenis

**2 groupes : Le mercredi de 9h30 à 10h30 et de 10h45 à 11h45**

Début des cours le mercredi 13 septembre 2023 Tarif **6 €** / l'heure. Engagement à la session payable en 2 fois (le jour de la 1ère séance) Planning remis lors de votre inscription **le jeudi matin au Foyer Marie Layraud .**



# Nos ACTIVITÉS



## ACTIVITÉ TRICOT À L'AMIRA

Les inscriptions sont lors des permanences du jeudi matin, au foyer Marie LAY-RAUD de 9h00 à 11h30 - Gratuit . **Reprise le 15/09/2023**



Chaque participante ou participant devra apporter sa laine et ses aiguilles..

Au moment de votre inscription qui sera gratuite et afin de mieux répondre à vos attentes, l'animatrice souhaitera connaître vos demandes pour cette activité :

- Etes-vous débutant (e) ou avez-vous déjà tricoté ?
- Souhaitez-vous apprendre des techniques particulières de tricot ?
- Souhaitez-vous tricoter un ou des modèles particuliers ? Si oui, lequel (lesquels) ?



## L'INFORMATIQUE

### LES COURS AVEC CHRISTINE DELACOUX, FORMATRICE PROFESSIONNELLE.

Vous êtes nombreux à utiliser un Smartphone et vous voulez apprendre à mieux vous en servir . Nous vous proposons cette année des modules de formation.

**Niveau 1.** Débuter avec son Smartphone - Téléphoner - Gérer les contacts  
- Envoyer des SMS - Prendre des photos - Visionner les photos.

**Niveau 2.** Le Wifi - Les données mobiles - Gérer le compte Google - Communiquer avec WhatsApp - Envoyer des courriels - Gérer un agenda - Faire une recherche sur internet.



**Niveau 3.** Télécharger des applications GPS (MAPS, WAZE) ou diverses applications selon vos besoins ou envies : Banque, podomètre, musique, pages jaunes, traduction, etc... Copier les photos du Smartphone sur son ordinateur.

Chaque module comprend 4 séances de 2h00 - 5 personnes maximum par séance. Tarif pour un module : 48 €  
**Reprise le 28 septembre 2023**

Dès à présent, si vous souhaitez acheter un Smartphone ou en changer, Christine peut vous donner des conseils, n'hésitez pas à l'appeler au 06.60.59.08.13

*Renseignements et inscriptions lors des permanences du jeudi matin  
de 9h00 à 11h30 au foyer Marie LAYRAUD.*

# INFOS SUR NOS ACTIVITÉS

ACTIVITÉS	LIEU	JOUR	HORAIRES	RESPONSABLES	COUT	REPRISE
<b>Belote - Scrabble Tarot - Triominos Rummycub</b>	Foyer M. Layraud 60, avenue R. Schuman	Mercredi de Septembre à Juin	14h00 à 17h00	J. PERROUIN C. BOISTEAU J. BREVET M.A. BONAMY N. RIPAUD M. GAUTIER	Participation au goûter 0,50 €	<b>Mercredi 06/09/2023</b>
<b>Belote Scrabble</b>	Foyer Moutel 135, bld Moutel	Mardi Toute l'année	13h30 à 17h00	C ORHON S. BARUL P. PEAN	Participation au goûter 0,50 €	<b>Toute l'année</b>
<b>Chorale</b>	Foyer M. Layraud 60, avenue R. Schuman	Jeudi Octobre à Juin	14h30 à 16h00	C. ORHON JP TESSIER	En fonction du nombre d'inscrits	<b>Jeudi 28/09/2023</b>
<b>Danse Initiation</b>	Salle Arc en ciel 187 avenue du mortier	Mardi 2 fois par mois Septembre à Juin Selon planning	18h00 à 20h00	M.MASSON M.P. PERRAUD Lili ARROUET	Gratuit	<b>Mardi 26/08/2023</b>
<b>Danses bretonnes "La Pastourelle"</b>	Salle P. Corderie Rue Alexis Carrel	Mardi Septembre à Juin	14h00 à 16h30	JB BRICARD H. BERTHOME	Gratuit	<b>Mardi 05/09/2023</b>
<b>Mémoire vive</b>	Foyer M. Layraud 60, avenue R. Schuman	Lundi matin Octobre à juin 2 fois par mois	9h30 à 11h00	M. GODARD E. BESSON J. BARBIN	5 € par an	<b>Lundi 09/10/2023</b>
<b>Art Floral</b>		4 fois par an	2 groupes 9h00 et 10h30	M.P. PERRAUD M.J. COURAUD	Montant calculé le jour de l'atelier en fonction des frais engagés	<b>Prochain Atelier 15/09/2023</b>
<b>Cadres 3D</b>	Foyer M. Layraud 60, avenue R. Schuman	Lundi 2 fois par mois Selon planning	9h00 à 11h45	M.P. PERRAUD M.J. COURAUD	2 € la session de 6 cours	<b>Lundi 02/10/2023</b>
<b>Cartonnage</b>		Mardi 2 fois par mois Selon planning	9h00 à 11h45	M.P. PERRAUD C. TODESCATO M.J. COURAUD	2 € la session de 6 cours	<b>Mardi 10/10/2023</b>
<b>Chi-Cong M. GAIGNEUX</b>	Salle Montaigne Les Abattoirs	Mercredi matin Selon planning	9h30 à 10h30 10h45 à 11h45	C. BOISTEAU JP . ROBERT	Engagement au sem. Pas de remboursement en cas d'absence)	<b>Mercredi 13/09/2023</b>
<b>Peinture M. Annick TREMBLAY</b>	Foyer Moutel 135, bld Moutel	Lundi matin Septembre à juin suivant planning	9h00 à 12h00	D.BREVET	Engagement au trim. 16 € le cours de 3h	<b>Lundi 11 ou 18 09/2023</b>
<b>Tricot</b>	Foyer M. Layraud 60, avenue R. Schuman	Vendredi matin Septembre à juin 2 fois par mois	9h00 à 12h00	C. BOISTEAU C RONGEARD	Gratuit	<b>Vendredi 15/09/2023</b>
<b>Randonnée</b>	Parvis salle De la Charbonnière	lundi matin ou lundi après-midi Tous les 15 jours	9h30 ou 14h00	G BERTAUX C BOISTEAU	Gratuit	<b>Lundi 02/10/2023 09h30</b>
<b>Pétanque</b>	Boulodrome La Charbonnière	Vendredi après midi Tous les 15 jours	à 14h00	B PEIGNE	Gratuit	<b>Vendredi 22/09/2023</b>



# NOS ACTIVITÉS PERMANENTES

**INITIATION A LA DANSE** - Salle Arc en ciel 187, avenue du Mortier - les mardis de 17h45 à 20h00  
tous les 15 jours - semaines impaires

29/08/2023	12/09/2023	26/09/2023	10/10/2023	24/10/2023	7/11/2023	21/11/2023	5/12/2023	19/12/2023	
------------	------------	------------	------------	------------	-----------	------------	-----------	------------	--

**PETANQUE** - les vendredis à 14h00 tous les 15 jours

22/09/2023	6/10/2023	20/10/2023	3/11/2023	17/11/2023	1/12/2023	15/12/2023		
------------	-----------	------------	-----------	------------	-----------	------------	--	--

**RANDONNEE PEDESTRE** - les lundis à 09h30 ou 14h00 (météo) tous les 15 jours

02/10/2023	16/10/2023	30/10/2023	13/11/2023	27/11/2023	11/12/2023			
------------	------------	------------	------------	------------	------------	--	--	--

**TRICOT** - Foyer Marie LAYRAUD - les vendredis de 9 h à 12 h , tous les 15 jours.

15/09/2023	29/09/2023	13/10/2023	27/10/2023	10/11/2023	24/11/2023	8/12/2023	15/12/2023	5/01/2024
19/01/2024	2/02/2024	16/02/2024	1/03/2024	15/03/2024	29/03/2024	12/04/2024	26/04/2024	17/05/2024

**ATELIER "MÉMOIRE VIVE"** - Foyer Marie LAYRAUD - les lundis tous les 15 jours de 9h30 à 11h00

9/10/2023	6/11/2023	4/12/2023	15/01/2024	12/02/2024	11/03/2024	8/04/2024	6/05/2024	3/06/2024
23/10/2023	20/11/2023	18/12/2023	29/01/2024	26/02/2024	25/03/2024	22/04/2024	21/05/2024	17/06/2024

**ATELIER "CADRES 3D"** - Foyer Marie LAYRAUD – les lundis tous les 15 jours de 9h00 à 11h45

1ère session 2023

2ème session 2024

2/10/2023	30/10/2023	27/11/2023	8/01/2024	5/02/2024	4/03/2024	8/04/2024
16/10/2023	13/11/2023	11/12/2023	22/01/2024	19/02/2024	18/03/2024	

**ATELIER "CARTONNAGE"** - Foyer Marie LAYRAUD - les mardis tous les 15 jours de 9h00 à 11h45

1ère session 2023

2ème session 2024

10/10/2023	7/11/2023	5/12/2023	16/01/2024	13/02/2024	12/03/2024	9/04/2024
24/10/2023	21/11/2023	19/12/2023	30/01/2024	27/02/2024	26/03/2024	

**QI CONG "Salle MONTAIGNE"** - les Abattoirs - 72, rue Saint Fiacre

Animatrice : Monique GAGNEUX-Le Mercredi : 2 séances : de 9h30 à 10h30 et 10h45 à 11h45

Année 2023 : 1ère session 13 séances

Année 2024 : 2ème session 16 séances

	4/10/2023	8/11/2023	6/12/2023	10/01/2024	7/02/2024	13/03/2024	3/04/2024	15/05/2024
13/09/2023	11/10/2023	15/11/2023	13/12/2023	17/01/2024	14/02/2024	20/03/2024	10/04/2024	22/05/2024
20/09/2023	18/10/2023	22/11/2023	20/12/2023	24/01/2024	21/02/2024	27/03/2024	17/04/2024	29/05/2024
27/09/2023		29/11/2023		31/01/2024				

**ATELIER PEINTURE "Foyer MOUTEL"** - 135, Boulevard MOUTEL de 09h00 à 12h00

Animatrice : Marie Annick TREMBLAY - Engagement au trimestre.

Année 2023 - 1er groupe

Année 2023 - 2ème groupe

11/09/2023	9/10/2023	4/12/2023	18/09/2023	16/10/2023	11/12/2023	
25/09/2023	24/10/2023	18/12/2023	2/10/2023	30/10/2023	19/12/2023	

# L'ATELIER MÉMOIRE VIVE

TESTONS NOTRE MÉMOIRE !!!!! pour le plaisir .....

L'ATELIER MÉMOIRE VIVE fonctionne les lundis tous les 15 jours de 9h30 à 11h au Foyer Marie LAYRAUD .

En attendant voici de quoi vous occuper :



*Un exercice de calcul : (sans la calculette, bien sûr)*

8524	+	2673	+	3405	+	2746	=	
6542	+	8526	+	5436	+	4321	=	
8362	+	4322	+	6587	+	7455	=	
7346	+	5526	+	8437	+	3675	=	
8742	+	4727	+	6536	+	2745	=	
-----		-----		-----		-----		
	+		+		+		=	

*Et maintenant les phrases suivantes avec les homonymes du mot  
« ces »*

- ♦ Je ne .... plus où j'ai mis mes clefs. Téléphone-lui : il .... sûrement où elles sont puisque ce sont les siennes. Sinon, ..... sans issue si je puis dire.
- ♦ ..... peut-être bête, mais Paul ne .... pas s'il pourra participer à l'activité organisée par ... gens. En effet, il ..... blessé à la cuisse hier.
- ♦ Que va-t-on faire de ... cartons vides ? Je n'en .... absolument rien.
- ♦ Dis à ... messieurs que tu ne .... pas quand je rentrerai, ..... tout !
- ♦ Est-ce que Marie a apporté ce que tu .... ? Mais si voyons : ... photos du voyage.
- ♦ S'il .... ce que je .... et ce que tu .... , ..... qu'on ..... planté quelque part.
- ♦ Tu .... , ..... toujours rassurant de savoir qu'on peut compter sur ... amis.
- ♦ « Tu dois montrer ce que tu .... faire ! », ..... – il dit en entrant.
- ♦ ..... ainsi qu'Aline ..... affalée de tout son long, en rangeant ... bottes de ski.
- ♦ .... – elle alors souvenu de ... jours heureux qu'ils avaient passés ensemble ?

# BILAN DE NOS ACTIVITÉS - SORTIES ET MANIFESTATIONS

## SPECTACLE DE VARIÉTÉS LE 16 AVRIL 2023

Deux cents personnes ont assisté à ce spectacle animé par nos deux chorales d'Ancenis-Saint-Géréon: la chorale « Arc en Ciel » du club de l'Amitié de St GÉRÉON et la chorale « Amitié et Joie » de l'AMIRA d'ANCENIS. Prestation aussi de notre « Pastourelle » et ses danses bretonnes ainsi que notre équipe d'initiation à la danse.





## BILAN DE NOS ACTIVITÉS - MANIFESTATIONS

### ART FLORAL LE 10 MARS 2023

Vingt et une personnes ont accompagné Marie Paule et Marie Jeanne pour cet atelier qui s'est agréablement déroulé dans une bonne ambiance. Félicitations et merci à nos fidèles animatrices, art floral composé aux couleurs printanières.



### CONCOURS DE PÉTANQUE LE 31 MAI 2023

Agréable après-midi sur l'esplanade de la Charbonnière. Au total, 68 équipes ont participé. Merci à Bernard pour tout le travail de préparation qu'il a réalisé afin de mettre en œuvre cette manifestation. Bravo Bernard !





## BILAN DE NOS ACTIVITÉS - SORTIES ET MANIFESTATIONS

### RANDONNÉE PÉDESTRE - LE 28 AVRIL 2023

Par un bel après-midi ensoleillé, 26 personnes étaient présentes pour la petite randonnée et 30 personnes pour la grande. Au retour, petite collation bien méritée.



N'oublions pas aussi les randonnées du lundi animées par Gérard et Colette .

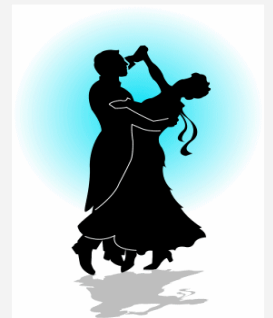


## RAPPEL - LES 50 ANS DE L'AMIRA

En page 4, nous vous avons informé de l'organisation pratique de cette journée importante. Retenez la date : VENDREDI 13 OCTOBRE 2023, à l'Espace Édouard LANDRAIN d'ANCENIS-SAINT-GÉREON. Ce sera le même jour que le repas des adhérents.

Le programme de la journée sera le suivant =

- De 12h00 à 13h00 : Réception officielle et vin d'honneur.
- De 13h00 à 16h00 : Déjeuner.



Pendant et après le repas : Animations musicales par Isabelle THULEAU.

Pour terminer cette journée, après la prestation de cette animatrice, les Jeux de société et l'initiation à la danse, seront proposés.

**Rappel :**

Noël avant Noël il reste des places disponibles, s'inscrire le 13 juillet 2023 au plus tard.



# BILAN DE NOS ACTIVITÉS - SORTIES ET MANIFESTATIONS

## JOURNÉE DÉTENTE LE 16 MAI 2023

77 personnes ravies de se retrouver. Un bon repas, une bonne ambiance .



## MATINEE DANSANTE LE 5 JUIN 2023

La bonne humeur était là ; le service assuré avec le sourire. Nos danseurs habituels se sont retrouvés avec l'orchestre Jérôme et Gilles ROBERT. 250 danseurs étaient présents pour ce bon moment de convivialité.





# L'ATELIER MÉMOIRE VIVE

## Et voici les réponses :

Exercice n°1 :

> Ligne 1 = 17 348 – ligne 2 = 24 825 – ligne 3 = 26 726 -  
ligne 4 = 24 984 - ligne 5 = 22 750 - Total = **116 633**.

> Colonne 1 = 34 516 – colonne 2 = 25 774 – colonne 3 = 30 401 -  
colonne 4 = 20 942 - Total = **116 633**.

Exercice n° 2 : sais – sait – c'est. C'est – sait – ces – s'est. Ces – sais.  
Ces – sais – c'est. Sais – ses. Sait – sais – sais – c'est- s'est. Sais –  
c'est – ses. Sais – sait. C'est – s'est – ses. Sait – ces.

## Croisière sur le Rhin



Planning TRANSPORT SOLIDAIRE : AOUT - SEPTEMBRE - OCTOBRE 2023

BERNIER Joseph	06 75 08 07 24
BLIGUET Yves	07 85 87 74 62
BLONDEAU Michel	02 40 83 77 36
COLLIBAULT M. Thé	06 17 91 41 21
DURAND Colette	06 26 34 06 45
DURAND Daniel	07 81 27 18 73
LEBEAU Monique	02 40 83 27 22

MAUGET Marie-Annick	02 40 83 77 36
PAGET Jean-Marc	06 70 19 54 39
PASQUIER Jean-Louis	06 64 75 80 99
RONGEARD Dominique	02 53 87 95 16
ROUSSEAU Camille	06 24 97 41 32
SUZINEAU Hubert	07 69 37 62 13

AOUT 2023		SEPTEMBRE 2023		OCTOBRE 2023				
Mardi	1er	ROUSSEAU Camille	Vendredi	1er	PAGET Jean-Marc PASQUIER Jean-Louis	Lundi	2	LEBEAU Monique ROUSSEAU Camille
Jeudi	3	BLONDEAU Michel	Lundi	4	COLLIBAULT M. Thé LEBEAU Monique	Mardi	3	BLIGUET Yves BLONDEAU Michel
Vendredi	4	RONGEARD Dominique	Mardi	5	ROUSSEAU Camille BLONDEAU Michel	Jeudi	5	BLONDEAU Michel MAUGET M. Annick
Lundi	7	LEBEAU Monique	Jeudi	7	COLLIBAULT M. Thé BLONDEAU Michel	Vendredi	6	COLLIBAULT M. Thé BERNIER Joseph
Mardi	8	BLIGUET Yves	Vendredi	8	DURAND Colette BERNIER Joseph	Lundi	9	LEBEAU Monique MAUGET M. Annick
Jeudi	10	DURAND Daniel	Lundi	11	LEBEAU Monique DURAND Daniel	Mardi	10	BLIGUET Yves COLLIBAULT M. Thé
Vendredi	11	ROUSSEAU Camille	Mardi	12	BLONDEAU Michel RONGEARD Dominique	Jeudi	12	BLONDEAU Michel MAUGET M. Annick
Lundi	14	PAGET Jean-Marc	Jeudi	14	DURAND Daniel ROUSSEAU Camille	Vendredi	13	DURAND Daniel PASQUIER Jean-Louis
Jeudi	17	BLONDEAU Michel	Vendredi	15	PAGET Jean-Marc DURAND Colette	Lundi	16	PAGET Jean-Marc LEBEAU Monique
Vendredi	18	PASQUIER Jean-Louis	Lundi	18	LEBEAU Monique BERNIER Joseph	Mardi	17	COLLIBAULT M. Thé BLIGUET Yves
Lundi	21	BLONDEAU Michel	Mardi	19	COLLIBAULT M. Thé BLONDEAU Michel	Jeudi	19	DURAND Daniel BLONDEAU Michel
Mardi	22	BLIGUET Yves	Jeudi	21	MAUGET M. Annick DURAND Daniel	Vendredi	20	DURAND Colette RONGEARD Dominique
Jeudi	24	ROUSSEAU Camille	Vendredi	22	DURAND Colette PASQUIER Jean-Louis	Lundi	23	BERNIER Joseph BLONDEAU Michel
Vendredi	25	RONGEARD Dominique	Lundi	25	PAGET Jean-Marc BLONDEAU Michel	Mardi	24	BLIGUET Yves ROUSSEAU Camille
Lundi	28	BLONDEAU Michel	Mardi	26	RONGEARD Dominique MAUGET M. Annick	Jeudi	26	DURAND Daniel PASQUIER Jean-Louis
Mardi	29	BLIGUET Yves	Jeudi	28	DURAND Daniel BLONDEAU Michel	Vendredi	27	PAGET Jean-Marc DURAND Colette
Jeudi	31	BLONDEAU Michel	Vendredi	29	DURAND Colette BLONDEAU Michel	Lundi	30	BLONDEAU Michel MAUGET M. Annick
						Mardi	31	BLIGUET Yves BLONDEAU Michel