Bonjour

Veuillez trouver ci-dessous le mensuel d’information du centre régional Nouvelle Aquitaine – Bordeaux, pour mars 2023.

N’hésitez pas à vous rapprocher des membres de l’équipe pour proposer vos projets : chacun se fera un plaisir de vous accompagner dans l’étude, le montage et l’organisation de ceux-ci.

*SOMMAIRE*

*(cliquer pour accéder à plus de contenu)*

[*PÔLE MULTIMÉDIA*](#_Toc126846031)

[*1) Activité ponctuelle proposée par Christian BAINCONAU*](#_Toc126846032)

[*2) Activité ponctuelle proposée par Pierre PERROT*](#_Toc126846033)

[PÔLE SOCIO-CULTUREL](#_Toc126846034)

[*1) Activités ponctuelles proposées par Adèle ROMAIN et Agnès GUIRMAND*](#_Toc126846035)

[*2) Activités ponctuelles proposées par Ghislain VALLAT*](#_Toc126846038)

[PÔLE SPORTIF](#_Toc126846049)

[*1) Activités ponctuelles proposées par Sophie DUPRAT*](#_Toc126846050)

[*2) Activités ponctuelles proposées par Philippe POINCOT*](#_Toc126846051)

[*3) Activité ponctuelle proposée par Yannick LE COLVEZ*](#_Toc126846056)

#

# PÔLE MULTIMÉDIA

1) Activité ponctuelle proposée par Christian BAINCONAU *- Renseignements et inscriptions :* *c.bainconau@unadev.com* *; 07 77 60 33 94.*

* **Démonstration de matériel** - jeudi 9 mars, de 14h à 16h. Venez découvrir des petits matériels adaptés.

2) Activité ponctuelle proposée par Pierre PERROT *- Renseignements et inscriptions :* *p.perrot@unadev.com* *; 06 28 26 12 82.*

* **Atelier sur le thème des codes QR** - vendredi 10 mars, de 11h à 12h, au 2e étage (salle Keller). Comment utiliser ces outils, même si l’on n’y voit pas ? Cet atelier s’adresse aux utilisateurs ayant un minimum de connaissances ou d’utilisation au quotidien de l’informatique, que ce soit sur ordinateur, téléphone ou tablette, toutes plates-formes confondues (Windows, Apple ou Android). Les places sont limitées à huit personnes.

# PÔLE SOCIO-CULTUREL

1) Activités ponctuelles proposées par Adèle ROMAIN et Agnès GUIRMAND *- Renseignements et inscriptions :* *a.guirmand@unadev.com**; 07 77 39 64 79.*

* Jeux – mercredi 1er mars, de 10h à 12h. Retrouvaille autour de divers jeux.
* Cyber accueil - à partir du jeudi 2 mars, dans le bureau du deuxième étage. Cet espace dédié à l’autonomie administrative met à votre disposition un ordinateur, un télé-agrandisseur et une imprimante. Le jeudi matin, un accompagnement dans l’utilisation de ces matériels et dans la réalisation de vos démarches sera proposé à tout bénéficiaire qui en aurait besoin.
* Balade pédestre – jeudi 2 mars, de 10h à 12h. Le lieu sera choisi ensemble, suivant les envies de chacun.
* **Folding art** - jeudi 9 mars, de 14h à 16h. Découverte de l’art du pliage avec Lydia.
* **Développement personnel – mardi 14 mars, de 14h à 16h.** Rencontre avec un praticien en relation d’aide.
* Jeux – mercredi 15 mars, de 10h à 12h. Retrouvaille autour de divers jeux.
* **Fête de la Saint Patrick** - vendredi 17 mars, de 14h à 16h. L’Irlande sera à l’honneur avec un goûter musical.
* Café papoté – mardi 21 mars, de 14h à 16h. Retrouvaille et échange autour d’un thème choisi, ou sujet libre selon les besoins.
* Pâtisserie – mercredi 22 mars, de 10h à 12h. Réalisation et partage d’un gâteau.
* Balade pédestre – jeudi 23 mars, de 10h à 12h. Le lieu sera choisi ensemble, suivant les envies de chacun.
* Petit-déjeuner d’accueil des nouveaux bénéficiaires – mardi 28 mars, de 9h30 à 11h. Nous sollicitons la participation de quelques bénéficiaires volontaires pour venir partager leur expérience associative avec de nouveaux inscrits.
* Rencontre avec le responsable de centre – mardi 28 mars, de 11h à 12h. Venez échanger autour de l’actualité et du fonctionnement de votre centre régional (10 places).
* Jeux – mercredi 29 mars, de 10h à 12h. Retrouvaille autour de divers jeux.

2) Activités ponctuelles proposées par Ghislain VALLAT *- Renseignements et inscriptions : [g.vallat@unadev.com](https://mail.unadev.com/owa/redir.aspx?C=wIrtyVewHCjtfbsX9OLBKiFjDbPpx-hIeYb3T54zlzNIJAfRl3bZCA..&URL=mailto%3ag.vallat%40unadev.com" \t "_blank) ; 06 14 29 48 14.*

* Cours d’échecs – mercredi 8 mars, de 10h30 à 12h, à l’Échiquier Bordelais. Venez bénéficier d’une séance de perfectionnement au 36 rue Buhan à Bordeaux. Rendez-vous directement sur place.
* Socio-esthétique - mardi 9 mars, de 10h à 12h. Création d’un shampoing solide.
* Lecture philosophique – vendredi 10 mars, de 14h30 à 16h30.
* Cuisine – mardi 14 mars de 10h à 13h, à la Maison de la Nutrition. Rendez-vous directement sur place au 90 avenue Thiers à Bordeaux (bus / tram « Jardin botanique »). Participation financière de 5€.
* Café-rencontre avec la fondation Art Explora – mardi 14 mars, de 14h à 15h30. Pour favoriser le partage de la culture avec le plus grand nombre, ce partenaire forme des médiateurs culturels bénévoles, lesquels vous proposerons prochainement des visites adaptées au Musée des Beaux-Arts. Venez nombreux pour découvrir et échanger autour de ce projet !
* Soirée « Les mots en scène » – mardi 14 mars de 17h45 à 21h, à Talence. Dans le cadre du Printemps des Poètes, l’Institut Régional du Travail Social (IRTS) vous ouvrira son grand amphithéâtre pour vous présenter les écrits de personnes accompagnées par différentes associations (dont l’UNADEV), des travailleurs sociaux, des étudiants de l’institut, et des poètes. Rendez-vous directement sur place (9 avenue François Rabelais 33400 Talence), ou à la station de tram B « Doyen Brus ».
* Spectacle de théâtre d’improvisation – samedi 18 mars, de 20h à 22h15, à la Maison Cantonale de Bordeaux. Venez soutenir et encourager des membres des deux troupes de votre centre UNADEV. Rendez-vous directement sur place (20 rue de Châteauneuf, 33100 Bordeaux), ou à la station de tram A « Jardin Botanique ».
* Cours d’échecs – mercredi 22 mars, de 10h30 à 12h, à l’Échiquier Bordelais. Venez bénéficier d’une séance de perfectionnement au 36 rue Buhan à Bordeaux. Rendez-vous directement sur place.
* Rencontre intergénérationnelle – mercredi 22 mars, de 13h30 à 17h, à l’école élémentaire Cazemajor. En partenariat avec le Centre d’Animation « Argonne Nansouty Saint-Genès », venez partager l’après-midi avec des enfants âgés de 6 à 11 ans, autour de parties de jeux de société. Trajets effectués en tram (titres de transport à prévoir par chacun) et à pieds.
* Salon Autonomic – mercredi 22 et jeudi 23 mars, de 9h30 à 17h, au Parc des Expositions de Bordeaux. Durant ces deux jours, votre centre régional tiendra un stand au sein du Hall 3. Lors de votre éventuelle visite de ce salon dédié aux solutions d’aide à l’autonomie, n’hésitez pas à passer saluer les équipes mobilisées.
* Socio-esthétique - jeudi 23 février, de 10h à 12h. Atelier détox et fraicheur.
* Découverte d’une xylothèque sensorielle - vendredi 24 mars, de 10h à 12h, à la maison éco-citoyenne de Bordeaux. Cette sortie vous permettra de partir à la découverte d’une collection d’échantillons de bois à l'aide de vos sens. D'ici ou d'ailleurs, ce matériau est d'une grande diversité souvent méconnue. Venez explorer sa richesse et en apprendre plus à travers jeux, expériences et autres anecdotes. Participation financière de 5€. Trajets effectués à pieds et en tram (titres de transport à prévoir par chacun).
* Lecture philosophique – vendredi 24 mars, de 14h30 à 16h30.

* Visite des Coqs Rouges – mardi 28 mars, de 13h45 à 15h45. Après plusieurs années de travaux, la maison de quartier (située à 300 mètres du centre UNADEV) vous accueillera dans le cadre d’une découverte de ses nouveaux locaux. Trajets effectués à pieds.
* Jeu de scrabble – mercredi 29 mars, de 14h à 16h. Rose vous proposera de découvrir ou redécouvrir ce célèbre jeu de lettres.
* Café presse – vendredi 31 mars, de 14h à 15h30. Tout en partageant une boisson chaude, Rose vous proposera d’échanger, voire de débattre autour d’articles lus à voix haute.

# PÔLE SPORTIF

*Toute demande d’inscription à ces activités nécessite d’être préalablement inscrit au pôle sportif (dossiers d’inscriptions pour la saison 2022-2023 à retirer auprès des éducateurs sportifs). Pour certaines (canoë, wakeboard, randonnée, voile…), la fourniture d’un nouveau certificat médical sera indispensable si leurs pratiques ne sont pas mentionnées sur le document initial.*

1) Activités ponctuelles proposées par Sophie DUPRAT *- Renseignements et inscriptions :* *s.duprat@unadev.com**; 06 14 29 09 80.*

* Régate d’aviron de mer – samedi 4 mars, à La Rochelle (compétiteurs).
* Championnat de France de tir à l’arc – samedi 18 mars, à Sainte Geneviève des Bois (91).

2) Activités ponctuelles proposées par Philippe POINCOT *- Renseignements et inscriptions :* *p.poincot@unadev.com**; 06 14 29 10 87.*

* Voile sur Hansa - jeudi 9 mars, de 11h à 18h, au lac de Cazaux (4 places).
* Catamaran - jeudi 16 mars, de 11h à 18h, au Pyla sur Mer (4 places).
* Voile sur Hansa - jeudi 23 mars, de 11h à 18h, au lac de Cazaux (4 places).
* Catamaran - jeudi 30 mars, de 11h à 18h, au Pyla sur Mer (4 places).

3) Activité ponctuelle proposée par Yannick LE COLVEZ *- Renseignements et inscriptions :* *y.lecolvez@unadev.com**; 07 77 60 33 94.*

* Compétition de cecifoot – dimanche 26 mars, au stade du Jard de Mérignac.

Cordialement

L’équipe du centre régional UNADEV Nouvelle Aquitaine de Bordeaux