Bonjour

Veuillez trouver ci-dessous le mensuel d’information du centre régional de Bordeaux, regroupant les activités ponctuelles proposées par chacun de ses pôles en septembre 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*

[*PÔLE ADMINISTRATIF*](#_Toc142559285)

[PÔLE SOCIAL](#_Toc142559287)

[PÔLE MULTIMÉDIA ET LANGUES](#_Toc142559288)

[*1) Activités ponctuelles proposées par Pierre PERROT*](#_Toc142559289)

[*2) Activité ponctuelle proposée par Mélina MASANTANTU*](#_Toc142559290)

[*3) Activités ponctuelles proposées par nos bénévoles*](#_Toc142559291)

[PÔLE SOCIO-CULTUREL](#_Toc142559292)

[*1) Activités ponctuelles proposées par Agnès POLYPHEME*](#_Toc142559293)

[*2) Activités ponctuelles proposées par Ghislain VALLAT*](#_Toc142559294)

[*3) Activités ponctuelles proposées par nos bénévoles*](#_Toc142559305)

[PÔLE SPORTIF](#_Toc142559306)

[*1) Activités ponctuelles proposées par Sophie DUPRAT*](#_Toc142559307)

[*2) Activités ponctuelles proposées par Philippe POINÇOT*](#_Toc142559308)

[*3) Activités ponctuelles proposées par Yannick LE COLVEZ*](#_Toc142559312)

#

# PÔLE ADMINISTRATIF

*Renseignements et inscriptions :* *l.legurun@unadev.com* *; 05 24 07 14 37.*

* Petit-déjeuner d’accueil des nouveaux bénéficiaires – mardi 19 septembre, de 10h à 11h, au 2e étage (salle Feliciano). Nous sollicitons la participation de deux bénéficiaires volontaires pour venir partager leur expérience associative avec de nouveaux inscrits.

# PÔLE SOCIAL

*Renseignements et inscriptions : e.tottoli@unadev.com ; 05 56 33 85 93.*

* Soutien psychologique individuel – vendredis 8, 15 et 22 septembre, entre 14h et 17h (en présentiel ou par téléphone). Séances de 45 minutes, sur rendez-vous.
* Atelier juridique – jeudi 28 septembre, de 17h30 à 19h30, au 2e étage. L’association Droit Pluriel, qui propose un cycle de rencontres destiné **à apporter une meilleure connaissance de leurs droits aux travailleurs mal et non-voyants, proposera un atelier sur le thème « licenciement et conflits ».**

# PÔLE MULTIMÉDIA ET LANGUES

*Renseignements et inscriptions :* *l.legurun@unadev.com* *; 05 24 07 14 37.*

1) Activités ponctuelles proposées par Pierre PERROT

* **Ateliers** d’initiation à Zoom sur téléphone - jeudis 14 et 21 septembre, de 15h à 16h, au 1er étage. L’effectif est limité à 4 personnes.

2) Activité ponctuelle proposée par Mélina MASANTANTU

* **Atelier thématique** - jeudi 28 septembre, de 14h à 16h, au 1er étage. Venez découvrir la machine à lire **Orcam Read, conçue pour les personnes malvoyantes**. Ce dispositif de lecture de poche offre une grande mobilité grâce à une conception au format stylo et ses options intelligentes. Une petite caméra à main conçue pour lire instantanément les textes (journal, livre, panneau…), mais aussi la reconnaissance des billets, des codes-barres…

3) Activités ponctuelles proposées par nos bénévoles

* Initiations à l’italien – le lundi 11 septembre de 10h30 à 12h, le mardi 19 septembre de 14h à 16h, et le lundi 25 septembre de 10h à 12h, au 1er étage. Découverte de cette langue vivante avec Lydia.

#

# PÔLE SOCIO-CULTUREL

*Renseignements et inscriptions :* *sasc@unadev.com**; 05 56 33 85 60.*

1) Activités ponctuelles proposées par Agnès POLYPHEME

* **Cafés papotés** – les mardis de 14h à 16h, au 2e étage : le 19 septembre, sur le thème « vacances et bons plans », et le 26 septembre sur le thème « propositions d’idées d’activités pour la nouvelle année ».

2) Activités ponctuelles proposées par Ghislain VALLAT

* Balade solidaire à motos (environ 240 kms) - dimanche 3 septembre, de 7h45 à 19h. Au programme de cette sortie organisée en partenariat avec le club JEM :

- matin : partage d’une collation, avant de prendre la route en direction du Verdon sur Mer. Traversée de l’estuaire de la Gironde en bac,

- midi : partage d’un déjeuner dans un restaurant de Royan,

- après-midi : trajet effectué en direction de Talmont sur Gironde. Visite guidée de cette commune labellisée « plus beaux villages de France »,

- fin d’après-midi : trajet retour vers Bordeaux, et partage du verre de l’amitié.

**Participation financière de 30€.**

* Journée inter-centres dans les Landes – mardi 5 septembre, de 8h à 18h (5 places). Au programme de cette journée partagée avec des bénéficiaires rattachés au centre UNADEV de Pau, et organisée en partenariat avec le Rotary Club de Morcenx :

- matin : trajet en minibus, puis en voitures de collection jusqu’à Labastide d'Armagnac,

- midi : partage d’un déjeuner dans un restaurant,

- après-midi : trajet vers Perquie en voitures de collection, et visite guidée du château de Ravignan.

Participation financière de 30€.

* Entretien des espaces potagers – mardi 5 septembre, de 14h à 15h, dans la cour. Venez rencontrer et échanger avec le jardinier lors de sa visite sur site.
* Cours d’échecs – mercredi 6 septembre, 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.
* Cuisine – jeudi 7 septembre de 10h à 13h, à la Maison de la Nutrition. Atelier organisé autour de la thématique « anti-stress ». Rendez-vous directement sur place au 5 rue de la Passerelle à Bordeaux (bus / tram « Jardin botanique »). Participation financière de 5€.
* Lecture philosophique – vendredi 8 septembre, de 14h30 à 16h30.
* Socio-esthétique - jeudi 14 septembre, de 10h à 12h. Atelier beauté, mettant à l’honneur le café et la poire.
* Rencontre musicale – vendredi 15 septembre, de 13h30 à 16h, à Bordeaux. L’association APEEF vous propose de venir découvrir des dispositifs sonores et musicaux dans ses locaux (situés à 300 mètres de l’UNADEV), et de co-construire un potentiel partenariat. Trajets effectués à pieds.
* Jardinage – mardi 19 septembre, de 14h à 15h15, dans la cour. Venez bénéficier d’un atelier d’apprentissage des bonnes pratiques du potager.
* Cours d’échecs – mercredi 20 septembre, 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.
* Dépaysement en Charente-Maritime – jeudi 21 septembre, de 7h30 à 19h30, à Port-des-Barques. Au programme de cette sortie en grand groupe :
* matin : dans un site en activité situé au bord de l’estuaire de la Charente, **rencontre autour de l’huître et de son environnement, suivie d’une dégustation,**
* midi : partage d’un déjeuner dans un restaurant,
* après-midi : visite guidée de l’Île Madame (accessible uniquement à marée basse), à la découverte de ses richesses naturelles et culturelles (son histoire, son fort protecteur de l’Arsenal de Rochefort…).

Trajets effectués en autocar de tourisme. Participation financière de 30€.

* Lecture philosophique – vendredi 22 septembre, de 14h30 à 16h30.
* Socio-esthétique - jeudi 28 septembre, de 10h à 12h. Atelier soins des mains.
* Exposition « Prière de toucher ! » – vendredi 29 septembre, de 10h15 à 12h45, à la Galerie des Beaux-Arts de Bordeaux. La visite guidée de cette exposition inédite de sculptures, vous permettra de découvrir des reproductions d'œuvres issues de six musées des Beaux-Arts. Trajets réalisés en bus (titres de transport à prévoir par chacun).

3) Activités ponctuelles proposées par nos bénévoles

* **Folding art** – les jeudis 14 et 28 septembre, de 14h à 16h, au 2e étage. Pratique de l’art du pliage avec Lydia.

# PÔLE SPORTIF

*Renseignements et inscriptions :* *s.duprat@unadev.com**; 06 14 29 09 80.*

*Toute demande d’inscription à ces activités nécessite d’être préalablement inscrit au pôle sportif (dossiers d’inscriptions pour la saison 2023-2024 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

* Échange autour de l’accessibilité de la salle de sport – mercredi 20 septembre, de 10h à 12h, au 2e étage (salle Keller). Venez exprimer vos éventuelles difficultés d’accès à cet espace, et réfléchir avec Katheleen BONARGENT, instructrice en locomotion, à des pistes d’amélioration.
* Inscriptions à la Marche du Ruban Rose – jusqu’au mercredi 30 septembre. Cette marche de 7 kilomètres sera organisée le dimanche 22 octobre sur les quais de Bordeaux, au profit de la recherche et du dépistage du cancer du sein.

2) Activités ponctuelles proposées par Philippe POINÇOT

* Voile sur Hansa - jeudi 7 septembre, de 11h à 18h, au lac de Cazaux (4 places).
* Voile sur catamaran - jeudi 14 septembre, de 11h à 18h, au Pyla-sur-Mer (3 places).
* Voile sur Hansa - jeudi 21 septembre, de 11h à 18h, au lac de Cazaux (4 places).

3) Activités ponctuelles proposées par Yannick LE COLVEZ

* Parachutisme - vendredi 15 ou mercredi 20 septembre. Pique-nique tiré du sac, à prévoir par chacun. Participation financière de 95€ (7 places).
* Parapente - mercredi 27 septembre, à la Dune du Pyla. Pique-nique tiré du sac, à prévoir par chacun (7 places).
* Tir à la carabine (à visée sonore). Afin d’organiser une éventuelle séance au centre de tir de Libourne, merci aux bénéficiaires qui seraient intéressés par la découverte de cette activité de se faire connaître.

Cordialement

L’équipe du centre régional UNADEV Nouvelle Aquitaine de Bordeaux