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 juillet 2024.

*SOMMAIRE*

[*PÔLE SOCIAL*](#_Toc168911104)

[*1) Zoom sur Assist'en gare*](#_Toc168911105)

[*2) Zoom sur handicapzero.org*](#_Toc168911106)

[PÔLE MULTIMÉDIA ET LANGUES](#_Toc168911107)

[*1) Activités ponctuelles proposées par nos bénévoles*](#_Toc168911108)

[PÔLE SOCIO-CULTUREL](#_Toc168911109)

[*1) Activités ponctuelles proposées par Ghislain VALLAT*](#_Toc168911110)

[*2) Activités ponctuelles proposées par nos bénévoles*](#_Toc168911115)

[*3) Zoom sur une activité hebdomadaire*](#_Toc168911116)

[PÔLE SPORTIF](#_Toc168911117)

[*1) Activités ponctuelles proposées par Philippe POINCOT*](#_Toc168911118)

[*2) Activité ponctuelle proposée par Yannick LE COLVEZ*](#_Toc168911122)

[*3) Activités ponctuelles proposées par Sophie DUPRAT*](#_Toc168911123)

# PÔLE SOCIAL

*Renseignements et inscriptions :* [*polesocialbordeaux@unadev.com*](mailto:polesocialbordeaux@unadev.com) *; 05 56 33 85 93*

## Zoom sur Assist'en gare

Début 2024, la SNCF a ouvert une plateforme unique de réservation spécialement dédiée à l'assistance de voyageurs en situation de handicap ou à mobilité réduite. Ce guichet unique est accessible par téléphone au 3212 ou via un formulaire en ligne : [www.garesetconnexions.sncf/fr/assistances-psh-pmr](http://www.garesetconnexions.sncf/fr/assistances-psh-pmr). Ce nouveau dispositif centralise les demandes, réduit le délai de réservation à 24h avant le voyage, disponible à toute heure sur internet, et de 08h à 20h par téléphone 7 jours sur 7 (appel gratuit). Ce service d'assistance est réservé aux porteurs d'une carte d'invalidité (carte mobilité inclusion), aux personnes en fauteuil roulant, ainsi qu’aux personnes se déplaçant avec difficultés.

## Zoom sur handicapzero.org

L'association HandiCapZéro fondée en 1987 a été créée à la suite d'un constat : l'information visuelle est inaccessible aux personnes en situation de handicap visuel, aveugles ou malvoyantes. L'association propose ainsi gratuitement à travers son site internet 100% accessible (contrasté fond noir, gris ou bleu, gros caractères, synthèse vocale) des rubriques telles que : les dépêches (sources AFP, 01net ou HandiCapZéro, orientées majoritairement sur le handicap visuel) ; le programme télé, la météo, ainsi que des informations concernant la culture et loisirs, le sport, la téléphonie, la santé, l'assurance, la conso, l'habitat, la beauté et l'horoscope. Bonne consultation : www.handicapzero.org.

# PÔLE MULTIMÉDIA ET LANGUES

*Renseignements et inscriptions :* [*l.legurun@unadev.com*](mailto:l.legurun@unadev.com) *; 05 24 07 14 37.*

1. Activités ponctuelles proposées par nos bénévoles

* Initiations à l’italien – les lundis 15 et 22 juillet, de 10h à 12h, et les mardis 9 et 23 juillet, de 14h à 16h, au 1er étage. Pratique de cette langue vivante avec Lydia.

# PÔLE SOCIO-CULTUREL

*Renseignements et inscriptions :* [*polesocioculturelbordeaux@unadev.com*](mailto:polesocioculturelbordeaux@unadev.com)*; 05 56 33 85 60.*

1. Activités ponctuelles proposées par Ghislain VALLAT

* Balade naturaliste et baignade – mercredi 3 juillet, de 9h à 17h, à Libourne. Au programme :

- matin : découverte d’une partie de la zone naturelle des Dagueys, accompagnés par un animateur botaniste,

- midi : partage d’un pique-nique (à prévoir par chacun),

- après-midi : baignade et/ou farniente sur la plage des Dagueys.

Trajets réalisés en minibus. Participation financière de 10€.

* Socio-esthétique - jeudi 4 juillet, de 10h à 12h. Atelier sur le thème de la protection solaire.
* Balade naturaliste sur l’Île Nouvelle – jeudi 11 juillet, de 8h15 à 17h45, à Cussac Fort Médoc. En partenariat avec le Conseil Départemental, venez découvrir la riche biodiversité de cet espace naturel de près de 300 hectares, situé au milieu de l’estuaire de la Gironde. Pique-nique à prévoir par chacun. Trajets réalisés en minibus et en bateau. Participation financière de 15€.
* Lecture philosophique – vendredi 12 juillet, de 14h30 à 16h30.
* Escapade à Rochefort, en grand groupe – mardi 16 juillet, de 7h15 à 18h30. Au programme :

- matin : visite guidée du **Musée Hèbre, centre d’Interprétation de l’Architecture et du Patrimoine (disposant de malles tactiles),**

**- midi : déjeuner partagé dans un restaurant,**

**- après-midi : franchissement de la Charente, installés sur la plateforme du pont transbordeur (**dernier témoin de ce type de construction en France)**, puis visite guidée de la Maison du Transbordeur**.

Trajets réalisés en autocar de tourisme. Participation financière de 40€.

* Socio-esthétique - jeudi 18 juillet, de 10h à 12h. Atelier beauté estivale.
* Lecture philosophique – vendredi 26 juillet, de 14h30 à 16h30.

1. Activités ponctuelles proposées par nos bénévoles

* **Folding art** – les jeudis 11, 18 et 25 juillet, de 14h à 16h, au 2e étage. Pratique de l’art du pliage avec Lydia.

## Zoom sur une activité hebdomadaire

* Jeux de société - les mercredis, de 15h à 17h, au 2e étage. Nos matériels adaptés sont à votre disposition pour un partage de parties conviviales (puissance 4, belote, échecs, dominos, scrabble…).

# PÔLE SPORTIF

*Renseignements et inscriptions :* [*sport.bx@unadev.com*](mailto:sport.bx@unadev.com)*; 06 14 29 09 80.*

*Toute demande d’inscription à ces activités nécessite d’être préalablement inscrit au pôle sportif.*

1. Activités ponctuelles proposées par Philippe POINCOT

* Voile sur habitable monocoque – jeudi 4 juillet, de 11h à 18h, à Arcachon (2 places).
* Voile sur Hansa – jeudi 25 juillet, de 11h à 18h, au Lac de Cazaux (4 places).
* Salle de sport - pour information, cet espace reste ouvert jusqu’au mercredi 31 juillet. Il sera fermé tout le mois d’août pour rouvrir le lundi 2 septembre.

1. Activité ponctuelle proposée par Yannick LE COLVEZ

* **Wakeboard** - lundis 1er, 8, 15 et 22 juillet, à Lacanau de Mios (4 places). Départ de l’Unadev à 9h ; retour vers 14h30 – repas sur place à acheter.
* **Marche -** mercredi 3 juillet, de 10h30 à 16h, **sur les quais de Bordeaux**(5 places). Prévoir son pique-nique.
* **Piscine Balnéo et toboggans –** mardis 9, 16 et 23 juillet, **à la Calinésie de Libourne** (6 places). Départ de l’Unadev à 10h ; retour vers 17h prévoir son pique-nique.

## Activités ponctuelles proposées par Sophie DUPRAT

* Vélorail - jeudis 4 et 18 juillet, à Guîtres (6 places). Départ de l’Unadev à 13h – retour vers 18h15.
* Rando-plage - mercredi 17 juillet, sur le domaine de Certes et le port d’Audenge (piscine d’eau de mer). Départ de l’Unadev à 9h30 ; retour vers 17h30 (6 places). Prévoir son pique-nique et son maillot de bain + serviette + crème solaire.
* Canoë - mercredi 24 juillet, à Biganos (5 places). Départ de l’Unadev à 9h15 ; retour vers 17h. Apporter son pique-nique, son maillot de bain, des chaussures fermées pouvant aller dans l’eau et une tenue de rechange.
* Karting - jeudi 25 juillet, à Biganos (6 places). Départ de l’Unadev à 13h – retour vers 17h15.
* Rando-plage - vendredi 26 juillet, à la plage Pereire à Arcachon (6 places). Départ de l’Unadev à 9h30 ; retour vers 17h30. Prévoir son pique-nique et son maillot de bain + serviette + crème solaire.

Cordialement

L’équipe du centre régional UNADEV Nouvelle Aquitaine de Bordeaux