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 2024.

*Renseignements à l’accueil du* Centre : nouvelle.aquitaine.bordeaux@unadev.com ; *05 24 07 14 37.*

 *SOMMAIRE*

*[PÔLE SOCIO-CULTUREL](#_Toc174369331)*

[*[1) Activités ponctuelles proposées par](#_Toc174369331)*](#_Toc174369334)*[Ghislain VALLAT](#_Toc174369331)*

[*2) Activités ponctuelles proposées par nos bénévoles*](#_Toc174369334)

[*3) Zoom sur les inscriptions aux activités régulières*](#_Toc174369335)

[PÔLE SPORTIF](#_Toc174369336)

*1) Activités ponctuelles proposées par Yannick LE COLVEZ*

[*2) Activités ponctuelles proposées par Philippe POINCOT*](#_Toc174369338)

[*3) Activité ponctuelle proposée par Sophie DUPRAT*](#_Toc174369341)

[PÔLE SOCIAL](#_Toc174369342)

[PÔLE MULTIMÉDIA ET LANGUES](#_Toc174369344)

[*1) Activités ponctuelles proposées par nos bénévoles*](#_Toc174369345)

# PÔLE SOCIO-CULTURELRenseignements et inscriptions : polesocioculturelbordeaux@unadev.com ; 05 56 33 85 60.1) Activités ponctuelles proposées par Ghislain VALLAT

* Balade naturaliste sur l’Île Nouvelle (report) – vendredi 6 septembre, 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€.
* Balade solidaire à moto - dimanche 8 septembre, de 8h à 18h. Cette traditionnelle sortie annuelle sera à nouveau organisée en partenariat avec le club JEM. Au programme :
- matin : visite guidée du village médiéval de Castelmoron d’Albret, plus petite commune de France,
- midi : déjeuner partagé dans une ferme-auberge située à proximité,
- après-midi : rencontre avec l’association du Train de La Sauve-Majeure, œuvrant à rendre à l’ancienne gare son ambiance ferroviaire.
Participation financière de 30€.
* Portes ouvertes à la bibliothèque Mériadeck – vendredi 13 septembre, de 10h30 à 14h, à Bordeaux. Suite au renouvellement du matériel adapté installé dans ses cabines, l’espace Diderot nous accueillera dans le cadre d’un temps convivial. A l’issue de la visite, un déjeuner sera partagé au sein du café BB. Trajets réalisés à pied. Participation financière de 10€.
* Sortie en grand groupe – vendredi 27 septembre, de 7h à 19h, dans la vallée de la Seudre (17). Au programme :
- matin : découverte du **Moulin des Loges de Saint-Just-Luzac,** l'un des derniers moulins à marée d'Europe en fonctionnement,
- midi : déjeuner partagé dans un restaurant,
- après-midi : **embarquement à Saujon à bord du Train des Mouettes, pour un voyage à toute vapeur à travers les marais de la Seudre.
Participation financière de 40€.**

2) Activités ponctuelles proposées par nos bénévoles

* **Folding art** – les jeudis 5, 12 et 19 septembre, de 14h à 16h, au 2e étage. Pratique de l’art du pliage avec Lydia.

3) Zoom sur les inscriptions aux activités régulières

* Du lundi 2 au jeudi 4 septembre, le coordonnateur du pôle socio-culturel se tiendra à votre disposition pour réaliser vos inscriptions aux activités régulières du 1er trimestre de la saison (septembre à décembre 2024).

# PÔLE SPORTIF

1) Activités ponctuelles proposées par Yannick LE COLVEZ. Renseignements et inscriptions : y.lecolvez@unadev.com ; 06 70 70 41 16.

* Parachute - samedi 14 septembre, à La Réole. Départ de l’Unadev à 11h avec son pique-nique ; retour vers 18h. Un certificat de non-contre-indication à la pratique du parachutisme vous sera demandé lors de votre inscription.
* **Parapente - mercredi 18 septembre, au Pyla. Départ de l’Unadev à 11h avec son pique-nique ; retour vers 18h30 (7 places).**

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

* Voile sur Hansa – jeudis 5 et 19 septembre, de 11h à 18h, au Lac de Cazaux (4 places).
* Catamaran – jeudi 12 septembre, de 11h à 18h, au Cercle de voile du Pyla (4 places).

3) Activité ponctuelle proposée par Sophie DUPRAT. Renseignements et inscriptions : s.duprat@unadev.com ; 06 14 29 09 80.

* See Surf - dimanche 29 septembre. Départ de l’Unadev à 9h ; retour vers 18h (4 places).

**4) Zoom sur les inscriptions aux activités sportives pour la saison 2024-2025.**

**Une permanence sera assurée pour réaliser vos inscriptions aux activités sportives régulières du 1er trimestre : le lundi 2 et mardi 3 toute la journée, et les matins du mercredi 4, jeudi 5 et vendredi 6 septembre.**

# PÔLE SOCIAL

# *Renseignements et inscriptions :* *polesocialbordeaux@unadev.com* *; 05 56 33 85 93*

* Café des nouveaux - mardi 17 septembre, de 10h00 à 11h30 en présentiel. Récemment inscrit ? Venez rencontrer l’équipe du centre autour d’un petit-déjeuner organisé dans nos locaux, salle Feliciano. Nous recherchons aussi une personne qui souhaiteraient témoigner de son expérience à l’Unadev. Sur inscription.
* Café des nouveaux – lundi 23 septembre, de 10h30 à 12h00 en distanciel. Récemment inscrit et vous déplacer au centre vous est difficile ? Ce temps de rencontre est possible par téléphone pour les personnes ne pouvant se déplacer à Bordeaux : rendez-vous le lundi 23 septembre, de 10h30 à 12h. Nous recherchons également une personne pour témoigner de ses liens avec le centre à distance. Sur inscription.
* Cycle Ateliers Logement en présentiel – mardi 24 septembre, de 10h00 à 12h00. L’Atelier Budgétaire, en lien avec le Pôle Social, animera un atelier qui abordera le thème « Le budget du locataire » : Vous êtes locataires et vous vous questionnez sur votre budget. Nous aborderons ses grands principes et son optimisation. Nous vous invitons à venir échanger sur la thématique des dépenses liées au logement (comprendre sa quittance de loyer, quelles solutions en cas de difficulté, mieux maitriser ses dépenses d’énergies…). Sur inscription, places limitées.

# PÔLE MULTIMÉDIA ET LANGUES

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

1. Activités ponctuelles proposées par nos bénévoles
* Initiations à l’italien – les lundis 9 et 23 septembre, de 10h à 12h, et les mardis 10 et 24 septembre, de 14h à 16h, au 1er étage. Pratique de cette langue vivante avec Lydia.

Cordialement

L’équipe du centre régional Unadev Nouvelle Aquitaine de Bordeaux