

JANVIER 2012

9 rue Lamartine 29770 Audierne. Tél. 02 98 70 28 72

Bureau ouvert au public le jeudi 8h30-12h30. cap.accueil@orange.fr

<http://www.cap-accueil.com> et www.artsalapointe.com



★ Cap Accueil INFOS ★

▶ Ouverture au public

★ Permanence le samedi 7 janvier de 10h à 12h, au bureau 9 rue Lamartine à AUDIERNE.

★ Bureau de Cap Accueil exceptionnellement fermé au public le jeudi 29 DECEMBRE pour congés.

★ Le service "adhésions" signale : êtes-vous à jour de vos cotisations ?

★ Pensez-y, l'Assemblée Générale est fixée au dimanche 29 janvier à Mahalon.

▶ Atelier généalogie

★ Prochain rendez-vous Généalogie et Patrimoine le Mardi 03 Janvier 2012 de 16h30 à 18h30, salle Marthe Pierre à Audierne. **Flash info** : Création d'un nouveau groupe pour l'initiation à la Généalogie et à la Découverte du Patrimoine du Cap Sizun à partir du Mardi 06 Mars 2012 à la salle Marthe Pierre à Audierne.

▶ OFF

★ Le samedi 21 janvier "les off" propose un concert basse clarinette guitare accordéon "chez Jeanne" à Plouhinec. A la fin du concert un vin chaud ou un thé à la menthe sera servi. Entrée 10€, venez nous rejoindre nombreux pour démarrer la nouvelle année en musique ! De la Bretagne au Maghreb, en passant par les Balkans, le JJB Expérience explore et façonne sa musique au gré des rythmes ethniques de l'est et de l'ouest. Ces musiciens voyageurs, passionnés de musiques ethniques, s'inspirent des musiques traditionnelles pour créer leur propre univers musical. + Préparez le prochain "OFF rendez-vous" le 4 février soirée vietnamienne à Beuzec.

▶ LES SORTIES

★ AU THEATRE DE CORNOUAILLE

Samedi 7 janvier : *Musique et chant* West Side Story

dans une version concertante riche de couleurs et de rythmes, interprétée par les Percussions Claviers de Lyon et quatre solistes. Pour le covoiturage, le départ est à 18h.50, place de la Liberté, à Audierne. Spectacle à 20H.

▶ LES SEJOURS

★ **Séjour en Haute Normandie (à Forges les Eaux) du 1er au 8 septembre 2012**

Visite d'Etretat, Fécamp, Rouen et la vallée de la Seine, la forteresse de Gisors, sans oublier le jardin de Monet à Giverny et d'autres petites merveilles. Ce séjour n'est pas réservé au 4^{ème} âge. Pour toutes les personnes intéressées, une réunion d'information aura lieu le mercredi 11 janvier à 10H au bureau.

★ **Voyage à Lisbonne**

nous proposons une escapade d'une semaine à Lisbonne, début octobre.

Voyage en avion, départ de Quimper, hébergement dans le vieux Lisbonne, environ 700€ sans les repas.

C'est une ébauche, nous voulons élaborer le programme avec les participants. Nous organisons une réunion

d'information le vendredi 13 janvier à 10H au bureau de Cap-accueil. Si vous êtes intéressé mais ne pouvez être présent à la réunion, contactez Claudine Lozac'hmeur : claudine.lozac'hmeur@orange.fr ou 06 74 59 69 80.

▶ LES MANIFESTATIONS des environs

★ **Fêtes maritimes de Douarnenez :**

Comme pour les éditions précédentes, nous tenons le stand crêpes. Il s'agit d'assurer le service, la caisse l'approvisionnement et, plus technique, le garnissage des crêpes qui sont précuites. Les volontaires peuvent dès à présent et s'inscrire auprès de Michèle ou Maurice 02 98 74 91 65 - 06 33 12 92 60 - maurice.boucher3@orange.fr.

▶ LES RANDONNEES

★ **Inscription à la rando de Saint Rivoal : les 8 et 9 mai 2012**

Sortie de 2 jours, "ou ça ?" : dans les Monts d'Arrée (St Rivoal) les mardi 8 et mercredi 9 mai. 2 "niveaux" (Maurice et Michèle) - Repas en commun le soir - Casse-croûte le midi. Hébergement en gîtes de 20 places - Réservation au 02 98 74 91 65 - 06 33 12 92 60 - maurice.boucher3@orange.fr. Les 1^{ers} inscrits seront les 1^{ers} servis.

★ **Reprise commune des marches : Galette des Rois**

Rando commune le vendredi 6 janvier 2012. RV 14H devant le restaurant "Les Capistes" au 36, rue Laënnec à Esquibien. A l'issue de la randonnée nous partagerons votre galette. Inutile de venir tous avec un gâteau... nous risquerions une indigestion. La concertation est de mise. Prévoir un peu d'argent pour les boissons prises dans la salle du restaurant.

☆ Randonnée Grand Léopard du mardi 17 Janvier à PRIMELIN

Pensez dès à présent à vous inscrire pour cette randonnée. Réservation du restaurant "l'Abricotier". Il pourra y avoir un petit circuit pour les marcheurs du mercredi qui aimerait partager notre repas.

- ☆ **Formation aux premiers secours** : une formation aux premiers secours est envisagée au cours de l'année 2012. Merci de vous inscrire auprès de Jean-Pierre Volant. Il est préférable d'être licencié de FFRandonnée. En effet la fédération prend en charge 75% du prix de la formation.

► LES RANDONNEES

E = Ecureuil, 6-8 km L= Léopard, 8-12 km

GL = Grand léopard, + 12km. Vendredi : départ à 14 h, Mercredi : départ à 14 h 30.



Date	Rando	Lieu de départ	*	Responsables
janv.-12				
Vendredi 6	ESQUIBIEN (galette des rois)	14 H Rando Commune- Resto "les Capistes"	E.L.	Jean-Pierre - Joèle- Henri-Danielle
Mercredi 11	PRIMELIN	14H30 Place du Bourg	E	Danielle - Yveline- Jean Perrot
Vendredi 13	PRIMELIN	14H Port du Loch	E.L.	Michel - Nicole Goyat
Mardi 17	PRIMELIN	9H Parking Resto L'Abricotier 8H35Local Cap Accueil Audierne (covoiturage)	GL	Jean-Pierre - Joèle
Mercredi 18	PONT-CROIX	14H30 Terrain de Foot	E	François - Evelyne- Jean-Philippe
Vendredi 20	AUDIERNE	14H Place passerelle des Capucins	E.L.	Dominique Tallec - Dom. Duvallet
Mercredi 25	AUDIERNE	14H30 Parking Cap Accueil	E	Annie Loqx - Annie Jaffry - Jacques
Vendredi 27	TREGUENNEC	14H Parking Mairie 13H15 Local Cap Accueil Aud. (covoiturage)	E.L.	Françoise et Gérard Frantz
févr.-12				
Mercredi 1	KERLAZ	14H30 Parking du Bourg 14H Local Cap Accueil Audierne (covoiturage)	E	Anne-Marie Andrieux-Annick LeGall
Vendredi 3	POULDAVID	14H Parking Cimetière	E	Jean Dano- Marie Thérèse Le Guillou
Mercredi 8	PLOGOFF	14H30 Parking du Loch côté Plogoff	E	Jean-Yves - Michèle Dagorn

► LES ACTIVITES HEBDOMADAIRES

JOUR	ACTIVITE	HORAIRES	LIEU
LUNDI nouveau !	Anglais (conversation)	10h - 11h30	Avec Paulette. Salle Cap Accueil - Audierne
	Photo-vidéo	14 h -17 h	Salle Cap Accueil - Audierne
	Arts plastiques	14h - 16h	Salle au-dessus des halles – Audierne
	Broderie-Patchwork	14h - 17h30	Salle Cap Accueil - rue Lamartine – Audierne
	Théâtre	18h – 20h	Salle Marthe Pierre – Audierne
MARDI nouveau !	Anglais (Révision)	10h - 11h30	Avec Paulette. Salle Cap Accueil - Audierne
	Bridge	14h	Salle du Conseil – Goulien
	Scrabble	14h30	Salle Cap Accueil - rue Lamartine – Audierne
Mervent	Généalogie	16h30-18h30	salle Cap Accueil, Audierne
Mervent	Breton niveau 2	19h30	Salle Cap Accueil - rue Lamartine – Audierne
MERCREDI	Informatique	9h - 12h	Cybercommune de Plouhinec
	Anglais (conversation)	10-11h30	Avec Pépin, salle Cap Accueil, Audierne
	Echecs	14h30-18h	salle Cap Accueil. Audierne
	Randonnée (écureuil)	14h30	Voir programme mensuel
JEUDI	Breton (Atelier)	10h30-11h45	Salle Cap Accueil - rue Lamartine – Audierne
	Bridge	14h	Salle Cap Accueil - rue Lamartine – Audierne
Mervent	Breton niv 7	18h –19h30	Maison des Associations – Plouhinec
Mervent	Breton niv1	19h30-21h	Maison des Associations – Plouhinec
Venez danser !	Danse bretonne	20H30-22h	salle polyvalente– Esquibien
	Informatique	9h - 12h	Cybercommune de Plouhinec
VEN new !	Anglais (conversation)	10-11h30	Avec Pépin, salle Cap Accueil, Audierne
	Randonnée (léopard)	14h	Voir programme mensuel
	Belote	14h00	Salle Cap Accueil - rue Lamartine – Audierne
	Séniors	14h30	Mille clubs – Plouhinec