

ACTIVITES PHYSIQUES ET DE PLEINE NATURE

SORTIES RAQUETTES

- 12 ou 19 janvier
 9 ou 16 février
 8 ou 15 mars
 6 ou 13 décembre

RANDONNÉES PÉDESTRES

Randonnée littorale au-dessus de Fontarabie

- juillet

Les terrasses du Pic du Midi d'Ossau : randonnée montagne

- septembre

Les jeudis de la rando

- 26 janvier : Saint-Martin-de-Seignanx
 23 février : Saint-Paul-lès-Dax
 29 mars : Gabarret ou Saint-Justin
 26 avril : Pays Dacquois
 24 mai : Pontenx-les-Forges
 27 septembre : Port-de-Lanne
 25 octobre : Aire-sur-Adour et Barcelonne-du-Gers
 22 novembre : Hossegor
 20 décembre : Coudures

Les randonnées orientation

- 1^{er} juin : Moliets
 4 octobre : Lit-et-Mixe

Projet parcours thématique

- 23 mars

GOLF

- février : Moliets
 mars : Bahus-Soubiran
 avril : Hagetmau
 juin : Moliets
 septembre : Mimizan
 octobre : Soustons
 6 novembre : compétition de golf à Moliets

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN Le mercredi et le vendredi

TENNIS DE TABLE Le lundi et le jeudi selon les périodes de l'année

AVENTURE

- mai : canoë
 juin : randonnée orientation
 juin : création d'un parcours de découverte
 du 4 au 6 septembre : séjour multi-activités

MANIFESTATIONS SPORTIVES

- septembre : jeux d'Aquitaine Seniors
 12 au 15 juin : Traversée des Landes

SÉJOURS

Je souhaite recevoir un contrat de séjour pour :

- Séjour randonnée pédestre dans le Morbihan
 Séjour détente thalasso

BULLETIN DE PRE-INSCRIPTION

aux activités du Service Animation du Conseil général des Landes
de janvier à décembre 2012

Sur ce document, vous sélectionnerez les activités auxquelles vous souhaitez participer. Le nombre important de propositions et celui plus important encore de demandes nous obligent à une gestion rigoureuse des inscriptions. La gratuité de la grande majorité des animations ne doit pas minimiser votre engagement après votre inscription. Aussi, suite à l'envoi de ce bulletin, vous recevrez un dossier complet récapitulatif de l'ensemble des actions auxquelles vous avez l'intention de participer. En cas de changement d'avis de votre part, il est impératif de nous le signaler dans les plus brefs délais.



Madame*

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Tél :

Mél :



Monsieur*

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Tél. portable :

Réservé à l'administration

* pour le questionnaire qui suit, merci de bien vouloir cocher le picto pour Madame et le picto pour Monsieur

ENGAGEMENT, PARTAGE ET SOLIDARITÉ

FORMATION À LA CONNAISSANCE DE SOI

Être acteur, actrice de ma retraite

- 17,18 et 19 janvier

Ma vie de grands-parents

- 7 et 8 février

Trouver un chemin de vie après un deuil

- 13 et 14 mars

Mon expérience, une richesse à partager

- 25 et 26 septembre

ANIMATION D'ATELIERS D'HISTOIRES

Interventions auprès des enfants

- 6 janvier : réunion d'information

Journées thématiques

- 7 février : présentation albums, raconte-tapis

- 3 et 4 mai : le livre et la musique

- 10 et 11 septembre : perfectionnement lecture à haute voix

Lectures auprès des personnes âgées

- 6 janvier : réunion d'information

RETRAITE ET SOLIDARITÉ

- 28 septembre : réunion d'information

VIE ASSOCIATIVE

- 12 octobre : animer une réunion associative



FORMATIONS

GYMNASTIQUE

Formation d'animateurs bénévoles

Les 3 modules : 16, 17 et 18 octobre ; 13, 14 et 15 novembre ; 11, 12 et 13 décembre

Regroupement d'animateurs bénévoles

27 mars 4 avril

CONDUITE

Réactualisation et sensibilisation au Code de la Route

Saint-Pierre-du-Mont 8 février 24 octobre
Dax 22 mars 21 novembre

Sécurité routière : Quand le sommeil prend de l'âge

Saint-Pierre-du-Mont Dax
7 mars 13 février

Sécurité et économie

Saint-Pierre-du-Mont Dax
26 septembre 7 novembre

FORMATION AUX PREMIERS SECOURS

Découverte et utilisation du défibrillateur

Saint-Pierre-du-Mont Dax
5 décembre 13 septembre

Sensibilisation aux gestes de premiers secours

Saint-Pierre-du-Mont Dax
5 avril 4 juin

Recyclage, gestes de premiers secours

Saint-Pierre-du-Mont Dax
24 avril 28 juin

INFORMATIQUE

Formation de base : découverte de l'outil informatique janvier

Spécialisation

février : traitement de texte juin : maintenance
mars : photo numérique octobre : gestion des fichiers audio
et retouche photo novembre : excel ou autre tableur
avril : internet décembre : PowerPoint

VIDÉO

le mardi matin

ANGLAIS

Débutant Niveau 2 Niveau 4
Niveau 1 Niveau 3

COMPOSITION FLORALE

Formation de base

les 5 demi-journées

Perfectionnement

février : sable et écorce
avril : nature
juin : vannerie

septembre : vendange
octobre : concours d'art floral
décembre : Noël en fil

CUISINE

16 février : menu "saveur d'Italie"
12 avril : menu "Aux plantes sauvages"
24 mai : menu santé

5 juillet : menu oriental
20 septembre : menu "saveurs d'automne"

PÂTISSERIE

14 février : chouquettes sucrées, salées
25 mai : pâte sablée aux fruits

28 septembre : tuiles amandes
9 novembre : truffes au chocolat

DÉCOUVERTE

GESTION DE L'EAU

28 mars 29 mai
25 avril

MUSÉE DU JAMBON

10 janvier 22 février 19 octobre

MUSÉE DE L'ALAT ET DE L'HÉLICOPTÈRE

14 mars 23 mai 5 juin

LA FILIÈRE DES VOLAILLES FERMILIÈRES

27 mars 3 mai 10 juillet 4 octobre

AU PARADIS DU PAILLON

30 mai

LA LEYRE EN ATTELAGE

11 avril

RALLYE DÉCOUVERTE

12 janvier : groupe de préparation 27 septembre : rallye découverte

JARDINS, PARCS ET CHÂTEAUX LANDAIS

février : du naturel dans nos jardins mai-juin : Jardins de Nonères
mars-avril : Jardins de Nonères septembre : planète Pélargonium

LES MILIEUX NATURELS

mai : Les côteaux calcaires du Tursan à Payros 25 juin : Bordères
octobre : de la mine à la nature d'Arjuzanx

LE PATRIMOINE LANDAIS

mars : ostréiculture juin : ganadéria de Buros
juin : graine de forêt à Garein octobre : histoire du thé
mai ou octobre : ganadéria de Maynus et de la céramique chinoise

LE SAUTERNAIS

avril octobre