

Pour tous renseignements que vous jugeriez opportuns
il suffit de contacter les animateurs concernés.

Ou voir également sur notre site Internet

 <http://www.aaastseb.com/>

Vous y verrez divers renseignements et articles sur nos activités

NOMS ET ADRESSES DES LOCAUX ACCUEILLANT LES ACTIVITÉS

(plans d'accès sur le blog)

<i>Centre Social de l'Allée Verte</i>	1 rue de l'Allée Verte Saint Sébastien sur Loire
<i>Centre Social de la Fontaine</i>	11 rue du Languedoc Saint Sébastien sur Loire
<i>Centre Social du Douet</i>	6 allée du 6 juin 1944 Saint Sébastien sur Loire
<i>Ancien Local A. A. A</i>	2 allée des Maraîchers Saint Sébastien sur Loire
<i>Maison des Associations René Couillaud</i>	6 rue des Becques Saint Sébastien sur Loire
<i>Manoir de "La Tullaye"</i>	42 boulevard des Pas Enchantés Saint Sébastien sur Loire
<i>Salle de l'ESCALL</i>	Rue des Berlaguts Saint Sébastien sur Loire
<i>Salle de la Noë Cottée</i>	Rue de la Noë Cottée Saint Sébastien sur Loire



Association « Accueil Art Activités »

Siège Social : 42 Boulevard des Pas Enchantés 44230 Saint Sébastien sur Loire

Téléphone : 06 88 26 06 83 - Courriel: lestroisa-association@outlook.fr

Association

Accueil Art Activités



Programme des Activités

Année 2019-2020



Journée des Inscriptions

Jeudi 19 Septembre 2019

*Salle de l'ESCALL Rue des Berlaguts
44230 Saint Sébastien sur Loire*

Nouvelle adresse Courriel : lestroisa-association@outlook.fr

Blog : <http://www.aaastseb.com/>

Association régie par la loi du 1er juillet 1901



Geneviève BÉTEAU
Secrétaire Adjointe



Françoise GRANDPIERRE
Vice Présidente et
Secrétaire



Catherine BASSET
Administratrice



Marylène GODARD
Secrétaire Adjointe



Marie-Astrid LOISON
Présidente



Gérard GRANDPIERRE
Trésorier adjoint et
Webmaster



Martine DAGAN
Trésorière



Pierrette REYGNER
Administratrice



Gilles MARTIN
Administrateur



Mauricette DENAUD
Trésorière adjointe



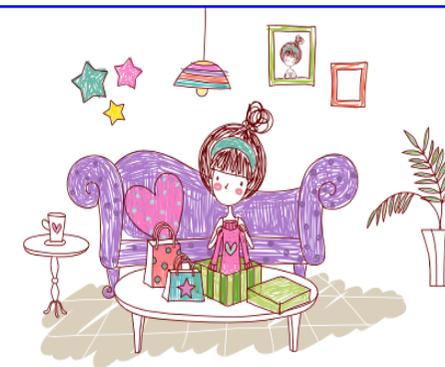
Présidente	Marie Astrid	LOISON
Trésorière	Martine	DAGAN
Vice Présidente et Secrétaire	Françoise	GRANDPIERRE
Secrétaire adjointe	Geneviève	BÉTEAU
Secrétaire adjointe	Marylène	GODARD
Trésorier Adj. et Web	Gérard	GRANDPIERRE
Trésorière Adjointe	Mauricette	DENAUD
Administratrice	Catherine	BASSET
Administratrice	Pierrette	REYGNER
Administrateur	Gilles	MARTIN



S'INSCRIRE SUR LE BLOG DE L'ASSOCIATION
ET RECEVOIR LES « ALERTES INFOS »

"Association "Accueil Art Activités"

Activités de loisirs, de partage, d'amitié, sur Saint
Sébastien sur Loire (44)



De nombreuses informations et des reportages photos de nos activités
sont régulièrement publiées sur le blog de l'Association à l'adresse :

<http://www.aastseb.com/>

Sur la page d'accueil du blog dans sa partie droite vous trouverez la rubrique
« S'abonner ». Inscrivez votre adresse E-mail dans le petit cadre prévu à cet effet
et cliquez sur le bouton : **S'abonner**. Voilà c'est fait !

Vous recevrez ensuite un email vous informant que vous êtes inscrit sur le blog
et vous devrez alors cliquer sur le lien qui sera présent dans ce mail pour valider.
C'est tout ! ça y est vous êtes inscrit.

Désormais chaque fois qu'une information ou un reportage sera publié en ligne
vous recevrez un email d'alerte qui vous invitera à consulter cette publication.

Vos pouvez également « flasher » le « QR Code » ci-dessous avec votre Smartphone
et vous serez instantanément dirigé sur notre blog depuis ce Smartphone.



S'abonner

Abonnez-vous pour être
averti des nouveaux articles
publiés.

exemple@adresse.com

S'abonner

♥ ÉVÉNEMENTS A RETENIR ♥

L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE L'ASSOCIATION

Mardi 12 Novembre 2019 à 14 h

Vous serez conviés par courrier ou courriel à notre Assemblée Générale annuelle au cours de laquelle vous seront présentés les différents bilans d'activités et de gestion de l'année précédente ainsi que les projets à venir.

MARCHE DE NOEL

Samedi 30 novembre et dimanche 1er décembre 2019

Des activités « Artistiques » et « Créatrices » de l'Association seront présentes sur notre stand à travers la vente d'objets réalisés par les adhérentes et adhérents.

TÉLÉTHON

Les 6, 7 et 8 décembre 2019

Participation des activités Randonnées et Bowling

EXPOSITION « Les saisons s'invitent aux 3A »

samedi 14 et dimanche 15 Mars 2020

*Salle de L'ESCALL (Rue des Berlaguts – Saint Sébastien)
Venez découvrir les réalisations des adhérents (es) de nos activités
(Voir informations complémentaires page 16)*

PORTES OUVERTES DE NOS ACTIVITÉS

Du 11 mai au 14 juin 2020

dans chacune des activités (hors activités physiques)

SORTIE ANNUELLE DES ADHÉRENTS « RANDONNÉES »

Vendredi 5 Juin 2020

Une sortie d'une journée commune aux trois circuits de « randonnée » ainsi qu'à la « Marche nordique » est organisée en un lieu sortant de l'ordinaire, pour tous les adhérents inscrits dans ces activités.

SORTIE ANNUELLE DE TOUS LES ADHÉRENTS

Pour tous les adhérents inscrits dans au moins une activité

Les 2, 4, 9 et 11 juin 2020 (une journée à choisir sur les quatre)

(Voir informations complémentaires page 27)

LES INSCRIPTIONS ONT LIEU

« Salle de l'ESCALL » Rue des Berlaguts à Saint Sébastien sur Loire

LE JEUDI 19 SEPTEMBRE 2019

de 9 h 30 à 12 h (réservé aux habitants de Saint Sébastien sur Loire)

Et de 15 h à 18 h (pour tous)

SE MUNIR IMPÉRATIVEMENT DE :

✉- Votre adresse E-mail correctement orthographiée

✉- **OU** 3 enveloppes timbrées à votre nom et adresse (**format 22 x 11 cm**),
(pour convocation + compte-rendu Assemblée Générale + Voyage adhérents)

✉- **d'un justificatif de domicile (pour les habitants de St Sébastien)**

✉- d'un des bulletins d'adhésion complété (voir page centrale de ce livret)

Vous trouverez deux bulletins d'adhésion à détacher en pages centrales

**PRIX DE L'ADHÉSION : 8 € PAR PERSONNE pour les Sébastienais
10 € PAR PERSONNE pour les non Sébastienais**

**RÈGLEMENTS À L'INSCRIPTION - AUCUN REMBOURSEMENT D'ADHÉSION
NI DE PARTICIPATION NE SERA EFFECTUÉ**

Aucune inscription ne sera prise par téléphone

En cas d'absence ponctuelle, il est souhaitable de prévenir l'animateur car de votre assiduité dépend la pérennité de l'activité et le maintien des salles prêtées une fréquentation régulière vous est demandée.

Attention les places sont limitées dans certaines activités

Pour tous renseignements concernant les activités,
s'adresser directement aux responsables

Également sur le blog A.A.A.  <http://www.aastseb.com/>

Pour les questions relatives à l'Association :

Numéro de téléphone : 06 88 26 06 83

Nouvelle Adresse Email : lestroisa-association@outlook.fr

Début des activités mardi 1er octobre 2019

ACTIVITÉS PHYSIQUES



RANDONNÉES DÉCOUVERTE

Nouveau

12 sorties avec découvertes culturelle ou patrimoniale
de 12 à 25 Km

Participation 15 € / an - hors prix transport lieu de sortie

Responsable Marie-Françoise RACOUËT 02 40 33 14 08

Lieu point de rendez-vous selon site retenu

Jour et horaire calendrier remis en début de saison

(Voir informations complémentaires page 15)

Certificat médical mention « Apte à la Randonnée pédestre »
obligatoire et exigé le jour même de l'inscription.



A PROPOS DES RANDONNÉES DE LOISIRS

L'inscription aux activités « Randonnées » « Randonnées découverte »
« Marche Nordique » « Randonnées cyclistes » ou « Yoga » vous engage à respecter
un certain nombre de points de sécurité élémentaires.

Le certificat médical OBLIGATOIRE

vous est demandé et il doit comporter la mention :

« Apte à la randonnée pédestre » ou « Marche Nordique »

ou « Randonnées cyclistes » ou « Yoga », avec une validité de moins de 3 années.

Il en est de même pour les chaussures de marche, les bâtons et les casques.

Vous devrez viser la charte des randonneurs ou la charte des cyclistes,
qui vous sera remise à l'inscription et nous sera restituée signée à la première sortie.

Il vous est demandé le strict respect du Code de la Route.

Les exercices d'échauffement de la « Marche Nordique »
sont nécessaires et obligatoires.

En cas de non respect de ces points vous ne serez plus admis à cette activité

Bien que de loisirs, les randonnées proposées ne sont pas des « promenades » et
requièrent donc une capacité physique suffisante pour appréhender en toute sécurité
et avec plaisir les parcours en terrain naturel avec plus ou moins de dénivelé
et « passages escarpés ».

La longueur des parcours peut parfois dépasser (à maxima 10%) celle habituelle du
groupe, pour des raisons techniques, d'intérêt, de franchissement ou de sécurité.

Les « randonneurs » s'inscrivent en connaissance de ces points d'organisation.

7 Nouvelles activités sur les 56 présentes pour cette saison 2019 - 2020

« Couture pour enfants » « Initiation au Smartphone »
« Initiation au Scrapbooking » « Pause-détente »
« Randonnées Découverte » « Marqueterie à la paille » « Tarot »



Bulletins d'adhésion à l'Association et choix de vos activités

Les pages centrales de ce livret sont détachables.

Elles vous serviront lors de la journée des inscriptions.

Elles comportent 2 exemplaires (un par personne)

N'oubliez pas de les mettre dans la corbeille prévue en « sortie d'inscription »

Chaque personne se présentant aux inscriptions ne pourra présenter
que deux dossiers pour des tiers, en plus du sien.

De même, les adhérents qui confient leur dossier d'adhésion à un animateur,
ne verront leur dossier traité, qu'en fin de matinée pour les Sébastienais,
et en fin d'après midi, pour les résidents des autres communes.

Le mot de la Présidente

Nous sommes heureux de vous annoncer 7 nouvelles activités :
Couture, Initiation au Smartphone, Initiation au Scrapbooking, Pause-détente,
Randonnées découverte, Marqueterie à la paille et Tarot.

Nous avons malheureusement 5 activités qui arrêtent :
Enluminure, Tapisserie Haute-Lice, Escapades-découverte, Randonnées à la
journée et la Randonnée pédestre groupe « 12 km ».

Nous remercions les animateurs pour leur dévouement .
Cette année nous fêterons les 45 ans de notre association avec une exposition où
toutes les activités seront présentes. Le thème retenu est :
« les saisons s'invitent aux 3A », venez nous rejoindre les 14 et 15 mars 2020.

Bonne rentrée à tous

Marie-Astrid Loison Présidente



APPRENTISSAGE DE LA CALLIGRAPHIE

Participation 10 € / an + fournitures
Responsable Martine NICLOT 06 04 45 24 50
Lieu La Tullaye - salle Vénus - RDC
Jour et horaire 2 mercredis par mois
 de 9 h à 10 h 30 ou 10 h 30 à 12 h



APPRENTISSAGE DE LA MARQUETERIE

Bois et paille

Participation 15 € / an + fournitures
Responsables Marie Thérèse MORICET 02 40 80 64 49
 Daniel BERNEISE 06 72 08 69 36
 Alain BÉTEAU 06 62 60 84 77
Lieu La Tullaye - salle Mars - 1er étage
Jour et horaire 2 mercredis par mois de 13 h 30 à 17 h



ATELIER PORTRAIT

Participation 15 € / an + fournitures
Responsable Geneviève BOULAIS 06 16 05 09 65
Lieu Centre Social de la Fontaine
Jour et horaire le lundi de 14 h à 17 h



ATELIER CUISINE

Activité sur 2 années

Participation 10 € / an + 25 € / trim. pour ingrédients
Responsables Rose-Marie GUILLOT 06 76 86 42 23
 Pierrette REYGNER 06 73 71 82 16
Lieu La Tullaye - Salle Mercure - RDC
Jour et horaire 1 mercredi par mois de 8 h 30 à 13 h 45



RANDONNÉES PÉDESTRES de LOISIRS

3 groupes

Participation 79 € / an (dont transport bus sur plusieurs lieux)

Payables à l'inscription (frais de transport et de fonctionnement compris). Règlement par un chèque de 79 € ou deux chèques dont un de 39 € et un de 40 €.

Lieu de R.D.V. Parking de L'ESCALL

Joindre une enveloppe timbrée et libellée à votre adresse.

Transport par car sur présentation de la carte d'adhérent.

10 km (environ)

Responsables Béatrice DEVIANNE 07 77 08 07 97
 Gilles BARNATHAN 06 89 81 62 07
 Henri BRETONNIERE 06 85 34 77 30

8 km (environ)

Responsables Alain VOICEL 06 59 46 33 06
 Brigitte JOALLAND 06 68 84 77 69
 Jean-Noël MATHIEU 06 14 86 21 58

6 km (environ)

Responsables Catherine CONDEMINÉ 06 13 74 25 00
 Gilles MARTIN 06 82 55 03 04
 Josette MOURRAIN 06 05 30 75 29

Jour et Horaire 2 vendredis par mois
 à 13 h 30 pour départ à 13 h 45 précises

Certificat médical mention « Apte à la Randonnée pédestre » obligatoire et exigé le jour même de l'inscription.

CHAUSSURES DE RANDONNÉE OBLIGATOIRES.





RANDONNÉES CYCLISTES

7 groupes

Participation 15 € / an

Lieu de R.D.V. Parking gymnase Luc ABALO de St Sébastien

Le lundi de 9 h 15 à 12 h

Groupe 35/40 km

Responsables Georgia TOURNADE 02 40 34 69 84
Luc LETOURNEAU 06 61 74 99 17

Groupe 45 km (du 02/12 au 24/02 de 13 h 45 à 16 h 30)

Responsable Yves COSTARD 02 40 33 15 39

Groupe 55 km (du 02/12 au 24/02 de 13 h 45 à 16 h 30)

Responsable Daniel BOURDEAU 06 50 63 99 54

Le jeudi de 9 h 15 à 12 h

Groupe 30 km

Responsables Gérard ROUILLON 06 95 29 50 25
Joëlle FLAMENT 06 84 10 15 89

Groupe 35 km

Responsable Gemma BARBEAU 02 40 80 58 43

Groupe 45 km (du 05/12 au 27/02 de 13 h 45 à 16 h 30)

Responsables Jacky BONNAUD 06 31 84 22 78
Joël MELLERIN 02 51 71 04 14

Groupe 55 km

Responsable J. Bernard LARGEAUD 07 81 17 82 18

Pas de V.T.T

Port du casque et certificat médical obligatoires

Les adhérents de ces différents groupes seront sollicités en avril pour une éventuelle participation aux « rallyes vélo » organisés par la Police municipale, à destination des élèves de CM2 des 7 groupes scolaires de la Ville.

AQUARELLE



Participation 15 € / an + fournitures

Débutants et perfectionnement

Responsable Martine DAGAN 06 81 69 48 06

Lieu Centre social du Douet

Jour et horaire le mercredi de 14 h à 17 h

Atelier

Responsable Catherine BASSET 06 06 66 44 28

Lieu Centre Social du Douet

Jour et horaire le vendredi de 9 h à 12 h

CANNAGE - REMPAILLAGE

Participation 15 € / an + fournitures

Responsables Pierrette CHANTREAU 02 40 34 16 69

Jean-Louis BARBEAU 02 40 80 58 43

Denise PAITIER 02 40 75 59 11

Lieu Salle de la Noë Cottée

Jour et horaire le lundi de 14 h à 17 h

CARTONNAGE

Participation 15 € / an + fournitures

Responsable Delphine BONHOMMET 06 62 79 55 24

Lieu Centre Social de l' Allée Verte

Jour et horaire le mardi de 13 h 30 à 16 h 30

CÉRAMIQUE

Participation 65 € / an + cuisson

Responsable Mauricette DENAUD 06 60 97 74 87

Lieu La Tullaye - salle Mercure RDC

Jour et horaire Le mardi de 9 h à 12 h

COUTURE (Vêtements pour enfants)

Participation 15 € / an + fournitures

Responsables Michelle GAUTHIER 06 78 00 06 52

Armelle Le BEC 06 18 94 59 24

Lieu La Tullaye - Salle Mars - 1er étage

Jour et horaire 1 mercredi sur 2 de 9 h à 12 h

Stages Surjeteuse 25 janvier et 28 Mars 2020

(ouvert à tous) 15 €

Nouveau

CRÉATION D'OBJETS EN TISSU



Participation 15 € / an + fournitures
Responsables Marylène GODARD 06 20 60 63 27
 Marie Thérèse AUBERT 06 87 62 46 07
Lieu La Tullaye - Salle Jupiter - 1er étage
Jour et horaire 1 Jeudi sur 2 de 9 h à 12 h
Stages (15 €) ouvert à tous 3/11/19 - 01/02/20 - 21/03/20

CROCHET



Participation 15 € / an + fournitures
Responsables Marie Jo BONOMEAU 02 40 34 17 47
 Denise DRONET 02 40 31 23 45
Lieu La Tullaye - Salle Mercure - RDC
Jour et horaire le vendredi de 14 h à 16 h 30

CROQUIS D'EXTÉRIEUR



Participation 10 € / an + fournitures
Responsable Chantal DUSOULIER 06 15 01 17 62
Lieu Selon thème retenu en extérieur
Jour et horaire 1 mercredi par mois de 14 h à 16 h

DENTELLE AUX FUSEAUX (technique TORCHON)



Participation 15 € / an + fournitures
Responsables Hélène FROMY 02 40 03 10 15
 Sylvie LE LUYER 06 45 61 49 38
Lieu La Tullaye - Salle Mars - 1er étage
Jour et horaire le mardi de 14 h à 17 h

DENTELLE AUX FUSEAUX (technique CLUNY)



Participation 15 € / an + fournitures
Responsable Suzanne VAISSET 02 40 33 27 13
Lieu La Tullaye - Salle Vénus - RDC
Jour et horaire le jeudi de 9 h à 12 h
Ou le vendredi de 14 h à 17 h

INITIATION AU YOGA



Participation 25 € / an
Responsable Anne TERVE 06 03 90 00 88
Lieu Maison des Associations
Jour et horaire le mardi de 9 h 15 à 10 h 15
Responsable Claudine PRADINES 06 51 11 77 98
Lieu Centre Social du Douet
Jour et horaire le jeudi de 9 h 15 à 10 h 15

Certificat médical obligatoire et exigé le jour même de l'inscription

MARCHE NORDIQUE DE LOISIRS



Participation 25 € / an
Responsables Martine CHICOINEAU 06 81 42 65 77
 Brigitte JOALLAND 06 68 84 77 69
 Laurette MATHIEU 06 14 98 14 72
Lieu de R.D.V. Parking du stade René Massé
Jour et horaire 2 jeudis par mois de 14 h à 16 h

Les équipements nécessaires (bâtons et chaussures de « trail ») sont à la charge de l'adhérent

Certificat médical mention « Apte à la Marche Nordique » obligatoire et exigé le jour même de l'inscription.

Voir page 14

De même « La Charte du Randonneur » est à remettre signée.

Le rythme de marche est appliqué par l'Animateur de tête
Activité soutenue avec des exercices ludiques, cardio et musculation

ACTIVITÉS ARTISTIQUES & CRÉATRICES



ENCADREMENT

Participation 10 € / an + fournitures
Responsable Régine ANDRÉ 02 40 25 88 54
Lieu Centre Social de la Fontaine
Jour et horaire 1 jeudi par mois 9 h 15 à 12 h et 14 h à 16 h 30



FAUX-VITRAIL - CERNE

Participation 23 € / an + fournitures
Responsable Robert DELIMELE 02 40 04 11 50
Lieu La Tullaye - Salle Mercure - RDC
Jour et horaire le mercredi de 14 h à 16 h 30



FUSING

(limité à 8 personnes)

Participation 15 € / an + fournitures + cuisson
Responsables Marie Astrid LOISON 06 88 26 06 83
 Robert DELIMELE 02 40 04 11 50
Lieu La Tullaye - Salle Mercure - RDC
Jour et horaire le mardi de 17 h à 20 h



INITIATION AU SCRAPBOOKING

(débutants) - limité à 10 personnes -

Nouveau

Participation 30 € / an + fournitures
Responsable Françoise GRANDPIERRE 02 40 76 64 42
Lieu La Tullaye - Salle Vénus - RDC
Jour et horaire 2 lundis par mois de 13 h 45 à 16 h 45



MEUBLES EN CARTON

Activité sur 2 années

Participation 15 € / an + fournitures
Responsables Marylène GODARD 06 20 60 63 27
 Pierrette REYGNER 06 73 71 82 16
Lieu Ancien Local A.A.A
Jour et horaire 1 mercredi sur 2 de 16 h 30 à 19 h 30



Stages

(Ouvert à tous)

Participation 15 € par stage + fournitures
Lieu Ancien Local A.A.A
 1 samedi par trimestre de 9 h à 18 h
Dates : 16/11/19 - 18/01/20 - 04/04/20

ACTIVITÉS CULTURELLES

SCRABBLE

4 groupes



Participation 15 € / an
Responsable Micheline HARDOUIN 06 87 12 59 23
Lieu La Tullaye - Salle Jupiter - 1er étage.
Jour et horaire le mercredi de 14 h à 16 h 30
Responsable Gemma BARBEAU 02 40 80 58 43
Lieu La Tullaye - Salle Vénus - RDC
Jour et horaire le mercredi de 14 h à 16 h 30
Responsable Christianne CHEVALIER 02 40 34 94 91
Lieu Centre de l'Allée Verte
Jour et horaire le jeudi de 14 h à 17 h
Responsables Micheline HARDOUIN 06 87 12 59 23
 Pierrette HILLAIRET 06 89 88 56 01
Lieu Centre Social du Douet
Jour et horaire le vendredi de 14 h à 16 h 30



SORTIE ANNUELLE DES ADHÉRENTS

Responsables Martine DAGAN et Marylène GODARD
 06 81 69 48 06 06 20 60 63 27

Sortie à caractère culturel organisée (avec participation) à destination de tous les adhérents inscrits en activités. Les autocars vous emmènent vers une destination originale et digne d'intérêt, pour une journée de détente et d'amitié entre nous tous. Plusieurs dates vous sont proposées afin de répondre au mieux à vos agendas..

Jours prévus : 2, 4, 9 et 11 Juin 2020

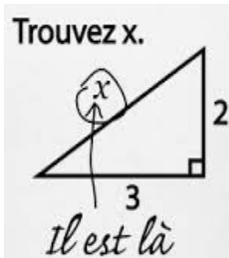
TAROT

Nouveau

Participation 15 € / an
Responsable Patrick DAGAN 06 07 49 77 89
Lieu Centre Social du Douet
Jour et horaire le mercredi de 14 h à 17 h
 « Journées continues » 1 par trimestre 15 € La journée
 Les 16/11/2019 - 18/01/2020 - 04/04/2020
 Ces Journées sont accessibles à tous
 La Tullaye - Salle Mars - 1er étage



ACTIVITÉS CULTURELLES



MATHÉMATIQUES RÉCRÉATIVES

2 groupes

Participation 10 € / an
Responsable Jean Luc ROBION 06 08 68 79 85
Lieu La Tullaye - Salle Mars - 1er étage
Jour et horaire 1 vendredi ou 1 mardi par mois
 pour chaque groupe de 9 h 30 à 11 h 30



Nouveau

PAUSE-DÉTENTE

Jeux de société autour d'un café

Participation 15 € / an + fournitures
Responsable Evelyne VOICEL 06 62 80 06 22
Lieu La Tullaye - Salle Mercure - RDC
Jour et horaire le lundi de 14 h à 16 h 30



PIANO (Cours tous niveaux)

Participation 15 € / an
Responsable Roselyne BÉRINGER 06 59 85 20 30
Lieu La Tullaye - Salle Jupiter - 1er étage
Jour et horaire le mardi de 9 h à 12 h



RETOUCHES PHOTOS

2 groupes

Participation 10 € / an
Responsable Fabrice CHICOINEAU 06 46 40 16 45
Lieu La Tullaye - Salle Mercure - RDC
Jour et horaire 1 jeudi par mois de 16 h 45 à 19 h Ou
Lieu La Tullaye - Salle Venus - RDC
Jour et horaire 1 vendredi par mois de 10 h à 12 h



SOLFÈGE EN JEU

Participation 10 € / an
Responsable Roselyne BÉRINGER 06 59 85 20 30
Lieu La Tullaye - Salle Mercure - RDC.
Jour et horaire 1 jeudi sur 2 de 9 h à 12 h

ACTIVITÉS ARTISTIQUES & CRÉATRICES



MOSAÏQUE D'ART

Participation 15 € / an + fournitures
Responsables Claude FOURON 02 40 80 01 99
 Jacky BADAUD 02 40 80 60 16
Lieu La Tullaye - Salle Jupiter - 1er étage
Jour et horaire le jeudi de 14 h à 16 h 45



PATCHWORK

Participation 15 € / an par activité + fournitures
Responsables Rose-Marie GUILLOT 06 76 86 42 23
 Christine TREMOULET 06 08 43 39 21
Lieu La Tullaye - Salle Mars - 1er étage



Ateliers - Cours - Créatif

Jour et horaire le lundi de 14 h à 17 h
 ou le vendredi de 14 h à 17 h



PEINTURE A L'HUILE

Participation 15 € / an + fournitures
Peindre ensemble
Responsables Anne RICHER (débutants) 06 74 23 69 95
 Camille DURAND (autres) 06 77 60 63 03
Lieu Salle de la Noë Cottée
Jour et horaire le mardi de 13 h 30 à 17 h



Atelier

Responsable Yvette LEMAITRE 02 40 80 04 74
Lieu Centre Social du Douet
Jour et horaire le jeudi de 14 h à 17 h



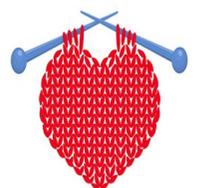
PEINTURE SUR PORCELAINE

Participation 30 € / an + fournitures + cuisson
Responsables Geneviève BÉTEAU 06 03 67 04 41
 Solange BONHOMMET 07 87 86 01 18
 Lucette PAILLUSSON 06 98 26 04 51
Lieu La Tullaye - Salle Mercure - RDC
Jour et horaire Le jeudi de 13 h 30 à 16 h 45



POINT DE CROIX - HARDANGER
AUTRES POINTS COMPTÉS

Participation 15 € / an + fournitures
Responsables Françoise GRANDPIERRE 02 40 76 64 42
 Patricia GOBIN 06 18 91 55 38
 Marie-Anne GUIHENEUF 06 50 91 07 92
Lieu Salle de la Noë Cottée
Jour et horaire le jeudi de 13 h 30 à 17 h



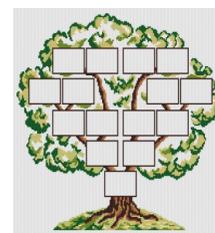
TRICOT

Participation 15 € / an + fournitures
Responsable Monique BENKACI 02 40 34 41 33
Lieu La Tullaye - Salle Vénus - RDC
Jour et horaire le mardi de 14 h à 16 h 30



VANNERIE

Participation 15 € / an + fournitures
Responsables Claude MAGNAUDEIX 02 40 34 60 91
 Bernard GRELAUD 02 40 03 35 00
 Michel BONNAUDET 02 40 34 33 50
Lieu La Tullaye - Salle Jupiter - 1er étage
Jour et horaire le mardi de 13 h 30 à 16 h 30



INITIATION A LA GÉNÉALOGIE

Participation 10 € / an
Responsables Marie Jo JEAN 02 40 80 00 93
 Jacqueline HAYE 02 40 84 22 55
Lieu La Tullaye - Salle Vénus - RDC
Jour et horaire 1 vendredi par mois de 9 h 15 à 11 h 30



INITIATION AU SMARTPHONE
(Débutants uniquement)

Nouveau

Participation 15 € / an
Responsable Monique GMAR 06 49 21 70 76
Lieu La Tullaye - Salle Mercure - RDC
Jour et horaire 1 Lundi sur 2 de 9 h 30 à 11 h 30

APPEL À BÉNÉVOLES

Nous sommes sans cesse sollicités pour que nous présentions de plus en plus d'activités nouvelles et/ou que nous en pérennisions certaines autres.
 Au delà des complexités de disponibilités des salles pour accueillir ces activités, et tout comme nos confrères des autres associations, nous sommes confrontés :

- d'une part à un constant vieillissement des animateurs (trices) qui aspirent eux aussi au repos
- mais également à une crise nationale du bénévolat

En effet la prise d'engagement bénévole n'est pas assez présente et peu font la démarche. **C'est bien dommage ! Les 130 bénévoles de notre Association peuvent vous témoigner de leur quotidien d'animateur et aucun d'entre eux ne s'est jamais ouvert d'une quelconque « surcharge de travail ».**

N'hésitez plus rejoignez-nous !

Venez tester par vous-même et échangez avec vos animateurs sur leurs actions.
 La richesse des rencontres et des échanges avec tous les adhérents compensent largement les éventuelles contraintes.
L'avenir des associations dépend uniquement de cela.



DÉCOUVERTE ET PRATIQUE SIMPLE DE L'INFORMATIQUE

Participation 40 € / an

Primo-Débutants et Débutants (en alternance 2 groupes)

Responsable Cécile REVILLON 06 10 36 22 16

Lieu La Tullaye - Salle Vénus - RDC

Jour et horaire 1 mardi sur 2 (en alternance) de 10 h à 12 h

Non Débutants (2 groupes dans l'année)

Responsable Gérard GRANDPIERRE 06 72 80 03 03

Lieu La Tullaye - Salle Mars - 1er étage

Jour et horaire le jeudi de 14 h à 16 h 30

Voir les informations complémentaires page 14 de ce livret



ÉCHECS + INITIATION

Participation 15 € / an

Responsable Joseph MICHAUD 06 73 11 49 03

Lieu La Tullaye - Salle Vénus - RDC

Jour et horaire le jeudi de 14 h à 17 h

ÉCOUTE MUSICALE

Participation 15 € / an

Responsables Hugnette LEVESQUE 02 40 50 72 14
Bernard LASNIER 07 82 82 18 81

Lieu Centre Social du Douet

Jour et horaire le mardi de 14 h 30 à 16 h



CERTIFICAT MÉDICAL EN ACTIVITÉS « SPORTIVES » ET DURÉE DE VALIDITÉ

Les précédents certificats médicaux remis aux animateurs (issus de saisons passées) ont une durée de validité de 3 années (sauf indication médicale contraire sur ce certificat)

(vérifiez bien les dates de vos certificats)

Faites vous bien valider cela au préalable par votre animateur lors de votre inscription.

Aucune inscription ne pourra se faire sans certificat valide.

COÛTS DES PARTICIPATIONS AUX ACTIVITÉS

Nous rappelons que le coût de participation à chacune des activités, permet de couvrir un certain nombre de charges liées à celles-ci. (Investissements, fournitures, publications, moyens de transport si nécessaire, etc.)

Ces charges sont enclenchées pour la saison complète, et ce, en regard du nombre de participants lors des inscriptions initiales de septembre. **C'est pourquoi aucun remboursement ne sera effectué après inscription.**

Important : Vos adresse mail et données personnelles

Le fait de renseigner votre adresse E-mail personnelle à l'inscription, autorise l'association A.A.A à utiliser celle-ci pour l'envoi de « newsletters », courriers, invitations et informations diverses.

Ceci vous exempte alors de donner les trois enveloppes timbrées demandées.

Les informations recueillies sont nécessaires pour votre adhésion. Elles font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées au secrétariat de l'association. En application des articles 39 et suivants de la loi du 6 janvier 1978 modifiée, vous bénéficiez d'un droit d'accès, de rectification et de suppression aux informations qui vous concernent.

Si vous souhaitez exercer ce droit et/ou obtenir communication des informations vous concernant, veuillez vous adresser **à cette nouvelle adresse :**

lestroisa-association@outlook.fr



DÉCOUVERTE ET PRATIQUE SIMPLE DE L'INFORMATIQUE

Cette activité est organisée en répartissant par deux niveaux de connaissance « Débutants » et « Non-Débutants ».

- Les cours pour les « Débutants » se déroulent un mardi matin sur deux
- Les cours pour les « Non-Débutants » se déroulent le jeudi après-midi

Pour les « Débutants »

1ère groupe : Véritables primo-débutants dont apprentissage de la souris
1 mardi sur 2 **soit 14 sessions**

2ème groupe : Débutants avec maîtrise de la souris
1 mardi sur 2 **soit 14 sessions**

Pour les « Non-Débutants »

1ère période : du 03/10/2019 au 30/01/2020 **soit 14 sessions**

2ème période : du 06/02/2020 au 11/06/2020 **soit 14 sessions**

Vous pourrez ainsi choisir la période qui vous convient le mieux en fonction de vos obligations calendaires de l'année.

N'oubliez pas de vous rendre en cours avec :

- Votre ordinateur portable et son cordon d'alimentation
 - Une clé USB de 8 Go au moins
 - De quoi prendre des notes



ANGLAIS « Conversation »

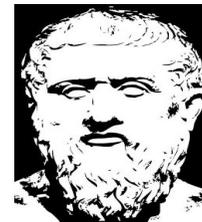
Attention places limitées en nombre et à 3 années MAXIMUM

Participation 15 € / an
Responsable Suzanne PASTORI 06 32 29 65 90
Lieu Centre Social de La Fontaine
Jour et horaire le mercredi de 10 h 30 à 11 h 30



AUTOUR D'UN FILM
(Cinéma + débat)

Participation 10 € / an + places de cinéma
Responsables Odette GÉROT 02 40 34 88 39
 Michelle ECHARD 02 28 21 09 82
Lieu CINEVILLE Saint Sébastien sur Loire
Jour et horaire 1 jeudi après-midi par mois



ATELIER PHILOSOPHIE

Participation 10 € / an
Responsable Jean-Claude LUCIEN 09 71 44 71 49
Lieu La Tullaye - Salle Jupiter - 1er étage
Jour et horaire 1 Lundi par mois de 14 h à 16 h



CLUB DE LECTURE

Participation 10 € / an
Responsable Marie ANDRÉ 06 78 01 95 15
Lieu La Tullaye - Salle Jupiter - 1er étage
Jour et horaire 1 lundi par mois de 14 h à 16 h 30
Responsable Nicole LE GUINER 06 68 59 51 22
Lieu La Tullaye - Salle Vénus - RDC
Jour et horaire 1 Lundi par mois de 14 h à 16 h



**POUR MÉMOIRE
MES ACTIVITÉS CHOISIES ET
LES COORDONNÉES A RETENIR**

ACTIVITÉ :-----

NOM DU RESPONSABLE :-----

TÉLÉPHONE :-----

ADRESSE E-MAIL :-----

ACTIVITÉ :-----

NOM DU RESPONSABLE :-----

TÉLÉPHONE :-----

ADRESSE E-MAIL :-----

ACTIVITÉ :-----

NOM DU RESPONSABLE :-----

TÉLÉPHONE :-----

ADRESSE E-MAIL :-----



QUELQUES PRÉCISIONS COMPLÉMENTAIRES

Nouveau

« RANDONNÉES DÉCOUVERTE »

à l'attention de TOUS les adhérents de l'Association

12 sorties organisées dans l'année avec découvertes culturelle ou patrimoniale sur une demi-journée, une journée ou deux journées selon le planning dont trois sorties « hors région » :
Une journée à Paris
et deux journées en Forêt de Mervent (la plus grande forêt de Vendée) avec nuitée en gîte et intendance en commun

Des circuits allant de 12 Km à 25 Km selon destination

Train, TER, Bus, véhicule personnel seront utilisés pour les points de RDV

*Des coûts de trajet allant de 4.50 € à 6.50 €
(Hors Paris et forêt de Mervent)*

Des groupes de 8 à 15 personnes selon destination

(certificat médical avec mention « apte à la randonnée pédestre » obligatoire et exigé le jour même de l'inscription)

Renseignements complémentaires :
 Marie-Françoise RACOUËT 02 40 33 14 08
 E-mail : marifra58@hotmail.fr

Pour en savoir plus : <https://tinyurl.com/yycbyytq>



EXPOSITION : « Les saisons s'invitent aux 3 A »



« Les saisons s'invitent aux 3A »'

C'est le thème retenu par l'Association pour fêter en couleur son **45ème anniversaire** en organisant à l'Escall une grande exposition les 14 et 15 mars 2020.

En parcourant les allées de l'exposition, aux détours de chacun des soixante stands à l'enseigne des activités proposées par l'association, le visiteur découvrira le talent, le savoir faire et l'enthousiasme des mille deux cent adhérents qui, tout au long de l'année, font preuve de motivation et d'envie pour apprendre et maîtriser des gestes techniques difficiles ou pratiquer avec bonne humeur des activités physiques plus ou moins soutenues.

Du dessin à la peinture, de la dentelle au patchwork, de la sculpture sur bois à la céramique, de la philosophie à la musique, du cinéma à la lecture, de l'informatique à la photo et tant d'autres disciplines encore, tous les travaux et les objets créés par ces artistes seront mis sur le devant de la scène pour que chacun appréhende la richesse des talents mis en œuvre.

Avec les activités physiques telles le yoga, les randonnées pédestres ou cyclistes, le bowling ou la « Biodanza » c'est toute une autre palette d'activités qui seront montrées et mises en avant par les pratiquants.

De l'accueil aux activités artistiques ou créatives en passant par les disciplines sportives, l'exposition sera une fois encore le reflet de la diversité et de l'imagination de tous, mettant la lumière sur chacun des adhérents et des animateurs, faisant de ce rendez-vous une formidable vitrine pour l'association.

« Les saisons s'invitent aux 3 A » c'est l'exposition de notre Association.
C'est notre exposition !

PRÉCISIONS COMPLÉMENTAIRES



Nous vous rappelons que notre Association de bénévoles **ne fonctionne pas pendant les vacances scolaires.**



Il en est de même pour les éventuels échanges liés aux demandes diverses de renseignements auprès de l'ensemble de ces bénévoles.
Nous vous demandons donc de préserver ces périodes de congés et nous vous confirmons également, que le téléphone et la messagerie électronique de l'Association seront « en sommeil » durant les congés d'été.
Merci d'avance pour ce respect et pour votre compréhension.

Attention ! certaines salles sont situées à l'étage avec un accès par escalier, ceci est donc à prendre en compte lors de votre inscription et de votre choix d'activité.

Les parkings attenants à certains sites ne sont pas extensibles, néanmoins le stationnement autour est toujours possible. Par ailleurs covoiturage et/ou toutes formes de transport autres que la voiture (en individuel) sont les bienvenues. Ayons une démarche citoyenne et responsable.

Parlez-en aussi entre vous !



De nombreuses activités génèrent quelques salissures

(copeaux de bois, chutes de carton, carreaux, rotin, jets de peinture, terre, fils, aiguilles, tissus, etc...)

Aussi pour la bonne entente de tous il est demandé aux adhérents en fin d'activité, de participer au rangement et au nettoyage des tables ainsi qu'au passage de balai ou aspirateur dans leur salle.

Merci pour votre compréhension et pour votre appui.



Ne pas remplir Partie réservée à L'association

INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS - ANNÉE 2019 / 2020
Pour validation d'inscription et de paiement

- ADHÉSION RÉSIDANT SAINT SÉBASTIEN SUR LOIRE: 8.00 €
- ADHÉSION RÉSIDANT AUTRES COMMUNES: 10.00 €

Détail des Activités retenues

Activités Artistiques et Créatrices

Activité :

Activité :

Activité :

Activités Culturelles

Activité :

Activité :

Activité :

Activités Sportives

Activité :

Activité :

Activité :

Observations ou précisions complémentaires:



Ne pas remplir partie réservée au bureau de l'Association

INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS - ANNÉE 2019 / 2020
Pour validation d'inscription et de paiement

- ADHÉSION RÉSIDANT SAINT SÉBASTIEN SUR LOIRE: 8.00 €
- ADHÉSION RÉSIDANT AUTRES COMMUNES: 10.00 €

Détail des Activités retenues

Activités Artistiques et Créatrices

Activité :

Activité :

Activité :

Activités Culturelles

Activité :

Activité :

Activité :

Activités Sportives

Activité :

Activité :

Activité :

Observations ou précisions complémentaires:



BULLETIN D'ADHÉSION

ANNÉE 2019 - 2020

NUMÉRO DE CARTE ADHÉRENT

Cadre réservé aux A.A.A

NOM : (Mr, Mme)..... SEXE : F M

PRÉNOM :

DATE DE NAISSANCE :

ADRESSE :

VILLE : CODE POSTAL :

☎ FIXE : ☎ MOBILE

Adresse E-mail personnelle :

*Les informations recueillies sont nécessaires pour votre adhésion. Elles font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées au secrétariat de l'association. En application des articles 39 et suivants de la loi du 6 janvier 1978 modifiée, vous bénéficiez d'un droit d'accès, de rectification et de suppression aux informations qui vous concernent. Si vous souhaitez exercer ce droit et/ou obtenir communication des informations vous concernant, veuillez vous adresser à **lestroisa-association@outlook.fr***

En nous communiquant votre adresse mail vous autorisez l'Association à l'utiliser pour vous transmettre des documents qui ne seront donc plus transmis par voie postale

Personne à contacter en cas d'urgence :

☎

Je soussigné (e), reconnais avoir pris connaissance de la présente fiche, des « statuts » et « règlement intérieur » de l'Association « Accueil - Art - Activités », (accessibles sur le blog de l'association) et je m'engage à m'y conformer.

L'adhérent déclare avoir souscrit une assurance couvrant sa responsabilité civile, nécessaire pour la pratique des activités au sein de l'Association et avoir connaissance que pour toutes les activités « physiques », un certificat médical est OBLIGATOIRE et sera exigé le jour même de l'inscription.

A Saint-Sébastien-sur-Loire le : 2019

Signature obligatoire précédée de la mention « Lu et approuvé »

Siège de l'Association : 42, boulevard des Pas Enchantés - 44230 Saint-Sébastien-sur-Loire
Adresse électronique : **lestroisa-association@outlook.fr**
Association régie par la loi du 1^{er} juillet 1901, déclarée en Préfecture de Nantes
sous le N° 11737 le 29 10 1975



BULLETIN D'ADHÉSION

ANNÉE 2019 - 2020

NUMÉRO DE CARTE ADHÉRENT

Cadre réservé aux A.A.A

NOM : (Mr, Mme)..... SEXE : F M

PRÉNOM :

DATE DE NAISSANCE :

ADRESSE :

VILLE : CODE POSTAL :

☎ FIXE : ☎ MOBILE

Adresse E-mail personnelle :

*Les informations recueillies sont nécessaires pour votre adhésion. Elles font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées au secrétariat de l'association. En application des articles 39 et suivants de la loi du 6 janvier 1978 modifiée, vous bénéficiez d'un droit d'accès, de rectification et de suppression aux informations qui vous concernent. Si vous souhaitez exercer ce droit et/ou obtenir communication des informations vous concernant, veuillez vous adresser à **lestroisa-association@outlook.fr***

En nous communiquant votre adresse mail vous autorisez l'Association à l'utiliser pour vous transmettre des documents qui ne seront donc plus transmis par voie postale

Personne à contacter en cas d'urgence :

☎

Je soussigné (e), reconnais avoir pris connaissance de la présente fiche, des « statuts » et « règlement intérieur » de l'Association « Accueil - Art - Activités », (accessibles sur le blog de l'association) et je m'engage à m'y conformer.

L'adhérent déclare avoir souscrit une assurance couvrant sa responsabilité civile, nécessaire pour la pratique des activités au sein de l'Association et avoir connaissance que pour toutes les activités « physiques », un certificat médical est OBLIGATOIRE et sera exigé le jour même de l'inscription.

A Saint-Sébastien-sur-Loire le : 2019

Signature obligatoire précédée de la mention « Lu et approuvé »

Siège de l'Association : 42, boulevard des Pas Enchantés - 44230 Saint-Sébastien-sur-Loire
Adresse électronique : **lestroisa-association@outlook.fr**
Association régie par la loi du 1^{er} juillet 1901, déclarée en Préfecture de Nantes
sous le N° 11737 le 29 10 1975