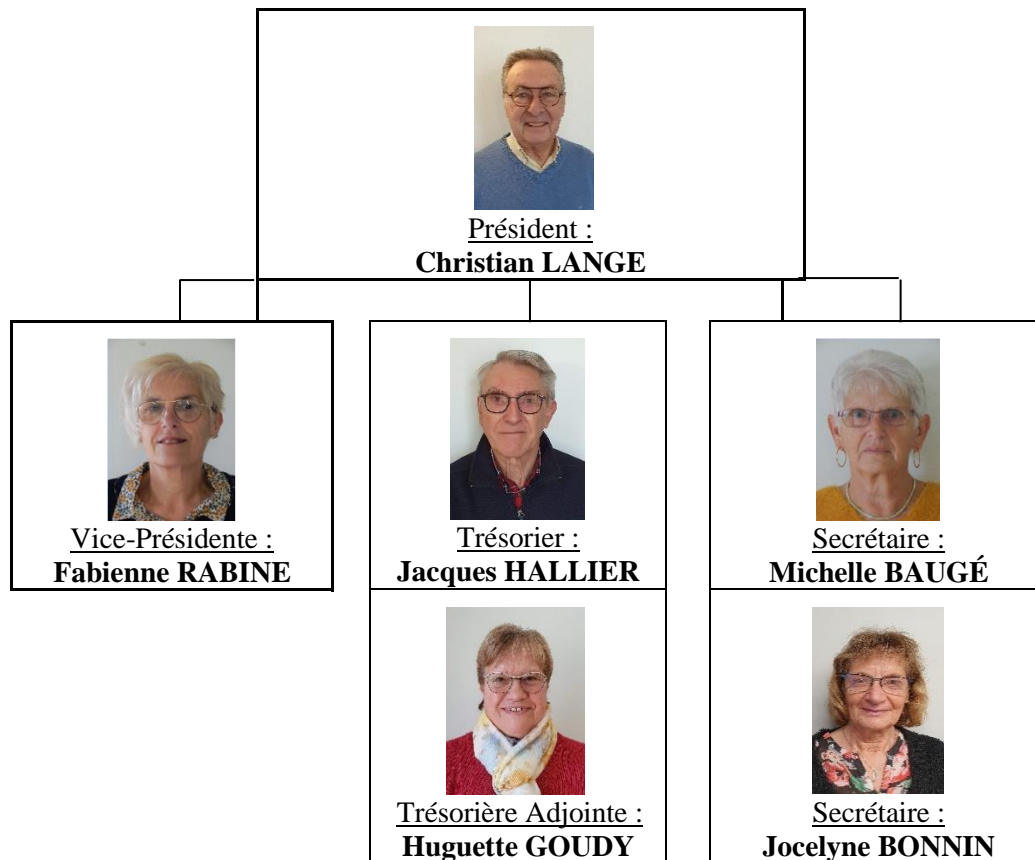


Nort sur Erdre, le 12 Février 2024



COMPOSITION DES SIX COMMISSIONS

1 - Commission Manifestations : 5 membres

Responsables de la commission Thés Dansants : Fabienne RABINE

Christian LANGE - Maryvonne TARIOT – Monique LEDROIT

2 - Commission Repas avec 4 membres :

Responsable de la commission : Maryvonne TARIOT- Christian LANGE

Françoise DUGAIN - Daniel LE HENT

3 - Commission Sorties et Voyages avec 6 membres :

Responsables de la commission : Michelle NIZAN - Micheline MONNIER - Christian LANGE

Jocelyne BONNIN - Michelle BAUGÉ – Sylvie SORIN

4 - Commission Randonnées Pédestres avec 5 membres pour Nort sur Erdre :

Jocelyne BONNIN - Françoise DUGAIN - Sylvie SORIN - Catherine NEVEU - Christiane VIAUD.

5 - Commission Pétanque avec 4 membres :

Responsables de la commission : Patrice MARY - Didier RABINE

Maryvonne TARIOT - Daniel LE HENT

6 - Commission Danse en Ligne avec 3 membres :

Responsables de la commission : Fabienne RABINE

Maryvonne TARIOT - Micheline MONNIER

Responsables des appros :

Courses : Micheline MONNIER - Françoise DUGAIN

Cave : Didier RABINE - Patrice MARY - Daniel LE HENT - Christian LANGE

Responsable site Internet : Jacques HALLIER

Activités du LAC pour l'année 2024

- Plusieurs sorties à la journée en Loire Atlantique et dans les départements limitrophes.
- Un voyage pendant une semaine en France.
- Un repas mensuel chaque dernier jeudi du mois.
- Un repas de printemps en Avril et Un repas de Noël en Décembre.
- Organisation de cinq thés dansants en Janvier, Mars, Août, Octobre et Novembre.
- Organisation de 2 concours de belote Février et Novembre.
- Organisation d'un concours de pétanque à Port Mulon.
- Le Club est ouvert tous les Lundis et Jeudis après-midi de 14H00 à 18H (hors vacances d'été) pour les jeux de société (belote, scrabble, tarot...).
- Certains Mardis après-midi à 14h30 jeux de société pour adultes.
- Des randonnées pédestres de 7 à 8 Kms tous les quinze jours en interclub avec CASSON.
- Cours de danse en ligne plusieurs mardis par mois (hors vacances scolaires), à 14h Salle des Loisirs ou Salle Sud
- Pétanque à Port Mulon tous les vendredis après-midi à 14H.
- Gym Douce 2 cours le jeudi matin (hors vacances scolaires) de 9H15 à 10H15 et 10H30 à 11h30 Salle Sud.

QUELQUES DATES A RETENIR POUR 2024

Concours de Belote et Thé Dansant

- ✓ Concours de Belote samedi **24 Février** Salle des Loisirs à 14h (inscriptions à 13h30)
- ✓ Thé dansant dimanche **10 Mars** avec Isabelle DEBARRE Salle Cap Nort à 14h30

Concours de pétanque :

- ✓ **Samedi 1 Juin** en doublette, en 4 parties, 1 licencié et 1 non licencié
↳ Inscriptions sur place à Port Mulon à partir de 13h

Voyage ANCV du Samedi 8 Juin au Samedi 15 Juin à Vic sur Cère dans le Cantal.

Il reste des places, vous pouvez contacter la Responsable de l'ANCV Micheline MONNIER au 06.98.09.62.84

- ✓ Le séjour tout compris est de **670€**, mais les personnes non imposables pourront déduire de ce prix l'aide ANCV de **202€**.

PAIEMENT DU SEJOUR EN 3 FOIS

- ✓ **1^{er} Versement de 200€** (par personne) à l'inscription Lundi 5 Février à 14h Salle des Associations
- ✓ **2^{ème} Versement de 200€** (par personne) **Lundi 22 Avril de 14h00 à 15h30** Salle du Club
- ✓ Le solde (sera ajusté au coût réel) du séjour **Lundi 27 Mai de 14h00 à 15h30** Salle du Club

Sortie à la journée : De la Brière à La Turballe Jeudi 23 Mai

↳ Inscriptions Jeudi 4 Avril 2024 Salle du Club (voir document joint)

Sortie à la journée : Dinan, Cap Fréhel et Fort La Latte Mardi 10 Septembre

↳ Inscriptions -----Juin 2024 Salle du Club (voir document joint)

Repas festifs :

- ✓ **Repas de printemps jeudi 25 Avril 2024** Salle Cap Nort (voir document joint)
↳ **Inscriptions sur une seule journée le Jeudi 28 Mars** Salle Nort de 14h à 16h30
- ✓ **Repas de Noël Jeudi 19 Décembre 2024** Salle Cap Nort

REPAS MENSUELS le dernier jeudi du mois au tarif de 16€

Pour s'inscrire vous pouvez le faire jusqu'au mercredi de la semaine précédente en contactant :

↳ *Les responsables des repas **Françoise DUGAIN** ☎ 06.65.59.82.25 ou **Maryvonne TARIOT** ☎ 06.62.37.79.80*
Passée cette date, les inscriptions ne sont plus prises en compte

Menu du Jeudi 29 Février	Menu du Jeudi 28 Mars
<ul style="list-style-type: none">▪ Pot au feu et ses légumes▪ Fromage, beurre, salade et pain▪ Riz au lait et caramel au beurre salé	<ul style="list-style-type: none">▪ Bouchée à la reine▪ Pavé de saumon sauce champagne et sa garniture▪ Fromage, beurre, salade et pain▪ Dacquoise aux fruits rouges

Rencontre intergénérationnelle organisée par les élèves du Lycée de l'Erdre

↳ **Vendredi après-midi 5 Avril** au plan d'eau de Nort sur Erdre

La demi-journée sera consacrée à une rencontre entre les seniors du Club du LAC et les élèves de CP de l'Ecole St Jeanne d'Arc. Le principe sera de partager ensemble des activités extérieures sur le thème du développement durable, en partenariat avec "Les Amis de l'Erdre" vous pourrez vous évader, vous amuser et partager avec les enfants un moment de convivialité ainsi qu'un goûter pour conclure ce moment.

Si vous êtes intéressé pour participer à cette activité, **vous devez vous inscrire avant début mars** auprès de :

↳ Jocelyne BONNIN ☎ 06.66.25.62.88 ou Michelle BAUGÉ ☎ 06.76.44.87.47

Reprise des jeux des cartes le dernier jeudi du mois (repas mensuel).

Le club sera ouvert à tous les adhérents à partir de 14h30.



Marche Interclubs :

Casson à 14h00	Départ du champ de foire	Nort sur Erdre à 14h15
6 Février		20 Février
5 Mars		19 Mars
2 Avril		16 Avril
30 Avril		14 Mai
28 Mai		11 Juin
25 Juin Marche et Repas		
Les dates du 2^{ème} semestre seront diffusées ultérieurement		
Pour respecter les règles de sécurité lors des marches, nous vous demandons de venir avec un gilet jaune		

Danse en ligne : Pour plus de renseignements ou pour vous inscrire contactez

Mme Fabienne RABINE ☎ 06.63.08.12.26



Mardi après-midi à 14h Salle des Loisirs ou Salle Sud					
Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
9	6	5	2	14	4
16	13	19	9	21	11
30		26		28	18
					25
Les dates du 2^{ème} semestre seront diffusées ultérieurement					

Jeux de société : Pour plus de renseignements contactez Mme Colette BREGEON ☎ 02.40.72.22.31

Dates des jeux de société le mardi après-midi à 14h30 Salle du Club					
Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
9	6	12	9	7	4
23	13	26	23	21	18
	27				
Les dates du 2^{ème} semestre seront diffusées ultérieurement					



INFORMATION

Fermeture annuelle du Club du 14 Juillet au Jeudi 15 Août 2024



Fête de la convivialité à Saint-Pazanne (organisée par Générations Mouvement 44)

Mardi 9 Juillet 2024 à Sainte-Pazanne De plus amples renseignements vous seront communiqués ultérieurement

Sortie de la Brière à la Turballe Jeudi 23 Mai 2024

Départ à 8h45 Place du Champ de Foire, en direction de Saint-Lyphard

10H30 – Promenades commentées en barques et calèches

Au fil d'une balade en chaland, un guide vous racontera l'histoire de ce marais, ses techniques de pêche et de chasse, son évolution géologique. Il vous racontera l'incroyable voyage de l'anguille lors de sa période de reproduction et vous pourrez contempler quelques-unes des milliers d'espèces de plantes présentes en Brière.



Au rythme d'une promenade en calèche où vous découvrirez les chaumières, ses traditions et ses vieux métiers. On vous parlera de l'histoire du village de Bréca, de son marais, de ses anecdotes et de ses légendes...

12H30 – Déjeuner au restaurant

Kir de bienvenue
Terrine de saumon fumé, crème ciboulette
Sauté de bœuf au cidre, pomme de terre à l'anglaise, tagliatelle de galette
Fromage sur feuilles de salade
Crêpe au sucre
50 cl de Chardonnay et 50 cl de Merlot rouge pour 4 pers.
Café

14H30 – Petit train de la Turballe

Au départ de la Turballe, le petit train des marais salants de Guérande propose une jolie visite guidée au pays de l'or blanc c'est avant tout découvrir l'incroyable histoire du sel qui fit la renommée de Guérande.

Suivi d'un temps libre à la Turballe.

Retour en fin d'après-midi vers Nort sur Erdre.



Coût par adhérent : 65 €

Inscriptions le : Jeudi 4 Avril de 14h00 à 16h00 salle du Club
Les chèques seront déposés en banque le 13 Mai 2024

Informations à Tous nos Adhérents concernant les Sorties et Voyages

- ✓ Votre présence sera obligatoire le jour de l'inscription.
- ✓ Elles se feront par ordre d'arrivée. Pas d'inscriptions multiples par personne (hormis les couples).

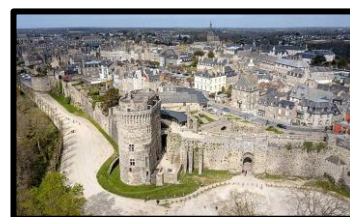
Sortie Mardi 10 Septembre 2024 Dinan, Cap Fréhel, Fort La Latte

Sortie limitée à 57 personnes

Départ à 7h45 Place du Champ de Foire, en direction de Dinan

10H00 – Balade commentée de Dinan en petit train touristique

Visite de toutes les facettes de cette cité médiévale : vous découvrirez la vieille ville et ses maisons à pans de bois, la Basilique Saint Sauveur, où repose le cœur de Bertrand Du Guesclin, la tour de l'Horloge, la Place Duclos, les Remparts, le Viaduc impressionnant par son architecture de 250 mètres de long et 40 mètres de haut, sans oublier le Jardin Anglais.



12H00 – Déjeuner dans un restaurant traditionnel sur la route du Cap Fréhel

Kir breton

Rillettes de poissons à la coriandre

Mignon de porc, sauce au cadré et son écrasé de pommes de terre

Moelleux aux marrons, coulis de caramel au beurre salé

1 verre de vin et café

14H00 – Prenez de la hauteur sur les falaises du Cap Fréhel

Et observez le bal des oiseaux marins ! Votre guide vous permettra de découvrir à la fois l'histoire et le patrimoine naturel de ce site remarquable.

16h00 – Terminez votre journée par la visite libre du Fort la Latte

Imposant château fort du XIVème siècle surplombant la mer. 18 plaquettes explicatives de l'histoire médiévale sont disposées dans l'enceinte du Fort.



Bonne forme physique recommandée, Cap Fréhel et Fort la Latte uniquement à pied

Coût par adhérent : 80 €

Inscriptions le : Lundi 3 Juin de 14h00 à 16h00 salle du Club

Les chèques seront déposés en banque le Lundi 2 Septembre 2024

Repas du printemps Le Jeudi 25 Avril 2024
Salle Cap Nort à 11h45



Apéritif

Kir muscadet au Nantillais

Mise en bouche

Toast mousse de sardine et anchois / wraps poulet curry et pesto tomate

Entrée

Pressé de canard foie gras et confit oignons mesclun vinaigre balsamique

Plat

Pave de cabillaud rôti crémeux sauternes aux échalotes

Garniture

Flan de poireaux et purée de patate douce

Trou Normand

Assiette fromagère

Brie de Meaux chèvre cendrée
Salade de saisons

Dessert

Tarte tatin et glace vanille
Vin, Pétillant et Café

Coût par adhérent 30€

Inscriptions sur une seule journée le **Jeudi 28 Mars 2024 de 14h à 16h30 Salle Nord**

Suite à l'information du traiteur nous n'enregistrerons plus d'inscription ni d'annulation
(sauf cas grave) à partir du 18 Avril 2024

Nous vous attribuerons les numéros de vos places au moment de l'inscription

Afin de vous trouver avec les personnes que vous désirez, merci de former vos groupes avant l'inscription.

Les chèques seront déposés en banque le 16 Avril 2024