Bulletin d'Informations d'Octobre 2026

Edito du Président

Chères adhérentes, chers adhérents,

Après une pause estivale bien méritée, il nous faut reprendre le chemin de nos activités.

J'espère que chacun a pu profiter pleinement de cet été qui fût très chaud, se reposer, voyager, retrouver sa famille, ses amis, ou tout simplement prendre le temps de ne rien faire … ce qui, reconnaissons-le, est aussi une activité très agréable.

Mais voilà les vacances sont derrière nous et notre association a repris peu à peu son rythme. sorties, randonnées, repas, pétanque, thés dansants, danse en ligne et moments de convivialité vont à nouveau nous permettre de nous retrouver et de partager de bons moments.

Ce deuxième semestre s'annonce donc riche en rendez-vous. Thé dansant en Novembre, concours de belote en Octobre, notre repas de Noël en décembre et le spectacle Shen Yun sans oublier les jeux de cartes, la danse en ligne, la randonnée et le repas du dernier jeudi du mois. Et c'est bien là l'essentiel : être ensemble, échanger, rire, découvrir et parfois refaire le monde autour d'une table.

Je profite de cette rentrée pour remercier chaleureusement tous les bénévoles et les membres du Conseil d'Administration qui, par leur disponibilité et leur bonne humeur, contribuent à faire vivre notre association.

Je ne voudrais pas terminer cet édito sans dire un mot sur l'engagement de notre amie Georgette Chauffaille qui nous a quitté et qui a œuvré pendant de nombreuses années au sein du C.A. avec un dévouement sans faille et toujours avec le sourire.

Alors rendez-vous dès maintenant pour une nouvelle saison pleine de rencontres, de découvertes, et, nous l'espérons, de nombreux éclats de rire.

Bonne reprise à toutes et tous, et surtout gardez la forme, car nous avons encore de bons moments à partager !!

Bien amicalement

Votre Président

Christian LANGE

REPAS NOËL

Mardi 15 Décembre 2026 Salle Cap Nort à 12h

Spectacle « rires et chansons » de (Passion Scène)

Apéritif
Soupe Angevine.

Mise en bouche
• Ballotine de merlu, crèmes aux herbes.
• Carotte fondante, gambas rôties et poivrons confit.
• Pomme de terre grenaille, crème à l'ail et œuf de caille.

Entrée
Filet de Daurade, étuvés de poireaux, trilogie de choux-fleurs grillée, crème de chorizo.

Trou Normand
Sorbet citron jaune et Limoncello.

Plat
Ballotine de volaille et sa crème de curry.

Garniture
Mousseline de panais au beurre noisette accompagné de ses légumes de saison.

Assiette Fromagère
Trio de fromage accompagné de son mesclun, St Nectaire, brie, chèvre frais.

Dessert
Bûche vanille caramel spéculos.

Vin et Café

Pétillant

Inscription le jeudi 5 Novembre salle du club de 10h à 12h.

Prix 36€



Concours de belote

Sans annonce

Samedi 24 Octobre 2026

Salle des Loisirs

NORT SUR ERDRE

Engagement 8€ par joueur.

Inscriptions à partir de 13h30

Début des parties à 14 heures

1 lot par participant



Buvette et Pâtisseries à disposition

Thé Dansant :
Le 15 novembre à Cap Nort Orchestre Jérôme Robert.



Repas mensuels :
Le dernier jeudi du mois tarif 16€.
Inscription dernier délai 8 jours avant le repas.

29 Octobre 2026 :
Assiette saumon fumé, salade anglaise.
Civet de cerf sauce grand veneur.
Fromage.
Bande façon Paris Brest.

26 novembre 2026 :
Salade de gésiers volailles.
Coq au vin.
Fromage.
Verrine tiramisu.

Danse en ligne :
Le mardi à 14 h Salle des loisirs.



Jeux de sociétés :
Le mardi à 14h30 salle du club.
- 6 et 20 Octobre.
- 3 et 17 Novembre
- 1er Décembre.



Gym douce :
Démarrage des cours depuis début septembre pour la saison 2026 - 2027 salle sud le jeudi de 9h15 à 10h15 et 10h30 à 11h30.
Inscription auprès de :
Mme MAINGUY 07.71.15.05.83 où
Mme GICQUEL 06.63.55.69.48.



<u>Jeux de cartes</u> :
Lundi et Jeudi de 14h à 17h30 salle du club.



<u>Randonnées pédestres</u> :
Le mardi après-midi soit à Nort ou à Casson
- Nort : 13/10, 10/11, 08/12.
- Casson : 27/10, 24/11.

Bûche de noël à Casson le 22 Décembre.



<u>Informations diverses</u> :
Spectacle Shen Yun le 22 Décembre au Zénith.
Départ 13h15 Place du Champ de foire.

<u>Assemblée Générale</u> :
Le 4 Février 2027 à Cap Nort (en matinée)

<u>Nouveauté</u> : Ouvert à tous, adhérents du LAC ou non.
Déjeuner dansant le 6 Février 2027 à Cap Nort.
Orchestre Stéphane Mercier et ses 3 musiciens.
Plus d'informations ultérieurement
.



<u>A.N.C.V</u>. :
Projet de voyage en septembre 2027.

VOYAGE LE MONTENEGRO en avion

DU 8 AU 15 MAI 2027. 1780€ (tout inclus.)

Pré-inscriptions le lundi 26 Octobre de 10h à 12h salle du club.
Paiements en 3 fois :
- à l'inscription faire deux chèques de 600€. Le premier encaissé fin octobre et le deuxième mi-janvier.
- le solde sera demandé début Mars.



Personne à contacter **Michelle NIZAN** au **06.83.17.67.04**

Prévoir impérativement copie de Carte Identité.
(10 ans maxi) ou un passeport.

✂----------

PRE-INSCRIPTION (minimum 30 personnes).

LE MONTENEGRO : du 08 au 15 Mai 2027

NOM : _____ Prénom : _____

NOM : _____ Prénom : _____

Chambre souhaitée : ☐ Pour couple ☐ Chambre individuelle avec supplément **(Sous réserve de disponibilités 350€)**

☐ Chambre à partager avec une autre personne que vous connaissez, nom de cette personne :
_____

Votre adresse : _____

☎ Portable : _____

✉ Mail : _____@ _____

Personne à prévenir en cas d'urgence :

Nom _____ ☎ Portable : _____

Date et Signature

Programme pour LOISIRS AMITIE CONVIVIALITE NORT SUR ERDRE

Monténégro

Le Monténégro, un joyau méconnu des Balkans !

Du 8 au 15 mai 2027
8 jours / 7 nuits

JOUR 1 :	NORT SUR ERDRE - NANTES– *PODGORICA/DUBROVNIK - région BUDVA*
JOUR 2 :	BUDVA - CETINJE – SVETI STEFAN – BUDVA 110 KMS
JOUR 3 :	BUDVA - BAIE DE KOTOR – BUDVA 50 KMS
JOUR 4 :	BUDVA - LAC DE SKADAR – BUDVA 75 KMS
JOUR 5 :	BUDVA - STARI BAR ULCINJ - BUDVA 130 KMS
JOUR 6 :	BUDVA - BEAUTE SAUVAGE DU MONTENEGRO – TARA – BUDVA 380 KMS
JOUR 7 :	BUDVA - DECOUVERTE DE L'ALBANIE - BUDVA 230 KMS
JOUR 8 :	Région BUDVA - *PODGORICA ou DUBROVNIK* – NANTES – NORT SUR ERDRE



Monténégro

Séjour découverte

8 jours / 7 nuits
Du 8 au 15 MAI 2027

Prix par personne : 1780 € *(base 30 personnes minimum)*

Le départ du groupe sera garanti à partir de 30 personnes minimums inscrites

CE PRIX COMPREND :

- Les transferts en autocar de NORT SUR ERDRE à l'aéroport de NANTES
- L'assistance **VOYEL** aux formalités d'enregistrement à l'aéroport de Nantes le jour 1
- Le transport aérien **NANTES / *PODGORICA ou DUBROVNIK* / NANTES** sous réserve du plan de vol 2027 et de disponibilités des vols de la cie AIR MONTENEGRO OU de VOLOTEA.
- Les taxes et surcharges aéroportuaires de 60 € par personne (à ce jour et révisable jusqu'à 20 jours avant le départ)
- Le bagage en soute de minimum 15kg par personne *(le poids et les dimensions seront communiquées en même temps que la confirmation du plan des vols)*
- Les transferts en autocar aéroport / hôtel / aéroport
- L'hébergement en chambre double durant **7 nuits** en hôtel 4**** ou similaire (dans la région Budva)
- **La pension complète avec boissons** (¼ vin et eau aux repas) du diner J1 au petit déjeuner du J8
- *Le déjeuner du J1 ou du J8 selon les horaires de vols : VALEUR 25 € / personne (il sera remboursé s'il n'est pas utilisé)*
- Les visites & excursions mentionnées au programme
- Un guide accompagnateur francophone durant votre circuit
- **Audioguide pour tout le circuit**
- Les taxes locales de séjour (à ce jour 1,50€/personne/jour - révisable)
- *Les pourboires aux guides et conducteur*
- **Les assurances MULTIRISQUE** : ASSISTANCE RAPATRIEMENT ANNULATION BAGAGES
- **Un e-carnet de voyage** : *VOYEL s'engage dans une démarche éco-responsable en privilégiant autant que possible l'utilisation de documents électroniques en lieu et place de documents papiers. Aussi, les informations relatives à votre voyage seront transmises **par email** : infos pratiques, programme et convocation départ*

Ce prix ne comprend pas :

- Le supplément en chambre individuelle : 350 € *(nombres limités et sur demande)*
- Le port des bagages aux hôtels.
- Les dépenses à caractère personnel
- Tout ce qui n'est pas noté dans « Ce prix comprend »





Jour 01

NORT SUR ERDRE - NANTES ✈ *PODGORICA ou DUBROVNIK*

Transfert en autocar de NORT SUR ERDRE à l'aéroport de Nantes
Assistance VOYEL **aux formalités d'enregistrement.**
Envol à destination de *PODGORICA ou de DUBROVNIK* *(sous réserve de confirmation de la cie aérienne)*

Arrivée à Pogdorica ou Dubrovnik et **accueil par notre représentant francophone. Transfert en autocar vers votre hôtel 4**** région de BUDVA**
A votre arrivée à l'hôtel, Pot de bienvenue. check-in et installation dans les chambres.
*Remarque : **Le déjeuner du jour 1** est inclus dans le prix du voyage pour une valeur de 25 € /personne (boisson comprise) (sous réserve de la confirmation des vols) : Selon les horaires de vols, il sera remboursé s'il n'est pas utilisé ce jour là*
Dîner et nuit à l'hôtel



Jour2

CETINJE / SVETI STEFAN / BUDVA (110KM)

Après le petit-déjeuner, partez à la découverte d'une des régions les plus pittoresques du Monténégro. Vous emprunterez une route sinueuse menant à l'ancienne capitale, **Cetinje,** offrant des panoramas à couper le souffle sur la magnifique Riviera de Budva.

Après une pause à Cetinje, vous continuerez vers **le village de Njegusi**, le berceau de célèbres figures monténégrines et réputé pour sa production artisanale de fromage et de jambon fumé.

Vous vous arrêterez dans un restaurant typique pour déjeuner et déguster un buffet montagnard et découvrir ces spécialités locales.

La descente se fera ensuite par la célèbre route aux 25 lacets, qui offre des vues spectaculaires sur le fjord des Bouches de Kotor, l'un des plus beaux panoramas du pays. Enfin, vous rejoindrez Budva pour une visite de sa vieille ville médiévale, entourée de remparts et connue pour ses longues plages de sable fin.

Retour à votre hôtel dans la région de Budva pour le dîner et la nuit.

Jour 03

BUDVA / BAIE DE KOTOR / BUDVA (50KM)

Après le petit-déjeuner, La journée sera dédiée à l'exploration de la **magnifique Baie de Kotor**.

Départ de l'hôtel en autocar jusqu'au port de **Tivat,** où vous embarquerez à bord du bateau "Katica". Vous partirez à la découverte du fjord le plus méridional d'Europe, souvent considéré comme l'un des plus splendides de la région. Cette croisière vous permettra d'admirer toutes les baies de Kotor. Le panorama sur la baie et les montagnes environnantes est absolument spectaculaire.

Pendant la croisière, vous passerez par l'archipel de Tivat, L'un des points forts de cette croisière est le **village de Perast**, Vous débarquerez pour visiter l'île artificielle de Gospa od Skrpjela/Notre Dame du Rocher, avec son sanctuaire du XVIIème siècle,

Le déjeuner sera servi à bord du bateau, vous permettant de déguster des plats locaux tout en continuant votre immersion dans la beauté naturelle et la culture authentique de la région.

Le voyage se poursuivra avec un débarquement à **Kotor**, situé au fond de la baie.

Après la visite de la vieille ville de Kotor, retour à l'hôtel

Pour le **dîner et la nuit dans la région de Budva.**



Jour 04

_BUDVA / LAC DE SKADAR / BUDVA (75km)

Après le petit déjeuner, une magnifique route de montagne vous conduira **au lac de Skadar**, vous offrant des vues splendides sur la Riviera de Budva d'un côté et sur le lac de Skadar de l'autre. Vous arriverez à **Virpazar**, un charmant village de pêcheurs, principal accès au lac. Après un temps libre pour explorer le village, vous embarquerez pour une croisière sur le plus grand lac d'eau douce des Balkans tout en dégustant des beignets au miel, et eau de vie à bord.

Après la croisière, vous atteindrez **Rijeka Crnojevica**, un petit hameau pittoresque offrant un panorama époustouflant sur les montagnes environnantes

Après un déjeuner dans un restaurant local, où vous goûterez du poisson préparé de manière traditionnelle, vous pourrez explorer les sites historiques du village, notamment un superbe pont à arches du 19e siècle. Rijeka Crnojević, bien que petite, est un joyau de beauté naturelle et historique, l'un des plus beaux paysages du Monténégro. Enfin, vous reprendrez la route, en direction de Budva

Dîner et nuit à l'hôtel dans la région de Budva




Jour 05

BUDVA / STARI BAR / ULCINJ (130KM) / BUDVA

Petit déjeuner à l'hôtel

Cette excursion vous plonge dans l'histoire riche et diversifiée de la région, marquée par l'influence de nombreuses cultures et religions. En suivant la route côtière vers le sud, vous atteindrez **Bar**, le principal port du Monténégro, un carrefour où coexistent orthodoxes, catholiques et musulmans. vous explorerez les ruines de la **Vieille ville de Bar**, un site historique stratégique entouré de montagnes.

Vous poursuivrez votre route vers **Ulcinj,** une ville ancienne fondée par les Grecs au Ve siècle avant J.-C., autrefois repaire de pirates. Sur le chemin, vous passerez devant **Velika Plaža**, la plus grande plage du Monténégro, avec ses 13 kilomètres de sable fin.

Une pause déjeuner est prévue dans un restaurant au bord de la rivière Bojana,

À **Ulcinj**, vous découvrirez une ville au caractère unique, marquée par son passé mouvementé. Après avoir flâné dans les ruelles, vous aurez l'occasion de faire quelques achats avant de retourner à l'hôtel en fin de journée.

Dîner et nuit dans la région de Budva

Jour 06

BUDVA / TARA / BUDVA (380 KM)

Après le petit-déjeuner, départ de **Kolasin** pour explorer **le parc national de Biogradska Gora**. Vous ferez une marche facile d'environ 2 heures autour du lac de Biograd, situé à 1 094 m d'altitude, où vous pourrez admirer une flore exceptionnelle et des arbres centenaires.

De retour sur la route, vous traverserez des paysages spectaculaires de montagnes, de forêts indigènes, et de petits villages montagnards. En longeant la rivière Tara, vous découvrirez l'un des canyons les plus profonds au monde, après celui du Colorado. Vous ferez une pause au pont de Djurdjevica Tara, l'un des plus hauts d'Europe, offrant une vue imprenable sur le canyon.

Après un déjeuner en cours de visite, vous explorerez le parc national de Durmitor, classé au patrimoine mondial de l'UNESCO. Depuis la station de Žabljak, vous aurez la possibilité de vous promener autour du lac Noir.

Retour tardif à l'hôtel **pour le dîner et la nuit dans la région de Budva.**

Jour 07

BUDVA / DECOUVERTE DE L'ALBANIE / BUDVA (230KM)

Après le petit-déjeuner, Vous traverserez la plus jolie partie du littoral monténégrin en passant par **Bar**. Tout au sud, à proximité **d'Ulcinj,** vous traverserez la frontière au passage Sukobin. Vous aurez l'occasion de découvrir des villages albanais et **les trois rivières -Buna, Drini et Kiri-** qui entourent la forteresse Rozafa.

Vous arriverez à **Skadar**, ancien centre de commerce, dont la forteresse médiévale se trouve sur le lac du même nom. Vous visiterez cette ville au charme typique de l'Europe Orientale. Il faut prendre le temps de flâner dans les ruelles étroites du centre historique où se cachent de belles maisons bourgeoises, construites au XIX^{e} s. par les familles aisées. Vous visiterez **le musée archéologique** dont les pièces exposées datent des périodes de bronze, hellénique et romaine, et la Cathédrale catholique, située au cœur de la ville.

Déjeuner dans un des restaurants locaux avec des spécialités traditionnelles de la cuisine albanaise.

Après le déjeuner, vous grimperez (en prenant les minibus) jusqu'à **la forteresse de Rozafa** qui domine la ville et donne sur le lac de Skadar et l'ensemble de la cité. Retour à l'hôtel dans l'après-midi.

Dîner et nuit à l'hôtel dans la région de Budva.

Jour 08

PODGORICA ou DUBROVNIK ✈ **NANTES – NORT SUR ERDRE**

Petit-déjeuner à l'hôtel.
Selon votre horaire de vol, **transfert en autocar vers l'aéroport de Podgorica ou Dubrovnik** et **formalités d'enregistrement**.
Envol à destination de NANTES.
Arrivée à l'aéroport de Nantes **et transfert en autocar à NORT SUR ERDRE**

Remarque : le déjeuner du dernier jour n'est pas compris. Ce déjeuner pourra être à la charge des participants selon les horaires des vols.
Si le déjeuner du jour 1 n'a pas été utilisé, il pourra être réservé pour ce dernier jour si besoin