

CINEMA EN AUDIODESCRIPTION

Les projections ont lieu le mardi après-midi au Méga CGR de Bayonne situé parking Glain. A l'heure où nous rédigeons ce calendrier, nous ne sommes pas en mesure de vous communiquer la liste des films à l'affiche qui vous seront proposés. Les personnes inscrites recevront les informations concernant les films proposés.

Depuis septembre, le système d'audiodescription a changé : vous devez charger l'application CineAccess et apporter vos écouteurs personnels. Vous pourrez joindre Elodie si vous n'avez pas encore téléchargé cette application.

Dates des séances :

- Mardi 17 novembre à 13 h 45 (dans le cadre de la semaine Handignités de Bayonne). Film proposé : l'Affaire Marie-Claire.
- Mardi 8 décembre à 13 h 45,

ATELIERS MULTIMEDIA

Les ateliers multimédias se déroulent dans les locaux de l'AVH à Bayonne.

Pour le confort de tous et afin de faciliter les trajets, les participants sont répartis en 2 groupes distincts qui suivent exactement le même programme :

- **Groupe 1** : destiné aux personnes hors BAB (Bayonne, Anglet, Biarritz) afin de leur permettre de repartir plus tôt.
- **Groupe 2** : destiné aux personnes résidant dans la zone BAB.

Dans les 2 groupes, nous travaillons sur des trucs et astuces liés aux appareils multimédias. En voici les horaires :

- **Mercredi 18 novembre**
- **Groupe 1** : 14 h à 15 h 30
- **Groupe 2** : 15 h 45 à 17 h 15.
- **Mercredi 9 décembre :**
- **Groupe 1** : 14 h à 15 h 30
- **Groupe 2** : 15 h 45 à 17 h 15.

Merci aux personnes utilisant la synthèse vocale de prévoir des écouteurs afin de ne pas gêner les autres participants.

ATELIER REMUE MENINGES

Cet atelier mensuel a débuté l'année dernière et est très apprécié par les participants. Il est animé par une professionnelle intervenant déjà dans différentes structures et se déroule le jeudi après-midi dans nos locaux. Il dure entre 1 h et 1 h 30. Durant chaque séance, différents jeux de mémoire vous seront proposés d'une manière très ludique : quiz à thème, anagramme, charades, blind test... qui vous permettent de remuer vos méninges en toute convivialité. Le coût est de 5 € par personne. Les inscriptions doivent nous parvenir au maximum 3 jours avant la date de l'atelier afin de permettre à l'animatrice de préparer les supports utilisés.

En voici les dates :

- Vendredi 27 novembre à 14 h (exceptionnellement)
- Jeudi 17 décembre à 14 h.

LECTURE A VOIX HAUTE

Jeudi 5 novembre de 14 h 30 à 16 h 30 à la médiathèque de Biarritz : Pour cette nouvelle séance de lecture à voix haute avec les donateurs de voix de notre Comité ; c'est la médiathèque de Biarritz qui nous accueillera. **Inscription avant le 30 octobre.**

Rendez-vous à 14 h 15 devant la médiathèque située 2 rue Ambroise Paré (près du parking Floquet).

Pour vous y rendre :

- Lignes T1 arrêt mairie puis à pied 500 m)
- Ligne 5 arrêt (cinéma Royal) et 450 m à pied
- Ligne N4 arrêt Frias-médiathèque

REPAS DE NOEL

Vendredi 11 décembre à 12 h 30 : pour répondre à votre souhait de vous retrouver en toute convivialité, nous organisons un repas au restaurant le Bouchon Basque à Bayonne. Le repas est à 39 €

comprenant l'apéritif, entrée, plat, dessert, 1 verre de vin et café. Pour le menu, vous aurez le choix entre 2 entrées, 2 plats et 2 desserts :

- Entrées : Pâté en croûte de cochon au foie gras, chutney et salade ou velouté de saison, ricotta truffée, crumble noisette
- Plats : Cochon de Lasse confit, sauce forestière et brisures de châtaignes ou Poisson selon arrivage, vierge de patate douce
- Garniture : Mousseline de patate douce
- Desserts : Entremets chocolat noir, poire et caramel laitier ou crémeux exotique, ananas confit, crumble amande et chantilly

Les personnes ayant répondu seront appelées pour choisir leur menu.

Si vous souhaitez participer, merci de vous inscrire **avant le 2 novembre**. Seules les réponses accompagnées du règlement seront prises en compte.

Rendez-vous entre 12 h et 12 h 15 au restaurant Le Bouchon Basque, 2 avenue Paul Pras à Bayonne (en face de la salle Lauga). Parking payant de Lauga et de l'Aviron Bayonnais à proximité.

Pour vous y rendre par les transports en commun, ligne 7 ou 76 arrêt Lauga.

PARTENARIAT AVIRON BAYONNAIS RUGBY

La Fondation de l'Aviron Bayonnais a reconduit le partenariat pour les matchs du Top 14 de la saison 2026-2027. Il sera demandé pour chaque match une participation de 15 € pour les déficients visuels et 10 € pour leur accompagnateur. Si vous n'avez pas d'accompagnant, un bénévole de l'AVH pourra être à vos côtés.

Rappel du fonctionnement : les personnes déficientes visuelles sont équipées d'un casque audio pour suivre la rencontre. Les commentaires sont assurés par un journaliste de France Bleu Pays Basque. Si vous le pouvez, il vous est conseillé d'apporter vos écouteurs personnels pour une meilleure écoute.

Les places étant limitées, nous ferons tourner les inscrits afin que chacun puisse en profiter. Seules les personnes inscrites seront contactées et recevront ensuite les détails sur les dates, lieux et heures des rendez-vous. Si les personnes inscrites l'an dernier ne renouvellent pas leur inscription pour cette saison, elles ne seront pas contactées.

Pour cette saison, nous envisageons, si une équipe le propose et que le système d'audiodescription est mis en place, un déplacement chez une équipe adverse. Si vous êtes intéressé (e), merci de l'indiquer dans le coupon-réponse.

SOPHROLOGIE

Les séances de sophrologie en groupe ont repris. Elles sont animées par une sophrologue diplômée. Le nombre de personnes par séance est de 6 minimum à 10 maximum. Elles ont lieu dans nos locaux le vendredi de 10 h à 11 h 30.

La sophrologie est une méthode basée sur la respiration qui aide à se sentir mieux par la relaxation et amène à mieux gérer le stress et les émotions. **La régularité de votre participation est indispensable car, en dessous de 6 personnes, la séance ne pourra être assurée.**

Tarif : 15 € par personne la séance. Seules les personnes inscrites pourront participer. Dates des séances :

- Vendredi 20 novembre de 10 h 45 à 12 h
- Vendredi 18 décembre de 10 h 45 à 12 h

RANDONNEES EN MONTAGNE

Les randonnées ont lieu le 1er et 3ème vendredi de chaque mois. Une bonne condition physique et une participation régulière sont demandées. Equipement à prévoir : chaussures de montagne, vêtements de pluie, collation, bouteille d'eau, casquette, papiers d'identité, carte vitale et carte vitale européenne pour les sorties en Espagne. Seules les personnes inscrites seront prises en compte. Les inscrits devront remettre un certificat médical de non contre-indication à la randonnée en montagne lors de leur première randonnée. Aucune dérogation ne sera faite à cette formalité. Merci de prévoir une paire de chaussures de rechange afin de préserver le véhicule de la personne qui vous transportera. Rappel des dates :

- Vendredi 6 novembre
- Vendredi 20 novembre
- Vendredi 4 décembre
- Vendredi 18 décembre

DATES A RETENIR

24 et 25 novembre : Journées Portes Ouvertes avec présentation de matériel

Samedi 20 mars : Assemblée locale à la maison des Associations de Bayonne.

Fermeture du comité

Durant les vacances de Noël, le comité sera fermé du mercredi 23 décembre au soir au dimanche 3 janvier. Réouverture : lundi 4 janvier à 14 h.