

## **Note d'infos N°1 – 2024 /2025**

### **RENTREE 2024/2025**

- **Adhésion simple** : Les personnes qui ne font pas d'activités peuvent s'inscrire par courrier. Il suffira de **télécharger** le bulletin d'adhésion sur le site d'Aix Loisirs, de **l'imprimer**, de le **remplir COMPLÈTEMENT et LISIBLEMENT**, de le **SIGNER** et de l'adresser par courrier à Aix Loisirs (boîte à lettres de la MDA ou 5 rue des Pélicans 73100 Aix les Bains. Joindre **le chèque correspondant, l'ancienne carte d'adhérent et une enveloppe timbrée à votre adresse pour le retour de la carte.**

- Les personnes qui suivent actuellement des cours de Langue, Qi Gong ou Marche Nordique, pourront se réinscrire par courrier comme les années précédentes. Toutes les instructions et feuilles de réinscription se trouvent sur le site d'Aix Loisirs.

***- TOUT DOSSIER INCOMPLET SERA REFUSÉ***

**Vous pourrez également récupérer le bulletin d'adhésion ainsi que le nouveau livret à la MDA et à l'office de tourisme d'Aix les Bains à partir du 2/09/24.**

**- Dates d'inscriptions à la MDA (25 bd des Anglais à Aix les Bains) :**

**\* Le 16/09/24 de 14 h à 18 h** : Journée réservée aux anciens adhérents. **N'oubliez pas votre ancienne carte.**

**\* Le 17/09/24 de 14 h à 18 h** : Journée « Portes Ouvertes » avec découverte des activités de l'association, présence de la plupart des intervenants et inscriptions pour tous.

**\* Les lundis 30/09/24 et**

**\* 7/10/2024 de 14 h à 18 h**

**ATTENTION: Clôture des adhésions à Aix Loisirs, le 30/11/2023 ou 1200 adhérents.**

### **Cours d'essai :**

- **Aquarelle** : le mardi 24/09/24 de 11 h à 12 h 30
- **Dessin** : le mardi 24/09/24 de 09 h 30 à 11 h
- **Yoga avec Isabelle** : le jeudi 19/09/24 de 15 h 30 à 16 h 30
- **Yoga avec Elisabeth** : le mercredi 18/09/24 de 17 h à 18 h
- **Yin Yoga avec Elisabeth** : le jeudi 19/09/24 de 17 h à 18 h 15
- **Pilates** :
  - \* le 17/09/24 de 13 h 30 à 14 h 30,
  - \* le 19/09/24 de 12 h 30 à 13 h 30 ET de 13 h 45 à 14 h 45
- **Marche Nordique** : le 20/09/24 à 9 h. Rendez-vous à l'hippodrome. **Certificat médical obligatoire dès la première sortie**
- **Qi Gong**
  - \* mercredi 18/09/24: 8 h 30 à 9 h 30
  - \* jeudi 19/09/24 : 11 h 30 à 12 h 30
  - \* lundi 23/09/24 : 9h à 10h
  - \* mardi 24/09/24 : 17 h 30 à 18 h 30

### **Réunions de présentation :**

- **Cours de Généalogie** : le mercredi 18/09/2024 à 19 h
- **Cours « Histoire de l'alimentation et de la gastronomie »** : le mercredi 18/09/2024 à 19 h
- **Cours histoire de l'art** : le vendredi 20/09/24 à 18 h

### **ASSEMBLEE GENERALE :**

Elle aura lieu le **mardi 8/10/24 à 20 h au Centre des Congrès**, rue Jean Monard à Aix- les -Bains. A cette occasion il sera tiré au sort la tombola organisée par les cours de Patchwork au profit de l'association « Arc en Ciel » de Seyssel qui réalise les rêves des enfants malades. La Présidente de cette association et son équipe seront présentes.

## **Sorties "Journée" : Responsable Annick 07 67 11 55 10**

**Inscriptions à partir du vendredi 20/09/2024 à 9 h** par mail ([aixloisirs@gmail.com](mailto:aixloisirs@gmail.com)) ou par tel (pour ceux qui n'ont pas de mail). Utiliser exclusivement cette adresse mail, sinon les inscriptions ne seront pas prises en compte. Les modalités d'inscription se trouvent dans notre livret, page 4. Vous recevrez réponse dans les 4 jours. Rappel : faire un chèque par sortie avec le nom de la sortie au dos du chèque. Pas de confirmation de réception du paiement.

**Sauf indications contraires, départ de TOUTES les sorties-journées au Centre Nautique « AQUALAC » d'Aix-les-Bains.**

### **- Visite guidée de Turin le mercredi 9/10/24. Départ 7 h 30, retour vers 20 h 30.**

Visite guidée de Turin avec Isabelle, guide à la Facim : découverte du centre historique et des principaux monuments, ainsi que de la riche histoire de la métropole piémontaise. Déjeuner libre. Poursuite des visites avec le bourg médiéval installé au bord du Pô. Si le temps le permet : l'aller se fera par le Mont Cenis et le retour par le tunnel de Fréjus.

Tarif Adhérent **55 €**, non adhérent **75 €**. Le prix comprend le transport en car, la guide du patrimoine pendant toute la journée et les pourboires.

### **- Marché de Turin avec arrêt à Suze le samedi 12/10/24 et le samedi 26/10/2024.**

**Départ 6 h 15, retour vers 20 h.** Tarif adhérent **37 €**, non adhérent **48 €**. Le prix comprend le transport en car et les pourboires.

**Compte tenu du nombre important de personnes intéressées par les sorties au marché de Turin, nous n'accepterons pas d'inscription aux deux journées pour la même personne.**

**Vous pouvez cependant notifier lors de votre inscription que vous souhaitez participer aux deux sorties et nous vous inscrirons s'il reste de la place.**

### **-Echappée belle en Charolais le vendredi 8/11/24 départ 7 h retour vers 20 h.**

Le matin, visite guidée de la Maison du Charolais. Au cœur du bocage, la Maison du Charolais vous invite à découvrir la race Charolaise, mondialement connue, fruit d'un élevage respectueux de son environnement naturel et devenue l'emblème de son territoire d'origine. Dégustation suivie du déjeuner. Menu : escargots de Bourgogne en croute, escalope de bœuf Charolais et sa garniture, fromage, crème brûlée, vin et café compris. L'après-midi, visite guidée de Paray le Monial : Découverte de la basilique romane des 11<sup>e</sup> et 12<sup>e</sup> siècles, du cloître, du centre historique.

Tarif Adhérent **89 €**, Non adhérent **119 €**. Le prix comprend le transport en car, les visites guidées la dégustation, le déjeuner et les pourboires.

### **- Beaujolais Nouveau à Beaujeu le mercredi 20/11/2024. Départ à 15 h, retour vers**

**03 h.** Dès l'ouverture et aux moments clés de la fête, La Cie Ambianceurs de Nice, troupe de personnages « extraordinaires », emporteront petits et grands dans leur univers.

Parcours dégustation dans les rues de Beaujeu, à pied ou à bord **du petit train.**

**Les amateurs pourront découvrir les 12 appellations du Beaujolais** et admirer le patrimoine de la Capitale Historique du Beaujolais. Puis une soirée inoubliable vous attend pour célébrer comme il se doit l'arrivée des Beaujolais Nouveaux.

**Soirée de Prestige** : Paris Spectacle vous présentera sa revue cabaret haute en couleurs : Plumes, French Cancan et Chorégraphies Magiques seront au rendez-vous. Spectacle rythmé par des numéros

d'artistes de talents : revivez les grands tubes de 1970 avec The Boney M Story, présence de Naya sosie officiel de Céline Dion pour vibrer sur ses plus grands succès.

**Menu diner de Gala** : Verrine Bavarois saumon fumé, Dôme parfait de foies de volaille aux oignons confits, Gigolette de canard sauce gamay accompagné de pommes duchesses et de cardons lyonnais, 1/2 sèchon et pain au noix, Grappe gourmande caramel beurre salé, ganache au chocolat et marmelade de poires. Le tout accompagné de beaujolais blanc et rouge.

La soirée se terminera par la retraite aux flambeaux suivie de la « mise en percée ».

Tarif Adhérent **114 €**, Non adhérent **139 €**. Le prix comprend le transport en car, le parcours découverte dans les rues de Beaujeu, la soirée prestige avec diner, le verre de dégustation, spectacles et animations et les pourboires.

**-Trésors des Aravis le vendredi 28/11/2024 départ 8 h 30 retour vers 20 h.**

Visite de la fromagerie Paccard : projection d'un diaporama présentant la Vallée des Aravis et la fabrication du fromage, visites des caves puis dégustation de fromages accompagnée de vin de Savoie.

Déjeuner au restaurant les Sapins à la Croix Fry. Menu : Marbré de foie gras aux figues moelleuses et pépites de chocolat, Filet de Bar « cuit à l'unilatéral », rizotto de petit épeautre aux girolles, rafraîchissant « Exotique » sorbet litchi arrosé de Soho, Magret de canard rôti sauce aigre douce aux fruits rouges, fromage, Assiette gourmande « Les Sapins », un assortiment des talents de notre pâtissier, vins et café compris. Après-midi musical avec le virtuose de l'accordéon Christophe Pessey.

Sur le chemin du retour, visite du magnifique orgue à tuyaux : plongez dans l'univers grandiose des orgues avec une visite passionnante à la fois instructive et ludique entrecoupée de petites aubades.

Tarif Adhérent **79 €**, Non adhérent **104 €**. Le prix comprend le transport en car, la visite guidée et la dégustation à la fromagerie, le repas gastronomique, l'animation musicale, la visite guidée de l'orgue de Manigot et les pourboires.

### **Voyages : Responsable Marie Ange 06 78 23 24 38**

- Réveillon du Nouvel An dans le Gers du 29/12/24 au 3/01/25
- Voyage en Grèce - Du 4 au 14/04/2025

**Programmes détaillés sur notre site (ou sur demande). Inscription à partir du lundi 30/09/2024 à 9 h.**

### **Activités ponctuelles**

### **Cours de Cuisine : responsable Marie Ange 06 78 23 24 38**

- **Le mardi 3/12/24 à 16 h au restaurant le 59** à Aix Les Bains. En prévision des fêtes de fin d'année, venez réaliser un menu d'exception : Coquilles St Jacques, Dos de Cerf, dessert de fête. Environ 3h de cours. Ensuite, vous dégusterez vos préparations et partagerez un moment convivial. Tarif **95 €**: ingrédients et boissons au repas compris

Inscriptions auprès de Marie Ange à partir du **17/09/2024 à 9 h.**



### **Ateliers "Bienvenue chez l'artisan" responsable Alain 07 81 10 22 20**

Inscriptions aux ateliers le **Mardi 17 Septembre** dès **9 h** par téléphone, SMS ou sur place de 14 h à 18 h à la MDA lors de la journée porte ouverte d'Aix loisirs.

### **Atelier pâtisserie " Petits fours maison" le lundi 23 septembre de 14 h 30 à 17 h 30**

Le petit gâteau 620 boulevard lepic 73100 Aix les bains

Réalisez un assortiment de petits fours maison : bâtons de maréchaux (biscuit dacquoise amande et chocolat), biscuit diamant, cookies aux noisettes et chocolat et des sablés gianduja.

**Tarif 60 Euros**

### **Atelier pâtisserie " baba au rhum" le vendredi 04 Octobre de 14 h 30 à 17 h 30**

Maison Sabourdy la Potinière 7 place des thermes 73100 Aix les bains

Venez découvrir la différence entre un savarin, un bouchon, un baba...et réaliser le fameux baba au rhum

**Tarif 40 Euros**

### **Atelier confiserie " les pâtes de fruits" le vendredi 08 Novembre de 14 h 30 à 17 h 30**

Maison Sabourdy la Potinière 7 place des thermes 73100 Aix les bains

Venez découvrir et fabriquer des pâtes de fruits maison Sabourdy et également des petits bonbons chocolatés.

**Tarif 40 Euros**

### **Atelier pâtisserie" le pain d'épice artisanal et les macarons" le Vendredi 15 Novembre de 14 h 00 à 17 h 30**

Les Gourmandises de Jeannot 55 place de l'église 73410 Albens /Entrelacs.

On craque pour ce pain d'épices artisanal avec un excellent miel savoyard ....

Vous le réaliserez ainsi que des délicieux macarons aux fruits et chocolat.

Venez acquérir le savoir-faire pour former les coques de macarons et réussir les différents fourrages.

**Tarif 40 Euros**

### **Plusieurs Manifestations sont prévues pour débiter cette nouvelle saison :**

- **Tombola organisée par les cours de Patchwork. Cet ouvrage a été réalisé au bénéfice de l'association Arc en Ciel de Seyssel, qui réalise les souhaits d'enfants malades,** Depuis janvier nous effectuons un travail en commun: un grand couvre lit de 2m50 sur 2m30. Nous y avons mis tout notre cœur et notre patience (je ne crois pas beaucoup m'avancer en vous disant qu'il va être très beau !). Une bouffée d'oxygène pour ces enfants et pour leurs familles, leur permettant d'oublier un temps leur maladie et leur donner du courage pour continuer à se battre. Des tickets seront en vente au prix de **5 euros**, par courrier, et lors des inscriptions de septembre. Bien mettre au dos des chèques « Arc en Ciel ». Nous mettrons autant de fois votre nom dans l'urne que de multiples de 5 euros et le tirage se fera lors de l'assemblée générale du **8/10/2024**. Le chèque correspondant sera remis le jour de l'assemblée générale, à la Présidente de cette association : Mme Nesme.

Nous espérons qu'Aix-Loisirs fera un gros chèque grâce à votre générosité. Un très grand merci par avance pour les enfants.

- **Octobre Rose** : le CCAS d'Aix Les Bains nous a sollicités pour participer à cette action au profit de la campagne annuelle de communication pour sensibiliser les femmes au dépistage du cancer du sein et récolter des fonds pour la recherche. Dans ce cadre, **le 5/10/2024**, vous pourrez participer à une rando au bord du lac. Si vous le souhaitez, vous pouvez aussi tricoter ou fabriquer différents articles roses (écharpes, bonnets ...) qui seront vendus ce jour-là au profit de la recherche.

**Les réalisations seront récupérées à la permanence du 30/09 de 14 h à 18 h.**

- **Journée « Les Clés du Bien Vieillir le samedi 12/10/2024 de 9 h 30 à 17 h 30** au Centre des Congrès - Beaucoup d'associations seront présentes, notamment Aix-Loisirs qui aura un stand. De nombreux ateliers seront à votre disposition (test de l'audition, vue, langage, stress, mémoire ...) ainsi que plusieurs conférences (nutrition, prévention des chutes ...).

En fin d'après- midi, Hugues Aufray (chanteur) sera présent pour un témoignage sur le Bien Vieillir.