

# La lettre d'informations du Centre Ressources Simone de Beauvoir Saint-Médard-en-Jalles

## THÉ AIDANTS

Le Centre Ressources vous propose un temps convivial entre aidants pour faire une pause, répondre à vos questions, passer un bon moment autour d'un thé (...ou d'un café !):

- **Jeudi 2 Juillet de 14h à 15h30**

**RDV Escale des possibles / Av du Commandant Charcot / Magudas**



**Gratuit - Informations et inscriptions Centre Ressources**



## ATELIER ECRITURE

Venez vous essayer à l'écriture !

Le centre Ressources vous propose des Ateliers d'écriture animés par Frédéric Baudet, Poète Slameur.

Que vous soyez un écrivain dans l'âme ou novice en la matière, nous vous attendons pour ce moment de partage, dans la bonne humeur !

RDV :

- **Jeudi 16 juillet de 14h à 16h**

**Au Bistrot "Chez Simone" - Ehpad Simone de Beauvoir 29 Allée du Preuilha**

**Gratuit - Informations et inscriptions Centre Ressources**



**Aidant, vous souhaitez des informations,  
un appui, un accompagnement ... ?  
N'hésitez pas à nous contacter !**

Centre Ressources EHPAD Simone de Beauvoir  
29 allée du Preuilha  
33160 St Médard-en-Jalles  
Laure Cabanes 07 64 86 89 03  
centreressources@saint-medard-en-jalles.fr

# La lettre d'informations du Centre Ressources Simone de Beauvoir Saint-Médard-en-Jalles

## SORTIE DUOS JEUDI 9 JUILLET

Nous vous proposons une sortie **le jeudi 9 juillet** pour un atelier de création au sein du CAPC suivi d'un repas à l'Orangerie située dans le Jardin Public de Bordeaux .

Le CAPC Musée d'Art Contemporain organise un atelier avec l'Artiste Landry Munoz afin de réaliser une Usine à Cube Géante.

Cette installation géante sera activée pour le "Cool Kids Club" lors d'un grand week-end dédié aux familles les 10 et 11 octobre au CAPC.

L'atelier dure 2h de 10h à 12h, le but est de découvrir Landry Munoz, de travailler avec des artistes et surtout de passer un bon moment tous ensemble !

**DÉPART DEPUIS LE CENTRE RESSOURCES À 9H00 ET RETOUR AUX ALENTOURS DE 15H30**

**Gratuit - Informations et inscriptions 07.64.86.89.03  
ou: [centreressources@saint-medard-en-jalles.fr](mailto:centreressources@saint-medard-en-jalles.fr)**



**Aidant, vous souhaitez des informations,  
un appui, un accompagnement ... ?  
N'hésitez pas à nous contacter !**

Centre Ressources EHPAD Simone de Beauvoir  
29 allée du Preuilha  
33160 St Médard-en-Jalles  
Laure Cabanes 07 64 86 89 03  
[centreressources@saint-medard-en-jalles.fr](mailto:centreressources@saint-medard-en-jalles.fr)



# La lettre d'informations du Centre Ressources Simone de Beauvoir Saint-Médard-en-Jalles

## SORTIE AIDANTS VENDREDI 17 JUILLET

Nous vous proposons une sortie entre aidants **le vendredi 17 juillet** pour une pêche à pied.

À marée basse, le Bassin d'Arcachon dévoile de vastes étendues de terre accessibles que l'on appelle « les crassats ». C'est le bon moment pour rejoindre les petits chenaux (les esteys) et l'estran pour y ramasser moult coquillages et crustacés : coques, palourdes, crabes verts, étrilles, crevettes grises et autres petits poissons...

Direction la plage des Pastourelles pour une sortie pêche à pied, avec Maëva de l'association Captermer.  
Apprendre à pêcher, oui... mais de manière responsable !

Maëva nous montre :

- 👉 Comment attraper un crabe sans le blesser
- 👉 Comment reconnaître les coquillages
- 👉 Et surtout, comment les mesurer pour respecter leur cycle de reproduction

Et ce n'est pas tout ! On peut aussi observer plein d'autres espèces : poissons, oiseaux marins comme le grand gravelot ou la bécassine sourde !!

### Questions pratiques !

**Un pique Nique est à prévoir !**

**Optez pour des sandales waterproof ou des chaussons en néoprène.  
Les débris de coquillages sont très coupants !  
Crème solaire et casquette sont vivement recommandées.**



**Départ depuis le Centre Ressources à 9h30 et retour aux alentours de 16h30**

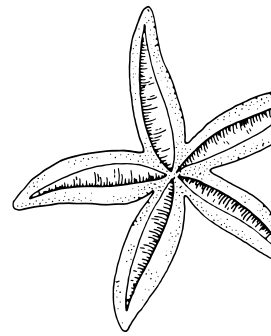
**Gratuit- Informations et Inscriptions Centre Ressources**

**Aidant, vous souhaitez des informations,  
un appui, un accompagnement ... ?  
N'hésitez pas à nous contacter !**

Centre Ressources EHPAD Simone de Beauvoir  
29 allée du Preuilha  
33160 St Médard-en-Jalles  
Laure Cabanes 07 64 86 89 03  
centreressources@saint-medard-en-jalles.fr

# La lettre d'informations du Centre Ressources Simone de Beauvoir Saint-Médard-en-Jalles

Le Centre Ressources part en vacances du 3 au 23 août.



NOUS VOUS SOUHAITONS UN BEL ÉTÉ ET VOUS DONNONS RDV EN SEPTEMBRE

**Aidant, vous souhaitez des informations,  
un appui, un accompagnement ... ?  
N'hésitez pas à nous contacter !**

Centre Ressources EHPAD Simone de Beauvoir  
29 allée du Preuilha  
33160 St Médard-en-Jalles  
Laure Cabanes 07 64 86 89 03  
[centreressources@saint-medard-en-jalles.fr](mailto:centreressources@saint-medard-en-jalles.fr)