



Seniorbiel
Club des Aînés de Conques
MAIRIE DE CONQUES SUR ORBIEL 11600
Association loi 1901
Notre site « Seniorbiel.fr »
Facebook : <https://fr-fr.facebook.com/seniorbiel/>



PROGRAMME du 2ème SEMESTRE 2023

CONVOCATION : L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE du club aura lieu le **28 octobre 2023 à 10h30**, Salle des mariages de la Mairie de CONQUES/ORBIEL.

Sont invités à y participer tous les adhérents à **jour de cotisation**.

ORDRE DU JOUR : lecture du rapport moral, du rapport financier, remplacement du tiers sortant, questions diverses.

Le Président : Claude MONTSARRAT

PRIX DES CARTES SAISON 2023 -2024 : **15 €** pour les Conquois ; **20 €** pour les extérieurs.

Afin de faciliter notre comptabilité, nous vous demandons de faire des chèques séparés : un pour l'adhésion (15 € ou 20€) et un chèque pour régler chaque activité. **Merci** de votre compréhension.

Mettre les chèques dans la boîte aux lettres de SENIORBIEL (Mairie cour des oliviers).

DATE DE REPRISE DES ACTIVITÉS - 2023/2024 :

- **Chorale** : Lundi **18 septembre** à 14h au foyer Félix Roquefort, sous la direction de Pascal LECOCQ. Prix : **60 €**.
- **Gym** : Mardi **26 septembre** à 11h au foyer Félix Roquefort. Prix : **40 €**.
- **Danse en ligne** : Mardi **19 septembre** à 14h30 au foyer Félix Roquefort. Prix : **10 €**
- **Marche** : Jeudi **21 septembre** à 13h45 devant le foyer Félix Roquefort. Prix : **10 €**
- **Randonnée** : Jeudi **21 septembre** à 13h30 devant le foyer Félix Roquefort. Prix de **10 €**
- **QI GONG** : Vendredi **22 septembre** à 9h Salle Montagne Noire. Prix : **80€** sur la base de 15 participants
(possibilité de règlement en 2 fois, joindre les 2 chèques lors de l'inscription).
- **Salle Hélène GERMA** ouverte le mardi **12 septembre** pour tricot et jeux. Le mercredi **13 septembre** pour la belote. Gratuit.

CONCOURS de BELOTE : les mercredis 11 octobre, 08 novembre, 29 novembre et 13 décembre au prix **5 €**, à 14h, Salle de la Montagne Noire.

LOTOS : les vendredis 13 octobre, 10 novembre et 15 décembre au prix **5 €** les 3 cartons à 14h, au **Foyer Félix Roquefort**.

Rappel : **Voyage "L'essentiel du Portugal"** du **26 septembre au 5 octobre**, 10 jours, 9 nuits (voyages RUBIO).

REPAS ASSEMBLÉE GÉNÉRALE : samedi **28 octobre** à 12h00 au **foyer Félix ROQUEFORT** (traiteur SAGNE).

MENU : **Buffet** de mises en bouche servi avec l'apéritif.
Entrée : Cassolette de Saint Jacques et gambas au Noilly-Prat, amandes torréfiées.
Plat : Filet de canette, sauce forestière accompagnées d'un écrasé de pomme de terre au foie gras et trio de légumes racines glacés au jus de viandes.
Plateau de fromages. Dessert : Tourbillon de poire, caramel.
Café accompagné de petits gâteaux secs.
Vin blanc, vin rouge. **Apéritif** et **Blanquette**.
Prix : **45 €** pour les adhérents, **55 €** pour les non adhérents.
Après-midi dansante avec l'orchestre **La boîte à danser** (Pascal LECOCQ accompagné de 3 musiciens).
Inscriptions avant le 20 octobre.


MOULES FRITES : samedi **18 novembre** à 12h au **Foyer Félix ROQUEFORT**

MENU : **Entrée** : soupe de poissons. **Plat** : moules frites. **Fromage et Dessert.**

Apéritif, vin, café et blanquette.

Après-midi dansante avec la formation **Bruno MASNOU.**

Prix : **25 €** pour les adhérents et **30 €** pour les non adhérents.

 **Apportez vos couverts.** Attention penser au **Bol** ou Assiette creuse pour la soupe.

Inscriptions avant le 10 novembre

SORTIE D'UN JOUR : jeudi **23 novembre** - Repas/Spectacle, Cabaret "**Milady Opéra**" à Saint-Orens (31)

Départ en bus à **10h** devant le **foyer Félix ROQUEFORT.**

MENU : Kir et ses petits salés, Salade de gésiers, Jambonnette de dinde confite sauce thym et miel, Purée de pomme de terre, Légumes grillés à la provençales, Fondant au chocolat sauce anglaise. **Café**, $\frac{1}{4}$ de **Vin** et une **Coupe** de champagne par personne.

Prix : **57 €** sur la base de 40 personnes

Inscriptions avant le 27 octobre - Inscription auprès d'Aline MONTSARRAT : 06.72.28.13.47.

MAISON DE JEANNE : vendredi **08 décembre** à 12h au **foyer Félix Roquefort.**

- **Présentation** de divers plats cuisinés : cassoulet, garbure, cou de canard farci au foie gras, lentilles, tripes, tripoux, etc...
- **Dégustation** de produits du terroir de Lacaune (Tarn) : Pâté au roquefort, pâté forestier aux cèpes, galantine de dinde, délice tarnais au foie gras, jambonneau, boudin, jambon de pays, saucisse sèche, le tout servi avec notre pain de campagne.
- **Vous avez la possibilité de compléter la dégustation par un plat chaud, un fromage de Lacaune et un dessert.**

MENU : Dégustation de produits du terroir, Cuisse de poule confite accompagnée de Lentilles cuisinées à la graisse d'oie, Fromage de Lacaune, **Dessert.**

Prix : **15 €**

A l'issue du repas, pour finir sur une note sympathique nous ferons un tirage au sort : - un colis de produits de terroir, suivi d'une tombola pour un jambon de Lacaune, moyennant une **participation de 2€**, pour ceux qui le souhaitent.

 **Apportez vos couverts.** jeux de société et pétanque pour terminer agréablement cette journée.

Inscriptions avant le 24 novembre.

URGENT !!! **VOYAGE du 20 au 25 AVRIL 2024 "MSC Croisières" Selectour :**

Nous vous proposons une offre de dernière minute, pour une mini-croisière en Méditerranée 6 jours / 5 nuits. Départ de Conques en bus jusqu'à Marseille. Embarquement à Marseille à 18h.

1er jour Marseille, **2ème jour** Gênes (Italie), **3ème jour** Cannes (France), **4ème jour** Olbia (Sardaigne), **5ème jour** Gênes (Italie), **6ème jour** Marseille (France).

Les prix indiqués comprennent la taxe portuaire, les frais de services ainsi que le transport Conques-Marseille.

Inscriptions avant le 3 Juillet 2023 avec paiement complet du séjour.

>>>> S'inscrire auprès de **Claude MONTSARRAT** : 06.58.55.78.45.

Cabine double - Ambiance	Catégories Cabines	Tarif de Base	Tarif avec forfait Boisson sans alcool	Tarif avec Forfait Tout inclus
Bella	Intérieure	480 €	610 €	695€
Fantastica	Vue sur mer	580 €	710 €	795€
Fantastica	Balcon	680 €	810 €	895 €

> **Ces tarifs ne comprennent pas : les excursions facultatives proposées lors des escales, les ASSURANCES.**

TOUTES LES INSCRIPTIONS NE SERONT PRISES EN COMPTE QU'ACCOMPAGNÉES DU RÈGLEMENT

Inscriptions à tous les **repas** : Josie **DANJARD** Tél : 04.68.77.16.94

Bonnes vacances 