



3eme trimestre 2018 n° 39
Edition Trimestrielle gratuite
<http://www.lesjoyeuxretraites.fr/>

LES ECHOS DES JOYEUX RETRAITES

EDITORIAL



C'est l'été !



Protégeons-nous !



Allez ! tous en bus

C'est les vacances !



LA GRANDE MOTTE



Bon, la chaleur a eu du mal à s'installer mais elle est enfin là. Sans nous exposer aux mauvaises heures profitons de cet ensoleillement pour faire le plein de vitamines D pour fixer le calcium sur nos os et éviter ainsi les fractures.

Au club fraîcheur assurée pendant 4 heures trois fois par semaine.

N'oublions pas de boire beaucoup d'eau sans attendre la soif qui ne viendra pas puisqu'avec l'âge on perd cette sensation ! Protégeons aussi nos yeux !

De belles animations pour l'été sont prévues. A vous de jouer le jeu en notre compagnie.

Nous accueillons toujours plus de nouveaux adhérents ce qui assure l'avenir et la pérennité du club.

Je souhaite un bon trimestre à ceux qui restent sur la Côte d'Azur !

Martine DUBUS
Présidente



MEMENTO 3eme TR 2018

Les Journées Particulières

Samedi 14 juillet : Aïoli à midi et thé dansant l'après-midi

Samedi 28 juillet : Anniversaire des natifs du mois

Dimanche 29 juillet : Thé dansant dans les îles

Dimanche 5 Août : journée couleur : tous en blanc

Mercredi 15 Août : thé dansant habituel (pas de repas)

Samedi 25 Août : Anniversaire des natifs du mois

Samedi 8 septembre : départ pour la Grande Motte

Samedi 15 septembre : retour de la Grande Motte

Lundi 17 septembre : Reprise des jeux de cartes

Mardi 18 septembre : Reprise de la gym douce et de la country

Mercredi 19 septembre : Sortie chez SERVILLA à Castagniers

Samedi 29 septembre : anniversaire des natifs du mois



L' Aioli



Dans les îles



Tous en blanc



Chez Servella



La country



La Gym



Ce n'était pas un poisson d'avril Le 1^{er} Avril était le Dimanche de Pâques et nous étions tous en « chocolat » du blanc au noir et le 2, repas au club et la tombola chocolatée gratuite où tout le monde a gagné, enfin surtout Josette qui a gagné le plus gros lot.



Atelier sur les premiers secours où l'on a appris et bien ri aussi



Notre adresse : 23 Bld Dubouchage à NICE (près de Nice Etoile)
Tél : 04.93.80.49.44 ou 06.16.01.21.40 Notre site : <http://www.lesjoyeuxretraites.fr> Email : les-joyeux-retraites97@orange.fr

Publication et rédaction : Martine DUBUS
Comité de relecture : Josette STUPPA et Danielle PEREZ
Droits de reproduction réservés à l'Association



Gros succès de notre journée DOLLY où les couples se sont « clônés »



ON A FETE LES NATIFS DU MOIS D'AVRIL ET CEUX DU MOIS DE MAI ET LES TAUREAUX



Nous voilà partis en Sardaigne sur le MS BERLIN



Exercice sécurité



Anniversaire



D'Antonin



On attaque les visites



On écoute la guide



Un sarde niçois



On se repose



Et on se repose



façonnage du corail



Le corail



On admire la vue



On prend la pose



On boit l'apéro

Et re-apéro



Allez encore une visite et après on choisit ses plats et on assiste au spectacle de chaque soir



On danse, on danse grâce à Jean-Pierre et son accordéon On fête l'anniversaire d'Anne-Marie et enfin final du spectacle



Dès notre retour paëlla au club et ensuite sortie à Utelle On a bu l'apéro dedans à cause de la pluie mais on a bien mangé et bien dansé





L'atelier nutrition et diététique de Karine spécifique aux seniors a accueilli une vingtaine de participants



Après les choses sérieuses on s'est fait du bien avec l'apéro (encore)



La table est mise version restaurant



Pour la « Pan-bagnat partie »



Et voilà c'est parti pour la fête de la musique avec nos quatre musiciens



Ça danse dans le décor adapté



Petit concert pendant le repas



Les plateaux repas ont été les bienvenus après l'apéro (et encore)



Le groupe de la Country



Et les natifs de Juin