



| <i>Lundi</i> | <i>Mardi</i> | <i>Mercredi</i> | <i>Jeudi</i> | <i>Vendredi</i> | <i>Samedi</i> | <i>Dimanche</i> |
|--------------|---|---|--|---|---|---|
| | | | | 1 | 2 FORUM ASSOCIATIONS 14h Devézou | 3 CYCLO 8h Grèses |
| 4 | 5 TROUPALEZ 14h-17h - Devézou | 6 CYCLO 8h Grèses 18h Avenir PINEDES DU LEZ Devézou Danses Ecoisaises 20h-22h Devézou | 7 MOSAIQUE autonomie 9h30-17h VTC 13h45 Grèses | 8 ATOUT-POINTS 14h30-18h Devézou (2) | 9 Aqueduc Théâtre Générale à Pignan | 10 CYCLO 8h Grèses AQUEDUC THEATRE Représentation à PIGNAN salle les pénitents 17h |
| 11 | 12 FELDENKRAIS 11h-12h Espace Lucien Miquel VTC 13h45 - Grèses TROUPALEZ 14h-17h Devézou MAHJONG 14h30-18h Devézou | 13 CYCLO 8h Grèses | 14 MOSAIQUE autonomie 9h30-17h VTC (+) 13h45 Grèses | 15 ATOUT-POINTS 14h30-18h Devézou | 16 | 17 CYCLO 8h Grèses |
| 18 | 19 FELDENKRAIS 11h-12h Espace Lucien Miquel TROUPALEZ 14h-17h Devézou MAHJONG 14h30-18h Devézou | 20 CYCLO 8h Grèses MOSAIQUE M1 9h30-12h30 Danses écoisaises 20h-22h Devézou | 21 MOSAIQUE J3 9h30-12h30 Devézou VTC 13h45 Grèses | 22 ATOUT-POINTS 14h30-18h Devézou | 23 | 24 CYCLO 8h Grèses |
| 25 | 26 FELDENKRAIS 11h-12h Lucien Miquel VTC 13h45 Grèses MAHJONG 14h30-18h Devézou POTAGER EXPERIMENTAL 18h30-20h Devézou | 27 CYCLO 8h Grèses MOSAIQUE M2 9h30-12h30 | 28 VTC (+) 13h45 Grèses MOSAIQUE autonomie 9h30-17h Devézou | 29 ATOUT-POINTS 14h30-18h Devézou | 30 | |

Si vous n'utilisez pas la salle au Devezhou réservée par l'Aqueduc un jour de réservation, merci de nous le dire pour en informer Jean-Michel Guzman qui gère l'utilisation des salles pour la mairie de Montferrier. Vous ferez d'autres heureux/ses.

Dicton du mois

Août mûrit ... Septembre vendange ...
En ces deux mois tout bien s'arrange.

HOMMAGE à André Miquel

Pour les anciens du village qui ont connu Marcelle et Lucien Miquel, instituteurs pendant de nombreuses années à Montferrier sur lez : un hommage sera rendu à leur fils André, décédé en décembre 2022, lors des journées du patrimoine, le 16 septembre à 15h à **St Jean de Fos** dans les jardins d'Argileum

CLUB VTC – Va Tout Cool

Après une saison 22-23 bien remplie et un été étouffant, vous avez sans doute hâte qu'il fasse moins chaud pour enfourcher vos vélos.

Pour la saison 23-24, les sorties VTC continueront au rythme de 1 par semaine alternativement mardi après-midi et jeudi après-midi.

Les prochaines sorties se feront jeudi 7, mardi 12, jeudi 21 et mardi 26 septembre puis jeudi 5 octobre... Les sorties VTC+, une semaine sur deux reprendront les jeudi 14 puis 28 septembre.

Rendez-vous place des Grèses vers 13h45 pour partir à 14h.

Nulle participation n'est demandée si ce n'est l'adhésion à l'association Aqueduc. **Profitez de votre passage à la foire aux associations pour renouveler vos adhésions.** Les nouveaux intéressés peuvent venir essayer une sortie avant d'adhérer.

A vos vélos et retrouvons-nous dans la joie et la bonne humeur pour parcourir les chemins des environs !

Contact pour tout renseignement : Odile Prosperi - 06 78 44 12 34 - odile.prosperi@free.fr

CLUB Cyclos

Réunion Mercredi 6 septembre 18 h au Devézou

ODJ : Rando Pinèdes du Lez 2024, nouvelle organisation

Venez nombreux pour vous engager dans l'organisation « nouvelle formule » de cette manifestation sportive point d'orgue de notre association

CINE-CLUB

Pas de ciné-club en septembre, cette activité reprendra en octobre. Première séance prévue le **mercredi 18 octobre**. Mais que ça ne vous empêche pas d'aller voir de beaux films !

CLUB THEATRE

L'atelier « Troupalez » vous propose, comme déjà évoqué, de venir nombreux à **Pignan le dimanche 10 septembre à 17h00 dans la salle des Pénitents** pour assister à la représentation de la pièce "Chez ma tente" de Christian Dob.

Ce spectacle déjà présenté en février 2023 au Devézou, sera interprété par la même bande de joyeux drilles au profit de l'association humanitaire "Togo Mil-partages", qui vient en aide aux enfants togolais, souffrant notamment de problèmes cardiaques.

Vous ferez une bonne action, tout en passant un bon moment en toute décontraction !

Nous comptons sur vous !!"



Recherche des Comédiens Amateurs

Vous souhaitez vous détendre, passer un bon moment entre amis et connaître les frissons apportés par une représentation en public, venez nous rejoindre au sein de l'Atelier Théâtre, de l'association Aqueduc.

En effet, mis en place depuis de nombreuses années et animé depuis maintenant 4 ans par Christian Dob, (professionnel reconnu et auteur de près de 80 pièces à succès), nous nous retrouvons tous les mardis après-midi (hors périodes de vacances scolaires) dans la grande salle du Devézou, pour répéter et mettre sur pied, des pièces de théâtre de boulevard, dans la plus pure tradition de la comédie.

Rejoignez-nous sans tarder, car un nouvel atelier est spécialement mis en place pour les nouveaux inscrits (déjà 4 participants à ce jour), les répétitions auront lieu le mardi matin de 10h à 12h30 (hors périodes de vacances scolaires) et toujours dans la grande salle du Devézou.

Pour les deux ateliers les représentations se font habituellement au printemps.

Seules conditions exigées : laisser la morosité à la porte de la salle et veiller à être assidu aux répétitions.

Nous vous attendons !

Contact : Gérard Grimaud 06 51 16 49 79 ou gerard.grimaud141@orange.fr

DANSES ECOSSAISES

Le groupe de danses écossaises reprend ses soirées en septembre.

Nous nous retrouverons un mercredi sur deux pour des soirées de danses, avec une pause chantante et bien-sûr un petit verre de whisky pour ceux et celles qui veulent.

Les débutants sont bienvenus. La plupart des danses sont simples et nous expliquons clairement comment faire avant de danser.

Vous êtes tous invités pour venir essayer les danses traditionnelles dans une ambiance chaleureuse et conviviale !

Nous danserons le 6 et le 20 septembre de 20 h à 22 h dans le hall du Devézou.

CLUB FELDENKRAIS

Cours de la **Méthode Feldenkrais**,

Chaque mardi, de 11h à midi, je vous propose un cours hebdomadaire de la Méthode Feldenkrais (faites comme tout le monde, dites Felden !).

Cette méthode vous propose, par des mouvements faciles et agréables, d'améliorer l'usage de soi.

- L'usage de soi ???
- Oui, ce que l'on fait tous les jours, partout, avec plus ou moins de facilité et de grâce !

Par les petits mouvements faciles que je vous proposerai d'effectuer durant le cours, vous allez développer votre sensation de vous-même (la proprioception) et acquérir plus d'habileté et d'élégance dans vos mouvements les plus quotidiens, aussi bien que dans les actions plus complexes...

Venez découvrir ça avec moi !

Je vous accueillerai avec plaisir le **mardi 12 septembre de 11h à midi, à l'Espace Lucien Miquel**, pour un premier cours gratuit et sans engagement.

Les cours se font allongé sur le sol, prévoyez une tenue confortable.

A bientôt,

Le prix sera à peu près inchangé par rapport à 2023 autour de 10 € par séance pour les adhérents (Prix en fonction du nombre d'inscrits) ; sur un total de 35 séances et autour de 11 € pour les extérieurs

Henri Bley, praticien certifié de la Méthode Feldenkrais

Contact : Björg Ferran 06 22 97 09 03 - bjorgferran@gmail.com

MARCHE NORDIQUE

Reprise de l'activité le samedi 9 septembre 2023

L'association AQUEDUC de Montferrier sur Lez vous offre la possibilité de pratiquer la marche Nordique (*en partenariat avec L'Association GYM PLUS de Saint Jean de Védas*) une ou deux fois par semaine et suivant vos désirs :

Le mardi de 9h15 à 11h30 avec Laurence

ou le mercredi de 14h15 à 16h30 avec Michel

ou le jeudi de 9h15 à 11h30 avec Michel

ou le jeudi de 14h15 à 16h30 avec Laurence

Mais également le samedi ou le Dimanche en alternance de 9h30-11h30 avec Michel ou Laurence

- 1) Toutes les sorties sont encadrées par des animateurs diplômés ; le programme hebdomadaire (avec lieux des rendez-vous) est adressé aux pratiquants tous les lundis matin par mail.
- 2) Possibilité de prêt de bâtons par le professeur (Chaussures basses de marche ou de bons tennis sont nécessaires)
- 3) Pour les nouvelles personnes qui sont intéressées possibilité de faire un essai gratuitement sur une séance.

Tarifs demandés pour les adhérents à l'Aqueduc :

En plus de votre adhésion à l'Aqueduc (*15€ individuelle ou 25€ pour un couple*) **l'activité Marche Nordique est payante.**

L'association Aqueduc prenant en charge 10€, votre participation financière s'élève à :

- soit 105€ pour tout l'exercice de septembre 2023 à juin 2024 et pour une séance par semaine

- soit 170€ pour tout l'exercice de septembre 2023 à juin 2024 et pour deux séances par semaine

- soit 50€ pour une carte de 10 séances

- **Nouveau cette année** : tarif couple pratiquant ensemble 170€ pour une séance par semaine

(Certificat médical à fournir dès l'inscription)

S'inscrire le plus rapidement possible auprès de : ***M. MOULIN Jean -Pierre – 0686708651 ou Mail : jpb.moulin@orange.fr***

MOSAÏQUE

Voilà les prochains rendez-vous :

jeudi 7/09- matin ou am - mosaïque en autonomie

jeudi 14/9 - matin ou am - mosaïque en autonomie

mercredi 20/9 - 9h30 à 12h30 - Nathalie M1

jeudi 21/9 - 9h30 à 12h30 - Carole J3

mercredi 27/9 - 9h30 à 12h30 - Nathalie M2

jeudi 28/9 - matin ou am - mosaïque en autonomie

POTAGER EXPERIMENTAL

Bonjour à tous

Le club Potager Expérimental reprend ses réunions en septembre.

Changement de date et d'heure : les réunions se feront désormais **le dernier mardi du mois de 18h30 à 20h**

Donc prochaine réunion le mardi 26 septembre à 18h30 toujours au Devézou.

Nous reprendrons aussi les visites de jardin, et une conférence sur les racines par une spécialiste du CNRS (Catherine ROUMET) est prévue (organisation à figner !)

A très bientôt. Amitiés à tous

Gérard Imbernon (0613023753)

Propositions ACL

Visites guidées

- **Neo Rauch, Le songe de la raison**

Le Mo.Co. présente une première rétrospective majeure du peintre allemand Neo Rauch qui a repositionné la peinture figurative dans les discours artistiques contemporains. « *Pour les peintres français de ma génération pour moi, Neo Rauch est une légende* », a déclaré Numa Hambursin, le patron du Mo.Co. en accueillant le peintre allemand le 6 juillet lors de l'inauguration de cette rétrospective de son œuvre ! Une sélection de plus de 120 œuvres de 1990 à nos jours retrace le parcours de celui qui est le chef de file de la nouvelle Ecole de Leipzig, mouvement allemand de peinture contemporaine figurative.

Date de la visite : vendredi 29 septembre, de 11 heures à 12 heures au Mo.Co 13 rue de la République, Montpellier.

- **Germaine Richier, Une rétrospective**

Le Musée Fabre dédie l'ensemble de son espace d'exposition temporaire à la sculptrice formée à l'Ecole des Beaux-Arts de Montpellier, ayant acquis une renommée internationale, Germaine Richier (1902-1959), exposition organisée en collaboration avec le Centre Pompidou. A travers un ensemble de près de 200 œuvres, cette rétrospective offre un nouveau regard sur celle qui fut la première femme artiste exposée de son vivant au Musée d'Art Moderne en 1956.

Date de la visite : jeudi 12 octobre de 10 heures à 11 heures 30 au Musée Fabre, Montpellier.

Inscriptions à l'adresse suivante : acl.visites.musee@gmail.com

Lieux de rendez-vous : soit directement au Musée, soit place des Aigueillères, parking près du terrain de pétanque (co-voiturage possible sur demande).

Prix de la visite :

Néo Rauch, Mo. Co. : 8 euros pour les adhérents (ACL et Aqueduc), 10 euros, non adhérents.

Germaine Richier, Musée Fabre : 10 euros pour les adhérents (ACL et Aqueduc), 12 euros, non adhérents.

Paiement par dépôt de chèque **au nom de l'ACL** à envoyer à l'adresse de Monsieur Bernard Gondal, 62 Chemin du Pic Saint Loup, 34 980, Montferrier sur Lez (en précisant votre nom, prénom et votre numéro de téléphone).

Information générale AQUEDUC

Suite à divers échanges avec quelques adhérents nous vous rappelons que notre association est propriétaire d'une grande remorque mise à la disposition de vous tous pour transporter du matériel. Si vous avez besoin de cette remorque, vous devez contacter Alain JOUVENEL au 07 83 68 60 30 car la remorque est stockée chez lui.

ANIMATEURS DES CLUBS

ATOOUT POINTS Armande DOBROWOLSKI 06 73 32 20 25 armande.dobrowolski@laposte.net

AQUEDUC SPECTACLES Jean-Pierre MOULIN 06 86 70 86 51 jpb.moulin@wanadoo.fr

CINE CLUB et **AQUEDUC DES CINES** Danielle PUECH 06 64 84 64 01 cd.puech@neuf.fr

CLUB CUISINE Lise FOURRIQUES 06 87 61 46 83 lise.fourriques@orange.fr

CYCLOS Yves FOURRIQUES 06 88 47 58 59 yves.fourriques@orange.fr

VTC Odile PROSPERI 06 78 44 12 34 odile.prosperi@free.fr

DANSES ECOSSAISES - CEILIDH CLUB Margaret KEMP 06 31 72 30 90 - 04 67 70 73 71
margaretkemp34@gmail.com
Virginia DEPONDY vj.depondy@orange.fr

MAHJONG Noëlle GALTIER 04 67 59 92 60 noelle.galtier@wanadoo.fr

FELDENKRAIS FERRAN BJÖRK 06 22 97 09 03 bjorgferran@gmail.com

MARCHE ACTIVE/NORDIQUE Jean-Pierre MOULIN 06 86 70 86 51 jpb.moulin@wanadoo.fr

MOSAIQUE Marie-Jo MOULIN 04 67 59 92 03 mariejo.moulin@wanadoo.fr

LE POTAGER EXPERIMENTAL Gérard IMBERNON 06 13 02 37 53 gerard.imbernon@gmail.com

AQUEDUC NATURE PATRIMOINE

Yves FOURRIQUES - 06 88 47 58 59 yves.fourriques@orange.fr
Jean-Pierre MOULIN - 06 86 70 86 51 jpb.moulin@orange.fr
Christian PUECH - 06 58 18 63 23 cd.puech@neuf.fr
Jacques FEVRE - Fevre.jacques@gmail.com

VISITES & CONFERENCES ACL Corine SEGUIN cori.seguin@yahoo.fr

THEATRE TROUPALEZ Gérard GRIMAUD 06 51 16 49 79 gerard.grimaud141@orange.fr

VINODUC Alain VIDAL, Alain JOUVENEL, Patrick ETASSE
alaival@wanadoo.fr - maryvonne.jouvenel@laposte.net
etassenicole@gmail.com