

Janvier 2020 / Numéro 54

avec le soutien de la Ville de Bruges

# BRUGES ASSO'S

## Édito

*Le temps passe et les années filent...  
Quand la nouvelle année commence, on  
espère toujours qu'elle sera meilleure que  
celle qui vient de s'écouler.*

*Mais souhaitons avant tout que l'on se  
retrouve dans les valeurs essentielles de  
respect, de solidarité, d'humanisme, de  
partage et d'égalité.*

*Nous vous souhaitons une année  
enthousiaste. Que chaque sortie,  
manifestation, spectacle  
et projet vous apporte votre lot d'émotions  
et de rencontres.*

*Enfin, au nom du conseil d'administration, de  
l'équipe de professionnels et de bénévoles  
de la MJC, ainsi que de l'ensemble des  
bénévoles du collectif interassociatif,  
je vous souhaite à toutes et à tous, à vos  
familles et à toutes celles et ceux qui vous  
sont proches, nos meilleurs vœux de santé et  
de pleine réussite dans vos projets.*

**Pour la MJC et le collectif interassociatif**  
**Véronique Barp Ronteix,**  
**Présidente de la MJC**

**Maison des Jeunes et de la Culture**

## **NOUVELLE ANNÉE, NOUVELLES RÉOLUTIONS !**



- Création d'une newsletter mensuelle pour toutes les actions du mois.

- Un programme pour tous, petits et grands, avec des ateliers mensuels. Venez au Café des parents, avec Papotes et P'tits Bouts pour discuter, échanger ou faire des ateliers avec vos enfants ! Inscrivez-vous à un atelier cuisine afin de préparer et déguster un bon plat en famille ou à un atelier scrapbooking, pour confectionner de jolis cadeaux fait-mains !

- Appel aux lots (gratuits ou peu chers) pour notre loto du printemps

- Un agenda de sorties familles accessibles qui plairont à tous (tarifs en fonction du quotient familial + adhésion de 5,00€/an/foyer)

- Des vacances et des séjours pour les jeunes de 11 à 17 ans ainsi qu'un accompagnement de leurs projets.

**Restez informés grâce à la page  
Facebook @MJC Bruges et au compte instagram  
de la MJC @mjcbruges\_33.**

## **ON THE ROAD COMPANY**

La compagnie de théâtre « **On the road Company** » propose de nombreux événements visant à animer la Ville de Bruges et à créer une activité culturelle et artistique locale, accessible et proche des habitants de la commune.

Depuis 2012, ses Cafés Littéraires, animés par ses comédiens, sont devenus des rendez-vous qui attirent sans cesse plus de public. Chacun vient y découvrir et partager les textes du patrimoine littéraire français et étranger, le tout dans une atmosphère conviviale et participative qui en constitue la marque de fabrique.

On the road Company propose aussi des événements

plus ponctuels sous forme de pièces de théâtre, de spectacles, de lectures théâtralisées et de stages de théâtres thématiques.

## **LES PUCES CRÉATIVES**

**SAMEDI 22 FEVRIER 10h à 17h**

8ème édition : Le rendez-vous annuel des créatifs à ne pas manquer pour vendre et/ou acheter toutes les fournitures nécessaires à la réalisation de vos créations. Sur place, ateliers d'initiation, démonstrations, expositions et petite restauration. Un événement co-organisé par les associations Bruges Créations Textiles et Les Tordues du Fil. Renseignements : bruges-creations-textiles.verblog.fr

## EUREKA

Toute l'équipe d'EUREKA Service vous souhaite une Excellente Année 2020 et vous remercie pour votre fidélité. Nous resterons à vos côtés et auprès de vos proches pour cette nouvelle année avec grand plaisir.

Tâches ménagères, repassage, garde d'enfants, entretien du jardin, manutention, courses, préparation de repas, gestion d'absences... de façon ponctuelle (2h minimum par an) ou régulière, nous serons là. Entreprises de Bruges : nous répondons également à vos besoins : espaces verts, propreté, manutention, préparation de commandes, clauses d'insertion... Aucune contrainte : contrats de 2h min par an ! La diversité et la large palette de compétences de nos salariés sont à votre service sur notre belle commune (agrément DIRECCTE et Pôle Emploi)

**EUREKA Service, plus de 25 ans de services solidaires pour les Brugeais. Renseignements : 05.56.16.17.94 - [www.eurekaservice.fr](http://www.eurekaservice.fr)**

## VIDE-TA-CHAMBRE : 1<sup>ÈRE</sup> ÉDITION

L'association des parents d'élèves du groupe scolaire Arc-en-ciel organise son tout premier « Vide-ta-chambre » le **dimanche 5 avril 2020** à la salle municipale du rond-point des Fusillés, au Tasta. Les exposants pourront venir s'installer dès 8h15 et l'ouverture au public est programmée à 9h. Les tarifs ont été fixés à 5€ la table fournie de presque 2 mètres.

Les réservations sont à faire à l'adresse suivante : [arc.en.ciel.33520@gmail.com](mailto:arc.en.ciel.33520@gmail.com)

Les parents d'élèves proposeront durant toute la journée, un coin gourmand où l'on trouvera du salé et du sucré, ainsi que du café et des boissons sans alcool. Faites de cette première une belle réussite !

## LES DÉCORÉS DE BRUGES

Depuis le mois d'avril 2019, la section des décorés de Bruges et venue rejoindre celle du Bouscat à la suite de l'arrêt de la présidente Madame MONFEUGA.

Notre association aide à **promouvoir les médailles du Travail**, en vous aidant à faire votre dossier pour la préfecture, et le maire de Bruges offre généreusement la médaille qui vous sera remise lors de la cérémonie officielle.

Mais nous avons bien d'autres occupations, notamment la convivialité avec l'organisation de repas.

L'adhésion à l'année est de 16 € pour une personne seule et de 24 € pour un couple. Vous recevrez alors tous les trimestres le journal « Le médaillé » qui vous parlera de toutes les associations nationales des Décorés du travail.

## BRUGES URGENCE TRANSITION

L'association BUT s'inscrit dans le mouvement mondial des Villes en Transition. Depuis plus d'un an, à travers nos rencontres mensuelles et nos participations aux événements de la commune, notre collectif a pu échanger autour des thèmes énergie, mobilité, autonomie alimentaire, biodiversité, et gestion des déchets. Pour faire davantage résonner l'urgence de la transition écologique, rejoignez notre action en adhérant (c'est gratuit) et en participant à nos rencontres !

Plus d'info dans notre agenda, sur :

<https://brugesurgencetransition.blogspot.com/>  
et <https://m.facebook.com/BrugesUrgenceTransition/>

## SÉJOUR SKI

Le séjour ski du PLEB pour les jeunes âgés de 8 à 11 ans, aura lieu cette année du 23 au 28 février 2020 à Matemale (Pyrénées Orientales). Au programme : ski de piste toute la journée, grands jeux collectifs, veillées tous les soirs et batailles de boules de neige, ambiance conviviale et sportive garantie ! Tarifs en fonction du quotient familial pour les Brugeais. Pass Va'caf et chèques vacances acceptés. Attention les places sont limitées !



Plus d'infos : 07 50 22 56 54 ou [www.pleb.fr](http://www.pleb.fr)

## ASSOCIATION DE SOPHROLOGIE : SOUFFLE KOOL BRUGES

La sophrologie est fondée sur une méthodologie précise basée sur la respiration, la détente musculaire et la visualisation positive.

La sophrologie permet de :

- Gérer les émotions, le stress, l'angoisse
- Diminuer et/ou modifier la douleur
- Lutter contre l'insomnie, améliorer le sommeil
- Renforcer la mémoire, la concentration
- Préparer des examens ou un rendez-vous professionnel
- Restaurer la confiance en soi, le bien-être
- Préparer une grossesse, un accouchement
- Développer ses ressources, ses potentialités créatrices
- Accompagner lors d'une maladie, d'un décès.

Les cours collectifs de 90 minutes se déroulent tous les lundis au Forum des Associations de Bruges, à 10h30 ou à 19h. Le cours d'essai est à 5€ sans engagement. Des cours individuels sont possibles.

**Contacts : P. Tillet 06 89 74 61 37  
ou M.J. Costaramoune 06 07 26 57 01**

## LES BIENFAITS DE LA RANDONNÉE PÉDESTRE

L'activité physique est essentielle pour une bonne hygiène de vie. Ludique et conviviale, la randonnée collective permet de maintenir une bonne santé générale, de prévenir les risques cardio-vasculaires mais aussi d'autres risques qui en sont responsables comme l'isolement, la dépression, les inégalités sociales et physiques... Comme l'indique le docteur Pierre JOSUÉ, médecin de la FFR-Pédestre : Une bonne condition musculaire s'entretient par des exercices d'endurance comme la randonnée.

La randonnée est aussi un bon moyen d'atténuer le stress accumulé durant la semaine. Pour les adultes, elle diminue les pertes osseuses et conserve la souplesse des articulations. Exercée de façon modérée, l'activité physique ne déclenche pas l'arthrose, elle diminue les douleurs et maintient la force musculaire lorsque l'arthrose s'est installée. La randonnée participe au bon fonctionnement du cerveau (meilleure oxygénation, récupération après lésion et lutte contre les maladies dégénératives). La randonnée est aussi un atout majeur dans le traitement des bronchites chroniques et de l'asthme. N'hésitez plus, équipez-vous et partez faire le plein de bonne santé au contact de la nature avec Bruges Rando Pédestre !

# Agenda

## JANVIER

Samedi 11

### Stage mensuel multigym

de 9h30 à 11h30, salle Majau

*Section Gym volontaire Entente Sportive de Bruges*

Dimanche 12

### Match de championnat de France

L'équipe Elite 2 de Rugby féminin contre NARBONNE

L'après-midi, au stade Galinier

*Section Rugby Entente Sportive de Bruges Blanquefort*

Lundi 14 et mardi 15

### Soldes d'Hiver

de 9h30 à 17h

*Croix-Rouge Française Le Bouscat*

Mardi 14

### Soirée des Vœux de l'ESB

19h, à l'Espace Culturel Treulon

*Entente Sportive de Bruges*

Mardi 14

### Café Littéraire : Les écrivains emprisonnés

20h, à l'Espace Culturel Treulon

*On the road Company*

Mardi 21

### Cinéma, débat et auberge espagnole

Espace Culturel Treulon

*BUT*

Samedi 25 et dimanche 26

### Stage de Danses Grecques

Salle du Tasta

*MJC / Asso Hellénique de Bordeaux*

Dimanche 26

### Repas dansant

12h30, au Grand Darnal

*Décorés du Travail Le Bouscat - Bruges*

Jeu 30

### Assemblée Générale

18h30, aux Chais du Grand Darnal

*Mémoire de Bruges*

## FÉVRIER

Dimanche 2

### Stage d'Aïkido ouvert à tout aikidoka

de 9h30 à 12h30, salle Majau Dojo 1

*Section Aïkido Entente Sportive de Bruges*

Mercredi 5

### Inscriptions Activités Vacances Hiver (11-17 ans)

14h, Forum des associations

*MJC*

Vendredi 7

### Soirée Jeunes «Raclette et Jeux de société»

RDV 20h Forum des Associations

*MJC*

Samedi 8

### Soirée FAR WEST - Bal country & resto

Chais du Grand Darnal

*MJC*

Dimanche 9

### Stage Choral «Dimanche en chanson»

Dès 10h, aux Chais du Grand Darnal

*MJC*

Samedi 15

### La transition dans ma salle de bains !

*BUT*

Samedi 15 et dimanche 16

### Compétition Départementale de gym artistique féminine

de 9h à 19h, salle Majau

*Section Gym sportive Entente Sportive de Bruges*

Dimanche 16

### Match de championnat de France

L'équipe Elite 2 de Rugby féminin

contre TARBES

L'après-midi, au stade Galinier

*Section Rugby Entente Sportive de Bruges Blanquefort*

Samedi 22

### Puces Créatives de Bruges- 8ème édition

de 10h à 17h, Espace culturel

Treulon

Infos & Réservation [brugescreatex@orange.fr](mailto:brugescreatex@orange.fr)

*Bruges Créations Textiles*

Dim. 23 > Ven. 28

### Séjour Ski du PLEB

*PLEB Patronage Laïque des Écoles de Bruges*

Vendredi 28

### Stage couture ouvert à tous

de 10h à 17h

Infos & Réservation [brugescreatex@orange.fr](mailto:brugescreatex@orange.fr)

*Bruges Créations Textiles*

## MARS

Dimanche 1er

### Match de championnat de France

L'équipe Elite 2 de Rugby féminin

contre TOULOUSE

L'après-midi, au stade Galinier

*Section Rugby Entente Sportive de Bruges Blanquefort*

Samedi 7

### Bal Trad' et Stage d'initiation aux danses traditionnelles

Chais du Grand Darnal

*MJC*

Samedi 7 et dimanche 8

### Stage de Danses Grecques

Salle du Tasta

*MJC / Asso Hellénique de Bordeaux*

Mardi 10

### Café Littéraire : Les espagnols

20h, à l'Espace Culturel Treulon

*On the road Company*

Samedi 14

### Cleanwalk !

*BUT*

Sam. 21 mars > Sam. 11 avril

### Tournoi Open Adultes de tennis

*Section Tennis Entente Sportive de Bruges*

Samedi 28

### Concert Rock'MJC

Salle G. Linsolas

*MJC*

Samedi 28

### Fête Grecque

Aux Chais du Grand Darnal

*MJC / Asso Hellénique de Bordeaux*

Dimanche 29

### Loto MJC

14h, à la salle du Tasta

*MJC*

## TOUTE L'ANNÉE

### Ateliers de sophrologie

Tous les lundis

à 10h30 ou à 19h, au Forum des

Associations

*Souffle Kool*

### Ateliers de Danses traditionnelles

Tous les lundis de 20h à 22h,

à l'Espace Culturel Treulon

*MJC*

# Annuaire des assos

## **A.B.C**

Président : Cédric Garde  
abcpe33520@gmail.com

## **Alter z'égaux**

Présidente : Marie-Céline Jarretou  
Tél. 06.16.06.54.73  
alterzegaux@gmail.com

## **AMCSB (Association maladies Chroniques Sport & Bien-Être)**

Présidente : Laurence Colombel  
Tél. 06.51.68.50.30  
association.amcsb@gmail.com

## **AMAP (Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne)**

Contact : Danièle Pouvreau  
Tél. 06.89.65.17.13  
amapbrugeslebouscat@gmail.com

## **A.M.I. 33**

### **(Association de défense des malades, invalides, et handicapés)**

Yvonne Nouqueret 05.56.57.70.52  
ami33bruges@orange.fr

## **Association Le Carrefour des Cultures**

Présidente : Oumou Baldé  
Tél. 06.29.90.26.52  
acarrefourdescultures@gmail.com

## **Au Jardin de Fourchebêche**

Présidente : Monique Garcia  
Tél. 06.98.36.20.55  
contact@fourchebeche.fr

## **L'Atelier de Loisir Créatif de Bruges**

Contact : Henriette Boelinger  
Tél. 06.24.81.06.07  
bruges-creatif@hotmail.fr

## **L'Atelier de Peinture Les Couleurs de Bruges**

Présidente : Olga Gauthier  
lescouleursdebruges33520@gmail.com

## **Bridge Club de Bruges**

Président : Pierre Lamarque  
Tél. 06.70.81.22.59

## **Bruges Créations Textiles**

Présidente : Magali Blaisot  
Tél. 05.56.57.86.55  
brugescreatex@orange.fr

## **Bruges Rando Pédestre**

Présidente : Claudine Tessier  
Tél. 05.56.43.10.71/06 79 17 62 52  
bruges-rando-pedestre@laposte.net

## **Bruges Urgence Transition (BUT)**

Président : Didier Pouvreau  
Tél. 06 07 61 46 50  
brugesurgencetransition@gmail.com  
<https://www.facebook.com/BrugesUrgenceTransition>  
<https://brugesurgencetransition.blogspot.com>

## **Bruges Yoga et Bien Être (BYBE)**

Présidente : Irène Descamps  
Tel. 06.66.88.92.17  
assobybe1@gmail.com

## **CLCV Union Locale Bordeaux Nord**

Président : Jean Baptiste Borthury  
Tél. 06.08.38.04.81  
bordeauxnord@clcv.org

## **Club des Entreprises CEBA**

Président : Cédric Pisiaux  
Tél. 06.33.08.40.90  
correspondant@club-ceba.org  
www.club-ceba.org

## **Compagnie JA-BERT**

Président : Jacques Priam  
Tél. 06.11.36.00.81  
liliane.dessombs@sfr.fr

## **Confédération Syndicale des Familles (C.S.F.)**

Présidente : Claudine Vinet  
Tél. : 05.56.57.53.04  
csfbruges@orange.fr

## **Décorés du Travail Nouvelle-Aquitaine - Section Bouscat-Bruges**

Présidente : Claudine Lozes  
Tél. 05.56.02.49.95 - 06.82.39.90.66  
claudine.guignon@gmail.com

## **Délégation locale de la Croix-Rouge du Bouscat-Bruges**

Présidente : Marie Savine Begarie  
Contact Bruges : Jean Jalby  
Tél. 06.15.13.91.12  
jean.jalby@free.fr

## **Entente Sportive de Bruges (E.S.B.)**

Président : Alain Dupuy  
Tél. 05.56.28.58.78  
esbruges@orange.fr

## **Eurêka Service**

Président : Antoine Vivier  
Tel. 05.56.16.17.94  
contact@eurekaservice.fr  
www.eurekaservice.fr

## **Les Eveillés Bordelais**

Présidente : Claudine Vinet  
Tél. 05.56.28.84.96  
claudine\_vinet@orange.fr

## **Les Parents d'Arc en Ciel**

Présidente : Christine Mayneng  
arc.en.ciel.33520@gmail.com

## **Fédération des Conseils des Parents d'Elèves (FCPE)**

Pour le Collège Ausone :  
Présidente : Virginie Monguilhet  
fcpeausone@gmail.com  
Pour le Collège Rosa Bonheur :  
Présidente : Véronique Barp Ronteix  
06.68.16.74.66  
veronique.barpronteix@gmail.com

## **Hand'In Cap**

Présidente : Sophie Brosse  
hand.in.cap33@gmail.com

## **Hop'Art**

Présidente : Maddy Monsinjon  
Tél. 07.82.33.08.54  
hop.art@gmx.fr

## **Jumelages Internationaux de Bruges (JIB)**

Tél. 06.76.03.32.49  
jumelages.bruges@aol.fr

## **La Mémoire de Bruges**

Présidente : Monique Castet  
Tél. 06.27.30.64.08  
lamemoiredebruges@orange.fr

## **Les Tordues du Fil**

Présidente : Laurence Chaptal  
ltdf.association@gmail.com

## **Lions Club Bordeaux Aliénor d'Aquitaine**

Président : Joël Villacreces  
Tel. 06.63.03.56.51  
villacreces.joel@gmail.com

## **MAM Z'ELLE COCCINELLE**

Cécile : 06.66.59.51.80  
Sofie : 06.03.86.65.15  
lapeyradesofie@sfr.fr

## **Maison des Jeunes et de la Culture (M.J.C.)**

Présidente : Véronique Barp-Ronteix  
Tél. 05.56.28.24.32  
administration@mjcbruges.com  
www.mjcbruges.com  
Facebook : @MJCBruges  
Instagram : Mjcbruges\_33

## **On The Road Company**

Contact : Jacqueline Le Franc  
ontheroadcompany@gmail.com

## **Paroisse Saint Pierre**

Contact : Bernard Le Franc  
Tél. 06.89.09.09.98  
bernard.le-franc@wanadoo.fr

## **PATCH en Bruges**

Présidente : Marie-France Dupuy  
Tél. 05.56.57.80.34  
mariefrancedupuy@yahoo.fr

## **Patronage Laïque des Ecoles de Bruges (PLEB)**

Présidente : Cathy Sirat  
Tél. 07.50.22.56.54  
www.pleb@gmail.com

## **Pour une Tauromachie Authentique 33**

Président : Philippe Vignau  
Tél. 05.56.28.74.40 - 06.98.73.36.21  
ph.vignau@wanadoo.fr

## **Quartiers de Lecture**

Président : Olivier de Fallois  
Tél. 06.40.19.15.26  
bdpep@orange.fr



**Bruges**