



Programme 3^{ème} quadrimestre 2025

Agenda

6 septembre 2025 :

Forum des associations

9 au 17 Septembre 2025 :

Voyage en Croatie

8 & 9 octobre 2025 :

Excursion

en Pays basque

18 novembre 2025 :

Assemblée générale

9 décembre 2025

Repas de fin d'année

Le mot du président

Après la pause estivale, marquée pour beaucoup par un temps de repos et de ressourcement, nous allons nous retrouver et reprendre ensemble le fil de nos activités.

Dans ce bulletin vous trouverez en page 5 :

- les modalités de renouvellement des adhésions. Une nouveauté cette année, la possibilité de régler son adhésion par carte bancaire sur un site internet dédié ;
- les dates de reprise des activités. Pour celles qui sont concernées, retour dans les salles municipales qui ont été rénovées.

Vous trouverez également un appel à candidature pour le renouvellement du conseil d'administration qui aura lieu lors de l'assemblée générale le 18 novembre 2025.

Après douze années d'engagement au sein de l'association en tant que président, je tiens à vous annoncer que je ne solliciterai pas un cinquième mandat : ces années ont été riches de projets, de rencontres et de moments conviviaux partagés avec vous tous.

Durant cette période, notre association a connu une évolution significative : le nombre d'adhérents a régulièrement progressé, nos activités se sont diversifiées et renforcées (sorties, voyages, repas, événements conviviaux). La participation aux activités a été soutenue, traduisant l'attachement et la vitalité de notre association et je tiens à en remercier les animatrices et animateurs.

Avec l'expérience de 20 années au sein du CA, je me suis investi en prenant à mon compte beaucoup de tâches de fonctionnement qu'il faudra répartir entre les administrateurs. C'est déjà le cas pour certaines, mais il n'y a aucun candidat à la présidence, aucun candidat aux postes de secrétaire et de responsable des sorties. Aussi, je demande à celles et ceux qui veulent assurer la continuité de l'association de ne pas hésiter à se faire connaître et à me contacter.

Je sais pouvoir compter sur votre engagement et votre envie de faire vivre notre belle association.

Avec toutes mes amitiés et au plaisir de vous retrouver,

Bernard ESQUER

Adresse postale : 56, rue du général De Gaulle – 40130 CAPBRETON

Permanence chaque jeudi de 14 h à 17 h Local parking du stade municipal de Capbreton

Site internet : www.lc-sa-capbreton.com Courriel : cotesudaccueil@gmail.com

LES ACTIVITÉS DE LCSA ★ SAISON 2025-2026

Activités	Animateurs	Jour	Heure	Lieu	Contact
American English	Martine LAGOUARDAT	Vendredi	10 h	Salle N° 3	06 61 66 54 71
Anglais débutants	Nicole ALVES	Lundi	10 h 30	Salle N° 4	06 10 74 54 89
Anglais Intermédiaire Groupe 1	Maggie PARKINSON Jeff PAINE	Lundi	9 h 30 à 10 h 30	Salle N° 1	parkinson. maggie @yahoo.com
Anglais Intermédiaire Groupe 2		Lundi	10 h 40 à 11 h 40	Salle N° 1	
Atelier multimédia	Bernard ESCOUBÉ	Mardi	9 h 30	Salle N° 2	05 58 72 05 22
Atelier théâtre	Christie BEDEAU	Lundi	14 h	Salle des Fêtes	06 84 62 92 85
Belote	Régine DUNOUAU	Lundi Jeudi	14 h 14 h	Salle N° 3 Salle N° 3	06 86 87 61 27
Bowling	Jean-Philippe GRANDJEAN	Vendredi	18 h	Bowling des 2 Pins	06 70 93 13 58
Bridge	Claude BURCEZ Marcel ESTIENNE (Directeur de jeu)	Lundi	14 h 00	Salles 1 & 2	06 65 26 39 32 06 17 64 67 45
Cartonnage, Encadrement, art créatif, atelier manuel	Annie JONVEL	Jeudi	14 h 00	Salle N° 2	06 64 10 05 02
Chorale	Bernard SANGUINET (Chef de chœur) Mireille PLENECASSAGNE	Mercredi	17 h 30	Salle N° 1	06 84 22 62 53
Espagnol débutants	Anita GARCIA	Mardi	17 h 30	Salle N° 4	05 59 45 75 78
Espagnol Intermédiaire pratique	Micheline ALLINNE Bernard CALÈS	Mardi	17 h 00	Salle N° 1	06 99 81 83 03
Espagnol Confirmés Expression orale	Bernard CALÈS Micheline ALLINNE	Mercredi	10 h 00	Salle N° 1	06 64 06 59 21
Golf	Hervé LAURENT	Contacter l'animateur : 07 69 66 80 74			
Gym Zen	Nina MILLMAN Maryse DEBLED	Mardi	9 h 30	Ancienne école de cirque au stade municipal de Capbreton	06 25 34 62 26 06 42 24 48 31
Gym classique	Françoise FAU Nicole CAU-CECILLE	Mardi	10 h 30		06 80 01 15 71 06 89 77 97 13
	Philippe DUMARTIN	Jeudi	10 h		06 45 12 43 93

LES ACTIVITÉS DE LANDES CÔTE SUD ACCUEILLE 2025 -2026

Activités	Animateurs	Jour	Heure	Lieu	Contact
Informatique (initiation et débutants)	Jean-Roger BLOUIN	Jeudi	10 h	Salle N° 4	06 13 26 03 80
Lectures commentées	Gil ROHAUT	2ème mercredi du mois	14 h	Salle N° 4	05 24 62 59 68
Mini randonnée	Françoise BARRÈRE Michel DOYEUX Jeanne MARTIN	Mercredi	14 h	RDV parking Ecole Saint-Exupéry	06 21 79 17 29 05 58 43 98 72 06 83 19 48 38
Peinture, aquarelle	Paul MARTIN	Jeudi	14 h 00	Salle n° 1	06 37 53 25 75
Pétanque	Henri BENOÎT Philippe SIMET	Vendredi	14 h 00	Parc de la Pépinière	05 58 72 31 20 06 36 75 12 85
Randonnée	Hubert GIRARDOT Jean-Luc GAVEAU	Mercredi	13 h 30	RDV parking stade municipal de Capbreton	05 58 41 08 51
Rumikub	Isabelle de LAPORTERIE	Mercredi	14 h 30	Salle N° 2	06 26 99 04 12
Scrabble	Christiane GODARD	Lundi	14 h 30	Salle N° 4	06 61 57 25 53
Tango argentin	Elisabeth & Jean-Luc ANDRO	Vendredi	18 h	Salle de gym Stade municipal de Capbreton	06 52 86 14 22
Tarot	Sylvain ROBERT	Mardi	14 h 00	Salle N° 3	06 25 07 34 42
		Vendredi	14 h 00	Salle N° 3	

Les membres du bureau

Président	Bernard ESQUER	Vice-présidente	Liliane GOURDET
Secrétaire	Poste vacant	Secrétaire-adjointe	Adela SANTELLANI
Trésorier	Bernard RAVASSAT	Trésorière-adjointe	Dany PIERMAY
Permanence accueil	Christiane GODARD		

Les administrateurs

Michèle BERNIER	Bernard CALÈS	Hélène DOËN	Régine DUNOUAU
Anita GARCIA	Annick ROMAND	Michel SANSEMAT	Philippe SIMET
	Jacques SOHN	Françoise TAYLOR	

Les accueillantes

Gaby BANOS	Régine DESPREZ	Christiane GODARD	Isabelle de LAPORTERIE
Marylène LAVAL	Martine LARGEAIS	Rose LERAY	Annie MARCON
	Brigitte RIGAUD	Françoise TAYLOR	

INITIATION AU TANGO ARGENTIN

Elizabeth & Jean-Luc ANDRO vous proposent une séance d'initiation ouverte à tous le vendredi 12 septembre 2025 à 18 h à salle de gym du stade municipal de Capbreton

RENDEZ-VOUS DU 3^{ème} TRIMESTRE 2025

EXCURSION AU PAYS BASQUE 8 & 9 OCTOBRE 2025

Mercredi 8 octobre & jeudi 9 octobre 2025

Une journée accompagnée par MM. Jean-Charles MAILLOT & Jean-Louis ROUZIES, guides-conférenciers bien connus et appréciés dans l'association, sur le thème *Mythes & croyances au Pays basque*, qui avait été au programme en 2019 mais dont ils ont modifié le déroulement avec la découverte de nouveaux sites.



Le parcours débutera par un arrêt à LOUHOSSOA, puis direction SAINT-JEAN-PIED-de-PORT pour une visite guidée à pied et ensuite ZUGARRAMURDI pour le déjeuner. L'après-midi escale à Dancharia puis poursuite de l'excursion le long de la vallée du Baztan avec arrêts et commentaires dans les superbes villages d'Amaiur et Arizkun.

Menu du déjeuner :

- ◆ Menu à la carte (entrée, plat, fromage, dessert, vin, café), choix sur place.
- ◆ **Départ en bus de la halte routière de Capbreton (trottoir côté gendarmerie) à 8 h.**
- ◆ **Prix :** 52 €/personne. *Bulletin d'inscription en page 8.* Merci de préciser votre n° d'adhérent. **Date limite d'inscription impérative : 25 septembre 2025.**

Compte tenu de l'intérêt manifesté par le passé pour les conférenciers, 2 dates sont proposées pour permettre au maximum de personnes d'y participer. Si le nombre ne le justifie pas, une seule date sera maintenue. Un ajustement pour équilibrer le nombre de participants dans chaque sortie pourra être effectué.

REPAS DE FIN D'ANNÉE - 9 DÉCEMBRE 2025

◆ Mardi 9 décembre 2025 : repas de fin d'année dit « Repas de Noël ».

Le repas traditionnel de fin d'année aura lieu le mardi 9 décembre 2025 à 12 heures à la salle des fêtes de Capbreton aux Allées Marines.

Le déjeuner sera dansant et animé par le chanteur-DJ Jean-Noël Caron. Occasion de terminer l'année 2025 dans la bonne humeur et la convivialité. Repas préparé par le traiteur Loïc Demory, *Entre Délices & Malices*.



Menu :

- ◇ *Apéritif*
- ◇ *Foie gras au torchon, chutney de figue, jeune pousse au balsamique réduit,*
- ◇ *Filet de canette cerise noire, écrasé de pomme de terre à l'huile d'olive, petits légumes*
- ◇ *Planchette de brebis, cerise noire et mesclun,*
- ◇ *Saint Honoré revisité, coulis de fruit rouge.*

Apéritif Vouvray. Vin blanc & rouge. Café.

- ◆ **Prix :** 50 €/personne. *Fiche d'inscription en page 8*
- ◆ **Date limite d'inscription :** 20 novembre 2025 dans la limite des places disponibles (150 places).

ADHÉSIONS POUR LA SAISON 2025 - 2026

- ♦ La permanence d'accueil reprendra le **jeudi 4 septembre 2025**. Elle est assurée dans le local situé sur le parking du stade municipal de Capbreton chaque jeudi de 14 heures à 17 heures. L'adresse postale de LCSA reste la même.
 - ♦ Le conseil d'administration a décidé d'augmenter le montant de la cotisation annuelle qui s'élève à **25 € pour une adhésion individuelle, 35 € pour une adhésion en couple**.
 - ♦ **Les renouvellements peuvent se faire :**
 - ♦ **Soit** : à la permanence le jeudi après-midi. Paiement en chèque uniquement
 - ♦ **Soit** : en envoyant un chèque correspondant au type d'adhésion souhaité à l'ordre de LCSA, à LCSA 56 rue du général De Gaulle 40130 Capbreton ou en déposant le tout dans la boîte aux lettres de LCSA, rue Galamp.
- Indiquer au dos du chèque le N° d'adhérent et sur l'enveloppe : Adhésion 2025-2026**
- ♦ **Soit** : par paiement sur internet par carte bancaire sur le site PAYASSO (géré par le Crédit Mutuel, banque de LCSA) en écrivant l'adresse suivante dans votre moteur de recherche : <https://www.payasso.fr/landes-cote-sud-accueille/adhesion-annuelle> (le copier-coller à partir du PDF peut ne pas fonctionner).
 - ♦ **Soit** : par CB avec votre smartphone en scannant le QR code qui se trouve en page 8 Remplir obligatoirement tous les renseignements demandés, y compris le N° d'adhérent.

Les cartes d'adhérent que vous détenez ne seront plus mises à jour. Retenez bien votre N° d'adhérent à communiquer aux responsables des activités auxquelles vous participez ou à reporter sur le bulletin d'inscription aux événements ou sorties qui vous sont proposés. Les cartes d'adhésion seront attribuées uniquement aux nouveaux adhérents. Mise à jour des cartes pour ceux qui le souhaitent à la permanence.

DATES DE REPRISE DES ACTIVITÉS 2025-2026

Activités	Reprise	Activités	Reprise
American English	Ve 3/10	Espagnol confirmés	Me 17/9
Anglais débutants	Lu 22/9	Golf	Lu 1/9
Anglais intermédiaire	Lu 22/9	Gymnastique zen	Ma 9/9
Atelier multimédia	Ma 9 /8	Gymnastique classique	Ma 16/9
Atelier théâtre	Lu 22/9	Informatique débutants	Je 24/9
Belote	Je 4/9	Lectures commentées	Me 10/9
Bowling	Ve 19/9	Mini-randonnée	Me 10/9
Bridge	Lu 8/9	Peinture, aquarelle	Je 4/9
Cartonnage, encadrement art créatif, atelier manuel	Je 18/9	Pétanque	Ve 5/9
Chorale	Me 24/9	Randonnée pédestre	Me 3/9
Espagnol débutants	Ma 30/9	Rumikub	Me 10/9
Espagnol intermédiaire pratique	Ma 16/9	Scrabble	Lu 22/9
		Tango	Ve 12/10
		Tarot	Ma 9/6

RENOUVELLEMENT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION APPEL À CANDIDATURES

L'association ne peut fonctionner sans un Conseil d'Administration complet et sans bénévoles prêts à s'investir. Il est donc indispensable que de nouvelles énergies se mobilisent pour assurer la continuité de notre belle aventure commune. J'invite donc chacun à réfléchir à la manière dont il pourrait contribuer, même modestement : chaque aide, chaque engagement compte. Ce sont 11 postes qui seront à pourvoir au sein de notre Conseil d'Administration. Certains administrateurs se représentent mais il n'y a pas de candidat à des postes clés, dont celui de président, ceux de secrétaire et de responsable des sorties (ce dernier poste peut être partagé à plusieurs).

Sans Président, sans secrétaire et sans un Conseil d'Administration constitué, notre association ne pourra pas continuer à fonctionner. Les statuts et la réglementation nous l'imposent, mais au-delà des textes, c'est la vie de notre association qui est en jeu. J'ai confiance dans notre capacité à trouver ensemble des solutions. Mais il est urgent que de nouvelles forces se mobilisent. C'est à ce prix que nous pourrions préserver ce que nous avons construit et continuer à partager ces beaux moments qui nous unissent.

RÉTROSPECTIVE 2^{ème} TRIMESTRE 2025

« AUX ORIGINES DU PAYS BASQUE » 26 & 27 mars 2025



Aux origines de la culture Basque, tel était le thème de cette excursion accompagnée et commentée par MM. Jean-Charles Maillot et Jean-Louis Rouziès. Visite de BIRIATOU, au dessus de la BIDASSOA, puis ETCHELAR, village navarrais, décor du Roi Sanche VII "Le Fort" qui régna sur la Navarre (1194 à 1234).

Après le déjeuner à Zugarramurdi, la journée s'est poursuivie par la visite des grottes d'Urdax puis une halte à Dancharia. Comme toujours, une sortie culturelle enrichissante avec les deux guides.

CONCERT DE LA CHORALE CHANT'ACCUEIL - 4 AVRIL 2025

Cette année, la chorale Chant'Accueil s'est produite en concert sur le thème *Au rythme des saisons* dans la salle polyvalente du trinquet de Soorts-Hossegor le vendredi 4 avril 2025.

Le programme varié de chant choral, de chanteurs en solo et de musiciens ont ravi les spectateurs et montré une fois de plus le talent des choristes.



RÉTROSPECTIVE 2^{ème} TRIMESTRE 2025

EXCURSION EN VALLÉE D'ASPE - 16 AVRIL 2025

Journée dans les Pyrénées béarnaises le mercredi 16 avril 2025 pour les 50 participants qui ont profité d'une halte au magasin d'usine de la chocolaterie Lindt à Oloron-Sainte-Marie, puis visité la joliment décorée église de Sarrance. Après le déjeuner à Urdos, ce fut la visite guidée particulièrement vivante et intéressante du Fort



du Portalet.

Construit en 1842 sur ordre de Louis Philippe. le Fort du Portalet, véritable prouesse d'architecture militaire, est installé contre une falaise dominant le gave d'Aspe et fait face au chemin de la Mâture. Chargé de protéger la route du col

du Somport contre des incursions espagnoles, Il doit sa célébrité aux personnalités politiques qui y furent internées sous le régime de Vichy : Blum, Daladier, Reynaud, Mandel, le général Gamelin... puis, après guerre, le Maréchal Pétain avant son transfert à l'île d'Yeu.

ESCAPADE EN PAYS D'ORTHE - 14 mai 2025



Journée en Pays d'Orthe, territoire voisin de notre côte landaise, le mercredi 14 mai 2025 avec la visite guidée de l'abbaye de Sorde, fondée au X^{ème} siècle, ensemble patrimonial exceptionnel par sa richesse historique, sa



singularité et sa complexité architecturale.

Ce fut aussi l'occasion de visiter le musée du saumon de la Maison Barthouil à Peyrehorade.

Le déjeuner à la ferme Beleslou à Cagnotte, servi avec des produits du terroir, était typiquement gascon, généreux, authentique, copieux, gourmand et festif.

Repas de fin de saison - 14 juin 2025

C'est à Mézos, au cabaret Music Hall *Le Mirage*, que 130 adhérents se sont retrouvés pour fêter dans la bonne humeur la fin de la saison 2024-2025.

Un spectacle de grande qualité, toujours apprécié, dans une ambiance enjouée et festive. Tous ont aimé le haut niveau des prestations des artistes qui ont présenté des tableaux colorés et dynamiques. Un excellent moment et un très bon souvenir.



**BULLETIN D'INSCRIPTION MYTHES & CROYANCES AU PAYS BASQUE
LES MERCREDI 8 OCTOBRE 2025 OU JEUDI 9 OCTOBRE 2025**

Nom :

Prénom :

N° adhérent :

Mercredi 8 octobre 52 € x(Nb d'adhérents LCSA)€

Ou au choix :

Jeudi 9 octobre : 52 € x(Nb d'adhérents LCSA)€

Ou

L'une ou l'autre : 52 € x(Nb adhérents LCSA) €

Inscription dans la limite des places disponibles, au plus tard le 30 septembre 2025 N'oubliez pas de joindre votre chèque de paiement à l'ordre de Landes Côte Sud Accueille.

Paiement à la permanence ou par dépôt dans la boîte aux lettres rue Galamp.

Si le nombre ne le justifie pas, une seule date sera maintenue. Un ajustement pour équilibrer le nombre de participants dans chaque sortie pourra être effectué.

**BULLETIN D'INSCRIPTION REPAS DE FIN D'ANNÉE A LA SALLE DES
FÊTES DE CAPBRETON LE MARDI 9 DÉCEMBRE 2025 À MIDI**

Nom :

Prénom :

N° adhérent :

50 € x(Nb d'adhérents LCSA) =€

Chèque à l'ordre de LCSA, à adresser à LCSA 56 rue du général de Gaulle 40130 Capbreton ou à déposer dans la boîte aux lettres rue Galamp ou à la permanence le jeudi après-midi.

Date limite d'inscription : 20 novembre 2025 dans la limite des places disponibles (150).



hammam, sauna,
institut, espace sport & bien-être

- 10%

TEMPLE DU BIEN-ÊTRE
ET DE LA RELAXATION

**QR code à scanner pour accéder
au site de paiement des adhésions**



VITTONATTO
OPTICIENS



DE REMISE SUPPLEMENTAIRE ! *

Sur reste à charge **OU** ticket de caisse.
CUMULABLE avec d'autres remises en cours
(2ème paire offerte, remise partenariat mutuelle...)

* Conditions exclusives au partenariat LCSA

OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI : 9H - 12H30 / 14H-19H
Centre ville - CAPBRETON . 05 58 41 83 84

Vittonatto
OPTICIENS