



Die Frauenorganisation der Migros  
L'organisation féminine de Migros  
L'organizzazione femminile della Migros

# PROGRAMME

## Janvier – Juin 2018

En espérant que le programme élaboré à votre intention saura vous plaire et que nous aurons le plaisir de vous accueillir nombreuses aux activités proposées, nous vous adressons, chère Madame, nos plus cordiales salutations.

Votre Comité

Les **inscriptions** doivent être adressées à:

**Bianca Brunner, Castel 5, 2024 St-Aubin-Sauges.**

Elles sont envoyées **par La Poste** uniquement et sur le talon prévu à cet effet. **1 inscription par personne et par activité !**

Le lieu de **rendez-vous** pour les sorties en car est toujours l'emplacement des **cars**, devant la gare de Neuchâtel.

Pour les sorties en **train**, les dames se trouvent devant le **stand Bretzel**, dans le hall de la gare de Neuchâtel.

Les heures de retour ne peuvent pas être garanties.

En cas d'**annulation d'inscription** durant la semaine précédant la course, un montant de CHF 30.- vous sera demandé si nous n'avons pu vous remplacer. En cas d'absence au moment du départ, 50% du prix de la course vous sera facturé.

**Nous vous rappelons encore que nous déclinons toute responsabilité en cas d'accident.**

**Reprise :** des rencontres : le jeudi **11 janvier** 2018

**ATTENTION:** pas de rencontres à l'Ecole-Club les 22 février (Loto), 22 mars (AG) et 3 mai (Kirrwiller).

La conférence et les balades sont ouvertes à toutes.

**Les autres activités concernent la section NE uniquement.**

## 1. Conférence

### L'incontinence urinaire

Madame Gladys Haerberli nous exposera les différentes causes entraînant une faiblesse de la vessie et nous présentera des astuces permettant de la prévenir ainsi que des exercices destinés à renforcer les muscles concernés.

Date : jeudi **25 janvier** 2018  
Heure : **14h30**  
Lieu : Ecole-Club Migros, Rue du Musée 3,  
3<sup>e</sup> étage, salle 33, Neuchâtel.

Nous vous sommes reconnaissantes de participer activement à nos conférences et d'y convier familles et amis. Si nous n'obtenons pas un nombre suffisant de participantes, nous serons contraintes de supprimer cette offre à l'avenir.

## 2. Jeudi à thème : Gym-plaisir

...ou l'art de se faire du bien sans se prendre la tête.

Sous la direction de Madame Edwige Soguel.

Date : jeudi **08 février** 2018  
Lieu : Ecole-Club Migros, Rue du Musée 3,  
3<sup>e</sup> Etage, salle 33, Neuchâtel.  
Heure : **14h30.**

## 3. LOTO

Date : jeudi **22 février** 2018  
Lieu : **Restaurant le Romarin**, Neuchâtel,  
Maladière 62, bus 101, arrêt Microcity  
Heure : **12h00** : repas / **14h00** : loto  
Prix : **CHF 30.-** le menu / **CHF 45.-** le repas+2 cartes  
**CHF 16.-** loto seul+2 cartes / **CHF 8.-** carte suppl.

**L'encaissement se fera sur place !**

**Inscription : jusqu'au 9 février 2018**

**Menu** : potage de légumes / rôti de porc à l'ancienne / frites  
légumes / crème brûlée à l'orange / eau+café compris

#### **4. Sortie en car à Mariastein**

Date : jeudi **8 mars** 2018  
Heure : **08h00**  
Lieu : **Gare de Neuchâtel**  
Prix : **CHF 70.-** (voyage en car, café-croissant en route, repas de midi et pourboire au chauffeur)

**Inscription :** jusqu'au **16 février** 2018 !

Outre la visite de la basilique et de la grotte de Mariastein, cette journée sera l'occasion également de faire une balade printanière dans la région de Bâle-Campagne.

#### **5. 60<sup>e</sup> Assemblée Générale**

Date : jeudi **22 mars** 2018  
Heure : **14h30**  
Lieu : **Marin Business Center** de la Migros,  
à **Marin**  
(à côté du bâtiment Administration Migros)

**Inscription :** jusqu'au **2 mars** 2018

Une petite agape sera servie à l'issue de l'assemblée.

#### **6. Après-midi Cinéma**

##### **Les mystères des Cathédrales**

En France, à partir du XII<sup>e</sup> siècle, quatre-vingt cathédrales ont été édifiées en quelque 200 ans...un voyage dans ce moment unique du génie des hommes.

Date : jeudi **5 avril** 2018  
Heure : **14h30**  
Lieu : Ecole-Club Migros, Rue du Musée 3,  
3<sup>e</sup> étage, salle 33, Neuchâtel

## 7. Visite d'entreprise à Epagny FR

### Meringues et Bricelets « *de la Région* »

Nous aurons le plaisir de nous rendre en Gruyères et de visiter la pâtisserie artisanale Domino, petite PME réalisant les bricelets, meringues et autres spécialités fines du label Migros *De la région*.

Date : jeudi **19 avril** 2018  
Heure : **09h30**  
Lieu : **Gare de Neuchâtel**  
Prix : **60.-** (voyage en car, repas de midi, visite guidée, pourboire au chauffeur)

**Inscription : jusqu'au 30 mars 2018**

## 8. Journée ANNIVERSAIRE

**Le jeudi 3 mai 2018**

Nous fêtons les

**60 ans de FORUMelle Neuchâtel**

**MUSIC-HALL À KIRRWILLER (F)**



Date : jeudi **3 mai** 2018  
Heure : **07h30**  
Lieu : **Gare de Neuchâtel**  
Prix : **CHF 20.- Prix 'Anniversaire' exceptionnel !**  
(boissons NON comprises) n'oubliez pas vos Euros !

**Inscriptions : jusqu'au 25 mars, impérativement !**

**Formalités douanières : Carte d'identité ou passeport valable.**

Au programme : arrêt café-croissant en cours de route.

12h00 **Repas**, avec animation musicale  
14h30 **Spectacle** de Music-Hall, et  
retour à Neuchâtel, vers 20h30 env.

Au menu :  
- *Ballotine de canard au foie gras, gel griottine*  
- *Coeur de quasi de veau en cuisson de sept heures*  
- *Mousseline de carotte-miel*  
- *Légumes maraîchers, Pommes allumettes*  
- *Gourmandises glacées et coulis de fruits rouges*

Nous nous réjouissons de fêter avec vous cet anniversaire unique et vous incitons chaleureusement à venir nombreuses !

## 9. Jeudi à thème

### Espace Abeilles - Evologia

Date : jeudi 7 juin 2018  
Heure : **13h30 – départ** autobus 422, Place Pury,  
(côté Quai Ph.-Godet)  
**13h55** rendez-vous- à l'arrêt du bus  
'Evologia'  
**Prix :** CHF 8.- (pour la visite guidée)  
**Inscription :** jusqu'au 18 mai 2018

Nous ferons une visite guidée du rucher d'Evologia où nous pourrons déguster et acheter du miel, suivie d'une promenade dans les jardins ou d'un café au restaurant Terrassiette (self-service).

## 10. Sortie en car : Concert festif au Moléson

Date : jeudi 28 juin 2018  
Heure : **07h15**  
Lieu : **Gare de Neuchâtel**  
**Prix :** CHF 90.- (voyage en car, café-croissant en route,  
funiculaire, apéritif, repas de midi, café,  
concert, pourboire au chauffeur)

**Inscription :** jusqu'au 25 mai 2018

Concert *Les Rendez-vous du Coeur* (avec les plus belles chansons de la Gruyère, Schlager, Country) et repas au restaurant de Plan-Francey, sur le Moléson (1520m). Une journée inoubliable, dans une ambiance montagnarde, chaleureuse et festive.

# Balades pédestres – 1<sup>er</sup> semestre 2018

## 1. MUSEE D'ETHNOGRAPHIE NEUCHATEL

Date : mercredi **14 mars** 2018  
Heure : **14h15**  
Lieu : **Place Pury**  
Trajet à pied jusqu'au musée. Visite du musée libre.

## 2. GORGIER-ST.AUBIN-BEVAIX par le bord du lac

Date : mercredi **11 avril** 2018  
Heure : **13h00 – Gare de Neuchâtel**  
**13h10 - Départ du train omnibus jusqu'à Gorgier-St-Aubin.**

Retour par le bus, depuis Bevaix Village.

## 3. HAUTERIVE – ST-BLAISE par la forêt

Date : mercredi **16 mai** 2018  
Heure : **13h29 - Place Pury** – départ du bus, direction Hauterive  
**13h43** – Rendez-vous à Hauterive Poste

Je vous retrouverai à l'arrêt de bus Gare Nord.

## 4. CERNIER – FONAINEMELON par la forêt

Date : mercredi **13 juin** 2018  
Heure : **13h25** – Rendez-vous Place Pury  
**13h30** – Départ du bus  
**13h49** – Arrivée à Cernier, où je vous retrouverai.

**MERCI de bien vouloir contrôler les horaires.**

**IMPORTANT : les marches du 2<sup>ème</sup> semestre se feront les mardis.**

M.-C. LÜTHI portable : 079 613.13.35 ou tél. : 032 941.30.42

*PS : Nous vous rappelons que nous déclinons toute responsabilité en cas d'accident.*

# BULLETIN D'INSCRIPTION

## BULLETIN D'INSCRIPTION – **Activité 3**

### **LOTO**

Nom : .....

Prénom : .....

Téléphone : .....

Loto seul     Loto avec repas

---

---

## BULLETIN D'INSCRIPTION – **Activité 4**

### **Sortie en car - MARIASTEIN**

Nom : .....

Prénom : .....

Téléphone : .....

---

---

## BULLETIN D'INSCRIPTION – **Activité 5**

### **ASSEMBLÉE GÉNÉRALE**

Nom : .....

Prénom : .....

Téléphone : .....

---

---

## BULLETIN D'INSCRIPTION – **Activité 7**

### **MERINGUES ET BRICELETS 'De la Région'**

Nom : ..... Prénom : .....

Téléphone : .....

---

---

**BULLETIN D'INSCRIPTION – Activité 8**

**MUSIC-HALL A KIRRWILLER (F)**

Nom : ..... Prénom : .....

Téléphone : .....

---

---

**BULLETIN D'INSCRIPTION – Activité 9**

**ESPACE ABEILLES – EVOLOGIA**

Nom ..... Prénom : .....

Téléphone : .....

---

---

**BULLETIN D'INSCRIPTION – Activité 10**

**Rendez-vous du coeur à MOLÉSON**

Nom : ..... Prénom : .....

Téléphone : .....