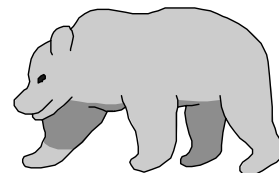


# LE BULLETIN D'ANATHOL



Numéro 55 - avril 2007

## Editorial

En guise de bizuthage, le conseil d'administration d'Anathol m'a confié la rédaction de l'éditorial du nouveau bulletin. Mes impressions de débutante ?

Elles confirment mon admiration et ma reconnaissance pour les bénévoles qui se consacrent à une cause quelle qu'elle soit.

Quoi de plus simple, de moins prétentieux que ce groupe de 12 personnes autour d'une table à 9h du matin ? J'apprécie l'efficacité de l'entreprise dans sa sécheresse apparente: la rédaction du bulletin n°55 d'avril 2007, page 1, page 2, page 3, page 4. Toutes les activités sont passées en revue, sans commentaire inutile pour les récurrentes classiques, les randonnées de toute sorte et de toute durée. L'organisation des manifestations spéciales est présentée par les responsables qui les ont préparées, ainsi entre autres la visite de la grotte de Dargilan par Pierre, le rallye pédestre de la fête votive par Jean-Pierre, la journée du vélo par Simon.

En 90 minutes, tout est bouclé, la séance est levée, rendez vous pris pour le prochain Conseil d'Administration. Mais d'ici là, grâce à la rigueur de cette organisation, que de bonheurs partagés!

*Michelle Petit*

### **Anathol s'associe au "Printemps des poètes"....**

**Le temps a laissé son manteau...**

*Le temps a laissé son manteau  
De vent, de froidure et de pluie  
Et s'est vêtu de broderie  
De soleil luisant, clair et beau.  
Il n'y a bête ni oiseau  
Qu'en son jargon ne chante ou crie :  
"Le temps a laissé son manteau  
De vent, de froidure ou de pluie."  
Rivière, fontaine, ruisseau  
Portent en livrée jolie,  
Gouttes d'argent, d'orfèvrerie;  
Chacun s'habille de nouveau.  
Le temps a laissé son manteau...*

**Charles d'Orléans (1394- 1465)**

### **Jumelage avec ESCHBRONN.**

*A l'invitation de nos amis allemands, une quinzaine de membres d'Anathol iront passer 3 jours à ESCHBRONN (départ en voiture le mercredi 16 mai, retour le dimanche 20) pour des randonnées ou des visites dans la Forêt Noire. Les détails seront fournis prochainement.*

*il est encore temps de s'inscrire auprès d'Olivier Roux (04 42 66 88 79).*

## AGENDA 2007 - AVRIL - MAI - JUIN

**01 avril**

Randonnée cycliste

**10 avril**

Projection photos sur l'Antarctique, par F.Bonifacio

**12 avril**

Randonnée pédestre: Vallée de l'Esduyes (04)

**15 avril**

Randonnée pédestre: Les Calanques (13)

**17 avril**

Ciné-club ; La kermesse héroïque

**29 avril**

Le train des pignes

**01 mai**

Fête votive, rallye pédestre

**06 mai**

Randonnée cycliste

**10 mai**

Randonnée pédestre: Versant Nord-Est de la Sainte Baume (83)

**20 mai**

Randonnée pédestre: Belvédère de Bellevue à Volx (04)

**22 mai**

Ciné-club ; Les disparus de Saint-Agil

**24 mai**

Visite et randonnée sur la voie Domitienne (04)

**03 juin**

Journée européenne à Vélo

**07 juin**

Randonnée pédestre: Les gorges d'Oppedette (04)

**10 juin**

Randonnée cycliste

**12, 13 et 14 juin**

Sortie annuelle et Randonnée dans les Cévennes (48)

Directeur de la publication **Michel Gré** ✉ ANATHOL - Mairie, 13100 LE THOLONET

☎ - **Janine Valleix** au 04 42 66 90 82, Mise en page: **Yves Hababou**

## Activités Hebdomadaires

De 3 à 12 ans

Gym « Tout-petits » reprise le 12 septembre €

Marie-Françoise BOURGERON - cours d'essai offert  
 mardi : 16 h45 à 17 h45 Maison B. Pezet - E. Zola  
 (l'animatrice peut accompagner les enfants depuis l'école)

Danse harmonique - Step €

Marie-Françoise BOURGERON - cours d'essai offert  
 Mardi - deux cours 17 h45 à 18 h45  
 Maison B. Pezet - E. Zola

Démonstration au sein de  
 la « Fête de la musique », le jeudi 21 juin

À partir de 5 ans

judo - débutants - Autres €

Jean-Marc GIDE - cours d'essai offert  
 Mercredi : 15 h à 16 h30 Maison B. Pezet - RDC

Le mercredi 20 juin: remise ceintures et médailles,  
 Suivie d'un goûter

Atelier Théâtre pour Enfants €

Lise AGOPIAN succède à Hélène CLEMENSON  
 Mercredi : 14 h à 15 h30 : 7 à 10 ans

Le groupe a besoin d'accueillir d'autres enfants pour pouvoir  
 fonctionner de façon intéressante -

un minimum de 7 enfants est requis : Salle Bruno Pezet

La fête-spectacle de fin d'Année est réalisée par les enfants  
 avec leur professeur - Elle est l'aboutissement de la découverte  
 de leurs possibilités tout au long des semaines et des mois.  
 Le mercredi 20 juin à 18 h30 à la Salle B. Pezet

## Activités Hebdomadaires

Yoga €

Marie-Thérèse AIM -  
 Lundi : 9 h à 10 h30 Maison B. Pezet - RDC  
 jeudi : 8 h 30 à 10 h

Stretching - Abdos - Chilates €

Assouplissement et modelage corporel par le biais de  
 différentes techniques gymniques dont la méthode PILATES -  
 cours d'essai offert.

Marie-Françoise BOURGERON -  
 lundi : 18 h45 à 19 h45 Maison B. Pezet - E. Zola  
 mardi : 10 h à 11 h Maison B. Pezet - E. Zola  
 mardi : 18 h45 à 19 h45 Maison B. Pezet - E. Zola  
 (sous réserve d'un nombre suffisant)  
 mercredi : 12 h30 à 13 h30 Maison B. Pezet - E. Zola  
 (sous réserve d'un nombre suffisant)  
 jeudi : 10 h à 11 h Maison B. Pezet - E. Zola

Multi-Gym - Abdo-fessiers €

Tonification musculaire par la combinaison de différentes  
 techniques gymniques - cours d'essai offert  
 Marie-Françoise BOURGERON -  
 Lundi : 12 h 30 à 13 h30 Maison B. Pezet - E. Zola  
 Mardi : 9 h à 10 h Maison B. Pezet - E. Zola  
 Jeudi : 9 h à 10 h Maison B. Pezet - E. Zola  
 Jeudi : 18 h45 à 19 h45 Maison B. Pezet - E. Zola

Méthode Feldenkrais €

Des mouvements simples nous aident à retrouver « un corps  
 oublié », la fluidité et la spontanéité des origines, un minimum  
 d'effort vers un maximum d'efficacité

Tout sur le site : <http://www.mouvement-feldenkrais.fr>  
 Jean-François ROQUIGNY, masseur kinésithérapeute méziériste  
 lundi : 10 h30 à 11 h30 - Maison B. Pezet - RDC

Danse Orientale ou Raks el Sharki €

Écouter la musique. Se laisser emporter, dépayser. Puis faire  
 confiance à la danse dans la joie et le respect — Peut être  
 pratiquée par chacun, par tous, adultes et adolescents.

Nouveauté très prisée KARIMA - (Djema) Maison B. Pezet - RDC  
 mercredi : 18 h30 à 19 h30

Scrabble

Nicole MEGARD - Maison B. Pezet, E. Zola  
 jeudi : 14 h à 17 h Tous les jeudis, toute l'année  
 M.T. HOSOTTE Maison B. Pezet - Salle 17  
 Lundi : 14 h à 18 h Tous les lundis, toute l'année

Bridge (organisé avec Tholonet-Accueil)

Maison B. Pezet, E. Zola  
 lundi et vendredi : 14 h à 18 h - jeudi : 17 h à 20 h  
 le Bridge n'a pas lieu le 3ème jeudi de chaque mois

Nouvelles de la section Bridge:

Relations avec la Mairie du Tholonet  
 Louis Andrieux qui est déjà correspondant de Tholonet  
 Accueil avec la mairie du Tholonet a bien voulu accepter de  
 l'être également pour Anathol, dont il est membre.  
 Il y aura ainsi unité de comportement dans ce domaine.  
 Nous l'en remercions.

Reliure

Cette année : Accueil de nouveaux adhérents  
 lundi et vendredi : 14 h à 17 h Maison B. Pezet, salle 19

Couture - Atelier €

jeudi : 14 h à 16 h 30 Maison B. Pezet, Salle 12  
 joindre - A. Augier ; 04 42 66 90 95  
 ou M. Brès : 04 42 66 91 10

Photo

Karine BALDINO - responsable  
 Les mardi et jeudi de 18 h à 20 h - Maison B. Pezet, salle 13

Atelier d'Écriture - Salle de l'Ours €

Sylvie MASSE :  
 Le vendredi de 9 h 30 à 11 h 30

1er groupe : « Plaisir et création » :  
 6 et 20 avril, 11 et 25 mai, 8 et 22 juin.

2ème groupe : « Les chemins du style » :  
 13 avril, 4 et 18 mai, 1, 15 et 29 juin.

### Projection de photos sur l'Antarctique

Mardi 10 avril, 18 heures salle de l'Ours, par Francis Bonifacio (durée ~ 1heure)

### Ciné-club Adultes Adolescents :      Salle de l'Ours - 20 h30

**Le 17 avril: La kermesse héroïque**, est un film franco-allemand de Jacques Feyder, d'après une nouvelle de Charles Spaak sorti en 1935, genre: comédie historique. 1h50 (avec Louis Jouvet, Françoise Rosay).

**Le 22 mai: Les disparus de Saint-Agil**, est un film de Christian-Jacque, sorti en 1938, genre: drame. Trois étudiants du collège de Saint-Agil disparaissent mystérieusement après avoir surpris un visiteur nocturne... 1h40 (avec Erich Von Stroheim, Michel Simon, Robert Le Vigan).

### Sortie de la journée avec le TRAIN DES PIGNES

-1°Sortie, le 29 avril pour les 48 premiers inscrits qui trouveront ci-joint les détails d'organisation.

-2°Sortie, le 22 septembre pour les autres. Il y a encore de la place; s'inscrire auprès d'O. Roux (04 42 66 88 79).

### Fête votive du 1er mai

L'Association Route Cézanne du Tholonet (ARCT) organise "la route Cézanne piétonne" entre 8h30 et 12h, du rond-point Tillon au château du Tholonet. Le rallye pédestre d'Anathol empruntera cette route dans sa partie Est, fermée aux véhicules motorisés.

### Fête votive du 1er mai

Dans le cadre des festivités qui auront lieu au THOLONET, ANATHOL organise un rallye pédestre destiné à tous et en particulier aux familles; ce rallye se déroulera le matin, aux abords immédiats du village sur un parcours facile de 5 à 6 km .Les équipes formées de 3 ou 4 adultes accompagnés ou non de leurs enfants devront satisfaire aux différentes épreuves qui leur seront proposées dans les 8 ateliers jalonnant le parcours.

Un pique-nique tiré du sac réunira participants et organisateurs sur les bords de la Cause après les activités.

### Journée européenne à Vélo, le Dimanche 3 juin

de la Rotonde —> au Tholonet (plusieurs parcours y convergent)  
Pour plus de renseignements, voir Pierre Hosotte: 04 42 27 00 05

### ANATHOL au sein de l'Association pour SAINTE VICTOIRE

Plusieurs ANATHOLIENS, (parmi lesquels Simon Sanguinetti: lien fidèle entre Anathol et l'ASV), continuent à participer aux travaux d'entretien des sentiers de Sainte Victoire organisés par l'Association pour Sainte Victoire (ASV). Ces travaux consistent à tailler la végétation envahissante et à protéger le cheminement contre l'érosion. Ils sont situés sur les principaux accès du versant sud (Refuge Cézanne, Signal, Genty, Saint Ser) dans les terrains argileux que chaque pluie contribue à creuser. Même si les pluies sont plutôt rares ces derniers temps, les marches en bois ou en blocs de pierre qui ont été construites au cours des années précédentes, s'avèrent toujours insuffisantes. Il faut en reconstruire et en ajouter, et certainement encore pendant plusieurs années.

Les volontaires seront toujours les bienvenus.

Cette année le Grand Site a entrepris un chantier très ambitieux sur la partie supérieure de la montagne. Il s'agit de stabiliser l'éboulis du Garagai qui est parcouru par deux tracés balisés (Vert et Noir). La fréquentation importante qu'il subit, a entraîné une très forte érosion. Les solutions qui consistent à matérialiser un parcours confortable en bordure de l'éboulis, là où la végétation peut encore retenir le sol, et d'y orienter les randonneurs, sont particulièrement difficiles à mettre en œuvre. Le Grand Site a invité les bénévoles travaillant avec l'ASV à s'associer aux gardes-nature pour les réaliser. Une telle collaboration s'est déroulée dans une ambiance très agréable. Elle s'est avérée très efficace et devrait être appelée à se développer dans l'avenir. **Jean Paul Bouquier**

**Randonnées pédestres du Dimanche****15 avril : Les Calanques par les falaises du Devenson (13)**

A partir du col de la Gardiole, montée vers les crêtes de l'Estret, puis pour les plus courageux montée vers le mont Puget, descente rapide par le col de la Candelle, falaises du Devenson, remontée vers le puits de l'Oule, option vers le belvédère d'En Vau, enfin remontée vers la maison forestière de la Gardiole.

5h 30 de marche, dénivelée = 700m (avec option)

bâtons recommandés

RV 8h 00 Ferrageon - Auto = 40 km

**20 mai : Belvédère de Bellevue à Volx (04)**

Montée sur sentiers et raidillons dominant la combe des Margaridètes. Aperçu du rocher de l'Aigle et des ruines de l'oppidum.

Au sommet, spectacle grandiose sur les Alpes.

Court passage en forêt sur le versant nord.

Après le col du Pissautier, descente via le vallon de Fontamauri

5h, pour bons marcheurs, dénivelée = 400m

RV 8h 15 Ferrageon ou 8h 35 parking du péage de Pertuis sur l'autoroute - Auto = 68km

**12, 13 et 14 juin: Randonnée dans les Cévennes (48)**

**Mardi 12:** Départ vers Saint-Jean-du-Gard par Nîmes (160km)

corniche des Cévennes jusqu'à Barre des Cévennes (50km)

Randonnée de 4 heures environ et nuit au gîte de la Croisette,

48400 Barre-des-Cévennes. Tel-Fax: 04 66 45 05 28

30 places, 1/2 pension: 36€/personne - Amener son drap-sac.

**Mercredi 13:** Randonnée depuis Barre-des-Cévennes de 4 à 5

heures, dénivelée de 400 à 500m. Fin d'après-midi, départ vers les

gorges du Tarn (80km). Nuit au gîte des Fleurines, 48500

Almières, Tel-Fax: 04 66 48 81 01

30 places, 1/2 pension: 36€/personne - Amener son drap-sac.

**Jeudi 14:** Départ d'Almières vers le Rozier (20km)

- Pour ceux qui souhaiteraient abrégier la sortie: possibilité de rentrer directement sur Aix depuis le Rozier par l'A75.

- Pour les amateurs de tourisme voiture, depuis le Rozier: Chaos

de Montpellier-le-vieux, Aven Armand, grotte de Dargilan.

- Pour les inconditionnels de la marche: randonnée sur les corniches du Causse Noir ou du Méjean.

Regroupement en fin d'après-midi au Rozier, puis départ vers

l'A75 (20km) et retour vers Aix par le viaduc de Millau,

Montpellier et Nîmes.

Actuellement 30 personnes sont inscrites.

Les retardataires peuvent encore se faire connaître, mais seront

inscrits sur une liste d'attente.

La reconnaissance des itinéraires doit se faire fin avril. Tous les

détails seront transmis aux participants début mai.

Pierre Hosotte (04 42 27 00 05)

**Prévision 3<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> trimestre 2007**

**23 septembre:** Presqu'île de Giens (83)

**21 octobre:** Moulins de Véroncle (04)

**18 novembre:** Fontaine de Vaucluse (84)

**16 décembre:** Les sources de l'Huveaune à partir de Nans

**NB: Covoiturage:** Le montant de la participation individuelle reste fixé à 5 centimes/km, plus quote-part éventuelle du coût des péages.

**Randonnées cyclistes**

1<sup>er</sup> avril RV 8h 30 Ferrageon

6 mai RV 8h 00 Ferrageon

10 juin RV 8h 00 Ferrageon

**Randonnées pédestres du Jeudi**

Elles répondent aux critères explicités dans le numéro 51 (Janvier 2006) du bulletin d'Anathol.

**Jeudi 12 avril : avec Michel Gré**

De la vallée de l'Esduyes (ou Les Duyes) affluent rive droite de la Bléone vers Mallemoisson, à la crête de partage des eaux avec la vallée du Vançon, affluent rive gauche de la Durance au nord de Volonne via la chapelle Saint Joseph sur la crête.

Randonnée facile entre 900 et 1300m d'altitude, Parcours= 10km Voiture= 105km

Beaux points de vue et vastes horizons, prenez vos jumelles

RV 8h Ferrageon ou 8h 35 péage de Pertuis

**Jeudi 10 mai : avec Jean-Pierre Le Morvan**

**Thème: les fleurs.**

Versant Nord-Est de la Sainte Baume

12km - facile, dénivelée= 100m

RV 8h 00 Ferrageon

**Jeudi 24 mai : avec Eliane Carles**

*Avec un guide de l'association « Alpes de lumière ».*

Sur la voie domitienne dans la région de Forcalquier.

Déplacement en voiture d'un site à l'autre et environ 2h de

marche sur une voie caladée en fin de journée.

Inscription obligatoire avec chèque d'arrhes de 12€ au nom d'Anathol à envoyer avant le 10 mai à:

Eliane Carles, 2 résidence « les Rosiers », rue J.Parès

13100 Aix, Tel: 04 42 38 34 40

RV 7h 30 Ferrageon ou 8h 05 parking du péage de Pertuis.

**Jeudi 07 juin : Gorges d'Oppedette avec Michel Gré**

Randonnée facile, faible dénivelée, beau village.

Si le niveau de l'eau le permet, nous remonterons les gorges par le fond. Prévoir chaussures ad-hoc en plus des chaussures de randonnée.

RV 7h 30 Ferrageon, ou 8h10 pont de Cadenet sur la Durance

**Prévisions pour l'été 2007 (juillet, août, Septembre)**

- Randonnée du jeudi ou du dimanche possible en juillet sur demande

- Sortie cycliste de la journée en septembre, sur terrain plat, avec Simon Sanguinetti.

- DVD sur la construction du viaduc de Millau commenté par Gilbert Chaix et Ditz Taussig.

Montant des cotisations :	
1 adulte :	12 €
2 adultes :	23 €
1 enfant :	4 €
2 enfants :	7 €
3 enfants :	10 €

Échanges entre « ANATHOL » et  
« LE THOLONET-ACCUEIL »

Pour connaître les dates des sorties  
du Tholonet-Accueil  
joindre M-J. Clarysse : 04 42 27 18 81  
ou M. SULMON : 04 42 26 30 58