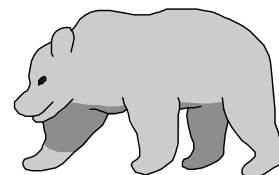


# LE BULLETIN D'ANATHOL



Numéro 61 - janvier 2009

## Editorial

Pour ce numéro de janvier 2009, le conseil d'administration - il vous est présenté dans le compte-rendu de notre assemblée générale - s'adresse à vous, chers membres d'ANATHOL et souhaite à chacune, à chacun, une bonne année au sein de l'association.

Un merci spécial à notre amie Michèle Petit qui quitte le CA pour des raisons familiales, mais reste membre à part entière de notre association.

Vous êtes nombreux à participer aux diverses activités proposées et c'est cette diversité d'offres qui vous plaît. Et pourtant au CA, nous nous sentons parfois bien loin de certains d'entre vous, faute de vous connaître, de vous rencontrer dans les diverses manifestations transgénérationnelles ouvertes à tous, comme les sorties, les conférences, les concerts... sans parler de l'assemblée générale annuelle. Merci aux « fidèles », mais où sont les autres ? Et surtout, où sont les plus jeunes d'entre vous ? Les relais commencent à manquer, et l'adage « on prend les mêmes et on recommence » ou sa version plus flatteuse « on ne change pas une équipe qui marche » masquent mal que notre association a besoin de sang neuf pour assurer sa continuité.

Vous êtes actif ou jeune retraité, vous habitez la commune du Tholonet, ou une commune voisine, vous êtes adhérent d'Anathol par vos enfants, ou parce que vous y pratiquez une activité individuelle qui vous a fait vous y inscrire, vous avez peut-être des idées à proposer pour renouveler et rajeunir cette association qui a fêté récemment ses trente ans.... la force de l'âge en somme ! Venez alors nous rencontrer.

Bonne année à toutes et à tous.

(contact : [anathol.letholonet@laposte.net](mailto:anathol.letholonet@laposte.net), ☎ 04 42 66 90 83 )

### **Anathol au sein de l'association pour Sainte Victoire.**

Comme chaque année, nous sommes heureux de vous présenter nos vœux les meilleurs pour l'année qui commence.

Nous vous espérons toujours partie prenante pour Ste Victoire et pour l'aide indispensable que vous pourrez apporter à l'entretien des sentiers.

Nous vous informons des dates et lieux de rendez-vous des prochains chantiers :

- 10 janvier, parking de St Ser
- 7 février, parking de Plan d'En Choix (refuge Cézanne)
- 7 ou 14 mars, parking de Plan d'En Choix (Pas de l'oppidum)

S'inscrire au plus tard la veille auprès de J.P. BOUQUIER – Tél. 04 42 27 70 14

R.V. le samedi matin à 9 h avec sac à dos, casse-croûte et boisson. En cas de pluie, le chantier est annulé.

## AGENDA 2009 - JANVIER - FEVRIER - MARS

### **Judi 8 janvier**

Randonnée pédestre: Autour de Sainte Victoire

### **Lundi 12 janvier**

Galette des Rois

### **Judi 15 janvier**

Assemblée générale de l'ARCT

### **Dimanche 18 janvier**

Randonnée pédestre: Les Alpilles, aux abords de St Rémy

### **Dimanche 25 janvier**

Randonnée cycliste

### **Vendredi 30 janvier**

Date limite, inscription pour « Sortie annuelle »

### **Judi 5 février**

Randonnée pédestre: La Roque d'Anthéron

### **Dimanche 8 février**

Randonnée cycliste

### **Judi 12 février**

Causerie: La comtesse de Ségur

### **Dimanche 15 février**

Randonnée pédestre: Petit et Gros Bessilon (Barjols)

### **Judi 5 mars**

Randonnée pédestre: Les alentours de Venelles et Meyrargues

### **Mercredi 11 mars**

Ciné-club: « Sur les quais »

### **Dimanche 15 mars**

Randonnée pédestre: Le mont Caume (Toulon)

### **Dimanche 22 mars**

Randonnée cycliste

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 Enfants

De 3 à 12 ans

### Gym « Tout-petits » €

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 : 17 h45 à 18 h45 Maison B. Pezet - E. Zola

À partir de 5 ans

### judo - débutants ou non €

Jean-Marc GIDE - un cours d'essai offert  
 Mercredi : 14h30 à 16h Maison B. Pezet - RDC  
 Activité Judo : 21 enfants de 5 à 13 ans travaillent ensemble, les grands prenant les plus jeunes « sous leur aile » - l'esprit de ce sport est vivant entre les enfants et les parents. Durant l'année 2007-2008 Trois « benjamins » ont mérité d'être nommés : Lewis Alan qualifié pour le « championnat régional benjamins », Axel Migner et Guillaume Yoshizawa.

### Atelier Théâtre durant les vacances €

Lise AGOPIAN, moins disponible, ne peut proposer cette année que des stages durant les vacances :

**Vacances de février** : du lundi 23 au vendredi 27 février, chaque après-midi, de 14 h30 à 17 h - pour jeunes de 10 à 12 - 13 ans

**Stage d'improvisation** : Le corps comme instrument ; libérer son imaginaire, sa créativité, sa voix, son énergie. Prendre en compte le partenaire, le groupe, l'espace: Pour jouer ensemble.

**Renseignements au 04 42 66 90 82** Salle B. Pezet

**Mercredi** : 14h30 à 16h : 9 à 12 ans

### Atelier Cirque durant les vacances €

L'association étudie la possibilité d'organiser : un stage vacances de Printemps. au Parc des Infernets. Initiation à l'équilibre, les acrobaties au sol, le jonglage, l'art clownesque. Spectacle en fin du stage de 5 jours. Plusieurs formules de stage sont envisagées : Pour enfants de 4 à 11 ans, Se faire connaître impérativement avant le 30 janvier 2009 par courrier à Anathol en Mairie. par courriel : cirquepalette@gmail.com

## Activités Hebdomadaires Adultes

### Yoga €

Marie-Thérèse AÏM - un cours d'essai offert  
 lundi : 9 h 00 à 10h30 Maison B. Pezet - RDC  
 jeudi : 8 h 15 à 9h45

### Stretching - Abdos - Pilates €

Assouplissement et modelage corporel par le biais de différentes techniques gymniques dont la méthode PILATES Marie-Françoise BOURGERON - un cours d'essai offert.  
 lundi : 18 h45 à 19 h45 Maison B. Pezet - E. Zola  
 mardi : 10 h à 11 h Maison B. Pezet - E. Zola  
 mercredi : 12 h30 à 13 h30 Maison B. Pezet - E. Zola  
 jeudi : 10 h à 11 h et 18 h45 à 19 h45 Maison B. Pezet - E. Zola

### Multi-Gym - Abdo-fessiers €

Tonification musculaire par la combinaison de différentes techniques gymniques - Marie-Françoise BOURGERON - un cours d'essai offert  
 Lundi : 12 h 30 à 13 h30 Maison B. Pezet - E. Zola  
 Mardi : 9 h à 10 h et 18 h 45 à 19 h 45 Maison B. Pezet - E. Zola  
 Jeudi : 9 h à 10 h Maison B. Pezet - E. Zola

### Etirements et postures €

Arrêt de l'activité durant cette année.

### Scrabble

Nicole MEGARD - Maison B. Pezet, E. Zola  
 jeudi : 14 h à 17 h  
 M.T. HOSOTTE Maison B. Pezet - Salle 17  
 Lundi : 14 h à 18 h

### Bridge (organisé avec Tholonet-Accueil)

lundi et vendredi : 14 h à 18 h Salle de l'Ours, mairie du Tholonet  
 jeudi : 17 h à 20 h Maison B. Pezet, salle 17

Le Bridge n'a pas lieu le 3ème jeudi de chaque mois

### Reliure

Cette année : Pas de possibilité de nouveaux adhérents Claire après un long séjour à l'hôpital, puis dans une maison de convalescence, a repris le chemin de la reliure; les adhérents de cette discipline sont heureux de la revoir, guérie et ne demandant qu'à reprendre pied dans son activité.

lundi et vendredi : 14h30 à 17h30 Maison B. Pezet, salle 19

### Atelier d'Écriture €

Sylvie MASSÈ :

Le vendredi matin de 9h30 à 11h30 Maison B. Pezet, salle 12

#### 1er groupe : « Plaisir et création » :

09 et 23 janvier,  
 06 et 20 février,  
 06 et 20 mars.

#### 2ème groupe : « Les chemins du style » :

16 et 30 janvier,  
 13 et 27 février,  
 13 et 27 mars..



Louis XIV (mort en 1715), protecteur des arts et des lettres, grand dépensier, avait imaginé, pour financer ses grands travaux, ses mécénats et ses guerres, une élégante imposition qui consistait à engager toutes les communes à se doter d'armoiries et, en récompense, elles avaient la faveur de payer un riche impôt. Et, si les créateurs locaux faisaient défaut, ceux du roi leur venaient en aide pour qu'elles ne soient pas écartées du privilège de la noble contribution.

C'est ainsi que la commune du Tholonet fut placée sous le symbole de la prévoyance avec l'emblème d'un ours sans doute plus caniculaire que polaire. Selon les astrologues, ceux qui sont nés entre le 22 août et le 21 septembre sont placés sous le signe de l'ours. Nul doute que les qualités des gens du Tholonet, et en particulier nos contemporains, ressemblent à celles de ce totem alliant la force à la persévérance et l'esprit d'indépendance à l'ingéniosité.

En langage héraldique, les armoiries du Tholonet se décrivent ainsi "d'Azur à une fasce d'or, coupé d'or à un ours d'Azur".

*Extrait du chapitre sur le village du Tholonet dans l'ouvrage de Guy Ballossier : « Au cœur du pays de Cézanne » paru en 2006.*

*Disponible à la bibliothèque municipale de Palette. en vente à la Maison de la Presse à Palette et à la librairie Le Blason (nobles armes, obligez !), 2, rue Jacques de La Roque: 200 pages / 200 photos / 19 €.*

### **Galette des rois**

**Le lundi 12 janvier à 18 heures, salle de l'Ours**

### **Jeudi 15 janvier 20h, salle de l'Ours**

*Invitation de l'Association route Cézanne du Tholonet (ARCT) à tous les anatholiens à assister à son assemblée générale, pour la préparation des festivités du cinquantenaire du classement de la route Cézanne en juin 2009*

### **Sortie de fin d'année (Réponse avant le 30 janvier)**

**les 17, 18 et 19 juin 2009 dans l'arrière pays niçois.  
Pour détails et réservation voir document joint**

### **Jeudi 12 février 18h, salle de l'Ours**

**Causerie : La Comtesse de Ségur et Sophie : une enfance revisitée.**  
(intervenante : Chantal Guyot-de Lombardon)

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

**Le mercredi 11 mars: « Sur les quais » film américain de Elia Kazan, en noir et blanc (1954)**  
Avec Marlon Brando, durée du film: 1h40.  
Ce film avait reçu 8 Oscars, dont l'Oscar du meilleur film. Egalement Lion d'argent à Venise.

### **L'ensemble à Cordes de Sybille Devesa et la chorale du lycée Cézanne**

**Annnonce du concert de printemps (dates à préciser- fin mai ou début juin )**  
lieu : salle Pezet : **Mozart- Couperin- Chants a cappella**

**Randonnées pédestres du Dimanche****18 janvier: Les Alpilles, aux abords Est de St Rémy**

Départ au Sud-est de St Rémy, montée vers le plateau de la Caume, crête vers l'est jusqu'au Col de Vallorgue, descente vers le centre de vol à voile.

Randonnée peu difficile, comportant un passage pentu en descente de 700m.

Distance: 80 km, Parcours: 13 km

Dénivelée cumulée: 560m, Durée: 5h

Départ Ferrageon: 8h

**15 février: Petit et Gros Bessillon (Barjols)**

A partir de Ponteves, avec une petite navette

Randonnée assez difficile

Distance: 60 km, Parcours: 12 km

Dénivelée cumulée: 700m, Durée: 5h00

Départ Ferrageon: 8h

**15 mars: Le mont Caume (Toulon)**

Proche du village de "Le Revest-Les-Eaux", départ du lieu dit "Le Broussan", montée vers le mont Caume.

Possibilité d'accès au mont Caume en voiture, pour les personnes désirant partager le pique-nique.

Assez difficile

Distance: 65 km, Parcours: 12 km

Dénivelée cumulée: 700m, Durée: 5h15

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

**Prévisions pour le 2<sup>ème</sup> trimestre 2009:**

**19 Avril: Le chemin du blé (Gémenos, vallée de St Pons)**

**17 Mai: Plateau de St Jean, à l'ouest de Sault**

**17 au 19 juin: Sortie annuelle dans l'arrière pays niçois**

(Voir détails dans feuille jointe)

**Randonnées cyclistes**

Dimanche 25 janvier, 9h

Dimanche 8 février, 9h

Dimanche 22 mars, 8h30

RV Ferrageon, pour toutes les sorties.

**Randonnées pédestres du jeudi****8 janvier: autour de Ste Victoire**

(La Marbrière, refuge Baudino, carrière de la Torque)

Suivant les critères du bulletin N°51 de janvier 2006

Environ 5 h – Dénivelée cumulée 600 m environ

Départ du Ferrageon : 8 h 30.

Inscription auprès de P. HOSOTTE

Tél. 04 42 27 00 05

**5 février : la Roque d'Anthéron**

Chaîne des Côtes (Départ abbaye de Silvacane)

Randonnée facile

Distance : 30 km – Parcours 12 km

Dénivelée 400 m – Durée 4 h 00

Départ du Ferrageon : 8 h 30.


**5 mars : Les alentours de Venelles et de Meyrargues.**

Passage au collet Redon

Distance 15 km – Parcours 14 km

Dénivelée 300 m – Durée 4 h 30

Départ du Ferrageon : 8 h 30



*Montant des cotisations  
à Anathol :*

<i>1 adulte :</i>	<i>17 €</i>
<i>2 adultes :</i>	<i>33 €</i>
<i>1 enfant :</i>	<i>4 €</i>
<i>2 enfants :</i>	<i>7 €</i>
<i>3 enfants :</i>	<i>10 €</i>

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