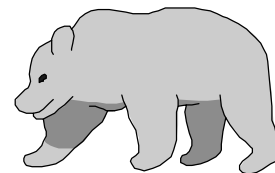


# LE BULLETIN D'ANATHOL



Numéro 62 - avril 2009

## Editorial

*LA NOUVELLE LANGUE D'ESOPE, c'est INTERNET bien sûr !*

Il y a deux ans, Anathol a décidé de s'informatiser pour simplifier le travail administratif des bénévoles. L'objectif a été atteint. Les transmissions de données entre acteurs sont facilitées et le travail des vagemestres allégé.

Beaucoup de nos membres sont actifs en dehors d'Anathol et nous transmettent des courriels intéressants en eux-mêmes mais n'ayant pas toujours un rapport pertinent avec les activités anatholiennes. Certains peuvent avoir une connotation politique ou religieuse, ce qu'Anathol s'interdit totalement.

Lors de sa dernière réunion, le 3 mars 2009, le conseil d'administration d'Anathol a décidé, à l'unanimité, de ne diffuser que des courriels en relation directe avec nos activités et l'éthique écologique qui est celle développée par Anathol dans toutes ses activités de plein air.

*LA FLÈCHE DU TEMPS ...*

C'est une des grandes interrogations des physiciens-théoriciens. Pourquoi le temps se déroule-t-il toujours dans le même sens ? Anathol n'a pas la réponse mais en constate chaque jour l'exactitude !

Depuis 30 ans, Anathol déploie une activité qui, loin de s'étioiler, s'est élargie et s'est enrichie.

Mais les bénévoles ont le sentiment d'avoir atteint le sommet de la courbe qu'ils peuvent tracer et de ne pouvoir extrapoler le passé. Compte tenu de notre pyramide des âges, certaines activités devront être allégées. Sauf à ce que de jeunes retraités viennent rajeunir l'équipe actuelle des organisateurs, ce qui semble en bonne voie.

Nous envisageons des sorties au cours desquelles marche et découvertes culturelles se compléteront harmonieusement.

La sortie grillades-pieds dans l'eau et visite de la rustique cathédrale de Senez en est un exemple.

A bientôt,

M. GRE.

### AVIS AUX INTERNAUTES

A l'avenir et sauf demande explicite de votre part, le bulletin d'Anathol ne vous sera plus envoyé que par INTERNET.

[anathol.letholone@laposte.fr](mailto:anathol.letholone@laposte.fr)

## AGENDA 2009 - AVRIL - MAI - JUIN

### **Dimanche 5 avril**

Randonnée cycliste

### **Mercredi 8 avril**

Randonnée pédestre: Autour de Miramas et de sa poudrière

### **Dimanche 19 avril**

Randonnée pédestre: Le chemin du blé (Gémenos)

### **Mercredi 29 avril**

Ciné-club: « Qu'elle était verte ma vallée » de John Ford

### **Vendredi 1<sup>er</sup> mai** (dans le cadre de la fête votive)

Promenade dans la carrière « La Marbrière » à St Antonin

### **Du jeudi 14 au lundi 18 mai:**

3 journées de randonnée en forêt Noire (Eschbronn)

### **Dimanche 17 mai**

Randonnée pédestre: Plateau St Jean

### **Dimanche 24 mai**

Randonnée cycliste

### **Mercredi 3 juin**

Musiques populaires et Renaissance (Sybille Devesa et chorale du lycée Cézanne)

### **Dimanche 7 juin**

Fête du vélo

### **Samedi 13 et dimanche 14 juin**

Invitation par l'ARCT (association route Cézanne du Tholonet)

### **Dimanche 14 juin**

Randonnée cycliste

### **Mercredi 17 au vendredi 19 juin**

Sortie annuelle dans les Alpes-Maritimes

### **Principales dates pour la fin de l'année**

#### **11-12-13 septembre**

Séjour de nos jumeaux allemands

#### **Dimanche 13 septembre**

Matinée des associations, suivie de l'aïoli

#### **Samedi 19 et dimanche 20 septembre**

Journées du Patrimoine

#### **Mercredi 23 et jeudi 24 septembre**

Visite de carrières de marbre dans le Queyras et l'Ubaye

#### **Jeudi 15 octobre, 18h**

Assemblée générale d'Anathol

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: 16h45 à 17h45. **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 :  
Le corps comme instrument; libérer son imaginaire, sa créativité, sa voix, son énergie. Prendre en compte le partenaire, le groupe, l'espace.  
Pas de stage proposé durant les vacances prochaines.  
Renseignements au 04 42 66 90 82 **Salle B. Pezet**

### Atelier Cirque durant les vacances €

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.  
Du 20/04/2009 au 24/04/2009

Plusieurs formules de stage sont envisagées pour tout enfant  
Se faire connaître impérativement avant le 3 avril 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 **Maison B. Pezet - E. Zola**  
18 h 45 à 19 h 45

### Multi-Gym - Abdos-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 **Maison B. Pezet - E. Zola**  
18 h 45 à 19 h 45  
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, Salle 12**  
jeudi : 14 h à 17 h  
M.T. HOSOTTE **Maison B. Pezet - Salle 12**  
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 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 Pezet, salle 19**

### Atelier d'Écriture €

Sylvie MASSÉ :  
Le vendredi matin de 9h30 à 11h30 **Maison Pezet, salle 12**

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

03 et 17 avril,  
07 (jeudi) et 22 mai,  
05 et 19 juin.

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

14 et 24 avril,  
15 et 29 mai,  
12 et 26 juin.

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

**Le mercredi 29 avril:** « Qu'elle était verte ma vallée » film américain  
Réalisateur: John Ford, 1941. Durée: 2H.  
D'après le roman de Richard Llewellyn.

**Jumelage avec ESCHBRONN**

Dans le cadre des échanges réguliers entre les randonneurs du Tholonet et ceux d'Eschbronn, Anathol a reçu une invitation officielle à participer à 3 journées de randonnée en Forêt Noire du **JEUDI 14 au LUNDI 18 MAI** avec pour terminer, le DIMANCHE 17 MAI, la possibilité de promenade en voiture à chevaux, à travers les forêts d'Eschbronn pour ceux qui seraient fatigués ...

**1<sup>er</sup> WEEK-END d'AOUT** : fête du village d'Eschbronn, le logement sera assuré dans les familles selon la tradition du jumelage.

Si vous êtes intéressé par ces manifestations, contactez :

P. EBERMEYER : 04 42 66 83 82 ou 06 07 45 12 75 - Courriel : p.ebermeyer@wanadoo.fr

O. ROUX: 04 42 66 88 79

**L'ensemble à Cordes de Sybille Devesa  
et la chorale du lycée Cézanne (direction: C.Guyot), le mercredi 3 juin, 18h30, salle Pezet**

**Musiques populaires et Renaissance- Couperin**  
A l'issue du concert, apéritif dinatoire pour les artistes et tous les Anatholiens

**La Fête du Vélo le dimanche 7 juin :**

La fête européenne du vélo se déroulera le dimanche 7 Juin 2009. Le but de cette manifestation n'est pas d'organiser des courses mais d'inviter un large public, surtout familial, à la pratique du vélo dans un cadre de circulation routière normale.

Un « village du vélo » sera installé à la Rotonde d'Aix avec différentes animations : rallye familial en ville avec les enfants, initiation à la sécurité, .... A partir du village du vélo seront proposés quatre parcours de 13 à 80 km, avec remise à chaque participant d'un tee-shirt et d'une feuille de route expliquant l'itinéraire choisi et rappelant les règles de sécurité. Comme en 2008, deux de ces parcours qui emprunteront la route Cézanne, passeront ensuite au Tholonet où sera installé un « Point de Convivialité », ouvert toute la journée entre 7h30 et 17h, avec distribution aux cyclistes de boissons non alcoolisées, biscuits, fruits secs, chocolat .....ANATHOL assurera l'animation de ce point de convivialité et les bonnes volontés voudront bien prendre contact avec **Simon SANGUINETTI au 04 42 66 92 04**

**invitation faite à ANATHOL par l'ARCT (association route Cézanne du Tholonet)**  
de participer aux manifestations du cinquantenaire du classement de la route, **les 13 et 14 juin**, et particulièrement au pique-nique des associations, **dimanche 14** ( la route sera piétonne.) Avec la participation de la Lyre aixoise sur la prairie des Infernets.

**Sortie de fin d'année (Inscriptions closes, liste d'attente)**

**les 17, 18 et 19 juin 2009 dans l'arrière pays niçois.**  
Les informations pour les détails et le covoiturage, seront données courant mai

**Prévisions pour la fin de l'année**

**11-12-13 septembre** : séjour de nos jumeaux allemands.

**13 septembre** : matinée des associations, suivie de l'aïoli.

**19-20 septembre**: Journée du patrimoine

**Courant octobre**: Conférence sur les OGM, par J.M. Bonastre.

**Jeudi 15 octobre, 18h: Assemblée générale d'Anathol**

**Randonnées pédestres du Dimanche****19 avril: Le chemin du blé (Gémenos, vallée de St Pons)**

Randonnée peu difficile

Distance: 50 km, Parcours: 14 km

Dénivelée cumulée: 600m, Durée: 5h

Départ Ferrageon: 8h

**17 mai: Plateau St Jean, à l'Ouest de Sault**

Randonnée facile

Distance: 80 km, Parcours: 14 km

Dénivelée cumulée: 400m, Durée: 5h

Départ Ferrageon: 8h

**17 au 19 juin: Sortie annuelle, dans les Alpes-Maritimes**

Les détails seront fournis courant mai.

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

**Prévisions pour la fin de l'année:****6 septembre: Cap Canaille ( à confirmer)****18 octobre: Gorges de Trévans****15 novembre: Les Alpilles, aux abords Est de St Rémy**

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

Distance: 80 km, Parcours: 13 km

Dénivelée cumulée: 560m, Durée: 5h

Départ Ferrageon: 8h

**13 décembre: Pic des mouches****Randonnées cyclistes**

Dimanche 5 avril, 8h30

Dimanche 24 mai, 8h

Dimanche 14 juin, 8h

RV Ferrageon , pour toutes les sorties.

**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**

**Randonnées pédestres du « jeudi »****Mercredi 8 avril: Autour de Miramas et de St Chamas**

Départ du château de Cabasse, Miramas le Vieux, Poudrerie.

Un ancien poudreur nous racontera pendant 1 heure l'histoire de la poudrerie depuis Louis XIV.

Randonnée facile

Distance : 50 km – Parcours 13 km

Dénivelée 200 m – Durée 4 h 30

Départ du Ferrageon : 8 h 15.

**Vendredi 1<sup>er</sup> mai: Fête votive du Tholonet**Dans le cadre des animations prévues par le Comité des Fêtes du Tholonet, ANATHOL organisera l'après midi du vendredi 1<sup>er</sup> mai une promenade de 2 h environ pour découvrir la carrière " La Marbrière " à Saint-Antonin.

Une marche sans difficulté, qui débute sur un très bon chemin devenant plus caillouteux en fin de parcours, permettra aux visiteurs de retrouver une exploitation dans l'état ou elle a été quittée par les ouvriers.

La visite sera commentée par Céline Laforest qui donnera ensuite une conférence sur les marbres alpins.

Départ de la visite à 15 heures précises du parking situé à gauche de la D17 en venant du Tholonet, 1 km après la Maison Sainte-Victoire.

Chaussures confortables avec de bonnes semelles, chapeau et bouteille d'eau.

S'il pleut ou si le vent est trop violent la promenade n'aura pas lieu.

Contact : Pierre Hosotte ☎ 04 42 27 00 05

**Prévisions de fin de l'année***(Les détails seront donnés dans le bulletin de septembre)*

**23- 24 septembre:** Visite de carrières de marbre dans le Queyras et l'Ubaye, nuit au gîte de Fouillouse.

**8 octobre:** Jouques et l'atelier du sculpteur Antoine Sartorio dans l'ancien château des archevêques d'Aix.



**NOUVEAU**  
*Montant des cotisations  
à Anathol :*

1 adulte :	17 €
2 adultes :	33 €
1 enfant :	4 €
2 enfants :	7 €
3 enfants :	10 €