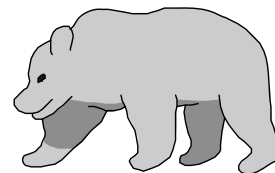


LE BULLETIN D'ANATHOL



Numéro 68 - AVRIL 2011

Editorial

Promenade sémantique

L'un des plaisirs des cruciverbistes et des fléchiverbistes (appellation créée par mimétisme, mais non garantie !) est de parcourir le dictionnaire à la recherche de mots. C'est l'occasion de découvrir ou redécouvrir des mots très intéressants.

C'est ainsi que l'on peut rencontrer quelques mots familiers aux Anatholiens (référence : Petit Larousse 2010) :

- **Se balader** : se promener.
- **Randonner** : se promener sur une longue durée, à pied, à cheval, à bicyclette ...
- **Se promener** : aller d'un endroit à l'autre, sans hâte, avec ou sans but, pour se distraire ou se détendre.
- **Cheminer** : suivre un chemin souvent long, lentement et régulièrement.
- **Marcher** : se déplacer, se mouvoir en mettant un pied devant l'autre.
- **Parcourir** : accomplir un trajet déterminé.
- **S'aventurer** : courir un risque, se hasarder.
- **Se baguenauder** : se promener sans but, flâner.
- **Flâner** : se promener sans but, au hasard, avancer sans se presser.
- **Errer** : aller çà et là, à l'aventure, sans but.
- **Excursionner** : faire un court voyage, ou une promenade d'agrément.

Alors, où est Anathol dans tout ça ? Et si c'était un peu de tout ?

Car Anathol propose des randonnées, afin de se balader, de se promener et de marcher tout en cheminant et même parfois d'excursionner. Mais il ne s'agit pas de se baguenauder ou de flâner et encore moins d'errer : c'est la volonté de parcourir nos sentiers provençaux, voire de s'y aventurer le plus sérieusement du monde !

Peut-être que des « lettrés » plus cultivés pourraient trouver des étymologies qui nuanceraient et enrichiraient ce modeste florilège !

F. MORIER.

AVIS AUX INTERNAUTES

Sauf demande explicite de votre part, le bulletin d'Anathol ne vous sera plus envoyé que par INTERNET.

anathol.letholonet@laposte.net

AGENDA 2011—AVRIL—MAI—JUIN

Dimanche 3 Avril

Sortie cycliste

Jeudi 7 Avril

Randonnée : Quinson

Mercredi 13 Avril

Causerie : Xavier LONGOBARDI, peintre du Tholonet

Dimanche 17 Avril

Randonnée : Vitrolles en Luberon

Jeudi 5 Mai

Randonnée : St Cannat

Dimanche 8 Mai

- Sortie cycliste

- Concert : Quintette S. DEVESA

Mercredi 11 et Jeudi 12 Mai

Sortie : les églises romanes du Ventoux

Dimanche 15 Mai

Randonnée : vallée du Jabron

Mercredi 18 Mai

Ciné-club : TO BE OR NOT TO BE

Samedi 21 et Dimanche 22 Mai

ARCT : voyage musical autour de D. MILHAUD

Dimanche 29 Mai

Fête du vélo

Samedi 4 Juin

Fête de l'Atelier-Théâtre

Dimanche 5 juin

Sortie cycliste

Jeudi 9 juin

Randonnée « Aventure » : pays d'Oraison

Dimanche 19 juin

Randonnée : Digne-Courbons

Samedi 25, dimanche 26 et lundi 27 Juin

Randonnée dans la Drôme

Activités Hebdomadaires

Espace Culturel Georges Duby—Salle F. Zola De 3 à 12 ans

Gym « Tout-petits » €

Marie-Françoise BOURGERON - cours d'essai offert

Lundi : de 17 h15 à 18 h10

(l'animatrice peut accompagner les enfants depuis l'école)

Gym harmonique €

Marie-Françoise BOURGERON - Tél. 04 42 66 85 77
cours d'essai offert

Jeudi : de 17 h15 à 18 h10

(l'animatrice peut accompagner les enfants depuis l'école)

À partir de 5 ans

Judo - débutants ou non

Jean-Marc GIDE - cours d'essai offert €

Mercredi : 14 h30 à 16 h Salle B. Pezet - RDC

Activité Judo : Les enfants de 5 à 13 ans sont ensemble, les grands prenant les plus jeunes « sous leur aile »
l'esprit de ce sport est vivant entre tous.

Atelier THEATRE—Hélène CLEMENSON € Pour Enfants et jeunes de 4 ans à 14 ans Horaires : chaque mercredi : Salle F. Zola

7 à 10 ans : de 14 h à 15 h30

11 à 14 ans : de 16 h30 à 18 h

Projet : Les enfants sont motivés par le désir de la pratique théâtrale, de l'écoute, de la lecture et de l'intérêt pour des textes qui permettent l'utilisation de diverses formes de théâtre.

4 à 6 ans : de 15 h30 à 16 h30

Une histoire écoutée prend place dans l'espace ; l'incitation est à trouver dans un travail corporel et ludique dont les enfants sont les acteurs.

Plus amples renseignements au 06 74 08 61 01

NOUVEAU : en Septembre, cours et atelier GOSPEL € Nathalie GARCIA—Tél. 06 19 03 21 36

Dans une ambiance conviviale et décontractée.

Le cours Gospel permettra :

- d'acquérir et maîtriser la technique vocale
- de chanter en harmonie, bouger en rythme
- de s'épanouir par le chant en chœur
- de se produire en concert

Activités Hebdomadaires

Yoga à la portée de tous un cours d'essai est offert €

Marie-Thérèse AIM (06 16 29 23 40) Salle B. Pezet - RDC

jeudi : 8 h15 à 9 h45

Maîtrise de la pensée - Postures = remède aux maux du dos
Equilibre psychique et bonne santé physique

VINYASA YOGA ou YOGA DYNAMIQUE

Maryvonne LASCOMBES

durée 1 h15' - accessible à tous. — Synchronisation du mouvement et de la respiration pour bien-être et vitalité.

Espace culturel Georges DUBY salle F. Zola

mercredi de 18h15 à 19 h30, 19h45 à 21h

vendredi de 9h45 à 11h, 17h à 18h et 18h15 à 19h30

Nous nous engageons à descendre au RDC le vendredi où la Salle Pezet a besoin de la salle E. Zola

Stretching - Abdos €

Assouplissement et modelage corporel par le biais de différentes techniques gymniques dont la méthode PILATE

Cours d'essai offert.

Marie-Françoise BOURGERON

lundi : 18 h20 à 19 h20

Salle F. Zola

mardi : 10 h à 11 h

Salle F. Zola

mardi : 12 h à 13 h30 ****minimum 6 pers.****

Salle F. Zola

jeudi : 10 h à 11 h **et 19 h20 à 19 h50**

Salle F. Zola

Les cours ci-dessus ont lieu : Espace culturel Georges DUBY

Multi-Gym - Abdo-fessiers €

Tonification musculaire par la combinaison de différentes techniques gymniques - cours d'essai offert

Marie-Françoise BOURGERON

Mardi : 9 h à 10 h

Salle F. Zola

Mardi : 18 h45 à 19 h45 ****minimum 6 pers.****

Salle F. Zola

jeudi : 9 h à 10 h **et 18 h20 à 19 h20**

Salle F. Zola

Vendredi : 12 h à 13 h30 ****minimum 6 pers.****

Salle F. Zola

Vendredi : 19 h20 à 19 h50

Salle F. Zola

Les cours ci-dessus ont lieu à l' Espace culturel Georges DUBY

Scrabble

Nicole MEGARD - Espace culturel Georges Duby

Salle 12 - Jeudi : 14 h à 17 h

M.T. HOSOTTE - Espace culturel Georges Duby

Salle 12— Lundi : 14 h à 18 h

Bridge

Des réunions « bridge » ont lieu au Centre Social du Val St André :

Le lundi de 14 h à 18 h—tél. 04 42 92 36 27

A l'Espace Culturel Georges Duby—Palette :

Le vendredi de 9 h 30 à 11 h 30—Salle 17—Cours de bridge

Le vendredi de 14 h à 18 h—Salles 12, 13 et 17—Bridge : JEU

Reliure

Claire LALLEMAN : Lundi et vendredi : de 14 h30 à 17 h30

Espace Culturel G. Duby - Salle 19

(Nous pouvons accueillir un nouvel adhérent)

Atelier d'Écriture

Sylvie MASSE : le vendredi matin de 9 h 30 à 11 h 30

Espace culturel Georges Duby salle 12 €

1er groupe :

« Plaisir et création » :

Les vendredis

1er et 15 avril

6 et 20 mai

3 et 17 juin

2ème groupe :

« Plaisir du style » :

Les vendredis

8 et 22 avril

13 et 27 mai

10 et 24 juin

CAUSERIE

MERCREDI 13 AVRIL 2011 à 18 h 30 - Salle de l'Ours—Mairie du Tholonet
Xavier LONGOBARDI

*Un peintre dans la lignée de ceux qui ont choisi le Tholonet pour y exercer leur art.
 Par Francis BONIFACIO.*

CONCERT

DIMANCHE 8 MAI à 17 h - Eglise du Tholonet

Dans le cadre des manifestations de la fête votive : Quintette DEVESA

Composé de P. HAHN et J.P. ROUBIN, violons

S. HAHN et S. DEVESA, altos—J.P. DEVESA Violoncelle

Au programme : MOZART, KODALY, BEETHOVEN.

CINE-CLUB

MERCREDI 18 MAI—20 h 30 - Salle de l'Ours—Mairie du Tholonet

« TO BE OR NOT TO BE », film américain de Ernst Lubitsch.

En Pologne en 1942, occupée par les Allemands. Une troupe de théâtre juive s'emploie à déjouer un complot destiné à démanteler la résistance polonaise.

A l'instar du « Dictateur » de Chaplin, c'est une comédie sur un sujet grave .

Hitler et les Nazis sont traités sur le mode de la dérision.....IRRESISTIBLE !

*L'Association Route Cézanne du Tholonet vous invite les 21 et 22 MAI
 à un voyage musical autour du compositeur aixois Darius MILHAUD*

SAMEDI 21 à 18 h 30 - Salle polyvalente de Palette, sous la présidence de M. M. CAMATTE,

Directeur du conservatoire, conférence par Mme M. RICAUVY et M. R. MILHAUD

« Darius MILHAUD d'Aix en Provence aux nouveaux mondes ».

Entrée libre. Réservation souhaitée au 09 61 05 26 93

Avec la participation d'un trio de musiciens et l'ensemble choral « SILLAGES ».

DIMANCHE 22 de 15 h à 19 h, route Cézanne piétonne : « De la farandole à la samba », déambulation sur la route avec le groupe arlésien Viagem Samba et concert par le Steel-band du conservatoire.

Fête du vélo

*La fête européenne du vélo se déroulera le **dimanche 29 mai**. 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 2010, 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, chocolatANATHOL assurera l'animation de ce point de convivialité et les bonnes volontés voudront bien prendre contact avec Pierre Hosotte au 04 42 27 00 05

ou Simon SANGUINETTI au 04 42 66 92 04

ATELIER-THEATRE des enfants et des jeunes

SAMEDI 4 JUIN—16 h 30—Salle Pezet

Fête de fin d'année

Sortie en Vaucluse les 11 et 12 mai : les inscriptions sont closes.

Randonnée dans la Drôme les 25, 26 et 27 juin : il reste quelques places.

(Contacter P. Hosotte : 04 42 27 00 05)

Randonnées pédestres du dimanche**17 avril : Vitrolles en Luberon**

Départ à l'entrée sud du village.

Montée en pente douce en suivant le GR9.

Vallat Roumagnou, Piegros, col, Boufaou et retour au village.

Randonnée facile de 14km, avec une dénivelée cumulée de 500m.

Trajet de 42 km, 50 minutes.

Départ du Ferrageon : 8h00

15 mai : Jabron St Pons (montagne de Lure)

Parcours dans la forêt domaniale du Jabron.

Montée longue (6,5km) mais linéaire sans difficulté, puis descente en pente douce jusqu'à l'arrivée.

Possibilité de couper pour rejoindre directement le Pas de Surmiou (10km).

Dénivelée cumulée de 700m. Parcours : 15km.

Départ du Ferrageon : 8h00

19 juin : Digne-Courbons : la Bigue du Siron

Du charmant hameau de Courbons au sommet de la Bigue, on change plusieurs fois de versant, découvrant ainsi des perspectives variées.

Dénivelée cumulée : 790m. Durée : 5h30

Départ du Ferrageon : 8h00

Renseignements : M. Coubard : 04 42 66 93 54**Prévisions pour le dernier trimestre 2011****Septembre** : Forêt de Janas (Six-Fours)**Octobre** : Le sommet de l'Agra (Sud de Digne)**Novembre** : La Ciotat, La Grande Arche**Décembre** : Les Baux de Provence**NB : covoiturage** : le montant de la participation individuelle reste fixé à 5 centimes/km, plus quote-part éventuelle du coût des péages.**Randonnées cyclistes**

Dimanche 3 avril

Dimanche 8 mai

Dimanche 5 juin

Départ du Ferrageon : 8 h.

Randonnées pédestres du jeudi**7 avril** : Quinson (Bas Verdon).

Balade facile le matin le long du canal.

Visite du musée de la préhistoire l'après-midi.

Tarif adulte : 7 €.

Forfait 6 entrées pour une personne : 18 € 30.

Trajet environ : 100 km A.R..

Départ Ferrageon 8 h ou péage de Pertuis : 8 h 30.

5 mai : St Cannat—Fontaine de Doudonne.

Départ du parking à gauche en venant d'Eguilles. (RD 18) face au lavoir.

Rando facile. Traversée de St Cannat et de quelques lotissements avant d'arriver le long des vignobles, pinèdes, oliveraies.

Paysage ouvert sur la chaîne des Côtes.

Distance d'Aix : 20 km.

Dénivelée : 200 m.

Durée 5 h.

Départ Ferrageon : 9 h.

Renseignements : O Collot : 04 42 50 52 26**9 juin** : rando « Aventure ».

Bassin du Rancure—Pays d'Oraison.

De Ajonc à Ajonc par les crêtes autour d'un vallon. Rando facile.

Distance d'Aix : 90 km.

Dénivelée : 250 m.

Durée : 3 h, sur bon sentier, au milieu des fleurs ...

Départ Ferrageon : 8 h 30—Péage Pertuis : 9 h.

Renseignements : M. Gré : 04 42 66 82 14**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**

Montant des cotisations
à Anathol :

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