



Le Temps de Vivre

Bulletin de liaison de la Cuvée d'Automne



cuvéeautomne83.fr

Association de Retraités
Espace Jules de Greling
Rue Marius Bondil
83140 Six Fours les Plages



Numéro 8 - Avril 2022

EDITO

Chères adhérentes, chers adhérents,

Ça y est, le printemps est enfin arrivé et avec lui des journées plus longues et plus agréables. Aussi, profitons-en pour nous retrouver le mardi 5 avril au parc Saint Pons à Gémenos, pour une journée pique-nique et/ou randonnée ouverte à tous. Je la conseille vivement aux nouveaux adhérents pour vivre une journée de convivialité comme notre association les aime, mais qui se sont faites rares depuis la pandémie.

Depuis peu, nous constatons une flambée de cas de covid dans notre association, jusqu'alors relativement épargnée. Même si les directives gouvernementales se sont fortement assouplies, je vous conseille de continuer le plus possible, à maintenir les gestes barrières car nous sommes une « population à risque ».

Il y a deux ans, nous avons décidé d'ouvrir les inscriptions à la Cuvée d'automne à partir du mois de mai. Malheureusement, cela n'a pas pu se faire à cause du coronavirus. Cette année, nous allons pouvoir le réaliser. Dans le bulletin de mai, nous vous donnerons toute la marche à suivre. En septembre, aucune activité ne pourra être pratiquée par les personnes non inscrites pour des questions d'assurance.

Je vous souhaite un bon mois d'avril et de bons moments de retrouvailles en famille pour les fêtes de Pâques.

Georges FIGUE

PROCHAIN CONSEIL D'ADMINISTRATION : Le lundi 25 Avril 2022 Espace Greling à 14h30

PERMANENCE

Les mardis après-midi de 14 h 30 à 16 h 30, hors vacances scolaires. Espace Jules de Greling, rue Marius Bondil.
83140 SIX-FOURS.



Sur votre agenda

- 📖 5 avril : Les Arbres de Judée
- 📖 25 Avril : Réunion d'information « Voyage en Andalousie » 17h30 Villa Nuraghes
- 📖 26 au 29 Avril : Voyage en Andorre-La Caldea

LES RANDOS DU MARDI

Rassemblement à 8h30 pour un départ à 8h45. Parking des Tennis, avenue de la Mer.

Dates	Animateur	Parcours	Animateur chemin sans difficulté 5km	Lieu
05 Avril	Guy Moreau 06 06 42 71 25	Gémenos	Jeanie Peticlerc	Gémenos
		Parc st Pons	06 62 54 28 90	Parc St Pons
12 Avril	Claude Royer 04 94 34 86 92 06 98 25 04 03	Forêt de Six-Fours	René Calafato 04 94 07 73 96	Toulon
		Quicon	06 60 13 62 32	Vieille Ville (bateau)
		Notre dame du Mai		
19 Avril	Jean Claude Juif 04 94 88 26 77 06 24 36 35 83	Signes	Jeanie Peticlerc	La Seyne
		Le Romanil	06 62 54 28 90	Tamaris
26 Avril	Gérard Hallay 04 94 07 06 12 06 78 92 58 63	Forêt de Six-Fours	René Calafato 04 94 07 73 96	Six-Fours
		Les Courrens	06 60 13 62 32	Coudoulière
				Sanary
03 Mai	Guy Moreau 06 06 42 71 25	Le Grand Caunet	Jeanie Peticlerc	Six-Fours
		Le Télégraphe	06 62 54 28 90	Parc Méditerranée

Petite randonnée : SVP, appelez Jeanie ou René la veille. Si le nombre de participants est faible, ils pourront éventuellement l'annuler.



LES RANDOS DU VENDREDI

Rassemblement à 8h15 pour un départ à 8h30. Parking des Tennis, avenue de la Mer.

Dates	Animateur	Parcours	Distance	Difficulté
01 Avril	Louis Caty 04 83 99 14 09 06 21 13 26 47	Le Trou du Vent Depuis St Pons	15	4
01 Avril	Claude Royer 04 94 34 86 92 06 98 25 04 03	Cap Canaille Depuis La Ciotat	12	2
08 Avril	Michel Brinon 04 94 88 65 36 06 58 12 76 93	Les Aiguilles de Valbelle Depuis Sioux Blanc	16	3
15 Avril	Alain Strzelecki 06 25 53 47 38	La Grotte aux Œufs Depuis Plan d'Aups	16	4
15 Avril	Gérard Hallay 04 94 07 06 12 06 78 92 58 63	La Grotte Marie- Madeleine	10	2
22 Avril	Michel Brinon 04 94 88 65 36 06 58 12 76 93	La Chapelle St Vincent Depuis Carces	15	3
22 Avril	Guy Moreau 04 94 07 44 98 06 06 42 71 25	Le Pont du Diable Depuis Chibron	12	2
29 Avril	Louis Caty 04 83 99 14 09 06 21 13 26 47	Chartreuse de la Verne Depuis N98	17	3
06 Mai	Alain Strzelecki 06 25 53 47 38	Signal des Béguines Depuis Riboux	18	4
06 Mai	Guy Moreau 04 94 07 44 98 06 06 42 71 25	Sioux Blanc L'Eléphant	15	3

LES ARBRES DE JUDEE

Traditionnellement, tous les ans, nous passons une journée champêtre au parc de St Pons à Gémenos. Réservez votre mardi 5 avril, en souhaitant que la floraison soit au rendez-vous.

Cette sortie conviviale, ouverte à tous les adhérents de l'association, permet de nouer ou renouer des liens amicaux. Le matin, petite marche dans le parc (ceci n'étant pas une obligation), midi pique-nique, et l'après-midi, parties de boules ou toute autre activité.





LES BALADES AQUATIQUES



Nous vous invitons à partager les plaisirs de l'eau (fraîche).

La reprise des « Balades aquatiques » se fera le jeudi matin, les pieds dans l'eau à **10h00**. Cette activité débutera le **jeudi 5 mai**. Ces marches se dérouleront à la plage du Cros, au Brusc. Temps de marche : environ 1h00

Parking en face de la plage.

Tenue nécessaire pour cette sortie : shorty, combinaison, short ou maillot de bain, chaussures aquatiques, casquette, lunettes solaire, crème protectrice etc...

Pour information complémentaire contacter

Patrick BRUNET : 06 08 89 12 01, **Jean-Claude JUIF** : 06 24 36 35 83, **Guy MOREAU** : 06 06 42 71 25

La balade aquatique, c'est bon pour la santé, cette discipline en groupe fait rimer activité physique, détente et convivialité.



VOYAGE EN ANDALOUSIE

(Annule et remplace le Voyage dans les Balkans)

Bonjour à tous,

En raison des événements en Ukraine, notre voyage dans les Balkans est encore annulé. Il est remplacé par un circuit en Andalousie du 17 au 24 mai 2022 au prix tout compris de 1460 € (assurances, boissons, transfert Marignane et spectacle, audiophone, pourboires et spectacle flamenco). Voir sur le site de la Cuvée d'Automne, le déroulement du circuit et les visites prévues (Marbella , Cadix, Grenade, Séville, Cordoue, Gibraltar, Costa Del Sol, Malaga)

Vérifiez bien vos pièces d'identité et avoir envoyé la photocopie à Salaün (Salaün holidays service groupes à l'attention de Betty 14 rue Beauvau 13001 Marseille)

N'oubliez pas de sortir votre passe sanitaire sur papier pour l'entrée des musées car nous ne savons pas leur politique pour le covid.

Maintien de la réunion d'information le lundi 25 avril à 17h30 à Nurhagues.

Merci de m'adresser le solde du voyage de 260 euros par personne pour le 30 mars 2022, par chèque à l'ordre de la Cuvée d'automne.

IL RESTE 4 PLACES éventuellement si les pièces d'identité sont valides (CNI moins de 10 ans et passeport en cours de validité trois mois après le retour. Faire un chèque de 1460 euros à l'ordre de la Cuvée d'automne). JE PRENDRAI LES 4 PREMIERS INSCRITS,

Jacqueline Duclos

tel : 0494947754_ 0698359610

Villa Virginie 1088 avenue Auguste Renoir la Seyne sur mer



VOYAGE EN ANDALOUSIE



Du 17 au 24 mai 2022

Prix tout compris 1 460€ (assurance, boissons aux repas, transfert, audiophone, pourboire et spectacle Flamenco). Chambre individuelle : 265€

Jour 1 : Transfert aéroport de Marseille à Malaga, Torremolinos

Jour 2 : Torremolinos, Grenade. Route jusqu'à Grenade. Déjeuner. L'après midi, visite de l'Alhambra avec un guide local. Dîner et transfert pour un spectacle Flamenco.

Jour 3 : Grenade, Cordoue, Séville. Route vers Baena. Arrêt à Luque, première région mondiale d'huile d'olive. Déjeuner de tapas à Cordoue, puis visite guidée du centre historique avec l'extraordinaire mosquée-cathédrale. Dîner et logement à Séville.

Jour 4 : Séville, Cadix. Visite guidée de Séville, la cathédrale, l'Alcazar et le quartier typique de Santa Cruz. Après-midi, route jusqu'à Cadix. Tour d'orientation panoramique de la ville. Dîner + logement à Cadix.

Jour 5 : Cadix. Visite d'un élevage de taureaux, Gibraltar, Costa Del Sol. Epart vers Medina, Sidonia. Visite d'un élevage de taureaux et des célèbres chevaux andalous. Puis route le long du détroit de Gibraltar. Déjeuner à Linea. Après-midi, passage de la frontière à Gibraltar à pied. Temps libre dans le territoire britannique aux produits détaxés. Puis, route le long de la Costa Del Sol jusqu'à Toremolios avec passage à Marbella. Arrêt à Puerto Banus. Installation à l'hôtel pour 3 nuits.

Jour 6 : Malaga, Mijas. Tour d'orientation de Malaga, ville natale de Picasso. Forteresse de l'Alcazar puis excursion à Mijas, village typique andalous.

Jour 7 : Torrox, Frigiliana. Visite guidée de Torrox. Déjeuner chez l'habitant. Après-midi, découverte de Frigiliana, village considéré comme le plus beaux de l'Andalousie.

Jour 8 : Torremolinos, Malaga. Vers aéroport de Marseille. Petit déjeuner et déjeuner à l'hôtel. Arrivée à Marseille et retour en car à Six-Fours.

Jacqueline DUCLOS tel : 0494947754_ 0698359610



AQUAGYM : Arrêt technique

La piscine nous signale un arrêt technique de ses bassins pour la période du **4 au 10 avril 2022**.

De fait, les cours n'auront pas lieu. Nous nous retrouverons pour la reprise à compter du 11 avril 2022.

CHRISTIANE

THEATRE

La troupe théâtrale de la Cuvée, la Bande à Rika, vous propose son nouveau spectacle :

DIABLE D'HOMME

De Robert LAMOUREUX. Comédie en deux actes

Mardi 24 Mai 2022 à 15h00

Mardi 31 Mai 2022 à 20h30

Salle Daudet, Centre culturel André Malraux, Avenue Mal de Lattre de Tassigny, SIX-FOURS .

« Le diable propose à un écrivain sans succès et en mal d'inspiration, de lui obtenir le Prix Goncourt et peut-être le Nobel, en échange de la damnation des cinq personnages féminins de son roman »

Diaboliquement drôles, et dans un rythme infernal, nos comédiennes et comédiens ,vous amuseront et vous feront rire de façon endiablée

Réservations : dès la parution du bulletin et jusqu'au vendredi 20 Mai inclus au moyen du bon de réservation accompagné du chèque correspondant, sur le site internet de la Cuvée.

Les personnes n'ayant pas réservé pourront entrer dans la salle le jour du spectacle dans la mesure des places disponibles.

La Bande à Rika vous souhaite un bon spectacle





Vous trouverez toutes les informations relatives à ce voyage dans le journal de février, et le bulletin d'inscription sur le site de la Cuvée.

Le séjour aura lieu du 27 Juin au 2 Juillet en pension complète du dîner jour de l'arrivée au petit-déjeuner jour du départ, paniers repas pour les randonneurs à la journée, apéritif, vin compris au repas. Linge de toilette fournis. Soirées animées.

Le coût du séjour s'élève à 360€/personne. Une assurance annulation (facultative) est possible pour 33€/personne. Chambre individuelle + 25%. Le paiement se fera en trois chèques de 120€/personne, établis au nom de la Cuvée d'Automne. Le premier chèque en février, le deuxième en avril, le troisième en juin. Le transport se fera en covoiturage. Une réunion d'information aura lieu mi juin.

LOULOU



JOURNEE à AIX EN PROVENCE le 18 Mai 2022

VISITE DES HAUTS LIEUX DE LA VILLE D'ART ET CULTURE

Voyage sur les traces de PAUL CEZANNE

45,00 € sur la base de 35 participants minimum



09H 30 : VISITE GUIDÉE D'AIX EN PROVENCE

Au départ de la Grande Fontaine (**Fontaine de la Rotonde**), carrefour des voies internationales. **Le Cours Mirabeau**, un des axes principaux du centre-ville d'Aix-en-Provence, promenade ouverte en 1651, permet d'admirer et de se familiariser avec l'histoire de ses hôtels du 17^{ème} et 18^{ème} siècle. L'un des premiers hôtels construit en 1647 est l'**hôtel Maurel de Pontevès**.



Nous poursuivons vers le **quartier Mazarin**, réalisé sur l'ordre du frère du Cardinal Mazarin. Les hôtels particuliers des 17^{ème} et 18^{ème} siècles sont implantés selon une urbanisation ordonnée. On remarque tout particulièrement au milieu de la *rue du 4 Septembre* et de la *rue*

Cardinale, la **Fontaine des Quatre Dauphins**, décorée en 1677 par Jean Claude Rambot.

De là, on découvre l'**église Saint-Jean de Malte** du 13^{ème} siècle, et beaucoup d'autres magnifiques hauts lieux de cette belle ville qui possède un riche patrimoine architectural.

12H00 : Déjeuner dans un sympathique Restaurant qui nous propose un menu original :

Punch Créole de bienvenue (spécialité de la maison)

Achard de légumes

Rougail de saucisse ou Poulet coco

Riz et Haricots blancs

Gâteau Patates douces

¼ de vin et café

14H 30 : Visite de L'ATELIER DE PAUL CEZANNE

Les jours de pluie ou de grand froid, Cézanne restait là au milieu de ses objets familiers qui sont devenus les modèles de ses natures mortes.

A ne pas oublier : les nombreuses œuvres, aujourd'hui conservées dans les grands musées du monde, dont ses dernières "Grandes Baigneuses", ont été peintes dans cet atelier de lumière et de silence.

Ensuite nous parcourons les routes aux alentours d'AIX sur les traces de Paul Cézanne...



Prix de la journée : 35 personnes minimum

Le prix de 45 Euros comprend : le transport par car grand tourisme, les visites guidées dans la matinée par une guide conférencière, la visite de l'atelier de Paul Cézanne, le déjeuner.

Inscriptions au moyen du bulletin d'inscription en annexe avant le 10 Mai 2022

Pour tout renseignement complémentaire, s'adresser à Christa au 06 14 66 03 42 ou christa.querleux@gmail.com

Rendez-vous devant l'Espace Malraux à 7h00 pour un départ à 7h15

Comme promis sur le bulletin de Janvier, voici
notre "VOYAGE SURPRISE"

Christa vous emmène en ANDORRE & LA CALDEA

HOTEL PANORAMA 4 **** du 26 au 29 AVRIL 2022



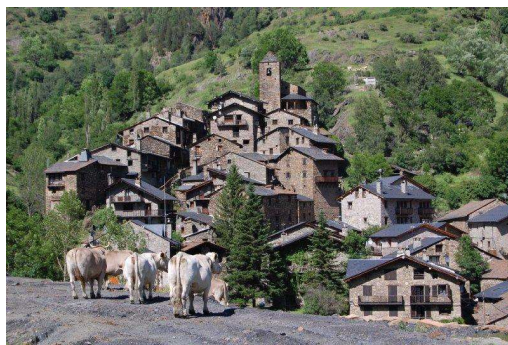
IL RESTE ENCORE QUELQUES PLACES POUR POUVOIR REALISER NOTRE ESCAPE EN ANDORRE



Nous séjournons dans un HOTEL 4* au cœur de la ville et proche à 250m du Centre Balnéo Caldea



PRIX : 299 € par personne (base 50 personnes) (319 € Base 40 personnes) (339 € Base 35 personnes) en chambres doubles.



Ces Prix comprennent : Les excursions mentionnées au programme (voir les détails des excursions dans notre bulletin du mois de février ainsi que les diverses options et l'assurance annulation).

Le transport en autocar Grand Confort et l'hébergement à l'hôtel PANORAMA

La pension complète. : du dîner du 1er jour au petit déjeuner du jour 4. Vin compris à tous les repas

Déjeuner au Restaurant à OS DE CIVIS

Jour 2 La Caldea pour 3 heures de remise en forme de 10 à 13 h 00 :

Jour 3 La Caldea pour 3 heures de remise en forme de 10 à 13 h 00 :

Libre Accès au Fitness club de l'hôtel : piscine, sauna, jacuzzi, etc.

Rdv 06h00 devant le Parking de la Piscine, Av. de la Mer à SIX FOURS LES PLAGES

Départ 06 h 15

Pour tout renseignement complémentaire s'adresser

Christa QUERLEUX tél. 06 14 66 03 42 ou par mail, christa.querleux@gmail.com

SORTIES CULTURELLES

Bonjour à tous,

Ce printemps et cet été, les mélomanes seront au paradis à Six Fours Les Plages ! Que ce soit à la Maison du Cygne ou à la Collégiale une vague de concerts plus prestigieux les uns que les autres nous attendent.

Au mois de juin à la Maison du Cygne

Les Nuits du Cygne

Le prix par concert est de 50 euros

(Carte d'abonnement - réduction de 5 euros par concert)

Le 01 juin à 20h30 : **Jean-Paul Gasparian** au piano pour un récital Debussy et Brahms

Le 03 juin à 20h30 : **David Frey** au piano interprétera Schubert

Le 04 juin à 20h30 : **Moreau Family** au piano, violon et violoncelle récital Schubert et Brahms

Ce concert est gratuit

Le 05 juin à 20h30 : **David Kadouch** nous conduit sur les pas d'Emma Bovary avec Mendelssohn et Chopin

Le 06 juin à 20h30 : **Renaud Capuçon** au violon et **Guillaume Bellom** au piano interprètent Schumann, Brahms et César Franck

Le 10 juin, c'est **Gautier Capuçon** au violoncelle, **Franck Braley** et **Kim Bernard** au piano qui nous régaleront avec Schumann, Beethoven, Messiaen et Debussy

Pour réserver, vous pouvez contacter la Mairie

S'adresser : <http://www.sixfoursvagueclassique.fr/>



LA MINUTE « BIEN ÊTRE » DE NAPHTALINE

Qui n'a pas «baillé » en classe et s' est retrouvé au fond de la salle ?

Le bâillement est un réflexe qui existe non seulement chez l'Homme mais aussi chez tous les vertébrés. On baillerait environ 250 000 fois au cours de sa vie ! Mais que sait-on de ce phénomène naturel ?

- **Pourquoi baille-t-on ?**

Le bâillement serait déclenché par une augmentation de la température du cerveau (ref : Gallup en 2007 «yawning as a brain cooling mechanism») qui se produit souvent lorsqu' on est fatigué, qu'on s'ennuie, qu'il fait chaud ou qu'on est malade. Bailler a donc un effet thermorégulateur pour retrouver notre vigilance (en augmentant le flux du sang artériel vers le cerveau).

- **Un bon bailleur en fait bailler sept !**

_ Soit il s'agit d'empathie : quand nous sommes en groupe, cela permet de prévenir tour à tour les intervenants de rester vigilant ! (au temps de la préhistoire : pour ne pas être surpris par une bête sauvage ! Eh ! Oui ! (étude de Norscia en 2011 « yawn contagion and empathy in homo sapiens »)

_ Soit, ce serait un signal alertant notre horloge biologique qu' il est temps de dormir ou manger et donc synchroniser les activités de groupe.

- **On est moins sensible en vieillissant**

Les bébés baillent plus souvent aussi en prenant leur biberon car ils avalent de grosses gorgées qui provoquent des spasmes bénins du diaphragme.

- **Bailler est bon pour la santé**

Cela permettrait à notre corps de se relaxer. Certains thérapeutes recommandent de le provoquer dans la journée.

- **Lien entre bâillement et sexualité :**

Chez certaines espèces animales, le mâle dominant baille plusieurs fois bruyamment avant de s'accoupler !

Chez l'humain, des bâillements accompagnés d' étirements sont une expression de désir sexuel pour la femme !

- **Bâillement et problèmes digestifs :**

La faim mais aussi des repas trop copieux ou alcoolisés sollicitent les fonctions de la vésicule biliaire et du pancréas. Bailler est lié à la régulation des rythmes de veille, de sommeil et d' alimentation.

Bailler permet de ventiler et « réfrigérer » le cerveau lorsque la température corporelle augmente à cause de la fatigue et de la faim.

- **Astuces pour éviter trop de bâillements :** inspirez lentement par le nez puis expirez en sifflant par la bouche deux ou trois fois (pour augmenter ainsi l'oxygénation), Buvez une boisson fraîche (pour diminuer la température). Appliquer une compresse froide sur le front,

- **Cas particuliers :** si vos bâillements sont accompagnés de symptômes comme des douleurs à la poitrine, des malaises, troubles de la vision ou autre, n' hésitez pas à consulter un médecin.

***** Et comme de coutume voici deux citations pour terminer «sans bâillements » *****

« Je suis si fatigué que je baille en dormant - Sacha GUITRY

«Le concept de liberté est un sujet rebattu dont les premiers mots me font bailler. L'expérience physique de la liberté, c'est tout autre chose - Amélie NOTHOMB

J'espère donc que je ne vous ai pas trop ennuyé car un bon bailleur en fait bailler dix au moins...

PREVISIONS DE SORTIES AVEC CHRISTA

25 au 28 AVRIL : notre « VOYAGE SURPRISE » en ANDORRE et LA CALDEA

18 MAI : Visite d'AIX-EN PROVENCE et promenade sur les traces de CEZANNE

18 au 22 SEPTEMBRE : FETE DE LA BIERE à MUNICH avec séjour au TYROL



BULLETIN D'INSCRIPTION pour
NOTRE "VOYAGE SURPRISE" à ANDORRE & LA CALDEA
HOTEL PANORAMA 4 ** du lundi 25 au jeudi 28 AVRIL 2022**
PRIX : 299€ par personne base 50 personnes, 319€ Base 40 personnes, 339€ base 35 personnes
RDV 06h00 Parking de la piscine - Ave de la Mer à Six-Fours

NOM : Prénom : n° adhérent :

NOM : Prénom : n° adhérent :

Téléphone : e-mail :

Adresse :

Nombre de personnes : Maximum 2 par bulletin

Je joins un chèque de 150 € par personne à l'ordre de « LA CUVÉE D'AUTOMNE ». Le solde est à verser avant le 30 mars 2022, au plus tard

A adresser à : Christa Querleux 203, chemin des Hoirs, bat. « B » 83140 SIX-FOURS LES PLAGES
christa.querleux@gmail.com 06.14.66.03.42

BULLETIN D'INSCRIPTION pour
LES 2 ALPES
Du lundi 27 juin au samedi 2 juillet 2022

360 € par personne

NOM : Prénom : n° adhérent :

NOM : Prénom : n° adhérent :

Téléphone : e-mail :

Adresse :

Nombre de personnes : Maximum 2 par bulletin

Je joins 3 chèques à l'ordre de « LA CUVÉE D'AUTOMNE ».

A adresser à : Louis Caty 91, Allée du Jas Les Jardins De La Vernet 83110 Sanary sur Mer 06/21/13/26/47.

BULLETIN D'INSCRIPTION pour le THEATRE
Du mardi 24 mai 2022 à 15h00 ou du mardi 31 mai 2022 à 20h30

NOM : Prénom : n° adhérent :

Téléphone : e-mail :

Nombre de personnes :

☐ Mardi 24 mai 2022

☐ Mardi 31 mai 2022

Mettre une croix dans la case de votre choix

Droit d'entrée par personne : Adhérent : **5€**

Non adhérent : **10€**

Adresser chèque à l'ordre de la CUVÉE D'AUTOMNE et bon de réservation à **Monsieur Jean ROSSI, 164**
Chemin de l'Oppidum, 83190 OLLIOULES

**BULLETIN D'INSCRIPTION pour
VOYAGE EN ANDALOUSIE
Du Mardi 17 mai au mardi 24 Mai 2022**

1 460 € par personne - Date : Immédiate

NOM : Prénom : n° adhérent :

NOM : Prénom : n° adhérent :

Téléphone : e-mail :

Adresse :

Nombre de personnes : Maximum 2 par bulletin

Je joins un chèque de 1 460€ à l'ordre de « LA CUVÉE D'AUTOMNE ».

A adresser à : Jacqueline DUCLOS - Ville Virginie 1088, Avenue Auguste Renoir - La Seyne sur mer

Tel : 0494947754_0698359610

**BULLETIN D'INSCRIPTION pour
VISITE GUIDÉE D'AIX-EN-PROVENCE ET L'ATELIER DE PAUL CÉZANNE**

Du mercredi 18 mai 2022

**PRIX : 45€ par personne tout compris (transport en autocar privatisé, repas, visite guidée et entrée dans
l'atelier de Paul Cézanne)**

RDV 07h00 Espace Malraux

NOM : Prénom : n° adhérent :

NOM : Prénom : n° adhérent :

Téléphone : e-mail :

Adresse :

Nombre de personnes : Maximum 2 par bulletin

Je joins un chèque de 45 € par personne à l'ordre de « LA CUVÉE D'AUTOMNE ».

A adresser à : Christa Querleux 283, Av. Vincent Picareau «Cœur de Village» App. 34 - 83140 SIX-FOURS
christa.querleux@gmail.com 06.14.66.03.42

