



cuveedautomne83.fr

Le Temps de Vivre

Bulletin de liaison de la Cuvée d'Automne
N° 1 - septembre 2020

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

EDITO

Chères adhérentes, chers adhérents,

Heureux de vous retrouver après toute cette période de confinement.

La rentrée est pour bientôt mais elle sera mouvementée. En effet à cause des mesures sanitaires et des travaux effectués par la commune dans de nombreux locaux qui nous sont prêtés, il sera plus difficile de pratiquer nos activités comme nous le faisons les années précédentes. Cependant nous allons faire tout ce qui est en notre pouvoir, pour que vous puissiez profiter des activités que nous vous proposons dans les meilleures conditions possibles.

A l'heure où ce bulletin est imprimé, des changements pourraient intervenir en fonction de l'évolution de la pandémie. Des dispositions communales, préfectorales et gouvernementales pourraient aussi modifier l'organisation des différentes manifestations prévues.

Le pique-nique de rentrée est maintenu pour le 26 septembre, les mesures bar-

rières imposées par l'administration seront respectées.

Pensez à vous inscrire par correspondance selon les modalités décrites dans l'article à l'intérieur de ce bulletin, car **aucune inscription ne pourra se faire lors de l'assemblée générale.**

Pour ceux qui ne l'auraient pas encore fait, je vous invite à visiter notre nouveau site internet plus moderne et plus interactif. J'en profite pour remercier Yvelyne Nicolas qui pendant de nombreuses années s'est occupée de l'informatique et de l'ancien site. Merci beaucoup.

Nous vous souhaitons de passer une belle fin d'été et espérons vous retrouver très rapidement.

Georges FIGUE

PERMANENCE

Le mardi après-midi de 14 h 30 à 16 h 30
hors vacances scolaires à partir du 22
septembre 2020.

🗓 **PROCHAIN CONSEIL D'ADMINISTRATION**
le 15 septembre 2020 à 14 h 30

SUR VOTRE AGENDA :

-  **15 septembre** : reprise des randonnées du mardi
-  **16 septembre** : réunion des animateurs à 10 h. Allée du Jas des jardins de la Vernette
-  **16 septembre** : reprise des balades aquatiques
-  **18 septembre** : reprise des randonnées du vendredi
-  **26 septembre à 12 h 30** : Pique-nique au centre Guillemard.
-  **05 octobre** : reprise de la gymnastique
-  **10 octobre** : sortie au Musée de la Marine
-  **16/17 octobre** : séjour dans le Verdon.

SUITE AU VIRUS, LA CUVÉE D'AUTOMNE NE FERA AUCUNE INSCRIPTION LORS DE L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE.

ET, POUR ÉVITER UN AFFLUX IMPORTANT A LA PERMANENCE, ELLE INSISTE POUR QUE LES ADHÉRENTS S'INSCRIVENT PAR COURRIER.

MERCI DE VOTRE COMPREHENSION.

SOLIDARITÉ

Dans les moments particuliers et exceptionnels que nous avons vécus du 15 mars à fin juin, la Cuvée d'Automne a souhaité être solidaire de ceux qui nous procurent par leur enseignement beaucoup de bien-être et de plaisir.

Au nom de tous les adhérents de l'Association, le Président a donc décidé de maintenir la rémunération des Professeures, bien qu'elles soient dans l'impossibilité de donner leurs cours. Nous avons eu un retour enthousiaste et touchant de leur part.

En tant que trésorière, je souhaite vous faire part de leur profonde reconnaissance aux membres de l'Association et à son Président, Georges FIGUE.

« Merci mille fois d'avoir continué à me rémunérer jusqu'au bout malgré l'absence de cours. C'est vraiment gentil et généreux de votre part 😊 . J'ai hâte de pouvoir retrouver tout le monde à la rentrée, la bonne ambiance des cours me manque ... »

Sabrina »

« Merci pour le salaire !..... J'ai hâte de retrouver toutes mes activités en espérant que ça reprenne en septembre ! Merci encore et à bientôt. »

Martine »

« Je serai très heureuse de redémarrer l'année en septembre avec fluidité et apaisement..... Je voudrais remercier toute l'association pour votre attention, votre soutien amical, chaleureux et financier durant ces derniers mois. »

Je le fais avec reconnaissance et sincérité,..... vous êtes la seule association qui avez continué à rémunérer les séances durant ce temps suspendu.

Au delà de l'aspect financier qui a été important pour moi, je me suis sentie soutenue dans mon travail et dans ce que je partage avec vous. Votre solidarité m'a émue et m'a aidée durant cette période délicate sur bien des plans.

Delphine »

Certains élèves ont même eu la délicatesse fin juin de nous remettre leur cotisation du dernier trimestre sachant que la Cuvée avait maintenu la rémunération de leur professeure.

Vous avez été à la hauteur de cette solidarité qui fait que nous pouvons tous être fiers d'être membres de la Cuvée d'Automne.

La Trésorière

RANDONNÉES MARDI DEMI-JOURNÉE

Rassemblement à 8 h 30 pour un départ à 8 h 45, parking des Tennis, Avenue de la Mer

Date	Animateur rando 5 à 8 kms	Parcours	Animateur chemins Sans difficultés 5 kms	Lieu
15 septembre	Claude Royer 04 94 34 86 92 - 06 98 25 04 03	Janas Francillon	Jeanie Peticlerc 06 62 54 28 90	Ile du Gaou
22 septembre	Jean Claude Juif 04 94 88 26 77 - 06 24 36 35 83	Le Camp Grotte de Manon	Jeanie Peticlerc 06 62 54 28 90	Cap Nègre
29 septembre	Gérard Hallay 04 94 07 06 12 - 06 78 92 58 63	Le Broussan La Croix du Signal	Jeanie Peticlerc 06 62 54 28 90	Janas Peyras
6 octobre	Robert Choucha 04 94 94 97 88 - 06 16 47 75 33	Bandol Roustagnon	René Calafato 04 94 07 73 96 - 06 60 13 62 32	Sanary Bord de mer

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

Randonneuses et randonneurs

Une période étrange vient de s'écouler. Comme si le temps s'était suspendu. Nous allons repartir sur les sentiers, en respectant les mesures sanitaires, la distanciation obligatoire à adapter entre chaque pratiquant. Port du masque, conseillé pour le co-voiturage, non obligatoire pendant l'activité.

Voilà avec ces quelques recommandations j'espère que ce sera pour nous tous le plaisir de se revoir.

LOULOU

RANDONNÉES JOURNÉE

Rassemblement à 8 h 15 pour un départ à 8 h 30, parking des Tennis, Avenue de la Mer

Date	Animateur	Parcours	Distance	Difficulté
18 septembre	Michel Brinon 04 94 88 65 36 - 06 58 12 76 93	La Calanque d'En Vau depuis Carpiagne	15	3
25 septembre	Michel Brinon 04 94 88 65 36 - 06 58 12 76 93	Roucas Traoucas depuis Le Revest	15	3

LES BALADES AQUATIQUES

Nos randonnées vont reprendre à la mi/septembre (si tout va bien). Pour continuer à profiter pleinement de



la mer, nous vous invitons à partager les plaisirs de l'eau (randonneurs ou non) détente et convivialité assurées.

La marche dans l'eau, c'est bon pour la santé, cette discipline est revigorante, sans traumatisme articulaire.

Les « Balades aquatiques » se feront le mercredi matin,

à la plage du Cros, au Brus, les pieds dans l'eau à 8 h 45. Temps de marche environ 1 h 00 à 1 h 30.

La première se déroulera le 16 septembre 2020. Parking en face de la plage.

Tenue nécessaire pour cette sortie : (shorty ou combinaison suivant la température de la mer), short ou maillot de bain, chaussures aquatiques, casquette, lunettes solaires, crème protectrice etc...

Pour informations complémentaires :

Patrick BRUNET : 06 08 89 12 01

Jean-Claude JUIF : 06 24 36 35 83

Guy MOREAU : 06 06 42 71 25

AQUAGYM

Suite à l'entretien du 1^{er} août avec la direction de la piscine de la Seyne, les cours d'aquagym sont momentanément suspendus, en attendant les nouvelles dispositions dont nous vous tiendrons informés.

Christiane Gérardin 07 57 43 99 12

JEUX DE SOCIÉTÉ

Nous jouerons provisoirement à la capitainerie du Brusc mais, si la date du vendredi 2 octobre est avancée, elle n'est pas confirmée.

Jacqueline Duclos 04 94 94 77 54

GYMNASTIQUE

Aux Adhérents gymnastes

Ce nouvel exercice 2020-2021 se présente sous de mauvais auspices du fait du Covid 19. Selon le peu d'informations diffusées par la Mairie de Six Fours et suivant les directives nationales, les contraintes pour pratiquer la gymnastique en Association sont drastiques.

1. *Le port du masque est obligatoire dès l'entrée et pour la circulation dans les bâtiments, de toute personne de + de 11 ans.*
2. *Nous vous demandons d'éviter tout regroupement dans les lieux de passage donc pas d'attente devant les salles.*
3. *Les vestiaires ne seront pas accessibles et les pratiquants devront arriver et repartir en tenue de sport.*
4. *Chaque association mettra en place son activité dans le respect des règles sanitaires générales, suivant le protocole de sa fédération, en aérant les pièces au maximum (avant, pendant et après la séance), en respectant les effectifs maxi par salle, qui vous seront communiqués, en ayant un responsable covid et en tenant à jour un cahier de présence.*
5. *Chaque association devra nettoyer tous les points contacts avec des produits adaptés, entre chaque créneau-horaire d'utilisation et avant son départ.*
6. *La limite dans le gymnase est fixée à 50 personnes.*

Devant ces difficultés, il a été décidé lors du Conseil d'Administration de repousser au lundi 5 octobre la reprise des cours de gymnastique.

Les inscriptions à l'Association se feront sans la gymnastique en attendant de nouvelles instructions.

M. Gilbert



BULLETIN D'INSCRIPTION

LA VISITE DU MUSÉE DE LA MARINE ET DE LA RADE DE TOULON

Samedi 10 octobre 2020

Prix : 52 € tout compris (traversée par le bateau-bus, la visite audio-guidée et commentée de la Rade de Toulon en bateau, le repas et les pourboires)

NOM : Prénom : n° adhérent :

NOM : Prénom : n° adhérent :

Téléphone : e-mail :

Adresse :

Nombre de personnes : Maximum 2 par bulletin

Je joins un chèque de 52 € par personne à l'ordre de « LA CUVÉE D'AUTOMNE » à adresser à :

Christa Querleux 203, Chemin des Hoirs, « Rés. Les Plages » bât. « B » 83140 SIX-FOURS

christa.querleux@gmail.com - 06 14 66 03 42

Date limite d'inscription et de réception des chèques : le 01 10 2020

C'EST PARTI POUR NOS SORTIES 2020

Visite du Musée de la Marine et de la Rade avec les Bateliers de Toulon

Samedi 10 octobre 2020

Prix 52 € par personne tout compris

Ce jour notre programme nous emmène à Toulon pour une visite du Musée de la Marine et un tour commenté sur un des bateaux des bateliers de la Rade de Toulon.



Seconde Guerre mondiale. Véritable mémoire de l'arsenal de Toulon dont il conserve la majestueuse porte monumentale datée de 1738, le musée possède une collection de modèles de vaisseaux et son existence est intimement liée à l'histoire de son port et de son arsenal. On y accède par l'ancienne porte datant de 1738.

Nous déjeunerons dans un restaurant sur le port où le patron nous a réservé sa terrasse pour un repas gourmand se composant d'un :

Kir et amuses bouches
Hors-d'œuvre
Plat (au choix viande / poisson)
Dessert
¼ de vin par personne et café

Rdv pour le co-voiturage à 8 h 15 sur le parking du Complexe Sportif, av. de la mer (à côté de la Boulangerie Ribeirou) pour nous rendre à l'embarcadere du ponton des Sablettes. Traversée à 9 h 25 avec le bateau-bus en direction de Toulon.

Même pour ceux qui l'ont déjà visité, la découverte ou revisite en audio-guidée du **musée national de la Marine de Toulon** est toujours intéressante et instructive. Ce Musée est installé depuis 1981 à côté de la tour de l'Horloge de l'arsenal, l'un des rares sites historiques à avoir survécu à la

On nous attend à 15 h 00 pour la promenade commentée en bateau nous offrant pendant une heure et trente minutes, une vue imprenable sur la Rade et ses navires de guerre.



Pour tout renseignement complémentaire vous adresser à : Christa tél. : 06 14 66 03 42 ou christa.querleux@gmail.com - le bulletin d'inscription est à envoyer à

Christa QUERLEUX - 203 chemin des Hoirs « Bât. B » - 83140 SIX-FOURS LES PLAGES

WEEK-END DANS LE PAYS DE GRIGNAN

Cette sortie, au regard des problèmes sanitaires actuels, est reportée au 27 et 28 mars 2021 tout en espérant une amélioration de la situation.

Je compte sur vous tous pour maintenir votre inscription pour ce petit voyage car aucun remboursement ne pourra se faire.

Amicalement et à bientôt pour nos petites sorties mensuelles.

Christa

VOYAGE

Le circuit prévu dans les Balkans du 7 au 16 mai 2020 a été reporté sur la période du 3 au 12 mai 2021 en espérant que le problème du covid 19 soit réglé d'ici là.

Le prix et le circuit restent les mêmes soit 1 490 euros avec visite de la Roumanie, de la Bulgarie, de la Macédoine, de l'Albanie et une partie de la Grèce.

Toutes les prestations restent également les mêmes, soit : les assurances, les boissons, le transfert à l'aéroport, le guide francophone, les audiophones individuels et les pourboires.

La chambre individuelle est de 175 euros pour le séjour.

Je vous recommande d'aller sur le site de la Cuvée d'Automne pour le détail du circuit porté en septembre ou octobre 2019, ce sera le même déroulement et les mêmes visites.

Jacqueline Duclos Villa Virginie

1088 avenue Auguste Renoir

83500 La Seyne sur mer tél. : 04 94 94 77 54 / 06 98 35 96 10

PIQUE-NIQUE À GUILLEMARD

Cette année en raison du protocole sanitaire la cuvée d'Automne fête les retrouvailles différemment.

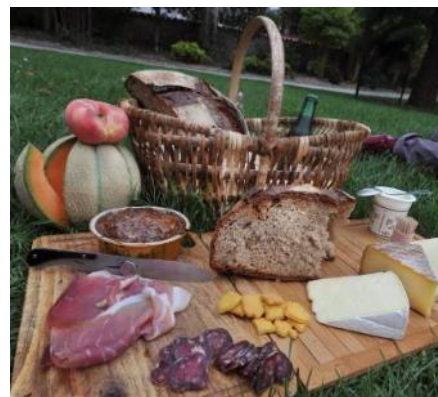
Chacun devra apporter son pique-nique. Sans oublier les couverts.

Apéritif, vin (rosé, rouge) gâteaux offerts par la Cuvée.

Rendez-vous le samedi 26 Septembre à 12 h 30 au centre Guillemard.

Afin de nous permettre de préparer au mieux cette journée, merci de remplir le bon d'inscription à la fin du bulletin pour connaître le nombre de participants.

Bien entendu, gel et masque sont obligatoires.



BULLETIN D'INSCRIPTION POUR LES BALKANS

Nom : Prénom : n° adhérent :

Adresse :

Tél. fixe :tél. port. :

Mail..... (c'est important pour vous contacter)

Nombre de personnes..... 400 € x 3 et x nombre de personnes



BULLETIN D'INSCRIPTION

Pique-Nique le 26 Septembre 2020 à GUILLEMARD

NOM.....PRENOM.....N°ADHERENT.....

NOM.....PRENOM.....N°ADHERENT.....

ADRESSE.....TEL.....

MAIL.....

NOMBRE DE PERSONNES.....

A adresser à Louis CATY 91 Allée du Jas les Jardins de la Vernet 83110 Sanary sur Mer

Réservations limitées au 1^{er} septembre 2020

RÉINSCRIPTIONS

Voici comment procéder pour les inscriptions à la Cuvée d'Automne.

- **Lors de votre inscription dans nos locaux,**

merci de vous munir des documents suivants :

- ✂ Formulaire d'adhésion dûment rempli en **lettres capitales** (*même pour l'adresse mail*).
- ✂ Certificat médical (*éventuellement pour ceux qui ne l'auraient pas déjà fourni*).
- ✂ Carte d'adhérent. La récente au format carte de visite.

- **Pour les adhésions par courrier,**

merci de nous envoyer les documents suivants :

- ✂ Formulaire d'adhésion dûment rempli en **lettres capitales** (même pour l'adresse mail).
- ✂ Certificat médical (*éventuellement pour ceux qui ne l'auraient pas déjà fourni*).
- ✂ Carte d'adhérent. La récente au format carte de visite.
- ✂ Enveloppe timbrée pour la réponse.

ATTENTION ! Tout dossier incomplet ne sera pas traité.

Georges FIGUE

TOCK

L'activité TOCK reprendra à partir du mercredi 7 octobre 2020.

Profitez en pour vous entraîner d'ici là.

À bientôt.

Georges FIGUE



BULLETIN D'INSCRIPTION ou de RÉINSCRIPTION A LA CUVÉE D'AUTOMNE**1 imprimé par adhérent(e)** *(Écrire en lettres majuscules)***ANNEE : 2020-2021**

N° de carte pour les anciens adhérents :

Accueilli(e) par :

NOM	Prénom	Naissance	N° Tél Fixe	N° Tél Port.
		/ /19		

N° de rue	Rue et complément d'adresse	Code postal	Ville

Adresse courriel (mail) (*en majuscules*) : @ .

Cochez les activités que vous pratiquerez effectivement.

Aquagym	Aquarelle	Balades aquatiques	Cercle de lecture	Chorale	Conversation anglaise	Country	Danse de salon	Gymnastique	Informatique
Jeux et cartes	Musique et chansons	Patchwork	Randonnées	Sorties pédestres	Théâtre	Tock	Yoga	VTT	Voyages

	Montant	À payer
Cotisation annuelle	15 €	
Abonnement Bulletin (adresse ci-dessus)	8 €	
Gymnastique (par personne, pour l'année)	40 €	
Randonnées ou sorties pédestres (par personne, pour l'année)	4 €	
Total à payer (chèque au nom de la Cuvée d'Automne)		

Six Fours les Plages le :

Date de l'inscription à l'accueil

Signature

NOUVEAUTÉ :Envoyer votre inscription par courrier à **LA CUVÉE D'AUTOMNE,****avec****Ce bulletin d'inscription rempli entièrement****Votre carte d'adhérent****Votre Certificat médical éventuellement****Votre chèque qui sera encaissé le 21 Septembre****Une enveloppe affranchie à votre adresse****pour le renvoi de vos cartes****ESPACE JULES DE GRELING 107 RUE MARIUS BONDIL 83140 SX FOURS LES PLAGES.**