



TRAIT D'UNION

ÉDITO



Comme tu vas nous manquer.

Dans cette période qui s'ouvre, je ne puis m'empêcher de penser à Mireille Taillardat, notre petite cheville ouvrière depuis de longues années à VLC mais grande de par sa rigueur et son sens de la médiation, particulièrement utiles en ces temps d'adhésion.

Bien sur la page se tourne, il vous faudra donc adresser vos demandes d'adhésion ou vos demandes de renouvellement à une nouvelle venue au sein du CA qui récupère toutes les attributions de Mireille (fichier adhérents, réservations de salles pour les diverses réunions)

Donc un grand merci et bienvenue à Danielle Gaudin.



Je me permets d'insister sur le besoin que nous avons que vos chèques d'adhésion ou de renouvellement soient accompagnés du bulletin rempli de manière exhaustive, cela est très important. Il en va de même pour les inscriptions aux différentes activités.

Ceci dit cette saison s'est terminée de manière festive et conviviale (journée de l'Amitié, concert de fin d'année, pique-nique rando etc).

En perspective se met déjà en place la prochaine saison avec au programme les événements traditionnels de VLC, de très beaux voyages à venir, la participation accrue de VLC aux événements organisés dans le cadre du Téléthon et quelques nouveautés internes à VLC (tournoi de pétanque

En attendant prenez soin de vous, bon été, et à très bientôt.

Bien amicalement

Jacques TILMAN

Président



**Association régie par la loi
du 1^{er} juillet 1901**

Siège social :

**Salles Polyvalentes de la
Mascotte**

**91 impasse des Lilas
83140 Six-Fours-les-Plages**

Tél : 04 94 88 64 45

Website :

www.vlcsixfours.fr

Dans ce numéro :

Édito	1
Voyages et sorties	2
Activités VLC	3
Bulletin d'inscription VLC	15

www.aubryimprim.com

Voyages et Sorties



2023

L'ensemble des voyages prévus pour 2023 se déroulent sans problème jusqu'à ce jour. Ainsi en Janvier un circuit avec les Trains Suisse ont permis de découvrir la montagne et ses glaciers de façon originale, puis en Février découverte de la Thaïlande, en Avril féerie des tulipes aux Pays- Bas, en Mai 2 groupes se sont succédé au Japon et en Juin un groupe est allé rendre visite au monstre du Loch Ness en Ecosse.

A la rentrée de septembre après la semaine de l'Amitié à Rémusat une visite de 4 jours aux Cinq Terres est prévue. Puis en Octobre un autre groupe prendra encore la direction de l'Italie pour aller visiter les Pouilles (inscription toujours possible à ce jour, s'adresser à M Pierre Ottombre). Parallèlement à ce voyage un groupe lui partira pour un séjour et une découverte de la Crète.

Enfin en Novembre une plongée dans le désert avec la découverte du Sultanat d'Oman.

2024

Petit à petit nous mettons en place les destinations pour 2024.

Deux d'entre elles sont bouclées (contrat signé) et les groupes complets.

Il s'agit d'une part du Mexique (8 au 21 mars) et la Croisière sur le Danube (9 au 16 octobre).

Début de ce mois le voyage pour une découverte de Cuba (4 au 15 février) a été présenté à la Mascotte par Sylvie Secardin qui a rejoint la petite équipe qui s'occupe de vous proposer des voyages.

L'île de Cuba est séduisante par son passé, riche en histoire, son architecture coloniale, ses belles voitures d'une autre époque, ses grandes plages de sable fin, et l'accueil chaleureux de ses habitants.

Dépaysement certain pour celles et ceux qui apprécient chaleur et exotisme au milieu de l'hiver. N'hésitez pas à vous inscrire auprès de Mme Secardin

A la rentrée aura lieu la présentation de plusieurs autres destinations dont les programmes sont d'ores et déjà arrêtés et que vous pourrez retrouver sur le site de VLC.

1) Un Grand Tour du Maroc en 15 jours. Ce voyage remplace celui prévu aux Açores que nous avons annulé. Ce circuit très complet, à un prix très très intéressant aura lieu 2ème quinzaine de Mai. (Organisateurs P Ottombre et J Surot)

2) Circuit découverte de l'Islande, pays où le feu et la glace se côtoient au quotidien en 1ère quinzaine de Juin. (Organisatrice Françoise Michaudet)

3) Un voyage en Malaisie, Bornéo et Singapour. Ce circuit s'adresse à tous ceux qui veulent découvrir des mondes différents, des espaces encore vierges.

C'est le voyage à faire une fois dans sa vie. (2ème quinzaine d'avril) Organisateurs P Ottombre et J Surot

4) En septembre une découverte d'Athènes et des Iles Grecques, voyage organisé par Sylvie Secardin.

5) Ultime destination qui vous est proposée pour Octobre 2024 :

L'Albanie et le mystère du pays des Aigles. (Organisateur J Surot)

Cette destination est inédite à VLC car elle n'a jamais fait l'objet d'un voyage.

Nous retirons en effet la Sicile du programme prévu, la destination étant devenue trop chère.

La présentation de ces 5 voyages aura lieu à la Mascotte par des réunions qui vous seront annoncées via une Newsletter et par le site.

Mais dès à présent vous pouvez vous renseigner sur ceux-ci en prenant contact avec les organisateurs indiqués

SORTIES 2023 et 2024

Peu de succès pour les 2 sorties qui vous avaient été proposées au premier trimestre.

Nous vous ferons toutefois 1 ou 2 propositions pour le dernier trimestre 2023 en espérant rencontrer plus de participants.

Pour 2024 les prévisions de sorties n'ont pas changé, il suffit de vous référer au TU précédent pour les retrouver. En tout état de cause n'hésitez pas à contacter les organisateurs et organisatrices de vos voyages ils se feront un plaisir de vous renseigner.

TABLEAU RECAPITULATIF VOYAGES 2024

Cuba	Février	S Secardin	06 83 22 50 11
Mexique	Mars	J Surot	06 45 86 93 90
Malaisie - Bornéo	Avril	P Ottombre	06 67 64 42 47
Maroc	Mai	P Ottombre	06 67 64 42 47
Islande	Juin	F Michaudet	06 66 94 88 90
Athènes – Iles Grecques	Septembre	S Secardin	06 83 22 50 11
Croisière Danube	Octobre	F Michaudet	06 66 94 88 90
Albanie	Octobre	J Surot	06 45 86 93 90

Art Floral



CREATIVITE – HARMONIE - SERENITE

	BULLETIN D'INSCRIPTION	ART FLORAL	2023 - 2024
Vous devez être à jour de votre cotisation VLC		Participation annuelle : 50€	
NOM	<input type="text"/>	Prénom	<input type="text"/>
ADRESSE	<input type="text"/>		
Tel PORTABLE	<input type="text"/>	@ MAIL	<input type="text"/>
Je joins un chèque à l'ordre de VLC			

Arts Plastiques



	BULLETIN D'INSCRIPTION	ARTS PLASTIQUES	2023 – 2024
Vous devez être à jour de votre cotisation VLC - Participation annuelle : 1€			
NOM	<input type="text"/>	Prénom	<input type="text"/>
ADRESSE	<input type="text"/>		
Tel PORTABLE	<input type="text"/>	@ MAIL	<input type="text"/>
Je joins un chèque à l'ordre de VLC			
à adresser à : Gilbert PAYEN - 140 boucle de Jaumard– 83140 Six-Fours les Plages			

Pétanque



La saison 2022-23 se termine.

Durant le 2^{ème} trimestre 2023 nous avons effectué 2 concours (le 1^{er} le 11 Avril avec pour vainqueur Jérôme SUZAN comptant pour la finale 2023 et le second le 6 Juin avec pour vainqueur Marin LA HONDE comptant pour la finale en 2024)

Un concours était prévu le 16 Mai mais ce dernier a été annulé en raison des obsèques de notre grande et dévouée amie Mireille TAILLARDAT que nous n'oublierons pas.

Le matin du 25 Mai devait se dérouler notre grande finale 2023, mais l'orage en a décidé autrement.

Elle a eu lieu vers 15 heures juste après notre Paëlla traditionnelle.

Les finalistes étaient Gilbert MATHIEU, Claude BLANC et Jeanine MANCINI pour une équipe et Jack KUNZ, Christian NATALI et Martine MONCELLI pour l'autre équipe.

Les vainqueurs ont été Jack, Christian et Martine (les photos et le film sont sur le site Pétanque à la rubrique « calendrier des concours de l'année 2022-2023).

Les gagnants ont été récompensés et les perdants n'ont pas été oubliés.

Durant les mois de Juillet et Août l'activité Pétanque est suspendue au sein de VLC.

Maintenant il faut penser à la saison 2023-2024.

L'activité de la section redémarrera début Septembre mais il n'y aura pas de concours ce mois-là.

La date du 10 Octobre 2023 est à retenir pour notre 1er concours.

Les inscriptions pour la saison 2023-2024 reprendront en septembre avec le renouvellement de l'adhésion à VLC (25 € pour une personne ou 35 € pour un couple par chèque à l'ordre de VLC) et la cotisation spécifique à la section Pétanque (5 € par chèque à l'ordre de VLC) **NE PAS FAIRE UN CHEQUE GLOBAL**

Veuillez SVP prendre note des N° de tel des membres de l'équipe d'animation 2023-2024

- Jacques EVRARD 0608600004
- Gilbert MATHIEU 0680128479
- Muriel SUZAN 0632844787
- Léon SUZAN 0681175295

Rappel : L'activité « Pétanque » VLC se déroule le mardi et le jeudi après-midi entre 14h00 et 18h00 en période d'été (heure d'été) et de 13h30 à 17h30 en période hivernale (heure d'hiver)

Bel été à toutes et tous et rendez-vous début septembre

Jacques EVRARD



BULLETIN D'INSCRIPTION

PETANQUE

2023 – 2024

Vous devez être à jour de votre cotisation VLC

Participation annuelle : 5 €

NOM Prénom Téléphone
 ADRESSE
 Tel PORTABLE @ MAIL

Je joins un chèque à l'ordre de VLC

à adresser à : **Muriel SUZAN 36 allée des chardonnerets 83500 La Seyne sur Mer**
06 32 84 47 87 -suzanmuriel@yahoo.fr

Bridge



Venez rejoindre notre groupe d'amis tous les mercredis de 13h45 à 18h00 au cercle de l'amitié près de la résidence Frédéric Mistral, 135 rue de la Cauquière.

	BULLETIN D'INSCRIPTION	BRIDGE	2023 – 2024
Vous devez être à jour de votre cotisation VLC - Participation annuelle : 1€			
NOM	<input type="text"/>	Prénom	<input type="text"/> Téléphone <input type="text"/>
ADRESSE	<input type="text"/>		
Tel PORTABLE	<input type="text"/>	@ MAIL	<input type="text"/>
Je joins un chèque à l'ordre de VLC			
à adresser à : Yves GAMBIN – 268 chemin de Jouglas – 83140 Six-Fours les Plages			

Chorale



Après une année bien studieuse, toujours dans la bonne humeur et l'amitié, les choristes vont prendre du repos pour être en forme dès la rentrée de septembre pour préparer deux concerts en novembre et décembre.

Cette année la chorale Les Alizés a donné 2 concerts, un le 5 mars et l'autre le 11 juin et participé à Retina en avril avec 4 autres chorales.

Les fidèles de la chorale ont apprécié le résultat du travail accompli et cela nous encourage pour la prochaine année.

Geneviève BARDY
06 81 16 53 33



Reprise des répétitions le 19 septembre dans la Salle de l'Amitié de 9h à 12h tous les mardis. La participation à la chorale est de 80 € pour l'année, l'inscription à VLC est de 25€ pour une personne seule, 35€ pour un couple.

Bulletins à la fin du TU.

Venez nous rejoindre !!

	BULLETIN D'INSCRIPTION	CHORALE LES ALIZES	2023 - 2024
Vous devez être à jour de votre cotisation VLC			
Participation annuelle : 80 €			
NOM	<input type="text"/>	Prénom	<input type="text"/> Téléphone <input type="text"/>
ADRESSE	<input type="text"/>		
Tel PORTABLE	<input type="text"/>	@ MAIL	<input type="text"/>
Chèque d'inscription à l'ordre de VLC (il ne sera accepté qu'après un entretien avec le Chef de Chœur, pour les nouveaux inscrits).			
à adresser à : Geneviève BARDY – 135 rue de la Cauquière – Le Frédéric Mistral -- 83140 Six-Fours-les-Plages Tél : 06 81 16 53 33 E-mail : bardygene@gmail.com			

Echecs



Les ECHECS un jeu, non ! Classé comme sport depuis 2000, dépend désormais du ministère des sports.

Les bénéfices sont multiples, notamment chez les séniors à une période de la vie où le cerveau est menacé par les maladies neurodégénératives.

Cette activité, pratiquée de façon régulière, demande Concentration, Logique Réflexion et améliore la Mémoire.

- 1) Une étude, réalisée par le Dr Friedland en 2001, démontre que cela réduit de 35% le risque de développer la maladie d'Alzheimer. Confirmée par une étude russe démontrant que les joueurs d'Echecs ont 6 fois moins de risque d'attraper cette terrible maladie.
- 2) Une autre étude canadienne de 2013 par le « Canadian Medical Association » (<https://www.cmaj.ca/content/185/10/881>) confirme que le jeu réduit le déclin cognitif chez les personnes âgées.
- 3) Les échecs sont un jeu demandant énormément de réflexion, ce qui a pour effet d'activer le cerveau et de faire travailler les neurones. Et c'est exactement ça qui permet aux échecs d'avoir un tel pouvoir sur la santé mentale de tous les joueurs, et en particulier des personnes âgées. En effet, un cerveau non sollicité, ou du moins pas assez, est un cerveau qui va doucement se dégrader, surtout après la soixantaine.

Pour vous occuper l'esprit cet été, voici 2 problèmes :

1) assez difficile :

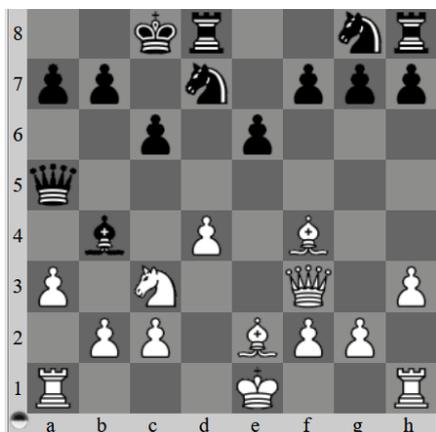
Le Fb4 semble imprenable car la Dame se délecterait de la Tour en a1...

Mais les blancs réservent une belle surprise en prenant tout de même le Fou !!!

Alors erreur fatale ou pas ???

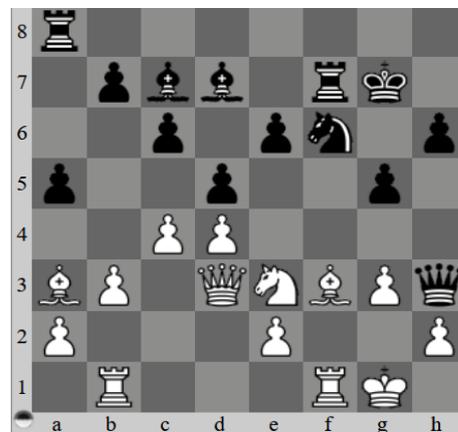
Quels sont les meilleurs coups que vous joueriez ?

Trait aux blancs : a x b4



2) Plus facile :

La Dame noire s'est aventurée seule dans les lignes ennemies. Comment les Blancs en profiteront-ils ? **Trait aux Blancs.**



Cet été nous jouerons, les jours où cela sera possible (sans vent, ni pluie) dans la forêt de Janas (parking en terre en contrebas du camping Huttopia) et reprendrons à Six-Fours, salle Malraux le lundi 11 septembre à 14 H 15



BULLETIN D'INSCRIPTION

ECHECS

2023 - 2024

Vous devez être à jour de votre cotisation VLC - Participation annuelle : 1€

NOM Prénom Téléphone

ADRESSE

Tel PORTABLE @ MAIL

Je joins un chèque à l'ordre de VLC

à adresser à : **Michel LEGER – 633 chemin de Donicarde – 83500 La Seyne sur mer**

Généalogie



BULLETIN D'INSCRIPTION

GENEALOGIE

2023 - 2024

Vous devez être à jour de votre cotisation VLC

Participation annuelle : 30 €

NOM [] Prénom [] Téléphone []

ADRESSE []

Tel PORTABLE [] @ MAIL []

Je joins un chèque à l'ordre de VLC

à adresser à : **Rolland Bresson – 34 Lotissement la Verdoulette, 83500 la Seyne**

Gymnastique douce



Une année se termine et voici la nouvelle qui débutera le lundi 25 Septembre 2023, et nous vous attendons en pleine forme.

Nous vous rappelons que les horaires restent inchangés, à savoir tous les lundis

- Le 1° groupe à partir de 9 Heures
- Le 2° groupe à partir de 10 Heures

comme d'habitude, Michelle SEGADO assurera les 2 cours et bien entendu les Messieurs sont toujours les bienvenus. D'ores et déjà vos bulletins d'adhésions à VLC sont disponibles sur le site VLC Six-Fours

- Le bulletin d'adhésion à VLC soit 25 € par personne et 35 € par couple à l'ordre de VLC – à adresser à Danielle GAUDIN - 142 avenue du Verger – 83140 Six-Fours
- Le bulletin de cotisation à la GYM soit 60 € par personne et par chèque à l'ordre de VLC

et à adresser à Josette BASSAT - « Les Pins » bat A entrée B 296 Avenue Noël Verlaque 83500 La Seyne- sur- Mer

N'oubliez pas de joindre à vos règlements **IMPERATIVEMENT**

le bulletin d'adhésion et de cotisation dûment remplis

Amitiés à tous et très bonnes vacances



BULLETIN D'INSCRIPTION

GYMNASTIQUE DOUCE

2023 - 2024

Vous devez être à jour de votre cotisation VLC

Participation annuelle : 60 €

NOM [] Prénom [] Téléphone []

ADRESSE []

Tel PORTABLE [] @ MAIL []

 Je choisis le Groupe 1 Je choisis le Groupe 2 Je joins le Certificat médical

Je joins un chèque à l'ordre de VLC.

à adresser à : **Josette BASSAT – « Les Pins » Bat A – Entrée B – 296 avenue Noël Verlaque – Les Sablettes – 83500 La Seyne-sur-Mer**

Golf



En mai notre voyage annuel en Toscane a été très apprécié par les golfeurs.

De beaux parcours et de magnifiques visites touristiques à Pise, Volterra, Sienne, San Gimignano, Gênes, île d'Elbe, etc., ont ravi les participants.

Pour début septembre, nous préparons un stage de perfectionnement d'une journée, dans un golf des environs. Du 25 au 29 septembre prochain, nous nous retrouverons en Haute-Savoie sur les golfs d'Annecy Talloires, Giez et Aix-les-Bains, l'hébergement, se situant sur les hauteurs du lac d'Annecy.

Enfin, comme chaque année une réunion d'information sera organisée en octobre à la Salle Polyvalente de la Mascotte de Six-Fours pour présenter l'agenda des futurs événements de la section.

N.B. Pour profiter des prochains événements de la section Golf et bénéficier de tarifs avantageux pour les achats de green fees, il est d'ores et déjà conseillé de vous inscrire ou réinscrire en remplissant les bulletins joints dans ce T.U.

		BULLETIN D'INSCRIPTION		GOLF		2023 – 2024	
Vous devez être à jour de votre cotisation VLC Participation annuelle : 20€							
NOM	<input type="text"/>	Prénom	<input type="text"/>	Téléphone	<input type="text"/>		
ADRESSE	<input type="text"/>						
Tel PORTABLE	<input type="text"/>	@ MAIL (MAJ)	<input type="text"/>				
N° de licence	<input type="text"/>	Index	<input type="text"/>				
Personne à prévenir en cas d'accident	Nom, Prénom		<input type="text"/>	Tel	<input type="text"/>		
Remplir un bulletin par personne, y joindre un chèque de 20,00 € (individuel) ou 40,00 € (couple)							
Chèque à l'ordre de VLC							
Claude Occhiminuti – 25 impasse Saint Pierre 83110 Sanary 06 62 28 66 37 claudiocchiminuti@gmail.com							
à adresser à : <i>(Si ce n'est pas déjà fait, merci d'adresser, par ailleurs, à Claude OCCHIMINUTI, une photo d'identité pour compléter notre "trombinoscope" et de préférence par mail au format JPEG)</i>							

Informatique



Cette année s'achève et, si elle a été moins perturbée que la précédente, nous avons quand même pu observer une désaffection et un manque d'assiduité dans les présences.

Nous espérons une plus forte fréquentation de nos activités à la rentrée.

Les ateliers informatiques reprendront fin **septembre 2023**, avec pour le moment les mêmes animateurs et les mêmes sections.

Peut-être trouverons nous quelques nouveaux bénévoles pour animer une section MAC et une IMAGES mais ce n'est pas facile de trouver des personnes désireuses de donner de leur temps.

Informations à suivre dans le TU.

Pour pouvoir participer aux activités **il faut impérativement être inscrit à VLC.**

Juillet – Août - Septembre 2023 - 8

La participation annuelle est de **25€ pour un atelier**, et **10€ par atelier supplémentaire** pour ceux qui veulent participer à plusieurs ateliers.

Lors de votre inscription indiquer **le ou les ateliers souhaités**.

À adresser à **Mireille GUILLEM : 124 AVENUE DES PALMIERS 83140 SIX FOURS, avant le 24 septembre 2023.**

Le bulletin d'inscription est à remplir également pour les anciens inscrits, indiquer, **si possible**, un numéro de **mobile et une adresse email**.

Une permanence sera tenue au **2° étage de La Mascotte le Mardi 19 septembre 2023, de 10h à 11h30** par **Mireille GUILLEM. Uniquement ce jour-là.**



BULLETIN D'INSCRIPTION

INFORMATIQUE

2023 - 2024

Vous devez être à jour de votre cotisation VLC

Participation annuelle :

- pour 1 atelier des groupes 1 – 2 – 3 GR1 – 3GR2 – 4 – 6 : 25 €
- Atelier 5 et 6 un semestre : 10 €
- Par atelier supplémentaire : 10 €

NOM Prénom Téléphone

ADRESSE

Tel PORTABLE @ MAIL

Je joins un chèque à l'ordre de VLC – **Aucune inscription ne sera prise par téléphone.**

À adresser à : **Mireille GUILLEM – 124 avenue des palmiers – 83140 SIX FOURS**

Jeux de société



CONCOURS DE TAROT

Le 1er concours de tarot VLC s'est bien passé, dans une bonne ambiance 16 joueuses / joueurs ce sont affrontés pendant les parties de cartes.

Autour d'un apéro des lots ont été remis aux 10 premiers et un lot de consolation à la dernière...

Compte-tenu du résultat de cette après-midi, d'autres concours seront programmés à partir d'octobre 2023.

Il faut déjà prévoir la rentrée de septembre !

La section jeux vous propose différentes après-midis de jeux soit :

belote, contrée, tarot, pyramide, questions pour un champion et scrabble

toutes ces après-midis sont à votre disposition et on vous attend. A bientôt.



BULLETIN D'INSCRIPTION

JEUX DE SOCIETE

2023 – 2024

Vous devez être à jour de votre cotisation VLC - Participation annuelle : 1€

NOM Prénom Téléphone

ADRESSE

Tel PORTABLE @ MAIL

Je joins un chèque à l'ordre de VLC à adresser à :

Jeux de cartes **Patrick HECQUET – La Tarentelle Bât B –159 chemin de Brémond – 83500 La Seyne sur mer**

Pyramide **Albine FALLER – 205 rue des Bengalis – 83140 Six-Fours les Plages**

Scrabble **Ghislaine SOLBES – La Palmeraie D3 –18 avenue Général Carmille – 83500 La Seyne sur mer**

Questions pour un champion **Marie PLESSY – 55 rue du docteur Fernand Clément – 83200 Toulon**

Langues étrangères



Chers adhérents et amis,

La section langues va reprendre ses activités en septembre (voir planning). Les nouveaux adhérents désirant suivre un ou plusieurs cours de langues doivent prendre contact avec notre Responsable Administratif, Albert BLANC, afin de s'inscrire. Cette démarche est essentielle car elle nous permet d'organiser les groupes de l'année 2023-2024. Si l'atelier de langue de votre choix est complet, inscrivez-vous sur la liste d'attente ou dans un groupe moins chargé, selon votre désir. La participation pour un cours de langue annuel est de 30€ et 15€ pour une langue supplémentaire.

Il est impératif pour tous d'envoyer :

- un **bulletin d'inscription avec la participation à l'activité section langues** : à Albert BLANC, 125, Avenue Auguste Plane, Les Jardins de Sand A1, 83500 LA SEYNE SUR MER

- un **bulletin d'inscription à VLC** avec la cotisation de 25€ pour un adhérent ou 35€ pour un couple (cette cotisation est à payer pour cette nouvelle année 2023-2024) à **V.L.C.** Danielle GAUDIN,
142 avenue du Verger

83140 Six-Fours les Plages

Sans bulletin d'inscription nous ne pourrions pas vous inscrire !

REMERCIEMENTS :

Nous tenons à remercier tous nos apprenants/étudiants qui nous font confiance année après année et qui contribuent par leur assiduité, leur motivation et leurs personnalités au dynamisme de notre section Langues. Un grand merci à nos intervenants qui nous ont fait partager leurs connaissances linguistiques pendant cette année .

1) Les niveaux de langues sont : Débutants, Faux-débutants, Pré-intermédiaires / Intermédiaires /Avancés/ Conversation.

2) Signalons qu'il n'y a qu'un seul cours «Débutants» en Anglais. Nous ne sommes pas une École de langues et ne pouvons recommencer un cours de langue à zéro chaque année.

3) Nous n'avons pas pour le moment trouvé d'intervenant en italien et en allemand pour l'année 2023-2024. C'est pourquoi nous faisons appel aux bonnes volontés : Professeurs d'italien, allemand, personnes d'origine italienne, allemande ou connaissant l'italien, l'allemand, vous qui aimez transmettre, vous qui aimez parler italien, allemand n'hésitez pas à vous faire connaître. Nos cours se font dans une ambiance décontractée voire ludique pour certains. (Contactez Albert Blanc ou Raymond Faure)

4- Une communication de Richard (Britannique): Tous les lundis de 9h45 à 10h45 à la Mascotte. Richard continue ses cours avec Nicole, THÈME :« American cinéma through the 20th century», Bon niveau d'anglais requis. Support papier de texte en anglais fourni en classe, petits exercices en relation avec le texte fait en classe.

Pour les futurs adhérents :

C'est avec grand plaisir que nous accueillerons aussi les nouveaux adhérents en septembre. A ce sujet signalons le magnifique site de l'association : «vlcsixfours.fr» et le travail exemplaire de tous ceux qui le font fonctionner; nos amis de l'informatique, les secrétaires, les responsables de l'association et les divers intervenants des activités. N'hésitez pas à visiter ce site car il est très agréable dans sa présentation, très complet et clair.

Pour conclure, nous tenons à remercier tous nos amis qui assurent la gestion et le fonctionnement harmonieux de VLC (Président, Vice-Président, Trésorerie, Secrétariat, Intervenants...), ainsi que la Municipalité de Six Fours qui nous héberge gracieusement.

Bonnes vacances à toutes et à tous.

Albert Blanc : Responsable Administratif de la section Langues

Tel: 06 09 42 73 42 –E-mail : vlc.langues@gmail.com
 Raymond Faure : Responsable Pédagogique Tel: 06 30 18 93 89 –
 E-mail : raymond11faure@gmail.com

Section Langues année 2023-2024

Langue	Animateur	Jour	Niveau	Horaire	Reprise des cours	places dispo
Anglais	Catherine J	lundi	Pré-Intermédiaires	13h30-14h30	02-oct-23	5
	Catherine J	lundi	Intermédiaires	14h30-15h30	02-oct-23	4
	Catherine J	lundi	Confirmés	15h30-16h45	02-oct-23	4
	François	Mardi	Faux débutants	16h00-17h30	19-sept-23	8
	Josiane	Vendredi	Intermédiaires	16h00-17h00	22-sept-23	5
	Raymond	Mercredi	Intermédiaires	8h30-9h30	20-sept-23	5
	Raymond	Mercredi	Intermédiaires	9h30-10h30	20-sept-23	5
	Martine	Jeudi	Avancés	8h30_10h00	21-sept-23	2
	Martine	Jeudi	Avancés	10h00-11h30	21-sept-23	2
	Jacques	Vendredi	Conversation	14h00-15h45	06-oct-23	6
	* Richard / Nicole	lundi	Short stories	9h45-10h45	02-oct-23	6
Espagnol	** Eugène	Vendredi	Intermédiaires	14h00-15h25	29-sept-23	5
	Maria	Mardi	débutants	10h45-12h00	19-sept-23	5
	Ana	Mercredi	débutants	16h05-17h05	à préciser	
	Catherine S	à préciser	débutants	11h00-12h00	à préciser	
	Sabine	Mardi	Conversation	8h30-10h30	19-sept-23	1

** Les séances Espagnol d'Eugène ont lieu à l'Espace Culturel Malraux (Salle Economie Familiale)
 pour les cours complets des listes d'attente sont ouvertes

	BULLETIN D'INSCRIPTION	LANGUES ETRANGERES	2023- 2024
Vous devez être à jour de votre cotisation VLC			
Participation annuelle : 30€ + 15€ par langue supplémentaire			
NOM	<input type="text"/>	Prénom	<input type="text"/> Téléphone <input type="text"/>
ADRESSE	<input type="text"/>		
Tel PORTABLE	<input type="text"/>	@ MAIL	<input type="text"/>
Elève 2021-2022	<input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	SI OUI :	<input type="text"/>
		Professeur(s)	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> Langue 1 :		Niveau :	Jour/Horaire
<input type="checkbox"/> Langue suppl :		Niveau :	Jour/Horaire
<input type="checkbox"/> Langue suppl :		Niveau :	Jour/Horaire
Je joins un chèque à l'ordre de VLC			
à adresser Albert BLANC – Les Jardins de Sand A1 – 125 avenue Auguste Plane – 83500 La Seyne sur Mer			
impérativement à :			

Théâtre



BULLETIN D'INSCRIPTION

THEATRE

2023 – 2024

Vous devez être à jour de votre cotisation VLC - Participation annuelle : 1€

NOM Prénom Téléphone
 ADRESSE
 Tel PORTABLE @ MAIL

Je joins un chèque à l'ordre de VLC

à adresser à : **Christian LEPINE – Les mas de la Levade, 775 chemin des Hoirs, 83140 Six Fours**

Randonnées



Bonjour à tous,

Un nouveau trimestre s'est écoulé ! Que le temps passe vite avec vous !

Avec son lot de joies et de tristesse Je n'insisterai pas trop sur le départ de Mireille qui nous manque déjà tellement, elle qui s'était tant investie dans notre section et bien sûr pour VLC...

La roue tourne de nombreuses randonnées réalisées d'autres annulées pour raison météo !

Allons de l'avant, dernier TU de l'année, des nouveautés ...

Merci à MarieJo Gester, Danielle Gaudin et Pascal Traver, qui viennent donner un coup de main aux animateurs en tant que serre-file. Sans oublier Françoise Curnillon qui reprend du service ! Et Chantal Quaglieri qui prend la suite de René Boitel pour la gestion des sorties bus et des séjours.

La saison prochaine, la licence passe à 32 € ! Votre participation à l'activité est inchangée (20 ou 5€)

Afin de s'adapter à la fréquentation de nos activités, nous aurons une randonnée G3 un samedi sur deux, en alternance avec la balade G4.

Nous cessons les randonnées à compter du 15 juin 2023... Apres notre pique-nique de fin de saison à la Verne qui hélas s'est vu annulé du aux orages.

Un grand merci à tous pour votre participation, passez un bel été, et on se retrouve à la rentrée en ayant fait le plein de motivation et d'entrain.

Toute l'équipe d'animation.

Les sorties bus

Pour la saison prochaine, nous n'aurons plus de WE bus ! Par manque de personnel la mairie est contrainte de les supprimer. Mais nous aurons 4 sorties à la journée programmées en octobre 2023 et en fevrier mars mai 2024.

La sortie bus du week end du verdon les 13 et 14 mai 2023

Bien organisée par nos animateurs elle commença par une rando du point sublime vers Trigance. Tout d'abord une belle descente le long du verdon vers un pont magnifique, et là commença la remontée vers un plateau verdoyant. Pour arriver à Trigance et retour vers le pont de Carrajuan où nous attendait notre bus.

Le soir au gîte après un apéro remarquable servi par René, nous avons eu un repas plutôt médiocre avec un vin imbuvable. Heureusement le petit déjeuner le matin était correct.

La rando du 2eme jour exclusivement réservée au sentier Martel, débuta par une longue descente du chalet de la Maline vers le GR4 qui suit le Verdon, très belle randonnée qui se termina hélas par un orage de grêles. Arrivés au car nous dûmes nous changer et n'avons pas eu assez de temps pour prendre le cidre et les gâteaux ; ce n'est que partie remise.

Séjour « Randonnées » Du 25 juin au 01 Juillet 2023 dans le Mercantour

La marche nordique

Comme la saison passée la Marche Nordique se pratique tous les mardis et jeudis matin.
Venez nombreux pour prendre un bol d'air, faire un peu d'exercice et soutenir l'engagement de nos animateurs
Un grand merci à nos animateurs dévoués.



BULLETIN D'INSCRIPTION

RANDONNEE PEDESTRE

2023 - 2024

Vous devez être à jour de votre cotisation VLC

Coût licence FFRP (assurance comprise) : **32.00 €**

Participation fonctionnement de la section « randonnée » :

Toutes activités : **20 €**

Marche nordique et promenade du samedi après-midi uniquement : **5 €**

- **Facultatif abonnement magazine Passion Rando : 10 €**

NOM Prénom Date de naissance
ADRESSE
Tel Port/Fixe @ MAIL

Personne à prévenir en cas d'accident

Nom/Prénom N° de téléphone

J'atteste avoir répondu « NON » à toutes les questions du questionnaire de santé (disponible sur le site).
J'accepte que les informations saisies dans ce formulaire soient utilisées, exploitées et collectées par VLC dans le cadre de l'activité randonnée.

Je m'engage à respecter le règlement intérieur de VLC (disponible sur le site)

Ce formulaire devra parvenir à l'adresse ci-dessous accompagné de :

- Un chèque à l'ordre de VLC du montant global **pour la section randonnée.**
- Un certificat médical : Exigé annuellement pour les personnes ayant coché au moins une case « oui » du questionnaire médical (disponible sur le site).

Pour les autres le certificat médical est valable 3 ans.

(Mention manuscrite : Lu et approuvé) A : _____ Le : _____

à adresser à : **Gérard Gaudin - 142 av du Verger - 83140 Six-Fours-les-Plages**
Tél : 06 01 41 65 64

Cercle Vidéo



Comme chaque année notre saison vidéo s'est achevée avec notre traditionnel repas amical, dans une ambiance très conviviale !

Depuis, les membres du collège restent en contact pour préparer la prochaine rentrée !

Cette rentrée est prévue le mardi 26 septembre 2023 dans notre salle habituelle de la Mascotte et nous proposerons cette première séance « portes ouvertes » gratuite afin que tout adhérent de VLC puisse accéder, s'il est intéressé, à notre méthode de travail : maîtrise du matériel (caméra, smartphone) prises de vues (vidéos ou photos), montage de films sur logiciel, stages en plein air...

Une équipe d'amateurs bénévoles pourra répondre à vos questions et ce premier contact se terminera par un pot de l'amitié !

Pour rappel, nos ateliers se dérouleront tous les mardis, de 14h30 à 17h.

La reprise des séances à Daudet est prévue le 15 janvier 2024 et nous espérons qu'un Festimage pourra être programmé !

Profitez des vacances pour prendre des photos ou des vidéos avec caméra ou smartphone... et nous vous aiderons à réaliser votre propre montage !

Toute l'équipe est prête à vous faire découvrir et partager sa passion !

Nous espérons accueillir de nouveaux membres dans notre section afin de retrouver une dynamique sur la production de films à présenter à Daudet ! Nous sommes sollicités par un public fidèle qui nous soutient !

Nous vous donnons rendez-vous le mardi 26 septembre 2023 et vous invitons à consulter notre site VLC pour toute information complémentaire.

Notre section sera également représentée lors du « forum des associations » en septembre !

Pour plus de renseignements vous pouvez contacter :

Gérard ROCHEDIX : 06-40-52-29-86

Claudia PAUL : 06-81-34-14-25

	BULLETIN D'INSCRIPTION	VIDEO	2023 - 2024
Vous devez être à jour de votre cotisation VLC Participation annuelle : 25 €			
NOM	<input type="text"/>	Prénom	<input type="text"/>
ADRESSE	<input type="text"/>		
Tel PORTABLE	<input type="text"/>	@ MAIL	<input type="text"/>
Je joins un chèque à l'ordre de VLC			
à adresser à :			

Yoga



Bonjour à toutes et à tous.

La fin des cours a eu lieu le 22 juin

La reprise des cours se fera le lundi 2 octobre

Bonnes vacances.

Mme Dealet Agnès.

	BULLETIN D'INSCRIPTION	YOGA	2023 – 2024
Vous devez être à jour de votre cotisation VLC Participation annuelle : 90 € (assurance comprise)			
NOM	<input type="text"/>	Prénom	<input type="text"/>
ADRESSE	<input type="text"/>		
Tel PORTABLE	<input type="text"/>	@ MAIL	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> Je choisis la séance du lundi 12 h (Dojo)	<input type="checkbox"/> Je choisis la séance du mercredi 15 h 15 (Dojo)	<input type="checkbox"/> Je choisis la séance du mercredi 18 h 30 (Dojo) priorité aux personnes travaillant	<input type="checkbox"/> Je choisis la séance du jeudi 11 h30 (salle de danse)
<input type="checkbox"/> Je choisis la séance du jeudi 12 h 30 (salle de danse)			
Je joins un chèque à l'ordre de VLC.			
à adresser à : A DEALET – 1021 Bd des écoles Apr 10, 83140 Six Fours les Plages			

Inscription à VLC



Cette inscription devra parvenir, accompagnée d'un chèque à l'ordre de **V.L.C.**, au responsable du fichier adhérent :
Danielle GAUDIN - 142 avenue du Verger - 83140 Six Fours les Plages.
Cette adhésion est obligatoire pour pouvoir s'inscrire aux activités de l'association.

	Adhésion	Renouvellement Adhésion	MEMBRE N° 1	2023 – 2024
NOM	<input type="text"/>	Prénom <input type="text"/>	Date de naissance	<input type="text"/>
ADRESSE	<input type="text"/>			
Téléphone Fixe	<input type="text"/>	Téléphone portable	<input type="text"/>	
@ MAIL (en MAJUSCULE)	<input type="text"/>			
Personne à prévenir en cas d'accident				
Nom/Prénom	<input type="text"/>	N° de téléphone	<input type="text"/>	

	Adhésion	Renouvellement Adhésion	MEMBRE N° 2	2023 – 2024
NOM	<input type="text"/>	Prénom <input type="text"/>	Date de naissance	<input type="text"/>
ADRESSE	<input type="text"/>			
Téléphone Fixe	<input type="text"/>	Téléphone portable	<input type="text"/>	
@ MAIL (en MAJUSCULE)	<input type="text"/>			
Personne à prévenir en cas d'accident				
Nom/Prénom	<input type="text"/>	N° de téléphone	<input type="text"/>	

COTISATION ANNUELLE A L'ASSOCIATION

25,00 € pour une personne et 35,00 € pour un couple - Facultatif : 5,00 € pour l'envoi du T.U. papier

(Mention manuscrite : Lu et approuvé

A :

Le :

Signature (1) :

Signature (2) :

VLC

Salles Polyvalentes de la MASCOTTE
91, impasse des Lilas
83140 Six-Fours-les-Plages
Tél. 04 94 88 64 45

