

TRAIT D'UNION

2024



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

Tél : 04 94 88 64 45

Website : www.vlcsixfours.fr

Dans ce numéro :

Edito	1
Prochain TU	2
Activités	2
Journée découverte	10

Vos rendez-vous :

27 janvier : Galette des Rois
12 février : Séance Vidéo
19 février : Conférence
15 mars : journée découverte
18 mars : Séance Vidéo

www.aubryimprim.com

ÉDITO

A l'An qué ven !

Pour commencer mon édito, au nom du conseil d'administration et de moi-même, nous souhaitons à chacun d'entre vous, ainsi qu'à ceux qui vous sont chers, nos meilleurs vœux de bonheur et de santé pour 2024.

Notre vocation, hier comme aujourd'hui reste la même : celle de faire connaître à tous nos membres le plaisir d'être ensemble, la joie et la bonne humeur ainsi que la santé physique et morale de nos sections. Premier événement de l'année : Notre traditionnelle Galette des Rois, salle André Malraux le **samedi 27 janvier, à 14h00**, nous permettra de nous réunir dans une ambiance festive et joyeuse.

(Bulletin d'inscription disponible sur le site en page d'Accueil, que les retardataires se dépêchent de s'inscrire).

A cette occasion nous remettons un chèque à **Madame Dany CAYOL, « marraine » du Téléthon**, chargée de l'organisation sur le plan local, ainsi qu'une contribution aux **œuvres sociales du CCAS (chèque remis à Mr Pérez)**, comme tous les ans.

Merci à tous les animateurs qui ont organisé la collecte des dons dans les Sections et merci à tous les donateurs.

J'en profite pour souligner la volonté de VLC de s'impliquer de manière plus importante dans des événements en collaboration avec les autres associations de notre ville.

Puis au fil des mois se dérouleront nos activités ponctuées de nos événements traditionnels : Sortie découverte, journée de l'Amitié, semaine de l'Amitié et bien d'autres.

Jacques TILMAN
Président

2024

Prochain TU du 2^{ème} trimestre 2024



Vos articles devront parvenir impérativement avant le 15 mars 2024 à :



Jean Pierre Gourirand

☎ : 06 69 34 70 36

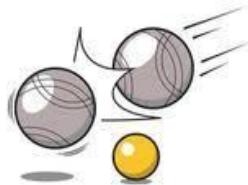
E-mail : vlc.secretaire@orange.fr

Jacques Tilman

☎ : 06 23 35 33 97

E-mail : jacques.tilman@neuf.fr

Pétanque



Nous sommes déjà en 2024. Les fêtes sont terminées

La section Pétanque vous présente ainsi qu'à vos proches tous nos vœux pour cette nouvelle année.

La fin de 2023 s'est achevée par notre concours de décembre (vainqueur : Jean Nicolas TORRES) suivi d'un vin chaud avec quelques friandises de Noël.

Mais auparavant, en novembre nous avons eu notre concours mensuel (1^{er} : Patrick FERET). Le jeudi 16/11 nous avons innové en faisant un tournoi « Hommes contre Femmes » suivi d'une dégustation « Beaujolais nouveau-charcuterie » (voir les photos sur le site VLC, loisirs, pétanque, en bas de la page).

Maintenant projetons nous en 2024.

Nos concours sont programmés et les dates sont sur le site.

(Calendrier des concours 23-24). (Rappel : 23/01, 20/02, 19/03, 09/04, 14/05)

De plus nous aurons quelques festivités (tournoi Marin le jeudi 11/01, galette des rois le jeudi 18/01 et jeudi gras le 15/02).

Notre grande finale suivie d'une paëlla est programmée le mardi 4 juin.

Cette année notre section organise un tournoi intersections le jeudi 25 Avril sur les terrains des Playes.

Chacune des sections de VLC intéressées fournira 1 ou 2 équipes (triple)te)

Encore une bonne et heureuse année à toutes et à tous.

Muriel et Léon SUZAN, Gilbert MATHIEU, Jacques EVRARD.

Gym douce

BONNE ET HEUREUSE ANNEE A TOUTES



Après une rentrée d'activité en septembre, nous sommes ravies d'accueillir de nouvelles adhérentes pour les 2 groupes ! Malheureusement les Messieurs sont absents et nous le regrettons car l'année précédente s'était bien passée.

Les cours sont toujours aussi attractifs et agréables avec Michelle.

D'autre part, nous regrettons que lors des manifestations festives de VLC, (Galette des Rois, journée de l'amitié, Téléthon etc..) la Section GYM soit si peu représentée.

A cet effet, nous vous informons que le samedi 27 Janvier prochain à 14h00, à la Salle André Malraux, nous dégusterons la Galette des Rois (petite participation de 5 € par personne). Nous aimerions pouvoir fêter avec vous cet événement.

A bientôt et en forme après les Fêtes !

Cercle vidéo



Pour la nouvelle saison 2023-2024 le Cercle vidéo compte 18 membres dont 4 nouveaux qui nous proposent déjà des petits films intéressants que nous programmerons à Daudet !

Nous nous réunissons tous les mardis, de 14 h 30 à 17 h à la salle Pagnol du complexe polyvalent de la Mascotte (sauf pendant les vacances scolaires).

Au cours de ces séances de formation, analyses, conseils et apports théoriques sont apportés bénévolement par des animateurs dans une ambiance conviviale !

Ci-dessous notre programme pour les mois de février et mars 2024.

**Vous trouverez les résumés des films, mis à jour chaque mois, sur le SITE de VLC
CULTURE - SECTION VIDEO « programme »**

Le lundi 12 Février 2024 à 15 h

- * Balade en raquettes à Arêches-Beaufort (10') de Jacques BOUCHE
- * Le monde de la glisse (6') de Jean-François ROUZIES
- * Fête des citrons de Menton (10') de Gérard ROCHEDIX
- * SNPM Pêche au thon (7') de Michel ROMMES
- * Les rivages de la région Normandie (35') de Jacqueline CHABALIER

Le lundi 18 Mars 2024 à 15 h

- * Le Rallye des 4L dans les Alpes (6,30') de Jacqueline CHABALIER
- * Le Palais du facteur Cheval (10') de Gérard ROCHEDIX
- * Quoi de neuf à Paris (12') de Jacqueline CHABALIER
- * La Crête (40') de Daniel RINALLO

Cette année le FESTIMAGE est programmé au lundi 13 mai 2024 !

Nous vous rappelons que ce FESTIMAGE est ouvert à tous les membres de V.L.C. !

Rapprochez-vous du Cercle vidéo (contact Gérard Rochedix au 06 40 52 29 86)

Ci-après vous trouverez le règlement intérieur du Festimage.

Les membres du CERCLE VIDEO vous présentent leurs meilleurs vœux pour la nouvelle année !

claudia.paul19@gmail.com

- 26^{ème} FESTIMAGE -

* REGLEMENT DU CONCOURS 2024 *

Le **CERCLE VIDÉO** de V.L.C. vous invite à participer à son **26^{ème} Festival de l'Image** qui se déroulera **le lundi 13 mai 2024**.

- **PARTICIPATION** : Le concours est ouvert à tous les adhérents de V.L.C., qu'ils soient inscrits ou non aux ateliers du Cercle.

- **CONCOURS 2024** : 2 catégories sont proposées :

- Catégorie "Court métrage" : film d'une durée maximale de 7'

- Catégorie "Film minute" : durée maximale de 2'

Pour les 2 catégories, ***le thème est libre***.

Le nombre de films présentés n'est pas limité.

Pour des raisons techniques il serait souhaitable que tous les films soient au format **16/9**.

A l'exception de rares images captées sur internet (images de cartes pour itinéraire), les films présentés devront avoir été réalisés spécialement pour le concours, et ne refléter qu'un travail personnel.

- **DATE LIMITE DE DEPOT DES FILMS** : **mardi 02 avril 2024** auprès du Cercle vidéo.

- **PROJECTION THEATRE DAUDET** :

Tous les films présentés seront projetés au théâtre Daudet le **lundi 13 mai 2024** à 15 heures et feront l'objet d'un vote du public.

Néanmoins, si la durée ou le nombre d'œuvres présentées est trop important, compte-tenu de la disponibilité de la salle, le jury se réserve le droit de ne pas soumettre au vote du public l'intégralité des présentations.

- **PRIX** :

- Les **prix du public** (films "courts métrages" et films "minute") seront décernés à l'issue du vote qui aura lieu au cours de la séance de projection **du lundi 13 mai 2024** à 15 heures, Théâtre Daudet.

- Les **prix du jury** seront décernés après décision du jury constitué du président de V.L.C. et de 4 jurés.

Ce jury délibérera **le mardi 7 mai 2024**, à 14 h 30, salle Pagnol de la Mascotte.

Divers lots récompenseront les meilleures réalisations, avec des lots d'encouragement pour tous les candidats.

- **PROCLAMATION DES RÉSULTATS** : Le palmarès sera proclamé **le mardi 21 mai 2024 à 17 h**, à l'issue de l'atelier vidéo hebdomadaire, salle Pagnol de la Mascotte et le **lundi 27 mai 2024 à 15 h** lors de la dernière séance de vidéo projection en public salle Daudet.

*- <u>CALENDRIER</u> :	Dépôt des films	: mardi 02 avril 2024
	Délibération du Jury	: mardi 7 mai 2024 à 14 h 30
	Vote du public	: lundi 13 mai 2024 à 15 h
	Résultats	: mardi 21 mai 2024 à 17 h (Cercle vidéo)
		: lundi 27 mai 2024 à 15 h (Public Daudet)

Pour tous renseignements complémentaires, veuillez-vous adresser à :

Gérard ROCHEDIX : 06 40 52 29 86, chargé de l'organisation du Festimage.

Informatique

Les fêtes sont passées et j'espère que vous en avez tous bien profité dans des ambiances chaleureuses, familiales ou amicales. Les cours reprennent. Voir calendrier ci-joint.

Nous espérons vous revoir, ponctuels et réguliers dans vos participations.

Amicalement. Mireille

CALENDRIER ATELIERS « INFORMATIQUE » JANVIER - FEVRIER – MARS 2024														
		JANVIER					FEVRIER				MARS			
PERFECTIONNEMENT WINDOWS R. LESNE - B. DECOTTIGNIES JF ROUZIES	MARDI 9h00-11h30		09		23			06		20		05		19
INITIATION P. LORET, G. BERISOT, JF ROUZIES	MERCREDI 9h00-11h30	03		17		31			14			06		20
PRATIQUE INFORMATIQUE QUESTIONS À LA DEMANDE M. GUILLEM	MERCREDI 9h00-11h30		10		24			07		21			13	27
	VENDREDI 9h00-11h30		12		26			09		23				29
ENTRAIDE INFORMATIQUE À LA DEMANDE	JEUDI 9h00-11h30			18				01		15			14	
CERCLE INFORMATIQUE	VENDREDI 9h00-11h00		12		26				16				15	

Golf



Meilleurs vœux à tous pour cette nouvelle année. Que celle-ci soit remplie de joie, de réussite et de découvertes sportives passionnantes.

L'année 2023 a été ponctuée d'évènements et de séjours golifiques variés.

En mars nous avons effectué un séjour de deux jours dans le Massif des Maures pour évoluer sur les magnifiques parcours de Sainte Maxime puis de Saint Andréol.

Le voyage annuel d'une semaine s'est déroulé du 8 au 15 Mai à Follonica en Italie. Les participants à ce séjour ont particulièrement apprécié cette région de Toscane pour la beauté de ses paysages et l'architecture des sites : Pise, Florence, Sienne, San Gimignano.

Le 6 juillet nous avons organisé une rencontre sur le parcours de Servanes au pied des Alpilles.

Fin septembre nous nous sommes déplacés en Haute Savoie. Hébergés aux Balcons du Lac d'Annecy, les participants ont découvert de magnifiques paysages et trois parcours intéressants de montagne.

Le 8 novembre quelques golfeurs ont participé à des ateliers de perfectionnement à Valgarde. Réclamés et appréciés par beaucoup, nous étudions avec l'enseignant la possibilité de proposer une formule d'abonnement. Pour l'année 2024 nous préparons un séjour de deux jours qui se déroulera fin mars ou début avril dans la région de Grasse sur les parcours de Saint Donat et Riviera Golf de Barbossi.

Une rencontre amicale d'une journée sur un de nos Golf partenaire est en préparation.

Notre voyage annuel d'une semaine se déroulera du 12 au 19 mai en Espagne dans la province de Gérone. Nous serons hébergés à l'Hôtel San Jorge 4* situé en bord de mer, et nous évoluerons sur 3 parcours : Golf Aro Mas Nou, PGA Catalunya Golf Club et le Golf Emporda links. Les inscriptions pour ce séjour sont d'ores et déjà complètes.

Enfin, grâce à des tarifs négociés, les golfeurs de la section bénéficient encore cette année de remises importantes sur leurs achats de green fees pour jouer tout au long de l'année sur les golfs de Valgarde, Dolce Frégate, Frégalon, La Sainte Beaume à Nans les Pins, Château l'Arc à Fuveau et Servane à Mouriès.

Retrouvez toutes les informations sur le site : vlcsixfours.fr – Loisirs – Golf – Accueil.



Sorties pédestres

Avec un démarrage un peu hésitant après l'épidémie du virus car nous ne sommes pas très nombreux à participer aux randonnées G2 G3 G4 **STOP !!!**

Espérons un nouveau départ en janvier avec vous toujours plus nombreux
Nous avons remarqué sur les beaux chemins de notre magnifique région, nous avons découvert des variantes inattendues de nos chemins préférés.
Les animateurs s'évertuent sans cesse à apporter du renouveau, un intérêt toujours particulier à nos randonnées.

Quand même un moment de réconfort le G4 du samedi pour les gravures du cap Sicié ou nous étions 46 pour une rando fort appréciée de tous, peut être devrions nous donner de l'intérêt à nos randos.

Gérard, René, Fifi

Les sorties bus

La sortie bus du 15 novembre 2023 de l'Argentière

Le bus nous a laissé à la plage de Cabasson face au fort de Brégançon et nous avons emprunté le sentier vers l'Argentière, sentier un peu difficile car escarpé.

Après être passés à la pointe de la Vignasse notre chemin nous a fait passer par les plages de l'Estagnol et son eau turquoise, de Léoube et du Pelegrin. Nous avons pris notre pique-nique sur la plage et nous avons continué sur l'Argentière, le port de Miramar et avec l'accord de tout le groupe nous avons continué en longeant d'un côté la mer et de l'autre les salins avec ses oiseaux que nous avons photographiés.

Nous avons continué vers Port Pothuau où le car nous attendait et après dégustation de petits gâteaux et du cidre ce fut le retour vers Six-Fours avec notre excellent chauffeur.

Prévision des autres sorties bus

Le mercredi 21 février 2024

Le samedi 23 mars 2024

Le mercredi 22 mai 2024

Les programmes seront définis lors de notre prochaine réunion d'animateurs.

Les Séjours

Séjours « Raquettes »

Du 5 au 10 février 2024 dans la Queyras à Ceillac au-dessus de Guillestre

N'hésitez pas à contacter Gérard Gaudin.

Séjour « Randonnées »

Du 9 au 15 juin 2024 dans la vallée de l'Ubaye au village-vacances Cap France Lou Riouclar à Méolans Revel.

Les inscriptions ne sont pas encore ouvertes

Nous vous en informerons dès que nous aurons toutes les données

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.



Cycle de conférences



Le lundi 19 février 2024
À 15h00
Salle Daudet à Six-Fours les Plages

Le chemin médiéval de Marseille à Toulon



Le Moyen Age est une période sombre de notre histoire. Ce qualificatif de « moyen » est réducteur au regard de « La Renaissance » ou mieux encore au « Siècle des Lumières ». Pourtant, il a fait couler beaucoup d'encre, poser autant de dates incertaines, décrire beaucoup d'incursions, d'occupations et de combats terrifiants difficilement contrôlables. Les historiens et les auteurs anciens et modernes se contredisent encore à ce jour. Sommes-nous dans la Légende ou dans l'Histoire ?

Pendant 1 000 ans que va durer le Moyen Âge, des événements importants vont marquer ce qui deviendra la France, la Provence et plus tard le Var.

En 972, après la victoire de Guillaume II, comte d'Arles, dit Guillaume le Libérateur, les Sarrasins sont chassés de Provence.

Désormais en position de force, le Libérateur distribue à ses anciens compagnons d'armes et à l'Eglise les terres récupérées. De nouvelles vicomtes apparaissent. Le nouveau vicomte de Marseille, Guillaume 1er reçoit les terres de Toulon, Pons de Fos celles de Hyères.

Le partage en diverses seigneuries va être un bon moyen pour mettre en valeur une région dévastée mais également conduire à un aménagement du territoire avec en particulier la réalisation de voies de communication.

Les vicomtes de Marseille devant se rendre à leurs nouvelles possessions de Toulon et de Hyères vont procéder à la construction d'une voie de communication : Le chemin médiéval de Marseille à Toulon.

Au-delà de l'intérêt stratégique, cette liaison permettra aux seigneurs ou à leurs délégués de se déplacer dans les communautés afin de régler les questions administratives, exercer la justice et surtout percevoir les impôts.



Raoul Décugis

Les séances sont gratuites et ouvertes à tous.

Rolland Bresson Animateur du Cycle de Conférences

Tél : 06 70 37 05 55

Voyages et sorties

Pour la première fois depuis la pandémie du Covid l'ensemble des voyages ou escapades 2023 se sont déroulés sans problèmes. Ainsi 7 voyages ont été réalisés (Thaïlande, Pays Bas, Japon, Ecosse, Crète, Les Pouilles, Sultanat d'Oman) et 3 escapades (Les Trains Suisses, Les Cinq Terres, Marchés de Noël en Alsace). Pour cette année 2024 le programme est quasiment finalisé et nous espérons que les destinations proposées correspondront à vos attentes. Les prix des voyages ont depuis 2 ans considérablement augmentés aussi nous nous efforçons à ce que nos propositions puissent permettre au plus grand nombre de voyager.

Enfin je vous rappelle qu'à VLC les prix proposés comprennent des **prestations complètes** et sans surprises désagréables (prix incluant prise en charge Six Fours et retour, assurances complètes, accompagnement sur tout le voyage)

Voyages 2024		
MEXIQUE	08 au 21 mars	Complet
MADERE	14 au 21 avril	En cours d'inscription
ISLANDE	01 au 08 juin	Complet
ALBANIE - MONTENEGRO	20 au 30 juin	En cours d'inscription
ATHENES et les ILES	Septembre	En cours d'inscription
CROISIERE sur le DANUBE	09 au 16 octobre	Complet
GRAND TOUR du MAROC	01 au 16 octobre	En cours d'inscription

Sorties 2024	
BIOT et ALENTOURS	Mai
BARCELONETTE et fête des MORTS	25 au 27 octobre

Vous pouvez retrouver le détail complet de nos programmes en vous rendant sur le site de VLC à la rubrique Voyages et Sorties.

Vous y trouverez de cette manière les coordonnées des personnes qui organisent le voyage ou la sortie et les joindre si vous le souhaitez.

D'autre part chaque mois nous vous ferons parvenir une Newsletter qui vous précisera tant les dates de réunions de présentation et inscription à venir que les évolutions sur le programme annoncé.

En effet nous nous efforcerons de renforcer les propositions d'escapades et de sorties tout au long de cette année.

En attendant toutes les idées sont les bienvenues et nous serons toujours à votre écoute.

N'hésitez pas à contacter le responsable de la section voyages, Jacques SUROT, (Tel 06 45 86 93 90 ou surot.jacques@orange.fr).



Séjour dans les îles grecques et Athènes

24 septembre au 2 octobre 2024

Au prix d'environ 2590€ base 20/25



Les îles grecques offrent la combinaison parfaite d'histoire et de culture. Il n'est pas surprenant que cette région attire chaque année de nombreux touristes toute l'année. Vous trouverez de nombreuses plages magnifiques, des paysages étonnants et des îles naturellement préservées à visiter.

Au programme :

SANTORIN : Visite d'un domaine et dégustation.

Village de Pyrgos avec son déjeuner typique dans une taverne.

Musée archéologique de THIRA.

Découverte du cratère en bateau, les sources d'eaux chaudes de Palea Kameni

NAXOS : Village typique de HALKI et le KOUROS DE FLERIO dans la vallée de Melanes.

PAROS : Spectacle folklorique de danses de différentes régions de Grèce.

DELOS : Site archéologique de Délos.

PAROS : Atelier culinaire et déjeuner dans une taverne.

Village de Lefkes et Naoussa

ATHÈNES : Visite du nouveau musée de l'Acropole.

Dîner d'adieu de mezzés dans une taverne.

Programme détaillé sur le site www.vlcsixfours.fr et réunion d'information prévue : **le 14/02/2024**

Contact : SECARDIN Sylvie : 06 83 22 50 11



Inscription : secardinsylvie@gmail.com



Journée Découverte



JOURNEE DECOUVERTE A LA CIOTAT **15 mars 2024**



Deux possibilités s'offrent à vous :
Journée complète (**limité à 53 places maximum**), 60€ par personne.

Ou

Soirée : Buffet d'îatoire + loto, 35€ par personne.



Salle limitée



Rendez-vous à 7h45

Parking (sortie en car) au 613 avenue du Cap-Nègre 83140 Six Fours les Plages pour un petit déjeuner.

8h30

Départ pour La Ciotat en autocar.

9h15

Direction la calanque de Figuerolles

10h15

Visite du théâtre Eden, le plus vieux cinéma de France.

Louis Lumière, inventeur de la caméra cinématographe y tourne ses premiers films.

11h30

Pique-nique à la charge de chacun dans le parc du Mugel.

14h00 (impératif)

Visite de la Maison « Construction Navale ».

15h30 (impératif)

Visite du Musée Ciotaden.

17h00

Retour vers Six Fours les Plages.


19h00

Apéro et buffet d'îatoire.

21h00

Loto (2 cartons / personne).



	BULLETIN	JOURNÉE DÉCOUVERTE	Vendredi
	D'INSCRIPTION	(être à jour de votre cotisation VLC)	15 mars 2024
<input type="checkbox"/> Journée complète 60€ / personne La journée complète comprend : Le transport , les 3 visites , le buffet dînatoire et le loto			
<input type="checkbox"/> Soirée uniquement 35€ / personne La soirée comprend : Le buffet dînatoire et le loto			
INSCRIPTION DU 01/02/2024 AU 20/02/2024			
NOM ①	Prénom		
Adresse			
@ Mail	Téléphone		
NOM ②	Prénom		
Adresse			
@ Mail	Téléphone		
Je joins un chèque à l'ordre de VLC			
A adresser à	Jacques EVRARD 14 rue des Orchidées 83140 Six Fours Plages Tél : 06 08 60 00 04 E-mail : jacques.1951@orange.fr		

VLC

Salles Polyvalentes de la MASCOTTE

91, impasse des Lilas

83140 Six-Fours-les-Plages

Tél. 04 94 88 64 45

