

Les Aînés du grand Vallon



Une "feuille de chou" pour les Aînés !

Le papier reste important pour tous les Aînés, et le Club du Grand Vallon de l'ancien canton de La Motte du Caire vous propose ce numéro expérimental qui sera ou non suivi d'un numéro 1 en fonction de vos avis.

Aujourd'hui, nous allons insister sur les réussites de ce début d'année et vous présenter le calendrier des propositions de ce second trimestre 2017.

Parmi les réussites, la journée à Aubagne avec l'Edelweiss, le club des Aînés de Turriers, Club avec lequel nous avons plein de projets.

Côté projets, le voyage en Ardèche prévu à l'automne pour lequel nous avons déjà le nombre minimum d'inscription permettant son maintien. Vous pouvez encore nous rejoindre, mais faites vite car le nombre de places est limité.

Dernière nouveauté, le site Internet du Club avec toutes les informations, les photos, le programme et même les comptes-rendus des réunions du Conseil d'Administration. Pour le consulter c'est "www.clubgrandvallon.fr".

N'hésitez pas à nous faire part de vos réflexions ou conseils en utilisant tous les moyens précisés dans l'article "Pour nous contacter".

Bonne lecture et à bientôt au Club.



Tout sur le Voyage en Ardèche...



Voir en page 2 le programme et les modalités d'inscription

Voyage avec le Club l'Edelweiss de Turriers

Attention le nombre de place est limité.

DANS CE N°0

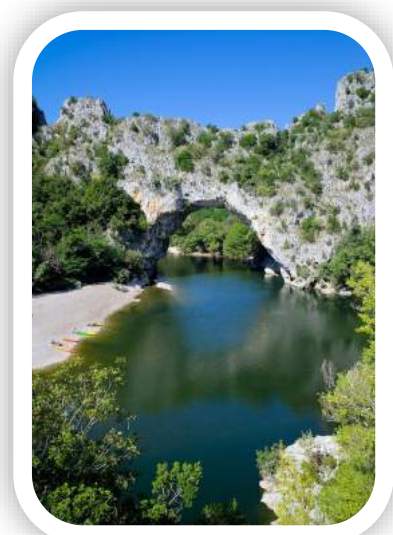
Page 2 - Le voyage en Ardèche de l'automne

Page 3 - Images du Printemps au Club

Page 4 - Le programme jusqu'à l'été pour ne rien manquer

Page 4 - La Vie du Club et le moyen de nous contacter ou d'adhérer

Trois jours en Ardèche à l'automne...



Ce voyage en Ardèche est prévu pour les adhérents du Club du Grand Vallon et pour ceux de l'Edelweiss de Turriers du 9 au 11 octobre 2017.

Pour faciliter les inscriptions nous prévoyons un règlement étalé avec un premier versement à la réservation d'un minimum de 50 €. Le solde peut être payé en cinq ou six fois avant le départ.

Départ prévu le lundi 9 octobre à 6 h du matin, pour un retour le mercredi 11 octobre en fin de journée.

Prix du voyage : 345 €

Inscriptions :

Christiane DORUS

06 14 51 13 44

« Les Gorges de l'Ardèche, Spectacle Jean Ferrat, visite de la Caverne du Pont d'Arc réplique de la Grotte Chauvet, marché provençal... »

LE PROGRAMME

Lundi 9 octobre

La Motte du Caire - Joyeuse (Ardèche)

Départ à 6 h de La Motte du Caire, et route vers l'Ardèche.

Arrivée à l'hôtel pour le déjeuner. Après-midi **Jean Ferrat** à la Ferme Théâtre pour un émouvant spectacle sur sa vie et son œuvre.

Installation à l'hôtel en fin d'après-midi. Apéritif d'accueil et dîner.

Mardi 10 octobre

Les Gorges de l'Ardèche - la Grotte Chauvet

Petit déjeuner à l'hôtel puis route pour la grotte Chauvet avec un accompagnateur dans le car par les gorges de l'Ardèche.

Déjeuner au restaurant, puis visite de la "Caverne du Pont d'Arc" réplique de la grotte ornée du Pont d'Arc ou grotte Chauvet-Pont d'Arc. Deux fois plus ancienne que Lascaux, un bestiaire exceptionnel de 425 animaux.

Visite libre de la Galerie de l'Aurignacien qui nous permettra de mieux comprendre la culture de nos ancêtres.

Retour à l'hôtel pour une "Castagnade" (souper typiquement ardéchois avec, en apéritif, une rôtie de châtaignes.

Mercredi 11 octobre

L'ancien Duché de Joyeuse

Petit déjeuner à l'hôtel, libération des chambres puis temps libre sur le marché provençal de Joyeuse, le plus grand de l'Ardèche méridionale. Nous pourrions déguster les Macarons de Joyeuse, recette importée d'Italie par Catherine de Médicis à la renaissance.

Déjeuner à l'hôtel, puis visite du musée de la Chataigneraie situé dans un ancien couvent d'oratoriens dans le vieux Joyeuse.

Vers 15 h retour vers La Motte du Caire.

Le tarif comprend

L'hébergement en pension complète en Hôtel 3*

Les visites prévues au programme

L'assurance assistance rapatriement

La taxe de séjour.

Le tarif ne comprend pas

Les prestations non mentionnées à ce programme,

Les pourboires éventuels

L'assurance annulation de 10 €

(Merci de prévoir cette assurance à l'inscription)

Renseignements Réservation

06 14 51 13 44

Un partenariat avec la MARPA ...



Un fois par mois, le club se déplace à la MARPA... Jeux de carte, scrabble, une après-midi avec les résidents.

Le 30 mars c'est Dominique de l'association Ludambule de Gap qui est venue avec ses jeux... Ci-contre c'est Madame PONS (notre centenaire de la MARPA) et Madame COSTA lors d'une partie de pétanque de table. Ci-dessous découverte d'un nouveau jeu après une partie de Blokus.



Initiation Danses de salon ...

Ci-dessous, le réconfort après une après-midi "Initiation aux danses de salon" avec Christiane. Prochaine étape les 28 avril et 9 juin à 14 h30



Voyage à Aubagne



Le 4 avril nous étions 53 pour une journée à Aubagne avec "Marcel Pagnol", et les Santons de Provence. Merci à Paul pour l'organisation



Journée avec le Club de l'Édelweiss de Turriers club avec lequel nous avons prévu de partager des temps de rencontre...une sortie journée à Sisteron avant l'été, une journée à Turriers dès l'automne pour l'inauguration de leur nouvelle salle ... A suivre.

**Voir les photos de la journée
sur le site Internet**

Le programme

Avril

Jeudi 20 avril - 14 h30
Jeux salle des associations

Jeudi 27 avril - 14 h30
Jeux à la MARPA

Vendredi 28 avril - 14 h30
Initiation Danses de Salon
Salle des associations

Mai

Jeudi 4 mai - 14 h30
Jeux salle des associations

Jeudi 11 mai - 14 h30
Jeux salle des associations

Lundi 15 mai - 14 h
Balade avec Marc LINARES
Pour les marcheurs sans inscription

Jeudi 18 mai - 14 h30
Journée champêtre aux Mées
Avec Générations Mouvement 04
Balades et randonnées possibles
Co-voiturage organisé par le Club

Juin

Jeudi 1er juin - 14 h30
Jeux salle des associations

Vendredi 9 juin - 14 h30
Initiation Danses de Salon
Salle des associations

Jeudi 8 juin
35^{ème} anniversaire
Générations Mouvement 04
Journée à Tourves (Var)
Repas Spectacle
Inscriptions avant le 30/04
04 14 51 13 44

Jeudi 15 juin - 14 h30
Jeux à la MARPA

Jeudi 29 juin - 16 h
Fête du Club
Loto et repas
Inscription 10€
(les 6 cartons et le repas)
Réservé aux adhérents

Reprise des activités
le jeudi 7 septembre

Avant l'été ...

Théâtre

Avec la MARPA nous allons vous proposer une après-midi théâtre, certainement un jeudi salle des associations... à suivre !

Balade... Randonnée ...

Une proposition pour les marcheurs,
les baladeurs, les randonneurs...

avec **Marc Linares**

Lundi 15 mai à 14 h

Balade vers le lac du Saignon

Les plantes sauvages de notre région.

Une proposition que nous renouvellerons selon
l'intérêt de cette première sortie.

Danses de Salon

Adhérents ou pas encore...

Venez nous rejoindre pour une initiation aux
danses de salon

avec un Maître en la matière...

vendredi 28 avril et vendredi 9 juin.

Le Conseil d'Administration du
Club du Grand Vallon

Président : Jean-François SABOUL

Secrétaire : Christiane DORUS

Trésorière : Maryse CLEMENT

Membres :

- * Paule ENTRESSANGLE
- * Edith PIDOUX
- * Michèle DIDELOT
- * Evelyne PLACIDE
- * Maryse GOITRE
- * Paul GOITRE
- * Francette BORCHI
- * Josette PELLEGRINI
- * Liliane TOUCHE
- * Anne-Marie ANTOCI

La vie du Club ...

Le Club

Nous venons d'apprendre la démission
du Conseil d'Administration de **Patrick**
Haack-Serou pour raisons de santé.

Nous remercions Patrick pour le temps
passé au service du Club et lui espérons
une bien meilleure santé.

Sur le site Internet du Club du Grand
Vallon, vous pouvez consulter les
comptes-rendus des dernières réunions
du Conseil d'Administration.

Disparitions

Nous avons appris les disparitions de
Dominique MARCANTONIO en mars,
ainsi que de **Daniel THIERY** en avril.

Nous présentons à leurs épouses et à
leurs familles nos sincères condoléances.

Pour nous rejoindre

L'adhésion au Club du Grand Vallon est
d'un montant de 12 € pour l'année.

Vous pouvez régler votre adhésion lors
des réunions hebdomadaires, le Jeudi
après-midi ou auprès d'un des membres
du Conseil d'administration du Club du
Grand Vallon.

Pour nous contacter

* Le formulaire du site Internet...
simple et facile nous répondrons
très rapidement.

Par téléphone

- * Christiane DORUS : 06 14 51 13 44
- * Maryse CLEMENT : 04 92 68 32 36
- * Jean-François SABOUL : 06 70 80 73 88