

Sommaire

• Informations diverses	• Agenda des prochaines animations
• L'écho des activités permanentes	• Clin d'œil sur nos activités
• Randonnées pédestres	• Renseignements divers



Editorial du Président

Chers amis,

La santé c'est quoi au juste ?

Pour cet éditorial d'avril, je voudrais vous entretenir de quelque chose qui nous est indispensable tout au long d'une vie "La santé".

Il est facile de s'accorder à reconnaître que la santé est un bien indiscuté et indiscutable. Il est en revanche plus difficile de la définir car la notion de santé est restée longtemps prisonnière de sa connexion avec celle de la maladie.

La notion de "bonne santé" définie comme l'absence de maladie est encore très répandue et n'est pas sans pouvoir sur le grand public.

Il faut préférer à cette définition négative, celle positive et dynamique de l'organisation mondiale de la santé, je cite "La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité".

Cette définition est ambitieuse car elle implique que tous les besoins fondamentaux de la personne soient satisfaits et constitue donc l'un des droits fondamentaux de tout être humain.

Ce concept, très ample, sous-tend que la santé se confond avec la notion de bonheur. Pour ma part, je conçois le droit à la santé pour chacun comme irréductible.

La santé ne doit pas demeurer prisonnière d'une seule vision économique, car "l'état de santé" est la recherche d'un équilibre physique et mental de l'homme dans son milieu la santé fait donc partie de notre quotidien, d'où l'importance de cultiver les liens amicaux et de solidarité que promeut l'AVF au travers de toutes ses activités.

Et comme, j'ai plaisir de le répéter "La santé est la pierre angulaire du bonheur".

*Et donc, je ferais mienne la citation de Pierre DAC
"La gaieté est le plus puissant facteur de la santé"*

Vincent APARICI
Président

AVF de Villeneuve – Les Angles
11 place du Mont Serein, 30400 Villeneuve-lez-Avignon
☎ : 04.90.25.15.78 (répondeur),
Courriel : avf.villeneuvelesangles@sfr.fr
Site internet : <http://www.avf.asso.fr/fr/villeneuve-lez-avignon>

Informations.

Nous attirons votre attention sur l'importance de disposer, pour chaque adhérent, d'une adresse électronique. En effet, la plupart des informations (invitations, rappels, conférences, bulletins mensuels, ...) sont diffusées essentiellement par courriel. Par ailleurs vous pouvez consulter le site de l'AVF.

L'écho des activités permanentes



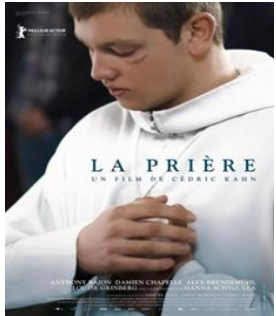
Informations sur les activités permanentes

Cette rubrique est alimentée par les animateurs (agenda, commentaires et photos).

Les activités sont ouvertes uniquement aux adhérents à jour de leur cotisation.

Elles ne sont pas assurées pendant les vacances scolaires, sauf exceptions à voir avec vos animateurs. (Calendrier des vacances scolaires en fin de document).

Le planning des activités, susceptible d'évoluer, est mis à jour au fur et à mesure sur le site de l'AVF et affiché au local.

Aquarelle (2 Groupes)	les mardis 3 et 10 avril	
Art floral (2 groupes)	Les prochaines dates vous seront communiquées par mail.	
Patchwork	les lundis 9 et 30 avril	
Couture	les mardis 3 et 10 avril	
Autour d'un livre	<p>Les rencontres, ouvertes à tous les adhérents, ont lieu à 17h 30 au local AVF. Les livres choisis sont édités en collection de poche</p> <p>lundi 16 avril: "Les Furies", de Lauren GROFF</p> <p>Lundi 14 mai : "La valse des arbres et du ciel", de Jean-Michel GUENASSIA</p> <p>Lundi 18 juin: "La voix des vagues", de Jackie COPTÉLON</p>	 
Allons au Cinéma	<p>Cinéma UTOPIA MANUTENTION 4 rue des Escaliers Ste Anne 84000 AVIGNON</p> <p>JEUDI 5 AVRIL 2018 Séance de 16h15</p> <p>LA PRIÈRE</p> <p>FILM FRANÇAIS du scénariste et réalisateur Cédric KAHN</p> <p>Prochaines dates: jeudi 3 mai 2018, jeudi 7 juin 2018</p>	
Généalogie	les jeudis 05 et 12 Avril	
Belote, Tarot	Tous les mercredis de 14h00 à 18h00 salle municipale Pujaut	
Anglais 4	F.Squire le jeudi commence toujours à 10h et non pas à 11h comme indiqué sur le dernier bulletin.	
Randonnées	Voir détail ci-après	

Randonnées pédestres

Information aux randonneurs

La licence de la fédération de randonnée (FFRP) est obligatoire. Elle vous assure en responsabilité civile et accidents corporels et permet de financer l'entretien des chemins que nous empruntons. Elle est valable du 1er septembre au 31 août suivant. En cas de non renouvellement l'assurance est valable jusqu'au 31 Décembre suivant. Des contrôles, carte AVF + licence, seront effectués en début d'année. Elle est délivrée par le secrétariat ou les accueillantes après avoir réglé la cotisation et donné le certificat médical d'aptitude à la marche de moins de trois mois. Si la licence a été souscrite dans une autre association, prière de bien vouloir nous fournir une copie de votre licence. Les programmes ci-dessous peuvent être modifiés au dernier moment, en particulier selon la météo. Se renseigner auprès de l'animateur.

Les règles des Marcheurs

- ° Avoir sur soi la licence FFRP, la carte AVF et une fiche signalétique indiquant la personne à prévenir en cas de problème.
- ° Etre convenablement équipé(e) (chaussures de marche montantes, vêtement en fonction de la météo, boisson, collations éventuelles, pharmacie personnelle etc).
- ° Privilégier la convivialité.
- ° Accepter de prendre à tour de rôle son propre véhicule pour se rendre au point de départ de la randonnée.
- ° Savoir que l'AVF ne couvre pas les accidents de la circulation.
- ° Arriver impérativement 15 mn avant l'heure de départ prévue
- ° en cas de changement d'itinéraire de la marche ou randonnée, informer préalablement les participants, et le président, seul responsable juridique, par mail en précisant le nom du groupe
- ° En cas de mauvais temps, c'est à chacun de téléphoner au responsable pour s'assurer que la randonnée est maintenue ou non.
- ° Accepter de marcher en groupe en respectant le rythme moyen de l'ensemble (3 à 4 km/h en général), ne pas quitter le groupe pour effectuer un autre parcours. Prévenir obligatoirement lors d'un besoin « technique » ou d'un arrêt non prévu.
- ° Respecter les consignes de sécurité et de fonctionnement.
- ° Chiens et cigarettes sont prohibés.

Le non-respect des ordres ou consignes peut entraîner l'exclusion de l'animation Randonnées

Le président

V. APARICI

Randonnées du lundi animées par Jean BARTHEZ

Sauf indication contraire rendez-vous à 8h20 pour un départ à 8h30 parking Jean Rey aux Angles.

Lundi 16 avril - Les crêtes de la Fontaine de Vaucluse

Une boucle au départ de la Fontaine de Vaucluse, la contournant par le sud et l'est sur la crête qui la domine. Retour par les trois Luisants, Valescure et les Cabanes. Vue à 360 ° époustouflante depuis la chapelle en ruine.

15 km, 6h, 700 m de dénivelé cumulé.

Passage difficile dans la montée vers la crête, puis assez moyen

Départ au parking sur la rive gauche sur la D24 à Fontaine de Vaucluse (payant)

Covoiturage : 5 €

Randonnées du vendredi animées par François BOHER (06 34 90 56 18)

Sauf indication contraire rendez-vous à 8h20 parking Jean Rey aux Angles.

Le 13/4 autour de l'AVEN d'ORGNAC

Le matin Visite de l'AVEN d'ORGNAC et de la cité de la préhistoire

Tarif groupe 10,10 € à régler /place

Durée totale de la visite 2 heures environ.

La date limite d'inscription pour une pré réservation est le mardi 10 avril. La priorité sera donnée aux marcheurs du vendredi (nombre de places limitée)

L'après-midi

Randonnée de 10 à 12 Kms alentour

Covoiturage : 8€

Le 20/4 BEDOIN la Combe Obscure

13 kms +500m 5 heures environ

covoiturage : 6€

PK chapelle de la madeleine.

Le 27/4 LIOUX la combe de VAUMALE (report du 16/3)

cette sortie sera faite en priorité (météo)

Elle doit se faire par temps sec (rochers équipés d'échelles)

15 Km + 400m et 5 heures environ, Echelles et passages escarpés.

Covoiturage : 7 €

PK place de l'église LIOUX (le village)

OBS: Nous prendrons de l'altitude à partir du mois de mai (comme d'hab)

A++ sur les sentiers (Faites chauffer les semelles)

Randonnées du jeudi (½ journée)

Jean-Claude Lacheny (07.63.33.61.59), Alain Gautier (06.33.27.98.06), Yves Rouquette (06.74.80.63.50)

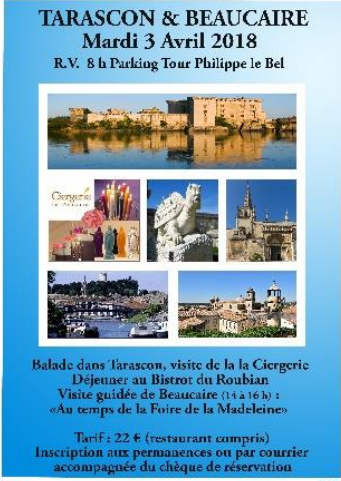


RDV parking Jean Rey à 13h20, départ à 13h30



Dates	Libellé	niveau	durée	distance	dénivelé cumulé	covoiturage estimé	Heure départ
05/04/2018	LES CALANQUES						
12/04/2018	Baumes de venise	**	3h30	8.7km	407m	5	13 h30
19/04/2018	Les Fosses deournès	**	3h	8.1km	197m	1	13 h30
26/04/2018	Lumieres	**	3h	6.5km	300m	5	13 h30
03/05/2018	Chateauneuf du pape (Rando+Cave) Inscription obligatoire et participation	*	3h	8km	130m	3	13 h30
10/05/2018	ASCENSION	**					13 h30
17/05/2018	Rochefort-Castelas	**	2h30	7.7km	220m	1	13 h30
24/05/2018	Chateaufrenard-Noves	*	3h	8.3km	160m	4	13 h30
31/05/2018	Lagarde-Paréol (Massif d'Uchaux)	**	3h30	9.8km	280m	5	13 h30
07/06/2018	Pique-Nique PUJAUT (inscription 2€)	*	3h	8km	150m	1	9 h

Agenda des prochaines animations

Organisées par AVF

Pour les sorties, l'inscription se fait aux permanences ou par courriel à avf.accueilvilleneuve@gmail.com, elle ne devient définitive qu'à réception du règlement.

<p>Mardi 3 Avril sortie à Tarascon et Beaucaire</p>	 <p>TARASCON & BEAUCAIRE Mardi 3 Avril 2018 R.V. 8 h Parking Tour Philippe le Bel</p> <p>Balade dans Tarascon, visite de la Ciergerie Déjeuner au Bistror du Roubian Visite guidée de Beaucaire (14 à 16 h) : «Au temps de la Foire de la Madeleine»</p> <p>Tarif : 22 € (restaurant compris) Inscription aux permanences ou par courriel accompagnée du chèque de réservation</p> <p>8h RV au parking de la Tour Philippe Le Bel à Villeneuve 9h Petite balade-dans Tarascon 10h Visite de la Ciergerie qui perpétue dans son atelier de Tarascon le savoir-faire des Pères blancs des Prémontrés de l'Abbaye Saint Michel de Frigolet. Transmises par les maîtres ciriers, vous pourrez y découvrir deux techniques de fabrication datant du XVème siècle : "à la plongée" et "à la louche" et voir les bougies se former devant vous, tout droit sorties des cuves de cire liquide. 12h Déjeuner au « Bistro du Roubian » 14h à 16h Visite guidée de BEUCAIRE sur le thème : « au temps de la Foire de la Madeleine » (Hôtels particuliers, églises, Hôtel de Ville) prix : 22 € / personne (visites et restaurant) + covoiturage Inscriptions aux permanences du Mardi et du Jeudi ou par courriel accompagné du chèque de réservation.</p>
<p>jeudi 5 avril 2018</p> <p>Rando Des Calanques CASSIS</p>	 <p>Rendez-vous 6h45 parking Jean Rey les Angles. 7h départ en bus pour Cassis</p> <p>2 randonnées au choix :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Courte : 9.5 km - dénivelé 320 m. Cassis- calanque de Port Miou - calanque de Port Pin – Gouffre de cadeiron. Pique-nique tiré du sac sur la plage de Port Miou 2. Longue : 13 km – dénivelé 490 m. Cassis – calanque de Port Miou – calanque de Port Pin – calanque d'en Vau – gouffre de Cadeiron. Pique-nique tiré du sac sur la plage de la calanque d'en Vau <p>Participation : 16€</p> <p>Carte AVF et licence FFRP à jour pour la saison 2017/2018</p>
<p>Mardi 15 mai 2018</p> <p>Journée en Arles</p>	<p>Programme de la Journée 7h30 RV au parking Tour Ph. Le Bel à Villeneuve 9h00 A la découverte des joyaux antiques et médiévaux d'Arles 12h00 Déjeuner dans un restaurant du centre ancien 13h30 Fondation Vincent Van Gogh + l'exposition temporaire incluant des œuvres de Van Gogh, Picasso, Polke, Kunst 15h30 L'Abbaye de Montmajour</p> <p>Prix : 52 € / personne (sur la base de 20) + covoiturage Ce prix comprend :</p> <p>les 3 visites guidées (centre historique, Fondation van Gogh, l'Abbaye de Montmajour) + les entrées dans l'amphithéâtre, les cryptoportiques, le cloître St Trophime, + le déjeuner (3 plats) boissons comprises (1/4 vin, café)</p> 

<p>mardi 22 mai sortie œnologique TAVEL</p>	<p>Programme : Rendez-vous à 10h30 à la Cave des Vignerons de Tavel où Daniel VALLIER nous présentera la Cave, le terroir et les travaux de la vigne avec, peut-être, un exercice pratique..., présentation qui se terminera par un apéritif. à 12h nous prendrons le chemin de Lirac pour déjeuner au Bistrot des Vignes, à 15h nous visiterons le caveau puis à 16h30 nous commencerons la dégustation œnologique des vins que vous pourrez ensuite acheter, en espérant que cette journée vous aura permis d'apprécier les vins de la Cave. Prix: 15,50€ (prix du repas), Daniel VALLIER ayant la gentillesse de nous guider gracieusement tout au long de la journée. Inscriptions aux permanences avec dépôt du montant de la journée. Le groupe est limité à 25 personnes.</p>	 <div data-bbox="1300 174 1513 638" style="background-color: #333; color: white; padding: 5px;"> <p>JOURNEE OENOLOGIQUE MARDI 22 MAI 2018</p> <p>10h30 Cave des Vignerons de Tavel Démonstration de la vigne Apéritif à la Cave</p> <p>Déjeuner au Bistrot des Vignes à Lirac</p> <p>15h Visite du Caveau de Tavel 16h30 Dégustation Oenologique</p> <p>15,50 € tout compris Visite limitée à 25 personnes</p> <p>Inscription avec règlement auprès des accueillantes</p> <p><small>AVF VILLENEUVE LES ANGLÉS PUJAUT</small></p> </div>
<p>mardi 5 juin</p>	<p>Journée des bénévoles.</p>	
<p>JEUDI 7 JUIN 2017 randonnée PUJAUT</p>	<p>Les animateurs s'occuperont de l'apéro et de la boisson pour lequel une participation de 2€ sera demandée lors de l'inscription. Les conjoints sont cordialement invités Chacun apportera un plat salé ou sucré à sa convenance pour partage Inscription : A partir des jeudi 24 mai et jeudi 31 mai avant le départ des randos. A titre exceptionnel : possibilité de s'inscrire par Tél : 09 50 55 41 76 jusqu'au 5 JUIN. Organisation de la journée : Départ du parking Jean Rey à 9 h Rando facile 8.5 km 200 m dénivelé Repas aux environs de 12h 30 Des tables seront nécessaires : Merci d'y penser.</p>	
<p>28 septembre 5 octobre 2018</p> <p>Circuit Des Capitales Impériales</p>	<p>CIRCUIT DES CAPITALES IMPERIALES 28 septembre - 5 octobre 2018</p>  <p>8 jours - 7 nuits - hotels **** 1400 € par personne Inscriptions auprès des accueillantes avant le 16 février avec acompte 200 €</p> <p><small>AVF VILLENEUVE LES ANGLÉS PUJAUT</small></p>	<p>L'AVF a négocié pour vous avec RAOUX Voyages un circuit des capitales impériales : Prague, Vienne, Budapest et Bratislava. Ce circuit se déroulera du 28 septembre au 5 octobre 2018, soit 8 jours - 7 nuits en hôtels**** en centre-ville. Des échelonnements de paiement sont possibles. La totalité du voyage devra être payée au plus tard le 5 août. Vous devez posséder une carte d'identité ou un passeport en cours de validité. Une photocopie de ce document vous sera demandée à l'inscription.</p>

Clin d'œil sur les activités

<p>Mardi 6 mars</p>	<p>Conférence de Marc Roure la poste aux lettres de Villeneuve,</p>  <p>Marc ROURE, éminent marcophile et philatéliste, nous a passionné en retraçant la création, en 1616, du bureau de la « Poste aux lettres » de Villeneuve lez Avignon qui fut le 4ème bureau ouvert au royaume de France, après Paris, Lyon, Bordeaux.</p> <p>Cette histoire locale est aussi celle du courrier postal. La conférence, très documentée, nous a fait chevaucher le temps, avec les postillons de la « Poste aux chevaux » et leurs bottes de 7 lieux, postillons qui empruntaient « le haut du pavé des voies royales ». Puis vint le temps de la « Poste aux lettres », de la création de ses bureaux et, notamment du 4ème bureau que notre enquêteur Marc Roure a réussi à situer à Villeneuve !</p> <p>Bref ce fut un moment très apprécié par l'importante assemblée qui a chaleureusement applaudi notre conférencier.</p> <p>Merci Marc.</p>
<p>jeudi 15 mars</p>	 <p>Master-class peinture avec Laurent Maameri, nous avons 8 participants, le thème le drapé, tous furent très appliqués et intéressés</p>
<p>Mardi 20 mars</p>	<p>Notre dernière "master class" a eu lieu aujourd'hui. C'est Sylvie Genty, aquarelliste professionnelle, qui est venue partager son savoir faire avec nous. Sylvie, animatrice de l'activité aquarelle pendant de nombreuses années, partie depuis 15 ans vers d'autres lieux, était heureuse de retrouver sa ville et quelques anciens toujours présents. Merci à elle pour sa prestation et ses conseils.</p>
<p>Atelier mémoire</p>	<p>L'atelier-mémoire a pris fin en mars, donc... Vacances bien méritées pour ceux et celles qui y ont participé avec leur bonne humeur, des grains de fantaisie et une attention impressionnante ! Nous sommes des retraités actifs, et nos neurones en témoignent ! Pour ceux qui voudraient répéter cette expérience, il est possible de s'inscrire pour l'an prochain, et leur demande sera satisfaite en fonction des places disponibles.</p> 

*

Le chargement du dossier peut-être long compte tenu du nombre de photos.

Par précaution, si une personne apparaît sur une ou plusieurs photos et qu'elle ne le désire pas, qu'elle veuille bien nous communiquer les numéros des photos (avf.accueilvilleneuve@gmail.com), nous les enlèverons. Nous ne connaissons pas tous les adhérents et il nous est impossible de le faire à priori.

Renseignements divers

Permanences

local AVF	11 place du Mt Serein, Villeneuve	Mardi	16h30 à 18h30	
		Jeudi	09h30 à 11h00	
Bibliothèque (ex CPAM)	14 traverse de Bellevue, Les Angles	Mercredi	14h30 à 16h30	De septembre à novembre

CALENDRIER SCOLAIRE 2017 2018

zone A Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers	zone B Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg	zone C Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles
---	--	--



→ Les élèves qui ont cours le samedi sont en congé le samedi après les cours.

Pour en savoir plus : education.gouv.fr/calendrier-scolaire

facebook.com/EducationFrance
twitter.com/EducationFrance

Pour en savoir plus : <http://education.gouv.fr/calendrier-scolaire>

Les partenaires de l'AVF de Villeneuve- Les Angles-Pujaut



Revue éditée par l'association AVF Villeneuve-Les Angles
 11, Place du Mont Serein- 30400 Villeneuve Lez Avignon
 Directeur de la publication : Vincent APARICI,
 Rédaction : Nicole BONZI – Jean-Marc LAUGIER - Alain NICOLAS