



La Lettre du Cercle

Novembre 2021

le CERCLE DE BOULOURIS vous propose de noter ses prochains rendez-vous :

Les conférences du PETIT FORUM

Le mardi 9 novembre 2021 à 9h30 Salle Laforest « Forum Julii à travers les textes Anciens » par Jacques Carle : Forum Julii fait l'objet d'intenses recherches archéologiques, qui ont permis de confirmer partiellement, ce que les textes des Anciens nous ont fait connaître de ce Port stratégique antique, qui verrouillait la mer Tyrrhénienne.... Si la Fréjus Antique (Forum Julii), n'a pas encore découvert tous ses secrets archéologiques, c'est néanmoins par les vestiges, que nous connaissons la ville Ancienne... Dans quelle mesure, les textes Anciens se révèlent ils utiles pour comprendre et interpréter l'Histoire ?

Le mardi 14 Décembre 2021 à 9h30 Salle Laforest: « Notre Dame Brûle » par Jean-Claude Dauge-ron. Le 15 avril 2019 Notre Dame brûle...Alors que sous les yeux du monde entier, la flèche de la cathédrale s'écroule, vaincue par les flammes, la légende de Notre Dame de Paris s'impose dans les esprits...N'a-t-elle pas accompagné l'histoire de notre pays et de l'occident ? N'est-elle pas Notre Dame de France ? N'est-elle pas un patrimoine architectural, religieux et humain et un emblème de la civilisation occidentale ? Devant un tel drame chacun s'interroge, mille questions s'imposent dans bien des domaines : causes de l'incendie, les secours, les travaux, la réhabilitation et le choix de la nouvelle flèche, le financement, les délais...

Nous espérons donc vous rencontrer bientôt. Bruno Chavernac ; Jean-Claude Martinez ; Claude Rouzies .

Sortie du 10 novembre 2021 (COMPLET)

Visite guidée du musée de la faïence à Varages puis visite de la Basilique de St Maximin, le plus grand édifice gothique de Provence.



cercledeboulouris@gmail.com



06 74 88 68 09

Cérémonie d'accueil des nouveaux adhérents :

les nouveaux adhérents du Cercle des saisons 2020/2021 et 2021/2022 sont invités à venir rencontrer les Administrateurs et les responsables d'activités pour mieux connaître notre association et faire connaissance avec les autres membres du Cercle. **Rendez-vous le vendredi 19 novembre à 16 heures à la salle Blondelet** autour du verre de l'amitié.



Le premier footing écoresponsable :

Le concept est simple : courir en ramassant le maximum de déchets trouvés sur son parcours ! Bénédicte MELONE, animatrice sportive du Cercle vous propose de vous retrouver le dimanche 21 novembre à 9h 30 (RV sur le parking du CRAPA - derrière le magasin Leclerc) pour une opération nettoyage des espaces publics. Dress code : sacs poubelle et gants !

Contact: Bénédicte Melone Mail : benedicte.melone@orange.fr

Repas de fin d'année des adhérents du Cercle : Comme chaque année les membres de notre association auront le plaisir de se retrouver pour un repas dansant qui se déroulera à l'**Esterel Aréna le jeudi 19 décembre 2021 à partir de 12h**. Les inscriptions sont ouvertes, dans la limite des places disponibles, dans nos permanences du lundi et du Jeudi. **Date limite d'inscription : mercredi 8 décembre 2021** La participation est fixée à 30€ pour les adhérents (40€ pour les non adhérents)



Voyage à Albi et Toulouse du 16 au 19 Décembre 2021 (COMPLET).

Une vingtaine d'adhérents iront passer 4 jours à ALBI, visite de la cité épiscopale, de la Cathédrale Sainte Cécile, véritable chef d'œuvre de la Renaissance et du Musée Toulouse-Lautrec. Départ pour TOULOUSE, la « ville rose » avec visite du centre-historique avant d'aller à Blagnac pour le Festival des Lanternes chinoises

L'offre d'activités du Cercle s'est enrichie en cette rentrée 2021. Aussi, nous vous invitons à venir vous renseigner et à vous inscrire à nos permanences

Atelier d'initiation aux outils ANDROID :

ce nouvel atelier propose une initiation aux outils Android pour téléphones portables et tablettes dont le programme portera sur :

- Prendre en main et organiser sa tablette/téléphone, gérer la sécurité et les applications
- Savoir naviguer en toute sécurité, utiliser son mail
- Savoir utiliser le cloud et les outils Drive de Google ou OneDrive de Microsoft
- Savoir utiliser des photos et des vidéos et écouter de la musique

Animateur : Jack Cavelier (jack.cavelier@orange.fr - et Joan Olivier (animateur numérique de la médiathèque de Saint Raphaël) J.olivier@mediatem.fr

Lieu et horaire : Villa des Myrtes - Salle Schuman –
Mercredi de 9h30 à 12 heures

Inscription obligatoire auprès de Jack Cavelier (nombre de places limitées) pour une session de 8 à 10 séances qui débutera **début janvier 2022**



Certaines activités n'ont pas encore rencontré leur public et il reste encore des places disponibles.

Longe-côte : Également appelé randonnée pédestre aquatique c'est une activité qui vise à effectuer une randonnée dans la baie d'Agay, en variant les efforts et leur intensité pour vous vivifier, même pendant l'automne et l'hiver mais avec une combinaison

Animateur : Christophe Santarelli

Mail : santarellichristophe@gmail.com

Lieu : baie d'Agay (RV parking base nautique Agay) - mardi de 11 h à 12 h

Tarif : 72€ à compter du 15 octobre 2021



Marche nordique : Une marche avec 4 appuis qui redonne du souffle et fait travailler 80% des muscles en douceur. Le haut du corps est mobilisé par les muscles de l'épaule, du bras, de l'avant-bras. L'utilisation des bâtons redresse la posture et ouvre la cage thoracique. Animateur : Bénédicte Melone

Mail: benedicte.melone@orange.fr

Horaires : Groupe 1 - Lundi 14h30 Groupe 2 - Mercredi 15h30 Groupe 3 - Jeudi 9h

Tarif : 119 € à compter du 15 octobre 2021

Yoga : Discipline ancestrale qui signifie harmonisation. Il apporte équilibre et harmonie, il a une action sur la santé physique et psychique par la régulation du souffle et la mise en action des muscles, tendons et articulations de tout le corps.

Animateur : Isabelle Hureau Mail : isabellehureau77@gmail.com

Lieu et horaires : Groupe 3 : Salle Blondelet : le mardi de 14h à 15h. Tarif : 72€ à compter du 15 octobre

Dans'Fit : Musculation, concentration, coordination sur une note de musique. Pour travailler le cardio sans impact afin de préserver son dos et ses articulations.

Animateur : Bénédicte Melone Mail : benedicte.melone@orange.fr

Lieu et horaires : CREPS COSEC 2 : le vendredi **de 18h30 à 19h30**

Tarif : 72€ à compter du 15 octobre

Sophrologie : Quoi de mieux que la sophrologie pour se détendre, se relaxer et aborder le quotidien plus sereinement. Alors n'hésitez pas à nous rejoindre et participer aux cours collectifs animés par deux sophrologues certifiées de l'association Arc en Ciel

Animateurs : Michèle Deschodt Mail : arcenciel83600@gmail.com

Marie Claude Avaro arcenciel83600@gmail.com

Lieu et horaires : Salle « Salon » Maison des associations le Lundi de 9 h à 10 h

Tarif : 135€ à compter du 15 octobre

Scrabble traditionnel : le scrabble est un jeu de lettres où l'objectif est de réaliser un maximum de points en plaçant des mots sur la grille, sur la base de tirages aléatoires de lettres

Animateur : Michèle Boyon Mail : micheleboyon@gmail.com

Lieu et horaires : salle Allongue ([au-dessus de la poste de Boulouris](#)) - lundi à 14 h

Le Rummy Academy permet de jouer au très classique Rami et à ses nombreuses variantes avec des tuiles. Le principe est de se débarrasser de son jeu en formant des combinaisons sur la table de jeu (suites, carrés, brelans ...)

Animateur : Marie Perrin Mail : jeanlouis.perrin63@gmail.com

Lieu et horaires : salle Allongue (au-dessus de la poste de Boulouris) mardi de 14h à 16h

Un nouveau responsable à la section TAROT

Animateur : Daniel Sanioossian mail : daniel.sanioossian@wanadoo.fr

Lieu et horaires : salle Allongue vendredi de 14h à 17h

L'activité culturelle à Saint Raphaël

Le nouveau spectacle du Magic cabaret show aura lieu le vendredi 8 janvier et samedi 14 janvier 2022 à 20h30 à l'auditorium du Centre culturel. Pensez à réserver ces dates sur vos agendas

Venez participer au Palais des Congrès de Saint Raphaël à une série de Conférences organisées par la Ville de Saint-Raphaël sur le thème « *Le sens des limites* » dans le cadre d'une « **Carte Blanche à Roger-Pol DROIT et Monique ATLAN** » les 6 et 7 novembre 2021, avec :

Roger-Pol DROIT philosophe et écrivain. Normalien, agrégé, docteur en philosophie il a été chercheur au CNRS, enseignant à Sciences Po

Monique ATLAN essayiste et journaliste. Licenciée en Droit, diplômée de Sciences Po et de Langues orientales, elle a été journaliste puis rédactrice en chef, durant 44 ans à France 2.

Aldo NAOURI pédiatre, il a publié plus d'une vingtaine d'ouvrages sur les relations intrafamiliales

Pascal PICQ Paléontologue, maître de conférences au Collège de France, il a publié notamment "Lucy et l'obscurantisme" (2007, Odile Jacob), "Sapiens face à Sapiens", (2019, Flammarion).

Aurélié JEAN Docteure en sciences et entrepreneure, elle navigue depuis plus de 10 ans dans la modélisation numérique. Elle travaille entre les USA et la France où elle partage son temps entre le conseil, la recherche et le développement et l'enseignement



LES RENCONTRES DE L'AVENIR vous donnent rendez-vous pour 3 journées de débats les 3, 4 et 5 décembre 2021 au Palais des congrès. Organisé par la Ville cet événement d'envergure nationale fait appel à une trentaine d'intellectuels de renom, témoins et acteurs de notre temps et notamment Frédéric Dabi, Olivier Babeau, Cynthia Fleury, Christine Ockrent, Erik Orsenna, Luc Ferry...



Toujours plus ambitieuse, la programmation de cette quatrième édition se décline en conférences et tables rondes sur les thèmes de l'avenir : « Comment améliorer la mondialisation sans démondialiser » ; « L'avenir d'un système de santé vertueux » ; « L'avenir et les jeunes » ; « Concilier croissance et développement durable » ; « Construire l'avenir dans un monde de Fake news », « Survivre à la crise »

L'occasion pour chacun de pérenniser le plaisir de la réflexion, du dialogue et de l'information en s'emparant de sujets d'actualité.

Gratuit sur réservation au Centre culturel : billetterie@ville-saintraphael.fr - 04 98 11 89 00