Commission retraités
Présidente Ginou REMOND

C'est quoi votre programme du premier semestre 2024

belote

bowling

gym

loto

sorties et voyages

et bien d'autres activités retrouvez le détail ci après

Président du CAS
Joël REY

Commission Retraités
Présidente : Ginou Remond

GYMNASTIQUE DOUCE
BOWLING
PETANQUE A L'ETANG

Voir notes détaillées

BILLARD

Tous les vendredis
de 14h00 à 17h00
au local
Gratuit

CONCOURS DE BELOTE

Le mardi 6 février
à 13h45
Prix CAS : 8 €
Prix invités : 10 €
Organisatrice : Françoise BOUCHET

QUILLES

Les lundis 22 janvier , 11 mars, 17 juin à 13h45 au parking du stade Bourillot à Longvic avec Armand VUILLEMIN
Prix CAS : 5 € / Prix invités : 6 €
Inscriptions auprès de Françoise BOUCHET : 06.17.81.49.25

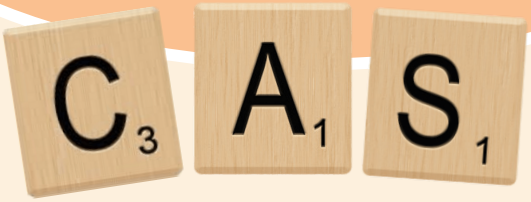
LES JEUDIS SCRABBLE

Les 2ème, 3ème, 4ème et éventuellement 5ème jeudis du mois
Rendez-vous à 14h00 au local Charlie Chaplin

Organisatrices : Aline BRULÉ et Colette JARLAUD

BIBLIOTHEQUE

Prêt de livres tous les vendredis au local Charlie Chaplin



Joël Rey,
Président du CAS

Commission Retraités
Présidente : Ginou Remond

LE BOWLING, UNE BONNE HABITUDE NE SPARE PAS !

à Marsannay les jeudis après-midi rv à 17h00

2 parties à 5 euros soit 10 euros CAS, et 2 parties à 6.5 euros soit 13 euros invité

APRÈS LES JEUX POSSIBILITÉ DE SE RESTAURER
1 BOISSON/1 PLAT/1 DESSERT

1ER RV JEUDI 7 MARS (inscriptions jusqu'au 1/03)
2EME RV JEUDI 13 JUIN (inscriptions jusqu'au 7/06)

MODALITÉS

CAS
commission retraités

INSCRIPTION au bureau le vendredi

POUR LES JEUX, À RÉGLER À L'ORDRE DU CAS OBLIGATOIREMENT AVANT
PAS D'INSCRIPTION POSSIBLE APRÈS LES DATES INDIQUEES

RENSEIGNEMENTS :
MONSIEUR JEAN CHAPPUIS
0624600280

Joël Rey,
Président du CAS

Commission Retraités
Présidente : Ginou Remond

Promenades du mercredi

21-févr	Lac Kir 14h RV Divia Darcy
28-févr	Coulée verte 14h RV Parc d la Colombière
06-mars	Fort de la motte Giron RV 14h Divia Darcy B3
13-mars	Talant belvédère lac Kir RV 14h Divia Darcy
20-mars	Prés Thomas St Apollinaire 14h RV médiathèque Bd Champollion
27-mars	Suzon Parc des Combottes RV tram T2 Nation
03-avr	Combe Persil - Combe à la serpent 14h RV Divia Darcy
10-avr	Chenôve les vignes RV 14h tram T2 terminus Chenôve
17-avr	Circuit des facultés 14h RV tram T1 arrêt Parc des sports
24-avr	Fixin RV 14h Parc Noisot /// **co voiturage**
15-mai	Ahuy Four à Chaux 14h RV terminus bus Ahuy
22-mai	Quétigny Allées Cavalières RV 14h tram T1 terminus Quétigny
29-mai	Circuit Couillot RV 14h la mare
05-juin	Norges RV 14h devant la mairie /// **co voiturage**
12-juin	Plombières les jardins RV 14h Divia Darcy B12
19-juin	Plateau de Valmy RV 14h tram T2 Pôle santé
26-juin	Pique-nique RV 12h étang Royal Longvic

Rappel :Les marcheurs non-adhérents du CAS doivent avoir une assurance personnelle. Ils ne sont pas couverts par l'assurance du CAS.

Responsables :
Jean CHAPPUIS (06.24.60.02.80)
Robert PENIDON (06.72.85.84.04)
Et Roger POITEVIN
(06.34.10.13.03)

Joël Rey,
Président du CAS

Commission Retraités
Présidente : Ginou Remond

GYMNASTIQUE DOUCE LE MARDI DE 10H à 11H AVEC MARCO BONINO AU LOCAL CHAPLIN

15€ PAR MOIS A REGLER AU TRIMESTRE (17€ PAR MOIS TARIF EXTERIEUR)

Joël Rey,
Président du CAS

Commission Retraités
Présidente : Ginou Remond

JOURNEE CARNAVAL

JEUDI 15 FEVRIER
Restaurant la Grotte à SAGY
Tarif CAS 60 euros
Tarif invité 65 euros

Repas animation avec un musicien
Kir et ses amuses bouche (ou apéritif sans alcool)
Gâteau de foie de volailles et sa sauce tomate
Rosbif de charolais, gratin dauphinois, purée de pois et carottes vichy
Framboisier maison et son coulis
Café
25 cl de vin Macon blanc Burgy et 25 cl de Côte du Rhône
Eau pétillante pour les personnes ne buvant pas de vin

Inscription local Charlie Chaplin les vendredis après-midi

Le Président du CAS
Joël REY

Commission Retraités
Présidente : Ginou REMOND

LOTO GOURMAND

Vendredi 8 MARS 2024

Au local Charlie Chaplin

Avec Denise DUPAYS et Chantal VERRAES

Ouverture de la salle : 13h45

Prix CAS : 8€ les 3 cartons

Prix invités : 10€ les 3 cartons

 limité à 3 cartons

inscriptions local retraités jusqu'au 1/03

Joël Rey,
Président du CAS

Commission Retraités
Présidente : Ginou Remond

JOURNEE GRENOUILLES

VENDREDI 22 MARS
CHEZ BERTHE 70130 SEVEUX
Tarif CAS 66 euros
Tarif invité 72 euros

Kir pétillant et son assiette de bienvenue
Grenouilles persillées et crème
Pause glacée
Viande garnie
Buffet de fromages salade
Assiette gourmande
Vins blanc rouge café

Inscription local Charlie Chaplin les vendredis après-midi

Le Président du CAS
Joël REY

Commission Retraités
Présidente : Ginou Remond

SEJOUR AU CHALET DES ROUSSES

Du samedi 11 mai au vendredi 17 mai

Mini bus 8 personnes

Participation bus 30 euros/personne

Inscription local Charlie Chaplin les vendredis après-midi

Le Président du CAS
Joël REY

Commission Retraités
Présidente : Ginou Remond

PETANQUE

Le jeudi 4 juillet 2024 à l'étang du Grand Borne

Jeu : CAS 9 euros / invités 11 euros
Journée avec repas : CAS 25 euros / invités 27 euros

Blanc pêche
Mini navette mousse de foie et mini quiche
Terrine de lapin aux noisettes et ses cornichons
Croziflette et sa saucisse de ménage
Salade verte
Entremet à la mangue
Pain vin café

Inscription local Charlie Chaplin les vendredis après-midi

Le Président du CAS
Joël REY

Commission Retraités
Présidente : Ginou Remond

Partez à la découverte du

VAUCLUSE

CASTEL LUBERON

Du 08/09 au 15/09/2024

Joël Rey
Président du CAS

VOTRE PROGRAMME

JOUR 1 : BIENVENUE
Arrivée du groupe en fin de journée avec votre autocar.
Accueil et installation dans les chambres.
Le soir, dîner au Castel Luberon et soirée animée.

JOUR 2 : DECOUVERTE DU CASTEL LUBERON / GORDES ET LAVANDES (50 KM)
Le matin, présentation du programme du séjour et visite du village vacances et des jardins.
Votre accompagnateur vous donnera toutes les informations nécessaires au bon déroulement de votre séjour. Échanges autour d'un cocktail de bienvenue.
Déjeuner au Castel Luberon.
L'après-midi, départ vers Gordes. Gordes étage de façon très pittoresque ses maisons sur une falaise terminant le plateau de Vaucluse et dominant la vallée de l'Imergue face au Luberon.
Découverte de la ville : le bourg, le belvédère et l'ancien hôpital. Départ par une route très pittoresque vers l'abbaye de Sénanque et arrêt photo. Au creux du petit canyon de la Sénancole qui s'ouvre dans le plateau du Vaucluse, apparaissent, dans un site austère, les harmonieux bâtiments de l'abbaye de Sénanque dans son écrin de lavande. Continuation pour Coustellet et visite du musée de la Lavande. Vous découvrirez les différentes sortes de lavande, apprendrez comment faire la différence entre lavande et lavandin. Vous découvrirez la distillation.
Le soir, dîner au Castel Luberon et soirée animée.

JOUR 3 : DE SAINT-REMY AUX BAUX DE PROVENCE (120 KM)
Sortie à la journée :
Le matin, départ en autocar vers Saint-Rémy de Provence. Ses boulevards ombragés de platanes, ses places ornées de fontaines et ses petites ruelles charmantes symbolisent à merveille la Provence.
Arrêt aux Antiques et découverte du Mausolée et de l'Arc Municipal. Continuation vers les Baux de Provence. Ce village, classé au Patrimoine Mondial et labellisé « un des Plus Beaux Villages de France », offre des paysages et des panoramas exceptionnels.
Déjeuner au restaurant.
L'après-midi, visite libre des Carrières de Lumières aux Baux de Provence.
Découverte de cette ancienne carrière avec spectacles multimédia artistiques et projection de célèbres tableaux mis en musique.
Le soir, dîner au Castel Luberon et soirée animée.

JOUR 4 : PLATEAU D'ALBION & NOUGATERIE / LES GROTTES DE THOUZON
Le matin, traversée du plateau d'Albion sur lequel était située l'ancienne base nucléaire française mise en place par le général de Gaulle, qui décida de doter la défense militaire française d'une composante nucléaire en 1960. Continuation pour le village de Sault, bâti en hémicycle, à 765 m d'altitude, sur une avancée rocheuse qui termine le plateau du Vaucluse à l'ouest et domine la vallée de la Nesque. Visite d'une nougaterie. Vous admirerez la magnifique boutique de ce maître nougatier avec devanture en noyer. Projection d'une vidéo et dégustation.
Déjeuner au Castel Luberon.
L'après-midi, véritable joyau du monde souterrain : Un voyage dans le temps de 45 minutes pour traverser 60 millions d'années. Vous cheminerez dans le lit fossile d'une ancienne rivière souterraine, vous découvrirez la richesse et la diversité d'une GROTTE devenue un authentique Ecomusée et une inépuisable « Bibliothèque » ouverte sur le passé géologique et biologique de notre Planète.
Cette GROTTE vous invite à la connaissance des merveilles cachées et témoigne de la conservation d'un Patrimoine exceptionnel.
Le soir, dîner au Castel Luberon et soirée animée.

JOUR 5 : OCRE ET ROUSSILLON (45 KM) / FORCALQUIER (90 KM)
Le matin, départ en direction de Rustrel pour découvrir le Colorado provençal illuminé par la féerie des jaunes foncés, rouges, verts et violets foncés. Continuation vers Saint-Saturnin-les-Apt. La route traverse de riches plaines de cerisiers. Puis découverte de Roussillon, l'un des plus beaux villages du Luberon, avec ses falaises d'ocre aux teintes variant du jaune au rouge.
Promenade dans le village pour admirer ses façades.
Attention : l'ocre étant très salissant, nous vous conseillons de vous munir de chaussures et vêtements adaptés et confortables.
Déjeuner au Castel Luberon.
L'après-midi, départ pour Forcalquier, ancienne capitale de Provence. Construite autour d'une fontaine sur un plateau calcaire, c'est cette « font calquier » qui lui a donné son nom. À égale distance du Rhône, des Alpes et de la mer, à mi-hauteur entre plaine et montagne, à la rencontre du monde alpin et méditerranéen, le pays de Forcalquier est une Provence du milieu.
Dégustation de pastis et de liqueurs de Provence, tradition plusieurs fois millénaire. Dès le Moyen Âge, les ramasseurs d'herbes aromatiques s'en font colporteurs. Au XIXe siècle, certains deviennent pharmaciens, d'autres distillateurs, puis se spécialisent dans la production de liqueurs et d'apéritifs.
Le soir, dîner au Castel Luberon et soirée animée.

JOUR 6 : MONT VENTOUX & VAISON LA ROMAINE (175 KM)
Sortie à la journée :
Départ par Sault pour le Mont Ventoux. Son sommet (1 912 m), aux pentes dénudées et caillouteuses, est couronné d'un observatoire, ce qui le rend reconnaissable à plus de 100 km à la ronde. C'est aussi une étape incontournable du Tour de France. Route pour Vaison la Romaine.
Déjeuner dans un restaurant.

Visite commentée en petit train de Vaison la Romaine avec ses champs de fouille (entrée non incluse), ses églises Saint-Quenin et Notre-Dame de Nazareth... Vaison vieille France, avec sa vieille ville perchée sur les rochers... Vaison moderne, pleine de vie, de terrasses de cafés, de boutiques, et de marchands de produits du terroir. En route pour Apt, vous pourrez admirer les dentelles de Montmirail. Cette « montagne admirable » (mons mirabilis) est une véritable sculpture naturelle s'élevant 755 mètres au dessus de la Provence des papes. L'érosion a ciselé si finement le calcaire de ce massif que l'on imagine voir une majestueuse dentelle de pierre.
Le soir, dîner au Castel Luberon et soirée animée.

JOUR 7 (JOURNEE REPOS CHAUFFEUR) : SENTEURS LOCALES / DECOUVERTE D'APT OU APRES-MIDI A VOTRE CONVENANCE
Le matin, départ à pied pour le marché d'Apt (samedi matin). Découverte des produits régionaux dans une ambiance très provençale.
Déjeuner au Castel Luberon.
L'après-midi, départ à pied du village vacances pour la visite de la cité d'Apt. Située au coeur du Parc naturel Régional du Luberon, Apt vous séduira par le charme qui se dégage des petites rues de la vieille ville avec ses fontaines anciennes, ses hôtels particuliers et ses petites placettes ombragées
OU
Selon les préférences de chacun, inscrivez-vous un notre tournoi de mini-golf ou notre concours de pétanque. Il vous faudra faire preuve de beaucoup d'adresse pour remporter la compétition !
Le soir, dîner au Castel Luberon et soirée animée.

JOUR 8 : AU REVOIR
Après le petit-déjeuner, départ du groupe.

Inscriptions le mardi 05/03/2024
CAS 8 avenue de DALLAS à partir de 9 heures
avec copie pièce d'identité et copie feuille d'imposition 2023 sur revenu 2022

Tarifs sur la base de chambre double:

702 euros par personne soit 117 euros / mois sur 6 mensualités
498 euros avec aide par personne soit 83 euros / mois sur 6 mensualités

Repas du midi du premier jour tiré du sac
Dépenses personnelles non inclues

Pour bénéficier de l'aide ANCV il ne faut pas avoir déjà bénéficié de cette aide dans la même année.

Notre voyage ne s'adresse qu'aux adhérents du CAS.