

Edito

Avant d'écrire cet édit, j'ai eu la curiosité de lire les vœux de Bonne Année de Janvier 2021 dans le CAPINFO. « Voilà donc cette nouvelle année, pleine d'espoirs, d'envies et ... d'incertitudes. Le CAP Pont de Béraud, même fermé du fait des directives gouvernementales continue sa vie. Un jour, nous proposerons à nouveau dans nos locaux, la vingtaine d'activités existantes et peut-être dans la salle de l'UTL, tant attendue. Votre Cap vous renouvelle ses meilleurs vœux pour 2021, avec l'espoir de se retrouver bientôt. »

L'année 2021 est terminée et elle a vu la réouverture du CAP, la reprise de la vingtaine d'activités et la mise à disposition de la salle de l'UTL. La vie du CAP continue et continuera en 2022.

Je vous souhaite à toutes et à tous, ainsi qu'à votre famille, une très belle année 2022 avec tout le bonheur possible.

Dominique Montavy



Aquarelle réalisée par Mireille Fabre

Une vedette ! Nanette



L'activité Théâtre du CAP peut s'enorgueillir de compter parmi ses membres l'une de nos centenaires. Le 8 décembre dernier, toutes les "Chouettes" se sont réunies pour les 100 ans d'Anne-Marie Hoche "Nanette", autour d'un goûter et d'une coupe de champagne. Ce fut un moment heureux, plein de partage. À cette occasion nous avons pu découvrir le dernier recueil de poésies de Paulette Panzac, actrice et poète. Un grand merci à Nanette qui par sa présence positive, bienveillante, et gaie, illumine le groupe. Nous aurons le plaisir de la retrouver, avec toute la troupe sur scène au printemps prochain pour vous présenter notre nouveau spectacle. J.B.



Cigalon



Mystère aux Charmettes



Tchekov



Les activités

Ping Pong

- Lundi et jeudi à 10 h
 - Mardi à 16 h
- Colette 06 10 07 62 35

Atelier artistique

- Lundi 13 h 30 / 17 h
- Honorine 06 16 48 93 57

Atelier reliure

- Lundi 14 h / 17 h
 - Samedi 14 / 17 h
- Claudine 06 65 12 48 47

Il est recommandé de s'inscrire au préalable auprès des organisateurs.

Couture

- Mardi 14 h / 17 h
- Monique 06 95 44 58 80

Pilates

- Mercredi 9 h 30 / 10 h 30 COMPLET
 - Dimanche 10 h / 11 h 30
(1 fois / mois)
- Annie 06 37 83 75 13

Atelier Ordi avancé

- Mercredi 10 h / 12 h
- Charles 06 08 35 94 27

Scrabble

- Mercredi 14 h / 17 h
- Josiane 06 70 95 27 64

Atelier Théâtre

- Mercredi 14 h 30 / 16 h 30
- Jacqueline 07 81 95 60 84

Bibliothèque

- Mercredi 14 h 30 / 16 h 30
- Luciana 06 09 47 86 70

Atelier Tablette

- Mercredi 15 h / 16 h
- Dominique 06 15 02 52 46

Bridge initiation

- Judi 14 h / 16 h
- Hélène 06 60 64 45 64

Chiacchierata

- Judi 16 h / 17 h
 - Les 13 et 27/01
- Luciana 06 09 47 86 70

Chorale

- Judi 18 h 15 / 20 h 15
- Contact 06 07 57 74 15

Boules

- Vendredi à 10 h
- Colette 06 10 07 62 35

Relooking meubles

- Vendredi 9 h / 11 h
- Michèle 06 16 31 58 58

Peinture à l'huile

- Vendredi 14 h / 16 h
- Christiane 04 88 05 62 23

Atelier Écriture

- Vendredi 14 h 15 / 17 h
 - Le 21/01 (1 fois / mois)
- Mireille 06 79 10 11 85



Visites guidées en ville

AIX AU FÉMININ • Découvrez la ville au travers des femmes qui ont compté par leurs actes ou leur art.

- Lundi 24 janvier de 14 h à 16 h
- Vendredi 28 janvier de 14 h à 16 h

RdV devant l'office du tourisme à 13 h 50

Inscription jacqueline.bompuis@gmail.com ou en ligne www.cap-pontdeberaud.fr

Tarif 5 € (complément pris en charge par le CAP).

Règlement par chèque bancaire au nom du CAP à remettre le jour de la visite. **PASS SANITAIRE OBLIGATOIRE**

Randonnées janvier 2022

Dates	Départ - retour	Lieu	Dénivelée (cumul) / Durée	Km auto (aller-retour)	Organisateurs	Difficulté
Mardi 4/1	8h50 - 17h	Autour de La Barben	280 m / 4 h	50 km	M. Lautier 06 77 90 41 64	P1 T1
Jeu 6/1	13h20-17h (1)	Aix-en-Provence, de Bibémus au Mas du Cri	30 m / 2 h	8 km	Françoise Jonon 06 80 94 98 94	P1 T0
Mardi 11/1	8h50 - 17h	Le Grand Sambuc et la montagne des Ubacs	300 m / 4 h 30	26 km	G. Bernardeau 06 43 10 53 66 F. Baduel 06 62 37 86 12	P2 T1
Jeu 13/1	13h20-17h (1)	Venelles, petite randonnée du côté du Parc des Sports	50 m / 2 h	22 km	Jeanne Riffaut 06 16 33 37 07	P0 T0
Mardi 18/1	8h50 - 17h	Le chemin du Loubatas	280 m / 3 h 30	40 km	Gérard Gaudino 06 87 77 98 14	P1 T1
Jeu 20/1	13h20-17h (1)	Le Tholonet, parking du Toscan, vallon de marbre, Doudon	100 m / 2 h	16 km	Jacques Baduel 06 16 35 52 72	P1 T0
Mardi 25/1	8h50 - 17h	Refuge Baudino et Ermitage de Saint-Ser	550 m / 3 h 30	28 km	Christian Cannavo 06 43 80 69 14	P2 T1
Jeu 27/1	13h20-17h15 (1)	St-Cannat, le Mas de Fauchon	60 m / 2 h 15	40 km	Marie-Jo Roux 06 63 21 61 00	P1 T0

INDISPENSABLE : un certificat médical récent et des chaussures adaptées à la marche en terrain caillouteux, humide et glissant.

(1) A compter du 2 décembre et jusqu'au 27 janvier, le rendez-vous au parking des 3 Bons Dieux est avancé à 13h20 pour un départ à 13h30 afin de tenir compte du raccourcissement de la durée des jours. Retrouvez le détail des randonnées sur www.cap-pontdeberaud.fr

Le spectacle de Noël du CAP « Baleine et Contrebasse »

Le 11 Décembre dernier, Le CAP vous a convié au spectacle de Noël avec vos enfants et petits enfants. Bernard Abeille, musicien et conteur amoureux de la nature, de la contrebasse et des baleines nous a emmené pendant une heure et demie dans le monde de la forêt et dans les profondeurs sous marines. Le chant si particulier des baleines, émouvant et captivant, Bernard Abeille l'interprète sur sa contrebasse et c'est troublant de vérité. Nous nous sommes laissés emporter dans ce ballet majestueux effectué avec une légèreté extraordinaire au son de la contrebasse de Bernard Abeille, merveilleux musicien.



Crédit photo Ch. Lassalas



Crédit photo Christian Roure

La chorale du CAP

L'Ensemble Vocal Cézanne a présenté son travail depuis le renouvellement en octobre. En effet, Guilhem Demeyere est le nouveau chef de chœur depuis septembre 2021. Après un démarrage à 4 personnes, l'ensemble comprend 14 personnes deux mois plus tard. Lors du Noël du CAP, les choristes ont interprété 4 morceaux : 2 canons, l'un de Mozart et l'autre hébraïque et 2 Noëls « classiques » *En gardant ma bergerie* et *C'est le jour de la Noël*. Pulls et bonnets colorés ont donné le ton. Dans cet ensemble, certains



Crédit photo Julie Guinard

connaissent la musique, d'autres non, mais toutes et tous ont le plaisir de chanter ensemble. Un groupe qui suit avec beaucoup de confiance Guilhem, le chef de chœur. En 2022, si vous avez envie de chanter rejoignez ce groupe d'adultes joyeux et enthousiastes. Vous serez bien accueillis que vous soyez basse, alto ou soprano ou... que vous ne connaissiez pas votre tessiture. L'essentiel est de chanter en bonne compagnie.

L'Assemblée Générale de l'association CAP Pont de Béraud aura lieu le Vendredi 21 Janvier 2022. Vous allez recevoir ou avez reçu la convocation. Lors de cette réunion, certains membres du conseil d'administration seront renouvelés et une nouvelle présidence sera à l'ordre du jour. Le conseil d'administration définit les orientations principales de l'association et se réunit 3 à 4 fois par an. Si vous souhaitez vous engager en donnant votre avis, partager vos idées, mettre en œuvre de nouvelles activités, manifestez-vous lors de la réunion pour en faire partie. L'après-midi se terminera avec un nouveau conseil d'administration, une nouvelle ou un nouveau, président(e) et une Galette des Rois à partager !

Permanence du CAP

Le mercredi de 14 h 30 à 16 h 30 pour tous renseignements.
Pass sanitaire ou test PCR négatif de moins de 72h obligatoire pour accéder au CAP.

Cotisation

15 € / personne du 1er janvier au 31 Décembre 2022.
Chèque à l'ordre de "Cap Pont de Béraud" ou par virement (appelez le 06 07 57 74 15 pour obtenir l'IBAN) - pas d'espèce.
Cotisation en ligne www.cap-pontdeberaud.fr
L'adhésion donne droit à toutes les activités.