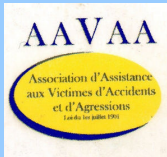


# Échos de la vie associative valoise

## Ressons de la vida associativa valenca

**Bulletin n° 9**

octobre 2008



Association d'Assistance  
aux Victimes d'Accidents et  
d'Agressions  
ZA DU PALYVESTRE  
196 RUE NICEPHORE NIEPCE

COMITÉ DE  
RÉDACTION

Christine VIDONI  
Reinat TOSCANO

**Prochaine parution : janvier 2009**  
Date limite de dépôt des articles : **10/12/2008**  
à l'Office du Tourisme  
ou par internet : **ieo83@ieo-oc.org**  
**Des articles numérisés feront gagner du  
temps aux rédacteurs... Merci pour eux...**

Le but de notre association est le suivant :

- agir pour améliorer la sécurité routière et combattre la délinquance routière,
- soutenir psychologiquement et assister les familles et les victimes d'accidents corporels de la circulation ou plus généralement de toute atteinte à l'intégrité physique, en se constituant notamment partie civile à leur côté,
- mettre à leur disposition tous les moyens nécessaires à leur indemnisation en leur permettant financièrement de se faire assister par des professionnels pluridisciplinaires indépendants et compétents.

Mr BES Marcel Président de l'Association

Permanences les 1er et 3ème mercredi de  
chaque mois de 09h00 à 12h00 Place Fournier  
Moulin à Huile Salle du Cadran.

Le Bulletin de la vie associative valoise est téléchargeable sur  
<http://textoc.ifrance.com/bulletinvalenc.html>

### Office du tourisme et de la culture.

#### Noël 2008 :

Nous recherchons des bénévoles afin de nous aider à animer les ateliers pour enfants le 14 décembre de 14h00 à 17h00. Il s'agira de tenir un stand de loisirs créatifs, comme par exemple, la confection de carte de vœux, de photophores, de brochettes de bonbons, de décorations de Noël, etc... Bien entendu, nous nous occupons de la conception des animations ainsi que de tout le matériel nécessaire, mais toutes vos propositions nous intéressent. Une réunion d'information pour les bénévoles sera prévue ultérieurement.

Nous aurions également besoin de costumes provençaux pour adultes.

Si vous désirez nous aider pour les ateliers ou si vous possédez des costumes que vous pourriez nous prêter, contacter nous au 04.94.37.02.21.

**Toute l'équipe vous remercie par avance.**



### **AIKIDO - AÏKIKON'GEN'**

Maître Ueshiba est le fondateur de l'Aïkido. Il consacra toute sa vie et toute son énergie à l'épanouissement de son Art. Mais l'Occident n'est pas l'Orient, et les pratiquants ne rentrent pas sur un Tatami comme on entre en religion.

La méthode adoptée par les fédérations françaises a figé l'enseignement dans des dogmes où l'accent est mis avant tout sur des techniques de Jiu-Jitsu qui ne permettent plus l'épanouissement du mouvement, et des passages de grades qui détournent de la voie juste. Cette méthode nous éloigne de plus en plus des principes fondateurs de Maître Ueshiba !

Christian Marcantetti pratique l'Aïkido depuis 33 ans et l'enseigne depuis 27 ans. Constatant combien peu de pratiquants accèdent à un niveau satisfaisant, il entrevoit une nouvelle pédagogie basée sur un réajustement des mouvements autour des cercles et des spirales, où les grades sont supprimés au profit de la valeur réelle des pratiquants, afin de retrouver les principes et l'esprit de l'enseignement de Maître Ueshiba. Devant la progression rapide de ses élèves et donc l'efficacité de sa méthode, et face à l'aspect sclérosant des enseignements des fédérations, il crée une nouvelle voie appelée : **AÏKIKON'GEN'** (KON'GEN' signifiant Source-Origine-Fondement) qui n'est que le prolongement logique de la voie tracée par Maître Ueshiba, où seuls comptent le travail sur soi et le plaisir simple de cheminer vers **la Lumière et la Réalisation Intérieure.**

**LE DOJO DU SHOGUN Quartier Rouguière 83143 Le Val**

**Cours les lundi et vendredi à partir de 19 heures - Contact : 06/80/10/98/88 ou 06/99/05/63/93**



## INSTITUT D'ESTUDIS OCCITANS

**COURS** Les cours ont repris le 19 septembre, salle de la Confrérie, chaque vendredi de 18h30 à 20h.

Inscription encore possible sur place (30 €, 12 € pour les étudiants et les chômeurs, 38 € pour les couples).

Dans ces cours, on privilégie le provençal, mais on découvre les autres dialectes (et le catalan). Le cours est fait en graphie classique, mais la graphie mistralienne n'est pas écartée.

**PUBLICATIONS** L'IEO publie et diffuse de nombreux ouvrages. Pour ceux qui n'étaient pas à la Fête du Livre du Val en juillet dernier, ne manquez pas le dimanche 30 novembre à Flassans, à l'occasion de la Fête du Livre et du Santon.

**DICTADA** Après lo succès de la dictada de julhet, l'IEO 83 s'inscriu dins la «Dictada Occitana». Se farà à Carnolas lo 28 de janvier de 2009 (lei doás grafias son acceptadas).

**INFORMACIONS** <http://textoc.ifrance.com/ieo83.html>



## AUBA NOVÈLA

En complement dei publicacions de l'IEO, AUBA NOVÈLA presenta de libres en niçard e en provençau.

Sarèm à Flassans lo 30 de novembre amé l'IEO.

<http://toscanoreinat.chez-alice.fr/>



## TENNIS CLUB VALOIS

tel.: 04 94 86 33 16

**Reprise** selon ces dates :

1. mardi 09 septembre : Assemblée générale, avec une pré-inscription pour les Equipes.
2. mercredi 10 septembre : inscriptions à l'Ecole de tennis et aux différents entraînements
3. lundi 15 septembre : reprise des entraînements avec Claude.
4. mercredi 17 septembre : reprise de l'Ecole de tennis avec Laetitia.

**Début des rencontres interclubs :**

- dimanche 05 octobre pour les + 35
- samedi 11 octobre pour les Jeunes

**Ouverture du club :** pendant les différentes activités seulement.

**Site internet :** il est tout récent !

<http://www.club.fft.fr/tennis.club.valois>

A bientôt sur les terrains !



## TAEKWONDO

### NOUVEAU AU VAL : LE TAEKWONDO

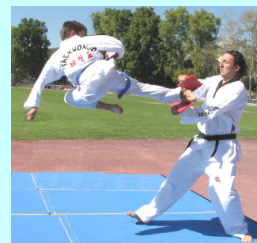
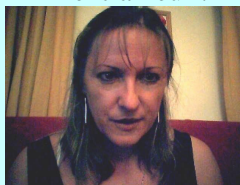
Un club de TaeKwonDo vient de faire son apparition dans le paysage sportif de votre commune. Chaque mardi et jeudi de 17h/18h (3à6ans) 18/19h (7à 13ans) et 19h/20h30 (14 et +++), le foyer municipal est transformé en Dojo (salle d'entraînement).

Le TaeKwonDo est un sport facilement accessible qui ne nécessite aucune capacité spécifique pour le pratiquer. Il n'y a aucun âge limite, sa pratique étant ouverte aux plus jeunes comme aux plus âgés. Il s'adapte aux capacités, prédispositions, aptitudes et aux préférences de chacun. Il permet d'accroître son endurance physique, de développer sa musculature et d'améliorer sa souplesse. C'est bien entendu un sport mixte, les pratiquantes sont les bienvenues.

Chacun peut y trouver un épanouissement enrichissant. Le TaeKwonDo, à la fois sport et Art, jeu et combat permet à chacun de s'exprimer. L'apport de la pratique du TaeKwonDo est très important sur le plan psychomoteur et aide à la structure du schéma corporel, l'affirmation de la latéralité ; le contrôle de l'équilibre, l'organisation de l'espace et la coordination.

La principale caractéristique du TaeKwonDo est son aspect défensif et sa pratique sans arme doit développer la confiance en soi, la générosité envers son prochain et il doit donner à chacun une attitude de modestie. TAE (coup de pied), KWON (coup de poing), DO (la voie de l'esprit). L'entraîneur tient à préserver un TaeKwonDo traditionnel, tout en suivant l'évolution d'un sport qui est devenu discipline olympique. Le TaeKwonDo c'est surtout : Courtoisie, Loyauté, Persévérance, Maîtrise de soi, Combativité.

L'entraîneur :





## CREAKIDS

Les **CréaKids** (Ateliers de loisirs créatifs) font leur rentrée !!!

**Marie, Sandra, Laurence et Magali** sont heureuses de vous retrouver à partir du mercredi 10 septembre dans leurs nouveaux quartiers : la **Médiathèque Montmajour.**

Rendez-vous 1 mercredi sur 2:

- De 14h00 à 15h30, ou
- De 15h30 à 17h00.

Exemple de réalisations prévues pour cette année : Tableaux home déco, bâtons de pluie, miroir ou cadre mosaïque, bijoux récup. , sculptures en papier mâché, sculptures florales en papier fibre, etc...

Les ateliers sont ouverts aux enfants à partir de 8 ans.

**Tarifs** : 80,00 euros à l'année pour 20 ateliers, ou 5,00 euros par atelier (matériel et goûter fournis, bonne humeur et sourires garantis)

Renseignements et inscriptions au [06.63.03.82.75](tel:06.63.03.82.75) (Marie Martinez, présidente de CréaKids).



## LES RANDONNEURS VALEN

Programme de la rentrée

- « Mercredis autour du Val » départ à 13h30 les 17/09, 1<sup>er</sup> – 15 et 29/10, 12 et 26/11, 10/12
- Jeudi
  - o 09/10 Vidauban bois de Rouquan départ 10h
  - o 23/10 Le Val (semaine varoise de la randonnée) départ 13h30
  - o 06/11 Salernes le puits de Léon d20/11 départ 9h30
  - o 20/11 Correns les canebières départ 13h30
  - o 04/12 Signes départ 9h30
  - o 18/12 Brue Auriac départ 9h30
- Dimanche
  - o 05/10 Moustiers départ 8h30
  - o 19/10 Le Val – Carcès départ 9h
  - o 02/11 Cuers départ 8h30
  - o 16/11 Belgentier départ 8h
  - o 30/11 Le Revest des eaux départ 8h
  - o 14/11 Cotignac – Sillans départ 8h30
- Week-end
  - o 27 et 28/09 Savines Hautes Alpes
  - o 31/01 et 1/02 Auron : ski, raquettes, marche...
  - o 26/04 au 02/05 semaine dans le Lot.
- Assemblée Générale
  - o 03/10

Renseignements : 0494863761

## VENT DES COLLINES

Les vacances se terminent. La rentrée de «Vent des Collines» va s'effectuer dans la joie.

En effet, pour cette nouvelle saison, nous allons accueillir 21 nouveaux choristes: soprani, alti, basses et ténors, de quoi envisager l'avenir avec sérénité et confiance. Nous allons préparer notre prochain concert de Noël avec enthousiasme. Celui-ci sera interprété en l'Eglise du Val et dans d'autres villes et villages de la région.

Quelques ténors et basses Messieurs complèteraient avantageusement notre équipe, c'est pourquoi, nous en accueillerons avec plaisir, ainsi que toutes autres belles voix qu'elles soient masculines ou féminines. N'hésitez pas à nous contacter !

Pour tous renseignements appelez notre présidente Lily Gooris au 0494863404.