

# CONTACT

Journal d'information des adhérents de **CONTACT**

**n°79** Mars 2024

**MER**



**ou MONTAGNE ?**



## EDITO DE LA PRESIDENTE

180 personnes étaient présentes ou représentées, (dont 20 pouvoirs), lors de notre Assemblée Générale Ordinaire du 8 février 2024.

Comme nous vous l'avons annoncé, quatre membres quittent l'association pour des raisons personnelles :

- **Michel Bizolon** Commission botanique & Mycologie
- **Jean-Paul Rivier** Pôle informatique
- **Gérard Viande** Permanences, séjours pédestres et autres
- **Claude Lejeune** Membre du bureau

**Merci à eux pour leur disponibilité et leur dévouement auprès de CONTACT.**

**Les bénévoles sont le moteur de notre association et sans eux, il est difficile de la faire fonctionner.** Notre demande de volontariat est restée sans réponse. Si vous avez **des capacités en informatique**, n'hésitez pas à nous contacter par @ à [contact38240@orange.fr](mailto:contact38240@orange.fr).

Bonne lecture et à bientôt.

**Agnès ITEPRAT**

**NOTA :**

**Il n'y aura pas de permanence lundi 1<sup>er</sup> avril (Pâques).**

## CONSEIL D'ADMINISTRATION

**Répartition des fonctions du Conseil d'Administration, du lundi 12 février 2024 :**

Présidente et secrétaire 1 :

**Agnès ITEPRAT**

Vice - président :

**Gérard POLVERELLI**

Trésorière :

**Juliana JIGUET-JIGLAIRAZ**

Commission voyages :

**Anne Marie CARET**

Commission loisirs :

**Daniel SPIRHANZL**

Commission culture et secrétaire 2 :

**Laurent BIONDI**

Commission communication :

**Jean-Luc NONET**

Commission assurances :

**Michel TORELLI**

Commission informatique :

**Charles TEYSSIER**

Commission botanique & mycologie : Candidature en cours

**Autres membres du conseil d'administration :**

- Aïcha ABDELLAOUI - Christian DONAT- Christian TOURNERIE.

Tous les membres sont inscrits et participent dans les différentes commissions.

# SEJOURS & SORTIES EFFECTUEES

## LOISIRS

**Réveillon de la saint Sylvestre au Prisme de Seyssins** le 31 décembre 2023.

Nous étions 51 adhérents et invités. Accueil, placements autour des tables, apéritif, amuses-bouches et animations ont donné l'ambiance. Le dîner-spectacle « Show Kitsch 80 » fut accompagné par des plats de très bonne qualité. A suivi la soirée dansante avec l'orchestre Heaven Live Band. A minuit, pluie de cotillons et paillettes pour l'arrivée de la nouvelle année ; presque tous les adhérents ont dansé. Certains d'entre nous sont partis vers 2h du matin mais les festivités continuaient jusqu'à 3h30.

**QUE DU BONHEUR !**



**HOLIDAY ON ICE** le 14 février 2024.

Le 25 décembre 1942 naissait **Holiday On Ice**. Avec plus de 330 millions de spectateurs, ce spectacle sur glace est devenu le plus ancien en tournée internationale sur les 5 continents.

2024 nous a offert un spectacle mémorable, hallucinant, dirigé par une équipe de patineurs dynamiques, animés d'une harmonie, d'une synchronisation, d'une précision et d'une grâce qui ont pris chaque spectateur. Nulle gravité, chaque mouvement a mêlé habilement les éléments entre glace, air, feu et lumière. Les costumes, chorégraphies et techniques ont complété l'harmonie, pour intégrer les dernières innovations en matière de son, lumière, vidéo et effets spéciaux.

**UN MOMENT MAGIQUE !**



## OUZBEKISTAN

Le 4 avril, 34 personnes s'envoleront pour l'Ouzbékistan, pays d'Asie centrale le plus peuplé. La réunion d'informations aura lieu le mardi 26 mars à 13h45, à CONTACT, salle BUDAPEST (rdc).

## CROATIE

Ensuite, le 13 mai, un groupe de 34 personnes va découvrir un pays à la situation unique, fascinante transition entre Europe centrale et Méditerranée.

**"Séjour Les Issambres"** du 8 au 15 juin 2024.

CONTACT vous propose un séjour au Village Club \*\*\* des Issambres, La Gaillarde.

Départ du site Schneider à Montbonnot. L'heure du départ vous sera communiquée ultérieurement.

### Jour 1 Arrivée du groupe en fin d'après-midi.

- Accueil par la direction et l'équipe d'animation du club, apéritif de bienvenue et installation dans vos chambres.  
Dîner et nuitée.

### Jour 2 Pétanque, Gassin et Ramatuelle – 70 kms A/R

- Matin : tournoi de pétanque.  
Déjeuner au Village Club.
- Après-midi : Gassin et de Ramatuelle.  
Partez à la découverte guidée de la colline qui domine la baie de Pampelonne et le golfe de Saint Tropez et découvrez Gassin, labellisé "plus beau village de France".  
Dîner au Village Club suivi d'une soirée dansante ou de karaoké.

### Jour 3 Gymnastique douce, Fréjus, Saint Raphael – 50 kms A/R

- Matin : séance de gym douce en plein air. Déjeuner au village Club.
- Après-midi : Visite de Fréjus  
La ville romaine de *Forum Julli* devenue Fréjus, a su garder ses prestigieux monuments : amphithéâtre, théâtre, aqueduc, remparts...  
Petit temps libre, avant de finir par un tour panoramique de Saint Raphaël, de Port Fréjus et des plages.
- Dîner au Village Club suivi d'une soirée Grand jeu : films, géographie, chansons, gastronomie, culture générale...

## **Jour 4 Excursion à la journée, Grasse Gourdon et les Gorges du Loup - 190 kms A/R**

- Matin : Visite de Grasse, capitale des parfums, visite d'une célèbre parfumerie et découverte des procédés d'extraction des arômes. En sortie de la boutique, départ pour le village perché de Gourdon situé sous les Gorges du Loup, panorama sur toute la Côte, possible la Corse. Temps libre. Déjeuner au restaurant.
- Après-midi : Sur la route de Gorges du Loup, visite d'une confiserie traditionnelle. Découverte de l'architecture médiévale et des ateliers et galerie d'artisans de Tournettes-sur-Loup, village fortifié renommé pour la culture de la violette.
- Dîner au Village Club suivi d'une soirée locale : film sur la région ou intervenant.

## **Jour 5 Journée de repos chauffeur du bus.**

- Matin : libre pour profiter des équipements du Village Club. Déjeuner au Village Club.
- Après-midi : piste de danse animée avec initiation de danses en ligne.
- Dîner au Village Club suivi d'une soirée Loto/Bingo.

## **Jour 6 Excursion à la journée, Monaco (200 kms A/R).**

- Matin : Visite de Monaco. Suivi d'une promenade sur Le Rocher, son Palais Princier et les gardes Monégasques en faction. Déjeuner dans un restaurant de la vieille ville.
- Après-midi : Visite du palais Princier
- Dîner au Village Club suivi d'une soirée spectacle : toute l'équipe du Village Club se réunit pour vous proposer une soirée haute en couleur.

## **Jour 7 Stretching détente, Roquebrune Sur Argens.**

- Matin : séance de stretching détente. Déjeuner au Village Club.
- Après-midi : Roquebrune sur Argens (30 kms A/R). Découvrez l'histoire du village provençal de Roquebrune Sur Argens, son castrum, ses portiques, son église paroissiale. Dégustation de produits locaux (miel et chocolats).
- Dîner au Village Club suivi d'une soirée casino Miléade.

## **Jour 8 Départ du groupe après le petit déjeuner, muni d'un panier repas pour le déjeuner.**

**N'oubliez pas maillot de bain et serviette de plage.**

Ce séjour « SENIORS EN VACANCES », mis en place par l'ANCV, peut vous permettre de bénéficier d'une **aide de 202 € selon votre revenu imposable**.

Bénéficiez de l'aide financière ANCV si :

> votre revenu imposable mentionné sur votre dernier avis d'imposition est inférieur au montant indiqué dans le tableau ci-dessous, en fonction de votre nombre de parts fiscales

> vous êtes aidants accompagnant une personne en situation de handicap ou de dépendance. Voir le tableau ci-dessous.

> L'aide financière est accordée dans la limite des crédits disponibles, une seule fois par an et par bénéficiaire.

Nombre de parts fiscales	1	1,5	2	2,5	3
<b>Revenu net imposable en €</b>					
Personne seule	15 991	21 380	26 768	32 157	37 545
Couple marié ou pacsé	–	–	30 186	35 575	40 963

Seuils d'imposition, Direction générale des finances publiques, Déclaration des revenus 2022, Brochure pratique 2023

### Le prix comprend :

- Le transport en autocar au départ du parking de Schneider au 140, avenue Jean Kuntzmann à Montbonnot.
- La pension complète du dîner du 1er jour au panier repas pour le déjeuner du 8ème jour (vin compris, café pour le déjeuner).
- L'hébergement : base chambre double standard, lits faits à l'arrivée et linge de toilette fourni.
- Le changement du linge de toilette en milieu de séjour.
- Le ménage de fin de séjour.
- Les animations et activités au sein du Village Club.
- Les excursions, les visites et repas aux restaurants prévus au programme.
- Un accompagnateur Miléade pour les excursions prévues au programme.
- L'accès libre au Spa et aux équipements de loisirs du Village Club.
- La taxe de séjour de 8,05 € par personne pour la semaine.
- L'assurance annulation.

### Le prix ne comprend pas :

- Supplément chambre seule : + 84 €/personne (nombre limité)
- Les dépenses d'ordre personnel
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans « Ce prix comprend »

**Date limite d'inscription : 25 mars 2024.**

Prix garantis pour un départ à 30 personnes inscrites.

Prix extérieur : 700 € + adhésion 2024.

Prix adhérent mini : 421 €

Prix adhérent maxi : 560 €

Chambre individuelle : 84 € par personne pour le séjour.

Deux chèques de : 100 € /personne.

Encaissement des chèques :

1<sup>er</sup> chèque fin mars.

2<sup>ème</sup> chèque mi-avril.

Le solde, mi-mai selon le calcul de votre BRA.

**A l'inscription veuillez-vous munir d'une copie de vos cartes d'identité et de vos avis d'imposition complet.**



## **"Séjour pédestre dans le Jura" du 8 au 14 septembre 2024.**

CONTACT vous propose un séjour pédestre dans le Jura au village vacances "les chalets du lac de Vouglans".

Départ du site Schneider à Montbonnot. L'heure du départ vous sera communiquée ultérieurement.

### **Jour 1 Arrivée du groupe en fin d'après-midi.**

- Accueil par la direction du village vacances.
- Installation dans vos chambres, dîner et nuitée.

### **Jour 2 Chemin château MAISOD et la petite sirène, belvédère de la roche aux Corneilles. Journée de repos du chauffeur.**

- Matin : Depuis le port de la Mercantine, marchez sur les traces d'Alphonse de Lamartine. Accédez aux falaises du lac de Vouglans, Ce parcours poétique et fleuri permet de croiser des monuments d'époque médiévale : chapelle, fontaines, puits...

**Durée 3h00 - Dénivelé 220m - Distance 10 km**

- Déjeuner au village vacances.
- Après-midi : Partez du village vacances à la rencontre de la faune et la flore jurassienne par un petit sentier ombragé. point de vue sur le lac de Vouglans.

**Durée 2h00 - Dénivelé 100m - Distance 5km**

- Dîner et nuitée.

### **Jour 3 : Tour du FYÈTE, survolez les lacs d'ESTIVAL**

- Matin : Cette promenade forestière, est une bonne occasion de vous imprégner de la forêt du Jura. Sur le parcours : Fontaine de Coulouvre - Bois du Fyète - Puits du Fyète - La Baume

**Durée 2h00 - Distance 4,5 km - Dénivelé 180m**

- Déjeuner au village vacances
- Après-midi : Situés à 800m d'altitude, au pied d'une barre calcaire de plus de 100 m, les petits lacs glaciaires d'Etival ne formaient à l'origine qu'une seule étendue de 3 km de long.

**Durée 2h30 - Distance 8,5km - Dénivelé 208m**

- Diner et nuitée.

### **Jour 4 : Les cascades du hérisson.**

- Départ du parking de Ménétrux en Joux. Itinéraire : Bas des cascades, Haut des cascades, La Fromagerie, Le Frasnais, Narley, Petit Maclu, Grand Maclu, Ilay, Saut Girard. Navette nécessaire du départ à la Fromagerie.

**Durée 7h00 - Distance 21 km - Dénivelé 680 m**

- Panier repas pour le déjeuner.
- Diner et nuitée.

### **Jour 5 : Lamoura Crêt Pela.**

- Matin : Rives du lac de Lamoura, itinéraire qui offre un aperçu des paysages du Haut-Jura. Un belvédère surplombe les vallées et offre au loin une vue sur la chaîne des Alpes.

**Durée 5 h 30, Distance 12 km, Dénivelée 400 m**

- Déjeuner au gîte d'altitude les Auvernes.
- Diner et nuitée.

### **Jour 6 : Thoiria, tour du petit lac de Clairvaux.**

- Matin : Découvrez la Fruitière 1900 à Comté. Assistez à la fabrication du comté telle qu'elle se faisait au siècle dernier. Les fromagers travaillent et commentent toutes les phases de fabrication devant vous. Vous pourrez acheter du fromage.
- Déjeuner au village vacances.
- Après-midi : Longez le grand lac de Clairvaux, traversez le petit pont entre les 2 lacs, restez sous la falaise jusqu'à la fontaine Néron, puis revenez vers les lacs par le bois du Langard.

**Durée 3h - Distance 9km - Dénivelé 187m**

- Diner et nuitée.

### **Jour 7 : Les chalets du lac de Vouglans**

- Départ après le **petit déjeuner** de Maisod, retour sur Grenoble.
- Déjeuner au restaurant en cours de route.



## Le prix comprend :

- Transport en car grand tourisme
- L'hébergement base chambre double
- La pension complète du diner du J1 au petit déjeuner du J7 (dont panier repas pour le déjeuner du J4 et gîte d'altitude pour le déjeuner du J5)
- Vin à discrétion, café et thé
- La taxe de séjour
- Les visites mentionnées au programme
- Les soirées animées au centre (tournois de pétanque, loto, karaoké, soirée dansante...)
- Le pot de bienvenue
- L'assurance assistance annulation et rapatriement
- Les pourboires

## Le prix ne comprend pas :

- Supplément chambre seule : + 168 €/personne (nombre limité)
- Les dépenses d'ordre personnel
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans « Ce prix comprend »

Prix extérieur : 883 € + 30 € adhésion 2024.

Prix adhérent mini : 530 €, sur base chambre double.

Prix adhérent maxi : 706 € sur base chambre double.

Chambre individuelle : plus-value de 168€ par chambre.

## **Attention : le nombre de chambres individuelles est limité.**

2 chèques de 200 € par personne à l'inscription.

Encaissement des chèques :

1er chèque : mi-mai.

2ème chèque : mi-juin.

Le solde, mi-août selon le calcul de votre BRA.

**Date Limite d'Inscription : Le 29 avril 2024.**

Prix garantis pour un départ à 30 personnes inscrites.

## **LOISIRS**

**"Journée à Evian et promenade en bateau solaire"** le 23 mai 2024

**Départ à 6h45 de St Egrève (Karben) et à 7h00 de Pôle Sud** pour Evian.

**10h00** Du port d'Evian, promenade sur le lac Léman en bateau.

- Vue imprenable sur Evian.

**10h30** Découverte des Jardins de l'Eau du Pré Curieux.

- Le Pré Curieux en bord de lac, comprend une charmante maison de style coloniale, un parc boisé, des zones humides et différents écosystèmes liés à l'eau.

11h30 Reprise du bateau pour retour au port d'Evian.

12h15 Déjeuner au bord du lac Léman.

- Au menu : Apéritif, terrine de caille aux raisins, filet mignon de porc à l'estragon, gratin Dauphinois, coupe de sorbets maison, ¼ de vin et café

15h00 Visite guidée pédestre de la ville d'EVIAN.

- Découverte du centre historique et d'édifices de la belle époque, dont l'ancienne résidence de la famille Lumière, le théâtre de style néo-classique, l'église Notre Dame de l'Assomption ou encore les anciens thermes.

16h45 Fin des prestations.

17h00 Retour vers Grenoble.

Prix Extérieur : 127 € +30 € adhésion CONTACT

Prix Adhérent : 85 €

**Date limite d'inscription : 15 avril 2024**



**"Sortie Surprise"** le jeudi 20 juin 2024

Départ à 7h45 de St Egrève (Karben) et à 8h00 de Pôle Sud.

**Mystère, mais, comme chaque année, vous ne serez pas déçus !**

Nous vous attendons nombreux.

Cette sortie convient aux personnes à mobilité réduite.

Prix Extérieur : 107 € + 30 € adhésion CONTACT.

Prix Adhérent : 70 €

**Date limite d'inscription : 29 avril 2024.**

**Concert Accordéons et Steeldrums** le samedi 27 avril 2024 à 20H00 à la salle Olivier Messiaen, 1 rue du Vieux Temple à Grenoble.

**1<sup>ère</sup> partie** : vous pourrez découvrir le **Steelband Orfeo Musique** sous la direction de Murielle Burtz. Le steel-drum est originaire de Trinidad et Tobago. Instrument en métal, à la sonorité cristalline et féérique,. Il s'agit d'un instrument de percussion mélodique, joué à l'aide de baguettes munies d'embouts de caoutchouc.



**2<sup>ème</sup> partie** : l'orchestre de concert de **Grenoble Accordéons**, sous la direction de Chantal LEGROS, vous fera découvrir les multiples facettes de cet instrument, avec un répertoire éclectique : variété française, tango argentin, musique de film, jazz, valse viennoise, etc...

**Une belle soirée en perspective.**

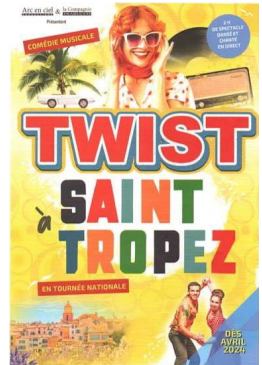
Prix unique : 13€

Les billets seront à retirer sur place le jour du concert.

**Date limite d'inscription : lundi 22 avril 2024**

**Twist à Saint-Tropez** le mardi 21 mai 2024 à 15H00 au Prisme, 89 avenue de Grenoble à Seyssins.

Rendez-vous pour 2 heures de spectacle avec la compagnie Trabucco. "Twist à Saint Tropez" vous transporte dans une **ambiance rétro des années 60 et 70**, avec des chansons mythiques qui ont marqué toute une génération. Les artistes de la Compagnie Trabucco vous invitent à passer un très bon moment sur des **rythmes endiablés**, pour un spectacle inoubliable placé sous le signe de la **bonne humeur**.



Prix Extérieur : 26€.

Prix Adhérent : 20€.

Lors de votre inscription, fournir une enveloppe timbrée à votre adresse pour envoi des billets.

**Date limite d'inscription : lundi 22 avril 2024**

**Festival Jean FERRAT** du 31 mai au 2 juin 2024 à la salle des fêtes Maurice Rival de Chirens.

**Vendredi 31 mai à 20H30**

**1<sup>ère</sup> partie** : Jean-Marc DESBOIS, accompagné de Jacky DELANCE au piano, chante Serge LAMA.

**2<sup>ème</sup> partie** : Josette JAGOT, accompagnée de Alain PRIMAS à l'accordéon et Jacques LEFRANC au piano, chante **Jean FERRAT**.



**Samedi 1<sup>er</sup> juin à 20H30**

**1<sup>ère</sup> partie** : le duo VOLUTES, Thierry DUPUIS et Samuel CIGNA, chante Alain BASHUNG.

**2<sup>ème</sup> partie** : Cathy FERNANDEZ, accompagnée de Claude DELRIEU à l'accordéon et Michel VIVOUX à la guitare, chante **Jean FERRAT**.

Prix unique : 15 € pour les adhérents de CONTACT munis de leur carte. Aucune inscription n'est nécessaire auprès de CONTACT.

## INFORMATIONS DIVERSES

**ALLIBERT-TREKKING** est une agence spécialiste du voyage «nature et aventure». Elle peut proposer des voyages peu sportifs et toujours dans la nature en France et dans le monde.

Vous profiterez d'un tarif préférentiel de 5% + les frais de dossiers offerts sur le prix des voyages.

Les offres sont disponibles sur le site : [www.allibert-trekking.com](http://www.allibert-trekking.com)

CONTACT (Association régie par la loi du 1<sup>er</sup> juillet 1901)

11 chemin du Vieux Chêne -38240 Meylan

Tél : 04 76 48 10 06 – Mail : [contact38240@orange.fr](mailto:contact38240@orange.fr)

Identifiée au répertoire national de l'INSEE

(N° SIREN : 489 940 262 ; N° SIRET : 489 940 262 00012)

Immatriculée au Registre des Opérateurs de Voyages et de Séjours Atout France

**Permanence sur place et téléphone : le lundi matin de 10 heures à midi**

**Site internet de Contact : [www.contact-arse.fr](http://www.contact-arse.fr)**

Directrice de publication : Agnès ITEPRAT – Contact Meylan