



Infos Seniors

Octobre 2018
Numéro 57

Edito

BON ANNIVERSAIRE ATSR.....Il y a 20 ans en janvier 1998, naissait notre Association Touristique et Sociale des Retraités de Cegelec - Massy et c'est en décembre 1998 qu'a été constitué notre premier conseil d'administration élu par les adhérents.

L'éclatement de CEGELEC en 3 entités différentes, Alstom Power, Converteam, Aréva, ainsi que les nombreux remaniements actuels confirment que nous avons eu raison de créer cette association et que grâce à la bonne volonté des 3 CE nous pouvons continuer à assumer la pérennité de l'ATSR.

***Nouveau ! Notre siège actuel au 12 rue Jean Bart à Massy déménage au 102 rue de Paris à Massy** où tous les ans nous tenons notre assemblée générale. Nous suivons POWER qui nous hébergeait jusqu'à ce jour, et qui s'installe dans le même bâtiment que GRID.*

A l'heure actuelle nous sommes en plein déménagement jusqu'à la fin octobre et beaucoup de points restent encore à régler.

*En attendant d'être définitivement rue de Paris, vous devez envoyer vos courriers et vos inscriptions au repas et l'AG chez : **M. et Mme GIBLIN - 12 villa de la Cigogne - 91470 LIMOURS.***

Pour les voyages 2019 tous les adhérents aux voyages : séjour au Portugal, circuit en Grèce et voile en Thaïlande sont inscrits. Par suite du nombre trop faible d'inscrits le WE prévu à Venise en 2019 est annulé.

Le samedi 15 décembre, venez nombreux au repas de Noël et L'AG, nous fêterons tous ensemble 20 ans d'amitié.

Bien amicalement

*Annick Proudtkenko
Présidente.*

Sommaire :

Page 1.....	Edito
Page 2.....	AG + repas Noël
Pages 3 & 4	CR Barcelone
Pages 5 & 6.....	CR Sicile
Page s 7,8,9, 10 & 11 ...	CR Sri Lanka
Page 12	CR Voile
Page 12.....	Sorties 2018
Page 12.....	Voyages 2019
Page 12.....	Semaine rando 2019
Page 12.....	Il nous a quittés

En complément :

- Convocation AG
- Convocation repas
- Pouvoir
- Compte de gestion 2017
- Bilan 2017



SAMEDI 15 DECEMBRE 2018
ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE
et REPAS DE NOËL



10 H 30 : Assemblée Générale à ALSTOM GRID - 102 av de Paris - Massy
12 H 30 : Repas de Noël au NOVOTEL - rue E. Baudot - Massy
Venez nombreux

Rappel : Toute personne n'étant pas à jour de sa cotisation 2018 ne pourra participer au repas de Noël, ni voter à l'Assemblée Générale du 15 décembre 2018.

Attention : Toute personne inscrite au repas et étant absente sans justificatif (certificat médical) devra s'acquitter de 45 €. Toute personne non inscrite ne sera pas acceptée.

Vous trouverez les fiches d'inscription à l'Assemblée Générale et au repas en complément de ce bulletin.

ATTENTION : Ne pas les envoyer au 12 rue Jean Bart.

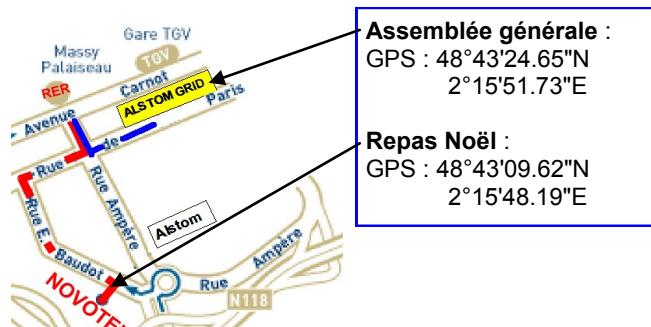
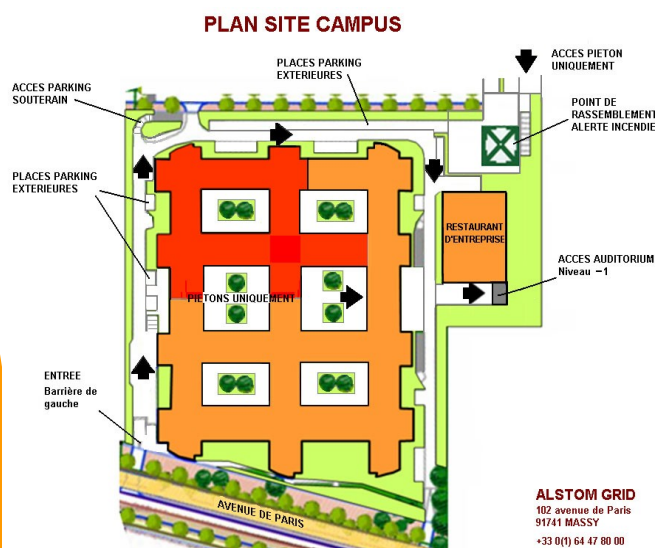
Envoyez les : chez M. et M Giblin - 12 villa de la Cigogne - 91470 Limours

Le lieu de l'ASSEMBLEE GENERALE de L'ATSR aura lieu dans l'**auditorium** de **GRID MASSY** (anciennement **ALSTOM**) qui se trouve : **102 avenue de Paris - 91300 Massy** voir plan ci-dessous.

Pour pénétrer sur ce site, vous devez vous présenter devant la **barrière de gauche**, appuyer sur le bouton marqué **GE**, et là un gardien vous ouvrira.

Puis vous irez jusqu'au fond où là vous aurez des parking à votre disposition.

Le lieu du REPAS DE NOËL reste inchangé. Il aura lieu **AU NOVOTEL** rue E. Baudot



CR Week-end BARCELONE du 03 au 06 mai (22 participants)

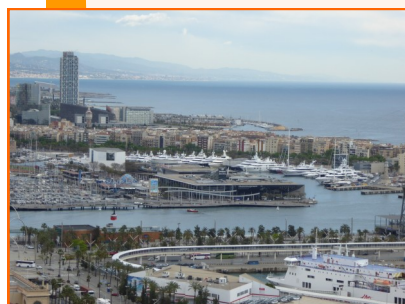
Tout commence par un message de Françoise qui nous annonce : « .. mauvaise nouvelle compte tenu des grèves Vueling, le rendez-vous à Massy est fixé à 4h30. » Oups !!! On s'était réjoui trop tôt de ne pas être sur Air-France en cette période troublée.

Après un vol normal, nous sommes accueillis à l'aéroport de Barcelone par Javier, notre sympathique guide de l'agence Voya Nova.

La formule retenue pour ce voyage prévoit des visites guidées le matin et des après-midi libres pour les trois premiers jours, puis une dernière journée entièrement libre.



Cette première matinée est donc consacrée à un tour panoramique en autocar des différents quartiers de la capitale catalane. Nous commençons par la Place d'Espagne avec sa fontaine, les deux tours vénitiennes, et les arènes transformées en centre commercial. En Catalogne, les corridas sont interdites depuis 2012. Nous nous rendons ensuite sur la colline de Montjuïc et admirons la vue panoramique. Un coup d'œil au Palais National, symbole de l'exposition internationale de 1929 qui abrite maintenant le Musée des Arts Catalans.



A pied, nous contournons la colline pour d'autres vues générales, dont le port de commerce. Un petit repérage pour la station du téléphérique qui relie Montjuïc au port.

L'autocar longe « l'Anella Olímpica » théâtre des JO de 1992. Nous terminons cette première matinée par un arrêt au port de plaisance, un petit bonjour à Christophe Colomb qui, du haut de son piédestal nous montre la mer, au poisson en bronze sculpté par Frank Gehry, au port et à la cité olympique où logeaient les athlètes pour les jeux

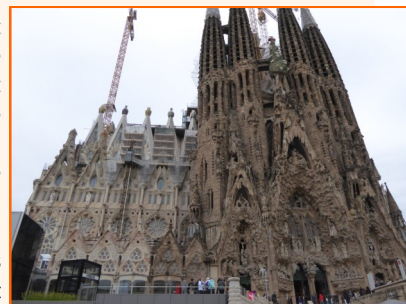


de 1992. Signalons que ces jeux ont été l'occasion, de profondément moderniser et embellir Barcelone et de mettre en valeur son patrimoine. A ce sujet, nous avons admiré les façades des immeubles, mélange de styles classique, renaissance catalane, arts nouveaux, et modernisme catalan.

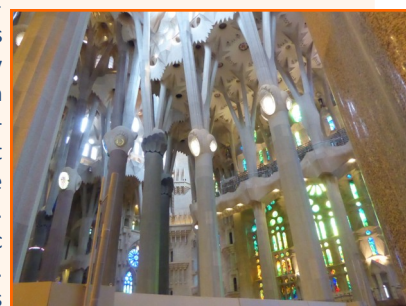
Mais les belles choses ne contentent pas notre estomac vide depuis très tôt le matin. Nous déposons nos valises à l'hôtel Rialto, très bien situé entre le quartier gothique et les Ramblas, et c'est avec appétit que nous allons déguster une paella dans un restaurant proche de l'hôtel.

Le lendemain matin au petit déjeuner servi à l'hôtel, les visages sont reposés mais notre enthousiasme est terni lorsque nous apprenons trois vols : sacs à dos visités avec vol d'argent, et téléphone dérobé dans la poche latérale d'un pantalon. D'autres vols et tentatives suivront. Plus étonnant dans la pratique, une pochette a été subtilisée dans le salon même de l'hôtel alors que nous attendions le car pour le retour à l'aéroport. L'homme a été identifié par la police grâce à la vidéo surveillance. Deux cadenas de valises ont également été crochétés. Ces faits, malheureusement assez répandus à Barcelone, ont écorné l'image de cette ville par ailleurs fort attachante.

Nous arrivons devant ce qui est actuellement la façade principale de la Sagrada Família et c'est l'étonnement. La construction se terminera en 2026, date qui commémorera le centenaire de la mort accidentelle de Gaudi, son architecte.



Ce modernisme catalan nous laisse pantois : c'est beau ? c'est laid ? Gaudi un fou ? un excentrique ? un génie ? Les explications de Javier nous aident à nous y retrouver dans cette profusion de sculptures et d'ornementation surchargée, et petit à petit nous décryptons la finesse et le symbolisme de certaines scènes. Puis nous entrons et là le choc artistique ne se fait pas attendre. Par ses dimensions, ses formes architecturales, ses puits de lumière, ses couleurs, ses vitraux, là pas de doute, Gaudi est un génie, à l'esprit tordu certes, mais génial. Javier nous laisse le temps de nous imprégner de ce lieu. On aime, on n'aime pas, mais cet édifice inachevé ne laisse pas indifférent et c'est avec une certaine émotion que nous le quittons, en rêvant que peut-être l'ATSR nous organisera une petite visite pour assister à l'inauguration en 2026.



Nous ne quittons pas le monde de Gaudi en nous rendant en car au Parc Guëll. Il figure sur la liste du patrimoine mondial de l'Unesco. L'imagination débordante de Gaudi, ici plutôt urbaniste, se retrouve particulièrement dans un banc aux formes sinueuses recouvert d'une mosaïque de



CR Week-end BARCELONE (suite et fin)

restes de carreaux de faïence. Nous l'avons tous essayé, même mouillé. Puis une photo de groupe devant la salamandre en mosaïque qui orne un escalier, la galerie-portique, la salle hypostyle et les deux pavillons d'entrée. Le ciel est menaçant et à nouveau des gouttes font leur apparition.



Cette deuxième matinée guidée s'achève. Après avoir remercié Javier pour sa gentillesse et ses compétences, nous regagnons un restaurant situé non loin de la Place de Catalogne.

C'est avec Alessandra et les parapluies à portée de main que nous commençons cette troisième matinée et abordons le quartier gothique à deux pas de notre hôtel. Nous traversons la place Sant Jaume où se trouvent la Mairie et le Palais de la Generalitat, siège du gouvernement autonome catalan, célèbre pour des rassemblements quelquefois mouvementés.

Alessandra nous fait revivre par ses explications les événements de ce quartier médiéval, et auparavant romain, et c'est ainsi que nous atteignons la Cathédrale gothique Sainte Eulalie. Nous sommes accueillis dans le cloître par 13 oies, en référence à Eulalie gardienne d'oies. A l'intérieur d'un palais médiéval, nous découvrons des colonnes romaines du temple d'Auguste, encore debout depuis 2000 ans. Et c'est en longeant la muraille romaine que nous retrouvons notre car qui nous emmène déjeuner au Pueblo Espanyol sur la colline de Montjuic. Très bon déjeuner de tapas.



C'est donc sur les hauteurs de Barcelone que se terminent les visites guidées de notre voyage. Mais les temps libres ont été mis à profit pour découvrir, chacun à son rythme, selon ses goûts, les mille attraits de Barcelone : en

vrac : les Ramblas, la Place Royale, le marché la Bocquera, les musées Picasso, Miro, les casa Battlo, Pedrera et Vicens, le Palais de la Musique, le Port et son téléphérique, ou tout simplement se perdre dans les ruelles.



Et c'est avec l'envie d'y revenir, malgré les désagréments relatés plus haut et la pluie qui s'est largement invitée, que nous nous préparons à notre retour. Mais là, c'est une autre histoire, difficile à résumer en quelques mots :

Nous devons embarquer à 18h40 le dimanche 6 mai pour un vol d'1h1/2 et c'est seulement le lendemain matin à 8h15 que nous sommes partis. La cause : une (ou plusieurs) mouette dans un réacteur de l'avion que nous devons prendre.

DONC, il a fallu :

- attendre debout dans un bus - un autre avion et un autre équipage,
- attendre dans un autre avion pendant une heure, puis en redescendre car vol annulé en raison de son arrivée tardive à Orly
- attendre nos bagages et les vouchers pour le vol du lendemain, et l'hôtel offert par la compagnie aérienne
- attendre un car entre minuit et presque 2 h du matin afin de nous rendre dans un hôtel pour une pause de 3h jusqu'au départ pour l'aéroport à 5 h1/2.
- trouver une solution à Orly pour nous rendre à Massy.

Tout cela à cause d'une mouette !!! Le groupe a su prendre tous ces rebondissements avec fair-play et même fatigué, chacun a réagi avec bonne humeur. Merci à tous. A ranger maintenant au rayon des souvenirs marquants.

Un grand merci particulier à Cliff qui, pour ce retour rocambolesque qui a duré en tout une vingtaine d'heures, n'a pas ménagé ses efforts, et grâce à sa pugnacité, à son énergie et à son espagnol, nous a tiré de cet imbroglio.

Madeleine R

CR SICILE du 01 au 15 mai (53 participants)

Départ très matinal pour notre séjour en Sicile, nous étions 53 au rendez-vous à Massy à 2h30 (du matin bien sûr), la plupart ne se sont pas couchés et les ronflements des passagers seront couverts par les vrombissements du moteur. Vol sans problème, avant notre atterrissage à Palerme sous un magnifique soleil, nous survolons une côte très découpée alternant blocs rocheux plongeant dans la mer et plages de sable blanc.



Nous atteignons notre centre de vacances (le Sporting Club de Cefalu) vers 10h30 : pot d'accueil, réunion d'information sur les excursions. Les clés des chambres nous sont remises rapidement et nous apprécions de poser nos bagages et de nous rafraîchir avant notre premier repas pris sur la terrasse couverte du restaurant.

Dimanche matin, nous prenons le bateau, destination les Iles Eoliennes. Pique-nique à bord. Premier arrêt à Panaréa au port de San Pietro, nous montons vers l'église pour une vue panoramique sur de nombreux pitons rocheux qui émergent (reste de cratères qui s'enfoncent) et sur Vulcano, Lipari et Stromboli.



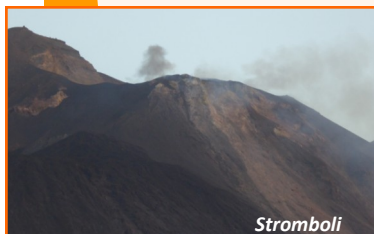
Panarea



Plage du Stromboli

Nous reprenons le bateau pour rejoindre le Stromboli, au Scari grande plage de sable noir où l'on peut se baigner. Nous visitons le village et nous arrêtons devant la maison où Ingrid Bergman et Roberto Rossellini vécurent une grande histoire d'amour à l'issue du tournage du film Stromboli en 1949.

Nous prenons le temps de déguster une délicieuse glace artisanale (pour les plus gourmands).



Stromboli

Retour au bateau pour un dîner "éolien" à base de "pasta" évidemment, puis une longue attente commence, car le Stromboli crache toujours des fumerolles et on espère voir une éruption....



Stromboli

Au bout de 2 longues heures d'attente, notre patience est récompensée par une petite éruption immortalisée par les photographes les plus assidus.

Lundi visite guidée de Cefalu (environ 5 km de notre résidence bien desservie par des navettes) station balnéaire très réputée pour sa plage et ses ruelles étroites, surmontée par un rocher typique (la Rocca) qui offre une vue magnifique sur la ville si on a le courage d'y monter.



Cefalu



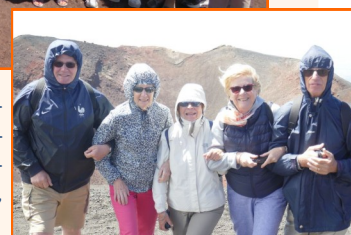
Vue de Cefalu de La Rocca

Mardi matin départ matinal pour le géant de Sicile, l'Etna. Pour le rejoindre, nous traversons la Madonie, région verdoyante et boisée et nous sommes surpris par tous les aménagements routiers édifiés pour traverser les zones montagneuses qui se trouvent au centre de la Sicile – les tunnels succèdent aux viaducs. Nous voyons enfin l'Etna avec ses fumerolles et plus nous approchons du volcan, plus nous discernons d'immenses cultures fruitières (oranges, citrons, amandiers) ; les coulées de lave rendent la terre très fertile. Nous arrivons au pied du géant (plus haut volcan d'Europe 3330 m), la route serpente au milieu des coulées de lave anciennes, la terre est noire.

Arrêt à 1800 m d'altitude au niveau de plusieurs cratères éteints des monts Silvestri où sont encore visibles des coulées de lave récentes.

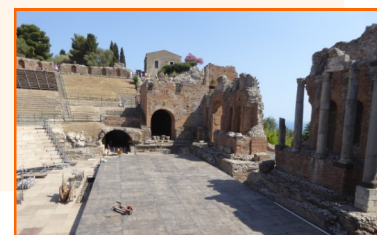


Cinq courageux de notre groupe empruntent télécabine et 4x4 pour monter à 3000 m, le vent y est particulièrement fort et il faut se cramponner, mais la vue est spectaculaire.



Après un repas bien mérité, nous quittons les flancs sombres du volcan vers la côte de la mer ionienne (plages de sable blanc et superbes villas) vers Taormine.

Visite du théâtre gréco-romain où ont lieu des spectacles et qui offre un magnifique panorama sur la baie. Retour en longeant le détroit de Messine – l'Italie est toute proche (env. 3 km).



CR SICILE (suite & fin)



Temple Concordia



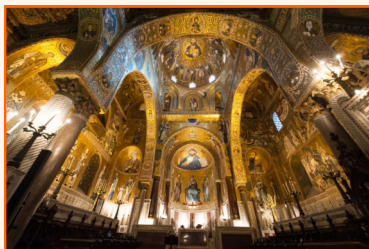
Temple d'Héra



Temple des Dioscures

Mercredi départ pour Agrigente (excursion non prévue dans notre programme, mais nombreux sont les volontaires) pour la découverte de la vallée des Temples. Les participants sont ravis de leur visite.

Jeudi, dernière excursion en demi-journée, visite de Palerme : Palais des Normands, chapelle Palatine, descente à pied de l'ancien corso Vittorio Emanuele vers la fontaine Pretoria, les visites prévues dans les églises ne peuvent s'effectuer car il y a plusieurs mariages en cours...



Le circuit à pied est long, il fait très chaud et il y a énormément de monde, nous sommes soulagés de remonter dans le car climatisé pour rejoindre notre hôtel.

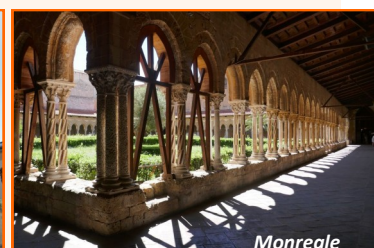
Pour toutes ces excursions (ou presque) nous avons eu un guide exceptionnel, Mario, maîtrisant parfaitement notre langue, féru d'histoire et de volcanologie (il a côtoyé Haroun Tazieff pendant ses études) et qui a su faire partager ses connaissances grâce à de nombreuses images et en tenant son auditoire en éveil.

Semaine bien remplie pour les 33 participants qui reprennent l'avion le vendredi ; départ largement perturbé par les grèves en France, le voyage retour sera aussi éreintant que l'aller (départ du centre vers 20h00 et arrivée à Masy à 6 h00 du matin).

Deuxième semaine plus tranquille entre plage et piscine avec quelques escapades touristiques assez lointaines (Syracuse, Catane, Raguse, Monréale).



Monréale



Monréale



Catane



Catane

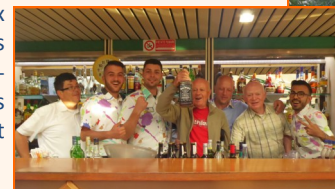


Syracuse



Syracuse

Séjour particulièrement réussi : centre agréable avec un personnel très sympathique et toujours disponible tant à la réception qu'au bar ou au restaurant ; des animateurs locaux maîtrisant plus ou moins notre langue mais proposant avec humour des animations amusantes et "bon enfant".



Ce séjour en Sicile, une des plus vastes îles de la Méditerranée, terre de contrastes entre montagnes et plages de rêve nous a permis d'admirer une partie de son patrimoine historique et culturel modelé par de nombreuses invasions, mais il y a encore bien d'autres merveilles à voir, peut-être pourrions nous envisager de réaliser un circuit pour explorer la côte sud, l'ouest avec les îles Egades et Ségeste, l'Acropole de Sélinote, et bien d'autres trésors à découvrir.

Monique W

CR SRI LANKA « île resplendissante » du 08 au 19 MARS (22 participants)

Jeudi 8 mars 2018

Départ de Massy à 10 h pour Roissy.

Vendredi 9 mars 2018

Nous atterrissons à Colombo à 9h30 (heure locale) après une escale à Doha. Nous sommes accueillis par notre guide Moussa avec un collier de fleurs, puis par notre chauffeur et son aide sous une chaleur écrasante.

Départ pour un tour de ville en bus à Colombo : Nous traversons des quartiers aisés mais aussi plus « pauvres ». La circulation est dense, anarchique : beaucoup d'autobus, de rickshaws (tuk tuk qui se faufilent entre les voitures, les bus, les camions). Les chauffeurs klaxonnent sans arrêt, notre chauffeur aussi.



Moussa (guide)



Kelum (chauffeur)



Chamindra (aide chauffeur)

Visite du temple de Kelaniya : Ce temple est construit le long de la rivière Kelaniya et est l'un des sites les plus sacrés du Sri Lanka. C'est un des endroits où Bouddha prêcha il y a plus de deux millénaires. Au centre se dresse un arbre sacré le figuier religiosa. Les pèlerins, habillés en blanc, apportent des offrandes (fleurs de lotus) qu'ils disposent autour de l'arbre sacré et autour du Stupa blanc et lisent des textes sacrés. Dans le temple se trouvent des peintures murales de 18^e siècle ; elles décrivent des épisodes de la vie de Bouddha. Il y a un énorme Bouddha couché (environ 7 m) recouvert de feuilles d'or et protégé par une mousseline de soie. Dans le parc se trouvent de nombreux bouddhas et autres représentations religieuses, et aussi des chiens (dingo) et des singes.



Le buffet (rice and curry surtout) du déjeuner est sublime. Puis la visite de Colombo se poursuit (tour de l'Horloge du Phare, mosquée de Janis Uh Affar, Wolwendhal Church). Nous prenons ensuite la route sous la pluie. Beaucoup d'entre nous font la sieste, le chauffeur aussi a du mal à garder les yeux ouverts, on a eu quelques frayeurs. Nous arrivons dans un hôtel au bord de l'Océan Indien. Un apéritif s'organise sur une des terrasses de l'hôtel.

Samedi 10 mars 2018

Visite du Fort de Galle : Galle est la ville la plus importante de la côte sud. Le Fort de Galle rassemble quelques 400 maisons, églises, mosquées et temples, ainsi que de vieux édifices commerciaux administratifs. Il y a un peu partout d'immenses banians, des frangipaniers, des palmiers...

Nous croisons aussi des couples venus se faire photographier avant la cérémonie de mariage. L'homme a souvent un costume coloré et la femme porte un sari, de couleur rouge ou dorée. Pour pouvoir se marier, le couple doit consulter un astrologue qui leur déterminera la date et l'heure présumées de leur union officielle.



Weligama : C'est un village de pêcheurs qui pratiquent la pêche sur échasses. Mais de plus en plus, cette méthode de pêche traditionnelle n'est plus pratiquée et sert surtout à attirer le touriste. Ils viennent poser et la famille sur le bord de la route demande un pourboire.

Visite de la réserve Yala en 4x4 : Le dépliant annonce : « c'est le plus beau safari où l'on peut rencontrer éléphants, léopards, ours, ... », sûrement mais ils étaient bien cachés ! Nous avons quand même vu pas mal d'animaux comme des singes, des buffles, des cochons sauvages, des cerfs mouchetés, des crocodiles, des paons, des mangoustes et beaucoup d'oiseaux (marabouts, guépiers, pélicans, aigles, ...) et même les traces d'un pied de léopard.

La visite se fait en jeep sur des pistes ; notre chauffeur nous montre les animaux. Mais nous ne sommes pas seuls ! Il y a un rassemblement impressionnant de jeeps, les chauffeurs essaient de se doubler, s'invectivent ...



Après une halte au bord de la mer, nous rentrons à l'hôtel, Mais s'organisent une « course » entre les jeeps sur la piste et aussi sur la route. Les dos d'âne, pourtant nombreux ne les ralentissent pas. Nous avons su après que les chauffeurs doivent être rentrés vers 18 h pour avoir le droit le lendemain d'emmener à nouveau des touristes.

A l'hôtel, impossible de profiter de la piscine, il pleut. Par contre le débit de l'eau des douches est faible.

Dimanche 11 mars 2018

Visite de KATARAGAMA : C'est un lieu sacré où bouddhistes, hindouistes et musulmans viennent y prier et déposer leurs offrandes. A l'entrée du temple des marchands dressent des étalages de fruits soigneusement disposés, des maquettes de voiture, de bus, de maison ... On pénètre dans l'enceinte du temple pieds nus. Les fidèles portent une corbeille de



CR SRI LANKA (suite)

fruits et de fleurs. Une colonie de singes les accompagne dans l'espoir de chaparder des fruits. Des fidèles se pressent aussi devant un rocher sacré. Tenant une noix de coco entre leurs mains les bras tendus en avant, ils méditent avant de propulser leur noix de coco sur le rocher. Si cette dernière explose, leur vœu se réalisera.

Nous repartons, sur la route nous rencontrons des éléphants arrêtés au milieu de la route : « péage exotique ».

Nous nous arrêtons devant les cascades de **Rawana Falls**. Ces chutes, en bordure de route haute de 25 mètres sont impressionnantes.

Après le déjeuner, nous attendons le départ du train prévu à 14h15. Nous observons des ouvriers travaillant sur les voies, pieds nus ou en tongs, sans casque... Nous embarquons à l'heure dite dans un train confortable où malheureusement nous ne rencontrerons pas de Sri Lankais. Les paysages sont magnifiques. Nous traversons une région montagneuse où se succèdent des plantations de thé, des cultures maraichères, des rizières, des forêts d'eucalyptus, des cascades, des villages...

Nous arrivons à **Nanu Oya** où nous retrouvons notre bus pour nous rendre à **Nuwara Eliya** par des routes en montagne qui nous ont valu quelques frayeurs.

Visite de temple de Seetha Amman : C'est un sanctuaire hindou chatoyant. Le site marquerait l'endroit où Sita fut tenue captive par le roi-démon Rawana et où elle priait tous les jours pour que Rama vienne la secourir. Sur la face d'une roche on observe des dépressions circulaires censées être les empreintes de pas de l'éléphant de Rawana.

Visite en bus de la ville de Nuwara Eliya : C'est une ville située à 1900 m d'altitude au pied du mont Pidurutalagala. Les colons anglais, séduits par la fraîcheur du climat, s'y installèrent au 19ème siècle. Nous repartons vers un hôtel à Ramboda, par une route très sinueuse.

Lundi 12 mars 2018

Visite d'une plantation de thé Glen Loch à Ramboda : Il n'y a pas de cueilleuses dans les champs de thé. Nous visitons l'usine, on y voit toutes les étapes depuis le séchage des feuilles jusqu'à l'emballage. Les ouvrières, essentiellement, très souriantes acceptent d'être photographiées. Entre deux averses, les dames du groupe font une compétition de cueillette de thé. Il faut récolter les premières feuilles. Les gagnantes sont celles qui ont réalisé la meilleure récolte : Annie Lefebvre et Annie Poly. Nous dégustons ensuite différents thés (noir Broken Orange Pekoe, vert et blanc) et passons par la boutique.

Départ vers le village de Lankatilaka : Le repas se déroule à la fondation de danses kandyennes. Nous dégustons entre autres un riz à la noix de coco délicieux et des pousses de jacquier. Ce repas est très apprécié.

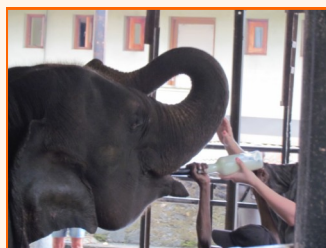
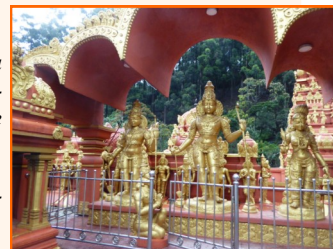
La démonstration de danse kandyenne se déroule à l'abri de la pluie. Les danseurs en costume traditionnel (large jupe blanche, torse nu paré de nombreux colliers et des bracelets et anneaux aux pieds) sont accompagnés de tambours variés et effectuent des pirouettes et des sauts. Une danseuse réalise la démonstration des assiettes qui tournent sur des bâtons. Un danseur joue avec des flammes et marche sur des braises. La visite se termine par une dégustation de la tisane traditionnelle avec sucre de coco dans une noix de coco.

Visite d'une fabrique de batiks à Kandy : les ouvrières sont des femmes qui travaillent dans de petites pièces avec une aération sommaire. Le détour par le magasin nous permet d'admirer des batiks avec des motifs souvent inspirés par la symbolique bouddhiste.

Lors du diner, des musiciens nous interprètent des chants en français, certains d'entre nous dansent.

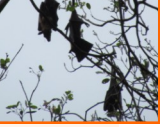
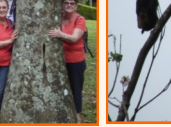
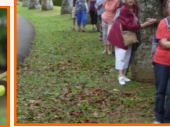
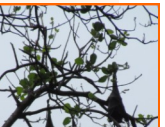
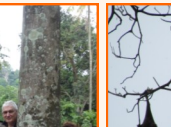
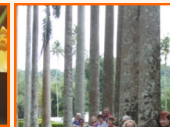
Mardi 13 mars 2018

Visite de l'orphelinat des éléphants de Pinnawela : L'orphelinat des éléphants de Pinnawala a été créé en 1975 par le gouvernement sri lankais. On y élève une soixantaine d'éléphants orphe-



CR SRI LANKA (suite)

lins. Les éléphants retraités sont également pris en charge. On a commencé notre visite en assistant aux biberons des bébés orphelins, le biberon est avalé en quelques secondes. Des éléphants adultes sont nourris par les touristes avec des fruits (tranches d'ananas et de pastèques, bananes) avalés là aussi en quelques secondes moyennant un pourboire bien sûr. Les éléphants sont rassemblés dans une vaste prairie où on peut les observer facilement. On sort du centre pour aller vers la rivière Maya Oya en traversant une rue bordée de multiples boutiques de souvenir. Une corne retentit, les éléphants conduits par les cornacs sont menés à la rivière pour leur bain. Il faut mieux se ranger. Les éléphants arrivent dans la rivière où ils sont arrosés, brossés par les cornacs.



Visite des Jardins botaniques de Peradenya : Ils furent créés en 1821. Plantés à l'origine uniquement de caféiers et de cannelliers, ils présentent maintenant toute la flore du Sri Lanka, dans un jardin de 60 hectares. Nous avons observé une très belle collection d'orchidées dans une serre, une allée de palmiers royaux plantés en 1950, beaucoup d'espèces d'arbres (arbre cannon ball ou à boulet de canons, un gigantesque figuier,), de fleurs. Nous avons aussi aperçu de nombreux écureuils et une très grande colonie de chauve-souris près des palmiers royaux. Nous avons déjeuné dans ce jardin. Certains d'entre nous n'en garderont pas un bon souvenir car malades durant la nuit.

Visite d'un atelier et d'une boutique de pierres précieuses à Kandy : On nous présente des saphirs bleus, blancs, roses, violets, jaunes ou verts et des rubis et la taille de ces pierres. Dans la boutique, on observe des parures, des bagues, des boucles d'oreille...

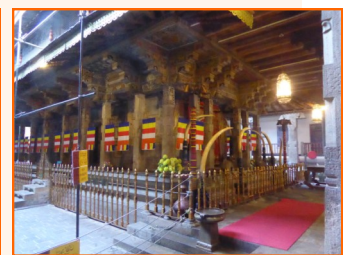
Questionnaire en cingalais : À la sortie de la boutique, des tuk tuk colorés nous attendent pour nous emmener jusqu'au centre-ville. Le guide nous a distribué un questionnaire en cingalais et nous devons essayer d'obtenir la traduction en interrogeant les locaux. Le chauffeur du tuk tuk se faufile dans la circulation très dense tout en essayant de répondre à quelques questions. Il nous dépose au centre de Kandy. Des cinghalais nous aident à répondre, avec bienveillance. Annie et Jean-Pierre ont correctement rempli le questionnaire et ont gagné une bouteille d'Arrak (boisson provenant de la distillation de la sève des fleurs du cocotier).

Le soir un gâteau est offert à Annie Poly pour son anniversaire.



Mercredi 14 mars 2018

Visite du Temple de la Dent de Bouddha. C'est un édifice rose entouré d'un fossé sur le bord du lac, appelé le Dalada Mâligawa abritant la Dent de Bouddha. Pour entrer dans le Temple, il faut porter des vêtements qui couvrent les jambes et les épaules et se déchausser dans les râteliers prévus à cet effet. À l'étage trois salles servent d'anti-chambres au sanctuaire intérieur abritant la relique. Le reliquaire d'or, en forme de stupa, renferme six autres chasses en or de grandeur décroissante, ornées de pierres précieuses. Les fidèles se recueillent, déposent des offrandes de riz, de fruits et de fleurs.



Visite du temple hindou Sri Muthuriamman Thevasthanam : C'est un temple jaune, kitch avec de nombreuses statues multicolores.

Visite des jardins d'épices Ranweli à Matale : Dans ce jardin sont rassemblés différentes espèces d'épices. On découvre leurs arômes : cardamome, vanille, poivre, cannelle, ananas, curcuma, citronnelle, gingembre, aleo-vera.

Le guide nous fait ensuite la promotion des produits vendus à la boutique, et nous prépare un curry au poisson. Certains d'entre nous ont également eu un massage du dos, des jambes, du cou, des bras.

Déjeuner au bord d'une rizière. :

Nous nous installons sur des bancs en bois sous un toit en feuilles de palmier. Les assiettes sont en bambou, recouvertes d'une feuille de palmier, les verres des noix de coco. Nous sommes servis abondamment (riz rouge et blanc, morceaux de poulet, aubergines, fibres de jacquier....., en dessert banane, tranche d'ananas, crêpe)



CR SRI LANKA (suite)

Visite d'un atelier de bois : Nous découvrons le travail de l'ébène, du teck et du bois de rose et bien sûr le magasin.

Visite des grottes à Dambulla : Elles sont constituées d'un ensemble de cinq cavernes, chacune constituant un sanctuaire indépendant. Elles sont accessibles par des escaliers taillés dans la pierre.

Visite d'un marché type Rungis à Dambulla : C'est un grand marché de fruits et de légumes très animé (camions, tuk tuk, tracteurs chargés à bloc)

À l'hôtel, certains d'entre nous profitent de la piscine et/ou des piqûres de moustiques. Les buffets sont peu variés.

Jeudi 15 mars 2018

Visite de Ritigala : C'est un ancien site archéologique au beau milieu de la jungle où se trouvent les ruines d'un monastère bouddhiste.

Nous prenons des 4x4 pour aller à la **rencontre d'un maître Sumedha**. C'est un spécialiste des anciennes formes d'arts martiaux connus dans la localité en tant que « Angam ».

Nous reprenons le bus, puis nous allons dans une remorque tirée par un motoculteur (bruit et vapeurs d'essence garantis) et surtout un peu « tape cul ».

Déjeuner chez l'habitant : Nous sommes accueillis dans une maison traditionnelle faite de bambou et de terre battue et recouverte de feuilles de cocotier. Les assiettes sont en bambou, recouvertes d'une feuille de palmier. Le repas est quelconque, le poisson frit n'est pas très abondant. L'hôtesse nous présente ensuite le battage du riz, le vannage, puis l'obtention de farine de riz.

Visite de Sigiriya : le Rocher du Lion est un monolithe massif en pierre rouge qui s'élève à 200 m au-dessus de la jungle. La visite débute par les jardins royaux. L'allée centrale qui mène au pied de la forteresse est bordée par des jardins et bassins. Ensuite de nombreuses marches nous attendent. L'ascension est gâchée par des jeunes gens qui veulent nous aider à monter contre rétribution. Nous arrivons à une plateforme, il fait très chaud, la plupart d'entre nous s'arrêtent. Seuls 7 courageux vont vers le sommet en utilisant des escaliers métalliques en colimaçon. Il leur faudra encore traverser plusieurs passerelles suspendues à flanc de parois avant d'atteindre la plateforme du lion.

Vendredi 16 mars 2018

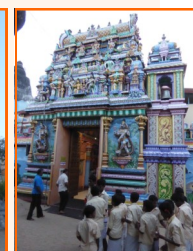
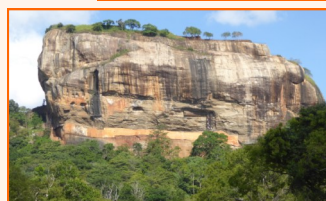
Visite d'un magasin d'étoffes : Ce magasin nous propose des saris, des sarongs, des écharpes....Le personnel nous propose d'habiller les femmes en saris et les hommes en sarongs et de nous photographier.

Nous partons pour la côte Est à **Trincomalee**. C'est un ravissement, l'hôtel est au bord de la plage et il fait 35°C. Les buffets sont délicieux. L'après-midi se passe en baignade, balades sur la plage, farniente, lecture...Le soir nous avons droit à un dîner barbecue (gambas, pignons de poulet, travers de porc) qui font saliver les autres clients.

Visite du temple hindou Koneswaram de Trincomalee : Il est perché au sommet d'une colline et c'est l'un des sept sites les plus importants et sacrés pour les hindous. Des tuk tuk nous emmènent au sommet. Les derniers mètres sont bordés par des échoppes vendant des offrandes, des denrées, des boissons... Devant l'entrée se dresse une statue de Shiva. Le temple est très coloré. On peut voir des arbres à souhait recouverts de berceaux, de pièces, ce temple étant dédié à la fertilité. On a une belle vue sur la baie de Trincomalee.

Samedi 17 mars 2018

Nous visitons un **marché de poissons et de fruits et légumes**. Les poissons sont disposés sur le sol bétonné ou sur des bâches en plastique : dorade, anguille, thon, espadon, gambas, étrille... On trouve des oignons, des aubergines, des courgettes colorées, des betteraves rouges, des carottes, des tomates, des bananes, des mangues, des ananas, des noix de coco, du fruit Jacquier, des feuilles de bétel pour chiquer... Il y a aussi des échoppes de poissons séchés.



CR SRI LANKA (suite & fin)

Visite de la cité Anuradhapura : Cette ancienne capitale médiévale est célèbre pour l'arbre Sri Maha Bodhi (arbre le plus vieux du monde planté il y a plus de 2200 ans sous lequel Bouddha médita et reçut l'illumination). Cet arbre qui n'a plus qu'une branche est protégé. A l'entrée du sanctuaire il y a une pierre de lune. C'est une dalle semi-circulaire avec une succession de frises d'animaux. Des pèlerins habillés de blanc viennent déposer des offrandes. Ils font des « prières » ou lisent des textes sacrés. Ils accrochent aussi des petits bouts de tissus après avoir fait un vœu.



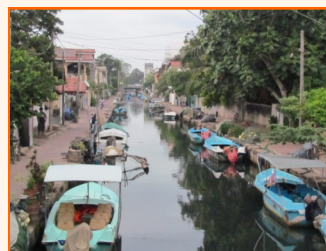
En échange de leur offrande, un moine donne aux pèlerins un bracelet de fil blanc qu'ils attachent à leurs poignets. Nous déposons chacun une lampe à huile, après avoir fait un vœu. Il y a plusieurs dagobas. La dagoba Thuparama, la plus ancienne du Sri Lanka, reconstruite vers 1840, abrite une relique du Bouddha, sa clavicule. Il est entouré de centaines de statues d'éléphants. Il est repeint en blanc tous les ans.

Visite du temple de Munneswaram : Shiva enseigne la sagesse, Durga terrasse la force sauvage, Vishnou protège... Nous sommes dans un temple hindou. Nous faisons bénir une corbeille de fruits par un moine. Avec de la cendre de bois de santal mélangée à de la chaux, il trace sur notre front l'empreinte du troisième œil, l'œil de Bouddha. Nous partons pour Chilaw, petit village de pêcheurs. Après le dîner, des parties de billard se sont improvisées.



Dimanche 18 mars 2018

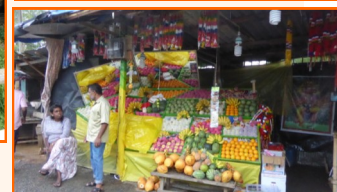
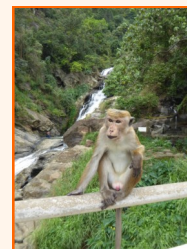
La matinée est libre. On peut se promener au bord de la plage, se baigner ou rêvasser au bord de la piscine. Après un dernier apéritif au bord de la piscine, nous déjeunons à l'hôtel. En milieu d'après-midi, nous partons pour Negombo, à environ 40 km au nord de la capitale économique Colombo. La ville est traversée par de nombreux canaux. C'est l'un des ports de pêche les plus importants de la côte occidentale. Nous visitons un marché de poissons.



Après le dîner d'adieu, nous partons vers 22 h pour Colombo. Nous ne décollons que vers 3 h pour Doha pour arriver à Paris vers 12h30 le lundi 19 mars. Après des températures de l'ordre de 35 °C à 38°C, l'arrivée à Paris se fait sous une température de 0°C avec quelques flocons de neige (brrr..).

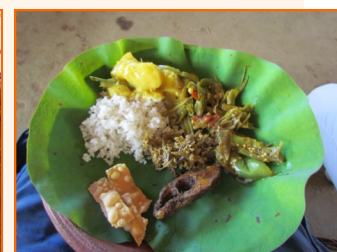
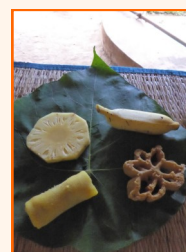
Tout au long du voyage, nous avons vu

- Des écoliers avec des uniformes. Les filles sont souvent en robe blanche ; les garçons ont des cravates.
- Des animaux en liberté ; en particulier des vaches qui ne sont pas sacrées, beaucoup d'oiseaux, de singes, de chiens dingos
- Des rizières ; après la récolte le paysan le fait sécher sur un plastique devant sa porte ou directement sur la route
- Des petites échoppes en bord de route avec des fruits, des légumes ou des vendeurs de riz cuit ou de noix de coco
- Des magasins de pièces automobiles impressionnants, des « weddings planers »



Les repas sont sous forme de buffets plus ou moins variés :

- Petit déjeuner : thé, café, gâteaux divers, crêpes, fruits (petites bananes, ananas, pastèque, parfois fruit de la passion), œuf sur le plat préparé devant le client
- Déjeuner et dîner essentiellement du riz blanc ou rouge (rice and curry), des pâtes, des lentilles en purée accompagnés de légumes, de poisson ou poulet ou de porc cuisinés en sauce, plus ou moins épicés (curry) et pimentés.
- On accompagne ces plats avec du pain ou avec de petites galettes frites et craquante (papadam) et avec de la bière (Lion Lager)



En dessert on trouve des gâteaux gélifiés, des salades de fruits, le curd (lait caillé de bufflonne identique à notre yaourt, mélangé à du « miel » de palmier)

L'arrack est la boisson nationale sri lankaise après le thé. Il provient de la distillation de la sève des fleurs du cocotier.

Fin d'un très beau voyage, très dépaysant, très agréable.... avec un groupe très sympathique
Françoise M.

CR LA GUADELOUPE du 05 au 17 mai (6 participants)

Une belle croisière par une température agréable, 29° dans l'air 28° dans l'eau – Les seychellois par la création de plusieurs parcs nationaux, terrestres et maritimes, ont pu préserver le caractère sauvage de ces lieux protégés

Nombreuses randonnées à terre pour découvrir la faune et la flore endémique de cette région- même des promenades en vélo - seul moyen de locomotion

En mer masque et tubas – poissons, tortues raies et quelques « petits requins » !!!!

Un beau bateau une navigation facile et des mouillages de carte postale – un bon équipage et un bon groupe avec les actifs.



SORTIES 2018



Cette année 3 sorties ont eu lieu :

- 29/03 : Le quartier du Marais (25 participants)
- 25/05 : L'Ile de la Cité (24 participants)
- 18/10 : Le quartier de Montmartre (29 participants)

Le conseil d'administration réfléchit pour 2019

Si vous avez des idées, faites le nous savoir.

VOYAGES 2019



- GRECE du 15 au 24 mai : 37 participants
- PORTUGAL 1 sem du 08 au 15 juin : 25 participants
- PORTUGAL 2 sem du 08 au 22 juin : 13 participants
- VOILE THAÏLANDE du 01 au 10 décembre : 6 participants

SEMAINE RANDONNEE 2019



Elle aura lieu à **St Cast le Guildo**, sur la côte d'Emeraude, dans le département des Côtes d'Armor du 23 au 29 septembre 2019.

43 personnes se sont inscrites.

NOS PEINES - Il nous a quittés

L'ATSR présente ses condoléances à la famille et amis du membre disparu.

Pierre GIRARDOT à l'âge de 89 ans

Il a fait toute sa carrière à l'Alstom et a terminé comme cadre technico-commercial

MEMBRES DU BUREAU

Annick Proudtkchenko : 06 19 41 38 33
 Clifford et Françoise Giblin : 06 17 52 57 81
 Alain Hamon : 06 73 99 04 87
 Jean Marc Varin : 06 71 53 60 16
 Monique Wils : 06 08 06 78 55