

**Octobre 2023****Numéro 70***Edito*

*Suite au COVID et devant les difficultés que nous avons à obtenir l'amphithéâtre de GE, depuis 2021 notre assemblée générale et le repas de Noël se tiennent au Novotel de Massy-Palaiseau. L'avantage est que les deux évènements se passent dans le même endroit.*

*Le samedi 16 décembre 2023, cette année encore, nous nous retrouverons au Novotel pour l'AG et le repas. Nous espérons que vous viendrez nombreux pour partager ce grand moment de convivialité et d'amitié.*

*Conformément aux statuts, tous les ans le bureau est renouvelé par tiers.*

*Les 2 membres sortants sont Mme Wils Monique et Mr Giblin Clifford. Tous deux se représentent.*

*Dans le cas où aucune nouvelle candidature n'est enregistrée, comme demandé en page 2 de cet « infos seniors », et pour simplifier nous proposerons à l'assemblée un vote à main levée pour le renouvellement des membres du bureau.*

*Comme l'an passé, les adhérents de plus de 75 ans, ne participant à aucune des activités proposées dans l'année par l'association, recevront un colis de Noël.*

*Le bureau a fonctionné normalement. Toujours pour des raisons d'accès au siège, les réunions se sont déroulées par rotation chez les membres du bureau pour choisir les voyages, les sorties, les randonnées 2024 et établir le compte rendu des activités 2023.*

*Comme vous le savez, pour qu'une association demeure active, il lui faut du « sang neuf ». Nous ne comprenons pas que les DRH ou les CE ne distribuent pas nos brochures aux personnels partant à la retraite.*

*Donc, pour pallier à ce manque de coopération, le bureau a décidé d'organiser des forums dans chaque branche de GE, afin de faire connaître notre association.*

*Nous avons délégué cette tâche difficile à Monique Wills et Bernard Marcon. Ce sont les plus jeunes du bureau donc ceux susceptibles d'avoir plus de chance de connaître de futurs adhérents. Merci à eux.*

*Gérer une association n'est pas chose aisée. Aussi, je remercie tous les membres du bureau pour leur dévouement, pour tout le travail effectué et le travail à venir.*

*En leur nom et moi-même je vous souhaite de bonnes fêtes de fin d'année*

*Annick Prouttchenko  
Présidente*

**Sommaire :**

Page 1	Edito
Page 2	AG + repas Noël
Page 2	Voyages et rando 2024
Pages 3 à 7	CR L'Egypte
Pages 8 à 9	CR Sardaigne
Page 10 à 11	CR Les Cinque Terre
Page 12	Photos randonnées 2023

**En complément :**

- Compte de gestion 2023
- Bilan 2023
- Convocation AG et repas 2023
- Pouvoir

**MEMBRES DU BUREAU**

Annick Prouttchenko : 06 19 41 38 33  
 Clifford et Françoise Giblin : 06 17 52 57 81  
 Monique Wils : 06 08 06 78 55  
 Bernard Marcon : 06 72 96 47 33  
 Michelle Grandsire : 06 12 20 48 66

**ATTENTION** : Cette année l'Assemblée générale a lieu au même endroit que le repas.



**SAMEDI 16 DECEMBRE 2023**  
**ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE**  
**et REPAS DE NOËL**



**10 H 30 : Assemblée Générale suivie du repas de Noël**  
**au NOVOTEL - rue E. Baudot - Massy**  
**Venez nombreux**

### ELECTIONS DES MEMBRES AU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Lors de notre Assemblée Générale du 16 décembre nous procéderons au renouvellement du tiers sortant du Conseil d'Administration.

Les membres qui souhaitent présenter leur candidature doivent envoyer leur lettre **chez M. et Mme Giblin - 12 villa de la Cigogne - 91470 Limours, avant le 20 novembre 2023**" (avec "cachet de la poste faisant foi").

**Rappel** : Toute personne n'étant pas à jour de sa cotisation 2023 ne pourra participer au repas de Noël, ni voter à l'Assemblée Générale du 16 décembre 2023.

**Attention** : Toute personne inscrite au repas et étant absente sans justificatif (certificat médical) devra s'acquitter de 50 €. Toute personne non inscrite ne sera pas acceptée.

**Vous trouverez la fiche d'inscription à l'Assemblée Générale et au repas en complément de ce bulletin.**  
**Les fiches sont à envoyer chez M. et Mme Giblin - 12 villa de la Cigogne - 91470 Limours**

### VOYAGE, SEJOUR et SORTIE 2024



- **JORDANIE** du 21 au 30 avril : 37 participants
- **LANZAROTE** du 01 au 08 juin : 30 participants
- **SORTIE de 3 / 4 jours** : en cours de réflexion

### SEMAINE RANDONNEE 2024



Elle aura lieu à **CUSSAC**  
 du 15 au 21 septembre 2024.

40 personnes sont inscrites.



CR L'EGYPTE du 01 au 12 février (30 participants)

**1er jour Roissy**

Notre voyage commence très fort puisque notre amie Eliane se fait voler sa valise entre les guichets automatiques de retrait des cartes d'embarquement et l'enregistrement des bagages. Déclaration au poste de police, rachat de médicaments en pharmacie avec l'aide du représentant de l'agence et maintien des portes ouvertes pour une montée in extremis dans l'avion avant le décollage. Vol jusqu'au Caire sans histoire et traversée en car de toute la mégapole du Caire d'est en ouest jusqu'à notre hôtel tout neuf au milieu d'un quartier en construction ressemblant à un gigantesque terrain vague. Coucher 3h30.

**2ème jour Le Caire**



Au réveil nous découvrons notre très bel hôtel constitué de petits bâtiments entourant de multiples bassins décoratifs.

9H, départ en car pour Saqqarah, avec **notre guide Malak**, accompagnés d'un policier.

Le Caire est une mégapole passée de 7 millions en 1970 à plus de 23 millions d'habitants depuis 2020. Face à cette explosion démographique, la mégapole a englobé toutes les villes environnantes et apparaît comme un gigantesque chantier. La plupart des bâtiments ne sont que partiellement habités ou semblent en voie de démolition. Les passages cloutés n'existent pas, les familles traversent allègrement à pied les routes à 2x4 ou 2x5 voies. Le niveau de pollution au Caire est impressionnant donnant parfois au ciel des couleurs bizarres et l'impression d'étouffer. Comme dans tout le pays, la présence militaire armée est permanente avec des guérites blindées et des contrôles en tous lieux.



Arrivés à Saqqarah, **notre guide Malak**, puits de sciences égyptiennes, baptise immédiatement notre groupe « Les Merveilleux ». Notre visite passe par l'allée des colonnes, le tombeau nord (la célèbre pyramide de degrés

de Djéser -IIIème dynastie) et la vue sur de nombreuses pyramides plus petites, puis toujours sur l'immense site de Saqqarah, nous descendons à l'intérieur de la pyramide du pharaon Téti -VIème dynastie. Descente un peu difficile par un tunnel à plafond très bas aboutissant à une chambre intérieure avec plafond étoilé.

A côté, le mastaba de son vizir Kagemni, prêtre et

membre de la famille du pharaon doté de multiples titres, est un véritable enchantement avec scènes de la vie et de la faune sculptées de façon très détaillées.



Déjeuner dans l'oasis de Saqqarah, à l'entrée, accueil musical avec tambourins accompagnés des youyous des femmes cuisant le pain (très bon). Bon repas mais le café égyptien nous a un peu surpris !



Le car nous emmène ensuite sur le site de Dahchour à une quinzaine de kilomètres, à la pyramide rouge du pharaon Snéfrou -IVème dynastie. Visite à l'intérieur de la pyramide pour les plus intrépides. Nous faisons ensuite le tour de la pyramide rhomboïdale blanche (également de Snéfrou) la seule ayant conservé 70% de son « placage » extérieur. A côté une petite pyramide était conçue pour le khâ du pharaon (nous découvrons qu'un pharaon devait avoir non pas une mais 3 pyramides).



**3ème jour Guizeh**

Le site de Guizeh (Guizeh signifie « traversée » (du Nil)) est devenu un quartier de la mégapole du Caire totalement encerclé par la ville.

Après une explication de Malak sur la méthode pour obtenir des fondations parfaitement planes première étape pour construire une pyramide, notre guide nous emmène sur différents endroits du site d'où nous découvrons de superbes points de



vue sur les 3 pyramides principales et les 3 pyramides secondaires

**CR L'EGYPTE (suite)**

(Pyramide = montagne de grains en grec) malgré la foule des visiteurs. Arrêt final près du sphinx (sphinx = fabuleux en grec).



Après un déjeuner que l'on s'efforcera d'oublier avec un personnel de restaurant complètement dépassé par les événements, nous nous dirigeons vers le musée égyptien près de la place Tarik (l'ancien grand musée du Caire est fermé et le nouveau grand musée du Caire construit près des pyramides qui doit le remplacer et qui devait ouvrir en novembre dernier n'est toujours pas ouvert). La visite de plusieurs heures incluant le trésor de Tou-tankhamon est rendue passionnante grâce aux explications de notre guide.



**4ème jour Le Caire**

Visite du quartier copte (devenu quartier chrétien, le terme « copte » signifiait « Egyptien » en grec ancien). Nous traversons des rues couvertes bordées de murs de livres, de l'église Sainte Barbara et ses chœurs, de l'église Saint Serge et Bacchus – lieu d'arrêt de la Sainte Famille-, des restes de l'enceinte romaine et de l'église suspendue - construite sur une tour romaine- dédiée à Marie. Très bon déjeuner sur un bateau ancré sur le Nil, puis direction le quartier de la Citadelle. A l'intérieur de la Citadelle de Saladin, visite de La mosquée du sultan al-Nasir Mohamed ibn Qalawun avec sa coupole verte et visite de la célèbre mosquée de Mohamed Ali ainsi que la fontaine des ablutions avec l'horloge donnée par Louis-Philippe en échange de l'obélisque de la Concorde.



Le soir, un avion ATR72 nous emmène vers Louxor où nous emménageons sur le navire Princess Sarah II.



**5ème jour Louxor**

Lever à 5h15 pour départ vers le terrain de décollage des montgolfières, un grand champ pour une cinquantaine de montgolfières à différents stades de gonflage.



Après un décollage en douceur, plus de 40 minutes d'enchantement, notre ballon survole l'ouest de Louxor à la limite des zones cultivées et du désert, au-dessus des colosses de Memnon, des temples comme le Ramasseum de Ramsès II, de très nombreuses tombes, des agriculteurs au travail et des fermes (avec des chèvres sur les toits), au loin le temple d'Hatchepsout et la vallée des rois. Notre périple se termine par le survol d'un monastère d'où s'élèvent des chants liturgiques et de son cimetière. Atterrissage en douceur sur le sable du désert avec l'aide du personnel qui nous suivait en camionnette. Le mini-bus nous ramène au pied des colosses de Memnon, principaux restes du temple d'Amenhotep III.



Notre car nous emmène ensuite vers le temple d'Hatchepsout



(approche par véhicules électriques). Ce temple caractéristique construit à flanc de montagne dans le cul de sac d'une vallée comporte 3 niveaux. On trouve sur la gauche un temple dédié à Athor à côté de peintures murales décrivant l'expédition commerciale organisée par la reine au pays de Punt en Afrique ; à droite un temple dédié à Anubis où les effigies et noms de Hatchepsout ont été remplacés par ceux de Toutmosis III.



**CR L'EGYPTE (suite)**

Nous repartons vers la vallée des rois. Des minibus électriques nous amènent au cœur de cette vallée désertique (où 64 tombeaux ont été découvertes à ce jour), dominée par une montagne en forme de pyramide. Plusieurs tombes peuvent être visitées, notre billet nous donne droit à la visite de 3 tombeaux. Le rédacteur a visité celui de Ramsès IV (une merveille), Ramsès III et Ramsès IX, tous comprenant de longs couloirs et plusieurs salles complètement peints, murs et plafonds.



Notre car nous ramène ensuite à Louxor pour visiter le temple de Karnak.



Visite un peu rapide pour un temple aussi magnifique avec ses gigantesques colonnes peintes et statues mais nous sommes pressés par le temps : nous devons rejoindre le bateau avant qu'il ne quitte le port et nous avons déjà une ½ heure de retard. En fait il est déjà parti et nous partons à sa poursuite pour le rattraper plus en amont. Bon déjeuner bien mérité à 15h30. Notre bateau est très confortable, bons repas, le personnel est très sympathique, et nous avons droit sur notre lit tous les jours à des compositions différentes faites avec le linge de toilette : éléphant, crocodile, etc. Nous profitons du reste de la journée pour nous reposer sur le pont et assister au coucher du soleil.

**6ème jour Sur le Nil**

Dans la nuit le Princess Sarah est arrivé à Edfou. Départ en calèche vers le temple.



Grosse pagaille à l'aller et au retour avec disputes entre cochers, notre guide est obligé de mettre de l'ordre. Foule de calèches et foule de touristes dans le temple, mais notre guide qui connaît bien les lieux, se débrouille pour nous positionner en différents endroits qui nous permettent de bien voir et où il peut fournir ses intéressantes explications sur ce magnifique

temple dédié à Horus. Nous remontons sur le bateau qui repart vers le sud à travers de nombreux îlots où se promènent quelques vaches, nous longeons d'anciennes carrières avec des maisons troglodytes.

A 15h réunion de réorganisation du voyage. En effet, compte tenu des contraintes locales, il est évident, vu sur place, que le planning proposé par l'agence en France ne tiendrait pas la route. Notre guide nous présente une nouvelle organisation des visites et un certain nombre d'options supplémentaires payantes.

17h départ à pied pour le temple de Kom Ombo (la colline d'or) avant le coucher du soleil. Ce temple dédié au dieu-faucon Haroëris (Horus l'ancien) et au dieu crocodile Sobek est installé au bord du Nil, nous assistons au coucher du soleil pendant la visite.



Au repas du soir, Joël a droit à une douche gratuite à cause d'une fuite de la climatisation à travers le plafond du restaurant.

**7ème jour Assouan**

Dans la nuit le Princess Sarah a accosté à Assouan. Nous montons sur une felouque, bateau à voile local, pour une petite croisière autour de l'île Eléphantine, felouque menée de main de maître par le marin et son neveu de 11 ans. Notre guide Malak nous emmène ensuite au souk où nous faisons en particulier emplettes d'épices.



L'après-midi une vedette nous emmène au temple de Philae. L'ensemble du complexe situé entre l'ancien et le nouveau barrage d'Assouan a été déplacé sur une autre île pour qu'il ne soit plus sous l'eau. Il couvre différents monuments et temples des dernières dynasties jusqu'à l'époque romaine incluant un mammisi, petite chapelle qui servait aux représentations des mystères de la naissance divine.



CR L'EGYPTE (suite)

**8ème jour D'Assouan à Abu Simbel**

Au matin nous partons sur un bateau à moteur, remontée du Nil jusqu'à un village nubien Gharb Soheil initialement peuplé de personnes déplacées lors de la construction du grand barrage. Nous visitons une école maternelle très colorée,



puis nous installons dans une classe pour nous faire un cours sur les chiffres arabes, nubiens et les lettres arabes. Nous remontons une ruelle très embouteillée bordée de petits commerces touristiques et entrons dans une maison typique. Accueil avec thé à la menthe, pain, fromage, mēlasse... L'intérieur est très joli, tous les murs sont peints y compris à l'étage sur la terrasse aménagée avec vue sur le Nil et le village.



Retour rapide au bateau pour déjeuner, prendre des bagages allégés et départ en car pour Abu Simbel, 300 km à travers le désert. Dans le désert nous passons près de gigantesques aménagements agricoles réalisés par une société de l'armée, l'objectif est une culture massive du blé en utilisant l'irrigation par les eaux du lac Nasser au travers de canaux.

Arrivée à Abu Simbel dans un très bel hôtel au bord du lac Nasser avec piscines, et très fleuri. Après le coucher du soleil nous partons vers les temples pour assister au son et lumière. Intéressant mais un peu altéré par un vent glacial, des écouteurs au fonctionnement aléatoire et des hauts parleurs diffusant simultanément les commentaires en espagnol.



Dîner dans un restaurant nubien, avec des tajines très différents des tajines maghrébins.

**9ème jour D'Abu Simbel à Assouan**

Lever 5h pour départ 5h50 vers les temples, nous sommes les premiers visiteurs : excellente initiative de notre guide car une heure plus tard il y avait déjà foule. Superbe visite de ce site inoubliable, éclairé par le lever du soleil avec le grand temple de Ramsès II et le temple dédié à Néfertiti (mais avec quand même 4 statues de Ramsès II en façade...).



Petit déjeuner et temps libre à l'hôtel jusqu'à 10h puis le car nous remmène à Assouan au milieu d'une petite tempête de sable. Le Princess Sarah repart vers le nord après avoir embarqué d'autres groupes de touristes. Pendant l'arrêt de Kom Ombo, nous regardons un film sur les gigantesques travaux de déplacements des temples d'Abu Simbel avec l'aide de l'UNESCO.

**10ème jour Redescente du Nil**

Le matin, Malak nous organise une intéressante discussion sur la société égyptienne.

L'après-midi, la dizaine de bateaux qui se suivent arrive à la grande écluse d'Esna (à l'aller nous l'avions franchie de nuit).



Tout au long du parcours, de petites barques de vendeurs de souvenirs s'accrochent aux grands bateaux en s'amarant aux bouées de sauvetage pour commercer avec les touristes non sans risque : derrière nous un bateau similaire au nôtre s'est retrouvé complètement en travers sur le Nil après avoir voulu éviter une collision avec une de ces barques.



Nous arrivons en retard à Louxor, course pour rejoindre le car et atteindre le temple de Louxor avant la fermeture.



CR L'EGYPTE (suite et fin)



Visite nocturne de ce superbe temple dédié à Amon avec le début de l'allée des sphinx qui reliait au temple de Karnak à 3 km, la petite sœur de l'obélisque de la Concorde, son pylône et ses colonnades massives. Malak organise la visite pour qu'elle se termine pile au moment de l'extinction des lumières.

Dîner au retour, gâteau surprise pour Joël pour fêter son anniversaire, le gâteau est apporté par Malak et le personnel du restaurant accompagnés de chants et de tambourins.



11ème jour Retour au Caire

Lever 4h30 direction l'aéroport pour Le Caire. A l'arrivée au Caire un car très fatigué, envahi par les mouches et à l'embranchement proche d'un arrêt fatal et définitif, nous emmène au musée National de la Civilisation Égyptienne après avoir déposé dans un café ceux qui n'ont pas choisi l'option. Ce musée très récent est une merveille.



Nous visitons seuls le sous-sol où sont rassemblés dans l'ordre de succession 22 momies de pharaons dans un état de conservation étonnant. On reconnaît les blessures pour ceux qui sont morts au combat, les déformations dues aux maladies et même des « airs de famille » pour certaines dynasties. Puis Malak nous guide dans la visite du rez-de-chaussée sur une présentation synthétique de la civilisation égyptienne des périodes



préhistoriques jusqu'au XIXème siècle.

Avant de repartir nous jetons un œil sur le beau jardin-bassin associé au musée.

Bon déjeuner dans un restaurant sans alcool avec couverts en plastic au bord du Nil. Au sortir du restaurant un car tout neuf nous attend grâce à l'efficacité de notre guide.

En se déplaçant de quartier en quartier nous traversons la Cité des Morts : ensemble de cimetières habités par plus de 1,5 millions d'habitants.

Visite du vieux quartier du Caire, avec la belle mosquée Al Azar d'où partent les directives religieuses pour les musulmans égyptiens, nous nous promenons dans une partie sécurisée du souk avec ses rues plus ou moins étroites, plus ou moins couvertes, dans une belle cohue ; à chaque détour de rue de belles mosquées, des sabils -bâtiments offerts par de riches citoyens.



Malak nous invite à prendre le thé (ou le café) dans un établissement typique d'époque avec des gâteaux locaux (très bons) qu'il a achetés. La visite se termine près d'une mosquée fortifiée et à l'une des portes des fortifications.



Le car nous emmène vers un ultime repas dans un restaurant de poissons : des entrées, un plat principal très (trop) copieux incluant brochettes de poissons, grosses crevettes, petites crevette, oignons, pommes de terre en bâtonnets, coquillages, pieuvres...Le tout complété par un dessert.

Les bonnes choses ayant une fin, Malak nous emmène à l'aéroport.

12ème jour Paris

Décollage à 2 h du matin du groupe « des Merveilleux » et vol sans histoire terminant ce magnifique voyage qui nous laissera d'impressionnants souvenirs.

Daniel F.

*NOTA : A l'arrivée et pendant le voyage, les représentants de l'agence en Egypte ont apporté des équipements d'urgence et une valise à Eliane. D'autre part, l'entraide entre voyageurs de l'ATSR s'est efficacement manifestée, chacun apportant qui des éléments de toilettes, qui des vêtements, qui des tennis. Notre amie Eliane, par ma voix, tient à remercier tous ceux qui l'ont aidée aussi bien matériellement que moralement au cours de ce voyage.*

**CR SARDAIGNE du 19 mai au 02 juin (45 participants)**

Vendredi 19 mai, départ de Massy aux aurores pour un décollage de Roissy CDG à 7h00, direction l'aéroport d'Olbia, ville située sur la côte nord-est de la Sardaigne, où nous atterrissons après environ 2 heures de vol, avant d'arriver en fin de matinée après 40 km de bus, au «Club Lookea Sporting Sardinia», situé non loin de Budoni station balnéaire, et tout près de Porto Ottiolu petite ville côtière .



Après un enregistrement à l'accueil de l'hôtel, chacun s'est dirigé vers son bungalow, avec chambre spacieuse et confortable avec terrasse, avant d'aller déjeuner en « formule buffet » dans un vaste restaurant situé près

d'une des deux piscines du complexe avec à proximité bar et terrasse, ainsi qu'une petite boutique bien pratique pour dépanner.



Après ce premier repas, chacun choisit de se reposer ou d'aller découvrir les alentours, avec notamment à quelques centaines de mètres la plage du club, avec un peu plus loin un rivage partiellement jonché d'amoncellements compacts de posidonie, une plante maritime protégée en méditerranée car jouant un rôle fondamental pour le milieu marin du littoral.

Notre première excursion s'est déroulée le lendemain de notre arrivée samedi 20 mai, sous une météo plutôt humide, mais heureusement sans commune mesure avec les intempéries catastrophiques subies par la botte italienne juste en face.

Départ en bus de l'hôtel à la découverte des villages et des côtes de la Baronia, région caractérisée par des longs littoraux sablonneux, des récifs granitiques, de fraîches pinèdes et d'étangs riches par leur faune.

Arrivée à Posada, petite ville perchée sur un éperon calcaire isolé surplombant la plaine alluviale du Rio Posada. Après les commentaires de notre guide sur les fresques ornant le mur en bordure du parking, visite du centre historique en parcourant les petites rues et ruelles pentues, petite halte devant l'église



de S. Antonio Abate dominée par les ruines du Château de la fève, ancienne forteresse médiévale, avant de reprendre notre bus.

Continuation sous la pluie vers San Giovanni, petit village en bord de mer, avec sa petite église du même nom, sa tour côtière espagnole, et la jetée de son port décorée sur une bonne partie de sa longueur par des céramiques réalisées par les élèves des écoles de potiers céramistes de la région.



Direction Santa Lucia, petit village côtier édifié par des pêcheurs avec sa tour de défense, visite de son église face à la mer et après une petite halte au café du coin.

Reprise du bus avec sur le chemin du retour un arrêt dans un atelier familial de fabrication artisanale de poteries en céramique et spécialiste de l'artisanat



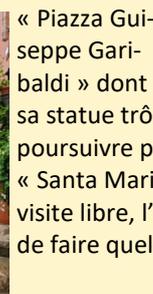
Sarde, où nous avons pu suivre toutes les étapes de la fabrication d'objets divers en céramique jusqu'à la phase finale d'obtention du produit.

Retour à l'hôtel en fin d'après-midi.

Dès le lendemain dimanche 21 juin nous partons pour notre seconde excursion vers La Maddalena et son archipel, référencé parc National italien, renommé pour sa beauté, celle de sa vieille ville, et aussi pour son école de la Marine Italienne.

Départ en bus, arrivée à Palau pour embarquer sur le ferry « Pace » pour 20 minutes de traversée vers La Maddalena, la plus grande île de l'archipel. Visite guidée et promenade dans la charmante localité qui porte le nom de l'île.

Déjeuner sur le port au restaurant « L'Aragosta », suivi d'une visite guidée du centre historique et de ses petites ruelles, où l'on prendra plusieurs photos du groupe, avant de passer par la



« Piazza Giuseppe Garibaldi » dont sa statue trône sur un banc, et de poursuivre par une visite de l'église « Santa Maria Maddalena ». Ensuite visite libre, l'occasion pour chacun de faire quelques achats et de pou-



CR SARDAIGNE (suite et fin)

voir déguster de succulentes glaces artisanales italiennes, dont la réputation n'est plus à faire. Après un passage à proximité de l'école de la marine italienne, bien que non prévu au programme, nous



continuons vers l'île de Caprera accessible par un pont la reliant à l'île de La Maddalena », pour un tour de l'île par une splendide route panoramique, sinuant parmi les chaos de roches granitiques.

Retour vers « La Maddalena » pour continuer le tour de l'île, avant de reprendre le ferry pour rejoindre Le Palu, ou pendant la traversée, on a

pu observer au loin le « Roccia dell'Orso » un rocher ressemblant à un ours, culminant au sommet du Cap du même nom. Retour à l'hôtel en fin d'après-midi.

- Notre troisième excursion nous permet d'effectuer un voyage au cœur de la Sardaigne « la Barbagia » la région la plus conservatrice et la plus authentique de l'île.

Arrivée à Nuoro, la capitale historique de cette région. La ville, siège administratif de la Province, est également importante pour avoir été le berceau de nombreuses et célèbres personnalités : politiciens, artistes, sculpteurs et écrivains.

À Nuoro, visite du musée Ethnographique de la vie et des traditions populaires sardes, le plus riche et le plus représentatif de la Sardaigne, construit en 1957, il est depuis 1976 le plus grand musée ethnographique de Sardaigne.

Après une révision thématique approfondie et un élargissement, le musée a été rouvert au public le 19 décembre 2015.

Il offre une représentation générale de la vie traditionnelle de l'île, du travail à la fête, en passant par les modes de vie, de s'habiller, d'alimentation, de religiosité et d'imaginaire populaire.



Poursuite en bus vers le mont Ortobene, un parc boisé et sauvage, Après une petite

ascension au milieu des chênes verts, enfin la récompense en arrivant au sommet avec une vue à 360° sur les montagnes et les villages perchés de la Barbagia, et dominant le tout, la majestueuse et imposante statue en



bronze du Christ Rédempteur, véritable œuvre d'art et symbole de la ville.

Continuation en bus vers le village d'Orgosolo, pays symbole de la Barbagia pour un déjeuner typique dans la ferme restaurant « Cara a Monte » située à l'extérieur du village, l'occasion de déguster les plats traditionnels des bergers dans un décor naturel de fête et d'hospitalité.



Après un bon repas, visite digestive du centre-ville avec ses fameuses peintures appelées « Murales », avec environ 400 fresques de style populaire décorant les murs des habitations, véritables messages forts de revendications, d'événements sociaux politiques, mais aussi messages plus doux dans le cadre de la vie quotidienne de cette petite communauté. Retour à notre hébergement en fin d'après-midi.



Dès le lendemain c'est le retour pour Paris pour le premier groupe qui ne restait qu'une semaine, malgré la pluie que nous avons eue les premiers jours, la chance a fait que celle-ci tombait souvent lorsque nous étions à l'abri.

Séjour agréable entre plage, piscine, balade et parties de pétanque acharnées avec un temps magnifique, sauf le dernier jour où un déluge s'est abattu sur l'hôtel pendant toute la journée, il était temps de rentrer en France, les auspices n'étaient plus favorables.

Bruno D.

**CR LES CINQUE TERRE du 28 mars au 1er avril (23 participants)**

*1er jour* : Arrivés à l'aéroport de Florence nous sommes accueillis par notre guide francophone qui nous accompagnera durant tout notre séjour.

Sur la route des Cinque Terre, nous faisons un arrêt à **Lucques**. Cette ville est réputée pour ses remparts qui entourent entièrement la ville. Nous visitons la vieille ville avec sa cathédrale, l'église de San Michele in Foro, la via Fillungo, la place de l'Anfiteatro.



Puis direction notre hôtel situé à Levanto et installation dans les chambres pour 4 nuits consécutives

**Quelques jours dans les Cinque Terre** suffisent à nous plonger dans un décor de carte postale. C'est découvrir **cinq petits villages italiens** : Riomaggiore, Manarola, Corniglia, Vernazza et Monterosso, accrochés à flanc de falaises faisant face à la mer méditerranée. Ils sont tous desservis par un train. Les Cinque Terre sont inscrites au patrimoine mondial de l'Unesco.

*2ème jour* : Bien que nous logions à Levanto, nous avons commencé notre visite des Cinque Terre par le village le plus proche de La Spezia : **Riomaggiore**.

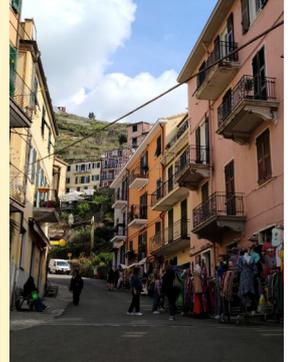
Le village est coupé-en deux : d'un côté la gare ferroviaire dans la partie récente, de l'autre, il faut emprunter un tunnel piéton pour rejoindre le centre historique. Les vieilles maisons aux couleurs vives de ce bourg médiéval fondé au XIII<sup>e</sup> siècle s'entassent dans l'étroit valon d'un torrent. Elles sont reliées par d'étroits escaliers.

Point commun à tous ces villages, on passe son temps à monter et descendre des escaliers.

De Riomaggiore nous prenons le train pour



**Manarola**, l'un des plus beaux villages des Cinque Terre Lorsque vous quittez la gare, c'est Manarola qui vous tend les bras ! Dès votre arrivée, vous plongerez immédiatement dans les ruelles colorées de ce petit village des Cinque Terre dont le relief est aussi escarpé que son voisin. **Manarola** est le plus petit des cinq villages. Il est aussi célèbre pour son **vignoble**.



Nous reprenons le train pour **Corniglia** : en arrivant il faut grimper **les 400 marches** pour accéder à l'entrée du village !



Pour les moins courageux, une navette vous montera au centre du village.

Le village a comme particularité être le seul village à ne pas avoir d'accès direct à



la mer, donc pas de port, ni de baignade mais il reste totalement charmant. Un pas après l'autre, nous découvrons les petites ruelles pittoresques, de jolies places bordées de terrasses fleuries. Corniglia semble veiller sur la mer.

Nous rejoignons Vernazza toujours par le train. Petit village de pêcheurs **Vernazza** est probablement le plus pittoresque des Cinque Terre avec sa grande place entourée de maisons magnifiquement colorées et son port rempli de bateaux en tout genre. Délaissons la rue principale trop bondée de touristes et égarons nous dans les ruelles adjacentes pour rejoindre les vignobles. Nous pouvons admirer le travail des paysans qui ont su modeler les pentes raides en construisant des terrasses où poussent vignes, oliviers, potagers et jardins.



CR LES CINQUE TERRE (suite et fin)

3ème jour : Toujours par le train nous rejoignons le plus grand des cinq villages **Monterosso**. Si la cote rocheuse et dangereuse des autres villages ne permettrait pas d'avoir une plage, Monterosso a de magnifiques plages de sable fin. Juchée sur la colline de San Cristoforo, la tour Aurora sépare l'ancien hameau médiéval de la nouvelle partie du village qui s'est développée le long de la plage de Fegina.



4ème jour : Certains du groupe, les plus courageux, décident de faire le sentier de randonnée (de 4km) reliant Corniglia à Vernazza. Ce sentier offre des vues spectaculaires sur Corniglia et Vernazza. On passe par des oliveraies, des vignobles et le maquis méditerranéen. Il existe un point de vue panoramique sur le fameux village et sa tour médiévale depuis le sentier proche de Vernazza.



Nous embarquons pour nous rendre à **Portovenere**. C'est un petit port plein de charme située au sud des Cinque Terre. Ce village de marins, bourg fortifié au XIIe siècle pour défendre la République de Gênes, est classé au Patrimoine de l'humanité par l'UNESCO. Il se termine sur une vaste pointe rocheuse, l'Arpaia, surmontée d'un petit fort et de l'église Saint-Pierre, au-dessus de la grotte Byron aux roches noires et feuilletées, battues par les flots.



Le retour à Levanto se fait par bateau au coucher du soleil, à l'heure où les couleurs des villages sont les plus belles.



Les marcheurs et les non marcheurs se sont ensuite retrouvés à Vernazza pour le déjeuner.

L'après-midi, pour rejoindre Monterosso depuis Vernazza, les courageux choisissent d'aller à pied par le sentier qui rejoint les deux villages, mais malheureusement la pluie les a accompagnés tout le long du parcours.

5ème jour : Nous quittons la cote de Cinque Terre, direction **Carrara** pour découvrir, grâce à une visite guidée, les impressionnantes carrières de marbre universellement connu comme l'un des marbres les plus précieux au monde.



Nous continuons notre trajet vers **Pise** pour découvrir les principaux monuments (la **Tour de Pise**, le **Duomo** et le **baptistère**) tous regroupés autour de la place des Miracles.



En fin d'après-midi transfert vers l'aéroport de Florence pour Paris.

Françoise G.



# Quelques randonnées 2023



Rochefort  
09 mars 2023



Jouy en Josas  
16 février 2023



Méridon - 11 mai 2023



Rochefort 2023



Chalo St Mars - 8 juin 2023



Etang de la Tour 2023



Bourdan - 12 octobre 2023



Trézastel sept 2023