

Septembre 2016

Numéro 08

ATSCAF INFO CALVADOS

DATES A RETENIR

- **Vendredi 9 septembre** : reprise des entrainements de tennis
- **Lundi 12 septembre** : reprise de la marche nordique
- **Mardi 13 septembre** : reprise de la gym
- **Mercredi 14 septembre** : reprise des cours d'anglais
- **Jeudi 15 septembre** : reprise des cours de yoga
- **28 et 29 septembre** : reprise des cours d'espagnol
- **Samedi 15 octobre** : une date à retenir car c'est celle du petit bal de l'ATSCAF (des informations dans ce bulletin).
- **18 au 30 octobre** : Salon Régional des artistes de l'Atscaf dans la salle du Sépulcre à Caen. (**Date limite d'inscription le 12 septembre**).
- **21 novembre au 2 décembre (ou 5 décembre)** : voyage en Birmanie.
- **Vendredi 18 novembre** : Soirée Vidéo de l'Atscaf (nouvelle date et lieu à confirmer).
- **9 avril 2017** : 29^{ème} édition de la Randonnée de la Côte Fleurie. (sous réserve de l'obtention des autorisations administratives)

A l'Atscaf aussi c'est la rentrée...

Pour les petits, c'est la rentrée des classes, pour beaucoup d'entre vous c'est la reprise du travail mais pour l'Atscaf c'est aussi le moment de présenter les différentes activités qu'elle offre à ses adhérents puisque l'année atscafienne débute le 1^{er} septembre de chaque année.

Le moment est donc venu de vous acquitter de la **cotisation annuelle d'adhésion** dont les tarifs sont inchangés par rapport à l'an dernier et que nous vous rappelons pour mémoire :

- Fonctionnaire actif ou retraité : 24 €
- Membre bienfaiteur : 29 €
- Conjoint de l'une ou l'autre catégorie : 16 €
- Enfant à charge pratiquant une activité Atscaf : 16 €.

Vous pouvez d'ores et déjà en effectuer le règlement auprès de notre secrétaire, Nathalie, par chèque libellé au nom de l'Atscaf. Merci d'avance pour votre fidélité et bienvenue aux nouveaux adhérents.

Nous vous rappelons que notre association vous offre différentes prestations dans les domaines du **tourisme**, des **sports** et de la **culture** ainsi que différents services et tarifs réduits pour vos loisirs de la vie quotidienne mais votre adhésion vous permet en outre de bénéficier, surtout dans le domaine du tourisme, de propositions intéressantes émanant de notre Fédération. Nous vous espérons donc très nombreux au cours de cette nouvelle saison.

Yvonne Génin



Direction départementale des finances publiques du Calvados
7, Boulevard Bertrand 14034 Caen Cedex.

Téléphone : 02 31 39 74 55 ; Téléphone/Répondeur: 02 31 85 32 82 – courriel : atscafcalvados@orange.fr

Site internet : <http://www.atscaf.fr> puis un clic sur le département de votre choix

Randonnées pédestres : du nouveau !

En effet nous avons le plaisir de vous annoncer la



création d'une nouvelle animation :

« PETITES RANDONNEES » :

pas plus de 6 kms en 2H voire plus si besoin, cool !.....

Vous nous avez abandonné parce que la distance était trop longue, le rythme trop soutenu. Vous ne savez pas si vous êtes capable de faire les grandes randonnées (10 à 12 kms), venez faire un petit bout de chemin avec nous.

Je vous propose cette nouvelle activité chaque vendredi (sauf imprévu)

Rendez-vous au parking de la colline aux oiseaux à 14H15 pour un départ groupé, à pieds ou en voiture. Autour de CAEN et dans CAEN plusieurs randonnées sont déjà organisées, de 5 à 6 Kms . (voir « 30 Promenades CAEN la mer ») Venez passer un moment agréable sans compétition, à votre vitesse.

Le 1^{er} RDV a eu lieu le Vendredi 2 Septembre 2016 à 14H15

Amicalement
Claude

Mais bien sûr le programme des grands marcheurs est maintenu. Voici le calendrier des sorties de septembre :

Jeudi 8 septembre: 14H Hamars 12km

Organisatrices : Christiane Lejeune- Mauricette Duverlie 06 04 42 69 19- Marlène Duval 06 15 48 38 52

Particularités : parcours vallonné, assez difficile.

Bonnes petites montées. Il se fait essentiellement en sous-bois

Passages principaux : Mont d'Ancre, bois de Vingt Bec

Rendez-vous : 13h45 Parking de l'église de Hamars : passer devant l'église, au carrefour parking en face à gauche.

Prendre la D36, direction Avenay puis Ste Honorine du Fay , Préaux Bocage, La Caine , Hamars.

Jeudi 15 septembre: 10 H 15 St Come du Mont « Circuit sur les chasses des Unelles 16 kms.

Sortie à la journée (pique-nique dans le sac à dos)

Organisatrices : Liliane Bauruelle 06 43 86 52 35 - Mauricette Duverlie 06 04 42 69 19

Edith Patry-Leclair 06 19 70 58 01

Particularités : Aucune difficulté

Passages principaux : Marais – église de Neuville au Plain (site historique) – haras – manoirs

Rendez-vous : 8 H 45, parking Intermarché de Louvigny (au fond du parking) pour covoiturage ou 10 H maison du Parc des marais à St Come du Mont

Autres infos : prendre la N 13 direction Cherbourg, sortie : St Come du Mont – Ste Marie du Mont – Utah Beach, puis suivre les panneaux maison du Parc (panneaux marron)

Jeudi 22 septembre : 14 H Hermanville sur Mer 11 km environ

Organisatrices : Viviane Daigremont 06 60 28 64 09 et Marylène Bottet 06 67 07 47 08

Passages principaux : Bois du caprice

Particularités : Aucune difficulté à travers bois et chemins

Rendez-vous : 13 H 45 Hermanville sur Mer parking derrière la poste rue Casimir Hébert et rue Verte (si manque de places, c'est possible aussi devant l'église qui est proche)

Jeudi 29 septembre : 14 H Sallenelles 8 km environ

Organisatrices : Christiane Desdevises 06 35 90 80 45 ou 02 31 95 44 25

et Marinette Bailluet 06 80 70 23 71.

Particularités : Aucune difficulté

Rendez-vous : 13 H 45 Sallenelles Parking de la maison de la nature

Marche nordique

Programmée au cours de la dernière saison à titre expérimental cette activité a déjà fait quelque adeptes et nous pouvons même dire « mor dus ». Elle vous est donc à nouveau proposée à la rentrée toujours sous la conduite de notre fidèle Claudia à qui nous laissons la parole :



« Laissez vous tenter par cette activité physique de plein air !

Alliant, simplicité, découverte, convivialité et plaisir, la marche nordique permet d'entretenir voire de développer ses qualités physiques.

Son principe est simple : la présence des bâtons va accentuer le mouvement naturel des bras et permettre ainsi, tout en allégeant le bas du corps, de propulser celui-ci vers l'avant et ainsi tout le corps travaille. Le rythme de la marche est plus soutenu et donc la dépense énergétique plus importante sans pour autant générer plus de fatigue ».

Les séances durent 1h30 et cette année nous alternerons les séances du lundi, à 16h30 et celles du samedi à 11h. Elles ont lieu sur terrain varié. Les rendez-vous peuvent donc être amenés à changer, mais un planning prévisionnel est toujours adressé en temps voulu aux pratiquants.

Ce cours s'adresse à tout public recherchant une activité physique de loisirs.

La participation qui vous est demandée pour cette pratique s'élève à :

- 95 € pour les personnes ayant opté pour les lundis (de 2 à trois séances par mois)
- 45 € pour les personnes ayant opté pour les samedis (un samedi par mois sauf exception)
- Et enfin 110 € pour les personnes pratiquant les lundis et samedis.

A noter que si pour une raison donnée les personnes inscrites les lundis ou les samedis ne pouvaient exceptionnellement être présentes lors de leur jour de prédilection, il leur sera toujours possible de participer en remplacement à la marche du samedi (ou lundi) suivant.

Par ailleurs l'horaire des lundis pourrait être reporté à 17h si un nombre majoritaire de pratiquants réels (ou potentiels) le souhaitaient. N'hésitez pas à faire part de vos desiderata auprès de Nathalie au secrétariat

Le premier rendez-vous est fixé à 16h30 le prochain lundi soit **le 12 septembre** à la Prairie, au parking du cours Koenig. Venez nombreux ne serait-ce que pour faire une séance d'essai (même si souvent « l'essayer c'est l'adopter » !...)

La gym, du nouveau.

En effet comme annoncé dans Atscaf info de juillet /août nous disposons maintenant d'un créneau horaire de 2 heures qui nous permet de diversifier quelque peu notre activité dans ce domaine. Les 2 tranches horaires vous offrent la possibilité de pratiquer, d'une part, une gym d'entretien au cours de la première heure et d'autre part, une nouvelle technique : le stretching postural, au cours de la seconde heure.

Vous pouvez enchaîner ces deux pratiques ou vous limiter à l'une d'entre elles.

Pour vous aider à faire votre choix voici quelques caractéristiques propres à chacune d'entre elles :

LA BODY GYM (ACTIVITE PHYSIQUE D'ENTRETIEN) se pratiquera de 18 à 19 h. Elle s'adresse aux personnes qui recherchent une pratique d'entretien de leur condition physique et de renforcement de leur capital santé le tout dans une ambiance alliant bien être et convivialité.

Chaque séance sera l'occasion de mobiliser et de renforcer les chaînes musculaires au travers d'exercices variés inspirés de différentes techniques (stretching, pilates, ballon suisse, musculation, fitness, relaxation, etc.), tout en respectant la condition physique de chaque personne.

LE STRETCHING POSTURAL. Cette technique sera mise en œuvre à la suite de la précédente, de 19 à 20 h.

C'est une méthode globale et dynamique créée par Jean Pierre MOREAU (kinésithérapeute à l'INSEP), Elle agit plus particulièrement sur la musculature posturale profonde. Dans une séance vous alternerez postures d'auto-étirements très toniques suivis de postures de relâchement. Gym anti stress elle est adaptable à tous et chacun peut progresser à son rythme.

En revanche aucun changement quant au lieu et au jour de pratique : c'est toujours tous les mardis au gymnase de la Grâce de Dieu, avenue Charles de Foucault, à Caen (1). Les premières séances auront lieu le 13 septembre prochain.

Merci de vous inscrire au moyen du bulletin ci-dessous qui précisera vos choix : l'une des deux séances ou les deux. Votre participation aux frais de rémunération de Claudia, notre fidèle monitrice (nous la connaissons depuis plus de 20 ans !...) est fixée comme suit :

- pratique de l'une des séances : 75 €.
- pratique des deux séances : 120 €.

Inscription aux cours de gym

A renvoyer le plus tôt possible au secrétariat de l'ATSCAF DDFIP 7 Boulevard Bertrand 14034 Caen Cedex ou à

Yvonne Génin 16 rue des jardins 14790 Fontaine Etoupefour

M / Mme :

Adresse administrative :

ou personnelle :

Téléphone : Courriel :

S'inscrit (1): à la séance de 18 à 19 h ; à la séance de 19 à 20 h ; aux 2 séances.

Ci-joint un chèque de libellé à l'ordre de **l'Atscaf Gymnastique** et un chèque de pour l'adhésion à l'Atscaf, à l'ordre de **l'Atscaf**
(1) rayer les mentions inutiles

Si vous le souhaitez vous pouvez aussi prendre vos inscriptions sur place. A noter qu'une séance d'essai gratuite est offerte aux personnes intéressées.

Alors rendez-vous le mardi **13 septembre** prochain pour la première séance de l'année.

(1) Entrée face au rond point de l'intersection de la rue Armand Marie et de l'avenue Charles de Foucault. La salle de gymnastique se trouve au 2^{ème} étage du gymnase et l'entrée est située dans la cour, côté terrain des sports.

Yvonne Génin (Tel 02 31 26 73 38)

Tennis



La section TENNIS reprend ses activités et les premiers entraînements débutent le vendredi 9 septembre prochain.

Cette année encore, 2 créneaux sont disponibles au gymnase ALBERT 1er (près de la clinique du PARC sur la rive droite).

- le mardi de 21 H à 22H30 (entraînement loisir).

- le vendredi de 18 H à 19H30 (entraînement compétition).

Pour l'entraînement loisir, les personnes désireuses de jouer entre elles (agents financiers ou non) peuvent me contacter, le meilleur accueil leur sera réservé. Seule obligation: adhérer à l'ATSCAF et verser une cotisation de 16 € à la section.

A noter que notre section recherche des joueurs financiers, pour renforcer ses équipes Hommes et Femmes engagées en championnat interentreprises et Coupe Nationale Interfinances.

N'hésitez pas à contacter :

Gisèle LARSONNEUR : gisele.larsonneur@dgfip.finances.gouv.fr 06.89.32.76.25 pour le tennis corpo femmes.

Christophe LESUEUR : christophe.lesueur@dgfip.finances.gouv.fr 02.31.43.14.69 pour le tennis corpo hommes.

Patrice REGEREAU 06.58.01.85.54

Tennis de Table

Envie de vous détendre en échangeant quelques balles ?

Nous vous rappelons que pour la pratique de cette activité la ville de Caen met à notre disposition ses équipements du gymnase de la Haie Vigné, rue de Bayeux, à Caen, tous les mardis soirs à partir de 20 h.

Alors quel que soit votre niveau venez manier la raquette, dans une ambiance conviviale. Seule condition : être adhérent de l'Atscaf.

Pour tous renseignements, vous pouvez contacter Christian Ruffié
christian.ruffie@dgfip.finances.gouv.fr ou 02.31.38.34.76



Course à pied : quelques résultats récents de nos coureurs

Au trail d'Omaha Beach, sur 7 kms, Stéphane Gastebois s'illustre en terminant 17^{ème} et 1^{er} V2 en 41 mn, suivi de Serge Froidure, 32^{ème} et 3^{ème} V2 en 44 mn et de Charles Hoarau, 48^{ème} sur 200 coureurs en 48 mn.

Sur le 14kms, Véronique Deslandes termine 203^{ème} et 6^{ème} V2 en 1h32mn, sur 320 coureurs.

Aux 15 kms des Foulées du Layon, Véronique termine 3^{ème} V2.

Bravo à tous !

Serge FROIDURE

Yoga

C'est avec plaisir que nous retrouverons également Véronique qui, pour la 3^{ème} année consécutive, animera les séances de yoga, toujours dans la même ambiance sereine et conviviale.

Les deux sessions continuent de se dérouler tous les jeudis au lieu de rendez-vous habituel, le gymnase de la Haie Vigné, rue de Bayeux à Caen.

les horaires sont inchangés par rapport à la saison dernière : pour faciliter le passage de relais entre les 2 séances, la première d'entre elles débute à 16h45 et s'achève à 17h45 et la seconde séance commence à 18 h pour se terminer à 19 h.

A noter que le deuxième créneau horaire est très fréquenté et dans la mesure de vos possibilités il vous est conseillé de vous inscrire au premier. Toutefois un glissement d'une séance à l'autre est toujours ponctuellement possible en cas de problème pour participer à la séance pour laquelle on s'est inscrit en début d'année.

Pour info, le prix pour la saison reste également inchangé : 85 euros, à payer par chèque, libellé à l'ordre de « Atscaf Yoga » (montant auquel il convient bien sûr d'ajouter la cotisation Atscaf). Comme pour le gym une séance d'essai gratuite est offerte aux personnes souhaitant découvrir l'activité et nous vous attendons donc nombreux pour notre premier rendez-vous, **le jeudi 15 septembre** prochain.



Les inscriptions seront prises sur place ou au Secrétariat de l'Atscaf, DDFIP, 7, Boulevard Bertrand - 14034 Caen Cedex (Tel 02 31 39 74 55 ou mail atscafcalvados@orange.fr).

CULTURE ET LOISIRS

Salon Régional des artistes (nouvelle date, rappel)

Il se déroulera du **18 au 30 octobre 2016** dans la salle de la Collégiale du Sépulcre à Caen.

Le thème retenu cette année est : **les quatre éléments**

L'invité d'honneur est Jean Claude Rondeau, peintre régional reconnu.

Vous trouverez, dans le règlement, en votre possession tous les renseignements concernant cette manifestation où nous espérons retrouver nombreux les artistes atscafiens qui s'adonnent soit à la peinture, soit à la sculpture, à la photographie ou encore à cet art très particulier de la broderie ou de la dentelle.

Les cours d'anglais



Le Brexit n'aura au moins aucune incidence au sein des activités de l'Atscaf puisque les cours d'anglais, dispensés par Lionel dans une ambiance toujours très détendue, reprendront le **14 septembre**. Vous qui cherchez à vous familiariser avec la langue de Shakespeare, venez donc rejoindre notre petit groupe : Lionel s'efforcera avec patience à vous décomplexer pour que vous puissiez vous exprimer un peu plus « fluently » dans la langue de nos voisins d'outre Manche.

Rien de changé par rapport à l'an dernier quant au lieu et à l'horaire. Nous vous donnons donc rendez-vous tous les **mercredis** (hors vacances scolaires) **de 18 h à 19 h 30** dans une salle mise gracieusement à la disposition de l'Atscaf par la ville de Caen au **102 bis avenue Henry Chéron** (ce bâtiment est l'ancienne mairie de la « commune » de Venois). On peut y accéder par bus de la ville (descendre à l'arrêt Eglise de Venois). N'hésitez pas à venir à ce premier rendez-vous : une séance d'essai vous est offerte.

Alors « so you soon » !

Les cours d'espagnol



Les cours d'espagnol reprennent également de nouveau cette année, sous la houlette sympathique de Jacqueline GOURSAT.

Comme l'année précédente 2 cours sont organisés:

- le 1^{er}, le mercredi, s'adresse aux personnes ayant déjà un minimum de bases (petit niveau Bac).
- le second, le jeudi, s'adresse aux débutants.

Ces deux cours auront lieu dans la salle 106 des locaux de la Direction des Finances Publiques, 7 boulevard Bertrand, à Caen(1) de 17h45 à 19h15.

Ils débiteront :

- **pour les non débutants le mercredi 28 septembre.**
- **pour les débutants le jeudi 29 septembre.**

A noter d'ailleurs que ces cours peuvent aussi intéresser des enfants d'adhérents encore scolarisés et souhaitant avoir un soutien dans la pratique de la langue.

Le coût est fixé à 40 € pour l'année (coût auquel il faut bien sûr ajouter celui de l'adhésion à l'Atscaf, réduit à 16 € pour les enfants mineurs d'adhérents).

Les inscriptions seront prises sur place lors de la première « leçon » ou auprès de notre secrétariat au moyen du bulletin ci-dessous.

(1) L'accueil se fait par la porte de l'entrée du personnel, située sur le côté gauche du bâtiment principal.

Inscription au Cours d'espagnol

A renvoyer le plus tôt possible au secrétariat de l'ATSCAF

M / Mme :

Adresse administrative :

ou personnelle :

N° de téléphone :

Courriel :

Niveau des connaissances en espagnol :

Jeux de société

Marguerite Voisin qui anime cette section depuis la saison passée vous attend à nouveau tous les **lundis** après midi **entre 14 et 17 heures** pour des séances récréatives de divers jeux de cartes (belote, tarots, bridge, scrabble etc...).

La ville de Caen met en effet de nouveau à notre disposition un local pour l'exercice de cette activité, local situé 4 rue St Ouen, à Caen (à l'intersection de cette rue et de la rue Caponière).

Venez nombreux le meilleur accueil vous sera réservé par Marguerite.



Le Petit Bal

Nous vous attendons nombreux pour fêter le renouveau du « **PETIT BAL DE L'ATSCAF** » qui se déroulera **le samedi 15 octobre 2016, à 20 heures** à la salle des fêtes - place Francis Bernard à **Epron**.

(2^{èmes} feux à gauche après « Jardiland »).

La soirée dansante qui suivra le repas sera animée par **Nathaly Music** et au cours de la soirée une tombola sera organisée avec comme lot principal un séjour pour 2 personnes dans le centre Atscaf de Seignosse dans les Landes.

(La composition du menu du repas vous sera communiquée dans Atscaf info d'octobre)

Cette année pas de déguisement prévu. En revanche, pour donner un peu de fantaisie et ajouter à la bonne humeur ambiante, vous pouvez à loisir vous coiffer d'un chapeau, bibi, béret, képi, panama etc... Place à votre imagination. Mais ce n'est là qu'une suggestion pas une obligation !...

Attention ne tardez pas à vous inscrire : le nombre de places est limité à 70 !



Inscription à la Soirée ATSCAF du 15 octobre 2016

Coupon à renvoyer au secrétariat de l'ATSCAF.
DDFIP 7, Boulevard Bertrand 14034 Caen Cedex

Madame, Monsieur, Mademoiselle :

Nombre de participants (s) : soit 36 € X =€

Souhaite(nt) être à la table de :

Etablir le chèque à l'ordre de « Atscaf »

(Aucune annulation ne sera acceptée après le 6 octobre.)

TOURISME ET VOYAGES

L'année 2017 vous fera encore découvrir de belles destinations dont la première, vous est proposée par Janine Colombo. Janine vous a concocté un très beau programme à destination du Pérou, programme qu'elle vous a résumé ci-dessous :

**Voyage au Pérou en Mai 2017.
15 jours/ 13 nuits**

Jour 1 Paris Lima

Jour 2 Lima : installation pour 2 nuits -visite de la ville du Parc de l'Amour au Centre historique -Plaza St Martin, Cathédrale, couvent San Francisco, musée anthropologique et archéologique.

Jour 3 -transfert à l'aéroport destination Arequipa -visite du Couvent Santa Catalina

Jour 4 : matin accès au « Mirador El Carmen », visite de la ville, la Plaza de Armas, l'église jésuite de la Compania de Jésus, la Chapelle San Ignacio et le marché San Camilo (Patrimoine mondial de l'Humanité) puis cours de cuisine et préparation de notre déjeuner. Après-midi libre pour une découverte personnelle de la Ville (possibilité de découvrir le Musée Santuario Andino et sa célèbre momie Juanita (18 usd par pers.) Dîner- spectacle de danses locales.

Jour 5 : départ en bus pour le Canyon Colca (3680 m de hauteur) nombreux arrêts photos. Installation dans un hôtel dans le Canyon ayant ses propres bains thermaux, au bord de la rivière Colca et dans un cadre magnifique.

Jour 6 : Vallée de la Colca en direction de la Croix du Condor, arrêt, observation des condors qui remontent du fond du Canyon. Pic nique et départ pour Puno.

Jour 7 : le lac Titicaca - navigation et visite des îles Uros et Amantani.

Jour 8 : Départ en Bus vers Cusco. Arrêt à la Raya 4320 m puis Raqchi. Accueil par la communauté de Raqchi- dîner et logement dans la communauté (logement propre et très simple).



Jour 9 : direction Cusco – arrêt à Andahuaylillas et son église « la chapelle sixtine des Andes ». Arrivée à Cusco. Départ à pied pour une visite de plusieurs sites -le Koricancha (site inca) la Cathédrale, l'Iglesia del Triunfo, l'Iglesia de Jesus y Maria, la fameuse pierre à 12 angles...

Jour 10 : découverte de la Vallée Sacrée berceau de l'Empire inca. Arrêt dans un centre d'élevage et de protection des camélidés andins, continuation vers Pisac et visite du site inca le plus important de la vallée sacrée et temps libre sur le marché quotidien. Déjeuner au sein de la communauté pour une spécialité péruvienne « la Pachamanca ». Au retour à Cusco, dîner spectacle de danses andines.

Jour 11 : visite des ruines incas environnantes Tambomachay, Puka Pukara, Q'enqo, Sacsayhuaman dominant Cusco, descente à pied vers Cusco. Après-midi promenade dans Cusco le marché coloré, le quartier de San Blas. Dîner de spécialités péruviennes accompagné de chants lyriques.

Jour 12 : Route vers Chinchero pour assister au marché dominical (village réputé dans le domaine du tissage) puis vers les Salines de Maras. Marche depuis les Salines- niveau facile durée 1 heure. Route vers Ollantaytambo, visite de la forteresse, transfert vers la Gare, arrivée à Aguas Calientes au pied du Machu Pichu.

Jour 13 : 5 h30 montée vers le Machu Pichu en navette jusqu'à l'entrée du site. Accès au site à pied visite guidée par un expert du site. Pour les plus courageux, montée vers la porte du soleil pour une vue globale du site- marche niveau moyen 1 h. aller. Pour les autres, temps libre pour les photos.

Retour à Aguas Calientes, déjeuner et retour par le train pour Ollantaytambo puis transfert en bus à Cusco.

Jour 14 : Transfert à l'aéroport pour LIMA. Déjeuner au restaurant du Musée Larco Herrera, visite privée de la collection du Musée puis transfert vers l'aéroport. Envol pour Paris.

Prix : 3458 euros.

Ce prix inclut le transfert en bus –de Caen vers Roissy- aller retour ainsi que toutes les entrées des visites proposées. Seule la visite du musée Sanctuario Andino à Arequipa est en option.

Le nombre de participants est limité à 25. Une gratuité est accordée pour 20 payants. Si cette condition est remplie, la gratuité pourra couvrir les pourboires (6usd par jour et par personne pour le guide et le conducteur) et peut-être aussi les boissons de base -eau coca bière (nous attendons les tarifs).

L'assurance annulation-bagages s'élève à 105 euros sauf si vous réglez l'intégralité du voyage en carte bancaire et si celle-ci comprend l'assurance annulation et bagages. Il convient de vous en assurer auprès de votre banque (propre en général aux cartes visa premier ou gold).

Extension Paracas Nazca

Après la visite du Musée Larco Herrera départ en bus par la Panaméricaine en direction de Paracas. Installation à l'hôtel pour 2 nuits au bord du Pacifique « hôtel San Augustin Resort *** sup (ou similaire).

Jour 15 : décollage depuis l'aéroport de Pisco pour 2 heures environ de vol dont le survol des lignes de Nazca- Après le déjeuner visite d'un vignoble, dégustation du pisco, boisson nationale.

Jour 16 : excursion aux Îles Ballestas où cohabitent de nombreux oiseaux marins et otaries.

Retour vers Lima. Temps libre à Lima et transfert à l'aéroport, envol vers Paris.

Prix de cette extension : minimum 10 participants : 685 euros comprenant le survol de toutes les lignes de Nazca par la compagnie Aerodiana- avion 12 places- (le coût du survol compris dans les 685 euros est de 235 euros).

Supplément chambre individuelle + 110 euros.

Le survol des lignes de Nazca et la sortie en bateau sont soumises aux conditions climatiques.

Pour plus de renseignements et inscriptions contacter rapidement Janine COLOMBO au 02 31 92 64 93.

(A noter que suite à la première information sur ce voyage, parue en mai, 10 personnes se sont déjà inscrites et 6 se sont pré-inscrites en attendant le programme définitif).

Septembre 2017 : à la découverte des pays Baltes

Autre projet : à ceux d'entre vous qui ne pourront, pour diverses raisons, partir vers cette belle destination du Pérou, nous proposons des horizons moins lointains mais également non dénués d'intérêt. **Du 7 au 14 septembre 2017** vous pourrez en effet partir à la découverte de **la Lituanie, la Lettonie** et de **L'Estonie**, ces trois pays Baltes accrochés à la mer Baltique, au nord est de l'Europe et qui possèdent chacune une capitale riche tant sur le plan historique que culturel. Membres de l'Union européenne ils sont aujourd'hui entrés de plein pied dans le XXIème siècle et vous y découvrirez une nature protégée et d'agréables villes et ports de pêche.



Cette découverte vous est proposée sous forme de circuit, suivant le programme ci- après :

Jour 1 : Caen/ Vilnius (Lituanie)

Départ de Caen pour rejoindre un aéroport parisien et envol vers la capitale de la Lituanie. Installation à l'hôtel. Diner et nuit.

Jour 2 : Vilnius /Trakai / Vilnius :

Visite guidée de Vilnius capitale baroque de l'Europe de l'Est. Visite de la vieille ville : palais épiscopal, université, monastère des Bernardins, église Ste Anne et de la cathédrale qui sépare la vieille ville de la nouvelle ville.

Après le déjeuner, départ pour Trakai, ancienne capitale, célèbre surtout pour son château gothique de briques rouges que nous visiterons. Les habitants de cette ville, originaires d'une secte juive de Turquie, ont préservé leur langue d'origine, leurs coutumes et leurs maisons de bois.

Retour à Vilnius. Diner et nuit à l'hôtel.

Jour 3 : Vilnius/Colline des Croix/Rundale/Riga :

Départ le matin pour la Colline des Croix, lieu sacré pour les pèlerins catholiques depuis le XIXème siècle et célèbre pour ses milliers de croix.

Après le déjeuner continuation vers Rundale, petite ville qui possède le plus beau des châteaux baroque de la Lettonie. (oui nous sommes déjà en Lettonie...) Visite guidée de ce château puis départ pour Riga, la capitale.

Installation à l'hôtel. Diner et nuit

Jour 4 : Riga(Lettonie)

Après le petit déjeuner visite guidée de Riga, capitale de la Lettonie, ville cosmopolite aux superbes édifices. Découverte de la vieille ville qui compte 150 monuments historiques, dispersés dans un dédale de rues inchangées depuis le XIIIème siècle

Après le déjeuner départ l'après midi pour la visite très spectaculaire du quartier Art Nouveau qui contribue également à la renommée de la ville.

Retour à l'hôtel pour le diner et la nuit.

Jour 5 : Riga/Jurmala/Riga :

Après le petit déjeuner visite guidée de Jurmla, la plus grande station balnéaire et thermale des Pays Baltes. Environ 564 bâtiments de la ville sont considérés monuments architecturaux.

Retour à Riga pour le déjeuner et visite d'un musée ethnographique, situé à 5 km de Riga. C'est un des plus anciens musées d'Europe en plein air. Dans une forêt de sapins sur les rives du lac Jugla il rassemble environ 90 bâtiments ruraux traditionnels datant du XVIIème siècle.

Diner et nuit à l'hôtel.

Jour 6 : Riga/Sigulda/Tallinn (Estonie)

Petit déjeuner puis départ pour Sigulda, ville pittoresque au cœur de la vallée du parc national de Gauja, le plus grand parc de Lettonie. Visite guidée du château de Turalda, construit en 1214.

Départ pur Tallinn, capitale de l'Estonie.

Installation, diner et nuit à l'hôtel.

Jour 7 : Tallinn

Visite guidée de la capitale estonienne, fondée en 1219 par des envahisseurs danois et située face au golfe de Finlande. Promenade dans la vieille ville, pour la découverte de ses fortifications, ses ruelles pavées et pentues, ses nombreuses églises et ses belles demeures. Découverte extérieure du château de Toompea et de l'imposante cathédrale orthodoxe Alexandre Nevski.

Après le déjeuner à 5 km de Tallinn, visite guidée du palais baroque de Kadriog, entouré d'un somptueux parc où il fait bon se promener dans les sentiers ombragés.

Diner et nuit à l'hôtel.

Jour 8 : Tallinn/Paris/Caen

Après le petit déjeuner, transfert à l'aéroport pour le retour en France.



Vilnius

Ce beau programme de découverte vous est proposé pour le prix de 1380 € sur la base de 21 à 29 personnes (1350 € si nous atteignons le seuil de 30 personnes).

Ce prix inclut :

- l'acheminement a/r de/ vers l'aéroport parisien
- le transport aérien Paris/Vilnius et Tallinn /Paris
- les taxes aériennes : 175 € à ce jour
- les transports aéroport /hôtel/aéroport
- le logement en hôtel 3*normes locales, base chambre double ou twin avec petit déjeuner buffet
- la pension complète du dîner du jour 1 au petit déjeuner du jour 8 (déjeuners composés de 2 plats et dîners composés de 3 plats ou buffet)
- les visites et excursions prévues au programme avec guide parlant français
- le guide accompagnateur francophone du 1^{er} au dernier jour
- les transports terrestres en autocar de tourisme avec air conditionné
- l'assurance rapatriement de base.

En revanche ne sont pas compris :

- les boissons et pourboires
- les assurances bagages et annulation : 50 € par personne (vous pouvez vous dispenser de prendre cette assurance en payant par carte bancaire visa 1^{er} ou gold, ces cartes couvrant en général ce genre de risque).
- le surcoût chambre individuelle : 330 €

J'espère que ce programme vous séduira et que nous serons nombreux à faire cette belle découverte. Je vous invite d'ores et déjà à me faire part de votre souhait d'y participer en remplissant le bulletin d'inscription ci-dessous, accompagné d'un acompte de 150 € par personne, si vous payez par chèque (le libeller à l'ordre de « Atscaf Voyages ». Dans l'hypothèse où vous souhaitez régler par carte bancaire gold ou visa 1^{er} merci de le préciser sur le bulletin d'inscription. Dans ce cas des instructions vous seront données ultérieurement pour effectuer ce règlement. Un paiement complémentaire de l'ordre de 260 € vous sera demandé d'ici 2 mois pour confirmer votre inscription et le solde du coût du voyage sera à régler 45 jours avant le départ, soit dans le courant du mois de juillet...2017

Je me tiens à votre disposition pour tout renseignement complémentaire et vous dis à très bientôt.

Yvonne Génin.
Tel 02 31 26 73 38
Courriel :yvonne.genin@wanadoo.fr

Bulletin d'inscription au voyage aux Pays Baltes du 7 au 14 septembre 2017

À retourner à Yvonne Génin 16, rue des jardins 14790 Fontaine Etoupefour ou
au secrétariat de l'Atscaf DDFIP 7 Bd Bertrand 14034 Caen Cedex

NOM : Prénom(s) :

ADRESSE :

Téléphone fixe : Téléphone portable :

Adresse de messagerie :

N° d'adhérent ATSCAF pour chaque participant :

Je choisis le règlement (1)

- par chèque -ci-joint acompte de 150 € X.... =
- par carte bancaire

Je souhaite une chambre individuelle : oui - non (1)

(1) Rayer la mention inutile

Billetterie et Offres Spéciales



L'Atscaf vous permet d'assister aux projections de « Connaissance du monde », à des tarifs légèrement augmentés par rapport à la saison dernière, mais qui restent malgré tout particulièrement intéressants. En effet, les tickets d'entrée sont disponibles au secrétariat au prix de **6,45 €** l'unité (au lieu de 8,50 ou 9,50€ tarif public).

Les séances ont lieu :

- **Le dimanche, à 10h00, au cinéma PATHE Caen LES RIVES de L'ORNE. 14, esplanade Léopold Senghor**
- **Le mercredi, à 14h30, au CENTRE DES CONGRES à CAEN, 13, avenue Albert Sorel.**

Voici le programme des prochaines projections

- **Le Pays basque**, des Pyrénées Atlantique à Bilbao : Hadrien CRAMPETTE 5 et 9 octobre
- **Vietnam**, Les Princesses et le Dragon : Christian VEROT 9 et 13 novembre
- **La Suisse**, au cœur des Alpes: Pierre DUBOIS 4 et 7 décembre
- **Irlande**, Ombres et lumières : Luc GIARD 11 et 15 janvier
- **Le Portugal** De terre et d'océan: Marie-Dominique MASSOL 1 et 5 février
- **Istanbul** Faits et reflets: Olivier BERTHELOT 6 et 9 mars
- **La Louisiane** Un souvenir de France : Jean Louis MATHON 26 mars et 5 avril

ZENITH de CAEN

Date	ARTISTE	Heure	Prix public	PRIX ATSCAF	Place
------	---------	-------	-------------	-------------	-------

Octobre 2016

DIM 02	KIDS UNITED	15 H 00	59, 46 et 39 €	56, 43 et 36 €	N
VEN 14	KRNDJI GIRAC	20 H 00	55 et 45 €	42 €	N
VEN 14	KRNDJI GIRAC	20 H 00	39 €	36 €	debout
MER 19	LES INSUS	20 H 00	88,40, 71,90 et 55,40 €		N
MER 19	LES INSUS	20 H 00	Fosse 38,90 €	idem	debout
JEU 20	VAMPITOUR Les stars de Chica Vampiro	15 H 00	59,90, 49,90 44,90 et 34,90€	54,90, 44,90 et 39,90 €	N
DIM 30	Ne me regardez pas comme ça avec Sylvie Vartan et Isabelle Mergault	16 H 00	48 et 40 €	43 €	N

Novembre 2016

MER 09	Le lac des cygnes par le Ballet de St Petersburg	20 H 00	59,50 et 40 €	44 et 34 €	N
VEN 11	Pierre Palmade Michèle Laroque	20 H 30	55, 49 et 45 €	51 €	N
SAM 12	Le Cirque national de Hong Kong	20 H 00	39 et 34 € -12 ans 25 €	36 €	N
VEN 18	ZAZ	20 H 00	45 et 40 €	42 €	N
VEN 18	ZAZ	20 H 00	Tarif unique 33 €		Libre assis
SAM 19	LAURENT GERRA	20 H 00	65 et 59 €	62 €	N
DIM 20	CHANTAL GOYA Aventures fantastiques de Marie Rose	15 H 00	39 et 35 €	36 et 32 €	N
MER 23	MICHAEL GREGORIO	20 H 00	53, 47, 43 et 38 €	44 et 40 €	N
JEU 24	BEL CANTO The Luciano Pavarotti Heritage	20 H 00	65, 50 et 43 €	46 et 39 €	N
VEN 25	AGE TENDRE Nouvelle tournée	15 H 00 20 H 00	59, 49 et 39 €	54, 44 et 34 €	N
SAM 26	PASCAL OBISPO	20 H 00	57, 49 et 41 €	54, 46 et 38 €	N
DIM 27	LE FUSIBLE avec Stéphane Plaza et Arnaud Giidoin	15 H 30	46 et 39 €	43 €	N
MAR 29	IRISH CELTIC	20 H 00	47 et 41 €	44 €	N

Décembre 2016

JREU 01	LES BODIN'S GRANDEUR NATURE Prolongation	20 H 00	Public 47,50 et 42,50 € Enfants -de 12 ans 33,50	Tarif CE épuisé	N
VEN 02		20 H 30			
SAM 03		20 H 00			
DIM 04		15 H 00			
DIM 11 LUN 12 MAR 13	OPEN de Tennis de Caen 2016	14 H 00 18 H 30 18 H 30	Se renseigner au secrétariat		Libre assis et numéroté
DIM 18	L'extraordinaire Noël du Cirque Yann GRUSS	10 H 30 17 H 30	Enfants -de 12 ans 15 €	20,70 €	Libre assis

Janvier 2017

DIM 08	Les Etoiles de la Danse	15 H 30	55 et 45 €	52 €	N
MER 18	RENAUD Phénix Tour	20 H 00	43, 43 et 39 €	Pas de tarif atscaf	N et debout
JEU 19	RENAUD Phénix Tour	20 H 00	épuisé		N
JEU 19		20 H 00	39 €		debout
VEN 20	BOLERO Ballet et Orchestre	20 H 30	62,49 et 39 €	Pas de tarif atscaf	N
DIM 22	ONE NIGHT OF QUEEN	16 H 30	45 et 38 €	42 et 35 €	N
JEU 26	MESSMER	20 H 00	59,50, 49,50, 44,50 et 39,50 €	46,50 et 41,50 €	N
DIM 29	Daniel GUICHARD	16 H 00	60, 52 et 41 €	49 et 38 €	N

Février 2017

SAM 04	GOSPEL pour 100 voix	20 H 30	59, 49 et 39 € moins de 12 ans 29€	42 €	N
DIM 05	LES CHANSONNIERS Théâtre des 2 ânes	16 H 00	42 et 35 €	39 et 32 €	N
SAM 11	LES 3 MOUSQUETAIRES	15 H 30 21 H 00	86, 76, 68 et 39€	71 et 63 €	N
SAM 25	LES SCHTROUMPFS	20 H 00	Or 45 enfant 42€ Cat 1 35 enfant 32€	Cat 1 30 €	N
			25 ^e - 12ans 22 €	20 €	libre assis
MAR 28	CELTIC LEGENDS 15th Anniversary Tour	20 H 30	45 et 39 €	42 et 35 €	N

Mars 2017

MER 01	MOMO avec Muriel Robin et François Berléand	20 H 30	59 et 49 €	55 et 45 €	N
SAM 04	PATRICIA KAAS	20 H 30	70, 59 et 45 €	Pas de tarif atscaf	N
DIM 05	Ballet National d'Ukraine Virski	15 H 30	40 et 34 €	37 €	N
JEU 09	Jean Marie BIGARD Nous les femmes	20 H 00	42 et 39 €	39 €	N
VEN 10	BAPTISTE LECAPLAIN	20 H 00	38, 34 et 28 €	Pas d'info	N
DIM 12	DE PALMAS	17 H 00	45 €	42 €	libre assis
			38 €	35 €	debout
MAR 14	M.POKORA	20 H 00	65, 55 et 45 €	62, 52 et 42 €	N
SAM 18	Les Misérables en concert	20 H 00	69,59,49,39 €	65, 55 et 45 €	N
DIM 19	VAMP IN THE KITCHEN	16 H 00	36, 32 €	33 €	N
MAR 22	SAEZ	20 H 00	Tarif unique 43 €		Libre Assis/debout
DIM 26	FREDERIC FRANCOIS	16 H 00	64, 52 et 43 €	49 €	N
MAR 28	DISCOLLECTION TOUR Le disco fait son show !	20 H 00	74 et 65 €	60 €	N
			55 et 39 €	50 €	
VEN 31	LE LAC DES CYGNES Opéra national de Russie	20 H 30	62, 49 et 39 €	42 et 32 €	N

Avril 2017

DIM 02	CHRISTOPHE MAE	18 H 00	69,59,49 et 39 €	Pas d'info	N
MAR 04	JEREMY FERRARI	20 H 30	40 €	37 €	Libre assis
SAM 08	TIMEO La comédie musicale	20 H 00	69,59,45 et 29 €	49 et 35 €	N
SAM 29	STARS 80 10 ans déjà	20 H 00	59,51 et 45 €	54 et 46 €	N
DIM 30			Moins de 12 ans 29 €		

Mai 2017

SAM 06	HIT PARADE Le spectacle musical	20 H 30	OR 87 € 76,65,59 et 39 €	Or 82 € 71, 60,54 et 34 €	N
SAM 20	AVANTI ! avec Francis Huster et Ingrid Chauvin	20 h 30	45 et 37 €	42 €	N

Juin 2017

MER 21 JEU 22	UN ETE 44 Le spectacle musical	20 H 30	OR 87 € 76,65,59 et 39 €	Or 82 € 71, 60,54 et 34 €	N
------------------	--	---------	-----------------------------	--	----------

Octobre 2017

VEN 20 SAM 21	NOTRE DAME DE PARIS Le spectacle musical d'après le roman de Victor Hugo	20 H 30 15 H 00 20 H 30	69, 56, 44 et 28 €	64, 51 et 39 €	N
------------------	---	-------------------------------	--------------------	-----------------------	----------

Novembre 2017

SAM 11	PATRICK SEBASTIEN « Ca va bouger ! »	20 H 30	48, 41 et 33 €	38 €	N
DIM 12	CARMINA BURANA Ballet Orchestre Chœurs de l'Opéra National de Russie	16 H 00	65, 49 et 39 €	45 et 35 €	N
VEN 17 SAM 18	LES BODIN'S Grandeur nature	20 H 00	48,50 et 43,50 €	49 et 35 €	N
DIM 19	(prolongation)	15 H 00	Moins 12 ans 35 €	44,50 , 40,50 € 44,50 épuisé Sam et Dim	N
JEU 23	IAM L'Ecole du Micro d'Argent	20 H 00	56,50 € 45,50 €	53,20 € 42,20 €	Libre assis debout
MAR 28	DABY BOON	20 H 00	58 et 49 €	55 et 46 €	N
MER 29	MICHAEL GREGORIO	20 H 00	45,50 €	42,20 €	N

Janvier 2018

SAM 27	SATURDAY NIGHT FEVER La fièvre du samedi soir	15 H 30 20 H 30	86,76,68 et 39 €	Se renseigner Tarifs de lancement	N
--------	---	--------------------	------------------	--	----------

Février 2018

DIM 02	PRISCILLA Folle du Désert La comédie musicale	20 H 00	69,59,49 et 39 €	Se renseigner Tarifs de lancement	N
--------	---	---------	------------------	--	----------

L=Placement libre N=Places assises et numérotées

AL =Places assises non numérotées

Le CARGO et B.B.C Parc Expo

NOVEMBRE 2016

VEN 04	ARNO	20 H 00	25,80 €	23,80 €	B.B.C	L
JEU 10	DANAKIL + VOLODIA	20 H 30	27,20 €	24,10 €	B.B.C	L
VEN 16	THE DIVINE COMEDY	20 H 30	27,20 €	24,10 €	Le Cargo	L
MAR 22	WAX TAILOR	20 H 30	27,20 €	23,10 €	Le Cargo	L
JEU 24	PETER DOHERTY	20 H 30	Tarif unique 32,30 €		Le Cargo	L

Décembre 2016

SAM 03	CAEN TRIBUTE FEST VIII	20 H 00	21,80 € Moins 12 ans 11,80 €	18,80 €	Le Cargo	L
--------	-------------------------------	---------	------------------------------------	----------------	-----------------	----------

Mars 2017

JEU 30	ALBAN IVANOV Elément perturbateur	20 H 30	30 €	27 €	Le Cargo	L
--------	---	---------	------	-------------	-----------------	----------

Avril 2017

MER 26	MANU PAYET	20 H 00	35 €	31 €	Le Cargo	L
--------	-------------------	---------	------	-------------	-----------------	----------

L'ATSCAF du Calvados a conclu un partenariat avec la société INTERSPORT, partenariat qui offre la possibilité d'obtenir une remise de 20% dans tous les magasins INTERSPORT (sauf sur les promotions). Pour concrétiser cet avantage, vous devez demander à Nathalie au secrétariat une contremarque munie du tampon de l'association. Cet avantage est réservé aux membres de l'association à jour de leur cotisation.



Foire de Caen

**« A la découverte des 9 Dragons du Mékong » du 16 septembre au 26 septembre 2016
CAEN Parc Expo**

Comme à l'habitude, l'Atscaf vous propose le billet d'entrée à un tarif réduit, fixé cette année à **5 €, au lieu de 7€ plein tarif (nous prenons la TVA à notre charge)**

Bon de commande ci-dessous à retourner au secrétariat. A noter qu'exception faite des membres actifs de la DGFIP à qui les billets peuvent être adressés par la voie du courrier administratif, vous devrez vous rendre au secrétariat pour les retirer ou à défaut vous devrez joindre à votre commande le chèque de règlement ainsi qu'une enveloppe timbrée à votre adresse pour les recevoir par voie postale.



Bon de Commande de billets « FOIRE de CAEN »

A renvoyer dès maintenant au secrétariat de l'ATSCAF.

M / Mme :

Adresse administrative :

ou personnelle.....

Nombre de billets demandés:.....X 5 € =.....

(les tickets enfants de 4 à 12 ans à 2 €, sont vendus uniquement aux guichets de la foire)

Règlement joint par chèque libellé à l'ordre de « ATSCAF Loisirs ». + une enveloppe timbrée si vous souhaitez recevoir vos billets par la poste.