

# La Gazette du CIQ de Fontsaïnte

Printemps  
2020 n°34



Traverse du Val d'Azur / Téléphone : 04.42.71.76.27  
www.fontsaïnteciqlaciotat.fr / ciqfontsaïnte@gmail.com

## EDITO

Lorsque vous lirez ces lignes, la situation épidémique se sera certainement encore aggravée. Le conseil d'administration a pris en urgence la décision de temporairement arrêter les activités et de fermer le CIQ, suivant les directives préconisées.

Nous devons le faire pour protéger les plus faibles, ceux qui ont le plus à craindre d'une infection. Nous sommes tous concernés, nous sommes tous susceptibles d'avoir sans le savoir côtoyé une personne infectée.

Nous ferons d'autres conférences, d'autres pièces de théâtre et d'autres repas.

Lors de la parution de la prochaine gazette, la période de confinement sera sans doute passée, la situation se sera améliorée, et nous serons en train de préparer nos prochains rendez-vous.

Courage à tous et respectez bien les consignes données pour vous protéger, protéger vos proches et vos amis.

Gageons que cette épreuve nous permette de préparer un avenir meilleur.

Alain GUERIN

**Crédit Mutuel**  
**La Ciotat**  
**LA banque à qui parler**

## AGENDA

4 avril, 12h00 : Repas Provençal. **REPORTE**

17 avril, 18h00 : Conférence : La Ciotat, il y a 50 ans et plus. **REPORTE**

15 mai, 16h30 : conférence sur la presbycousie  
**REPORTE**

6 Juin, 18h00 : Fête du CIQ avec l'orchestre Bleu Azur  
**EN ATTENTE DE DECISION**

20 Juin, 12h00 : Pique-nique du CIQ, Les Cystes  
**EN ATTENTE DE DECISION**

4 Juillet, 12h00 : Grillades, Pinède du CIQ  
**EN ATTENTE DE DECISION**

## AGENCE IMMOBILIERE J-P CONSTANT

URGENT RECHERCHONS APPARTEMENTS ET VILLAS A LA VENTE

**SUR LE PORT**  
4, Bd Anatole France  
04 42 08 23 37



**DANS VOTRE QUARTIER**  
41, Av de Fontsaïnte  
04 42 71 56 78

N'HESITEZ PAS A NOUS CONTACTER

[www.constantimmobilier.com](http://www.constantimmobilier.com)



**MUTUELLE**

# CNM

Votre Partenaire Santé

10 rue Bouronne 13600 LA CIOTAT  
04 42 08 51 35

UNE MUTUELLE HUMAINE DE PROXIMITE OUVERTE A TOUS

**CAP VERT**

## ELAGAGE ESPACES VERTS

CREATION & ENTRETIEN

04 42 08 32 39

capvert-sarl@wanadoo.fr

Chemin du Baguier - LA CIOTAT

## JARDINERIE du MOULIN

Quartier Val Tendre - 13600 LA CIOTAT

jardineriemoulin.saintesteve@orange.fr

Tél. 04 42 01 04 23

Direction CEYRESTE

Pépinière, produits espaces verts, arrosage...



**bonnifay**  
LOCATION

Route de St Cyr sur Mer  
13600 LA CIOTAT  
Tél. 04 42 03 62 09

HORAIRE :  
Lundi au vendredi  
7h30 à 12h et 14h à 18h  
Samedi de 8h à 12h

### VENTE DE PRODUITS A LA FERME

Quartier du Liouquet  
Chemin des Plaines Baronnes

**06 58 37 61 19**

**Le panier de Tof**

**Horaires d'été**  
A partir de début Avril  
Du mardi au samedi  
de 9h à 12h30 et de 16h à 19h30



www.lepanierdetof.com contact@lepanierdetof.com

## COMPTE RENDU DE L'ASSEMBLEE GENERALE DU 08/02/2020



Une assemblée générale est le rassemblement des membres d'une association qui, à cette occasion, peuvent échanger avec les membres du conseil d'administration et faire part de leurs idées.

Après l'adoption des procès-verbaux des assemblées générales ordinaire et extraordinaire de l'année dernière

lus par le Secrétaire, le Président présente son rapport moral rappelant la vocation principale d'un CIQ qui est la défense des intérêts des habitants du quartier. Il repasse ensuite la parole au Secrétaire qui donne un aperçu des nombreuses activités et manifestations qui se déroulent au CIQ.

Vient alors le tour de la Trésorière qui présente le bilan financier 2019 adopté à l'unanimité ainsi que le budget prévisionnel pour 2020. Il est à noter que désormais une adhérente, extérieure au CA, est chargée de vérifier les comptes et attester de la justesse de la comptabilité. Pour mémoire ; il est rappelé que tout adhérent peut à sa demande la consulter.

En ce qui concerne le renouvellement et l'élection des membres du CA : un renouvellement présenté, deux candidatures parvenues et une démission enregistrée.

Vient ensuite la parole donnée aux adhérents qui ont exposé leurs problèmes et posé de nombreuses questions. Tout ceci ayant été pris en compte pour actions.

La séance a été levée par le Président à 12h15 qui a invité l'assistance au traditionnel verre de clôture.

Rendez vous très prochainement pour une nouvelle manifestation.

Pour info, le nouveau bureau a été formé le 11/02/2020 en CA, désormais composé de 9 membres, à savoir :

Le Président : Alain GUERIN, le Vice-Président Edouard BASTIDE, la Trésorière Marie Van der GUCHT, son assistante Marie NATOLI, le Secrétaire Michel VACCARO, la Secrétaire Adjoint Catherine BARBONI également en charge de la bibliothèque, ainsi que André RABASSEDA, Dominique GAS et Guy BIGOT. Martine SAVARY demeurant conseillère du Président (non élue).

Martine SAVARY



## VELOUTE D'ENDIVES AU ROQUEFORT LÉGUMES DE SAISON

Pour 4 pers. : 1,5 kg d'endives, 2 PdT, 1 oignon, 2 gousses d'ail, 4 CS de crème, 1 l de bouillon, 1 CS huile, 1 barquette de roquefort, poivre.

Couper les endives grossièrement et les PdT en gros dès ainsi que l'oignon. Faire chauffer l'huile dans un fait tout et y mettre les légumes. Les faire légèrement dorer durant 3 mn et ajouter le bouillon. Faire cuire 20 mn.

Ajouter ensuite le roquefort écrasé et passer le tout au mixeur. Rectifier l'assaisonnement et ajouter la crème.

Servir ce velouté accompagné de croutons de pain grillé.

Simple mais délicieux.

Martine SAVARY



Tous les départs se font du parking du Baguier à 9h, sauf sortie spéciale.

Les randonnées reprendront dans l'ordre suivant dès que les activités seront à nouveau autorisées par le gouvernement.

Nous vous préviendrons par mail dès que la reprise sera confirmée.

Fontblanche, Verte

Les hauts du Baguier, Rouge

La petite étoile, Verte

Lascours, source Barquieu, Rouge

Le Mont Cruvélér, Verte

La Garonne, Rouge



## CIOTAT PROTECTION

### Alarme intrusion – Vidéo surveillance

## CIOTAT CLIMATISATION

Climatisations Réversibles  
Installation – Dépannage  
Serge Vicot  
06 07 09 11 90  
ciotatprotection@orange.fr



## LES LECTEURS VOUS CONSEILLEN

Il fait triste, pas le moindre petit brin de soleil, l'actualité vous déprime ; bref vous êtes morose... j'ai la solution !

Installez-vous confortablement dans votre fauteuil préféré et ouvrez un livre de Gilles Legardinier. Certains vous diront que ce n'est pas de la "grande" littérature. Peut-être, mais avec ses "romans humoristiques" vous allez passer de joyeux moments. Je vous autorise même, comme moi, à pouffer de rire.

Découvrez Julie, la curieuse, qui cherche à identifier son nouveau voisin et n'est pas à court d'imagination pour arriver à ses fins.

Que dire de Marie, qui vient de se faire larguer et met au point les stratagèmes les plus farfelus pour se venger.

Voici Camille et sa bande de copains du lycée, solidaires dans la terrible épreuve qu'ils traversent juste avant le bac...

Autres romans, autres personnages, vous savourerez leurs états d'âme, les réflexions et descriptions, dans l'humour et la dérision.

Ainsi dans un des ouvrages, j'ai découvert "une vérité fondamentale" (ce sont les propres termes de l'auteur) qui oppose les bonnets péruviens et les lamas - à méditer et bonne lecture.



Marie VAN DER GUCHT





En présence d'élus, de nombreux adhérents ont répondu à l'invitation du CIQ les conviant à célébrer la nouvelle année. Après les vœux du Président, relayés en provençal et en espéranto, la tradition fut respectée en partageant la galette des Rois : gâteau ou galette ?

En France la galette ronde à la frangipane, autrefois uniquement fabriquée par les boulangers, existe depuis le 14e siècle. Elle est très répandue dans les régions Nord, principalement en Île de France.

Mais en Provence c'est la couronne ou gâteau des Rois, une brioche surmontée de fruits confits, qui est privilégiée. Elle était exclusivement vendue par les pâtisseries.

D'où une certaine rivalité entre les 2 corporations à laquelle François Ier a mis bon ordre : ce qui fait qu'aujourd'hui vous trouvez votre galette, gâteau ou couronne chez le boulanger- pâtissier. A déguster sans modération.

Marie VAN DER GUCHT

## SAVOIR ECRIRE

Le Président m'a demandé de rédiger un article pour la gazette.

Les idées sont venues, la plume glissait, le projet était bien avancé, mais l'inspiration a disparu au moment de parachever la conclusion.

Heureusement le PIPOTRON m'a sauvée. Son fonctionnement est simple : on sélectionne simplement des bouts de phrase et on arrive à dire n'importe quoi...

<b>Avec</b>	/	<b>la situation</b>	/	<b>présente</b>	/	<b>Il convient de</b>
Considérant	/	la conjoncture	/	qui nous occupe	/	il ne faut pas négliger de
Quelle que soit	/	l'impasse	/	conjoncturelle	/	il est nécessaire de
Tant que durera	/	la dualité de la situation	/	de ces derniers temps	/	il faut de toute urgence

<b>étudier</b>	/	<b>toutes les</b>	/	<b>solutions</b>	/	<b>envisageables</b>
Examiner	/	chacune des	/	issues	/	possibles
Prendre en considération	/	la majorité de	/	problématiques	/	déjà en notre possession
Se préoccuper de	/	l'ensemble des	/	voies	/	s'offrant à nous
Se remémorer	/	certaines	/	alternatives	/	de bon sens

**NE PENSEZ VOUS PAS QUE CERTAINS S'EN INSPIRENT ?**

Martine SAVARY