

RANDO PROVENCE

A la découverte des sentiers du jeudi

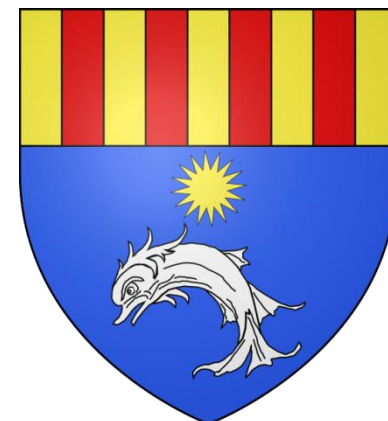


Edito n° 19

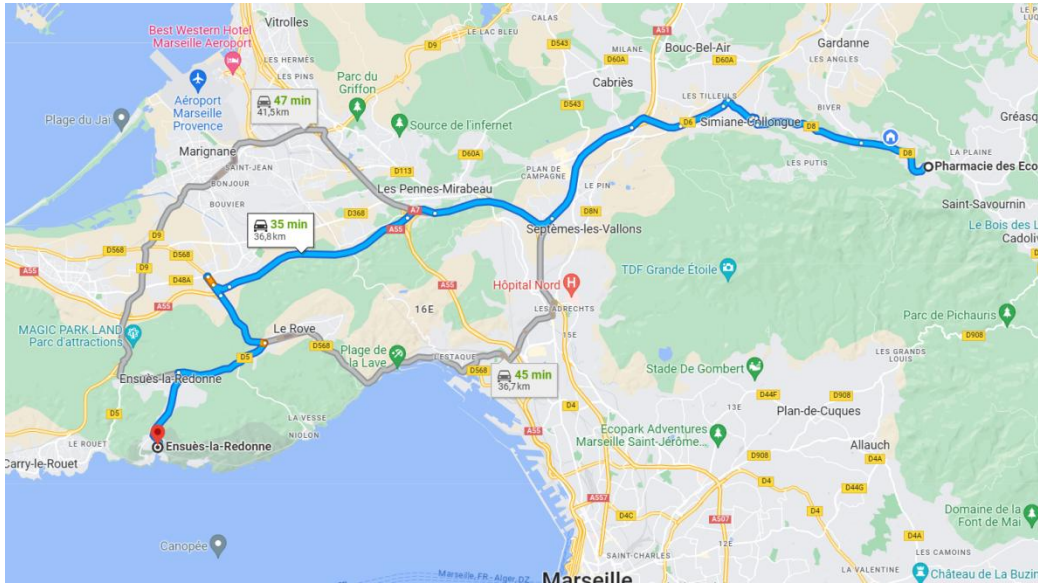


Randonnée du 26 Octobre 2023

d'Ensuès la Redonne vers
la calanque de l'Erevine par le sentier
des douaniers



Descriptif



Information panel for the hike:

- Informations
- Diagramme
- Fonds de carte

Duration: **Durée estimée à pied : 4h20min**

Distance: **Distance : 10.63 km** Number of points: **Nombre de points : 562**

Positive elevation: **Dénivelé positif : 442 m** Negative elevation: **Dénivelé négatif : 447 m**

High point: **Point haut : 74 m** Low point: **Point bas : 2 m**



Calanque Erevine

Les personnes présentes à la randonnée

Carole Mangin
Martine ferrarini
Vincent Caruso
Joëlle Giraud
Jocelyne Barra
Agnès Barbot
Hocine Bentayeb





Muchas Gracias !



Tout le monde a pris ses vitamines
De l'eau, les batons?
Aller c'est parti
Et encore ne nous plaignons pas
Vincent a raccourci celle qui était prévue
Merci Vincent



Les photos du jour



Les photos du jour



Les photos du jour

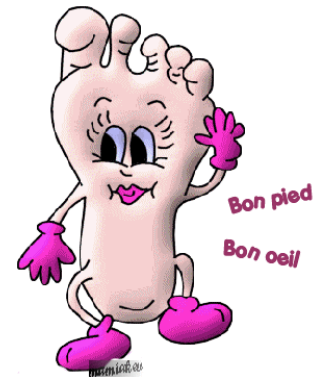


En chemin



Calanque Erevine

Les photos du jour



Les photos du jour

Que dire?

la photo et le nom parlent
d'eux-mêmes



Les photos du jour

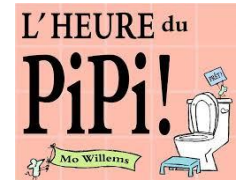
On approche.

le défi : arriver à 12h30 sur la plage
C'est sans compter sur la tchatche de Vincent qui
nous a retardés



Les photos du jour

Oups!!!!La pause technique



Les photos du jour

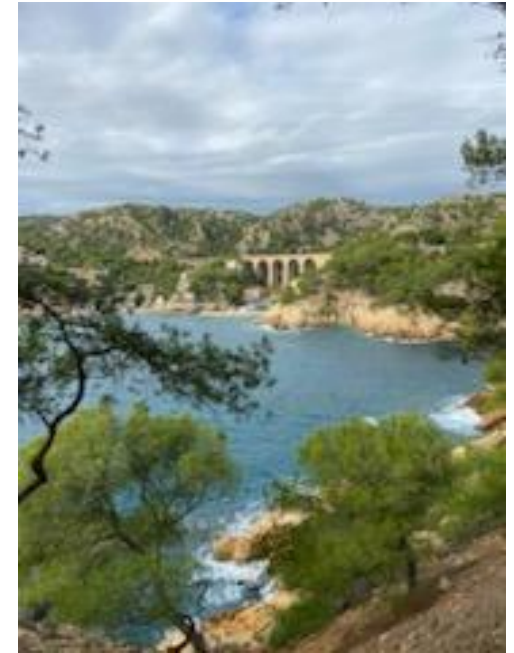
On arrive bientôt, encore un petit effort!!!!



Les photos du jour

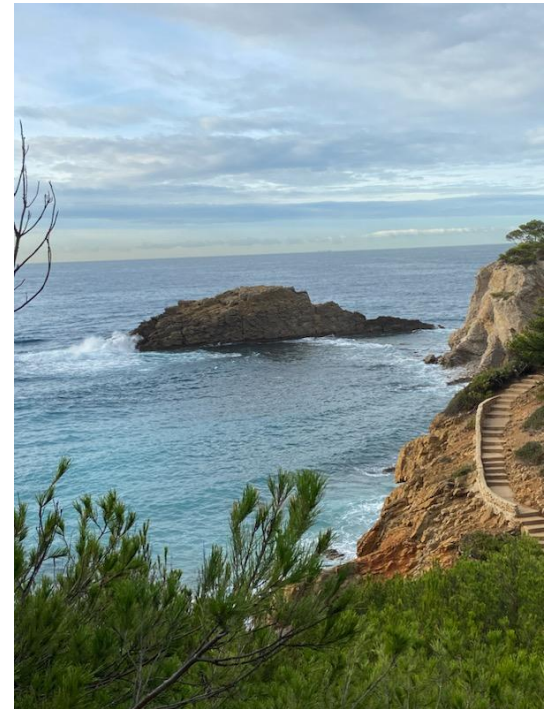


La vache c'est super



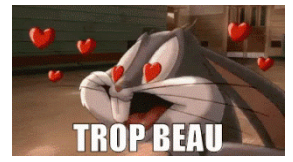
Calanque Erevine

Les photos du jour



Calanque Erevine

Les photos du jour



On en a pris plein les yeux tout au long du chemin,
La mer a une couleur magnifique, une telle splendeur se mérite



Les photos du jour

une bonne
sieste

Joëlle qui se prépare pour sa petite sieste quotidienne



PicMix



Les photos du jour

Les baigneurs
s'en donnent à cœur joie



Le retour n'était
pas de tout repos



Calanque Erevine

Les photos du jour

Un hélicoptère qui suit un bateau,
exercice? Sauvetage?



Les photos du jour

Qui garde son
âme d'enfant
ne vieillit jamais.



Le quai des Ados



Petit lexique des **ados** à l'usage des **adultes** :



Les photos du jour



Hocine tu es tombé sur une drôle d'équipe!!!!
Agnès je vois que tu t'es bien acclimatée
Joëlle en pleine forme malgré un genou douloureux
Martine toujours partante
Vincent un repos bien mérité à nous supporter, le champagne ce sera pour une autre fois
Jocelyne prend la photo mais elle va boire son verre quand même
Carole tu sauves l'honneur avec ton Perrier rondelle

LES BIENFAITS DE LA BIÈRE



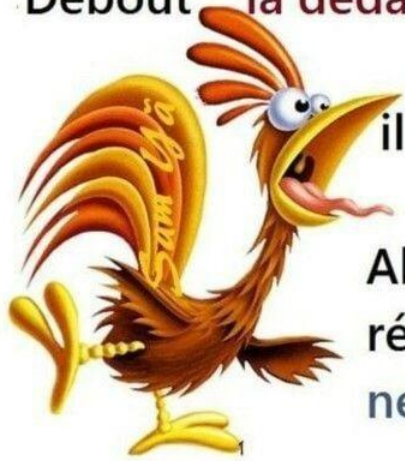
- Riche en VITAMINE B
- Bonne pour la PEAU
- Renforce les OS
- Anti-stress naturel
- Bonne pour la TENSION
- Augmente le bon CHOLESTÉROL
- Bonne pour les REINS
- Remède contre l'INSOMNIE

AVEC MODÉRATION CAR L'EXCÈS N'EST PAS BON POUR LA SANTÉ !



La définition du jour

Debout la dedans !!



il est l'heure

Allez on se
réveille les
neurones ..!!

Et on y go ! Bonne journée !!



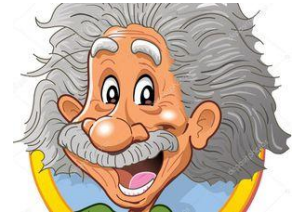
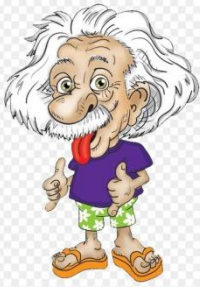
Définition de lusophone :

adjectif et nom , qui parle le portugais.

Les Brésiliens sont lusophones



Ainsi parlait Albert Einstein



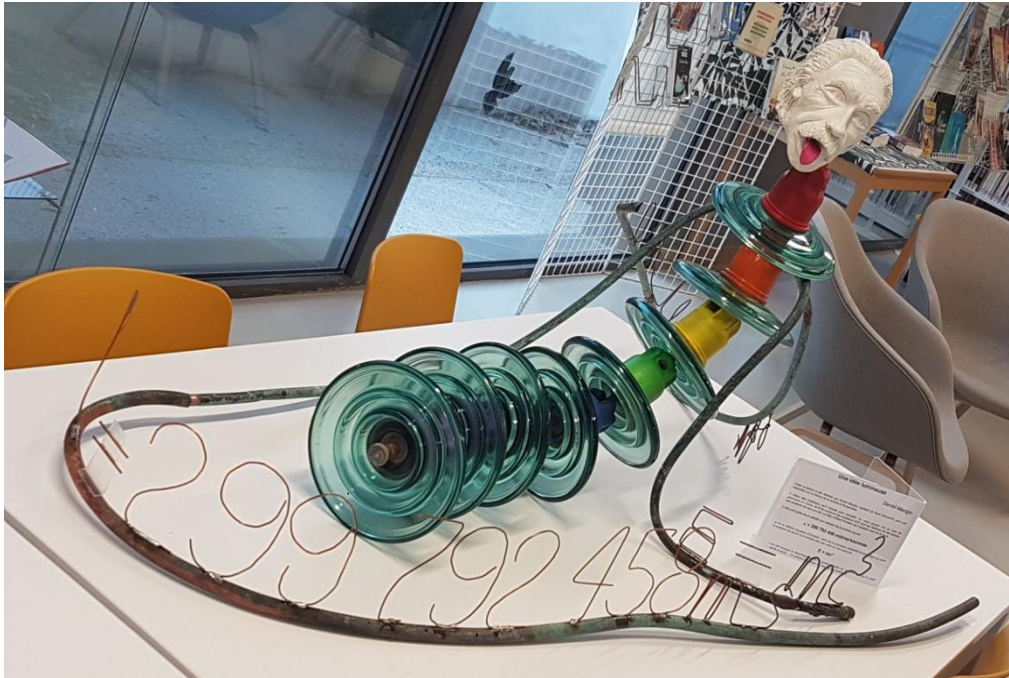


Présentation de l'œuvre de Daniel Mangin Époux de notre amie Carole

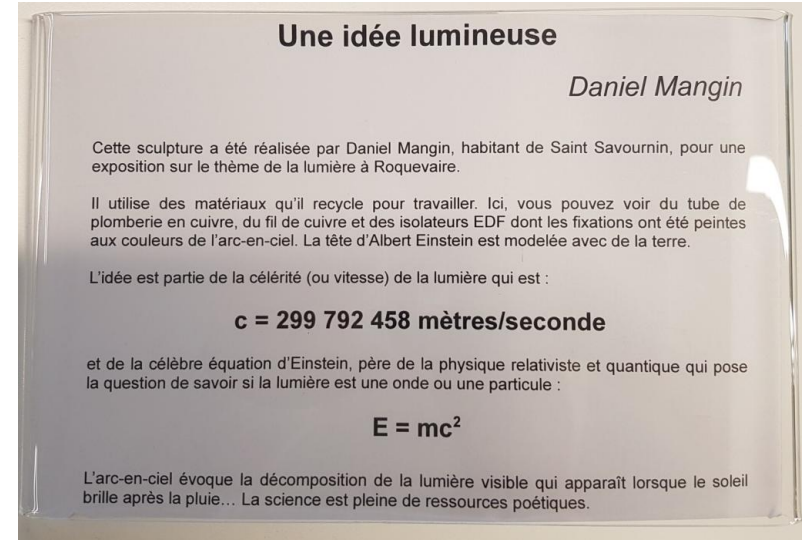


La phrase de Einstein se vérifie:

Comment avec des objets destinés au recyclage
peut-on élaborer une telle création?
Seule une intelligence qui s'en donne à cœur joie,
en est capable, en deux mots « Un artiste »



Calanque Erevine



Une idée lumineuse

Daniel Mangin

Cette sculpture a été réalisée par Daniel Mangin, habitant de Saint Savournin, pour une exposition sur le thème de la lumière à Roquevaire.

Il utilise des matériaux qu'il recycle pour travailler. Ici, vous pouvez voir du tube de plomberie en cuivre, du fil de cuivre et des isolateurs EDF dont les fixations ont été peintes aux couleurs de l'arc-en-ciel. La tête d'Albert Einstein est modelée avec de la terre.

L'idée est partie de la célérité (ou vitesse) de la lumière qui est :

$$c = 299\,792\,458 \text{ mètres/seconde}$$

et de la célèbre équation d'Einstein, père de la physique relativiste et quantique qui pose la question de savoir si la lumière est une onde ou une particule :

$$E = mc^2$$

L'arc-en-ciel évoque la décomposition de la lumière visible qui apparaît lorsque le soleil brille après la pluie... La science est pleine de ressources poétiques.

Cette œuvre est visible à la bibliothèque de St Savournin





Fin

A jeudi prochain si le temps et nos
rhumatismes le permettent

