

N'oubliez pas de visiter régulièrement le site internet de l'UATL : <https://www.uatl-eca.fr>

Bureau de l'UATL / Catherine Garandeau, secrétaire.

Lettre ouverte aux adhérents de l'UATL

C'est le moment des inscriptions. Moment essentiel pour la survie de l'association. Le rapport financier de l'Assemblée Générale du 17/12/2019 (Réf/CONTACT n° 154) présentait la **nécessité de remettre le budget à l'équilibre**. Le plafonnement de la cotisation ayant été rejeté lors de cette même assemblée générale, il va de soi, avec les charges locatives nouvelles, que **le nombre d'adhérents ne doit pas diminuer**. Une augmentation serait salubre. Or, du fait de la pandémie et de ses contraintes sanitaires, la reprise de certaines activités risque d'être reportée ou passablement adaptée. D'autres, d'avoir un effectif inférieur à la capacité des salles. Une perte d'adhérents serait regrettable, mettant l'association en danger. C'est donc un geste important de fraternité qui est demandé à **chacun de se réinscrire dès le mois de juin, pour sécuriser la vie de l'association**.

Le docteur Fresneau a créé ECA3 il y a 45 ans pour aider les seniors à **lutter contre les 3 i (isolement, inactivité, inutilité)**

Tous ensemble, unis derrière notre président, nous devons l'aider à **lutter contre la crise, avec les 3 S (Solidarité pour la Survie, Satisfaction)**

Je lance un **SOS...** Votre association **est en danger. Elle doit Survivre !**
Vous devez donc tous faire preuve de

SOLIDARITE : Il faut vous inscrire en sachant que peut-être vos souhaits ne seront pas ou peu exaucés à la rentrée 2020-2021, compte tenu du contexte actuel (Covid 19), mais en ayant la certitude que l'UATL fera tout pour que vous ayez au moins une activité. Ce faisant, tous ensemble, unis devant la crise, nous permettrons à notre association de ne pas sombrer. Elle pourra alors

SURVIVRE à ces moments si difficiles. Et vous éprouverez la

SATISFACTION d'avoir accompli ce beau geste solidaire. Nous retrouverons alors le plaisir de vivre de bons moments dans les années futures...

Un grand **REMERCIEMENT** à tous nos **bénévoles**, sans qui l'association n'existerait pas. Ils se sont impliqués pendant des années dans leur vie de retraité. Leur conviction et leur immense générosité sont la vraie richesse de l'UATL et cela n'a pas de prix. Pouvons-nous faire ce petit effort ? Ce serait une façon de leur rendre hommage. Ils le méritent si bien !

Les inscriptions débutent le 2 juin, sur Internet et nous sommes à vos côtés pour vous aider
Bien cordialement

Catherine Garandeau, secrétaire du bureau



UATL INSCRIPTIONS
4000 programmes imprimés

Mise sous pli de 92 formulaires de réinscriptions suite aux contacts téléphoniques auprès de 423 adhérents

Danièle GAUTHIER et Odile SALMON à la mise sous pli



Le programme est disponible en accès libre à l'UATL aux heures habituelles



Le port du masque est vivement recommandé



N'OUBLIEZ PAS DE VISITER RÉGULIÈREMENT LE SITE INTERNET DE L'UATL : <https://www.uatl-eca.fr>

Les informations que vous attendez

"INSCRIPTIONS ADHESIONS RÉINSCRIPTIONS, LE MOT DU PRÉSIDENT

Chaque année en juin nous adhérons à l'UATL. Cette adhésion est particulièrement importante pour l'année prochaine car après les mois de fermeture administrative qui a interdit l'accueil du public dans nos locaux nous devons montrer que nous voulons encore y participer et être actifs.

Nous sommes désormais rentrés dans la période de déconfinement, cependant le retour à la normale n'est pas encore effectif. Le conseil d'administration et les permanents restent entièrement mobilisés pour continuer à organiser les activités de la prochaine année dans le respect de toutes les nouvelles contraintes sanitaires.

Cette crise est l'occasion de démontrer notre capacité à nous réinventer et à rester actifs. Soyez assurés que **toutes les équipes de l'UATL seront toujours mobilisées pour vous.**

Le président : Eric HENRY"

L'équipe administrative



Isabelle FOUIN
Directrice administrative
directrice@uatl-eca.fr



Hélène DUFOUR
Comptabilité
tresorerie@uatl-eca.fr



Bruno DAOUT
Régisseur
regisseur@uatl-eca.fr

Comment enregistrer vos VŒUX pour les activités de l'année universitaire 2020/2021

4 possibilités vous sont offertes mais celle que soit la formule retenue, veuillez préparer :

Votre n° d'adhésion (si) si nouvelle inscription cochez ici

Vos nom et prénom

Votre adresse mail

Merci de nous signaler tout changement d'adresse ou de téléphone :

Vos vœux : vous pouvez formuler jusqu'à 6 vœux en précisant vos choix, parmi lesquels 4 inscriptions maximum pourront être validées par le tri informatique qui aura lieu fin juin et dont vous aurez le résultat en juillet.

1^{er} vœux 2^{ème} vœux 3^{ème} vœux 4^{ème} vœux 5^{ème} vœux 6^{ème} vœux

N° activité

Moment de la cotisation 2020/2021 :
2020 pour adhérer à l'association : participer aux services, aux plus à 4 activités et profiter de tous les spectacles.

EN VUE, de chez vous ou ailleurs, sur un ordinateur, une tablette, un smartphone en se rendant sur le site de l'UATL : www.uatl-eca.fr

Nous vous proposons un tuto au verso de ce document. Si vous avez besoin d'aide, envoyez un mail, ou le courrier contact@uatl-eca.fr ou contactez l'UATL au 02 43 93 96 43, vous serez mis en contact avec le service administratif qui répondra à toutes vos questions et vous aidera à finaliser l'enregistrement de vos vœux.

PAR COURRIER, en renvoyant le document dûment complété et accompagné d'un chèque de 100€, adressé à l'ordre de l'UATL, et en mettant au dos vos noms, prénoms, n° adhésions. Vous pourrez y joindre une enveloppe contenant votre numéro et le nom et prénom de votre club ou de votre association. Vous serez adressé par votre président.

EN CONTACTANT l'UATL, au 02 43 93 96 43 (9h à 12h) et de 14h à 17h), votre correspondant enregistrera vos vœux et vous devra adresser le paiement de votre cotisation de 100€ en un chèque adressé à l'ordre de l'UATL, et en mettant au dos vos noms, prénoms, n° adhésions. Vous pourrez y joindre une enveloppe retour contenant votre numéro et le nom et prénom de votre club ou de votre association. Vous serez adressé par votre président.

UATL
A l'UATL, uniquement sur rendez-vous pris au préalable en téléphonant au 02 43 93 96 43

Inscription en ligne sur le site www.uatl-eca.fr

- 01 IDENTIFICATION** Saisissez votre identifiant (numéro d'adhésion) et votre mot de passe.
- 02 INSCRIPTION** Cliquez sur le bouton orange pour commencer votre inscription
- 03 Paiement** Choisissez votre mode de paiement et complétez les informations avant de passer à vos vœux
- 04 Saisie des vœux** Saisissez jusqu'à 6 vœux d'activités en cliquant sur "+" ou en utilisant les filtres
- 05 RECAPITULATIF DES VŒUX** Classez vos vœux dans l'ordre de priorité.
- 06 RECAPITULATIF** Vérifiez l'ensemble des informations avant de valider votre inscription

Rendez-vous sur votre espace adhésif courant juillet pour prendre connaissance de vos inscriptions.

Concours "Virgule"



AVEZ-VOUS DES NOUVELLES ? OUI, 22 : " 22 disparitions ! "

Une nouvelle? Qu'est-ce exactement? Une intrigue courte? Surtout avec le mot disparition! Qui dit intrigue dit enquête, qui dit enquête dit police, qui dit police

dit suspect. Mais il faut une chute à laquelle on ne s'attend pas. D'où la fertilité des écrivains. Cela se passe-t-il en zone verte ou en zone rouge? Zone rouge! Paris brûle-t-il? Il ?? donc le suspect est un homme! Mais non, ma mère a perdu son gilet rose qu'elle pense avoir donné à laver. Il était porté disparu! Mais reparu dans un sac pour aller au nettoyage. Disparition, réapparition!. Rien de religieux dans cette nouvelle de Pentecôte! Une nouvelle, **avec des virgules** pour souffler; un moment de plaisir partagé. Christophe Navellou nous éclairera prochainement.

J.Papin

Flash audio

Jacques Maurel nous propose cette semaine **Boris Vian** à l'occasion du centenaire de sa naissance : **poème La locomotive**, lu par Jocelyne Renou.

https://youtu.be/psTE8Vh_BJO



Dim 31/05/2020 18:47 À :Contact UATL <contact@uatl-eca.fr>

Bonjour,

Au cas où cela vous intéresserait, **pour les archives de confinement**, je vous envoie un extrait de quelques emails adressés chaque jour, pendant cette période, à un groupe d'amis, plus de vingt.

Il recevait entre sept heures et huit heures un petit mot et une méditation....

J'ai cru comprendre qu'ils avaient beaucoup apprécié et que certains étaient un peu tristes quand les messages se sont arrêtés.

Je vous joins quelques messages au hasard des jours.



La rubrique était: On pense à Vous.

Le 21 Mars

Coucou, me revoilà,

Est-ce parce que c'est lundi? Je ne sais pas?...

Mais ce matin j'ai l'âme bien légère et quelque peu primesautière...

D'abord en ouvrant ma fenêtre, j'ai entendu l'es oiseaux chanter, ils m'ont vite enchantée et puis donné quelques regrets...

Est-ce ce besoin de liberté qui nous manque à Tous? Vraiment, je les envie de ne pas avoir de confinement.

Dans quelque temps, tout reprendra et nous retrouverons notre joie.

En attendant, comme Je suis bavarde, et vous fais perdre un peu de temps, je vous offre en souriant, cette petite pensée pleine de bon sens de **Coluche**:

« **De ceux qui n'ont rien à dire les plus agréables sont ceux qui se taisent.** »

Et bien sûr à demain.

Je vous embrasse, cette fois, derrière mon masque. Colette



Le 24 Mars / Coucou les Ami(e)s,

Je viens de faire mes courses en Drive et devinez ce que je vous ai rapporté...

« Je vous ai apporté des bonbons ». Ce sera la petite méditation...

Il y en a de toutes les saveurs, de toutes les couleurs, comme les bonbons...

On les met en bouche, et suivant que l'on est gourmand ou non, on les croque ou on les suce, on les cale contre ses dents, mais gare au confinement!!!

Vous l'aimerez pour sa douceur, son goût unique, son goût de bonheur...

Voici donc le moment de vous offrir de **Voltaire** aujourd'hui, ce petit bonbon choisi.

« **Le bonheur est souvent la chose que l'on puisse donner sans l'avoir et c'est en le donnant qu'on l'acquiert.** »

Demain si vous êtes bien sages, je vous en distribuerai un autre.

Passez une belle journée. Je continue à vous embrasser. Colette



Le 31 Mars / Coucou à Toutes et à Tous,

Aujourd'hui, pour nous tous, un petit conseil:

Si vous ressentez quelque frisson...

Quelque douleur...

Une baisse d'énergie.

Un manque d'appétit.

Cette pensée saura nous booster et vous faire avancer.

Elle vaut, enfin je crois, prescription médicale...

De qui est-elle? Hélas! Je ne sais plus, que son auteur me pardonne cet emprunt.

Appliquez-la avec le plus grand soin et vous en retirerez beaucoup de bien.

« **Tant que les pattes de derrière fonctionnent il faut avancer.** »

Alors encore une fois en avant, pour cette journée de confinement...

À demain, et bien évidemment je vous embrasse. Colette

Photos du 26 mai 2020

Joël Papin

Le 7 Mai / Coucou les Ami(e)s,

Arrivant à la fin d'une période inédite, je me demande si pour vous, tout s'est bien passé? Si vous avez su traverser sereinement ce moment qui nous éloigne et nous rapproche en même temps.

De notre côté, je me souviens d'un matin où, après avoir rédigé mon petit mot, contente de moi, je le montrai à mon mari...

-« Que penses-tu de celui-là?

- Tu as mis une virgule où il ne fallait pas!

- Comment cela?

- Tu vois bien! Là!

- Tu n'avais qu'à le faire toi, ce petit mot, (et de monter sur mes grands chevaux.)

-« Tu me dirais cela pour « trois points ... » Je comprendrais bien! Trois points, c'est du lourd! du sous-entendu... mais pour une petite virgule, en dire tant! Cela ne se fait pas! Je n'accepte pas!

Et patati et patata...

Un signe de ponctuation, comme une respiration avait su déclencher une avalanche de doux mots que je me garde bien de vous livrer là!...

C'était comique et ridicule à la fois de voir que pour un signe de ponctuation on s'était pris la tête ce jour là...

On a fini par en rire tout bonnement...

La petite virgule dans le confinement avait su créer une tempête qui, heureusement, ne dura pas longtemps.

Et pour terminer cette péroraison, je vous embrasse avant le point final. Colette

« **Être capable de trouver sa joie dans la joie de l'autre: voilà le secret du bonheur.** »

G. Bernanos

Jusqu'au 11 Mai, les Ami(e)s auront reçu un petit mot que je voulais léger afin de leur permettre de bien commencer la journée. Cordialement.

Colette Chauveau

Merci Colette, "CONTACT"

N'oubliez pas de visiter régulièrement le site internet de l'UATL : <https://www.uatl-eca.fr>

L'activité 2060 a planché sur le courage lors du



Thème 2020 :

Le courage

L'activité a écrit collectivement un texte intitulé

LES VISAGES DU COURAGE

Le courage c'est un ouvrage.

Des points infinis,

sur des lignes parallèles droites et sans modèle, soutiennent, tracent l'ensemble pour faire un nid bleu et rouge.

Il en faut du courage aux tortues, à peine écloses, pour traverser la plage, guettées par des oiseaux affamés: milans, frégates ou corbeaux pie!

Il en faut du courage aux marins-sauveteurs pour naviguer sur un océan de fureur!

Il en faut du courage pour oser voir la misère qui persiste et tue, et il faut du courage pour se dresser contre l'injustice!

Il en faut du courage pour vaincre la dépression; pour se réinventer chaque jour et trouver la force d'avancer quand les ténèbres vous entourent!

Il en faut du courage

pour garder une pensée vivante et la soutenir même dans l'adversité;

pour se quitter, recommencer, reconstruire, rebâtir et faire un autre voyage!

Il faut du courage pour aimer, beaucoup plus que pour haïr.

Il en faut du courage, se sachant condamné, pour mordre dans la vie, sans se laisser aller...

Il en faut du courage pour préparer ses bagages avant le long voyage qui mène sur l'autre rivage!

Il faut du courage pour être libre.



L'atelier 2060, animé par Jocelyne Renou Assistante, Monique Germain-Rossard



Les Augustines, 23 mars 2016



Josiane Thibollt et Henri Le Bloas animent des ateliers de danses en lignes

ENTREZ DANS LA DANSE SANS SE TOUCHER ?

LA SOLUTION ?

LA DANSE EN LIGNE, par Josiane THIBOLT

Depuis le début du confinement les personnes inscrites à mes activités de danse en ligne ont pu découvrir **13 nouvelles danses en ligne via You tube**. Le but était que chacun puisse avoir une activité physique (chacun sait qu'il est néfaste de rester trop longtemps assis) et puis entre la concentration de l'apprentissage de la danse et la musique il n'y a plus de place pour les pensées pessimistes. Bien sûr quand les danseurs sont amenés à tourner le dos à l'écran il faut qu'ils se fassent confiance pour éviter un torticolis. **Mais le plus beau projet est de retrouver le groupe** pour pratiquer ensemble toutes ses nouvelles danses et faire part à chacun de son expérience. Déjà en Chine il a été organisé de grande rencontre de danse en ligne à l'extérieur et avec des masques. Certains ont reproché aux danses en ligne le manque de partenaire. Aujourd'hui c'est plutôt une chance en raison de la distanciation sociale. Comme le dit Isabelle Thuleau dans sa chanson, c'est « comme une évidence » nous nous retrouverons bientôt. **Je fais confiance aux danseurs**, ils vont continuer à s'entraîner et **je leur demande de danser, chanter, prendre soin d'eux, de respecter les gestes barrière. Vivement la reprise !**

Josiane

Cadeau, une danse facile : https://www.youtube.com/watch?v=yHFYQp_Y6yg