



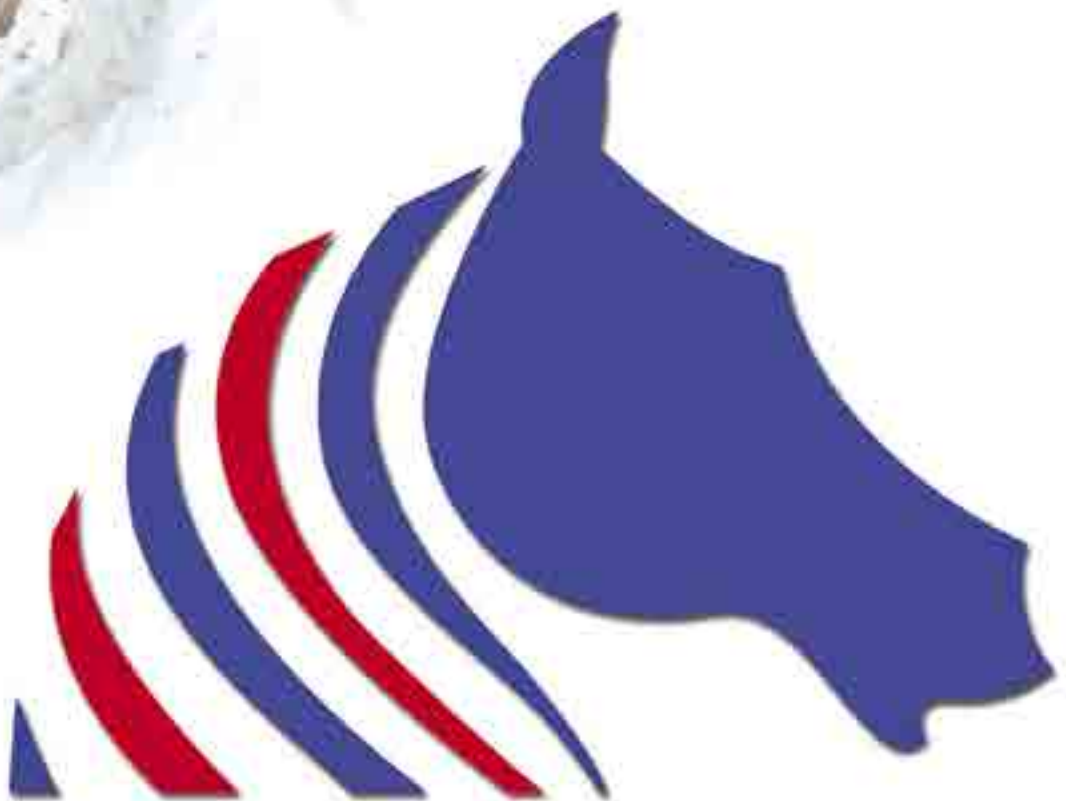
LA REVUE DU

AVRIL
MAI
JUN
N° 362



Cercle Amical Français de Casablanca

Revue Trimestrielle 2016



CAFC MASTERS

DU 18 AU 26 JUIN



DANS UN MONDE QUI CHANGE, POUR ÉTUDIER À L'ÉTRANGER IL FAUT RÉUSSIR SON DÉCOLLAGE ET SON ATERRISSAGE



Solutions Etudiants à l'étranger

Avant même de partir, la BMCI vous facilite l'ouverture de votre compte en France⁽¹⁾ et vous permet de profiter de la caution Jeun'Appart⁽²⁾ pour garantir la location de votre logement en France.

Une fois arrivé, bénéficiez en plus des SOLUTIONS ÉTUDIANTS du Groupe BNP Paribas, de tous les services en ligne de la Net Agence, son réseau de 2154 agences et de nombreux avantages à découvrir ici et là-bas.

bmci.ma



BMCI
GROUPE BNP PARIBAS

La banque
d'un monde
qui change



Le Président
Jean-Claude BUTEL

Bien chers membres,

Le second trimestre au CAFC a été riche en événements relevant tant de l'organisation du CAFC général que de groupements ou de services tels que le GAB (Groupement Activité Boules) ou le CAFC théâtre lequel, par la variété des spectacles proposés, attire de plus en plus votre intérêt.

Avec la 8ème FÊTE de la Pétanque du 24 avril passé qui a mis en compétition près de 150 participants et la Kermesse du CAFC des 14 et 15 mai derniers, durant laquelle parents et enfants s'en sont donnés à cœur joie, nous voilà, de nouveau, à la veille d'une manifestation prestigieuse que les "CAFC-MASTERS de l'Equitation" vont être.

Se déroulant du 18 au 26 juin, cet événement ouvert aux cavaliers marocains mais, aussi, étrangers verra s'affronter près de 300 cavaliers.

Viendront, ensuite, le 14 juillet et son feu d'artifice puis, à fin juillet, la Fête du Trône et son cortège de dignitaires invités dans notre enceinte mais cela ne saurait éclipser le début du Ramadan, Ramadan que nous souhaitons serin pour l'ensemble de nos amis musulmans.

Enfin, les beaux jours arrivant, je vous adresse mes souhaits de très bonnes vacances en famille ou entre amis ainsi qu'une moisson de très beaux souvenirs.

Jean-Claude BUTEL
Président du CAFC

SO HIT, LA CARTE PRÉFÉRÉE DES JEUNES

“MA CARTE
ME
RESSEMBLE”

Sâad, 29 ans



SO
HIT!
SO YOU



Comme Saad, choisissez l'offre So Hit dédiée aux étudiants et jeunes actifs et profitez de ses nombreux avantages : carte bancaire qui vous ressemble, crédits à taux attractifs, accès gratuits aux services de banque par internet et sur mobile... mais aussi des invitations à des événements, des remises et gratuités auprès d'un large réseau de partenaires (shopping, voyages, sport...)

So Hit, la carte 100% jeunes de Société Générale en partenariat avec Hit Radio.

Rendez-vous sur www.sohit.ma

الشركة العامة
SOCIÉTÉ GÉNÉRALE



Revue n°362 Avril
MAI
Sommaire Juin

Président
J.C. BUTEL

Vice-présidents
S. BELLISSIMO
G. SAVERY

Trésorier Général
André PEREZ

Secrétaire Général
D. GITTON

Directeur Général
C. CLEMENCIN

Assesseur
Mme B. BOUTAULT DE RUSSY
S. POLA

Présidents de Groupement d'Activité
M. NOMBRET | Aerocafc
G. SAVERY | Basket
J. BENEDICTO | Boules
J. M. MICHEL | Bridge
S. HAZAN | Canine
D. VELLA | Cyclo
D. GITTON | Équitation
J. L. THEOT | Football
B. LAFFINEUR | Plongée - Gers
A. BOUDJEMAA | Hand Ball
M. HAMZA | Loisirs&Evasion
P. BALLET | Modélisme
B. de Russy | Ping pong
C. DESFORGES | Rallye St-Hubert
Y. ANDRE | Tarot/Magie
S.BELLISSIMO | Tennis
J. CALVENTE | Tir à l'Arc
S. POLA | Volley-Ball

Responsables de Service
Mme C. BROUSSARD | Bibliothèque
Mme M. THOMAS | Club seniors
Mme V. LEROUX | Delta
Mme M.J. BENKIRANE | Service Social
Mr R. FOISY | Théâtre

Comité d'honneur
M. Les Ambassadeurs de France
P. CUVILLIER
H. DE COIGNAC
P. FAURE
M. LEVEQUE
J.B. MERIMEE
J.B. RAIMOND
J.F. THIBAUT

Présidents fondateurs
G. BOYER
C. LOURMIERES

Chargé de communication CAFC
C. MEDJADJ

Adresse CAFC :
Avenue Omar El Khayam, 21 000 Beauséjour
Casablanca - Maroc
Tél : 0522 25 50 05 / 0522 25 97 79
FAX : 0522 23 09 83
E-mail : cafccasablanca@gmail.com
www.cafcasa.com

Conception, Réalisation
& Régie Publicitaire



Agence Française de Communication

Directeur Général
Jacques Ctorza

Graphiste Designer
Abdelhak Ait-Msguine
Lotfi ZARKANI

Contact Publicité
06.61.10.65.75

252, Bd Ziraoui, résidence Ammar
Casablanca - Maroc
Tél : 05.22.22.87.40 (LG)
Fax : 05.22.22.93.34
E-mail : agenceafcom@gmail.com
www.agenceafcom.ma

Mot du Président P:3

Fête de la Pétanque P:6

AéroCAFC P:10

Bibliothèque P:18

Canine P:21

Cyclo P:22

Delta P:25

Équitation P:28

Garderie P:32

Loisirs & Evasions P:35

Magie & Tarot P:38

Musculation P:40

Ping-Pong P:43

Plongée P:47

Rallye-St-Hubert P:50

Roller-Skate P:52

Seniors P:53

Tennis P:55

Théâtre P:57

Tribune Libre P:60

Jeux P:61

Recette P:63



8^{ème} fête de la Pétanque



Le dimanche 24 avril, la Pétanque était à l'honneur à travers la mythique Fête annuelle de la Pétanque du CAFC.

Pour cette grande occasion, l'implication du GAB (Groupement Activité Boules) a été totale quant à l'aménagement des aires de jeux sur le central du Cyclo comme au niveau de l'organisation technique du tableau ou la supervision des parties. A ce propos, nous adressons un grand merci à Madame Céline Prévot pour sa disponibilité et son engagement ainsi qu' à Madame Peggy Magnin, pour le compte du CAFC général qui s'est chargé des dotations, des tenues (tee-shirts et casquettes) et de l'acquisition des lots de récompense à l'attention de chacun des participants.

Le coup d'envoi de cette 8^{ème} fête de la Pétanque fut donné par Monsieur Butel, Président du CAFC vers les 9h30.

Il s'en est suivi une superbe journée de convivialité et d'amitié entre les participants répartis en 50 équipes et les spectateurs venus soutenir leurs amis joueurs.

En fin de journée, soit aux environs de 17h, c'est l'équipe CONUS Jojo/CONUS Wafaa/BEAUDOT Habiba qui fut déclarée victorieuse mais tous les participants sans exception furent récompensés par des lots.

Un grand merci à nos fidèles sponsors, au GAB et à son équipe de bénévoles ; merci à Monsieur Brochette et à vous tous, amis cafistes.

PÉTANQUE



PÉTANQUE

FÊTE DE LA PÉTANQUE 24 AVRIL 2016

CLASSEMENT FINAL

EQUIPES

1	CONUS Jojo	CONUS Wafaa	BEAUDOT Habiba
2	DRAGO Philippe	RABIA Hassan	RAMOS Freddy
3	LARAKI Driss	LARAKI Dalil	POJOL Jade
4	ALEM Housna	ALEM Alia	ALEM Mohamed
5	LOIACONO Olivier	LOIACONO Alain	LOIACONO Freddy
6	ZOUBA Ahmed	SERRA Laurent	BOUAYADJamil
7	ANDRE Yves	ANDRE Marie-Jeanne	UNGARO Maite
8	HAMZA Mohamed	HAMZA Monique	EL GHAZALI Marie-Françoise
9	UNGARO Jean-Paul	PREVOT Céline	MOTTA Jacqueline
10	HERNANDEZ Stéphane	HERNANDEZ	HERNANDEZ
11	THEOT Nathalie	LEAL Pierre	FALANGA Jean-Louis
12	ANDRE Jo	COHEN Catherine	GUERRAOUI Nawal
13	REMY Françoise	SPADAFORA Gisèle	TOURIAN Martine
14	CASTAGNA Gildo	BALLET Philippe	MAGNIN Peggy
15	BENBOUZZA Karine	SCOTTO Martine	BENBOUZZA Rayane
16	RIBERO Stéphane	RIBERO	BOULOIN Magalie
17	BALOURI Mouna	ZEMRANI Fatty	LOULIDI Dina
18	HAZAN Serge	HAMDOUCH Hakim	BATTLE Jean-Christophe
19	DIAZ Luis	HARTMAN Pascal	FARAJ Reda
20	BALAGHI M'hamed	CHRAIBI Hasna	LAHLOU Faiza
21	LAVANANT Sonia	KRIEF Stéphane	ORTEGA Richard
22	SCOTTO Christophe	BORONAT Coralie	RIBERO Hugo
23	THEOT Jean-Luc	MADDALUNO Pasquale	PUGLIESE Richard
24	CLEMENCIN Claude	OUAJOU Tarik	TORRES Tarik
25	MICHEL Jean-Marie	MOLINA	MOLINA
26	SCATURRO Marie-Claude	SCATURRO Nino	DUPONT Marie-Louise
27	BANOS Albert	NIGITA Guisepe	NIGITA Adeline
28	MARTIN Christian	MEDJADJ Claude	o
29	POIROUT Georges	POIROUT Anne Sophie	EL GHAZALI Samir
30	CARMONA Josée	CARMONA Roger	MOTTA Christian
31	JOTTERAND Gisèle	BAHECHER Eliane	LOMBARDO Christine
32	BOUJELAILE Monique	DOS SANTOS Odette	BEN MOULOUD Mohamed
33	VASQUEZ Manu	BOULOUIN Sylvain	MOJSILOVIC Sacha
34	ETTEDGUI Stéphane	BELLISSIMO Bruno	BELLISSIMO Cécilia
35	GOMEZ Jean-Claude	JUTTIER Philippe	LIVOLSI Jean-Michel
36	RE Magali	SAPIO Michele	LOCASTO Fifine
37	BENKIRANE Marie-Jeanne	BISSEY Florence	FERNANDEZ Eliane
38	LEROUX Patrice	LELU Renald	HAZAN Daniel
39	BENEDICTO Jacques	PEREZ Andre	ABDALI Samir

PÉTANQUE

40	FOISY Renaud	RIVIERE Philippe	o
41	COURTOIS	COURTOIS	COURTOIS
42	GRANGIER	GRANGIER	GRANGIER
43	BENKIRANE Fouad	BENKIRANE Mehdi	BENKIRANE Hicham
44	DALORTO Valery	VITALIS Michel	VITALIS Jane
45	BOISSY Yannick	BLANCHARD Olivier	NAKUSI Bertrand
46	CANALE Toinoi	FOURNIER Pierre Alain	TOUHAMI Abdelkrim
47	SPATERI Elena	DE LA PERCHE Helene	HASSAN Marie-Noelle
48	NOMBRET Marc	MARYSE	KETTANI Oussama
49	POIROUT Pierre-Joseph	POIROUT Paul	POIROUT Louis
50	MGHARI Mamoun	MOMPIOU Nicolas	BADAOUI Ali

**SPONSORS FETE DE LA PETANQUE
DU DIMANCHE 24 AVRIL 2016**

- C.A.F.C. GENERAL
 - BASKET
 - BIBLIOTHEQUE CAFC
 - BOULES
 - BRIDGE
 - CANINE
 - CLUB SENIOR
 - DELTA
 - EQUITATION
 - FOOTBALL
 - MODELISME
 - PING PONG
 - TAROT/MAGIE
 - TENNIS
- CHEZA Catherine
 - FLEURITEL
 - FROMAGERIE BEL
 - GRAND SUD IMPORT
 - IFOULKI
 - KTLIC Group
 - LA MAISON DU BLANC
 - LA POMPE DIESEL
 - LE TANGEROIS
 - NEOLT GRAFT
 - ONLY
 - RYAD NET WORK
 - S.B.M.
 - ULIS
 - THECNIC PLONGEE PRO
 - THEMA GALERIE
 - VITA



AéroCafc



JULIEN TANDEM BENI MELLAL DU 16 -12-15

« Voyant arrivé Noël, je me mets en quête d'un cadeau à offrir à ma douce et tendre. Toujours la même rengaine quand il s'agit de trouver un truc sympa à offrir. »



L'inspiration nous fuit...

On ne se souvient jamais de la petite suggestion qu'elle nous a soufflée il y a quelques mois comme pour nous faire sa petite lettre au Père Noël anticipée.

Après m'être un peu creusé les méninges, me vient soudain une idée.

Elle aime les sports extrêmes, tout comme moi, alors pourquoi ne pas faire quelque chose dont on se souviendra toute notre vie ?

Quoi de plus merveilleux à offrir qu'un souvenir Extraordinaire ? C'est décidé, on sautera en parachute pour Noël.

Je commence, donc, mes recherches et rapidement je me rends compte que ce n'est pas forcément le sport national au Maroc et encore moins durant l'hiver.

Tous les moniteurs passant les fêtes en France, je ne trouve pas un seul club d'ouvert.

Comme souvent dans ces situations inextricables, je sors mon téléphone et je compose le numéro d'urgence, celui de ma mère.

Bien m'en a pris car, pas plus tard que le lendemain, j'obtins le numéro du Parachute AirClub de Beni Mellal.

Réservation prise pour le 16 décembre 10h.

AÉROCAF

Jour J !

On quitte Marrakech direction Beni Mellal. Je prétexte une visite au lac de Bin el Ouidane pour garder secret mon véritable projet à ma bien-aimée. Après 2h de route, on arrive, enfin, au Club.

Je la réveille gentiment. Ne voyant pas de lac à l'horizon elle me demande : « qu'est-ce qu'on fait ici ? », « Un saut en parachute, ça te tente ? » répondis-je. Soudainement, de la lumière se mit à scintiller dans ses yeux. « AAAAAAAH » cria-t-elle hystérique avant de se jeter dans mes bras.

Une fois ses esprits repris, on se dirigea vers l'aérogare où, à mon grand étonnement, une vingtaine de touristes s'adonnaient déjà à diverses activités liées au parachutisme.

Des suédois avec lesquels on sympathisa autour d'un bon thé à la menthe après s'être fait enregistrer à l'accueil et avoir réglé les détails administratifs (super discount pour les membres du CAFC).

« Marta Abramczyk » résonna la voix au micro. C'était à son tour de se préparer pour le grand saut ! Je lui souhaitai bonne chance et la vis monter dans l'avion et, quelques instants plus tard, avec notre moniteur, Nicolas Barret, professionnel aguerri traînant derrière lui 20 ans de saut en parachute. J'attendais, pour ma part, tranquillement au soleil guettant les nuages pour voir si je pouvais y distinguer ma petite amie.

Quelques minutes plus tard, je vis s'ouvrir une voile orange qui glissait paisiblement dans le ciel se rapprochant doucement mais sûrement de la piste d'atterrissage.



Dans la foulée et sans un bruit, ils se posèrent sans encombre à quelques mètres de l'aérogare.

Tandis qu'elle revenait vers moi, je pouvais déjà apercevoir au loin son sourire rayonnant.

« INCROYABLE » me dit-elle,
« C'est ton tour maintenant !!! ».

C'est parti, le speaker annonce mon nom au micro et Nico vient me chercher pour m'équiper.

Les bretelles et les sangles serrées, il me donne les consignes à appliquer une fois dans l'avion :

- On s'installe un pied de part et d'autre du banc.
- Une fois atteint les 4000m, on s'attache l'un à l'autre et on serre les sangles.
- On ouvre la porte, je passe le premier, je m'installe sur le rebord, je mets mes mains au niveau de mes bretelles, les pieds croisés bien en arrière, on bombe le torse et on met la tête bien en arrière en attendant le départ.
- Lors de la chute attendre le petit signal de Nico avant d'ouvrir les bras.

On y va, on se dirige vers l'avion avec le reste des parachutistes.



AÉROCAF



On est plutôt à l'étroit à l'intérieur mais comme dit Nico, « c'est convivial ».

L'ambiance est détendue tandis que l'on décolle pour le grand saut.

Une première vague de parachutistes s'élance autour des 2000m ; l'occasion pour le groupe de s'adonner au rituel du « check » (se taper dans la main) avant de sortir de l'avion.

On referme la porte et il ne reste que Nico et moi. On monte à 4000m.

On y est ! On ouvre la porte dans un vacarme monstre, je passe le premier, mets les pieds dans le vide, respecte les consignes données par le moniteur précédemment. Je place mes lunettes sur mon visage, Je suis en position... ET C'EST PARTI !!!!!

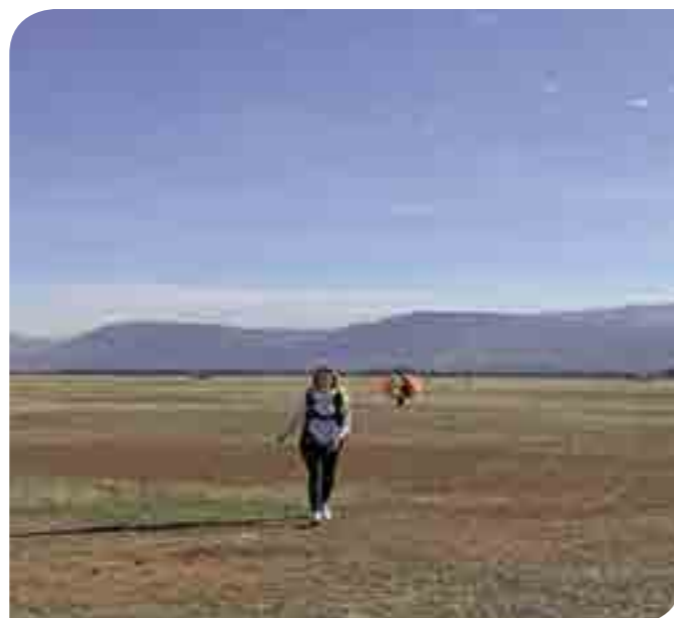
Une sensation inégalable ! Le cœur bat la chamade ! On comprend rapidement qu'il n'y a rien à quoi se raccrocher, que c'est de la chute pure et dure !

On ne cesse d'accélérer pendant à peu près 15sec avant d'atteindre la vitesse de croisière d'environ 220 km/h.

Là, Nico me tapote l'épaule, c'est le signal, j'ouvre mes bras !

En quelques secondes, on s'habitue à la sensation de chute et on découvre avec émerveillement le paysage incroyable qui s'offre à nous ; Nico, en expert, nous fait tourner à 360° pour nous montrer les différentes vues.

Je baisse les yeux et me rends compte que le sol se rapproche tout de même rapidement.



Quelques secondes plus tard, le parachute s'ouvre et gentiment, nous passons d'une vitesse de 220km/h à 40km/h en planant.

Nouvelle sensation, nouvelle découverte, la joie du parachutisme. C'est paisible, doux et, à la fois, excitant lorsqu'on réalise qu'on est quand même à plusieurs centaines de mètres du sol (1500m). Petite discussion avec Nico qui me demande un feedback. Puis, il me tend les commandes ! Rien de bien compliqué, tu tires à gauche pour aller à gauche et inversement, les deux pour freiner.

Je profite des dernières minutes pour regarder les alentours et on entame finalement l'atterrissage. On s'aligne avec la piste, on lève les jambes, le sol arrive vite et d'un coup on ralentit, on pose les pieds, on regarde au dessus de nous et on réalise qu'on a certainement vécu l'une des plus belles expériences de toute sa vie.

Julien



AÉROCAFC

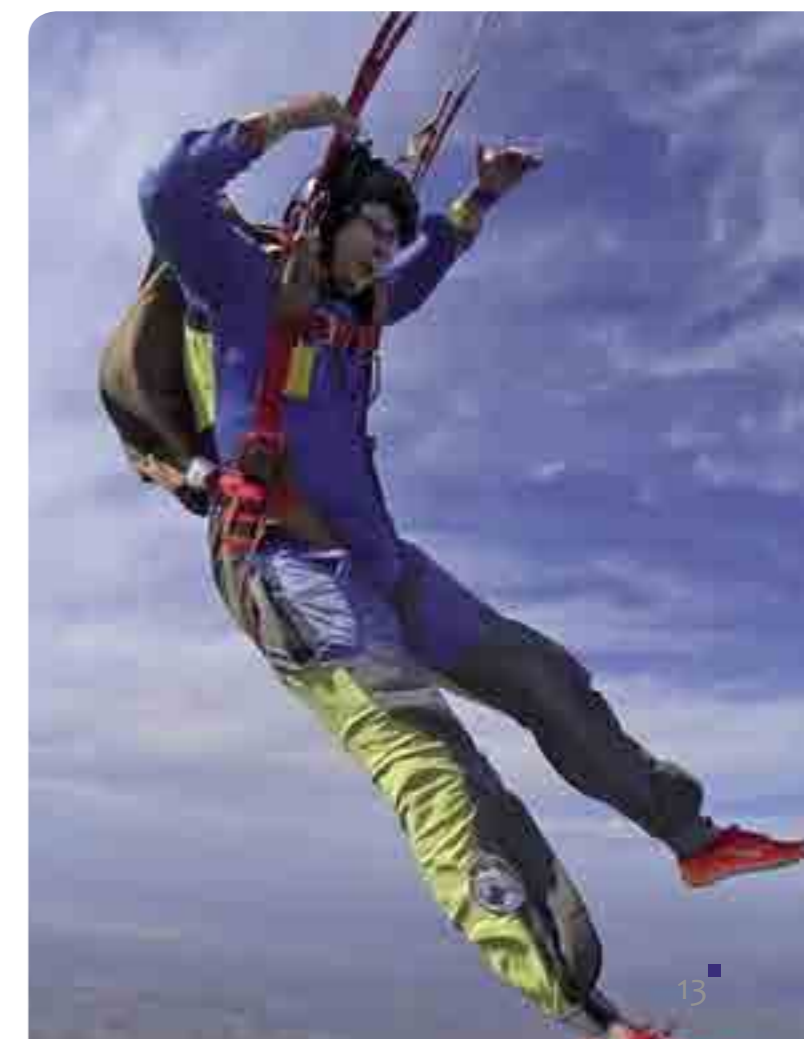
« Sophia et Ismael sont mariés depuis quelques mois et apprennent progressivement à se connaître. A tour de rôle, chacun d'entre eux fait découvrir sa passion à l'autre. Dans son enfance, Ismael a été marqué par le film "Point Break" avec Keanu Reeves et Patrick Swayze, qui raconte l'histoire de Surfers sur la côte Californienne, passionnés de parachutisme. »

Il s'est toujours promis de tenter un jour l'aventure. Grâce au Groupement AeroCafc, Ismael et Sophia se sont inscrits au stage de parachutisme PAC de Beni Mellal. La formation dure 7 sauts à l'issue desquels l'élève est habilité à sauter tout seul.



Après une journée de formation théorique avec un moniteur venu tout droit du centre de formation de Soulac-sur-mer en Gironde (le centre de Soulac étant jumelé avec celui de Beni Mellal), le tour est venu pour les deux amoureux de faire leur premier saut.

« Nous pensions que le premier saut se ferait en tandem (formule où l'élève s'accroche à l'instructeur) », nous affirme Sophia.



AÉROCAFC

« Il n'en est rien, puisque dès le premier saut, l'élève stagiaire saute seul... Enfin, accompagné quand même de deux moniteurs qui le suivent pour s'assurer que tout se passe bien », nous complète Sophia d'un ton fier.

Le vol se fait sur un appareil de type Pilatus qui prend jusqu'à 8 passagers. A 4500 mètres, la porte s'ouvre. Et c'est parti pour 1 minute de liberté, de chute libre à près de 200km/h, pendant laquelle le monde s'envisage non plus en 2 mais en 3 dimensions. L'ouverture du parachute se fait à 1500 mètres d'altitude, ce qui permet au sauteur de profiter de plusieurs minutes sous voile et d'admirer le magnifique paysage avant de se poser à proximité de l'aéroport de Beni Mellal.

« Le premier saut est le plus impressionnant mais, ensuite, on s'habitue et ça devient rapidement une partie de plaisir » nous confie Ismael. « Le saut en parachute offre des sensations uniques, une sacrée décharge d'adrénaline qui donne une furieuse envie de recommencer, attention à la dépendance », nous avoue-t-il à demi-mot.

L'ambiance au club de Béni Mellal est assez exceptionnelle. S'y retrouvent des passionnés du monde entier. Sauter au-dessus des montagnes de l'Atlas rend le paysage unique. Voler au-dessus des montagnes permet d'apercevoir les monts glacés de la chaîne montagneuse. Le climat y est adéquat.

Vertige diront certains ? Pas du tout, nous répond Sophia avant d'ajouter « Rien à craindre, car tout comme en avion, l'absence de liaison au sol ne donne pas au cerveau d'information de relief ».

Mal au cœur diront d'autres ? « Je ferme les yeux dans les montagnes russes, et je les garde bien ouverts en parachute » éclate de rire Ismael.

« Aucun malaise particulier, même pour les âmes sensibles, préférez le parachute à la fête du Trône ».

Dangereux ? Nos amoureux nous répondent en cœur. « Il faut arrêter les idées préconçues. Le parachutisme est un des sports les plus sûrs du monde. Il est plus dangereux de monter dans votre véhicule que de sauter d'un avion. Toutes les mesures de sécurité sont mises en œuvre pour que votre saut se déroule sans incident, et, au pire des cas, le parachute de secours est programmé pour s'ouvrir automatiquement à 300 mètres. Qu'attendez-vous pour nous rejoindre la saison prochaine ? »



AÉROCAFC



AEROCAFC - MERMOZ

06 — PARACHUTISME A 16

PARACHUTISME : À BENI-MELLAL SAISON HIVERNALE

Tél. : 05 22 99 48 77



Tél. : 05 22 25 50 05

Saison hivernale du 10-12-15 au 14 Avril 2016, venez découvrir l'Atlas en chute libre à plus de 200 km/h à BENI - MELLAL. En partenariat avec la Fédération Française de Parachutisme et le Para club de Soulac, le PACMA et l'AEROCAFC propose plusieurs formules de sauts pour les débutants et les confirmés.

LE SAUT EN TANDEM : c'est la formule idéale pour s'initier ; après une courte formation, vous êtes embarqués dans le Pilatus avec un moniteur qui dispose d'un harnais double. Départ à 4 000 mètres pour une chute libre de plus de 2 000 mètres. Ouverture du parachute et posé en douceur après un vol de 10 minutes. Il est possible de se faire filmer et photographier par un parachutiste afin de garder le souvenir du sourire à la sortie de l'avion !!!

LA PAC - PROGRESSION ACCELEREE EN CHUTE: pour ceux qui veulent vraiment s'embarquer dans l'aventure parachutiste, la PAC est une formule de progression sur 6 à 8 sauts, où dès le premier saut l'élève quitte l'avion en chute libre à 4 000 mètres avec son propre parachute et accompagné par deux moniteurs. Pour pouvoir faire une PAC complète, il faut compter une bonne journée de formation et 4 jours pour réaliser le programme.

A l'issue des 6 sauts, si l'élève est confirmé par les moniteurs, alors il peut s'élancer seul dans le ciel.

TARIFS : Saison 2016

Désignation	Prix en DH	Désignation et options	Prix en DH	Pliage en DH
A – Autonomes et Passagers	200 / 300	Location parachute+Pliage	70	50
B – Tandem	2 000	Option Vidéo	800	2 400 non AEROCAFC
C – PAC Découverte	3 200	Visite médicale	150	
D – PAC	11.574	+ Licence et assurance		

Nota : Pour B -Tandem – Venir avec certificat. Médical

Bonus AEROCAFC : 1 saut A gratuit après 10 sauts A ou 1 Tandem ou 1 PAC

LA PAC DECOUVERTE : c'est simplement le premier saut PAC, formule intermédiaire entre le tandem et la PAC.

ACTIVITE PARA

Entre le 30-11-14 et le 14-04-15 ce sont 16 000 sauts réalisés durant la saison.

Avec Equipe nationale française de P.A. et Voltige : 9 Paras. Polytechnique en Février: 50 Paras.

Ecole Annemasse - 60 Paras. - Centre de Nîmes – 20 Paras- Groupe de V.R. Avec Polo GRISONI vice champion du monde relatif :

PARTICIPATION DE 12 NATIONS : France – Belgique – Italie – Suisse - Angleterre – Hollande – Etats- Unis -Espagne- Irlande – Allemagne – Maroc – Mauritanie BENI MELLAL avec le nombre de sauts réalisés DEVIENT UN CENTRE IMPORTANT MONDIAL

AVIONS LARGUEURS

Pour 2015/16 : 1 PILATUS en permanence + Un 2^{ème} à partir du 15-02-16

Site Internet PACMA

E-mail : info@pacma.ma

Site : <http://www.pacma.ma>

AÉROCAFC

CONTACTS — INFORMATIONS

SECRETARIAT CAFC	Peggy	Tél : 0522 25 50 05	AEROCAFC- :Tél. : 0661 419 859
SECTION AEROCAFC	Marc NOMBRET	Tél . : 0522 94 06 51	E-mail : marc nombret@gmail.com
	Georges MINNINGER	Tél . : 0523 51 65 11	E-mail : georges.minnegheer@libertysurf.fr
	Omar BENIZI D.T.PACMA	Tél . : 0640 149 799	E-mail : omarbenizi@hotmail.fr
	Nabil SEDRATI S.G PACMA	Tél. : 0661 460 047	E-mail : aquapro@wanadoo.net.ma

HEBERGEMENT :

Hôtel OUZOUD Route de Marrakech,
Km 3, BP 93 Béni-Mellal- Maroc.
Tél.: 0523 48 37 52/Fax : 0523 48 85 30
E-mail : ouzoud@sogatour.ma
GSM : 0661 119 119.
Tarif demi-pension par personne
en chambre double : 260 DH en
chambre individuelle : 360 DH

GROUPEMENT ACTIVITES AERONAUTIQUES

Tél. : 0522 22 99 48 77
E-mail : aerocafc@gmail.com
M.N. 0661 419 859
Le 24-01-16

It's time for
a new record.

TISSOT T-RACE MotoGP™
AUTOMATIC LIMITED EDITION 2016.
IT PORTRAYS THE DEPTH OF TISSOT'S
LONG-TERM PARTNERSHIP WITH
MotoGP™. IT HAS THE PRECI-
SION OF THE TIMEKEEPER AND
COUNTERS THAT RESEMBLE
THE BIKE DASHBOARD, A
BRAKE-DISK BEZEL, ALL THE WAY
TO REAR SUSPENSION RODS IN
THE ATTACHMENT OF
THE BRACELET TO
THE CASE.



T+ TISSOT THIS IS YOUR TIME

CHRONOSS
L'Expert Horloger

LE COMPTOIR
DES MONTRES
M

TISSOTWATCHES.COM
TISSOT. INNOVATORS BY TRADITION

Bibliothèque



A l'époque d'internet et des réseaux sociaux, c'est avec un peu d'étonnement mais surtout avec un très grand plaisir que nous voyons venir de plus en plus d'« Ado » qui ont une demande très précise de livres à la mode :

les « CHERUB » du nom de l'agence où travaillent des agents mineurs recrutés dans les orphelinats comme JAMES le héros principal ou RYAN et dont nous avons toute la série du tome I au tome XV, ou « ÉTERNELS » la série très appréciée d'une romancière canadienne Alyson NOËL.

Nous avons, aussi, de très jolies bandes dessinées : « WITCH » en deux saisons.

Les plus jeunes raffolent toujours des aventures de MAX ET LILI ou plus récemment paru « LES P'TITS DIABLES ».

BIBLIOTHÈQUE

Les écrivains nordiques sont, depuis peu, apparus dans la littérature policière et l'enrichissent d'un style nouveau, sec et vif.

Mais c'est HANNE-VIBEKE HOLT qui a attiré plus d'un million de lecteurs en publiant un suspense se situant dans le monde politique danois, « LE PRÉTENDANT ». Parmi les écrivains danois, il faut aussi mentionner « DOSSIER 64 » et « PROMESSE » d'ADLER OLSEN dans lequel l'inspecteur MORCK compose un trio attachant avec ses deux assistants, ASSAD et ROSE.

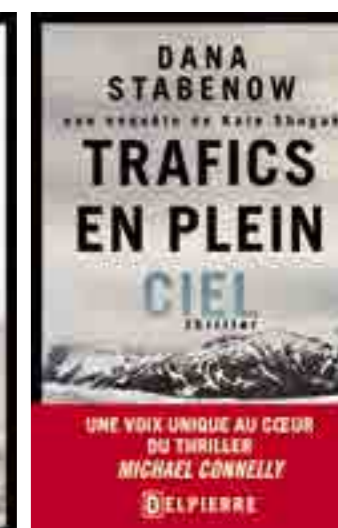
Très en vogue, aussi, DANA STABENOW, née à Anchorage en Alaska qui a grandi sur un chalutier, nous livre des romans qui, évidemment, ont pour cadre les paysages gigantesques de l'Alaska et pour héroïne KATE SHUGAK dans :

- A PIERRE FENDRE
- LA MÉMOIRE SOUS LA GLACE
- MORT EN EAUX-VIVES
- TRAFICS EN PLEIN CIEL

Mais, on ne se lasse pas de classiques comme « CHEF DE GUERRE » de Tom Clancy à partir du meurtre d'un de ses camarades par un tueur du KGB, Jack Ryan va remonter jusqu'aux dangereux secrets du milliardaire russe Volodin ou la « 13^{ème} MALÉDICTION » de James PATTERSON



Mais le thriller le plus captivant reste sûrement « LE POÈTE » de MICHAEL CONNELLY, dans lequel le journaliste Jack Mac ENVOY est confronté au suicide de son jumeau qui s'avère être un meurtre. L'enquête sera suivie par le commissaire HARRY BOSCH et sa profileuse RACHEL WALLING, personnages que l'on retrouve dans une éventuelle suite toute aussi prenante : « LOS ANGELES RIVER ». Plus près de nous, « LE SANG DANS NOS VEINES » de MIGUEL BULNES qui évolue, d'abord, dans le Rif Marocain puis à Madrid dans l'Espagne pré-franquiste où l'inspecteur Santamaria enquête sur des affaires de pédophilie et de meurtres d'enfants ; et également « MEURTRES A DAR EL BEIDA » de Kamil Tazi.

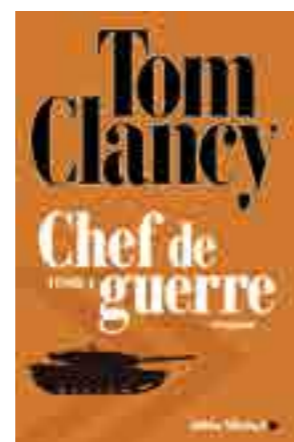


BIBLIOTHÈQUE

A mi-chemin entre roman et thriller, nous retrouvons toujours avec la même impatience GUILLAUME MUSSO qui nous tient en haleine jusqu'à un dénouement surprenant dans « LA FILLE DE BROOKLYN », son dernier roman au rythme enlevé : Qui est vraiment Anna que doit épouser Raphaël, un écrivain à succès ? Saura-t-elle surmonter son passé et voir où sont ses vrais amis ?

faut surtout pas oublier « MARIE CURIE PREND UN AMANT » d'Irène Frain.

Inclassable, Christine ORBAN nous donne une analyse fine et féminine de la reine Marie-Antoinette en contradiction complète avec son époque et les contraintes de la Cour de France qui se voulait libre et qui ne put jamais l'être : « CHARMER, S'EGARER ET MOURIR ».



Plus mystérieux, Marc Lévy nous surprend avec son roman sur la vie, l'amour et la mort ; une belle et émouvante histoire d'amour et d'amitié entre HOPE, JOSH et LUKE. Lisez le !

Enfin, de nombreux livres historiques sont arrivés ces derniers mois :

« CHIRAC, UNE VIE » de Franz- Olivier GIESBERT
 « L'ESPRIT DU JUDAÏSME » de Bernard Henri LEVY
 « REINE DE PALMYRE » de A.B DANIEL
 « MINUIT AU PERA PALACE » de Charles KING
 « LES CAVALIERS D'ALLAH » de Geneviève CHAUVEL
 Beaucoup, beaucoup de très bon livres qui, je l'espère, seront appréciés par beaucoup, beaucoup de lecteurs !

Une autre petite merveille, « TOUTE LA LUMIÈRE QUE NOUS NE POUVONS VOIR » d'Anthony DOERR. Dans le Paris de l'Occupation, Marie- Laure une jeune aveugle et Werner un orphelin vont voir leur vie bouleversée par la guerre. Ajoutez-y des descriptions extraordinaires de Paris et de ST-Malo et vous avez un roman magnifique et émouvant. Quant à Sarah LARK, elle termine brillamment sa trilogie du « Pays du nuage blanc » commencée en 2013 par « LE CRI DE LA TERRE ». Il faut, aussi, retenir « LES VIEUX NE PLEURENT JAMAIS » de Céline Curiol (mauvais titre mais bon livre !) et il ne

A bientôt !



Canine



Groupement Canine : Ouarf Ouarf

Les travaux continuent :

- Aussitôt les travaux des boxes terminés, aussitôt la pension reprendra son cours normal avec une augmentation notoire de sa fréquentation.
- Concernant la reconfiguration des rings de détente, nous disposons, maintenant, d'un plus grand nombre de ring offrant, ainsi, une capacité de détente plus importante qui peut s'adapter à une demande plus forte surtout pour les chiens de petite taille.

Education canine :

- Les cours connaissent un réel engouement avec la présence assidue d'un grand nombre de chiens ; nous notons également la présence de nombreux chiots et la nécessité de mettre prochainement en place un cours qui leur soit spécifique.

Chiens / chiots :

- Le samedi, nous proposerons aux cafistes la possibilité de choisir leur futur compagnon à 4 pattes parmi plusieurs chiots sélectionnés et proposés.

L'UMPA vous présentera également des chiens qui cherchent une famille d'accueil.

- Les expositions canines prévues sont annulées (pour le moment) le temps de finaliser les travaux en cours.

Restauration :

- Le restaurant vous accueille le mercredi, vendredi, samedi et dimanche. Nous rappelons que seuls les membres du Groupement canine et leurs invités y sont autorisés.

Divers

- Nous recherchons des sponsors pour l'acquisition de parasols, tables de jardin et parcours d'éducation canine (agilité et ring).
- Mise en place du site du CAFC www.cafcasa.com.



Cyclo



Le Cyclo triathlonne...

À l'approche du Ramadan, nos sportifs ont redoublé d'efforts en multipliant leurs entraînements et participations aux manifestations sportives nationales et internationales.

- Les entraînements sur piste permettent au groupe d'affûter ses armes, avec des exercices spécifiques pour les ténors (Fractionnés, relais, endurance...) imités, à un moindre degré par les sages.
- L'amour qu'ils portent à leur vélo n'a d'égal que le temps passé à le bichonner: lavage, graissage, réglage
- Saluons les séances d'initiation réservées aux néophytes
- Comme le stress quotidien, la fatigue est très vite oubliée après la douche, les rafraîchissements et les rigolades au bungalow
- L'appétit venant en mangeant, nos champions participent au maximum d'épreuves semi marathon et triathlon glanant des places très honorables

Détente au Cyclo



CYCLO

* Thierry a pris la 3ème place du podium au semi marathon de Casadia à Bouskoura le 17 avril

* Satisfaisante et massive participation de nos athlètes au « Triathlon speed » de Larache : soit 750 m natation, 20 km de vélo et 5 km de course à pieds.

Ils ont beaucoup apprécié les sites, la bonne ambiance et la bonne cuisine de la ville. Malgré la perturbation de l'épreuve de natation par un fort courant qui a entraîné de nombreuses disqualifications, ils ont tenu la dragée haute aux grands champions européens et marocains. Soulignons la performance de notre championne Assia qui a surmonté cette difficulté en se plaçant 7ème derrière 6 jeunes espagnoles (17 à 23 ans) mais 1ère vétérante au général et 1ère femme du Maroc.

Nos félicitations à tous les participants :

Azzouz Momo
Benjelloun Omar
Benyahia si Mo

Bennis Yassine
Bensouda Yahia
Carmona JM

Ferret Serge
Lahlou Amine
Lahlou Jakani Myriam

Mouden Karim
Santana Assia et Richard
Tassi Rachid
Vergin Michael



Larache Assia et Le français Shaw 1er groupe Elite



Ironman Barcelone K.Mouden



Le Ironman Barcelone



Ironman Barcelone Y. Bennis

* Kermesse du CAFC le 15 Mai : Notre fer de lance, Thierry, a souhaité à sa façon un joyeux anniversaire à notre dynamique Président en remportant les 5 km suivi de Michael V.

En voyage à Paris, pour souffler ses 76 bougies avec sa fille, Denis a beaucoup apprécié la contribution des Santana, Pace R. et Ferret S. à la réussite de cette fête sportive et socio-culturelle.



Entretien de la petite reine

CYCLO



* Bravo, aussi, à tous ceux qui ont représenté le CAFC-Cyclo au mythique semi-triathlon de Barcelone le 22 Mai : Ils ont réalisé des temps du tonnerre et franchi l'arrivée avec le sourire.

On est fiers de vous : Bennis Y en 5h36, Bensouda Y en 5h 39, Mouden K en 5h21 et Lahlou M.

• Rien ne vaut la pratique du cyclisme pour entretenir la forme: Pour preuve, ce brave technicien de surface au CAFC : âgé de 78ans, au service du club depuis 35 ans, Mr Bouchaib boucle chaque jour 50km (Aller-Retour CAFC Domicile).

Matinal, il arrive au club à 8h30 au départ de notre sortie dominicale.

• Les anciens restent très attachés au Cyclo : Notre ex trésorier, C. Laffont, a fui la grisaille parisienne pour venir recharger ses accus chez notre Président et retrouver les joies de la piste, les saveurs et les odeurs de la cuisine marocaine.



Bouchaib la star

Bon Ramadan
V.Denis / H.Hamid



Sortie dominicale

Ironman Sortie de l'eau Mouden et Bennis

DELTA



JUDO

« Le Judo aide l'enfant à développer sa force, sa rapidité, sa souplesse, sa coordination, ses réflexes, sa concentration, la confiance en soi et la connaissance de son propre corps. »

CHAMPIONNAT DES POUSSINS : dimanche 21 février 2016 avec 15 participants



Le CAFC a participé aux CHAMPIONNATS :

- BENJAMINS : samedi 30 avril 2016 avec 5 participants - MINIMES : dimanche 08 mai 2016 avec 3 participants

PROGRAMME JUDO :

- **Mercredi 15 juin 2016** : remise des ceintures et des médailles pour le Baby-Judo.

- **Mercredi 22 juin 2016** : Championnat pour cours 1,2 et 3.

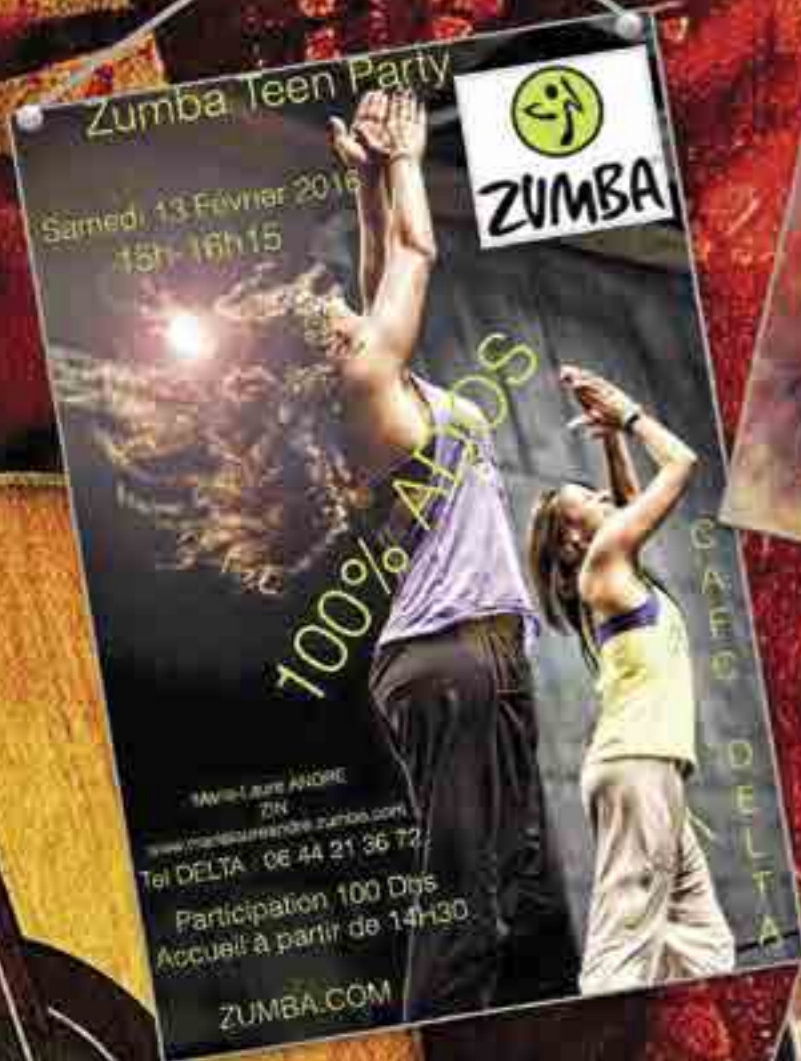
- **Vendredi 24 juin 2016** : remise des ceintures.



LES DIFFÉRENTS GRADES :

- Ceinture Blanche
- Ceinture Jaune
- Ceinture Orange
- Ceinture Verte
- Ceinture Bleue
- Ceinture Marron
- Ceinture Noire (de 1^{ère} à 5^{ème} Dan)
- Ceinture Rouge et blanche (de 6^{ème} à 8^{ème} Dan)
- Ceinture Rouge (de 9^{ème} à 10^{ème} Dan)

STAGES DELTA



AÏKI-DO

L'Aïki-Do est un art martial japonais qui développe nos réflexes, notre énergie tout en nous faisant découvrir les grandes possibilités cachées au fond de nous.

La pratique de l'Aïki-Do aide à trouver souplesse, énergie le "Ki" et assurance en soi.

A côté de la pratique de l'Aïki-Do, qui devient une hygiène de vie aussi bien mentale que corporelle, nous développons une maîtrise de notre corps tout en apprenant à éviter une agression ou une attaque à nous déplacer rapidement sans dépenser trop d'énergie donc sans fatigue.

On apprend aussi à se défendre par des techniques de self control très efficaces sans utiliser de force.

Qui peut pratiquer l'Aïki-Do ?

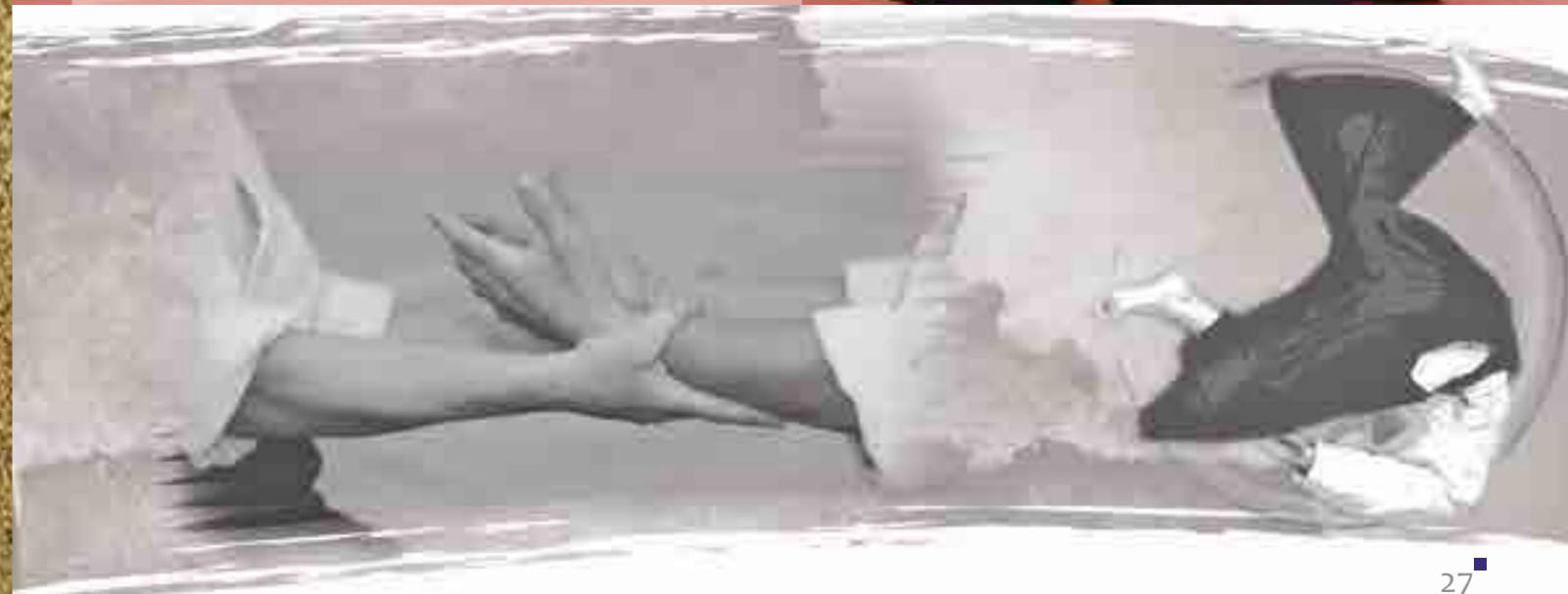
Tout le monde, et à n'importe quel âge, même si depuis longtemps on a délaissé tout entraînement physique.

La pratique de l'Aïki-Do, sous la direction d'un professeur compétent, n'est ni dangereuse, ni brutale.

Les femmes sont sensibles à la grâce et à l'élégance de cet art, à noter qu'une femme qui pratique l'Aïki-Do ne se sentira jamais en état d'infériorité face à un agresseur éventuel.

La meilleure façon de se faire une opinion de l'Aïki-Do est de venir suivre quelques cours d'initiation.

Freddy LOÏACONO
 6^{ème} DAN Aïki-Kay



Equitation



Joyeux anniversaire à notre coach préféré !! Farid Amanzar à qui l'on souhaite beaucoup d'autres belles victoires !!

Dynamiques et motivés, les cavaliers du Cafc se sont démarqués au concours de Khmesset !
 Rim Kounda - Eve Gitton - Charlotte Gitton - Yasmine Zerrad - Sofia Kannour - Sarah Kannour - Alia Torres - Amine Bennani.

Saluons les d'un grand bravo!

Pour l'épreuve 115, Charlotte Gitton et Ida du Houley finissent à la seconde place !
 Rim Kounda et Vendome des Figuades se classent à la 9^{ème} ! Bravo mesdames !!!!

Quel merveilleux couple que celui de Eve Gitton et Zaffier qui finissent à la 3^{ème} place de l'épreuve 125 !!
 Farid et Air Jordana Z, au triple galop, à l'assaut de l'Open Grand Prix.

Merci à Farid Amanzar qui, lors du concours RCE "Lalla Amina Khemisset", se classe deuxième pour l'épreuve n° 10 / 130 avec Air Jordana Z. Aujourd'hui encore, notre Fafa, avec la merveilleuse Air Jordana Z défie tout sur son passage et finit second pour l'Open Grand Prix !

Merci Farid de nous rendre si fier et de nous représenter avec autant de talent !



EQUITATION

Lors du concours de Khmesset, l'équipe du CAFC se place première ; cela frôle la routine !!!



Bravo !!!

Un cours au top !

Merci à Farid ... Toujours au rendez vous avec ta bonne humeur " oui oui Farid était de très bonne humeur ", ton rire et évidemment tes remarques !

Merci aux cavaliers !



Amine Bennani



Andréa Péquignot

Vendredi 6 mai, 11 cavaliers du CAFC et 1 cavalier de Rabat ont passé les examens fédéraux du Fariss. Une après midi pleine d'émotions avec des larmes "j'ai tout raté" mais aussi beaucoup de rires et de sourires !!! Félicitations à nos 12 cavaliers qui ont tous obtenu leur Fariss !!!



le plus jeune de l'équipe Amine Jirari

Nos petits cavaliers et nos deux juges préférés



Farid est revenu, Fafa est notre chouchou!

EQUITATION



CSO 1* d'El Jadida

La seule sans faute du CAFC samedi : Mia Hamdouch !

Sala El Jadida au RCE du Lac

Ce week-end là, notre équipe compétition poney était à Sala El Jadida au RCE du Lac, un club où se côtoient dans les carrières chevaux, poules, canards...

SAMEDI :

- **Poneys A** : Agathe & Toutoune sont sans faute ; 4 points pour Victoria et Rita ; une belle cascade pour Amandine & Flèche !!!

- **Poneys B** : Chute de Neil

- **Poneys C** : Sans faute pour Lina & Nafr ainsi que Mia & Padria. Agathe & Ramsès éliminés suite à 2 refus.

DIMANCHE :

- **Poneys A** : Belle 4^{ème} place pour Rita ; 6^{ème} place pour Victoria ; 11^{ème} pour Agathe ; 12^{ème} pour Amandine.

- **Poneys B** : Neil & Lascar se classent 5^{ème}.

- **Poneys C** : Mia & Padria s'emparent de la 2^{ème} place, Lina & Nafr sont 5^{ème}, Agathe & Ramsès 10^{ème}.



Une star était au CAFC Equitation cet après midi : Abdelkebir Ouaddar. Ce grand cavalier était précédemment l'entraîneur de l'équipe compétition cheval du CAFC. Aujourd'hui, son palmarès est impressionnant, il vient de se qualifier pour les Jeux Olympiques de Rio d'Août 2016.



EQUITATION

Les 28 médaillés d'or des championnats 2015 de Dar Essalam ont reçu leurs trophées dimanche 24 avril lors d'une belle cérémonie organisée par Maroc Equestre. Les voici sur le tapis rouge...

Le Président du CAFC-Equitation fier de ses petites cavalières !



JUMPING CHALLENGE DAR ESSALAM LES 23, 24 AVRIL 2016

Les concours se suivent pour notre équipe compétition. Lors de ce week-end, nos cavaliers se retrouvèrent dans la belle carrière de Dar Essalam.

SAMEDI :

Poneys A : Rita et Jester prennent la 5^{ème} place, Dalil & Domi ainsi qu'Amandine & Flèche sont sans faute et se classent respectivement 6^{ème} et 10^{ème}, Victoria et Cassis avec 1 refus terminent à la 12^{ème} place.

Poneys B : Neil et Rayane sont 8^{èmes}

Poneys C : Lina et Nafr s'emparent de la 2^{ème} place, Mia et Padria sont 4^{ème}, Agathe et Ramsès sont sans faute à la 7^{ème} place ; Margaux et Quenzal terminent 11^{ème} avec 1 barre.

DIMANCHE :

Poney A : Victoria et Cassis se classent 5^{èmes}, Dalil et Domi sont sans faute en première phase mais sont éliminés de la seconde car la ligne de départ n'a pas été franchie, Amandine et Rita ne peuvent aller en seconde phase suite à une barre en première phase.

Poney B : Neil et Lascar accèdent à la seconde phase mais sont éliminés suite à 2 refus.

Poney C : Lina et Nafr sont les grands vainqueurs de cette épreuve ; ils sont suivis de très près par Margaux et Quenzal qui terminent 2^{èmes}, Rayane et Donald sont 4^{ème}. Mia avec une barre en première phase ne peut accéder à la seconde et se classe 9^{ème}. Agathe et Ramsès sont éliminés en phase 1 suite à deux refus.

Bravo à tous pour ces très beaux parcours sous le beau soleil de Rabat !!!

CHASSE AUX OEUFS

Aujourd'hui 27 mars, nos mini-cavalières sont allés à la chasse aux œufs dans le cross avec Stéphane et Aziz.

SAINT HUBERT

Poneys et chevaux se sont faits beaux ce matin pour assister à la messe de la Saint Hubert, une très belle cérémonie qui a eu lieu sous un grand soleil et un beau ciel bleu au milieu du cross de l'équitation. A l'issue de la messe, tous les animaux présents ont été bénis par le prêtre, l'occasion pour quelques équidés de montrer leur peur de l'eau !!! Merci aux parents et palefreniers qui ont aidé les cavaliers à tenir leurs fières montures.

Enfin, dans la série "heureux évènements", nous souhaitons à Ourika, que son poulain, arrivé dans la nuit, devienne un champion !!!

Garderie



Carnaval à la garderie

Une semaine avant les vacances de Pâques, une ambiance festive et colorée régnait à la garderie. Et pour cause, tout le monde préparait le Carnaval qui s'est déroulé le vendredi 22 avril.

Les décorations et ballons ornaient les classes des Coccinelles, des Lapinous et des petits Poussins. Chacun était à la recherche du déguisement qu'il porterait.

Le jour J, on ne voyait que des petites princesses avec leurs robes qui virevoltaient, des Spiderman de toutes les tailles mais aussi des petites blanches neiges et des petits pirates prêts à partir à l'abordage !

Les coccinelles, en file indienne, ont ouvert le bal en suivant le rythme des tambourins précédées d'une sublime reine des neiges. Un Indiana Jones et une ravissante Pocahontas se fondaient parmi eux.

Puis, les Lapinous et les petits Poussins ont enchaîné une farandole avec une danseuse de flamenco, un cow-boy et un ange. Pour finir, tout le monde s'est réuni autour d'un délicieux goûter dans la joie et la bonne humeur.

Magnifique moment de partage !



GARDERIE



GARDERIE



Loisirs & Evasion

L'ECOLE VIENNOISE FAIT ESCALE À ESSAOUIRA

Du vendredi 29 avril au dimanche 1^{er} mai

HAYDN, le rêveur ; MOZART, l'Éternel enfant ; BEETHOVEN, le colérique, ou SCHUBERT, le poète.

Autant de représentants de l'ECOLE VIENNOISE ont fait escale à ESSAOUIRA pour notre plus grand bonheur et nous y étions !

Que ce soit au Dar Souiri, à l'église ou à la salle Omnisports, ces concerts en revisitant les œuvres majeures de l'école viennoise : "le Requiem" de Mozart, "les Quatuors" de Beethoven, "la Symphonie Inachevée" de Schubert ou encore "les concertos" de Haydn nous ont transportés.

Des chefs d'œuvres interprétés par des musiciens et chanteurs de la scène internationale et nationale qui ont porté haut l'étendard du dialogue des cultures et de l'invitation à l'autre.

Nos rendez-vous :
"le Quatuor Danel" venant tout droit de la Philharmonie de Paris,



Les 4 jeunes du Quatuor Arod

LOISIRS & EVASION



"L'Orchestre Philharmonique du Maroc", accompagné pour la première fois dans la cité des Alizés du "Chœur Philharmonique du Maroc".

La grande soprano, Anaïs Constant, nous a offert pour sa part un récital lyrique des plus colorés tandis que le pianiste Adam Laloum, vainqueur du concours "Clara Haskil", s'est produit avec l'Orchestre et le Chœur Philharmonique du Maroc. Dimanche matin, Thomas Encho, petit-fils du chef d'orchestre Jean-Claude Casadesus, nous a séduits en conjuguant les valeurs phares du festival, notamment le partage et la cohabitation des cultures. Ce jeune et talentueux pianiste et compositeur de jazz français nous a tenu en haleine le temps de son spectacle qui a marié le jazz et la musique symphonique.

Un joli discours d'André Azoulay, président fondateur de l'Association Essaouira Mogador, a clôturé le festival avec brio : «La musique se positionne comme un outil efficace pour abolir les frontières et rapprocher les peuples» (sans oublier son clin d'œil aux Mouettes, emblème d'Essaouira)



Le Printemps musical des Alizés, soucieux de sensibiliser la population à la musique classique, nous a réservé une belle surprise lors d'une matinée musicale où des notes mélodieuses ont résonné pour la première fois au cœur de la médina grâce aux solistes de l'Orchestre philharmonique du Maroc.



LOISIRS & EVASION

Un déjeuner, à "L'Océan Vagabond Beach", nous a tous ou presque réunis autour d'une table emplies de gaieté et de bons mets.



Nous avons également, trop vite certainement, fait une petite visite sur le retour au domaine de VAL d'argan. Leur accueil généreux nous a donné envie d'y retourner et d'y consacrer plus de temps... A suivre !

En conclusion, un VSD magique où la musique, l'allégresse et l'amitié étaient au rendez vous.



Magie & Tarot



GROUPEMENT TAROT

« Avant tout, le tarot est un jeu de carte basé sur le principe de passer un bon moment entre amis. »

LE JEU DE TAROT :

Il peut se jouer à 2 joueurs à 3, à 4, à 5 et 6 joueurs. Selon le nombre de tables, nous avons une façon différente de nous déplacer afin qu'un maximum de joueurs puisse se rencontrer.

Il est même possible de jouer 2 tables de 5 joueurs, et aussi 2 tables : dont une de 4 et l'autre de 5 joueurs.

Il faut compter environ 4h ½ pour un tournoi.



MAGIE & TAROT

LA DISCIPLINE ET LES REGLES DU JEU :

Afin de préserver une ambiance de jeu, des plus agréables, le Président se doit de faire respecter les règles de tarot proposées par la F.F.T (Fédération Française de Tarot).

Aussi, malheureusement, lorsque ces règles doivent être appliquées, il arrive, selon l'humeur et l'acceptation du ou des joueurs, que certains nous quittent de mauvais gré ce que nous déplorons totalement.

Rappelons que quel que soit le joueur, celui-ci doit se conformer à une certaine discipline, et qu'il appartient, en cas de conflit, au Président de trancher ou bien sûr à l'arbitre du concours, présenté en début de jeu, par le Président responsable.

Croyez-moi, ce n'est jamais avec plaisir que le Président ou l'arbitre nommé doit amené à sanctionner une partie.

Heureusement, cela n'arrive que rarement, et nous n'en voulons à personne ; bien au contraire, nous aimons préserver une ambiance très agréable au sein du Club pour que l'ensemble des joueurs reste enclin à faire la fête, se régale et gagne des cadeaux.

LE MUST DE LA PARTIE

C'est lorsque le joueur arrive à faire un grand chelem et c'est arrivé à notre amie Sylvie NAZOUARI, lors de notre tournoi n° 41 du 25 Mars 2016.

Il faut faire tous les plis et c'est très rare, un grand BRAVO à Sylvie.



BIEN TRISTE NOUVELLE

Notre ami Freddy nous a quitté.

Il venait régulièrement jouer au tarot avec beaucoup de plaisir.



Toute notre amitié et notre soutien à sa compagne MARISE.

L'EQUIPE DE BOULISTES DE LA SECTION

Sur proposition des organisateurs de la Fête de la Pétanque, nous avons pu constituer une équipe représentant la Section Tarot/Magie ; d'ailleurs, arrivée 7ème sur 50 équipes.

Musculation



L'AFRO-DANCE AU CAFC MUSCULATION

« L'Afro-dance ou la fusion du cardio-training et du renforcement musculaire au rythme sensuel de la joie et la bonne humeur !!! »



La danse traditionnelle africaine est un mélange de différentes danses ancestrales, toutes liées à un événement : rite initiatique, mariage, clair de lune, récoltes... Par conséquent, ce sont des danses ludiques et très expressives.

La danse africaine puise son énergie dans le sol pour la transmettre au corps, c'est en cela que cette danse est une danse naturelle où le danseur est habité par le rythme des percussions. Elle est la mémoire vivante de l'évolution de la danse moderne qui permet de trouver liberté, expression, rythme, émotion, en parallèle avec travail cardio et musculaire.

L'Afro-dance : entre tradition et modernité
L'Afro-dance connaît un développement croissant en Occident et prend ses marques sur les pistes de danse en regroupant tous les styles de danse propre à l'Afrique (Djazzé, Makossa, Azonto, Coupé-décalé, etc...). Elle a la particularité de mêler, à la fois, des techniques et expressions corporelles de danses traditionnelles africaines et de danses modernes. Elle apprend à décoloniser son corps et à sentir son propre rythme.

MUSCULATION

Chacun pourra s'approprier les mouvements et les enchaînements pour, ensuite, exprimer à sa façon son propre langage corporel. Les maîtres mots sont « se laisser aller » et « innover ».

L'Afro-dance conjugue le plaisir de la danse avec un travail d'endurance et de renforcement musculaire (abdos, fessiers, cuisses). C'est un cours chorégraphié mêlant l'énergie de l'aérobic aux pas de danse africaine. C'est même une alternative amusante aux exercices de cardio traditionnels.

Très dynamique, cette danse sollicite tout le corps et particulièrement les hanches pour les femmes. Un exercice idéal pour bouger, se défouler et évacuer le stress accumulé. Vous libérez, ainsi, vos émotions tout en renforçant articulations, dos, sternum, bassin et torse.

L'Afro-dance est un excellent moyen d'expression qui permet à la fois d'apprendre à maîtriser son corps dans l'espace, sa gestuelle, tout en relâchant ses tensions : c'est un excellent « antistress ». Idéale pour toutes celles et tous ceux qui souhaitent entretenir leur santé physique tout en prenant du plaisir !

Qui peut pratiquer l'Afro-dance ?

Ludiques et vivifiants, les cours d'Afro-dance s'adressent à tous. C'est un apprentissage de l'écoute de soi. C'est un réel trait d'union entre le corps et l'esprit, entre le dehors et le dedans.

Les bienfaits de l'Afro-dance :

L'Afro-dance est un sport qui sollicite tous les muscles du corps.

Sa pratique régulière :

- augmente l'endurance et tonifie le cœur,
- assouplit et muscle la taille et les hanches,
- galbe et affermit les jambes et les abdos-fessiers,
- renforce la posture droite du dos
- délie les bras.



MUSCULATION

Et surtout, elle permet l'expression des émotions et de la joie de vivre. L'Afro-dance nous apprend à bouger, à danser sans complexe et avec plaisir, bref, à aimer notre corps ! A consommer sans modération !

L'AFRO-DANCE A LA KERMESE DU PRINTEMPS

C'est avec plaisir, énergie et harmonie qu'un spectacle d'Afro-dance a été présenté lors de la Kermesse du Printemps, samedi et dimanche 14-15 mai.

Et c'est sous le signe de la joie de danser et de partager que nos participantes nous ont invités à une très belle rencontre avec la danse africaine et l'Afro-dance et cela dans une ambiance enflammée chargée de convivialité.

Une première chorégraphie aux rythmes endiablés de percussionnistes a produit un engouement notable auprès d'un public envoûté. Puis une seconde danse, plus moderne cette fois, s'est enchaînée avec un entrain communicatif et tout aussi haut en couleurs, rythmes et émotions... devant un public enchanté !!!

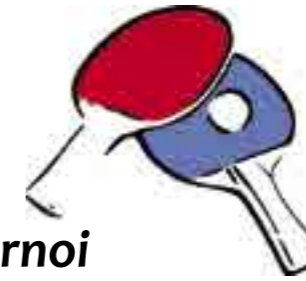
Pour tous, ce fut un moment d'enthousiasme et d'échange merveilleux qui a vibré aux rythmes effrénés et envoûtants de l'Afro-dance.

Najat COTTIGNIES

NB : Nous tenons à remercier les participantes qui ont contribué largement à la réussite de ce spectacle.



Ping-pong



10/10/2015 tournoi d'ouverture remporté par Kamil Leroy face à Mamoun Benyahia

21, 22/11/15 : Tournoi de classement

1er Kamil Leroy, 2^{ème} Nour Sennouni, 3^{ème} Sylvain Linares, 4^{ème} Jean Lechatelier, 5^{ème} Omar Badri, 6^{ème} Yanis Grangier, 7^{ème} Driss Laraki, 8^{ème} Amine Bennis

12/12/2015 :

Tournoi open remporté par Mehdi Essakalli face à Yanis Grangier



PING-PONG

Le 9/1/16 se déroula le tournoi des -15 ans remporté par Omar Badri face à Nour Sennouni, 3^{ème} Mehdi Douiri, 4^{ème} Kamil Leroy.



Le 23/1/2016 a eu lieu le challenge JACKY IVARS qui a regroupé les plus grands joueurs marocains ! Quelle fierté pour le CAFC d'être honoré de la présence de tous ces champions, certains venus de très loin, tous ayant le même objectif : rendre hommage à JACKY !.... Le challenge fut remporté par Mustapha REMAL face à Malik JOUNDY.

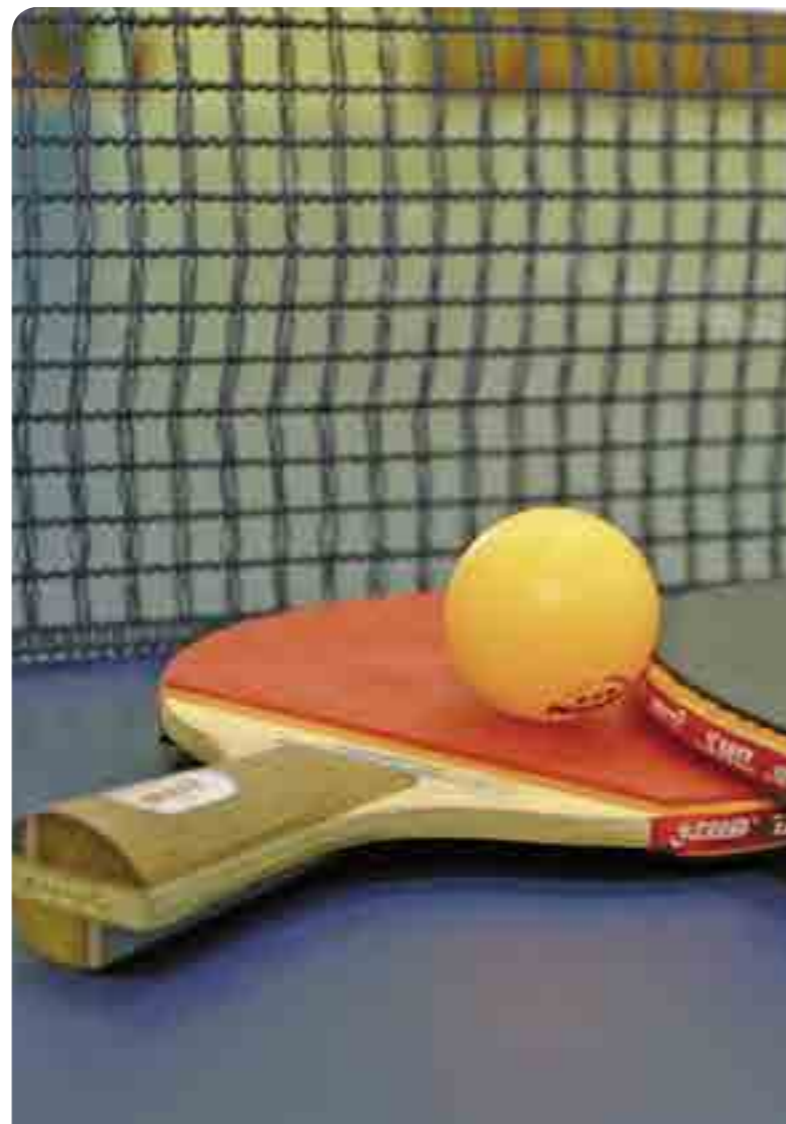
Un grand merci à vous tous pour votre participation et un grand merci à Najim pour l'organisation et à ATLANTIC RADIO pour sa présence.

Le 13/2/16 : Tournoi doubles remporté par le duo : Yanis Grangier / Amine Bennis face à Kamil Leroy / Rayane Kinany.
3^{ème} Omar Badri / Ghali Benmoussa.

19/2/2016 : Top 8 : 1er Nour Sennouni, 2^{ème} Sylvain Linares, 3^{ème} Kamil Leroy, 4^{ème} Yanis Grangier, 5^{ème} Omar Badri, 6^{ème} Mehdi Douiri, 7^{ème} Ghali Hajji, 8^{ème} Vincent Garcia (absent).

Le 26/2/2016, Réda, notre entraîneur, a participé aux championnats du monde en Malaisie – Réda a coaché l'équipe nationale, une expérience inoubliable. (voir photo bannière)

Bravo à l'équipe nationale et à Réda !



PING-PONG

19/03/16 : tournoi OPEN remporté par Kamil Leroy face à Nour Sennouni.
3^{ème} Yanis Grangier 4^{ème} Mehdi Douiri.

25/3/2016 : Top8 : 1er Yanis Grangier, 2^{ème} Kamil Leroy, 3^{ème} Sylvain Linares, 4^{ème} Nour Sennouni, 5^{ème} Vincent Garcia, 6^{ème} Mehdi Douiri, 7^{ème} Ghali Hajji, 8^{ème} Omar Badri.

Le 5/4/2016, nos jeunes sont partis pour les championnats d'Afrique se déroulant en Algérie. Coachés par notre entraîneur Réda, nos jeunes ont pu vivre un grand moment de tennis de table, avec de grands joueurs !

Bravo Lilya, Omar, Mehdi, Ghali, et Kamil !



PING-PONG

Le 16/4/2016 eu lieu le tournoi -15 ans remporté par Kamil Leroy face à Nour Senouni.

3^{ème} Niel Boukaa, 4^{ème} Rayane Kinany.

Un grand merci à Mme Benyaich pour les chocolats PATCHI. En effet, tous les participants ont pu recevoir un ballotin de chocolats !

Le 24/4/2016 a eu lieu le championnat du Maroc en individuels, 2 cafistes licenciés CMTT se sont faits remarquer, en l'occurrence, Lilya Mandré, championne du Maroc et Nour Sennouni, vice champion cadet et minimes.

Bravo à vous deux !

Le 14/5/16 s'est déroulé le Tournoi doubles (résultats à venir).

Un grand merci au CAFC général qui nous a doté de la climatisation à l'intérieur du bungalow (aussi bien l'espace bar que dans toutes les aires de jeux) et de deux magnifiques télévisions !!



A très bientôt pour de nouvelles manifestations !

Bérangère

Présidente du Groupement Ping-Pong

Plongée



EDITORIAL



2016 Le Renouveau

Cette année 2016 a été particulière pour le Groupement Plongée car nous avons passé une grande partie de notre temps et donné beaucoup de notre énergie à agrandir et rénover notre bungalow ainsi qu'à acquérir et installer du nouveau matériel. Bien que destiné, comme il se doit, à tous nos adhérents, c'est à notre mini école qu'il bénéficiera en particulier (Blocs bouteilles, détendeurs, combinaisons, palmes, masques...).

Je tiens, donc, au nom de l'ensemble des adhérents de notre Groupement, à remercier la direction du CAFC et, plus précisément, son Président Jean-Claude BUTEL pour la confiance qu'ils nous ont accordée afin de moderniser notre Groupement.



PLONGÉE

Le bateau de plongée « ARNAUDIVE » a, lui aussi, fait peau neuve et, dans la foulée, nous avons décidé d'investir dans le changement du flotteur gonflable, celui-ci sera prêt pour la fin du moi de Mai.

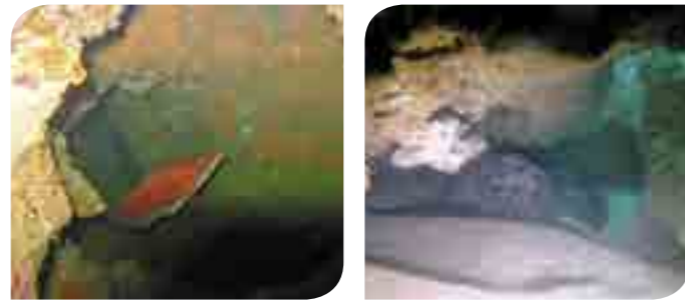
Les activités en piscine ont été régulièrement assurées par nos moniteurs toujours disponibles pour instruire et former les prétendants aux diplômes de plongées NI et NII lesquels seront en mesure de passer leurs épreuves dans le courant du mois de juin avant de prendre des vacances bien méritées et envisager avec sérénité de plonger en toute sécurité dans toutes les mers du monde.

La mini école du samedi a fonctionné normalement avec le même engouement de la part des jeunes comme des parents. La visite d'un caisson hyperbare programmée en avril a rencontré un vif intérêt de la part de nos plongeurs en herbe et, à ce sujet, vous pourrez lire en fin d'article les impressions d'un jeune plongeur qui a découvert ce qu'était un caisson hyperbare.

Notre objectif principal étant la plongée en milieu naturel, le Groupement a décidé, cette année, d'inaugurer la plongée en lac en organisant deux expéditions sur le lac formé par le barrage « Al Massira ».



Nous avons, aussi, initié une plongée destinée aux plongeurs autonomes sur les hauts fonds de Bouznika laquelle s'est soldée par l'observation d'une multitude d'espèces telles que mérours, badèches, lichés que vous pourrez contempler, à votre aise, sur notre site.



Les beaux jours sont là, notre bateau bientôt fin prêt ; il ne me reste plus qu'à vous inviter à nous rejoindre pour des aventures que nous sommes décidés à entreprendre prochainement dans le monde dit "du silence" (ce qu'il n'est pas) en espérant que la météo nous le permette.

Je vous vous souhaite à tous et à toutes d'excellentes vacances et de très belles plongées.

Mais n'oubliez jamais de respecter :

- l'environnement marin,
- de ne pas plonger fatigué,
- de suivre les instructions de votre moniteur pour prendre un maximum de plaisir.

**« La Plongée est un art,
sachez la rendre plus belle »**

Bernard LAFFINEUR
Président Groupement Plongée



PLONGÉE

DÉCOUVERTE D'UN CAISSON HYPERBARE

Le 2 avril, la mini école de plongée du CAFC a organisé une visite dans une clinique équipée d'un caisson hyperbare. C'est une cabine d'environ 1,40 mètres de diamètre dans lequel on peut simuler une plongée ou soigner des maladies (accident de décompression).



Par petits groupes, nous sommes entrés dedans et notre opérateur hyperbare a monté progressivement la pression en injectant de l'air dans le caisson (qui est fermé hermétiquement). On a ressenti la même impression que lors d'une « descente » en plongée quand nos oreilles sont compressées et qu'elles se bouchent.

J'ai beaucoup aimé cette expérience et j'ai appris beaucoup de choses surtout les phénomènes dus à la pression sur le corps et en particulier les oreilles.

"Mais pour moi, je préfère quand même plonger dans l'eau en milieu naturel."

Lisandru BARBE-MONDOLONI.

Rallye St-Hubert



En ce dimanche 13 Mars 2016 dans la clairière de l'équitation, les sonneurs en tenue attendent le début de la messe dite par le Père Francklin pour l'accompagner à la trompe.

Car c'est le jour de la Messe de Saint Hubert, patron des chasseurs et surtout des animaux.

Les morceaux, que sonnera le "Rallye", sont écrits spécialement pour ces occasions, l'un de ces morceaux, l'Offertoire, a été composé par notre sonneur émérite, ô combien, Jackie Mechin.



RALLYE SAINT HUBERT

La clairière se remplit petit à petit, le soleil nous fait un clin d'œil contrairement à certaines années où nous étions noyés sous les flots. Enfin, sous le ciel bleu, une note, deux notes, des myriades de notes éclatent : c'est l'Introït de Tyndar qui débute la messe.

Pour cette occasion, comme chaque année, le "Rallye Saint Hubert" a fait venir trois sonneurs de France, précisément des sonneurs du Mont Ventoux dont fait partie Jackie Mechin afin de soutenir le Rallye de Casablanca.

Au cours de la cérémonie, nos pensées vont vers Barny, notre Président durant de longues années et que tous appréciaient, ainsi que vers Nancy qui n'ont pu se joindre à nous. Une pensée émue pour Jean Jacques Raspail qui nous a quittés il y a un peu plus d'un an.

A la fin de la messe, le prêtre a béni les animaux qui étaient nombreux grâce à la coopération du Groupement Équitation qui nous a donné la joie de voir les enfants montés sur leurs poneys et les adultes sur leurs chevaux. Les propriétaires de chiens et autres animaux n'étaient pas en reste. Un petit monde s'est retrouvé au bungalow du "Rallye" où les attendaient un apéritif très animé et un repas de vénerie ponctué de fanfares. Merci au chef cuisinier du CAFC.



Le lendemain avec les sonneurs de France nous avons fait un petit voyage vers le Sud : Marrakech et sa place Jemaa el Fna incontournable. Le soir, nous étions au Flouka, auberge de Jean-Charles Puech sur le lac Lalla Takerkoust où nous avons taquiné l'écho avec nos fanfares de trompe.



Le lendemain, direction Essaouira la belle, sa mer, ses coquillages et crustacés, sous le soleil, juste en dessous.

Nous sommes revenus le surlendemain à Casablanca après un arrêt obligatoire à Oualidia, toujours aussi majestueuse.

Notre dîner d'adieu au "Rallye" a marqué la fin de cette semaine musicale et mouvementée. Mais nous n'étions pas vraiment tristes car, déjà, l'année prochaine



Roller-Skate



Avec l'accord du Président du CAFC, Monsieur Jean-Claude Butel, nous sommes heureux de vous annoncer que nous allons pouvoir renouveler et re-looker notre skate parc.

Le Roller/Skate-parc sera l'endroit où les jeunes pourront apprendre ces sports dans un environnement exclusivement aménagé pour ces deux disciplines, et avec un personnel qualifié pour leur assurer un développement sportif significatif.

Lorsque que l'on évoque le sport de glisse, on songe immédiatement à la bonne forme physique et à l'engouement populaire. La bonne forme physique est nécessaire à la santé et à l'hygiène mentale alors que l'engouement populaire fédère une multitude d'individus dissem-blables.

Le sport se positionne, sans aucun doute, comme le plus grand facteur de symbiose socioculturelle mais aussi comme synonyme de dépassement de soi et ce par l'apprentissage et la compétition.

Alain LOIACONO
Responsable du Roller-Skate

NB : Nous nous sommes dotés, tout récemment, d'une trousse "Anti bobos" de première nécessité ; merci de bien vouloir le rappeler à vos enfants



Seniors



DES SENIORS AU TOP !



Les activités au club Séniors ont battu leur plein depuis le début de l'année.

Entre le tournoi de rami qui a réuni 24 joueurs, la sortie à Rabat, les parties de loto chaque lundi après-midi et la fête de la pétanque à laquelle ont participé 7 équipes, nos aînés ont relevé les défis avec enthousiasme et dynamisme.

Complices et déterminés, les Séniors ont décidé de profiter pleinement de leur expérience et sont de plus en plus nombreux à se retrouver dans notre bungalow pour retrouver des amis et passer d'agréables moments de convivialité car la joie n'est pas un petit plaisir solitaire.

Nous avons besoin de la partager, de la transmettre.



Rester dans le tempo, prendre le temps d'être ensemble, avoir la force du passé et la vaillance du présent avec ses pleins et ses creux sont nos motivations et le meilleur antidote contre la solitude.

Michèle THOMAS
Responsable des Senior

SENIORS



PALMARES DU TOURNOI DE RAMI

1ères : Jacqueline & Gisèle
 2èmes : Françoise & Martine
 3èmes : Marie Claude & Nino

4èmes : Ali & Giselle
 5èmes : Josée & Roger
 6èmes : Monique & Ben

7èmes : Claude & Mercedes
 8èmes : Odette & Jo
 9èmes : Renée & Christine

10èmes : Hassan & Omar
 11èmes : Fifine & Fatouma
 12èmes : Josette & Nade

Tennis



SAMEDI 12 MARS

Remise des prix du tournoi de classement :

En marge de la remise des prix du tournoi de classement, Messieurs Houcine SABER (ex n°1 marocain), Mohamed DLIMI (ex n°1 marocain), Younes RACHIDI (ex n°4 marocain) et Mohamed SABER (ex n°5 marocain) nous ont offert une belle exhibition alliant la puissance et le touché de balles. Un grand merci à eux pour ce spectacle.



PALMARES HOMMES: Les 5 premiers:
 1^{er} : ABOURIZK H
 2 : BESRI A
 3 : DARRAZ T
 4 : ISRAEL J
 5 : RAHMOUNI O

PALMARES JEUNES:
 2001
 1^{er} : Benchekroun Y
 2 : Chavoin E
 3 : Roix A

2002
 1^{er} : Aguilar L
 2 : Echcherki A
 3 : Batlle T

2003/2004
 1^{er} : Nasr N
 2: Dupuy F
 3: Tahiri Ma

2005
 1^{er} : Chennaoui K
 2 : Guennoun D
 3 : Souhail N

2006
 1^{er} : Belqadi A
 2 : Echcherki I
 3 : Idrissi K

2007/2008
 1^{er} : Montant R
 2 : Chennaoui T
 3 : Batlle A

TENNIS

SAMEDI 26 MARS

Tournoi de tennis Jeunes de Pâques:

45 enfants ont participé au tournoi de Pâques avec au programme des doubles garçons, des doubles filles et des doubles mixtes et tous les participants ont eu le droit à des sujets en chocolat.

2 et 3 AVRIL : TOURNOI DE PADEL

Patrice Leroux et Jean Marc Di Pasquale ont remporté le tournoi de padel qui a vu la participation de 20 équipes du Cafc et 5 équipes du CCC (Sun Beach).

Nous avons encore pu assister à de très beaux matchs tout au long du week end.

SAMEDI 21 MAI

TOURNOI DE DOUBLES À LA MÉLÉE:

- A partir de 14 heures, 16 joueurs ont participé au tournoi de tennis en double à la mêlée et au coup de sifflet.
- Hassan Raffi gagne le tournoi, suivi de Gérard Taillebois, et de André Azoulay.
- Bravo aux participants.

TESTS ÉCOLE DE TENNIS

Durant 2 mercredis, les enfants de l'école de tennis ont participé à des tests de niveaux adaptés à leurs âges. Les tests portaient sur la technique, la vitesse et la motricité.



Théâtre



A venir

La nouvelle troupe du Théâtre du CAFC vous propose sa seconde pièce les 22 et 27 juin.

LA PIÈCE :

Il s'agit de Cuisine et Dépendances d'Agnès Jaoui et Jean-Pierre Bacri.

Une cuisine...
Un dîner entre vieux copains retrouvés...
Cinq personnages...

George, dépressif et solitaire.
Jacques, passif et conciliant.
Charlotte, blasée et infidèle.
Martine, angoissée et frustrée.
Fred, lesbienne et pique-assiette.

Prisonniers de leur solitude et réunis par un dîner, les personnages de Cuisine et Dépendances portent tous, au salon, le masque du «bien paraître». Petit à petit, ils se dévoilent dans la cuisine et font apparaître les symptômes de leur mal-être respectif.

On peut voir que, d'un agacement passager à une mauvaise humeur malade, de la surexcitation incontrôlable à la crise de larmes

prévisible, ces personnages, à la fois complexes et transparents, dressent le passionnant tableau d'une génération parisienne bobos. Au désir de réalisation personnelle et de réussite sociale, s'ajoute la difficulté de chacun à vivre avec l'autre ou tout simplement avec soi-même.

La pièce fait vivre des personnages souvent drôles, parfois émouvants, en quête d'un (im)possible bonheur...

DISTRIBUTION :

Jacques : Philippe Rivière
Georges : Jaouad Chafik
Charlotte : Khadija Boudhina Lahlou
Martine : Caroline Nugent-Head
Fred : Soraya Larguet

LA TROUPE :

La nouvelle troupe du Théâtre du CAFC, sous la direction de Renaud Foisy, a démarré début 2015 sous la forme d'un atelier d'improvisation. En septembre 2015, la nouvelle troupe s'est lancée en préparant son

premier spectacle : Monologues, Bilogues et Trilogues de Jean-Michel Ribes, qui a été présenté au Théâtre du CAFC en février 2016.

Depuis, elle prépare cette nouvelle pièce, Cuisine et Dépendances, qu'elle vous présentera les 22 et 27 juin 2016, pour ainsi clôturer la riche saison 2015/2016 du Théâtre du CAFC.

Vous nous retrouverez, à nouveau, en septembre 2016, pour une nouvelle saison pleine de surprises et de culture, avec encore plus d'ateliers artistiques, des stages, des diners-spectacles, des concerts, des ballets et des pièces de théâtre...

Quant aux jeunes et leur atelier "Vitalis", ils ne sont pas de reste avec l'hommage qu'ils ont rendu aux « Beatles », le 22 mai dernier.

Bon été à tous !

THÉÂTRE

Le théâtre du CAFC a présenté :

OPÉRETTE MARSEILLAISE

le 9 avril 2016 « Marseille mes amours ».

Ils sont jeunes, ils sont beaux, ils ont de belles voix et ont chanté des chansons d'autrefois... Deux jeunes artistes, lui, Jean-Christophe Born, ténor à la voix solaire, et elle, Stéphanie Portelli, soprano au petit vibrato rond et perlé, ont chanté un répertoire qui allait de « La Java Bleue » au « Plus Beau des Tangos du Monde », en passant par « Les Pescadous », « Un Petit Cabanon » et la fameuse « Cane... Cane... Canebière », extraits des joyeuses opérettes marseillaises.

Ils étaient accompagnés par Cyrille Muller à l'accordéon et par Ciprian Oloi au piano.

DANS LE SECRET
DE LA LOGE

de Jean-Claude Sussfeld, le 16 avril,
avec Aurore Laloux et Meriem Benachenhou

Jeu de pouvoir et de manipulation.



l'Atelier Vitalis
Présente

21 MAI 2016

TRIBUTE TO
THE BEATLES

LIVE
4ème Edition

SPECTACLE DE CHANT

Au CAFC théâtre 20h00 Billetterie : 9h00 / 12h00 - 14h30 / 19h30
Atelier Vitalis, rue Jabal Saghrou - cite des jeunes bât. 2 - C.I.L.
Tel : 0522 36 27 19 / 0522 94 67 42 **TOUAREG PROD**

THÉÂTRE

JAZZ-CONCERT

le 23 avril, une soirée swing et mélodies

Quatre musiciens de Jazz pour une musique authentique, celle des grands compositeurs américains, tels que Ellington, Parker, Coltrane, Davis, Porter, Gershwin et d'autres... avec Ugo Lemarchand au saxophone ténor (ENJ de Lyon, Marciac, Vienne...), Nor Eddine Baha au piano, Maurice Barbarisi à la basse (bien connu des clubs parisiens et pour ses enregistrements, notamment avec Joe Lovano) et Serge Candiard à la batterie.



CHERGUI DANCE COMPANY

le 13 mai

Du néo-classique au contemporain en frôlant les danses traditionnelles et le hip-hop, la Chergui Dance Company présente le travail singulier de trois chorégraphes: Pascal Touzeau, chorégraphe de renom, danseur au Ballet Frankfurt sous la direction de William Forsythe durant 9 années puis directeur du Ballet Mainz de 2009 à 2014 nous a présenté sa pièce « Carmina Burana ».

Mostafa Ahbourrou, avec sa pièce « Bribe », propose, aussi, cette année aux danseurs de la Chergui Dance Company une nouvelle pièce introspective qui balance entre tradition et modernité.

Philippe Vivenot est directeur de la Chergui Dance Company.



PICS ET PLUMES

le 15 mai 2016

Un spectacle musical pour très jeune public de 6 mois à 6 ans
d'une durée de 35 mn.

Création sonore, interprétation, création musicale et décors de Céline Noegelen qui nous a proposé un voyage sonore fait de comptines, jeux de doigts, mimes, danses et musiques transportant le tout-petit dans une ambiance douce, intimiste, éthérée...

Et d'autres tels que « le limier » ou « le bestiaire démasqué », un autre spectacle pour enfants.



Tribune Libre

LOGUES À RYTHME

Comme de nombreux compatriotes, malheureusement, je me suis retrouvé dans l'obligation de consulter un cancérologue. C'est démodé, m'a-t-on dit, il faut voir un oncologue. Qu'est-ce que pouvait bien être un oncologue ? Je me suis penché sur la question, sur internet et sur mon pc, et j'ai été surpris par les réponses proposées.

En prologue, je n'ai pas de blogue, mais sans être un apologue et sans faire de décalogue, je peux dire qu'il existe aujourd'hui un grand catalogue de "logues" dans tous les domaines. Essayons d'y voir clair...

Si le malheureux mycologue n'est qu'un demicologue, le monologue est solitaire tandis que les dialogues vont par deux et les trilogues par trois. Certains logues se spécialisent dans l'étude de peuples comme les assyriologues, byzantinologues, égyptologues, iranologues ou soviétologues. Il ne s'agit que d'empires disparus et bizarrement, pas de francologues, espagnolologues ou italologues ; nos civilisations européennes et modernes seraient-elles moins dignes d'intérêt ? D'autres étudient les villes comme les Kremlinologues ou Pékinologues ce qui fait plus sérieux que Nicologue ou Zanzibarologue. On n'ose imaginer un Brive-la -Gaillardologue ou encore un Puy-En-Velaylogue !

Il faut faire attention à ne pas confondre les domaines de compétence des logues. Certains logues parlent d'eux-mêmes : un psychologue est un spécialiste de psychologie, un sexologue s'occupe de sexe, un radiologue fait des radios, un tintinologue est incollable sur Tintin et un coiffologue (si, si ça existe !) se voue à la coiffure. Tout le monde sait ça.

D'autres sont moins évidents : savez-vous qu'un ichtyologue étudie les poissons, un myrmécologue les fourmis, un ampélologue la vigne, un malacologue les mollusques, un tératologue les anomalies physiques et un vexillologue les drapeaux, mais qu'un sidologue n'est pas un musicien ?

Par contre, un pneumologue n'a pas grand-chose à voir avec les pneus, un tautologue ne s'occupe pas de votre voiture et un stomatologue ne visite pas votre estomac. Un papyrologue ne garde pas votre grand-père, un métrologue n'est pas représentant en rames de métro, un phonologue ne répare pas les phonos et non, un allologue ne répond pas au téléphone. Pas plus d'ailleurs qu'un tarologue ne tire les tarots, qu'un archéologue ne tire à l'arc, qu'un hippologue ne soigne les hippopotames et un ornithologue les ornithorynques, ou bien qu'un zoologue ne vend des zoos. Par contre, un rudologue peut être gentil et un denturologue n'a pas obligatoirement une dent contre vous.

Du côté alimentaire, on pourrait penser qu'un œnologue fait des œufs, un pomologue des pommes et un ostéologue des huîtres ce qui est faux. Dans le domaine sexuel, contrairement à ce qu'ils prétendent, les neurologues ne font pas de nœuds et les analogues n'ont rien d'anal. Et pas d'amalgames s'il vous plaît : un hétérologue ne fabrique pas d'hétéros, pas plus qu'un homologue ne fabrique des homos ou un pédologue des pédés. Quant au podologue et au proctologue, les podos et les proctos n'ont qu'à bien se tenir.

En épilogue pour en revenir à mon oncologue, « onc » étant l'anagramme de con, serait-ce un spécialiste de cette espèce très répandue ? Si c'est le cas, on a sans doute voulu éviter le conologue un peu trop parlant mais je n'irai pas le voir !

P. Berenger

Jeux

Mots Fléchés

JEU DE CARTES FRANÇAIS RÉPARÉ	CONJONCTION ALCOOL DE RIZ	MINABLE ASSEMBLAGE	TRAVAIL D'ARTISTE SOUS L'AS	JEU DE CARTES ITALIEN	MÉTAL FRUIT EXOTIQUE	JEU DE CARTES SOLITAIRE PRÉNOM MASCULIN
				AU-DESSUS DU BRELAN		
NOTE JEU DE CARTES AMÉRICAIN		VORACE TAILLER				OBTENU OREILLE ENFLAMMÉE
			4 À ROME ACCESSOIRE DE MODE		ILS FONT LA ROUE ILE VOLCANIQUE	
ÉCRANS PETIT CUBE				AMUSÉES PREND LE SEIN		
		PIERRES SEMI-PRÉCIEUSES MOIS			FORME D'AVOIR AUTRUCHE	CHEMINÉE
CARTE MAÎTRESSE	IRRITE COULEUR DE CARTE			CHARGEÂT JOYEUSE		
			TRANSPORT SUR RAIL CHAMP		SAISON LOGEMENT OCCUPÉ	
VOIE PUBLIQUE MESURER		CHAGRINS PETIT LUTIN				MARIÉE
				ÉLEVÉS JEU CHINOIS		TRANSPIRES
TECHNIQUE AU POKER	RAYON BRONZANT	TRANSMET MARQUE DE MÉPRIS			ARTICLE ENVIRON 3,14	NOTE
			VERTÈBRE		DEUX CARTES	
LAVABO				PUBLIÉES		

Voir solution page 64

MOTS FLÉCHÉS • N°40 • © J.Paul Dréval • <http://www.fortissimois.com>

JEUX

Sudoku

Facile

5	2		6				7	1
7	6		1		9	3		
		3			4			8
6						7	3	
9			5		3			4
	1	7						9
8			2			5		
		6	8		5		1	7
4	5				7		8	6

Moyen

6			4					
4		8		1	6			7
	9	1	2					
						3	8	
3		7				5		9
	5	2						
					9	6	3	
9			7	6		2		4
					1			5

Difficile

			9				2	8
3	7				4			
5			2				7	4
	1		6		8			
4								3
		7		5			4	
1	8			4				7
			7				9	6
7	3				2			

Magique

		6				2		
	5		7		9		8	
9	8						4	7
		9	1		6	4		
5								6
		7	5		3	1		
1	6						5	2
	9		2		7		3	
		2				9		

Voir solution page 64

Recette



Recette Cigares (ou briouates) POMME DE TERRE-MOZZARELLA



Difficulté
Facile



Préparation
et cuisson
Temps Total 50 mn

INGREDIENTS pour 14 personnes

- 5 pommes de terre
- 1 oignon
- Persil, coriandre
- Sel, poivre
- 1 boule de mozzarella
- Lait
- 28 petites feuilles de pastillas (feuilles de bricks)
- 2 cuillères à soupe de farine
- Un peu d'eau
- Huile

PRÉPARATION :

- 1- Cuire les pommes de terre à l'eau. Couper les oignons en petits dès et les faire suer dans un peu d'huile avec du sel et du poivre. Couper la boule de mozzarella en fines lanières. Dans un saladier, écraser les pommes de terre cuites. Ajouter l'oignon, le persil, la coriandre, le sel, le poivre et un tout petit peu de lait pour rendre le mélange homogène.
- 2- Faire des boudins de ce mélange. Faire un sillon au milieu de chaque boudin et y mettre une lanière de mozzarella. Refermer le sillon. Mettre les boudins de côté.
- 3- Prendre un bol la farine, la délayer avec un peu d'eau. Il faut que le mélange ne soit pas trop liquide (un peu pâteux). Prendre une feuille de pastilla, mettre au milieu un boudin à la mozzarella. Procéder au pliage :
- 4- Rabattre la partie inférieure sur le boudin.
- 5- Rabattre les 2 côtés. Rouler le boudin tout en serrant bien. Finir par coller l'extrémité avec le mélange farine eau.

Pour finir : Disposer vos cigares sur un plateau. Ne pas les placer sur la partie collée. Les cuire soit en friture ou au four (les badigeonner avec un peu d'huile).

JEUX

Solutions

Mots Fléchés ▼

B	E	N	O	S	O	R						
R	E	S	T	A	U	R	E	C	A	R	R	E
L	A	G	L	O	U	T	O	N	E	U		
P	O	K	E	R	I	V	P	A	O	N	S	
T	E	L	E	S	R	I	A	N	T	E	S	
D	E	A	G	A	T	E	S	A	I	I		
A	G	A	C	E	L	E	S	T	A	T		
A	T	O	U	T	T	R	A	M	E	T	E	
R	U	E	P	E	I	N	E	S	R			
M	E	T	R	E	R	E	D	U	Q	U	E	S
F	L	E	G	U	E	U	N	U				
B	L	U	F	F	O	S	P	A	I	R	E	
E	V	I	E	R	E	D	I	T	E	E	S	

Sudoku ▼

Facile

5	2	4	6	3	8	9	7	1
7	6	8	1	2	9	3	4	5
1	9	3	7	5	4	6	2	8
6	4	5	9	8	1	7	3	2
9	8	2	5	7	3	1	6	4
3	1	7	4	6	2	8	5	9
8	7	1	2	4	6	5	9	3
2	3	6	8	9	5	4	1	7
4	5	9	3	1	7	2	8	6

Moyen

6	7	3	4	9	5	8	2	1
4	2	8	3	1	6	9	5	7
5	9	1	2	7	8	4	6	3
1	4	9	6	5	7	3	8	2
3	6	7	1	8	2	5	4	9
8	5	2	9	3	4	1	7	6
7	1	4	5	2	9	6	3	8
9	8	5	7	6	3	2	1	4
2	3	6	8	4	1	7	9	5

Difficile

6	4	1	9	7	5	3	2	8
3	7	2	6	8	4	5	1	9
5	9	8	3	2	1	6	7	4
9	1	3	4	6	7	8	5	2
4	2	5	8	1	9	7	6	3
8	6	7	2	5	3	9	4	1
1	8	9	5	4	6	2	3	7
2	5	4	7	3	8	1	9	6
7	3	6	1	9	2	4	8	5

Magique

7	3	6	8	4	5	2	1	9
2	5	4	7	1	9	6	8	3
9	8	1	6	3	2	5	4	7
3	2	9	1	8	6	4	7	5
5	1	8	9	7	4	3	2	6
6	4	7	5	2	3	1	9	8
1	6	3	4	9	8	7	5	2
4	9	5	2	6	7	8	3	1
8	7	2	3	5	1	9	6	4

LE CAFC, ATTRISTÉ PAR LE DÉCÈS DE SES ADHÉRENTS, PRÉSENTE SES SINCÈRES CONDOLÉANCES À TOUTES LES FAMILLES



JEAN-DANIEL VITALIS



MANUEL RAMOS



WILLY ALFRED ALSCHER



Sidi ali

Pour la plus parfaite des machines

Inimitable, le corps humain est une machine unique. Au repos ou en mouvement, notre corps réalise chaque jour des exploits et n'a besoin pour son bon fonctionnement que d'éléments nutritionnels et d'eau. Par les vertus minérales qui ont depuis toujours fait sa valeur, Sidi Ali est l'eau qui prend soin de votre corps au quotidien pour votre plus grand bien.

L'image fait la différence

RÉSERVEZ VOTRE ESPACE PUBLICITAIRE SUR CES PRESTIGIEUX SUPPORTS



Évolution - Innovation
Identité Visuelle - Revues de Prestige - Revues Institutionnelles

252, Bd Ziraoui, Résidence Ammar - Casablanca
Tél. : 0522 228 740 - Fax : 0522 229 334 - Email : agenceafcom@gmail.com
www.agenceafcom.ma

“En cas de choc violent, j'avertis automatiquement l'assistance.”



MalakBox est le 1^{er} boîtier connecté au Maroc lancé par RMA Watanya, qui vous offre en exclusivité l'Assurance Automobile selon votre conduite et votre kilométrage. Avec MalakBox, vous améliorez votre conduite et vous accédez à plusieurs avantages : réductions jusqu'à 20% sur votre prime, 6 000 € de capital sinistre et des garanties offertes. MalakBox vous permet également de géolocaliser en temps réel votre véhicule et vous protège en cas de choc violent en contactant automatiquement l'assistance, qui vous envoie les secours immédiatement, même si vous êtes inconscients.

Aujourd'hui, vous prenez le contrôle sur votre Assurance Automobile.

Pour toutes vos questions : 080 300 13 20 [f](https://www.facebook.com/malakbox.ma) [i](https://www.instagram.com/malakbox.ma) [in](https://www.linkedin.com/company/malakbox.ma) malakbox.ma


RMA WATANYA
Vous ne serez jamais seuls

Ouverture de votre nouveau Swatch Store
au 74 centre commercial Al Mazar

POP
swatch+

