



MAGAZINE du YACHT CLUB de FREJUS — www.ycfrejus.fr

CROISIERE des ÎLES PONTINES

CROISIERE des CALANQUES

TROPHEE de PORT FREJUS

2018



CHANTIER NAVAL de PORT FRÉJUS



S PRESTATIONS

CARÉNAGE

PRÉPARATIONS DE BATEAUX NEUFS

MÉCANIQUE

TRAVAUX COMPOSITE

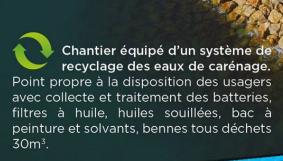
ACCASTILLAGE & GREEMENT

PEINTURE

TRAITEMENTS OSMOSE

JOS MOYENS

GRUE MOBILE 40 TONNES
TRAVELIFT 75 TONNES
STATION DE CARBURANT
PLACES À QUAI
SHIPCHANDLER



Découvrez notre site internet en flashant ce code (à l'aide des applications gratuites sur smartphones)



Aire de carénage 83600 FRÉJUS

Tél : + 33 (0)4 94 44 58 88 Fax : + 33 (0)4 94 44 58 89

info@cnpf.eu www.cnpf.eu

OFFREZ LE MEILLEUR À VOTRE BATEAU!

VOLVO





EDITO DU PRESIDENT



Chers amis,

Notre club rend hommage à notre Vice Président Jean Jacques CONNAN qui vient de nous quitter. Passionné par la mer, comme nous le sommes tous, il aurait voulu poursuivre cette dynamique qui aujourd'hui est bien présente au YACHT CLUB de FREJUS. C'est grâce à celles et ceux qui donnent de leur temps que nous pouvons réaliser toutes ces animations. Une équipe rapprochée autour de François GROBERT Vice Président entouré d'un conseil d'administration actif tout au long de l'année et soutenu par de nombreux membres du club. Je présente à tous mes sincères remerciements, je les félicite pour ce qu'ils ont réalisé en 2017 et je leur adresse tous mes encouragements face au programme 2018. Mes remerciements ne seraient pas complets sans citer les élus de la Mairie de FREJUS, Le Président et les équipes de la SEM de PORT-FREJUS ainsi que tous les sponsors et partenaires qui par leurs dons soutiennent nos activités. Ils sont un rouage essentiel à la vie de notre club.

La croissance de nos adhésions traduit la confiance que chacun porte dans l'organisation des activités proposées. En 2017, 26 animations ont été organisées. La commission régate, animée par Philippe WALTER et François CHANGEUR, a organisé 12 régates (DEFI, TROPHEE de PORT FREJUS , Challenge ...). La commission festive animée par Martine GAZEL et Florence CAMESCASSE nous a proposé 6 soirées à thème qui furent des soirées sympathiques comme on les aime. La commission croisière coordonnée par Yvan GAZEL et Guy PEYTRIGNET nous a enchantés par deux très belles croisières « Les Îles Pontines » et « Les Calanques » qui laisseront pour longtemps des souvenirs inoubliables, tout en préservant une devise chère à notre club « On part, on navigue et on revient ensemble » Ce bref résumé de l'activité 2017 ne serait pas complet sans parler de la mobilisation des membres du club pour les fêtes du port, La découverte de la Voile, le concours des OFNI (Objet Flottant non Identifié) pour lequel le club a su cette année se mobiliser, survoler l'évènement et remporter la coupe, les réunions de formation et d'information, la

journée sécurité, sans oublier le travail collectif pour contribuer à la rédaction de ce journal.

Le bilan financier de l'exercice 2017 présenté par notre trésorier Philippe PORCHER est une nouvelle fois équilibré, positif sans excès de profits qui s'écarterait de la devise de notre association et qui permet pour 2018 de proposer la même cotisation.

Vous découvrirez dans le programme 2018 plein de nouvelles animations comme la Corniche d'OR ou les Escapades, de nouveaux horizons de croisières, le concours Super DEFI, etc. Vous pouvez également consulter notre site www.ycfrejus.fr, télécharger des documentations techniques, vous informer de l'actualité à venir, découvrir de nouvelles recettes, ou par exemple bénéficier en tant que membre du club de conditions financières avantageuses de la part de nos partenaires. Ce programme 2018 présage de belles aventures à vivre, des moments et des soirées inoubliables qui construisent une relation d'amitié que l'on aime partager au sein du club.

Michel CAMESCASSE Président

SOMMAIRE (2018)

Page 3 - Edito du Président

Page 4 - L'Equipe du Yacht Club

Page 5 - Calendrier des activités

Page 6 - Des nœuds toujours des nœuds

Page 7 - Les petits plats de la Cambuse

Page 8 - Trophée de PORT FREJUS 2018

Page 12 - Fêtes du PORT—les OFNI

Page 14 - Croisière Les ÎLES PONTINES

Page 28 - Journée Sécurité

Page 30 - Croisière des CALANQUES

Page 34 - Nurserie à poissons

Page 37 - Soirées festives

Page 38 - Le MUCEM

Page 41 - Le soleil cet ami qui

Page 42 - Bulletin d'inscription club 2018

Page 43 - Informations

LA VIE DU CLUB

L'EQUIPE du YACHT CLUB de FREJUS





MEMBRES du CONSEIL D'ADMINISTRATION

M. Michel **CAMESCASSE** Président

M. François **GROBERT** Vice-Président

M. Philippe **PORCHER** Trésorier et « Communication »

M. François **CHANGEUR** Trésorier adjoint

Mme Florence **CAMESCASSE** Secrétaire

Mme Martine **CONNAN** Secrétaire adjointe

M. Yvan **GAZEL** Resp. de la commission « Croisières »

M. Philippe **WALTER** Resp. de la commission « Régates »

M. Martine **GAZEL** Resp. de la commission « Festif »

M. Guy **PEYTRIGNET** Commission Croisière



Jean jacques CONNAN

YACHT CLUB FREJUS — fondé en janvier 1999 - Association loi 1901 - Capitainerie de PORT FREJUS - 83606 Port Fréjus CEDEX Tous les membres de l'équipe sont joignables par courriel à l'adresse Info.ycfrejus@gmail.com - Accueil au CARRE du MARIN les mardi et vendredi de 17 à 19h - 06 11 17 92 05 -

Réalisation du journal (LE DEFI marque déposée - journal diffusé gratuitement - Propriété du Yacht Club de Fréjus)

Ont participé à la rédaction de ce journal:

Florence CAMESCASSE, Michel CAMESCASSE, Yvan GAZEL, Martine GAZEL, François GROBERT, Philippe WALTER, François CHANGEUR, Evelyne WEITH, La Capitainerie de PORT-FREJUS,

Photos et graphiques: M. CAMESCASSE, F. GROBERT, SNSM, SEM de PORT FREJUS, Chantier naval de PORT FREJUS (CNPF), P. WALTER, Yvan GAZEL,

Les photos, articles, graphismes ont été réalisés par les membres du Yacht Club de Fréjus . Le Journal LE DEFI est propriété du Yacht Club de Fréjus (Association loi 1901) diffusé en 3500 exemplaires gratuitement. Tous droits réservés. Edition mai 2018 YACHT CLUB FREJUS - Capitainerie de Port Fréjus 83606 Port Fréjus cedex - Marque déposée

Calendrier des activités 2018

27 janvier Entrainement régate de club Le DEFI

27 janvier Soirée festive Galette des Rois

10 Février Soirée Pizza & Film « Records de GROUPAMA »

24 Février Entrainement régate de club Le DEFI

17 mars La navigation sans électronique

31 mars Entrainement régate de club Le DEFI

7 et 8 avril Trophée de PORT FREJUS

14 avril Soirée campagnarde et Film « la vie de TABARLY »

28 avril Entrainement régate de club Le DEFI

9 au 13 mai Participation Croisière Bleue

19 mai Journée Sécurité : Les dangers de la mer

24 mai Présentation croisière Sardaigne

26 mai Entrainement régate de club Le DEFI

1er au 30/06 Croisière Sardaigne 10 juin Faites de la voile

30 juin Entrainement régate de club Le DEFI

7-8 juillet Fêtes du port (OFNI, Régate, Promenade en mer, buffet provençal)

28 juillet Entrainement régate de club Le DEFI

13 août Soirée festive Pot de l'amitié 25 août Coupe de la ville de FREJUS

1 – 16/09 Croisière lle d'ELBE 12-14octobre La Corniche d'Or

27 octobre Entrainement régate de club Le DEFI

3 novembre Assemblée Générale

17 novembre Soirée de Gala du Yacht Club Fréjus 24 novembre Entrainement régate de club Le DEFI

24 novembre Soirée beaujolais nouveau + film Les multicoques

8 décembre Soirée festive & Film « Yvan BOURGNON »

Les mises à jour du programme 2018 sont consultables sur www.ycfrejus.fr

Entrainements à la régate LE DEFI

Les entrainements à la régate LE DEFI sont réservées aux membres du YACHT CLUB de FREJUS. Pour participer le skipper doit être en possession d'une licence FFV compétition 2018.

Les ESCAPADES

Les ESCAPADES (mini-croisières de 2 ou 3 jours) sont décidées et organisées au Carré du marin le Vendredi qui précède le départ. Les informations pratiques sont diffusées par e-mail aux adhérents.

REPAS du CLUB

Les repas du club sont organisés par la commission festive. Le programme, les dates et lieux de rendez-vous sont diffusés par e-mail aux adhérents.

Ce programme est indicatif. Le Yacht Club de Fréjus se réserve la possibilité de le modifier sans préavis.

Des NŒUDS toujours des NŒUDS

Des Nœuds toujours des Nœuds, voilà un programme amusant et tellement pratique au quotidien. Nous nous sommes réunis ce samedi 11 mars 2017, au local du carré du marin pour une matinée bien sympathique. Sur un bateau qu'il soit à voile ou à moteur il y a toujours des nœuds à faire et c'est toujours au moment de les faire que l'on ne s'en souvient plus. Ce matin nous avons apporté un paquet de bout, de la garcette au bout d'amarrage. On a commencé par les nœuds simples, nœuds en huit, plat, demi-clé gansée ou pas gansée cabestan. Il





n'y avait pas de professeur « je sais tout » mais des marins qui connaissaient, la façon de faire des nœuds tous plus utiles les uns que les autres. Les conversations sont allées bon train : « tu vois là tu le fais à l'envers... ou Moi je le fais d'une main... ». On a bien rigolé et chacun est reparti avec au moins un nœud nouveau dans sa besace. Après avoir passé en revue des nœuds plus complexes comme nœud de Capucin, Franciscain, chaise, etc, le final de la matinée fut présenté par François sur la confection d'une TOU-

LINE. La Touline vient de l'anglais TOWLINE (ligne de remorquage) c'est un nœud qui ressemble, confectionné, à une balle à l'extrémité d'un petit bout fin. On l'appelle aussi « pomme de Touline ». Grâce au poids de la Touline, les marins jettent ce bout du bateau vers le quai et peuvent ensuite passer une haussière pour amarrer le bateau. Cette matinée s'est terminée comme il se doit par un pot de l'amitié.

Michel CAMESCASSE



Les petits plats de la Cambuse



UNE CUISINE SIMPLE et RAPIDE

Sur le site du YCF, vous pourrez découvrir chaque mois, une ou plusieurs recettes de cuisine, dans la rubrique « <u>cuisine à bord</u> ». « Les petits plats de la cambuse » est une idée originale de la commission festive qui pilote cette rubrique et recueille de nos adhérents, des recettes et des combines de cambuse, à faire partager.

La cuisine en mer, rythme la vie des équipages. Vivre en mer, n'est pas synonyme de « mal-bouffe ». Au contraire, la cuisine fait partie du mode de vie sur la mer. Il en va du moral de l'équipage.

Un bon plat est aussi important que la navigation. Si notre assiette est vide, on reste dans la position de quelqu'un d'affamé, même avec un GPS sophistiqué.

Au gré des vagues, du beau, moins beau, voir mauvais temps, de la chaleur, du frais, voir du froid, il faut manger en mer. Le repas est également un moment de détente, de repos, d'amour (quel bonheur de cuisiner pour son ou sa chéri(e), de convivialité et d'amitié.

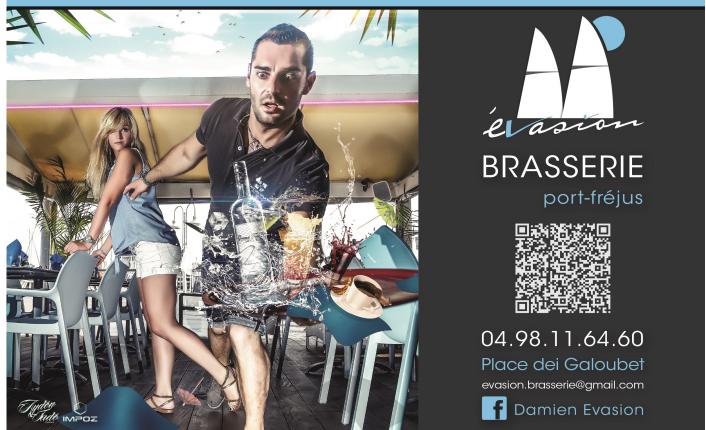
Les belles soirées d'été tant au port qu'au mouillage, devant un beau coucher de soleil, méritent que l'on s'attarde sur un petit plat de la cambuse.

Le (les) marmiton(s) du bord doivent faire preuve d'imagination avec les provisions disponibles pour varier les menus. Et puis, au gré des navigations, les lieux visités regorgent très souvent de petits marchés, de boutiques locales, où l'on trouve ce qu'il faut au gré de ses envies.

La cambuse du bord n'exclut toutefois pas les petits ou grands restaurants, au fur et à mesure des navigations. Retrouvez sur le site du YACHT CLUB de FREJUS **www.ycfrejus.fr** toutes les recettes de Martine.

Martine GAZEL

RESTAURATION - BAR - COCKTAILS - GLACIER





MARINE avait annoncé ce samedi un vent maximum de 18 à 20 nds avec des rafales à 30 nds pour 12h oo. Par de quoi décourager les meilleurs de la baie qui ont répondus présents au TROPHEE de PORT FREJUS. Le parcours présenté au briefing par notre arbitre Ph. WALTER était judicieusement dimensionné pour une météo à midi qui fut conforme aux prévisions. Le départ est donné à 12h05 devant l'entrée du port de Fréjus. La mer est belle et les équipages sont prêts à en découdre. Le TROPHEE de PORT FREJUS dans sa 17ème édition n'aura décu que les absents. Un parcours côtier

Pour cette 17eme édition du TROPHEE de PORT FREJUS ils étaient une dizaine à avoir osé sortir le bateau devant la météo annoncée.

« Qui regarde trop la météo passe sa vie au bistro! ».

Ce dicton bien connu de nos marins bretons était d'actualité. Les sites de météo « fantaisistes » par leurs mises à jour à retardement prédisaient des conditions de vent à ne pas mettre un bout dehors. Les sites sérieux comme WEATHER 4D Pro ou METEO France





tribord de 13 Nm pour aller contourner une bouée située à l'ile D'OR. C'était et nous le savions, la partie la plus difficile à tirer ces bords de près par un vent d'Est. Nous connaissons bien la compression de veine d'air entre le LION de MER et le LION de TERRE surtout par vent d'Est, accompagnée de vagues d'un bon 1,50M. Face à un courant parfois de plus de 2 nds dans le nez. De plus il faut faire attention au haut fond situé le long du LION de TERRE. Avec ce temps tous les skippers ont été vigilants. le talonnage à ces vitesses et dans cette zone ne pardonnerait pas.

Passé ce « goulet » les bateaux se sont dirigés sur la bouée de l'Ile d'OR avant de changer de cap pour tirer une autre marque de parcours située à la hauteur de l'émissaire. Ce bord pratiquement vent arrière de 4,5 Nm n'aura pas vu fleurir les spis. En en reparlant le soir au diner beaucoup ont été tentés





de le lancer. Une fois contourné cette bouée il fallait remonter jusqu'au LION DE MER, une marque de parcours que les concurrents devaient laisser sur tribord puis retourner à la bouée de l'émissaire avant de fondre d'un bord de près bon plein vers la ligne d'arrivée. Tous les bateaux ont relâché de la toile et personne ne souhaitait céder un pouce de terrain au poursuivant. Tout donner jusqu'au bout, les listons dans l'eau, ce n'est pas ce vent qui à légèrement faibli qui allait intimider les concurrents surtout après avoir essuyé les bords de prés vers l'ile d'OR avec des claques à plus de 30 nœuds. La ligne d'arrivée devant le port de Fréjus est un peu abritée des vagues et les ba-

teaux vont vite, très vite au point que les membres du comité, partis s'abriter dans le port pour déjeuner, ont bien failli ne pas être présents sur la ligne pour noter les arrivées, dommage pour le dessert.



Depuis le début de la régate ALYTE et MIKALA s'observent et en temps réel MIKALA franchira la ligne 27 secondes devant ALYTE. En temps compensé MIKALA doit 30 secondes au mile à son poursuivant. Un handicap face à ALYTE qui vu la distance du parcours le devancera de 5,33 minutes. Quelques minutes derrière CALA LUMA qui a perdu du temps, peut être trop toilé au départ se bat pour coller au groupe de tête . NOTOS 4ème au passage de la ligne sait que CALA LUNA lui doit du temps au compensé et ne lâche rien. NOTOS qui s'est bien battu montera finalement sur la troisième marche du podium en reprenant 2,50 minutes à CALA LUNA au compensé. Der-

rière ANTIDOTE 2 refait son handicap du départ et remonte MAIMITI et EUPALINOS pour prendre une belle cinquième place au général. Le soir avant le diner le comité de course s'est réuni pour analyser les prévisions météo du dimanche. Le coup de vent annoncé ferait renoncer les plus valeureux. Weather 4D annonce 32 Nœuds de vent établi et des rafales à 54 nds. METEO France marine donne les mêmes prévisions. Le programme du lendemain tombe à l'eau. Ce serait irresponsable d'organiser quoi que ce soit dans ces conditions. L'annonce de l'annulation des épreuves du dimanche sera faite au diner. Tous les skippers et équipages sont présents ce samedi soir autour d'un bon repas et l'ambiance est de mise après l'épreuve. Tous sont unanimes sur la superbe partie de voile qu'ils ont disputée cet après-midi. Dommage pour les parcours construits prévus le lendemain. Le classement général sera donc établi sur la course du samedi. C'est Jacques LEMAIRE sur ALYTE qui remporte le 17èmè TROPHEE de PORT FREJUS. La remise des prix s'est tenue au CARRE du MARIN en présence de Monsieur Glenn FAUCHON Directeur du PORT de FREJUS et de Monsieur Pierre JOLY Conseiller municipal et Président de la Société d'économie mixte de PORT FREJUS qui a remis le TROPHEE au vainqueur.

Merci à Philippe WALTER pour nous avoir proposé un beau parcours et merci à François CHANGEUR et André WEITH de nous avoir assuré un arbitrage de qualité pour cette régate. Nos remerciements ne seraient pas complet sans rappeler l'aide et le soutien que nous apportent le **CNPF** (Chantier naval de Port Fréjus), le glacier **NESS**, les établissements **PENALVER** et de la **SEM** de **PORT FREJUS** qui, sans





leurs soutiens, la Régate du TROPHEE de PORT FREJUS ne serait pas ce qu'elle est aujourd'hui. La remise des prix fut suivie d'un cocktail préparé par Florence de la commission festive autour du verre de l'amitié.

Michel CAMESCASSE



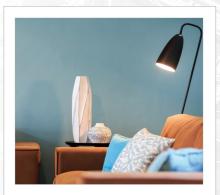
04 94 81 24 18 www.thierrypenalver.fr





EXTÉRIEUR





INTÉRIEUR



PEINTURE SOL - PLAFOND



SINISTRES



DEGATS DES EAUX INCENDIE

Quelle que soit la dimension de votre projet, nous serions heureux de mettre notre savoir-faire à votre service.

Les FETES du PORT - les OFNI

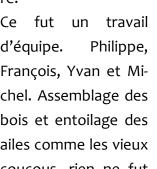
Les fêtes du PORT

Comme chaque année le YACHT CLUB DE FREJUS a répondu présent en organisant et participant à la réalisation de plusieurs manifestations durant les fêtes à PORT FREJUS. C'est un rassemblement annuel où de nombreuses animations sont proposées. 2017 se devait d'être une année particulière. Après la cuisante défaite de 2016 et la place de dernier avec le « drakkar » sur baignoires conduit par l'équipe de « Vikings », il fallait redoubler d'imagination pour remporter la course des OFNI (Objet Flottant Non Identifié). Dès le retour de la croisière, nous n'avions que 10 jours pour concevoir l'engin. Il fallait faire vite. En se rappelant l'exploit de ROL-LAND GARROS qui décolla de FREJUS pour traverser la méditerranée et rejoindre la TUNISIE en 1913, l'idée était trouvée. Nous allons construire un avion pour faire la traversée de PORT FREJUS sans escale.

C'était un pari risqué. Le bureau d'étude plancha aussitôt sur les plans en respectant les critères de, légèreté, capacité en vol, autonomie et flottabilité. Pendant que les uns allaient chercher des vieux bidons de 200 litres à la décharge, les autres acheminaient le bois nécessaire à la construction de la structure.



fut d'équipe. François, Yvan et Michel. Assemblage des bois et entoilage des ailes comme les vieux coucous, rien ne fut









laissé au hasard. La construction terminée nous avons un temps, envisagé le transport en convoi exceptionnel.



Motard devant et derrière, transport de nuit avec gyrophare. Finalement rien de tout cela ... après une astuce d'assemblage le tout était transportable par camion. Le jour de la course est arrivé. La course d'OFNI rassemble de nombreux participants tous prêts à en découdre devant un public venu nombreux pour admirer les embarcations. Il fallait assembler l'avion. Un travail minutieux afin que nos deux pilotes réussissent l'exploit tant attendu. Essais moteur à la mise à l'eau, dernières photos puis ce fut le mo-

Les FETES du PORT - les OFNI



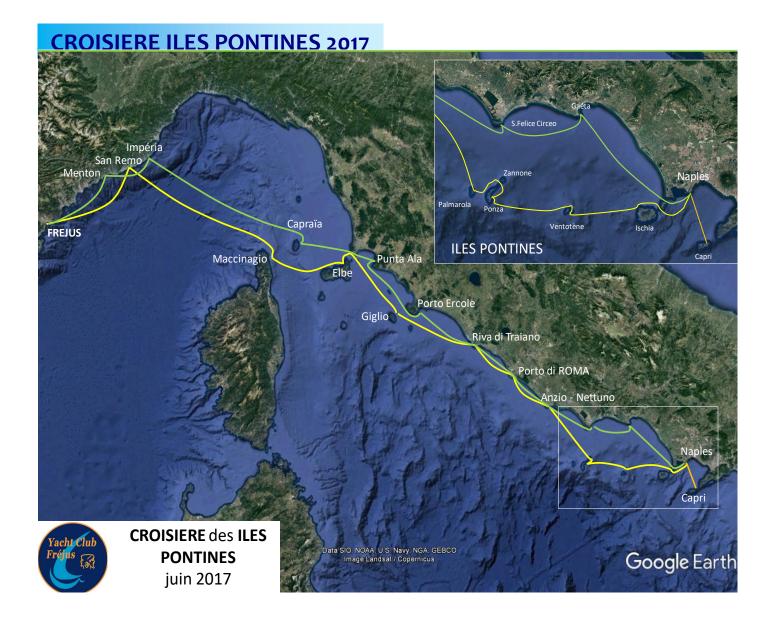




ment de gagner la ligne de départ. Il a fière allure notre biplan! Pour des questions d'économie d'énergie et de gain de poids en carburant, le bureau d'étude nous a conçu un moteur aquatique à propulsion pédestre. Le départ est donné devant une foule en délire. Les uns coulent de suite pendant que notre biplan prend de l'avance sur le groupe. Qui aurait pensé qu'en pédalant vite, plus vite encore, on allait décoller. A la surprise des spectateurs et du jury l'avion prit son envol pour « la traversée de PORT FREJUS sans escale ». Le pari était gagné, la coupe fut remise aux vainqueurs, portés en héros. Une nouvelle fois FREJUS marquait l'histoire de l'aviation.

L'honneur du **YACHT CLUB de FREJUS** était sauf. L'avion fut exposé pendant l'été sur les quais de PORT FREJUS et nous pensions bien qu'il finirait au musée du Bourget mais un coup de vent eu raison de sa structure.

Philippe WALTER



Les ILES PONTINES

Cette année la commission croisière nous fait découvrir les îles PONTINES. C'est cet archipel d'îles Italiennes, situé à la limite des eaux territoriales au large de la côte entre Rome et Naples. Yvan qui a travaillé tout l'hiver sur le projet, dans une région qu'il connait bien pour y avoir souvent jeté l'ancre, n'a pas reçu son nouveau bateau et c'est l'âme en peine, accompagné de Martine, qu'ils nous voient partir ce vendredi matin du bout de la jetée du port de FREJUS. La mer est belle un vent 10 nds Est nous impose une allure au près. Nous partons pour une balade de 5 semaines et quelques 900 Nm.

FREJUS - Marina DI ARAGAÏ (Vendredi 26 mai 2017) 53 Nm

Cette première étape de 53 Nm permet à tous les équipages d'éviter une traversée vers la Corse trop longue et souvent fatigu

ante de nuit. Le vent monte F5 vers midi au large du Cap d'Antibes puis mollit 12Nd et s'oriente SE. Si on pouvait faire toute la croisière avec un vent comme celui-là ce serait un rêve. On se rapproche des côtes Italiennes et passé les immeubles de Monaco on admire les premiers petits villages perchés sur les hauteurs et leurs serres de fleurs qui nous font des clins d'œil de soleil pour nous accueillir. Il est 18h 10 et nous apercevons San Stefano Al Mare, ce petit village du bord de mer et la Marina. Tout est bien organisé. Florence a depuis déjà plusieurs semaines préparé les escales, négocié avec les ports. Les marins nous attendent et un premier apéro s'organise et l'on fait un briefing météo pour la journée du lendemain. Ce soir personne ne traine. Un bon dîner et une bonne nuit. Le départ vers le Cap Corse et Macinaggio est prévu à 4hoo.

Marina DI ARAGAÏ - Macinaggio (Samedi 27 mai 2017) 87 NM

Tout le monde est à l'heure, le jour se lève à l'horizon et les 4 nds de vent ne sont pas suffisants. Nous resterons vigilants durant les 87 Nm de la traversée car Philippe, bon marin, est seul à bord de PELA-

GOS. En liaison VHF nous discutons souvent. 9 hoo du matin soleil et toujours GV+ un filet de gaz au moteur pour avancer et arriver avant la nuit en Corse. La mer est belle, FAIRPLAY file devant suivi de PELAGOS, Guy et Régine sur HEDONE suivent NAPADELICE. 11hoo on a coupé le moteur et on navigue à 6nds au portant, le pied! Soudain au large la VHF grésille. Je reconnais une voie familière. C'est François GROBERT sur ANTI-DOTE 2 qui participe à la croisière bleue. Il est sur le retour vers Antibes. Il est bien à 30 Nm de nous et quel plaisir de pouvoir se parler si loin les uns des autres. On échange puis la radio ne porte plus.



Quelques minutes plus tard c'est Dominique sur SYLVANNE qui nous appelle sur le 16. Il est parti plus tard et il doit nous rejoindre à MACINAGGIO. Pas de dauphin ni de baleine durant cette traversée et déjà en fin d'après-midi on aperçoit l'île de la GIRAGLIA. Les travaux du port de Macinaggio nous imposent un mouillage et nous irons juste à quai pour le GO et là « surprise !». Raymond nous attend pour embarquer sur FAIRPLAY mais il n'est pas seul. La mascotte de la croisière s'appelle MOUSSE. Un Labrador CORSE qui a l'habitude des bateaux et fait aussitôt le tour du propriétaire dès sa montée à bord. Soirée paisible au mouillage.

Macinaggio - PORTOFERRAIO (Dimanche28 mai 2017) 39 NM

Une navigation sans souci et un vieux port toujours aussi accueillant. C'est la ville principale de l'île

D'ELBE. Chargée d'histoire ou Napoléon Bonaparte séjourna, ce fut longtemps une ville fortifiée avec enceintes et installations militaires que l'on peut visiter. PORTOFERRAIO doit son nom au commerce des mines de fer présentent sur l'île dont le commerce se devait de passer par le port pour rejoindre l'Italie d'où le nom du port aujourd'hui. Il y a peu de touriste sur l'île à cette époque de l'année et nous flânons dans les ruelles étroites, à la recherche d'un bon restaurant. Pour l'instant les journées tampon prévues pour mauvaise météo nous donnent de l'avance sur le programme et nous en profitons pour visiter la ville.







PORTOFERRAIO – Ile de GIGLIO (Mardi 30 mai 2017) 43 NM

La mer est belle le vent nous pousse, le soleil nous accompagne. Depuis notre départ nous avons de la chance. A peine quitté des yeux l'île d'Elbe que nous apercevons l'isola del GIGLIO. Son petit port a



retrouvé sa quiétude après l'effervescence créée par l'échouement du CONCORDIA. C'est redevenu le petit port du bout du monde. Roberto capitaine du port connait bien Florence et le YACHT CLUB de FREJUS. Ce soir c'est plancha sur le port et on découvre les talents cachés de Guy pour la cuisine. Guy ne se sortira pas de cette tâche tant appréciée et à chaque fois, durant toute la croisière, il sera sollicité pour le plus grand plaisir de tous les équipages. Le lendemain balades sur l'île. Pour 2 € la navette nous monte sur le point culminant de l'île. Visite du château et découverte. Il faut dire qu'aux siècles précédents cette île fut de nombreuse fois attaquée par les pirates. Aussi les fortifications permettaient aux

habitants de se protéger et de repousser les envahisseurs.

Ile de GIGLIO – Riva Di TRAIANIO (Jeudi 1^{er} juin 2017) 44 NM

Aujourd'hui c'est « Pétole ». Pas le moindre souffle de vent. La risée « moteur » s'impose sous ce soleil radieux. Farniente sur le pont, la mer est un lac sur lequel glisse nos bateaux. On longe l'île de GIA-NUTRI pour atteindre RIVA di TRAIANO, cette grande marina sans attrait touristique, une étape intermédiaire avant d'atteindre PORTO di ROMA.

Riva di TRAIANO - PORTO di ROMA (Vendredi 2 juin 2017) 26 Nm

Toute la flotte du YACHT CLUB de FREJUS est sous voile ce matin. Avec 10 Nœuds de vent au 220, nos spis asymétriques et codes 2 fleurissent la mer jusqu'à PORTO di ROMA. L'entrée de ce port est remarquable. Construite en forme de pince de crabe il peut y avoir de grosse vagues ou une forte houle à l'extérieur, tout vient se casser à l'entrée du port laissant le bassin intérieur comme un lac. Le club

ayant déjà organisé une croisière sur ROME, on connait les astuces. Aussi à peine amarrés dans ce début d'aprèsmidi, nous partons visiter la ville. En 40 minutes depuis le port on se retrouve place St PIERRE. On ne se lasse pas de visiter ROME. Ces sera notre quotidien durant ces 3 jours d'escale. Notre mascotte MOUSSE et son Maître nous quittent pour rejoindre la Corse et c'est avec regret que nous les voyons partir. L'escale de ROME est l'occasion d'accueillir les nouveaux équipiers. Le soir on se retrouve au restaurant du port pour déguster poissons et spécialités locales et c'est la meilleure façon de connaitre les nouveaux.



PORTO di ROMA - ANZIO (Dimanche 4 juin 2017) 25 Nm

Nous continuons notre descente vers les îles pontines. ANZIO est la dernière étape sur la côte avant de rejoindre ce chapelet d'îles situé à la limite des eaux territoriales Italiennes. Pour les passionnés



d'histoire ANZIO s'appelait jadis ANTUIM. C'était une ville où venaient se reposer les empereurs fuyant l'agitation de ROME. Le port de NERON fut longtemps un lieu stratégique. Aujourd'hui en approchant le petit port de pêche d'ANZIO, il faut bien contourner et suivre précisément le balisage. Les ruines de l'enceinte du port de NERON s'étendent vers le large et affleurent la surface. Le petit port d'ANZIO est un port de pêche très actif. On vient à quai en suivant le balisage réalisé par la capitainerie. Le port s'ensable au point de n'avoir qu'un mètre de tirant d'eau au milieu laissant le passage que pour les petites embarcations. En longeant les bateaux de pêche, l'œil rivé sur la

profondeur la flotte du Yacht club s'amarre le long des vieux quais de pierres. Demain Il faudra que la météo soit bonne pour atteindre la première des îles Pontines PALMAROLA.

ANZIO – Isola di PALMAROLA (Lundi 5 juin 2017) 31 Nm Philippe sur PELAGOS qui a navigué seul depuis Fréjus attend un équipage et nous rejoindra sur l'île de VENTO-TENE. A 8h15 la flotte quitte le port d'ANZIO et cap au 162° vers l'île de PALMAROLA. Un petit vent léger 5 nds, une mer d'huile et le soleil nous accompagnent. On croise au large l'hydroglisseur journalier qui dessert les îles. On s'appuit au moteur et à 13 hoo on jette l'ancre dans la CALA del PORTO. L'eau est d'une limpidité exceptionnelle. On mouille par 10 mètres de fond et pourtant on a l'impression que l'on peut toucher le fond avec

la main. Avant l'apéro la baignade s'impose. On est seul à cette époque de l'année, loin de tout dans un havre de paix. Située à proximité de l'île de PONZA, PALMAROLA est un rocher qui n'est pas habité Cette île ne propose pas d'abri sûr en cas de coup de vent. En fin d'après-midi nous mettons les voiles vers PONZA.







PALMAROLA - Isola de PONZA (Lundi 5 juin 2017) 7 Nm

PONZA est la plus grande des îles PONTINES. Jadis cette île servait de prison dorée pour les personnalités vouées à l'exil. Partis de PALMA-ROLA, on contourne l'ile par le sud, en évitant les hauts fonds du rocher CAPPELLO pour rejoindre l'anse bien abritée au nord de la pointe S. MARIA. On est à 300m du port de pêche que l'on rejoint facilement avec l'annexe. Pas question de mouiller dans le port. Ce serait dommage de se priver d'un beau mouillage. La ville tout en couleur entoure le port où l'activité des ferrys vient rompre le calme du port. PONZA fait partie de ces îles comme ISCHIA



dont l'économie est tournée exclusivement vers le tourisme. Même en cette période il y a du monde dans les ruelles étroites et il faut attendre pour une place aux terrasses des restaurants. Nous quittons cette agitation et regagnons nos bateaux pour une nuit qui sera paisible.

PONZA – Isola di VENTOTENE (Mardi 6 juin 2017) 22 Nm On part sous voiles avec un vent Sud de 9nds au près bon plein sur une mer d'huile et nos bateaux glissent dans un silence magique. Depuis notre départ de Fréjus on a de la chance et nous sommes en avance sur le programme ce qui ne fait pas l'affaire de Florence qui doit décaler toutes les réservations dans les ports. Son Italien et son accents « Florentin » l'aidera à convaincre. L'île de VENTOTENE est de loin la plus belle. Loin de l'agitation touristique de PONZA, c'est le repère des plongeurs. L'eau y est d'un bleu profond. Nous sommes attendus et en début d'après -midi nous accostons dans PORTO NUOVO. On retrouve le calme d'une île, on vit au ralenti en prenant le temps de regarder le paysage qui nous entoure et de flâner chez les petits boutiquiers. En face on aperçoit l'île de St STEFANO célèbre pour son pénitencier aujourd'hui à l'abandon et qui accueillait encore du temps du fascisme les opposants au régime de MUSSOLINI. En quittant le port on longe les anciennes grottes ou l'on stockait jadis les tonneaux de vin. On grimpe dans les hauteurs de la ville par des ruelles étroites et on découvre la splendeur de la végétation. En longeant le littoral au bout de la petite plage face au rocher de LA NAVE, vous trouverez un petit restaurant, où pour quelques euros les plats de mer sont un régal. De surcroit le patron parle Français. Comme prévu Philippe est venu d'ANZIO avec du gros temps et c'est avec un barbecue aux spécialités de VENTOTENE que nous passerons la soirée. Deux jours sur cette île magique, ce n'est que du bonheur. Si je devais visiter qu'une île de l'archipel des PONTINES, je retournerais à VENTOTENE.







Isola di VENTOTENE- NAPLES (Jeudi 8 juin 2017) 34 Nm

Départ 9 hoo, on quitte le petit port de VENTOTENE. On aperçoit bien la construction du pénitencier en longeant l'île de St STEFANO. On navigue à vue dans cette région. Au loin on aperçoit déjà l'île d'ISCHIA. Il y a un résidu de houle W et pas de vent. La risée moteur s'impose jusqu'à ISCHIA. Nous contournons cette île par le nord en empruntant le CANALE d'ISCHIA pour rejoindre un mouillage au pied du château ISCHIA PONTE. La sieste et la baignade sont de rigueur. Rien ne presse, il nous reste 10 Nm à parcourir. Le vent s'est levé est c'est sous voiles que nous mettons le cap sur l'île de PROCIDA. Le détour dans la petite rade de CORRICELLA au sud de la pointe DEI MONACI mérite de s'attarder pour admirer les maisons multicolores qui bordent le littoral. Nous faisons route vers le cap MISENO pour atteindre le port de POZZUOLI dans la MARINA di MAGLIETTA. Le port de POZZUOLI fait partie des 4 ports de NAPLES et sa situation à proximité de la ville facilite les visites pour ces 4 jours d'escale.





Agence AXA COSTE DELAGE GINESTA JOUVE

52, rue Gambetta

83700 Saint Raphaël

Tel: 04.94.40.78.63 Fax: 04.94.53.76.42

Email: agence.cdj@axa.fr



Et si AXA devenait aussi votre banque?

Prenez place un instant pour découvrir l'offre que je vous ai réservée :





NAPLES - La vielle ville

On aime à se promener dans les petites ruelles étroites. Il y a le quartier des bijoutiers, des sculpteurs, des santons, etc. Les petites échoppes sont regroupées par spécialité. La vieille ville est vivante et bruyante. Après avoir passé la matinée à déambuler et s'être restaurés chez GINO SORBILLO, la référence des pizzaiolos à NAPLES, nous partons visiter le CASTEL SANT'ELMO. Depuis les remparts du château le point de vue est magnifique et nous dominons toute la ville. Au loin on distingue le VESUVE et POMPEI, les îles de CAPRI, ISCHIA, PROCIDA.

POMPEI – HERCULANUM

Il faut une journée entière pour parcourir les deux sites et se replonger dans l'atmosphère de la vie de l'époque. C'était à l'automne, les jarres de vins étaient pleines, les récoltes emplissaient les greniers. Ce matin de l'an 79 l'éruption du VESUVE ensevelit par couches successives la ville de POMPEI et celle plus près de la mer: HERCULANUM. Ce n'est pas une coulée de lave telle qu'on la connait mais une pluie de ponce, cette cendre qui recouvrait le cratère du volcan, accompagnée d'un gaz sulfureux. D'après les historiens le nuage de cendres s'est élevé à 32 km de hauteur recouvrant la baie de Naples. Les habitants qui s'étaient réfugiés dans leurs maisons ont été ensevelis par l'effondrement des toits cédant sous le poids de ponce. D'autres tentant de fuir furent asphyxiés. En parcourant les ruelles étroites pavées de POMPEI les murs des maisons sont encore debout, le four du boulanger, le pressoir. On découvre la richesse des sols





carrelés des maisons bourgeoises. Au détour d'une ruelle on visite la maison du plaisir. Giuseppe Fiorelli (1823-1896) alors Inspecteur des fouilles de Pompéi eut une idée géniale. Il versa du plâtre liquide dans les cavités de pierre ponce autour des corps en décomposition obtenant la reconstitution quasi parfaite des victimes dans l'attitude où la mort les figea. On peut ainsi voir aujourd'hui les corps des habitants de POMPEI.







CHANTIER NAVAL RAPHAËLOIS

Manutentions jusqu'à 45 Tonnes TRAVELIFT 45 T et GRUE MOBILE 20 T

AIRE CARENAGE 3000 m² EN LIBRE-SERVICE

Eau - Electricité - Air comprimé - Travaux spéciaux sur demande

PACK ANTIFOULING TÉL. 04 94 95 53 68



Visite à l'Isola di CAPRI

« CAPRI c'est fini » dit la chanson. Cette île que nous avions un jour parcourue dans les années 70 resplendissait par le charme de sa végétation, la splendeur de ses petites maisons aux ruelles étroites, son calme. Même si l'île de CAPRI a gardé sa beauté rien n'est plus comme avant. Les hordes de milliers de touristes qui arrivent dans un ballet incessant de ferries tous plus pressés les uns que les autres, les anciennes petites demeures devenues des boutiques de luxe à se croire à Monaco ont cassé le charme paisible de CAPRI. Yvan qui a construit tout notre parcours de cette croisière des îles Pontines a eu raison de ne pas prévoir une escale du club dans le petit port de l'île. Il est constamment agité par les bateaux à moteur qui entrent et sortent à toute vitesse ballotant sans cesse les pontons. Pour ceux qui ne connaissent pas CAPRI il faut malgré tout s'arrêter sur cette île. C'est une destination incontournable à laquelle on ne peut déroger. N'hésitez pas à vous éloigner des sentiers battus et des boutiques de luxe et montez le plus haut possible par les petits chemins étroits. Vous découvrirez des paysages de cartes postales, des criques entourées de rochers escarpés, des points de vue sur toute la ville de NAPLES, le VESUVE, l'île d'ISCHIA et si la visibilité est bonne vous pourrez apercevoir l'île de VENTOTENE. Le charme de CAPRI c'est avant tout la beauté de sa nature et le spectacle qu'elle nous offre.

NAPLES - Isola di VENTOTENE et le retour vers ELBE (du 12 au 21 juin 2017)

Notre séjour sur NAPLES se termine, les équipages ont une nouvelle fois changé. A bord du Napadelice Laure et Benjamin sont repartis sur Paris et Evelyne et André sont venus nous rejoindre. Initialement dans le programme de retour nous devions remonter le long de la côte sur GAETA et San FELICE CIRCEO. La devise de notre club c'est « nous partons ensemble et nous revenons ensemble », tout en laissant bien sûr, la liberté à chacun de continuer s'il le souhaite. Alors pourquoi ne pas refaire les îles Pontines c'est tellement beau. Et c'est parti vers l'île de ISCHIA pour faire escale dans le petit port de ST AN-GELO (Equipé de bancs très solides !!!). La mer est d'huile et certains d'entre nous préfèrent le mouillage dans la baie voisine. Le lendemain 13 juin nous partons au moteur sur VENTOTENE. Il n'y a pas un souffle de vent. Alors c'est un stop au large et une baignade improvisée bien sympathique. Arrivés vers 15h00 à VENTOTENE nous reprenons nos habitudes.









Les uns partent faire les courses pour acheter saucisses, boudins aux châtaignes et autres délices, les autres installent le barbecue. Ce soir « champagne ». Régine et Guy du bateau HEDONE ont enfin des jumelles. Pas celles que vous pensez pour la navigation mais deux magnifiques petites filles qui font la joie de leurs grandsparents. Frédéric montera la garde pendant la cuisson pour écarter les mouettes.

La soirée sur le ponton se terminera au limoncello. On ne soupçonne pas le niveau de réserve en boissons cachées dans les cales de nos bateaux.





VENTONTENE – PONZA le retour (Mercredi 14 juin 2017) 22Nm

La navigation se fera à la voile. A croire que EOLE veut faire de cette croisière un enchantement. La mer est belle et nous avons un vent de 8 à 10 nds, nos bateaux glissent au près à 5,5 nds. Nous atteindrons PONZA en milieu d'après-midi toujours dans la magnifique baie bien abritée à proximité du port. Soirée en ville pour les uns, repos et pêche pour les autres. Cette baie est un havre de paix.



PONZA - NETTUNO

(Jeudi 15 juin 2017) 37Nm

Partis de PONZA à 10h00 ce matin, nous franchissons la passe de la pointe ROSSA avant de mettre le cap sur NETTUNO. La navigation se fera sous voile appuyée au moteur. Vers midi le vent monte à 10 nds au 230 et c'est par le travers qu'il nous accompagnera jusqu'au port. Surprise sur mon GPS, ma cartographie ne mentionne pas les travaux d'agrandissement du port de NETTUNO. Il faut dire que ces travaux semblent récents. L'entrée du port est identique à celle de PORT di ROMA. La baie s'ensable comme le port d'ANZIO. La capitainerie nous attend et nous indiquent les places. La vieille ville de NETTUNO est très belle. Nous partons faire l'avitaillement des bateaux et découvrons cette cité médiévale. A ne pas manquer la fontaine souterraine, source de vie du village à l'époque. Le soir tous les équipages se retrouvent sur la vielle place près de l'église SAN GIOVANNI aux fresques intérieures de toute beauté. Un petit pizzaiolo sur la place et nous dinons sous les parasols à la tombée de la nuit.





NETTUNO- PORTO di ROMA (Vendredi 16 juin 2017) 28 Nm

Nous parcourons les 28 Nm à la voile. Le vent 12 à 15 nds nous pousse jusqu'à PORTO di ROMA. Arrivée au port le temps est clair mais pour les 2 jours à venir la météo ne sera pas clémente. Nous décidons de rester sur ROME et ce n'est pas une contrainte. C'est l'occasion de visiter des monuments un peu moins touristiques comme la basilique paléochrétienne et médiévale de San GIOVANNI FUORI MURI d'une rare beauté conjuguée à des prouesses architecturales de tout premier ordre. Chaque soir en rentrant au port on relève la pression barométrique. Un indicateur simple et qui ne se trompe jamais. Après réunion au sommet (à l'apéro) et l'analyse de tous nos sites météo, c'est bon nous partirons pour Riva di TRAIANO lundi 19 juin.



(Lundi 19 juin 2017) 26Nm

Une belle journée de voile au portant avec 12 nds de vent et nos bateaux flirtent avec les 7,5 nds. C'était tellement sympa que j'ai écrit sur le livre de bord «on régate, étape trop courte, dommage!». La soirée sera barbecue partie sur le quai organisée par notre chef étoilé Guy.







RIVA di TRAIANO - SANTO STEFANO (Mardi 20 juin 2017) 43 Nm

En partant le matin pas de vent et c'est au moteur que nous quittons le port. Vers 11h00 on touche un petit vent de 11 nds au 220 qui nous pousse jusqu'à la Pointe CALA GRANDE. A l'abri de ce petit vent masqué par le promontoire ARGENTARIO, nous contournons la pointe en direction de PORTO VECCHIO (Pas en CORSE mais en Italie). Le soleil est radieux et toute la flotte jette l'ancre dans la baie de SANTA LIBERATA pour la baignade. L'équipage de FAIR PLAY nous fera

découvrir un restaurant au bout de la jetée vraiment excellent. Amarré au quai d'honneur la soirée sera paisible. Une adresse à retenir pour une prochaine escale

VENTE NEUF & OCCASION ENTRETIEN / GESTION / LOCATION











Place des Galoubets 83600 Port Fréjus







www.locationbateauvar.com 06.30.95.38.85 - 06.61.13.10.61

SANTO STEFANO – ELBE PORTO AZZURO (Mercredi 21 juin 2017) 38 Nm

Nous faisons les pleins d'eau avant de partir et cela va prendre du temps. L'eau coule lentement sur le quai, la pression étant toute prise par un gros yacht amarré quelques places plus loin. Michel négocie avec les marins du bord qui acceptent de fermer leur vanne et « ouf » la flotte du Yacht Club reçoit de l'eau et nous pouvons faire les pleins avant de partir. Comme d'habitude à 9h30 le vent fait la grasse matinée et n'est pas encore levé. Nous quittons le port pour cette navigation de 38Nm. L'île d'ELBE est devant nous. Nous ne mettrons les voiles qu'à mi-parcours avec un petit vent de 8nds au 206. Le code 2 du NAPADELICE tire bien. C'est la voile idéale pour ce petit temps. Notre arrivée au port de PORTO AZZURO a été coordonnée par Florence et les marins nous attendent. Nous regardons l'évolution des prévisions météo pour la navigation vers CAPRAIA. Cette île est à la hauteur du cap CORSE et les coups de vent de la zone OUEST de la Corse se ressentent. En avance sur notre planning, Dominique sur SYLVANNE est parti mouiller dans une crique. Depuis le début nous avons de la marge et nous décidons de louer des scooters pour faire le tour de l'île. C'est l'idée géniale de Guy. Nous voilà partis pour





la journée, et on découvre des panoramas magnifiques depuis les hauteurs, des plages et mouillages où nous nous sommes jurés de revenir, baignades et petits restaurants. Il ne nous en fallait pas plus pour revenir enchantés.

ELBE PORTO AZZURO - CAPRAIA (Vendredi 23 juin 2017) 36 Nm

Nous quittons PORTO AZZURO et longeons la côte EST de l'île d'ELBE. Le filet de vent n'est pas suffisant et la risée « moteur » s'impose. On en profite pour admirer la côte de l'île sur 9 Nm. A 11h00 on sort les voiles pour accueillir ce petit vent de 6nds bien timide. Dans ce passage, il faut rester vigilant avec les ferrys qui desservent l'île depuis PIOMBINO. Depuis ce matin nous appelons désespérément Dominique qui a contourné l'île d'ELBE par l'ouest. La VHF crépite mais rien. C'est vers midi nous aurons la liaison radio puis aux jumelles on aperçoit ses voiles. Finalement nous nous sommes bien coordonnés et toute la flotte arrivera à 16h30 au port de CAPRAIA. Comment rêver mieux, nos bateaux sont alignés dans le port face au glacier. Apéro sur FAIR PLAY et soirée reposante. Le coup de vent F6 sur le cap CORSE depuis 2 jours a levé la mer. Il ne serait pas raisonnable de traverser sur 97 Nm dans ces conditions. Chacun en profite pour ranger les bateaux. Nous sommes partis faire une randonnée sur l'île et au retour on achètera dans une petite échoppe deux petits coffres de pirates en bois que l'on remplira de chocolats et bonbons histoire de ravir nos petits-enfants.

CAPRAIA - SAN LORENZO Al MARE (Lundi 26 juin 2017) 97 Nm

Il est 4h00 du matin, nous quittons le port par nuit noire. Il faut rester vigilant pour éviter les rochers de la Pt DELLE BARBICE puis la FORNICHE au Nord de l'île. On s'écarte de la côte pour éviter toute surprise. La houle 2 m n'est pas encore complètement tombée. Le vent 17nds renforcé par l'effet venturi de l'île nous oblige à mettre un ris dans la GV et au génois par précaution.

Régine sur HEDONE me suis à la trace. Philippe sur PELAGOS est à côté de nous et derrière SYLVANNE et FAIR PAY font route. On s'appelle à la VHF. Je sais que la houle va se calmer vers 10h00. Les prévisions s'avèreront exactes. Le jour se lève, la houle s'estompe progressivement, le soleil apparaît et le vent sera constant jusqu'à l'arrivée avec du 12 à 14 nds au 97. Nous marchons au 300 à 7nds voir plus. Au large on distingue des jets de baleines.

On affale et au moteur, doucement, on se rapproche des cétacés. Ce sont deux cachalots qui ont fait surface. Ils sont à quelques dizaines de mètres de nous. Nous resterons de longues minutes à les regarder. Soudain le plus gros bascule son aileron et nous regarde, marque un temps d'arrêt, comme pour nous dire au revoir puis arrondit et plonge dans les profondeurs. Là où nous sommes sur la carte il y a 2550 m de profondeur. Nous arriverons à 18h00 dans le port de ST LORENZO. La journée et la traversée furent belles et



Guy a oublié s'être fait chahuter et barbouiller par la houle au départ de CAPRAIA (merci Régine pour avoir assuré la navigation). Ce soir on se retrouve tous pour diner sur la petite place du village. Il fait bon à la terrasse de ce petit restaurant. Dernière soirée entre nous avant Fréjus. Notre trésorier Philippe, ayant constaté qu'il restait un solde dans la cagnotte de la croisière a proposé de régler la moitié de l'addition. L'ambiance est de mise et tout le monde raconte sa version de la traversée, les baleines et les raies vues au large. Nous regagnons nos bateaux sans avoir préalablement dégusté une succu-

lente glace (Italienne).

SAN LORENZO AI MARE -**FREJUS** (Mardi 27 juin 2017) 58 Nm

Ce matin le vent souffle à 26Nds Est. On quitte le port à 12H40 pour naviguer sous génois seul. On marche à 8,2 Nds au portant. Nous longeons la côte pour admirer les paysages comme à l'allée. A 17h12 plus de vent. Le moteur prend le relais jusqu'à FREJUS ou nous arriverons peu avant 22hoo où il fait encore jour. Dans l'après-midi nous nous sommes dit au revoir sur la VHF. Nous garderons tous des souvenirs inoubliables de cette croisière. Un parcours enchanteur, Merci à toi Florence pour cette organisation sans faille et merci au dieu EOLE de nous avoir gratifiés d'une météo exceptionnelle.

Rendez-vous à la prochaine croisière.

Michel CAMESCASSE



JOURNEE SECURITE

SECURITE en MER

C'est toujours une matinée difficile à aborder. Chacun, sans y penser sans cesse, redoute d'être un jour confronté à une difficulté en mer. Saura-t-il ce jour-là se rappeler de la méthode, des bons réflexes à avoir, des principes de recherche et son équipement sera-t-il opérationnel? C'est une question à laquelle personne ne peut répondre. C'est pour cette raison qu'après un bon café, l'attention était de mise pour cette présentation du YACHT CLUB de FREJUS sur la sécurité en mer. Ce samedi matin 20 mai 2017 il n'était pas question de se mentir. Comment anticiper les situations? Comment comprendre le fonctionnement de tout ce matériel dont on ne sert jamais? la présentation reprend depuis le début la simulation de l'accident jusqu'à une possible évacuation du navire. Depuis l'action d'anticiper la chute, les moyens de s'en prémunir, comment récupérer une personne à bord et appeler le CROSS, sans oublier les principes de fonctionnement des balises et la durée de vie en mer. Le sujet du début de la matinée n'appelait pas aux sourires. A la veille des croisières estivales chacun à bien conscience de l'enjeu et les questions fusent tout au long de la présentation. La deuxième partie en collaboration avec nos amis de la SNSM a permis de voir et de s'exercer avec le matériel de sauvetage « Déclenchement du gilet de sauvetage, d'une survie » et des « feux à main ». Enfin tout le monde avait retrouvé le sourire quand notre Président qui s'était jeté à l'eau pour la circonstance, avec son gilet, n'arrivait pas à se hisser à bord de la survie, dû au manque d'échelle sur ce modèle. Heureusement Il fut alors récupéré par le zodiac de la SNSM per-







mettant de visualiser le moyen de hisser un corps à bord d'un pneumatique. Il est important de bien connaître le matériel que nous avons à bord et de visualiser les méthodes de récupération. Enfin après

un inventaire de tous les objets présents dans cette survie périmée depuis plus de vingt ans, nous avons conclu cette matinée autour du verre de l'amitié.

François CHANGEUR





JOURNEE SECURITE

Balise





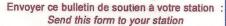


Туре	Personelle AIS	Personnelle PLB	EPIRB	
Usage	Mer	Mer Montagne randonnée	Mer	
Etanche	oui	oui	oui	
Déclenchement eau	non	non	oui	
Autonomie (hr)	24	24	48	
N° MMSI	non	possible	oui	
Fréquense secours 406 Mhz	non	oui	oui	
Fréquense secours 121,5 Mhz	non	oui	oui	
Puissance d'émission	1 w	5w	12w	
Feu éclat	oui	oui	oui	
Poids (gr)	100	150	700	
Cospas Sarsat	non	oui	oui	
(Div. 240) Obligatoire D > 60 Nm	non	non	oui	
Prix (€)	290	de 300 à 500	450	



BULLETIN DE SOUT

2018



M. Mme Mile

STATION SNSM "ESTEREL" Capitainerie du Port Passage des Caryatides 83600 PORT- FREJUS Tél: 04 94 40 19 72 snsm.esterel@gmail.com

Je	soutiens	ies	Sauv	eteurs	en	Mer
en	faisant u	n de	on de	es la est		

45€ 150 € 30 € 380 €

Autre montant :____

Je suis, à partir de :

20 € membre associé, 45 € membre associé donateur, 380 € membre associé bienfaiteur

à partir de 45 € l'abonnement au magazine SAUVETAGE est offert

☐ FLAMME SNSM (pour membre associé): 10 €

TOTAL:

Mode de règlement : Chèque (1) Virement ____

Espèces -

760 €

Nom, Prénom Adresse CP, Ville Pays Téléphone : Email: Port ou Club nautique : _ Nom du bateau : . Type de bateau : Moteur Voile ____ Semi-rigide

1 - à l'ordre de la SNSM (amount payable to SNSM).

2 - La déduction fiscale porte sur l'année d'émission du chèque.

3 - Equivalent en Europe : UK (RNLI), D (DGzRS).

4 - Pour tout don, vous recevrez un reçu fiscal (voir au verso).

5 - RIB/IBAN:

Signature

La croisière des CALANQUES (Septembre 2017)

Passées les périodes chaudes de l'été et l'agitation dans les ports et les criques, il fait bon naviguer. C'est l'objectif de la croisière des calangues qui s'est déroulée du 3 au 14 septembre 2017. L'eau est chaude, les baignades sont nombreuses et les criques et calanques jusqu'à Marseille ont retrouvé leur sérénité. Après avoir vérifié hier soir les pleins et équipements, nous sommes partis à 10h00. La mer est belle et les premiers milles se feront au moteur. La VHF de HARMONIE fonctionne bien et cela rassure Yvan responsable des croisières au sein du club. Il faut dire que le bateau de Daniel est le plus petit de la flotte (moins de 30 pieds) et donc plus sensible dans le mauvais temps. Passé CAP CAMARAT on envoie la toile. On aperçoit les îles d'Hyeres. Dans la rade de Bormes le vent 12 nds qui a viré au Sud nous est favorable. Arrivés au port du LAVANDOU, Les bonnes habitudes ne se perdent pas et l'apéro ponton est toujours un moment agréable où tout le monde se retrouve. Départ le lendemain pour les EMBIEZ.

L'île des Embiez est toujours une escale sympathique. On se croirait au bout du monde. La vie y est paisible, il n'y a quasiment pas de voiture, et les randonnées autour de l'île sont superbes. A cette période de l'année les touristes sont partis. Une navigation durant cette belle journée où les paysages ne manquent pas. Parti à 10h00 on longe la côte jusqu'au cap BENAT, puis direction la passe entre l'île du Grand RIBAUD et du petit RIBAUD et le CAP SICIE. Il y a bien une passe entre l'île du Grand ROUVEAU et la terre mais il y tellement de rochers affleurant que nous préfèrerons contourner par la balise des MAGNONS. On se retrouve le soir tous amarrés au ponton réservé









pour le club. Aujourd'hui dimanche 5 septembre 2017 nous devons dormir ce soir au mouillage dans la calanque de MORGIOU. Yvan et Michel qui veillent au bon déroulement de la croisière toujours les yeux rivés sur les prévisions météo préconisent de rallier LE FRIOUL. Le baromètre baisse et un coup de vent est annoncé pour la nuit et demain. Ce qui ne va pas nous empêcher de caboter la journée.



Après avoir contourné l'île VERTE et admiré le dos du « BEC de L'AIGLE » direction la calanque d'EN-VAU. C'est magnifique. En longeant la pointe de CASTEL VIEL, on décide de déjeuner dans la calanque de MORGIOU. Arrivée en fin de journée au FRIOUL où nous resterons 3 jours bloqués par le mauvais temps. Ce sera l'occasion de voir ou de revoir les monuments de Marseille, la Bonne Mère et les expositions du MU-CEM. Il y a beaucoup de choses à voir sur Marseille.



Comme tous bons marins on ira faire nos offrandes à la Bonne mère d'où le spectacle sur la ville et le Frioul est magnifique. Nous avons visité le MUCEM avec ses expositions (voir l'article de Martine GAZEL).

On apprécie de retrouver le calme le soir en rentrant sur l'île. Nous avons eu le temps de faire le tour

de l'île à pieds. Il y a de nombreux chemins de randonnée qui nous font découvrir des petites criques ou une vue imprenable sur le château d'If. C'était une forteresse clé. François ler assigne au château d'If un triple but : protéger les côtes d'une invasion, couvrir les sorties et le mouillage de la toute nouvelle flotte de galères royales, et surveiller Marseille, rattachée au Royaume de France en 1480.



Les opposants au pouvoir y seront emprisonnés dès 1580 et jusqu'en 1871, Protestants et Républicains en tête.

Le FRIOUL – CASSIS (Mercredi 8 septembre 2017) 15 Nm

C'est une petite navigation entièrement sous voile. Le soleil nous accompagne et la mer est encore bien agitée. C'est au portant que nous rejoindrons ce petit port où nous sommes attendus. A chaque fois que nous faisons escale à Cassis tout le club va diner à la poissonnerie LAURENT (restaurant à l'étage) située sur le port. Il faut réserver car l'adresse est connue et c'est tellement bon pour un prix tout à fait raisonnable.

CASSIS – SANARY (Jeudi 9 septembre 2017) 15

C'est pourtant un joli petit port SANARY mais nous ferons notre arrivée sous une pluie battante. Le mauvais temps s'est installé. Les bateaux sont rincés et les équipages aussi.

SANARY- St MANDRIER

(Vendredi 10 septembre 2017) 17 Nm

Ce n'est pas la distance qui nous inquiète mais la météo. Le temps s'est nettement dégradé, la mer est forte et c'est toujours avec inquiétude que nous accompagnons le plus petit bateau de la flotte HARMONIE pour passer le cap SICIE. Passé le rocher des Magon nous sommes sous génois seul au portant par 35 nds de vent au WNW avec des claques plus fortes mais finalement facile à tenir au largue. Il y a du creux, le passage du SICIE (surnommé le CAP HORN de la méditerranée) n'est pas une légende et par prudence on s'écarte de la côte. Nous avons des vagues conjuguées à la houle de 3 à 4 m, à plus de 9 Nds on surf, c'est sympa. Vu le vent on ne mettra pas longtemps pour rallier St MANDRIER.









Nous resterons bloqués pendant 4 jours au port et ce sera l'occasion de monter par le funiculaire au Mémorial (à visiter absolument) du MONT FARON. La vue est magnifique sur le port de Toulon et l'arsenal de la marine. Toulon est une grande ville qui propose de nombreux petits restaurants pas chers et bons dès lors que l'on sort de la partie touristique du port. Pendant que la Marine garnissait le TONERRE, ce bateau qui partait aux Antilles, nous avons visité le magnifique musée de la marine, vraiment bien.

ST MANDRIER-FREJUS (Jeudi 14 septembre 2017) 53 Nm

Yvan et Michel sont unanimes, on oublie le mouillage de PORQUEROLLES et on va profiter de ce vent W qui doit se lever pour nous pousser et revenir sur FREJUS. C'est une grande étape mais cela ne sert à rien par ce mauvais temps de trainer de crique en crique. Sur le NAVBOOK du bateau HARMONIE on a rajouté les caps à suivre. Ce fut une sage décision. Partis tôt le matin nous avons un brouillard à couper au couteau. Plus de vague mais une longue houle W qui nous accompagne. Tout se passe bien jusqu'à l'île du Grand RIBAUD. Le vent annoncé commence à sévir mais au portant c'est agréable. A 7 ou 8 nœuds l'étape va vite être parcourue. Nous savions que la fin de la journée serait corsée et elle le fut. Passé Cap Camarat le vent est monté à plus de 35 nds nécessitant d'encadrer HARMONIE pour qu'il puisse rentrer au port.

De cette croisière on retiendra la convivialité des équipages et un parcours toujours aussi beau même si la météo ne nous a pas gâtés.





NURSERIES à POISSONS

La SEM de Port-Fréjus, soucieuse de préserver l'environnement marin, va implanter prochainement dans le bassin portuaire des cages artificielles destinées à protéger la faune marine. Ces Bio-



hut® contribuent à la sauvegarde des populations de poissons en protégeant les post larves vulnérables des très nombreux prédateurs dans le milieu marin.

Il s'agit d'un habitat artificiel, installé le long des quais et sous les pontons, destiné à préserver nos fonds aquatiques, berceau de notre qualité de vie mais aussi source de nombreuses activités économiques. Ce refuge est composé d'une cage en acier rempli de coquilles d'huîtres (cage nourriture) associé à une cage vide (cage protégeant les jeunes recrues facilement agressées par les prédateurs). En juin 2018, une cinquantaine de modules Biohut® seront placés dans le Port de Fréjus !!!

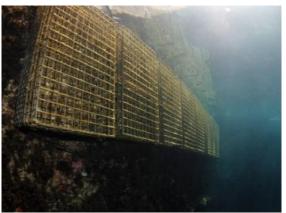
Contexte

Ecocean travaille depuis plus de 14 ans sur le stade post larvaire des poissons ; pondus en pleine eau,



les oeufs dérivent au gré des courants puis se transforment en larves, jusqu'à atteindre le stade de post-larve qui se dirigent alors instinctivement vers les côtes. Une fois arrivés, ces très jeunes poissons ont besoin d'un habitat « nurserie » leur fournissant nourriture et protection contre la prédation.

Les taux de mortalité sont très élevés lors de la colonisation de la côte, pour deux raisons : une mortalité « naturelle » : du fait de leur petite taille, ces post-larves sont soumises à une très forte prédation. Ainsi même dans un milieu en bon état, il est estimé que seules 10% d'entre elles survivront à cette étape. Une mortalité liée à l'artificialisation des côtes: les



zones de nurserie naturelles telles que les herbiers se raréfient pour laisser place à des constructions humaines peu hospitalières pour les post-larves à la recherche d'un habitat. Par exemple un port, avec ses quais en béton, ne fournit aucun abri pour les post-larves, et la mortalité peut y être de 100%. Habituellement, les mesures de protection des stocks de poissons se focalisent sur les populations adultes. Pourtant, de plus en plus de scientifiques considèrent que le vrai « goulot d'étranglement » de l'état de santé des stocks halieutiques se situe plus au niveau des jeunes stades de vie, particulièrement vulnérables aux dérèglements environnementaux induits par l'homme. Il est difficile d'intervenir sur les stades d'oeufs et de larves car les individus sont alors disséminés dans « le grand bleu ». En revanche, le stade de vie côtier a l'avantage d'une vie concentrée sur le trait de côte, dans peu de profondeur et ainsi facilement accessible, permettant des actions plus efficaces et moins coûteuses.



La société Ecocean propose différentes solutions dédiées à la préservation des jeunes stades de vie des poissons, dont les habitats Biohut® spécifiquement conçus pour les infrastructures portuaires (quai, ponton, digue etc). Depuis 2015, a été créée l'appellation **NAPPEX** (pour Nurseries Artificielles

NURSERIES à POISSONS

Pour les Ports Exemplaires). Un port engagé NAPPEX, c'est un port qui, après avoir engagé une démarche environnementale active (aire technique et de carénage sans rejet, gestion des eaux grises et noires, qualité de l'eau, gestion des déchets...), décide de franchir un pas de plus vers l'exemplarité en intégrant la biodiversité dans sa démarche. En équipant ses quais, ses digues, ses pontons, de Biohut, il contribue ainsi à l'amélioration de la biodiversité au sein de son environnement.

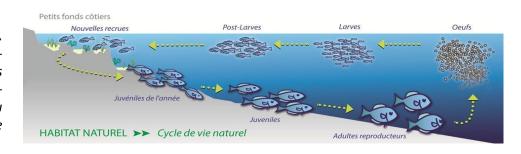
Habitats artificiels à fonction écologique

Le procédé Biohut vise à restaurer le service écosystémique de nurserie, en protégeant les post-larves et les jeunes recrues de la prédation, leurs permettant ainsi d'atteindre la « taille refuge » et de contribuer efficacement à l'accroissement de la population adulte.

Ainsi, paradoxalement, les quais, les pontons ou tout autre aménagement côtier, redeviennent des refuges de biodiversité pour de nombreuses espèces marines côtières.

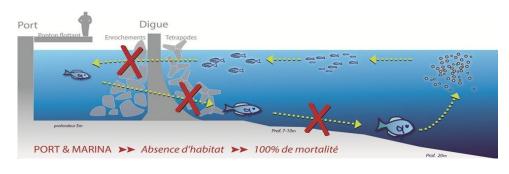
HIER

Dans un environnement naturel, les poissons dépendent d'habitats favorables au cours de leurs différents stades de développement. Les petits fonds proches du rivage sont essentiels dans ce cycle.



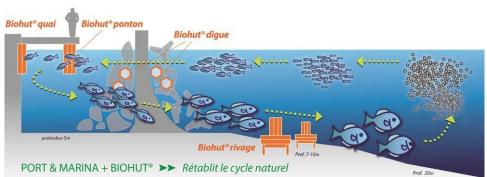
AUJOURD'HUI

Les aménagements côtiers impactent la fonction de nurserie des petits fonds, en modifiant profondément l'habitat essentiel des larves. Cette pression entraine de fait une baisse des populations



DEMAIN

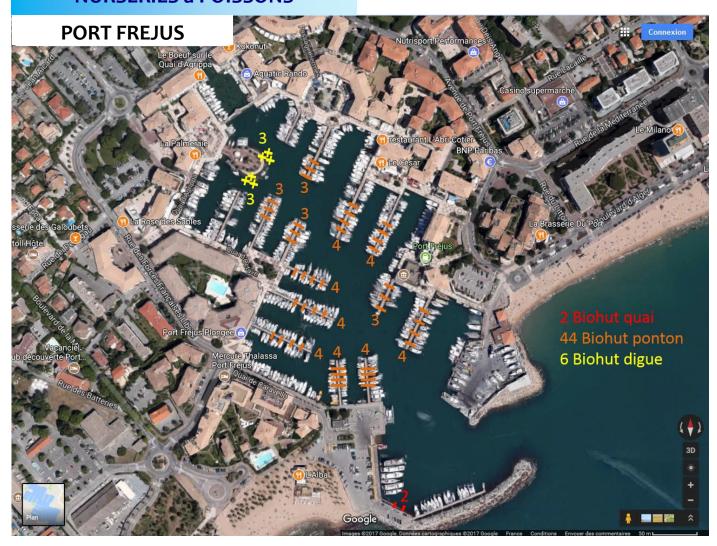
Biohut® remplace le rôle de nurserie soustrait par l'homme et permet ainsi de rétablir le cycle naturel.



52 nurseries Biohut seront implantées dans le port de Fréjus selon la répartition suivante:

- 2 modules Quai seront installés sur les renforts en béton de la buse située en base de la digue du large à l'entrée du port (représentés en rouge sur l'illustration).
- 44 modules Ponton seront positionnés sous les appontements centraux du port (en orange sur l'illustration).

NURSERIES à POISSONS



Les ports sont un lieu idéal pour sensibiliser les publics à la protection des écosystèmes marins et montrer qu'ils ne sont pas seulement des parkings à bateau. Ils constituent une source de biodiversité qu'il faut préserver.

Depuis les quais, le Biohut invite le passant à s'interroger sur la présence de la vie sous-marine du port. Ainsi, écoliers, promeneurs, plaisanciers, pêcheurs et usagers découvrent avec ce procédé que les marinas abritent les juvéniles de nombreuses espèces qui, avant de rejoindre le large, doivent grandir dans des eaux sûres.

Création d'un parcours pédagogique

SUR L'ÎLOT DU PORT - PLACE DEÏ TAMBOURINAIRE



SOIREES FESTIVES

La commission festive vous propose les « recettes de la cambuse » sur le site internet du club www.ycfrejus.fr mais notre équipe n'en reste pas là et vous organise aussi de nombreuses soirées à thèmes. Chaque fête ou évènement est l'occasion de se réunir pour passer une bonne soirée. L'ambiance est conviviale, on aime à se retrouver et partager ces bons moments entre amis. De la galette des rois à la soirée de gala, du beaujolais nouveau au pot de l'amitié, avec feux d'artifice, c'est toujours un plaisir bien sympathique à vivre. Pour 2018 ces soirées seront précédées, pour certaines, d'un film sur les grands navigateurs et sur leurs performances. Des soirées à ne pas maquer.

Martine et Florence













LE MUCEM

Les croisières du YCF constituent une merveilleuse aventure nautique mais aussi une formidable aventure culturelle



La croisière d'automne 2017 dans les calanques a été l'occasion de visiter le **MUCEM** de **Marseille** et son exposition « **aventuriers des mers** ».

LE MUCEM

Musée des Civilisations de l'Europe et de la Méditerranée

Avant d'aller à la rencontre des aventuriers des mers, une présentation du MUCEM et de son implan-

tation, s'imposent. Situé à l'entrée du port de Marseille, face au large, le MUCEM enrichit la ville de sa somptueuse et extraordinaire architecture.

Cet édifice comporte trois pôles complémentaires qui forment un ensemble de 40 000 m2: un bâtiment historique, le Fort St Jean, auquel s'ajoutent deux bâtiments contemporains, le Centre de conservation et de Ressources (CCR) et le musée lui-même. Le musée, c'est une forte ossature en béton d'exception et de haute performance, et des panneaux de résille de béton qui laissent entrer la lumière tout en protégeant du soleil. On peut parler de « dentelle des façades ».

La magnifique passerelle du MUCEM est la symbolique du passage entre la modernité et le passé et constitue une allégorie du lien existant entre les deux rives de la Méditerranée. Le MUCEM et son implantation géographique sont intimement liés à l'histoire et à l'évolution de la ville et de son port. La cité phocéenne est en effet, l'un des plus grands ports du monde.

La révolution industrielle, l'expansion coloniale et l'essor du commerce lui ont conféré une rôle économique majeur. Le développement de la ville se fait sous Napoléon III grâce au développement d'un monumental complexe maritime entraînant un remodelage complet de la baie, avec destructions de milliers de maisons, construction de digues, docks, entrepôts, silos et autres infrastructures nécessaires à l'intense activité commerciale qui anime le nouveau port de Marseille.







Lieu de la mémoire ouvrière et coloniale au XXème siècle, le nouveau port est indissociablement lié aux diasporas et nombreuses vagues de migration: Italiens, Juifs, Grecs, Arméniens, Espagnol, Afrique du Nord, rapatriés d'Algérie, Comoriens. Tous sont passés par le « petit Manhattan » de Marseille.

Il était donc légitime d'implanter le MUCEM, musée dédié aux civilisations de l'Europe et de la Méditerranée, sur ce qui fut le plus important lieu de transit entre la Méditerranée et l'Europe.

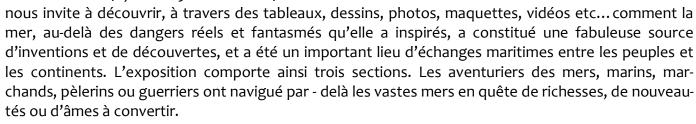
Si le MUCEM s'inscrit dans l'histoire locale, il s'intègre également dans le territoire urbain contemporain. Il fait en effet partie d'un vaste dispositif de recomposition mis en œuvre par Euroméditerranéen, ambitieux programme d'aménagement du front de mer et de réhabilitation de plusieurs quartiers. Le MUCEM participe de la continuité et du renouveau de la ville. C'est une véritable cité culturelle. Le MUCEM est le premier grand musée national implanté en région. Il prolonge la mission ethnographique du musée parisien des Arts et Traditions populaires dont il est l'héritier.

Il a pour objectif, à travers une riche programmation d'expositions, de rencontres, de colloques, de conférences, de spectacles, de films, de croiser les regards et les points de vue, les cultures populaires et les cultures savantes, et de montrer comment la Méditerranée participe à l'histoire du monde.

Il est le lieu phare de la rencontre entre l'Europe et le Méditerranée.

L'exposition « AVENTURIERS DES MERS »

s'est tenue du 7 juin au 9 octobre 2017. Celle-ci



Certains voyagent pour faire la guerre, ou le commerce, d'autres pour des raisons religieuses ou seulement par soif de découvertes.

Si certains marins avaient des raisons louables de sillonner les mers, d'autres tels les corsaires, les pirates, les esclavagistes, ont représenté une menace bien réelle sur les flots.

Les dangers réels et fantasmés de la mer à ses représentations dans l'imaginaire collectif

« Méfiez -vous, Méfiez -vous avant de vous lancer dans une telle aventure ».

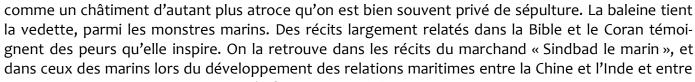
Pendant longtemps, les hommes ont pris la mer, sans savoir ce qui les attends au cours de leurs pé-

envisagée comme un espace effrayant rempli de monstres (dragons, li-

cornes de mer...). Des légendes et des mythes circulent.

Tempêtes, naufrages, pirates et monstres surgissent des profondeurs. Les habitants de la terre ferme considèrent la mer comme un lieu de perdition pour les âmes et les corps. Hauts lieux d'échanges depuis l'antiquité, la Méditerranée et l'Océan Indien inspirent moins de terreur que l'océan atlantique. Celui-ci restera « la mer des ténèbres » jusqu'à la circumnavigation de Magellan (1519-1522). Sur le plan des croyances, mourir noyé apparaît

riples. Ils naviguent vers l'inconnu. C'est une aventure humaine ; la mer est



les pays Arabes et la Perse. Source d'effroi, la mer a été aussi le lieu des miracles. Ainsi Moïse écarte les flots de la mer rouge. Jésus marche sur les eaux et calme la tempête.

Naviguer, une intelligence du monde - inventions et découvertes.

Au XVème et XVIème siècle, la mer est source de grandes découvertes. Les Jonques (bateaux d'origine asiatique), Caravelles (bateaux mis au point par les portugais) et Boutre (navires d'origine arabe) sillonnent les mers.

Les grandes découvertes sont indissociables de la Caravelle. C'est à bord de ce type de navire que Christophe Colomb traverse l'atlantique et que Vasco de Gama ouvre la route des Indes.





LE MUCEM



Ce sera la découverte et le perfectionnement des instruments de navigation: astrolabe (qui signifie « preneur d'étoiles ») réinventé par des astronomes arabes – le cadran solaire perfectionné par les savants arabes – le globe céleste mis en valeur par un astronome

Histoire des échanges maritimes : marchandises et convoitises.

Jusqu'au 15^{ème} siècle, les dynasties musulmanes investissent la Méditerranée et y affirment leur souveraineté s'opposent à l'océan indien. La méditerranée est dite « mer des arabes ».

D'un coté, une immense zone commerciale islamisée en douceur par

des marchands arabes et perses installés de longue date sur les rivages d'Asie et d'Afrique de l'est. De l'autre coté, une mer cruelle où les arabes doivent affronter la puis-

sante flotte byzantine. Constantinople s'impose. La concurrence est rude entre les deux mers. Les latins mettent un certain temps à comprendre que la « mare nostrum » est en train d'être conquise. Puis, les Portugais, les Espagnols et les Italiens notamment, font alors irruption dans l'océan indien; l'Europe tient sa revanche. Il y a si longtemps qu'elle convoite les fabuleuses cargaisons transitant entre l'Arabie, l'Afrique et l'Asie. L'océan indien est connecté à la méditerranée, les connaissances, les techniques, les savoir-faire se



diffusent d'un continent à l'autre, et vont et viennent autant que les marchandises (aromates, épices, porcelaines, et mille et un trésors tels que tissus, soieries, objets sculptés en métal, métaux incrustés, verre émaillé, céramiques, ivoires...), autant de matériaux rares et couteux utilisés pour des collections, fabrications d'objets de prestige, de luxe et d'arts. Le Portugal conservera longtemps son avantage, jusqu'à ce que défaites et déconvenues se produisent sous la pression des états asiatiques, et des compagnies hollandaises, françaises et anglaises.

Cette magnifique et enrichissante exposition où tout n'était que beauté, fut une merveille pour les yeux, un délice pour l'esprit et une passionnante aventure maritime sur terre. **Martine GAZEL**





Xavier PUSCHIASIS

04 94 53 02 06

NESTENN Frejus 276 avenue de Port-Fréjus 83600 Frejus





ACHAT - VENTE - LOCATION - GESTION





Nous profitons tous des plus belles journées pour prendre nos bateau et naviguer au gré du vent et que ce soit à l'occasion d'une régate, en croisière, sur un transit au moteur ou tout simplement au mouillage, nous aimons nous chauffer sous les doux rayons du soleil. Le soleil, c'est la vie! ... et nous en avons besoin. Mais attention ces rayons ne sont pas si doux que nous le pensons. C'est entre 12h et 16 heures que les rayons ultraviolets (UV) sont les plus intenses. Même à l'ombre nous sommes sous le feu de la réverbération de ces UV.

Rédaction: François Grobert

LES PRECAUTIONS INDISPENSABLES

Les vêtement (secs), même légers, filtrent les rayons UV et constituent la meilleure protection contre le soleil. Les lunettes de soleil sont indispensables. Privilégiez une forme enveloppante et assurez-vous qu'elles portent la norme CE (de préférence CE3 ou CE4) pour une réelle protection. Choisissez un chapeau à larges bords, qui protège les yeux, le nez et le visage et qui couvre également le cou et la nuque.

APPLIQUEZ régulièrement de la crème solaire, protection totale.

PROTÉGEZ encore plus VOS ENFANTS!

Quelques idées reçues :

Les coups de soleil constituent la première étape du bronzage.

*FAUX! Les coups de soleil légers provoquent, outre la douleur, un épaississement de la peau. Toutefois, en cas de coup de soleil (brûlure, cloques), la peau "pèle" et laisse la place à un nouveau tissu plus fragile, susceptible de brûler à son tour... C'est un cercle vicieux!

On bronze mieux avec un produit à faible indice de protection.

*VRAI! si on a une peau apte au bronzage. Mais cela permet aussi d'attraper plus facilement des coups de soleil, car si, pour les sujets à peau mate, ils n'arrivent pas aussi rapidement, ils arrivent tout de même... et la peau subit des déaâts.

Tout le monde peut bronzer, il suffit d'y mettre la dose.

* FAUX! Certains individus, comme les personnes rousses, fabriquent peu ou pas de pigments bruns qui font le bronzage.

LE SAVIEZ-VOUS?

Exposition brutale et répétée en l'absence de protection : l'excès de soleil peut entraîner des cancers de la peau. Aujourd'hui, on estime ainsi à environ 50 à 70 % le nombre de cancers de la peau directement imputables à une surexposition au soleil. Environ 60 000 nouveaux carcinomes et 7 000 nouveaux cas de mélanomes sont diagnostiqués chaque année en France.

Les signes d'alarme :

Persistance, au-delà de 3 à 6 mois, soit d'une petite zone de peau sèche, rugueuse, écailleuse, soit d'une plaie qui ne cicatrise pas.

Apparition ou modification notable d'une lésion pigmentée présentant les caractéristiques suivantes : une Asymétrie. des Bords irréguliers. une Couleur non homogène, polychrome. un Diamètre égal ou supérieur à 6 mm, une Evolution : changement de taille, de forme, d'épaisseur, de couleur... Si vous les observez, consultez immédiatement votre médecin



Merci à la LIGUE

pour ces précieux conseils.

Aidez! Donnez!

LIGUE Nationale contre le Cancer 14 rue Corvisart - 75013 Paris tel 01 53 55 24 00

Bulletin d'inscription 2018

YACHT CLUB FREJUS

Bulletin d'Adhésion ou de Renouvellement 2018

(Valable du 01/01/2018 au 31/12/2018)

Adhérent				
Nom:	Pré	nom:	Date de Naissance : //	
Adresse postale:		Cod	de Postal : Ville :	
Tél dom :G	SM:			
e-mail:		avec bateau	Sans Bateau	
Votre bateau Moteur	ır	Voilie	er	
Nom: Ponto	on: Pc	ort d'attache :		
Marque : Modèl	e:	Catégorie d	de navigation : N° de voile:	
Participation aux Activité	śs			
Régates Croisières	s Festi	ives Aut	ıtres	
de chaque voilier devra également Licence année précédente N Je soussigné (e)	t posséder la licenc N° e reconnais avo	e de la FFV Je sou demande mo oir été informé(e	titulaire de la licence de la FFV. Pour les croisières, seul le sk uhaite souscrire la licence FFV 2018(55 euros) non adhésion au Yacht Club de Fréjus (une adhési e) de ses activités et souhaite y participer selon m	ion
Adhésion membre actif	60 €			
Adhésion Conjoint		gatoire si participat	ition aux activités du club)	
Licence FFV 2018	56 €	satoli e si participat	tion aux activites du club)	
Total:	Euros	Espèces	Chèque	
membres du Conseil d'Administration se rés Pour tout accident pouvant survenir lors de en ma qualité de personne responsable de ou que je pourrais causer à tout autre tiers o quelque cause que ce soit. Je m'engage à maritimes. Il m'appartient, de juger, en fon- de prendre ou de ne pas prendre le départ o	servent le droit de refus es activités qui me seroi tous les accidents maté ou tout autre bien appa tenir mon embarcation action de mes connaissa d'une activité, ou de la es différentes animatio	ser une adhésion sans en ju nt proposées et auxquelle ériels et humains qui pour ortenant à un tiers. En aucc n en parfait état de marcl ances, de mes équipement continuer. Je donne quitu ns proposées. Toute pers	les je prendrai part, j'atteste être titulaire d'une assurance de responsabilité urraient m'arriver ou arriver à mes équipiers, passagers, invités, ainsi qu'au b cun cas la responsabilité du Club ou de ses dirigeants ne peut être recherché che et de sécurité en conformité absolue avec la règlementation et les au nts, de la force des vents, des prévisions météorologiques, etc de l'oppoi cus de toutes les décisions modificatives de programme que le Yacht Club de rsonne adhérent au Y C Fréjus est réputée, sauf avis contraire de sa part, ac	é civile bateau ée pou utorités ortunité e Fréjus
Fait à	le		Signature de l'adhérent	

Informations



Un professionnel proche de votre immeuble en liaison avec votre conseil syndical

Une gestion en toute transparence

Des documents clairs et accessibles

Un diagnostic de votre copropriété



Transaction | Location | Gestion | Syndic

Frédéric CARI HIAN

04 94 40 44 40 info@argens.immo @ www.argens-frejus.immo Argens immobilier à frejus @ 26 Av. de Port Fréjus - FREJUS @ 313 Bd de la Libération - FREJUS

PORT FREJUS PRATIQUE

MARCHES

Fréjus-Plage - Pl de la République : Mardi et vendredi matin Fréjus-Plage - Bd d'Alger et de la Libération : Dimanche matin

Port - Fréjus - Place Deï Galoubet: Jeudi matin

Centre Historique de Fréjus: Mercredi et samedi matin

STATION SERVICE de Port Fréjus:

Ouvert 24 h / 24 en service libre **CAPITAINERIE:** 04 94 82 63 00

Canal VHF 9

URGENCES et SECURITE

CROSS MED VFH Canal 16 - depuis un fixe ou portable :196

Pompiers: 18 ou 112 S.A.M.U.: 15

SOS Médecins: 3624 ou 02 33 01 58 65

SOS Vétérinaires : 04 94 51 51 47 Pharmacie de garde : 3237

Police municipale: 04 94 51 97 00 0u 04 94 95 24 24 Commissariat de Police: 17 ou le 04 94 51 90 00 Gendarmerie Nationale: 04 94 51 40 54

Liste des annonceurs

P2 CNPF Chantier naval de port Fréjus

P7 Bar restaurant EVASION

P11 Thierry PENALVER

P₁₇ LE VAN DAM Traiteur

P₁₉ AXA

P21 CNR Chantier naval Raphaëlois

P21 Nautique Concept

P₂₅ Alliance SGB Yacht

P27 Office du tourisme de FREJUS

P29 SNSM

P40 NESTERNN Agence immobilière

P43 ARGENS Syndic de copropriété

P 44 SEM de PORT FREJUS



Sell · Services qualité de port-Fréjus de la trilogie de la trilogie de la port-Fréjus de la trilogie de la port-Fréjus de la trilogie de la port-Fréjus de

Port-Fréjus, un port innovant, dynamique et animé

dans un cadre privilégié, entre Cannes et Saint-Tropez

SEM DE PORT-FREJUS, Capitainerie, 55 passage des Caryatides, 83606 FREJUS CEDEX Täl.: +33 (0)4 94 82 63 00 - Site web: portfrejus.fr - info@portfrejus.fr - www.facebook.com/capitainerieportfrejus













