



Le COL-porteur n°13

1 – Le COL et la COVID : nouvelle étape, nouvelles règles

La lutte contre le virus SARS-CoV-19 n'est pas terminée, et nous voilà engagés dans une nouvelle étape, avec, depuis le 3 avril 2021 et pour les quatre semaines à venir (donc jusqu'au 3 Mai), de nouvelles règles concernant notre vie quotidienne, nos déplacements, et nos activités sportives.

Les sorties de **Marche Nordique**, qui avaient amorcé une reprise à la plus grande satisfaction des participants, doivent s'inscrire dans un cadre encore plus contraint. Sous réserve des précisions qui pourraient être apportées par les autorités, les sorties de marche nordique sont possibles :

- Dans les horaires permis par le couvre-feu : 6h – 19h
- Dans la limite de 10 km autour du domicile
- Avec un nombre maximum de 6 personnes, coach compris
- Mais sans limitation de durée (autre que les horaires du couvre-feu)

Les **règles** à appliquer restent les mêmes :

- Masque obligatoire lors des rassemblements (départ et arrivée)
- Pas de serrement de mains ni embrassades (même si affinité)
- Pas d'échange de matériel ou nourriture.
- Gel hydroalcoolique à disposition (notamment après manipulation de poignée de porte etc.).
- Covoiturage à éviter.
- Sur le terrain, distance de 2 m entre les participants (mais sans masque lors de la marche).
- Si plus de 6 participants, scission en 2 groupes maintenant entre eux une distance de sécurité.

Les **sorties de marche nordique** vont donc pouvoir se poursuivre :

- Le **mardi matin** avec **Francine**
- Le **mercredi après-midi** avec **Christine**
- Les sorties nocturnes conduites par **Sophie** le jeudi soir ne sont, évidemment, pas possibles, mais elle organisera des sorties exceptionnelles le **dimanche**.
- Les sorties du samedi matin avec **Jean-François** sont suspendues dans l'état actuel de la réglementation du fait de son lieu de résidence éloigné de Lodève.



<https://www.lavoixdunord.fr/964616/article/2021-03-21/confinement-et-balade-queels-documents-sont-acceptes-comme-justificatifs-de>

Vos contacts

Votre interlocuteur EDF
999902048

Par courrier
999902048
1 RUE SMOGROUBOFF
92401 L'YVONCEDEX 06

Par internet
e-mail : edfcollec@edf.com
www.edfcollec.fr

Par téléphone
Du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 13h à 17h
(04 26 70 01 51 (service gratuit + prix d'appel))

Urgence
Dépannage électrique Emergés
09 72 67 50 01 (service gratuit + prix d'appel)

Vos informations client

Vos références
Compte de facturation : 0000000000
Compte commercial : 0-0000-0000

Votre contrat
Offre électrique : Tarif Bleu pour clients non résidentiels - Option NC BLEU.

Nom du client
SITE R85 272431153

FL061700090000 CTRBAAC

NOM
ADRESSE
CP VILLE

Facture du 01/02/2020
n° 0000000000

Montant Hors TVA	542,48 €
Montant TVA (payée sur les débits)	102,53 €
Facture TTC	645,01 €

Montant total à payer (TTC) 645,01 €

à régler avant le 16/02/2020

A défaut de paiement à la date prévue, le montant TTC de sera majoré de pénalités pour retard au taux annuel de 8,00 % et d'une indemnité pour frais de recouvrement par facture de 40,00 €

<https://www.budgetbanque.fr/banque/pourquoi-banque-demande-justificatif-domicile>

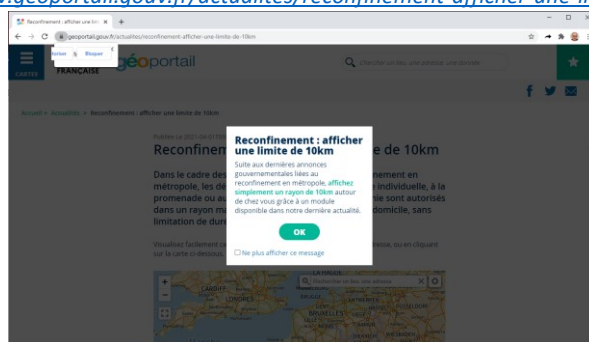
Attention : Il est nécessaire de se munir d'une pièce d'identité (carte d'identité, passeport, permis de conduire) portant mention du domicile actuel, ou d'un **justificatif de domicile** (facture d'électricité, téléphone, gaz, ou eau, quittance de loyer, avis d'imposition ou de non-imposition, facture d'assurance du logement, relevé de CAF), le cas échéant sous forme électronique (ex. fichier PDF téléchargé sur le téléphone portable).

2 – Le rayon de 10 km

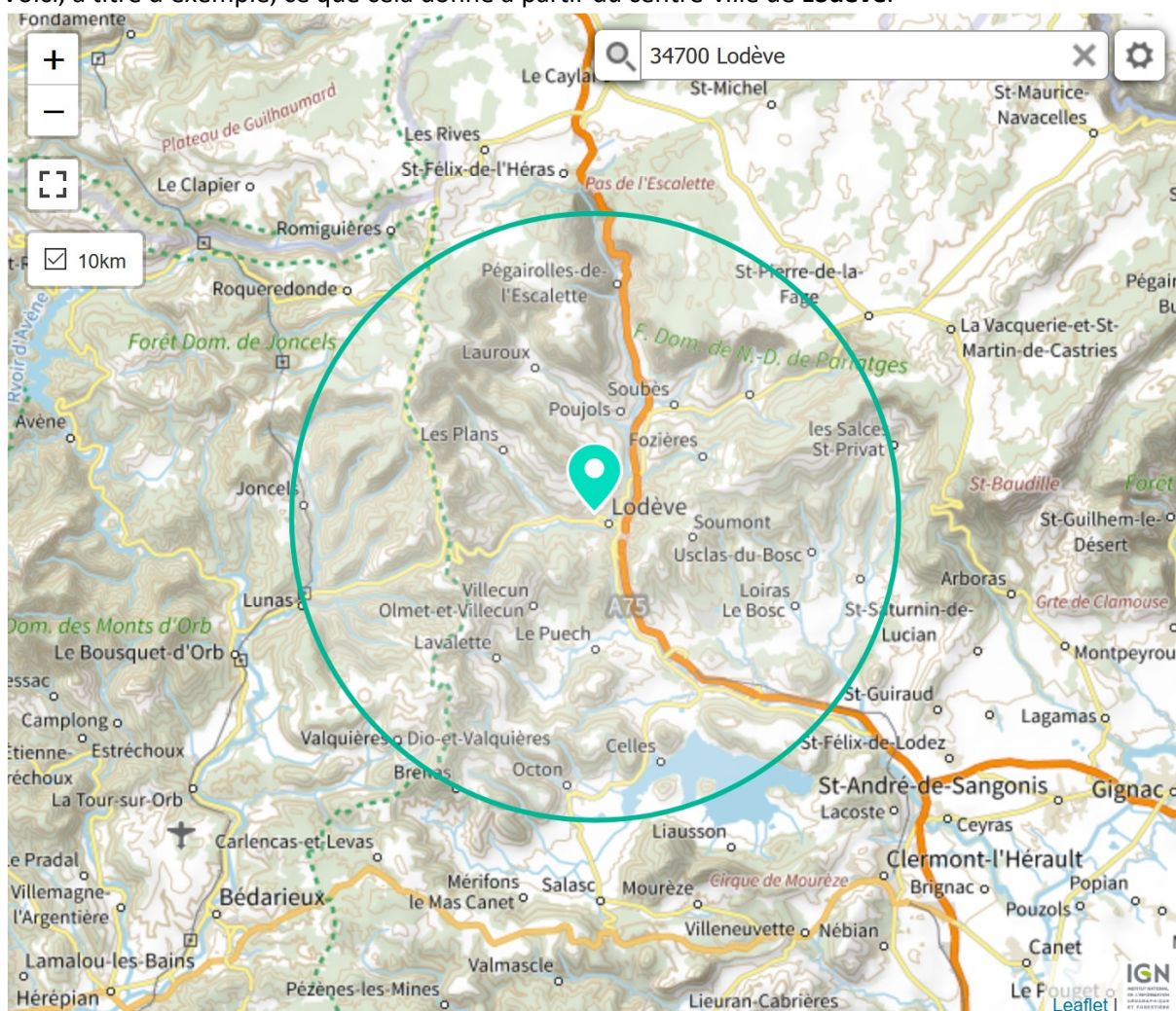
Les déplacements, que ce soit pour des activités sportives, la promenade, les courses ou autres raisons, ne sont désormais, et pour (au moins) quatre semaines, possibles que dans un rayon de 10 km autour du domicile. Il ne s'agit donc pas de la distance routière, mais de la distance « à vol d'oiseau », ce qui est nettement mieux.

Afin de déterminer facilement à quoi correspond concrètement cette autorisation, le site [Geoportail](https://www.geoportail.gouv.fr) met, gratuitement, à disposition, un outil très simple et efficace. Il suffit d'entrer son adresse pour visualiser sur la carte un cercle centré sur son domicile, avec un rayon de 10 km.

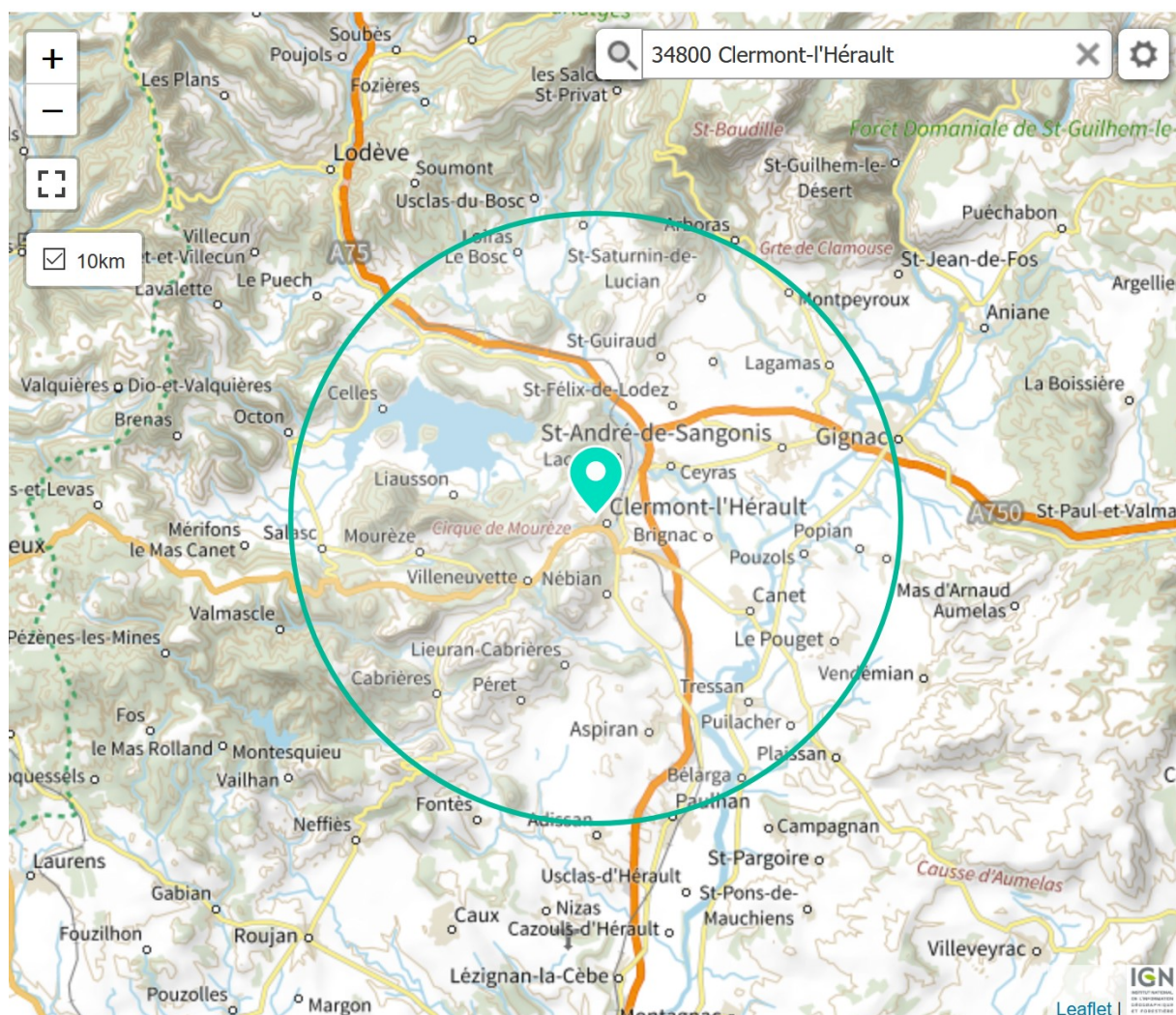
<https://www.geoportail.gouv.fr/actualites/reconfinement-afficher-une-limite-de-10km>



Voici, à titre d'exemple, ce que cela donne à partir du centre-ville de **Lodève**.



Et voici ce que cela donne à partir du centre-ville de **Clermont-l'Hérault**.



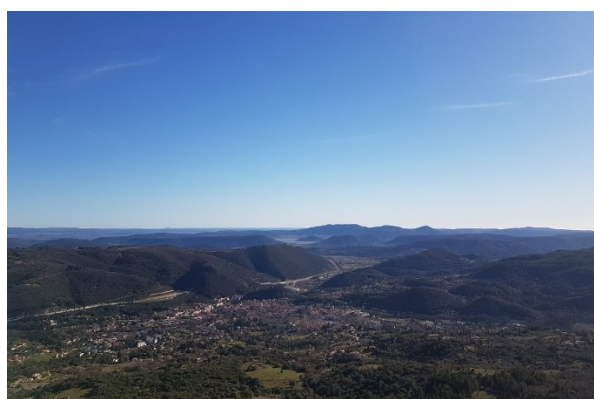
3 – Coupe-vent, T-shirt, et cour-de-cou du COL

Les membres du COL n'ayant pas encore reçu leur coupe-vent (unisexe) aux couleurs et logo du COL sont invités à en faire la demande par courriel (marche.nordicol@gmail.com) en précisant la taille souhaitée (S / M / L / XL). Celles et ceux qui l'ont reçu mais souhaitent changer de taille sont aussi prié(e)s de le faire savoir. Enfin, pour les nouveaux membres, des T-shirts et des tours-de cou sont encore disponibles. Merci de les réclamer (en mentionnant Femme ou Homme et la taille voulue). Nous nous organiserons pour la remise ou l'échange (dans la limite des stocks disponibles) à l'occasion des prochaines sorties.

4 – Quelques sorties possibles pour la Marche Nordique

Pour les randonnées et la marche nordique, la règle des 10 km laisse malgré tout de nombreuses sorties possibles (bien que cela soit plus compliqué pour rassembler des participants provenant de Lodève et de Clermont-L'Hérault). En voici quelques exemples (faire **ctrl+clic** sur le titre pour suivre le lien vers la description et les photos de la sortie sur le site du COL) :

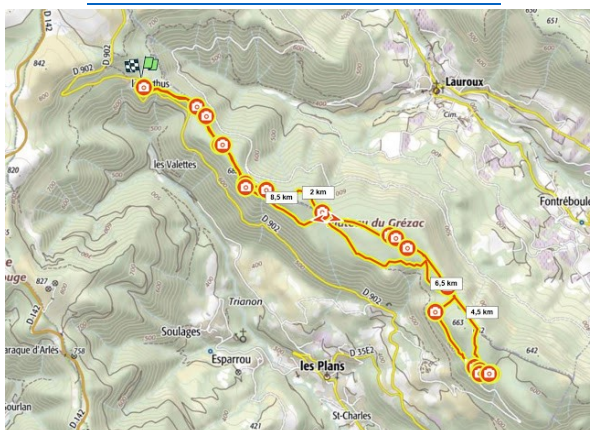
- [Grézac – Pierre Plate](#)



- [Forêt de Lauroux – Nord-Grézac](#)



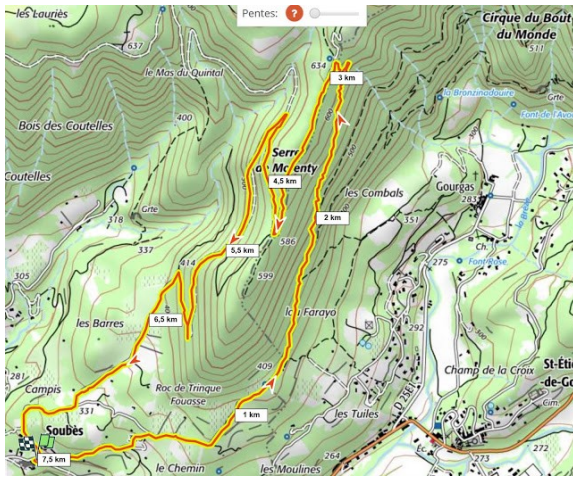
- [Col du Perthus – Plateau de Grézac](#)



- Col de la Défriche – Mas Trinquier

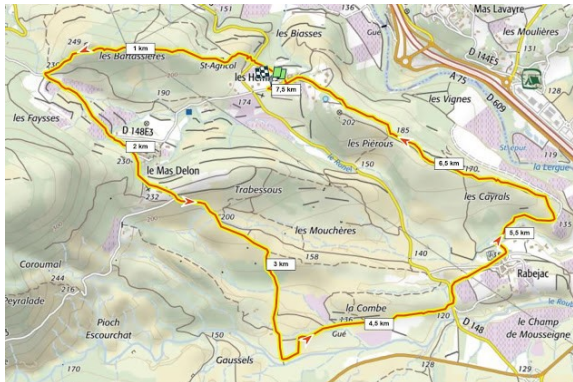


- Soubès – Camin Ferrat

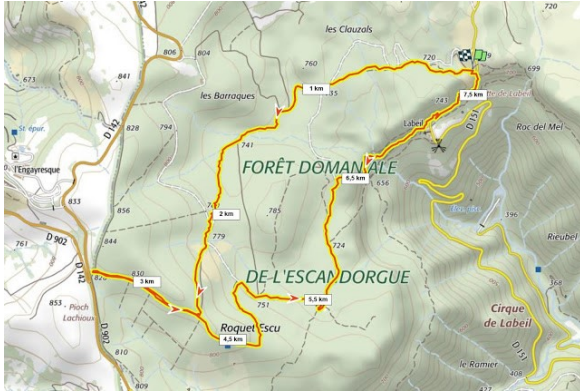


- Les Hémies – St-Agricol – Rabejac

Accessible aussi pour les membres provenant de Clermont-L'Hérault



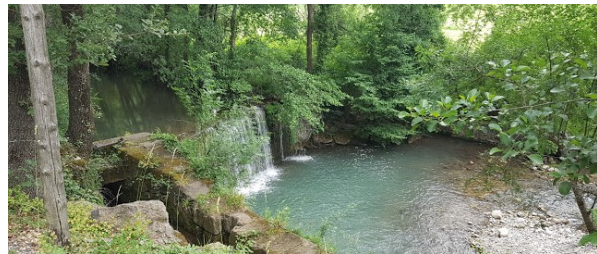
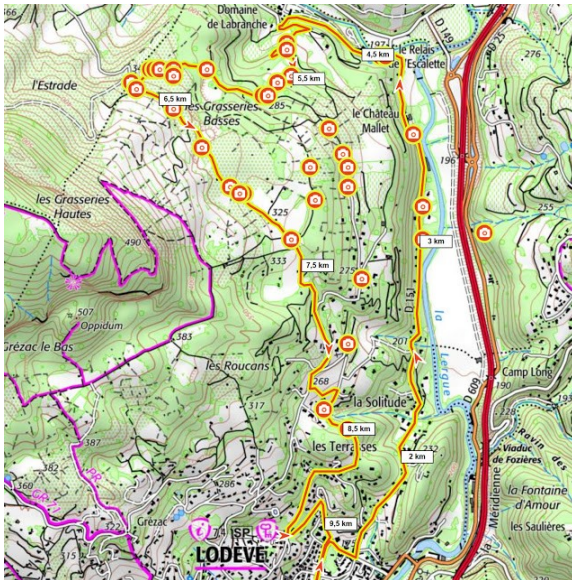
● Labeil – Forêt de l'Escandorgue



● Octon – Lauzières – ND de Rougnac



● La Solitude – Les Grasseries



• Les Terrasses de Pégairolles



- [Les Vailhès – L’Auvergne](#)

Accessible aussi pour les membres provenant de Clermont-L’Hérault



- [Le Bosc – Prieuré de Grandmont](#)



- [Larcho – Forêt de Parlatges](#)

