

Association *T*ourisme *L*oisirs *E*ducation *P*opulaire



7 rue Rossini – 11100 Narbonne

04 68 90 66 34

www.atlep.org

atlep@orange.fr

Permanences du lundi au vendredi 14h00 – 17h00

DÉCEMBRE 2024



Ce mois-ci dans le bulletin...

Rappel : Samedi 7 décembre **ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE L'ATLEP**

Compte-rendu de la sortie Agde - Loupian

Repas dansant de janvier

Sortie : Abbaye de St Hilaire et Musée des automates à Limoux

Séjour de randonnée à Vars

Conférence UPN

Théâtre

Atelier Lecture

Jeux d'écriture

Marches, Randonnées



Le bureau de l'Atlep vous souhaite de belles fêtes de fin d'année !



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Samedi 7 décembre 2024 à 14h00

Nous comptons sur votre présence !

L'Assemblée Générale se tiendra en deux épisodes :

- **14H00 : AG dite Extraordinaire** : Approbation des modifications aux Statuts et au Règlement Intérieur de l'Atlep, modifications approuvées par le CA.
- **14h30** pause
- **14h45 Assemblée Générale annuelle**



Si vous ne pouvez pas être présent, **merci de donner procuration**
Les procurations sont disponibles au local et dans vos ateliers

Compte-rendu complet

Sortie Agde - Loupian

Ce mardi 15 octobre 2024 par une matinée couverte, nous prenons la route pour Agde, direction le château Laurens. Nous y sommes attendus par deux guides. Leurs explications nous seront utiles et précieuses sur ce joyau de "l'art nouveau" de 1892.



Le château présente une façade déjà surprenante avec ses colonnes de marbre, mais l'intérieur nous a tous impressionnés, ses peintures splendides, ses vitraux colorés, ses carrelages, son puits de lumière...
Peu de mobilier restant, mais modernisme de ses installations : électricité en autonomie, chauffage-climatisation par le sol...
La salle de musique très lumineuse est particulièrement remarquable.
La visite se termine par les jardins.

Il est temps de faire la pause déjeuner à Agde, repas simple mais bien cuisiné, nous avons apprécié l'accueil.



Après quelques kilomètres, nous rejoignons le "Musée Villa Loupian" pour la seconde visite de la journée. Là encore deux guides nous attendent
Ils nous feront découvrir ce site Gallo-Romain, intéressant pour ses mosaïques et ses objets rares et insolites.
Nous serons comme prévu de retour à Narbonne à 18h.



Encore une fois, un grand merci à Josette et Nicole qui nous ont organisé cette superbe journée.



Réservez votre journée !



REPAS DANSANT

Dimanche 26 janvier 2025 à 12h00
Salle des Fêtes du Palais du Travail



ANIMATION MUSICALE : Pascal Lecocq



Menu

Servi par le traiteur Arqué

Apéritif

Salade de gésiers confits et petits lardons

Coquille saint Jacques à la Bretonne

Détente Languedocienne

Navarin de veau et petits légumes

Fromage

Profiteroles sauce au chocolat

Vin rouge, blanc, rosé

Café, Blanquette

Si vous voulez partager votre table avec des amis, adhérents ou invités :
Signalez-le lors de l'inscription
(Tables de 8 à 10 couverts)



Prix : 39 €
Réservations du 6 au 20 janvier 2025
Tous les après-midis de 14h à 17h

Attention : Aucune annulation ne sera remboursée après le 21/01/2025. Toutefois, les personnes concernées pourront faire récupérer leur repas le jour même au Palais du Travail (prévoir un contenant)

Le projet de **voyage en Charente** a suscité peu d'enthousiasme.
La Commission Voyages travaille donc sur une proposition de substitution.
Nous sommes en train d'élaborer le programme d'un petit circuit en Catalogne qui
nous mènera en **septembre 2025 de Réus jusqu'au Delta de l'Ebre**.
Nous vous communiquerons le programme détaillé dans le bulletin de janvier.
Sachez que nous faisons le maximum pour répondre à vos attentes.
La Commission Voyages

Prochaine sortie :

*Abbaye de St Hilaire et
Musée des Automates à Limoux*

MARDI 11 MARS 2025



Prix et détails dans le prochain bulletin



Séjour Randonnée

Vars les Claux, Parc du Queyras

Du 21 au 28 Juin 2025

7 nuits et 5 journées de randonnée à Vars les Claux. Au programme, des randonnées en montagne dans le parc du Queyras.

4 groupes avec des dénivelés positifs allant de 400 à 1000 mètres suivant le niveau du groupe, encadrés par des accompagnateurs de montagne agréés.

Hébergement au village club du soleil de Vars en pension complète, du samedi 21 juin soir jusqu'au petit déjeuner du samedi 28 juin

LES RANDOS



5 randonnées journées par personne en différents groupes de niveau. Le programme des randonnées sera établi quelques semaines avant le séjour avec les guides de la station.

Les randonnées seront issues du document que vous pouvez consulter en ligne sur notre site en cliquant sur ce lien : <http://www.atlep.org/sejour%202025/sejour%202025>

HÉBERGEMENT ET RESTAURATION

Le village club est situé au cœur de la station de Vars.

Nous disposerons de chambres avec douche ou baignoire, WC, téléphone et télévision et certaines avec balcon.

Linge de toilette fourni et lits faits à l'arrivée avec ménage une fois par semaine.

Restauration : sous forme de buffets à volonté avec vin aux repas compris.

Les repas « pique-nique » pour les randonnées seront emportés le matin lors du petit déjeuner.

Activités : Piscine intérieure chauffée, sauna, ping-pong.

Vous pouvez consulter en ligne le descriptif du Village club de Vars en cliquant sur le lien ci-après : <http://www.atlep.org/sejour%202025/sejour%202025>

TARIFS

- **Tarif par personne : 570 euros en chambre double ou triple (Ce prix peut varier de 550 à 600€ selon le nombre de participants)**
- **Supplément chambre individuelle 110 euros (maxi 4 chambres individuelles)**
- **Versement d'un acompte de 300 € par personne à l'inscription**
- **Le solde sera versé au mois d'avril, et le montant ajusté au prix définitif**

Le prix comprend

- L'hébergement pour 7 nuits en demi-pension : petit déjeuner et repas du soir
- Les repas froids du midi pour les jours de randonnée, pique-nique ou repas au village pour le jour de repos le mercredi)
- Eau et de vin à table
- Un apéritif est prévu la veille du départ
- La taxe de séjour

Le prix ne comprend pas

- Les boissons personnelles non comprises au cours des repas (boissons hors eau et ¼ de vin comme eau gazeuse... etc.... seront en supplément)
- Assurance annulation assistance rapatriement et garantie COVID à 35 Euros par personne, souscription lors du versement du solde

INSCRIPTIONS

Les inscriptions auront lieu lors d'une permanence spécifique au local de l'ATLEP

Lundi 16 décembre après-midi de 14h00 à 16h30

Le versement de l'acompte se fera lors de l'inscription
Aucune inscription n'est prise par téléphone

Enfin, pour que chacun soit assuré par l'assurance de l'ATLEP, chaque participant doit être adhérent à l'ATLEP

Le nombre de participants est limité à 55, les randonneuses et randonneurs sont prioritaires



Aucun samedi n'étant disponible, nous n'avons pas pu programmer de conférence Atlep pour décembre, rendez-vous le 11 janvier !

CONFÉRENCE UPN de **Benjamin Hours**

VENDREDI 6 DÉCEMBRE

18H00 – Médiathèque

« Comment faire la ville ? »

« La construction des villes implique une stratégie d'aménagement volontariste. Les élus, urbanistes, architectes, paysagistes, associations, doivent

déterminer les perspectives d'accueil de l'urbain, sans porter atteinte à son identité physique, fonctionnelle, économique et ses équilibres écologiques »



théâtre + cinéma | Scène nationale Grand Narbonne

THÉÂTRE SAISON 2024-2025

Pensez à vous inscrire le plus tôt possible !

SPECTACLE	GENRE	DATE	Heure	Réservation Avant le	Prix
Requiem La mort Joyeuse	Danse	Ven. 17/01	20h	16/12	22 €
20 000 lieues sous les mers	Théâtre	Jeu. 6/02	20h	13/01	22 €
Langages Quatuor Parisi et Emmanuelle Devos	Concert Lecture	Sam. 8/03	20h	17/02	22 €
De loin si près Bruno Pradet – Cie Vilcanota	Danse Théâtre	Jeu. 13/03	20h	17/02	13 €
Les suppliques	Théâtre	Mer. 19/03	20h	24/02	13 €
À Huis Clos Kery James	Théâtre	Sam. 5/04	20h	10/03	22 €
À ciel ouvert Cirque Aïtal	Cirque	Sam. 3/05 Au stade St Salvayre	20h30	08/04	13 €
Marius Joël Pommerat	Théâtre	Mer. 7/05	20h	15/04	22 €
Orchestra National du Capitole	Musique	Ven. 16/05	20h	22/04	22 €
Rocio Marquez et Bronquio	Musique	Ven. 6/06	20h	19/05	7 €





Atelier Lecture avec Michèle

Notre prochain Atelier Lecture aura lieu

Mercredi 11 décembre de 14h30 à 16h

Nous échangerons autour du livre

« La sage-femme d'Auschwitz » d'Anna Stuart



MARCHES, RANDONNÉES

Les programmes des marches peuvent changer, pour tout renseignement, téléphonez au responsable/accompagnateur du jour.

Les sorties du Mardi, Jeudi et Mercredi sont des randonnées qui empruntent des chemins et sentiers de notre région, donc souvent caillouteux et parfois escarpés.

Il est donc indispensable de venir randonner avec des chaussures adaptées, avoir pris connaissance des conditions de la sortie décrites dans le bulletin et de se munir de bâtons si nécessaire. Participer à une sortie dont la difficulté est au-dessus de ses capacités physiques est problématique pour soi et aussi pour le groupe et les animateurs.

Rappel : un certificat médical est obligatoire pour participer à nos sorties pédestres.

DIMANCHE APRÈS-MIDI Rythme facile, « rando cool »

DATE	LIEU	ACCOMPAGNATEURS
01/12	GRUISSAN LES SALINS	Brigitte, Dominique
08/12	CUXAC	Odile, Anne-Marie
15/12	LA CAMPANE	Éric, Anne-Marie

Rendez-vous : PARKING DU THÉÂTRE 14h00

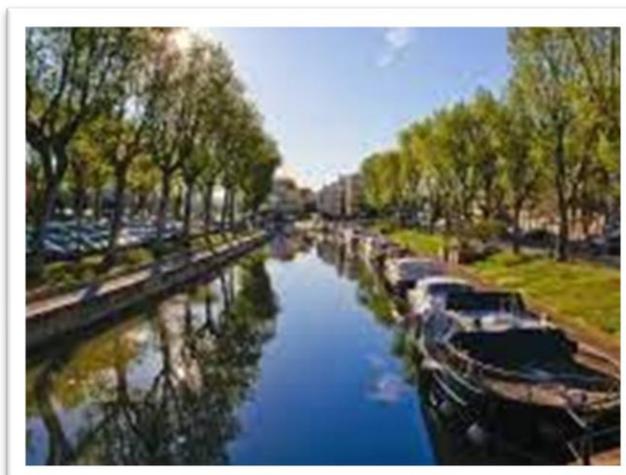


IMPORTANT : Avant votre 1^{ère} sortie, envoyez un message à l'accompagnateur du jour, ou appelez-le pour vous faire connaître.



ACCOMPAGNATEURS DES MARCHES DU DIMANCHE

Joselyne SOUROUILLE	Responsable	06 85 66 87 24
Brigitte DUBOIS		06 74 59 29 61
Marie QUEROL		06 87 27 66 06
Dominique LEBLANC		06 95 48 32 04
Éric MARTINEZ		07 54 37 69 10
Anne-Marie SEMELIS		06 15 17 69 83
Odile HOUDY		06 61 47 27 25



MARDI ET JEUDI

Si vous ne recevez pas les messages concernant les randonnées, ou si vous êtes un nouvel adhérent, faites parvenir votre numéro de portable à Marcel : 06 10 83 56 67

MARDI APRÈS-MIDI

DATE	LIEU	RENDEZ-VOUS	DISTANCE	ACCOMPAGNATEURS
03/12	ROCHE GRISE	St Jean St Pierre	8/10 Km	Ginette, Francis
10/12	MOUSSAN	St Jean St Pierre	8/10 Km	Yvonne, Marie
17/12	LA CAMPANE Goûter, chacun apporte quelque chose...	St Jean St Pierre	5 Km	Marie, Yvonne

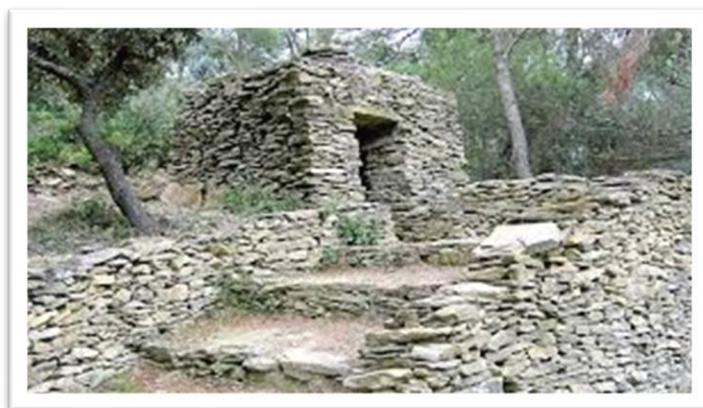
JEUDI APRÈS-MIDI

DATE	LIEU	RENDEZ-VOUS	DISTANCE	DÉNIVELÉ	ANIMATEUR
05/12	LÉZIGNAN (Capitelles)	St Jean St Pierre	8 km	200m Facile	Marcel
12/12	MOUJAN	Parc des expos	8 km		Martine
19/12	MONTREDON des CORBIÈRES (Castellas)	St Jean St Pierre	7,5 Km	150m Facile	Marcel



ACCOMPAGNATEURS DES MARCHES DU MARDI ET JEUDI

Marie QUEROL MARDI	04 68 41 55 03 ou 06 87 27 66 06
Marcel VIALADE JEUDI	04 68 27 15 37 ou 06 10 83 56 67
Ginette et Francis MARTINEZ	04 68 41 50 65 ou 06 74 35 03 15
Martine ROBERT	07 67 06 29 71
Alain GIRARD	06 08 74 89 77
Yvonne COUSTAL	06 77 76 42 07
Jean-Louis BONNET	Accompagnateur



SORTIES A LA JOURNEE PROGRAMME DU MERCREDI

Date et lieux	Départ itinéraires	Difficultés, durée	Animateurs
Le 04/12/2024 Mayronnes Heure de départ Narbonne : 8 h	Accès : Narbonne, Montredon, prendre à gauche route des corbières, Tournissan, puis au croisement avec la D41 prendre direction Caunettes en Val puis Mayronnes Parking : à préciser	Randonnée : Dans les hautes Corbières à l'assaut de la Serre de Pene Longueur : 16 km Dénivelé+ : 700 m Durée : 6h	Régis et Jacques 
Le 11/12/2024 Capetang Heure de départ Narbonne : 8h30	Accès Narbonne , Cuxac d'Aude puis Capetang Parking : passer le pont dur le canal du midi et parking cimetièrè	Randonnée : dans les vignes et contreforts du minervois Longueur : 16,5 km Dénivelé+ : 250 m Durée : 5h30	Alain, Joël et Jacques 
Le 18/12/2024 Armissan Heure de départ Narbonne : 8h30	Accès Narbonne, Armissan Au rond-point à l'entrée du village prendre à droite vers centre village puis encore à droite vers le stade Parking Stade	Randonnée : Randonnée dans la clape, l'aqueduc, les falaises et retour par Camplazens Longueur : 16 km Dénivelé+ : 300 m Durée : 5h30	Jacques C 

Jean-Pierre ENJALBERT	06 74 97 67 02
Jacques BILLAUD	06 86 87 18 73
Joël CLIMENT	04 68 45 27 48 / 06 46 09 09 65
Joël GRAND	06 20 32 84 42
Alain GIRARD	04 68 45 33 50 / 06 08 74 89 77
Alain MARIS	07 50 07 49 12
Jacques CODINA	06 80 93 18 78
André PALAYRET	06 32 31 07 84
Régis RAUX	04 68 41 44 11 / 06 03 44 56 41
Michel BOUTEILLE	06 01 78 28 39
Jean Michel SAUGET (photos)	

