

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



7 rue *R*ossini – 11100 *N*arbonne

04 68 90 66 34

www.atlep.org

atlep@orange.fr

Permanences du lundi au vendredi 14h00 – 17h00



FÉVRIER 2025

Ce mois-ci dans le bulletin...

- LOTO de l'Atlep
- Compte-rendu de la sortie « Cabaret c'est Magique »
- Sortie à St Hilaire – Limoux
- Sortie à Albi
- Voyages :
Programme complet du voyage en Catalogne
Rappel : paiement pour la Sicile
- Atelier Peinture
- Théâtre
- Conférences de février
- Atelier Lecture
- Jeux d'Écriture
- Marches, randonnées



Images du bulletin : Laurentia Petcu//pixabay.com, Gruissan tourisme, Freepik

LOTO DE L'ATLEP



Réservez votre après-midi !

Samedi 22 mars à 15h00

Salle des Fêtes du Palais du Travail



Nous sommes à la recherche d'un(e) bénévole pour s'occuper du LOTO (2 fois par an). Cette personne serait en binôme avec une autre bénévole (et aidée par plusieurs personnes le jour du loto pour la main d'œuvre)

Retour de la sortie à Sète
« Le Cabaret c'est magique »
Vendredi 6 décembre 2024

Le 6 décembre, nous étions 49 participants pour cette sortie à Sète.

Celle-ci débute sous de bons auspices, ciel bleu, beau temps, bus très confortable, avec notre chauffeur Richard, toujours aussi sympathique.

À midi nous arrivons à destination au « Cabaret c'est Magique » où nous prenons le repas en admirant un groupe de danseuses et leurs cavaliers qui pendant 2 heures nous charmeront, avec en intermède un excellent chanteur.

Grace aux divers changements de décor nous ferons un voyage imaginaire, de Paname aux Indes avec ses bayadères, puis aux U.S.A. dans les casinos de Las Vegas, en passant par Londres pour une très coquine relève d'une Garde féminine, pour revenir en beauté à Paris dans des chorégraphies dignes des Folies Bergères.

Tous les participants sont enchantés de ce moment festif et convivial.

À 16h30 il faut reprendre le bus pour notre retour vers Narbonne.



Merci aux bénévoles qui nous ont concocté une sortie aussi mémorable.

Honorine



Sortie CULTURELLE
De L'Abbaye de Saint-Hilaire à Limoux
Mardi 11 Mars

Rendez-vous à 8h15 au parking du Théâtre - Départ à 8h30

10h - Visite guidée de l'Abbaye de Saint Hilaire. Vous apprécierez la sérénité de son cloître gothique desservant l'Eglise Romane, le logis abbatial et son plafond à la française du 15^{ème} siècle, le réfectoire des moines les celliers taillés dans la roche.



Nous clôturerons la visite par une dégustation de blanquette

12h - Départ pour Limoux où nous déjeunerons sous les Arcades

Notre Menu

(À choisir à l'inscription)

Entrée

Carpaccio d'ananas, crevettes et avocat

Ou Salade d'haricots verts et gésiers

Plat

Filet de truite sauce vierge

Ou Sauté de veau marengo

Dessert

Tarte du jour

Ou Mousse au chocolat

1 Verre de Vin et Café



15h - Visite du Musée des Automates où vous verrez plus de cent personnages dans un dédale onirique.

Nous pourrons observer les créateurs au travail et voir les personnages prendre vie.



Retour vers 17h, et arrivée à Narbonne vers 18h30

PRIX : 65 €

Inscriptions au local

Vendredi 7 Février à partir de 9h30

Et tous les après-midis jusqu'au 5 Mars

Merci de choisir votre menu lors de votre inscription

Annette SICARD et Lucette CAUMEIL

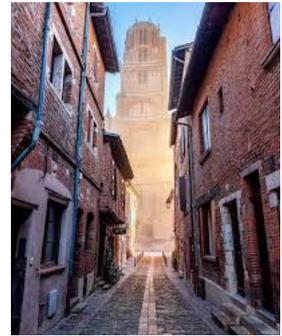
Sortie CULTURELLE

ALBI

Mardi 8 Avril



- **6h45** : Rdv Parking du théâtre pour un **départ à 7h00**
- **10h15** : Visite guidée de la Cathédrale Sainte Cécile, la plus grande en briques au monde, de style gothique dit méridional du XIIIe siècle, et la plus grande entièrement peinte en Europe.
La visite continue par le centre historique à travers les ruelles chargées d'histoire de la cité épiscopale d'Albi classée au Patrimoine Mondial de l'UNESCO.



- **12h30** Repas au restaurant (menu dans le prochain bulletin)



- **14h00** : visite libre du Musée Toulouse-Lautrec (entrée comprise) au Palais de la Berbie et ses jardins attenants.
- **16h00** : Départ d'Albi pour un retour à Narbonne vers 19h

PRIX DE LA JOURNÉE : 82€

Les inscriptions pour cette sortie se feront
LUNDI 10 MARS de 9h30 à 11h30 au local de l'Atlep,
Puis les après-midis durant les permanences, jusqu'au 21 mars

Hélène et Josette





VOTRE PROGRAMME

Jour 1 : Lundi 15 Septembre : NARBONNE/MONTSERRAT / SALOU

06h30 : Départ Narbonne en direction de l'Espagne et Montserrat (280 kms)



10h30 : entrée et visite guidée de l'abbaye de MONSERRAT : *La Serra de Montserrat est un site exceptionnel tout d'abord d'un point de vue géologique. On se sent tout petit en approchant les roches abruptes qui constituent la Serra de Montserrat, à 1 236 mètres d'altitude... Le monastère a été construit d'après la légende de la Sainte Vierge et Montserrat est depuis reconnu comme un grand lieu du catholicisme catalan et espagnol. Quatre-vingts moines y vivent dans le but de conserver cet endroit comme un lieu de prière et de recueillement.*

13h30 : déjeuner au restaurant à Montserrat (ou environs)

L'après-midi, continuation sur **SALOU (117 kms)**

Installation en hôtel**** (nom connu 1 semaine avant l'arrivée). Dîner et logement

Jour 2 : Mardi 16 Septembre : REUS

Petit déjeuner à l'hôtel

Journée entière consacrée à la visite guidée de REUS *Reus n'est pas seulement le lieu de naissance de Gaudí et l'une des villes les plus actives culturellement de Catalogne.*

Visite guidée du cœur historique de la ville et entrée *(en plusieurs groupes et selon créneaux horaires accordés)*



À l'Institut Père Mata : *Commencée en 1898 par l'architecte Lluís Domènech i Montaner, la construction de l'Institut psychiatrique de Pere Pata marque le début de la fastueuse ère Art nouveau de Reus. Véritable œuvre précurseur de l'hôpital Sant Pau de Barcelone, on retrouve ici toutes les caractéristiques récurrentes de l'œuvre du génial architecte : façades richement ornementées, éléments floraux et animaux, utilisation répétée de céramiques peintes... La partie ouverte*

au public est une aile désaffectée de l'hôpital uniquement consacrée à la visite, le reste étant en fonctionnement.

À la Casa Navas, *un joyau moderniste de Domènech i Montaner, qui a conservé tous ses meubles, plafonds à caissons et lampes*





Au Centre d'Interprétation Gaudi : le seul sur la vie et l'œuvre de l'architecte de renommée mondiale. Imaginez-vous toucher la cheminée d'une reproduction de La Pedrera, l'un de ses plus célèbres bâtiments, ou admirer la coupole étoilée du Palau Güell ? Rapprochez-vous de la vie de l'artiste à travers des maquettes tactiles, des projections audiovisuelles

immersives et des effets spéciaux tels que des mappings.

Déjeuner au restaurant en cours de visite

En fin d'après-midi, retour à l'hôtel pour dîner et logement à l'hôtel

Jour 3 : Mercredi 17 Septembre : DELTA DE L'EBRE

Petit déjeuner à l'hôtel



Le matin, départ avec un guide pour le **DELTA de l'EBRE** (74 kms), la plus grande zone marécageuse de Catalogne. Ce parc naturel offre une faune et une flore remarquable et étonnante. Visite de l'Eco Musée

Déjeuner « typique » au restaurant au bord du fleuve

L'après-midi, promenade en bateau sur le Delta, jusqu'à l'embouchure

Au retour, **visite d'une ferme de Bonzaïs**, où vous pourrez admirer et acheter des bonsaïs, où votre guide vous expliquera de nombreux détails de cet arbre méconnu



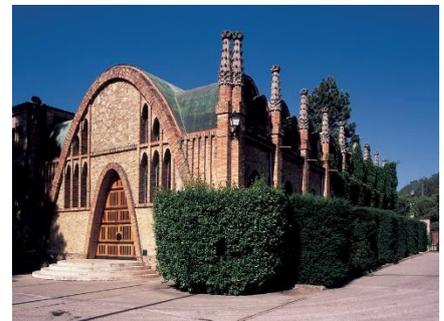
Retour à l'hôtel à Salou pour dîner et logement à l'hôtel

Jour 4 : Jeudi 18 Septembre : CAVE de CODORNIU/ SITE ARCHEOLOGIQUE D'EMPURIAS et RETOUR sur NARBONNE

Petit déjeuner. **Chargement des bagages dans l'autocar.**

Départ pour **Sant Sadurni de Anoya** et les **CAVES de CODORNIU** (81 kms) : **entrée et visite**

guidée de l'entreprise familiale la plus ancienne de Catalogne : Codorníu. 450 ans d'histoire viticole au coeur de caves façonnées par l'architecte moderniste **Puig i Cadafalch**. Déclarées bien d'intérêt culturel avec le titre d'Ensemble Historique-Artistique en 1976, la réputation des **Caves de Codorníu** n'est plus à faire. Se rendre à **Codorníu**, c'est mettre un pied dans l'histoire d'une famille de viticulteurs qui ont été les premiers à produire du cava, selon la méthode traditionnelle. Visites, dégustations, découvertes... Une mise en bouche qui saura ravir les curieux et mettre vos sens en éveil.



Déjeuner au restaurant sur place (ou en cours de route)

L'après-midi, continuation sur le **site archéologique d'EMPURIAS (167 kms) : entrée et visite**



guidée Le **site archéologique des ruines d'Empúries** nous plonge dans les vestiges de la civilisation grecque, dans une ancienne ville qui fut ensuite occupée par les Romains. Abandonnée au IIIème siècle après J-C, on peut y deviner la vie des habitants de la cité, leurs commerces et leurs croyances en passant par un dédale de demeures, de petites ruelles, par l'agora ou encore le forum.

Puis retour sur Narbonne. Arrivée en soirée

Attention : programme donné à titre indicatif et susceptible d'être modifié selon disponibilités dans les sites et monuments

TRESORS DE CATALOGNE

PRIX PAR PERSONNE :

Pourboires compris

- **BASE 45/49 PERSONNES : 592 €**
- **BASE 40/44 PERSONNES : 614 €**
- **BASE 35/39 PERSONNES : 630 €**

CE PRIX COMPREND :

- Le transport en autocar tourisme
- Le logement en demi-pension en hôtel**** (nom de l'hôtel connu 1 semaine environ avant l'arrivée) à Salou, base chambre double
- La taxe de séjour
- Les déjeuners aux restaurants les jours 1,2,3 et 4
- Les boissons aux repas (eau + ¼ vin)
- Les services d'un guide selon programme
- Les droits d'entrées mentionnées au programme : *Abbaye Montserrat – Centre Gaudí – Institut Pere Mata – Casa Navas – EcoMusée – Ferme bonzaïs – Caves Codorniu – Site archéologique d'Empuries*
- La promenade en bateau dans le Delta de l'Ebre
- L'assurance annulation/rapatriement

CE PRIX NE COMPREND PAS :

- La chambre individuelle : 150 €/personne pour le séjour

Inscriptions Mardi 11 Mars 2025

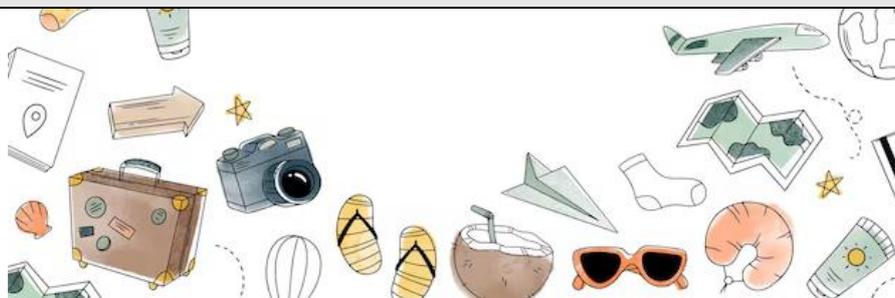
De 9h à 11h au local

1^{er} versement

300 € en chambre double

400 € en chambre double

Chèque à établir à l'ordre de l'ATLEP



Inscriptions terminées.
Si vous êtes intéressé,
renseignez-vous au
local

INFORMATION VOYAGE (RAPPEL)

Sicile

8 JOURS/7 NUITS

Du 13 au 20 mai 2025



Le deuxième encaissement aura lieu le **mardi 4 février de 9h30 à 11h30** au local de l'ATLEP.
Montant : 600 euros pour les chambres doubles, 800 € pour les chambres particulières.
Pensez à apporter ce jour-là une photocopie de votre Carte Nationale d'Identité ou passeport à jour.



atelier peinture

*Vous souhaitez vous exprimer par la peinture. Vous pouvez nous rejoindre dans notre **nouvel atelier au club Léo Lagrange**, grand, lumineux et très bien adapté à notre activité. Nous ne donnons pas de cours mais nous vous aidons à réaliser votre projet : peinture sur toile, acrylique et huile, mais aussi pastel sec.*

Vous devez venir avec votre modèle et votre matériel.

*Horaire : le **jeudi de 14h à 16h30***

Roselyne Calvi et Claude Viguié



THÉÂTRE SAISON 2024 2025

théâtre + cinéma / Scène nationale Grand Narbonne

Afin d'éviter tout malentendu, chaque place devra être réglée (de préférence par chèque)
AVANT la date limite d'inscription du spectacle

Merci,
 Claude Babonneau

Pensez à vous inscrire le plus tôt possible !

SPECTACLE	GENRE	DATE	Heure	Réservation Avant le	Prix
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 €



CONFÉRENCES

Jean Louis TOUZAN

Sur le peintre **Nicolas de Staël**

Samedi 1^{er} février

15h00 Salle Dr Lacroix

Palais du Travail

Nicolas de Staël, baron **Nikolaï Vladimirovitch Staël von Holstein**, né le 23 décembre 1913 à Saint-Pétersbourg et mort le 16 mars 1955 à Antibes, est un peintre français originaire de Russie. Sa carrière s'étend sur quinze ans, de 1940 à sa mort. Artiste prolifique, il peint durant ces années plus d'un millier de toiles aux influences diverses — Cézanne, Matisse, Van Gogh, Braque, Soutine et les fauves, mais aussi les maîtres néerlandais Rembrandt, Vermeer et Seghers. C'est une peinture en constante évolution.

Jean Louis TOUZAN est né en 1954. Il a fait des études de psychologie et d'histoire de l'art. Mais c'est surtout en qualité de peintre autodidacte, passionné par la peinture abstraite des années 50, qu'il lui plaît de vous présenter cette conférence sur Nicolas de Staël.

Son site : [www//desmotsetdescouleurs.com](http://www/desmotsetdescouleurs.com) vous offre un aperçu de son travail.

Ne manquez pas d'aller sur le site de JL Touzan, vous aurez envie de l'écouter parler de Nicolas de Staël.



Dans le cadre de son partenariat avec l'ATLEP, l'UPN propose la conférence :

« Le pouvoir du cerveau »

Par Dalila AKKAL neuroscientifique

Et Annie COLL philosophe

Vendredi 7 février

18h00 Espace Média (ex. médiathèque)

« L'étude d'un cas clinique qui fascine la communauté scientifique sera suivie d'une analyse philosophique : « et l'esprit dans tout ça ? »



Atelier Lecture avec Michèle

Notre prochain Atelier Lecture aura lieu

Mercredi 12 février de 14h30 à 16h

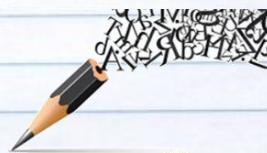
Nous discuterons du livre

« **Le barman du Ritz** » de **Philippe Colin**



Jeux d'Écriture avec Marcelle

Mercredi 12 février à 16h



NOUVEAUTÉS BIBLIOTHÈQUE 2025



BIBLIOTHÈQUE : Tous les après-midis 14h - 17h



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 »

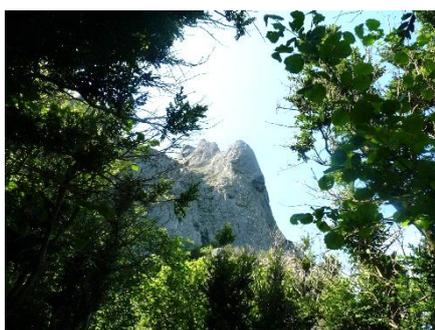
Attention : Vous ne recevrez pas de SMS avant les sorties des dimanches 2/02 et 9/02/2025. Vous êtes priés de regarder le planning, et en cas de doute, d'appeler la personne qui guidera ces jours-là. Soit Brigitte le 9/02, et Odile le 2/02

DATE	LIEU	ACCOMPAGNATEURS
02/02	MAILHAC	Odile, Anne-Marie
09/02	LA TOUR D'ESCALES	Brigitte, Dominique

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 SOUROUBILLE	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
Danielle LAJARA		06 86 14 11 28



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
04/02	CUXAC LES GLACIÈRES	St Jean St Pierre	8/10 Km	Marie, Yvonne
11/02	PEYRIAC DE MER	St Jean St Pierre	8/10 Km	Yvonne, Marie
18 et 25/02	Vacances			

JEUDI APRÈS-MIDI

DATE	LIEU	RENDEZ-VOUS	DISTANCE	ANIMATEUR
06/02	Portel Canto Perdrix	St Jean St Pierre	9 km	Marcel
13/02	Gruissan La Clape - Arche	Parc Expos	9 km	Martine
20 et 27/02	Vacances			



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 05/02/2025 Cessenon Heure de départ Narbonne : 8 h	Accès : Cuxac, Ouveillan, Cruzy et Cebazan, prendre à droite la D36 direction e Cessenon. Au carrefour avec la D20 prendre à droite en direction de Béziers et 100 mètres plus loin tourner à gauche sur la D36 direction Réals Parking : à gauche sur l'aire de loisirs et de pique-nique	Randonnée : Nous traverserons Cessenon et rejoindrons une carrière de marbre avant de descendre le long de l'Orb en passant devant les domaines viticoles Et nous clôturerons par les traditionnelles crêpes de la chandeleur Longueur : 18km Dénivelé+ : 250 m Durée : 6h	Alain, Joël et Jacques 
Le 12/02/2025 La Caunette /Minerve Heure de départ Narbonne : 8h30	Accès Narbonne, Marcorignan, St Marcel, puis route de St Pons, après le pont sur la Cesse prendre direction La Caunette Parking : on se garera à La Caunette au parking de la Cheminée	Randonnée : Causses et canyons, et Minerve le plus beau village médiéval Longueur : 14 km Dénivelé+ : 500 m Durée : 5h30.	Alain M 



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)	

