

Association *Tourisme Loisirs Education Populaire*



7 rue Rossini – 11100 Narbonne

04 68 90 66 34


www.atlep.org

atlep@orange.fr

Permanences du lundi au vendredi 14h00 – 17h00



Ce mois-ci dans le bulletin...

- ★ Repas dansant
- ★ Séjour Randonnée Lacs et Fleurs d'Andorre
- ★ Voyage en Italie 2^{ème} acompte
- ★ Compte-rendu sortie Nîmes, Pont du Gard
- ★ Remerciements à  pour leur intervention « Code de la route »
- ★ Atelier Lecture – Jeux d'Écriture
- ★ Théâtre (**Nouveau spectacle !**)
- ★ Conférence
- ★ Randonnées de décembre



*Le Bureau de l'ATLEP vous souhaite de Bonnes Fêtes !
Fermeture du 22 décembre au 3 janvier 2024*





REPAS DANSAANT

Dimanche 28 janvier 2024

12H00

Palais du Travail



ANIMATION MUSICALE BRUNO MASNOU



Menu et prix

Dans le prochain bulletin



Si vous voulez partager votre table avec des amis, adhérents, ou invités :

Signalez-le lors de l'inscription

(Tables de 8 à 10 couverts)

Nous pouvons organiser du covoiturage à la demande

Pensez à nous en parler dès votre inscription !



Réservations jusqu'au 23 Janvier au local de l'ATLEP 14h00 - 17h00



Séjour Randonnée Lacs et Fleurs de la Principauté d'Andorre

Du 15 au 22 Juin 2024

7 nuits et 5 journées de randonnée dans la principauté d'Andorre. Au programme une multitude de lacs et fleurs de montagne et de vallées vous feront découvrir des paysages somptueux.

4 groupes avec des dénivelés positifs allant de 400 à 1000 mètres suivant le niveau du groupe encadrés par 4 Accompagnateurs en Montagne diplômés.

Hébergement à l'hôtel Nordic 4* d'El Tarter en demi-pension (repas froid le midi fourni par les accompagnateurs les jours de Rando)

Arrivée le Samedi, installation à l'hôtel jour 1 vers 16h. Départ jour 8 après le petit déjeuner.

LES RANDOS

5 randonnées journées par personne en différents groupes de niveau.

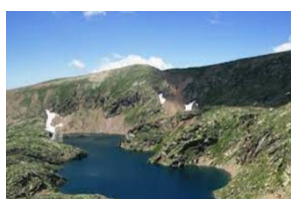
Programme susceptible d'être modifié suivant les conditions météorologiques et le niveau des participants.



Secteur Juclar : (tous les groupes) de 400 à 700m de dénivelé +.
Au départ de la Vallée d'Inclès, nous irons admirer le lac de Juclar, le plus grand d'Andorre.
Possibilité d'aller à la Collada de Juclar (2442m)
Vallée très fleurie !!!!!

Secteur Vallée de Ransol : (tous les groupes) de 400 à 950m de dénivelé +.
Le départ s'effectue à 1950m, possibilité de se rendre aux lacs de Ransol (2400m), puis suivant les groupes, col des Miners 2719m et pour finir le Pic de la Serrera 2913m.

Ancienne Vallée de mineurs de Fer.



Secteur Vall del riu : (tous les groupes) de 350 à 720m de dénivelé +.

Départ d'Els plans, suivant les groupes de la cabane de la Vall del Riu au Grand lac de Riu. (2545m).

Secteur Lacs du Siscaro : (groupes 1/2/3 : Valls d'Inclès groupe 4). Entre 400 et 700 m de dénivelé+

Au départ du vall d'Inclès superbe journée au lac du Siscaro (2325m) puis boucle jusqu'à Soldeu.



Secteur Vallée de Madriu (tous les groupes) de 300 à 700 m de dénivelé +
Incontournable randonnée dans cette vallée classée au Patrimoine de l'Humanité en 2004 par l'Unesco). Vallée très riche en Flore Pyrénéenne.
Départ non loin du lac d'Engolasters, nous irons du col de Joven, Ramio au refuge de Fontvert puis pour certains jusqu'à la Barraca de Farga.



Hébergement et restauration

- Superbe Hôtel Nordic 4 étoiles à El Tarter.
- Chambre double ou triple. (WIFI)
- Restauration le soir sous forme de Buffet.
- (1/4 de vin + eau compris par personne)
- Repas froids du midi préparés par les accompagnateurs.
- De plus, le groupe pourra bénéficier d'un accès gratuit aux installations de l'Hôtel (piscines et jacuzzis intérieur hammam et salle de sport).
Prévoir maillot de bain et bonnet.

Tarifs

**Tarif par personne : 590 euros en chambre double ou triple
(Ce prix peut varier de 580 à 620€ selon le nombre de participants)**

**Supplément chambre individuelle 329 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
- Eau et 1/4 de vin à table
- Cocktail de bienvenue : le jour de l'arrivée
- Une coupe de cava la veille du départ
- Pout toute annulation jusqu'à 4 jours avant l'arrivée, le séjour sera remboursé avec une retenue de 50 euros
- 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)
- Le repas de midi du mercredi

Inscriptions

Les inscriptions auront lieu lors de permanences spécifiques au local de l'ATLEP

Jeudi 14 et vendredi 15 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

Chaque participant doit être adhérent à l'ATLEP, et doit se munir pour le séjour de la carte européenne d'assurance maladie

Le nombre de participants est limité à 48, les randonneuses et randonneurs sont prioritaires



IMPORTANT

VOYAGE LACS ITALIENS et MILAN



Vous avez été nombreux à vous inscrire pour le voyage en Italie du 2 au 8 mai 2024 et nous vous en remercions.

A la suite de ce succès, **deux groupes ont été constitués** mais dans l'impossibilité d'obtenir tous les hôtels aux mêmes dates, le voyageur nous a proposé de nouvelles dates.

Nous rappelons aux inscrits du groupe 2 que leur voyage se déroulera du 8 au 14 mai 2024.

Pour le groupe 1, les dates sont inchangées (2 au 8 mai)

Nous vous précisons que le nombre de chambres a été limité et que si nous pouvons obtenir des chambres supplémentaires, nous ne manquerons pas de vous contacter aussitôt.

Merci aux adhérents en liste d'attente de noter ces nouvelles dates (**8 au 14 mai 24**)
Comme d'habitude en cas de désistement sur le groupe 1 ou le groupe 2, vous serez contactés.



VERSEMENT DU 2ème Acompte :
500 € ou 570 € pour une chambre individuelle

Des permanences pour les règlements auront lieu au local

MARDI 16 JANVIER de 9H à 11H

Et

MERCREDI 17 JANVIER de 9H à 11H

ATTENTION : Il est nécessaire d'avoir sa Carte Européenne d'Assurance Maladie **VALIDE** pour ce séjour.

Si besoin, ne pas oublier d'en faire la demande auprès de votre CPAM, ou de la faire renouveler



Retour d'une journée à Nîmes et Pont du Gard

Le Jeudi 12 octobre 2023, les 36 participants étant présents, Sylvie et Annette donnent le départ à notre chauffeur qui nous fera une petite pause avant l'arrivée à Nîmes où nous avons rendez-vous devant l'entrée principale des jardins de la Fontaine.

Là notre guide Sophie nous attend pour nous accompagner pendant 3 heures.

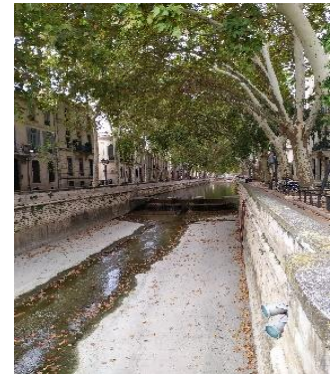


Nous commençons par la visite des jardins, élaborés en plein centre-ville autour d'une source. Ce site naturel et historique de 15 hectares est aujourd'hui un parc public réalisé sur les vestiges de l'époque romaine où l'on peut voir les canaux et bassins, un nymphée central ainsi que des escaliers en demi-lune.

Sophie nous dirige vers le temple de Diane et nous raconte son architecture ainsi que son histoire qui est parfois discutée par les spécialistes scientifiques. Nous y apercevons une façade percée de

trois grandes baies cintrées et à l'intérieur, nous voyons des niches et des frontons.

Le temps clément nous a permis de voir la Tour Magne, tour défensive où se trouve le sanctuaire dédié à l'empereur Auguste. Notre guide nous indique la possibilité de suivre le cheminement le long des terrasses qui permet l'accès à cette Tour.



Nous quittons les jardins et longeons le canal ombragé pour nous diriger vers la Maison Carrée.

Sophie nous précise que nous n'y entrons pas puisque le bâtiment est totalement vide et que l'origine du nom vient de l'existence de ses quatre angles droits.



Ce temple, bâti sous le règne de l'empereur Auguste, a été une maison consulaire, une église et un musée. Depuis septembre 2023, La Maison Carrée est inscrite sur la liste des monuments historiques de l'Unesco.

Lors de notre déambulation, nous nous arrêtons devant l'Hôtel Bessérié, la Tour de l'Horloge et devant une riche maison bourgeoise puis nous arrivons à l'Hôtel de Ville qui fût l'ancienne trésorerie royale. Dans le hall, nous découvrons l'aquarelle supposée représenter le plan de la ville au 16ème siècle. Sophie nous indique

que ce plan ressemble beaucoup à l'état actuel de la ville.

Nous remarquons les 4 crocodiles, naturalisés, suspendus au plafond de l'escalier, ceci en référence aux légions romaines d'Égypte installées à Nîmes sous le règne de l'Empereur Auguste (Le crocodile symbolisant l'Égypte).



En fin de matinée, nous visitons les Arènes où depuis 2009, de gros travaux de restauration sont en cours et ceux-ci se poursuivront jusqu'en 2034.

Nous pénétrons à l'intérieur et allons prendre place sur les gradins de l'Amphithéâtre où nous écoutons les explications de notre guide sur l'historique de cet amphithéâtre. Celui-ci a été construit au 1^{er} siècle





et est comparable à celui d'Arles ainsi qu'au Colisée de Rome.

Il est à noter que de nos jours se déroulent de nombreuses manifestations (sportives, culturelles, courses camarguaises, corridas, concerts, spectacles de reconstitution historique...) alors qu'autrefois le public ne pouvait assister qu'à des combats de gladiateurs.

A 12 h 30, nous quittons notre guide et entrons en face des Arènes au restaurant du CHEVAL BLANC, ancien restaurant très renommé, où le groupe appréciera un bon repas. Mr Michel HERMET est d'ailleurs venu nous saluer.



Après le déjeuner, nous partons pour le PONT DU GARD situé à 26 kms, Ce monument antique, exceptionnel, est inscrit au patrimoine mondial de l'Unesco et fait donc partie de la liste des biens de l'humanité mondiale.

Cet ouvrage est le plus haut pont que les romains aient construit et le mieux conservé au monde.

Le pont du Gard est le seul exemple d'aqueduc à 3 étages superposés encore visible.

Une fois l'entrée franchie, chacun est libre de sa visite et nous partons pour une petite projection cinématographique, le musée ou directement vers le Pont du Gard ;

Le temps passe trop vite et il est 17 h : heure de départ.

L'aménagement effectué autour du pont permet de pouvoir passer la journée sur ce site et pour les personnes qui ne le connaissaient pas du tout, ce fût une très belle découverte.

Pour les participants : nous vous remercions de nous avoir retourné les questionnaires de satisfaction, et constatons que cette journée vous a plu et a été très intéressante.



Merci à Michèle Carayon et son équipe de l'association AGIR, qui ont réuni une quarantaine de participants pour le « rappel du code de la route » le 7 novembre.

Excellente intervention !



THÉÂTRE 2023-2024

SPECTACLE	Genre	DATE	Réservation Avant le	Prix
La Galerie	Cirque/Théâtre	Vendredi 22/12 20h	05/12	21€
NOUVEAU ! STRIP	Théâtre	Judi 18/01/24 19h	15/12	13€
Oncle Vania	Théâtre	Judi 25/01/24 20h	09/01	21€
Vertikal	Danse, voltige	Judi 01/02 20h	09/01	21€
La Mal Coiffée	Concert Polyphonique Occitan	Vendredi 01/03 20h	14/02	13€
Les gros patinent bien	Théâtre (Molière du meilleur spectacle de théâtre public 2022)	Mardi 05/03 20h	14/02	13€
Exit Above	Danse, musique Quand la danse rencontre le blues	Mardi 26/03 20h	05/03	21€
Tom na fazenda	Théâtre	Judi 25/04 20h	09/04	13€
L'Odyssée	Théâtre	Mercredi 22/05 15h30	Non Confirmé pour l'instant	
Thomas Fersen	Chanson, poésie	Samedi 25/05 20h	04/05	13€
Orchestre de France	Concert Chopin, Fauré, Debussy	Mardi 28/05 20h	04/05	21€
Que ma joie demeure	Théâtre d'après Jean Giono	Samedi 01/06 8h	14/05	13€

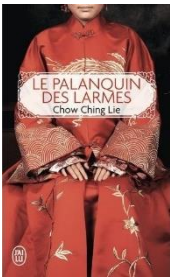
Pensez à vous inscrire avant les dates indiquées !

« STRIP » a été ajouté au programme





Atelier Lecture



Le prochain atelier Lecture aura lieu **Mercredi 13 décembre** à 14h30 au local. Nous vous invitons à lire : « **Le palanquin des larmes** » de **Chow Ching Lie**

Bonne lecture et à très bientôt pour échanger à propos de cet ouvrage
Lucette

Jeux d'Écriture

Avec *Marcelle Tozzi* au local
Mercredi 13 décembre à 16h00



Conférence d'Annie Coll

Samedi 9 décembre

15h

Salle Lacroix du Palais du Travail

Le « Je » profond mystère



Qui sommes-nous ? De simples animaux, le produit de la société, des marionnettes manipulées par l'inconscient ou d'étranges structures ? Sans revenir à la métaphysique qui a imposé l'idée d'un sujet souverain et maître de lui, il s'agira de tenter d'éclaircir le mystère du moi avec l'aide de Jacques Lacan, Michel Foucault, Gilbert Simondon et Paul Audi

Annie Coll est professeur de philosophie, elle a exercé à Dinan, avant de venir s'installer à Narbonne. Elle a publié plusieurs ouvrages de philosophie :

Lecture croisée Arendt, Marx - Le très possible communisme éditions MLD

Pour en finir avec le loup libéral, L'Harmattan

En finir avec la culpabilité, retrouver la joie, Editions sociales

Elle écrit aussi de la poésie et en a publié deux recueils au Nouvel Athanor, Paris

N'avez-vous pas vécu ?

Le plein et le délié des vagues.



MARCHES – RANDONNÉES

MARDI ET JEUDI

Si vous ne recevez pas les messages concernant les randonnées,
Faites parvenir votre numéro de portable à Marcel : 06 10 83 56 67

MARDI APRES-MIDI

DATE	LIEU	RENDEZ-VOUS	DISTANCE	ACCOMPAGNATEURS
5/12	Gruissan « Les Caunes »	Parc des Expos	Env.8/9 Km	Martine
12/12	Gruissan « Les Arches »	Par des Expos	Env.8/9 Km	Martine
19/12	La Campana Petit goûter de fin d'année, prévoyez une douceur à partager...	St jean St Pierre	Env.4/5 Km	Marie
VACANCES				

JEUDI APRES-MIDI

DATE	LIEU	RENDEZ-VOUS	DISTANCE Co-voiturage	ACCOMPAGNATEURS
07/12	PEYRIAC	St Jean st Pierre	9 km 7€/voit.	Ginette, Francis
14/12	CAMPLAZENS (Nouveau circuit)	Parc expos	8 km 5€/voit.	Martine R
21/12	FLEURY (Œil doux)	Parc expos	9 km 12€/voit.	Martine R
VACANCES				

Le programme sera adapté aux conditions météorologiques **et pourra également être modifié en fonction de la disponibilité des animateurs.**

Si vous avez besoin d'un renseignement : téléphonez à la personne responsable de la randonnée ce jour-là.



RESPONSABLES DES MARCHES DU MARDI ET JEUDI

Marie QUEROL	04 68 41 55 03 ou 06 87 27 66 06
Marcel VIALADE	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
Jean-Louis BONNET	Accompagnateur
Alain BENYAMINA	Accompagnateur



MARCHES DU DIMANCHE Attention, en ce moment 3 guides sont indisponibles, certaines sorties pourront être annulées

Rythme facile, « rando cool »

DATE	LIEU	ACCOMPAGNATEURS
03/12	Gruissan, les Auzils	Dominique
10/12	Narbonne Plage, Les Falaises	Brigitte, Joselyne
17/12	Peyriac	Joselyne

ATTENTION

3 GUIDES ÉTANT INDISPONIBLES EN CE MOMENT, **CERTAINES SORTIES PEUVENT ÊTRE ANNULÉES**

Lieu de rendez-vous : Au bout du quai Victor Hugo (arrêt de La Citadine) **Départ** 14h.

Covoiturage possible, bâtons de marche souhaitables, eau indispensable, **pensez à vérifier que vous avez bien fourni un certificat médical au local.**

1. Il est important, que ceux qui viennent marcher le dimanche pour la 1ère fois avec le groupe, se fassent connaître par téléphone, la veille, à la personne responsable du jour.
2. Afin de s'assurer que le covoiturage soit possible, merci de rejoindre le lieu de rendez-vous avec votre véhicule, et, le cas échéant, de penser à dédommager le conducteur.

3. Il se peut que la destination du jour soit modifiée pour diverses raisons.

Si possible, on avertit les marcheurs potentiels inscrits pour le dimanche.

Sinon, ce sera dit Quai Victor Hugo, le jour même.

Merci
Joselyne

RESPONSABLES DES MARCHES DU DIMANCHE



Joselyne SOUROUBILLE	06 85 66 87 24
Brigitte DUBOIS	06 74 59 29 61
Monique FERRIER	06 11 23 37 71
Nadine GRIOT	06 75 29 06 38
Marie QUEROL	06 87 27 66 06
Elena TRILLO	07 81 02 44 66
Dominique LEBLANC	06 95 48 32 04



SORTIES A LA JOURNEE PROGRAMME DU MERCREDI

Date et lieux	Départ itinéraires	Difficultés, durée	Animateurs
Le 06/12/2023 Villespassans Heure de départ Narbonne : 8 h30	Accès Narbonne, Cuxac d'Aude, Ouveillan, Cruzy, 1,5 km après Cruzy prendre à gauche D178 vers Villespassans. Parking départ traverser le village, direction Aigues Vives et se garer au cimetière	Randonnée garrigues, Longueur : 16km, Dénivelé+ :500 m, Durée : 6h00.	Michel 
Le 13/12/2021 Les Karantes Heure de départ Narbonne : 8 h 30.	Accès : Narbonne, Narbonne plage Parking sera précisé	Randonnée entre Narbonne Plage (les Karantes) et St pierre la mer Longueur : 13 km, Dénivelé+ : 100 m, Durée : 5h00	Alain, Jacques, Joël et Joël 
Le 20/12/2023 Col de Ste colombe Heure de départ Narbonne : 8 h 30	Accès : Accès Narbonne, Marcorignan, st marcel, Aigues vives, D907 jusqu'à Sainte Colombe, Parking départ sera précisé	Randonnée : forets de la montagne noire Longueur : 15,5 km, Dénivelé+ : 300 m, Durée : 5h30	Jacques et Régis 

Le lieu de rendez-vous est le parking de **l'ARENA côté STADE** à 8h15 pour un départ à 8h30, ou 7h45 pour un départ à 8h00.

Si vous allez directement au départ de la randonnée, renseignez-vous avant pour savoir si elle n'a pas été modifiée en fonction de la météo, ou d'une indisponibilité de l'accompagnateur.

Seul le parking de **l'ARENA côté STADE** est le lieu officiel des départs.

Un mail vous en cas de

sera envoyé modification

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



