

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

AVRIL

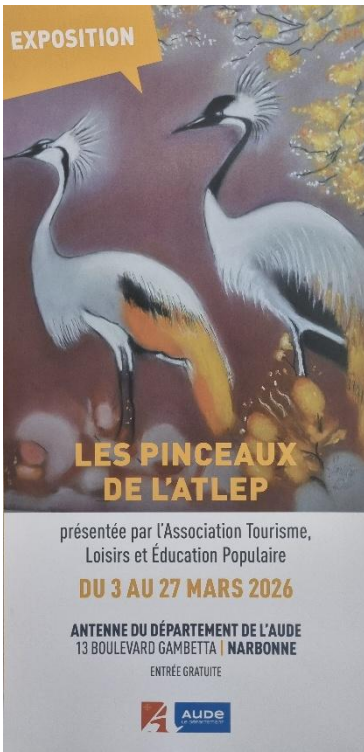
2026

Ce mois-ci dans le bulletin...

- Exposition des peintres de l'Atlep
- Retour de la sortie à Lodève
- Voyage en Savoie – Septembre 2026
- Conférences
- Atelier Lecture
- Jeux d'Écriture
- Théâtre
- Marches, randonnées



les pinceaux de l'atlep



La section peinture de l'Atlep était à l'honneur tout le mois de mars, à l'Antenne du Conseil Départemental, rue Gambetta à Narbonne.

Cette exposition a été très visitée et les commentaires sont admiratifs !
Bravo !



Article de l'Indépendant

[Culture et loisirs](#), [Expositions](#), [Aude](#), [Narbonne](#)

Publié le 04/03/2026

Par [Samuel Mourier](#)

28 artistes, une quarantaine d'œuvres... Les couleurs d'une association s'affichent à Narbonne



Un vernissage sous le signe de la bonne humeur

La section peinture de l'ATLEP expose ses œuvres dans l'espace exposition de l'antenne du Département pendant tout le mois de mars

Mardi 3 mars à 18 h à l'antenne du Département, l'ATLEP – Association Tourisme Loisirs et Éducation Populaire – ouvrirait, jusqu'au 27 mars, l'exposition des œuvres de ses "pinceaux". 28 artistes présentent des créations dans des techniques différentes, mais toutes très colorées. C'est ce que Patrick François, vice-président du conseil départemental en charge de la vie associative, des sports et de la culture a fait remarquer en ouvrant les prises de paroles : *"Cette exposition met de la couleur et nous donne de la bonne humeur"*. Depuis 2019, l'antenne du Conseil Départemental reçoit cette exposition qui, comme l'a fait remarquer Jean-Pierre Enjalbert, président de l'ATLEP, *"montre le savoir-faire des adhérents et comment la section peinture est en mouvement"*.



Un paysage d'automne sans tristesse



Parmi les toiles exposées : une scène de vendanges

Une quarantaine d'œuvres, sur des sujets divers, sont présentées par la section de cette association qui compte 668 membres et 100 bénévoles qui encadrent des activités variées qui vont des arts plastiques au yoga en passant par des cours de langues, du scrabble, de la lecture, des randonnées ou de la couture. On peut s'informer sur l'ATLEP sur son site <https://www.atlep.org/index.htm>



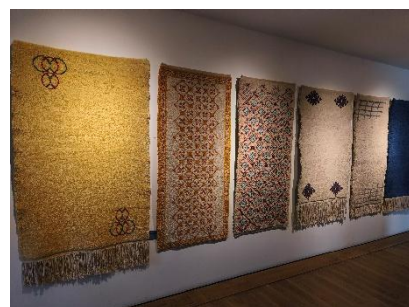
Sortie du jeudi 19 mars 2026 Lodève - St Guilhem Le Désert

Par Bernadette et Gérard

Départ 8h30 de Narbonne

Nous avons passé, aux dires de l'ensemble des participants, une magnifique journée avec le soleil, un très bon chauffeur, des guides sympathiques et surtout compétents, une restauration de bonne qualité, enfin des organisatrices aux petits soins pour nous.

LODÈVE : Visite de la Manufacture Nationale de la Savonnerie, lieu où sont tissés depuis 4 siècles de prestigieux tapis. La réalisation de ceux-ci se fait grâce à des petites mains nommées « lissières » ; artistes remarquables et performantes au plus haut point. La confection de ces tapis passe par différentes étapes et dure plusieurs années. Ils rejoignent tous des lieux prestigieux, en France et ailleurs.



SAINT GUILHEM LE DÉSERT : Après le repas, visite du village de Saint Guilhem Le



Désert et de l'Abbaye de Gellone fondée en 804 par Saint Guilhem, cousin germain de Charlemagne. Véritable chef d'œuvre d'architecture qui a résisté aux affres du temps et des conflits, elle renferme deux reliques : Un petit morceau de la vraie croix du Christ et la Relique de Saint Guilhem.

Après la visite, quartier libre, passage obligé sur la place du village où trône un majestueux platane âgé de plus de 150 ans.

Le groupe a flâné ensuite dans ce beau village médiéval classé au Patrimoine Mondial de l'Unesco (Le chemin de Saint Jacques de Compostelle passe aussi par ici...)



Petite anecdote : Les habitants de St Guilhem s'appellent les Saute-Rocs ou Saute-Rochers en rapport avec l'enclave historique.

Enfin, certains profitent de faire quelques emplettes (raisonnables bien sûr) avant de repartir.

Retour à Narbonne vers 19h



LA SAVOIE

21 au 26 septembre 2026

JOUR 1 : VOTRE RÉGION - LA SAVOIE

Rendez-vous avec notre autocar à Narbonne et départ en direction la Savoie. Déjeuner en cours de route au restaurant. Arrivée en fin d'après-midi au village de vacances. Installation pour le séjour. Réunion d'accueil avec un apéritif de bienvenue. Dîner logement

JOUR 2 : LA CLUSAZ - CAVE D'AFFINAGE - ANNECY (130 km)



Petit-déjeuner départ avec le guide **vers La Clusaz**, station célèbre du Massif des Aravis ; puis **ascension du Col de la Croix Fry** où vous pourrez apprécier une station moderne de sport d'hiver. Ensuite descente dans le massif pour **une visite de cave d'affinage** : présentation et **dégustation des fromages** de la région.

Déjeuner à la résidence

L'après-midi départ vers Annecy appelée également la Venise savoyarde. Visite panoramique des abords du lac puis guidée à pied de la vieille ville d'Annecy et de son château, situé à proximité d'un des plus beaux lacs des Alpes. **Ou avec supplément possibilité de remplacer le château par une croisière d'1h sur le lac** Retour à la résidence dîner logement.



JOUR 3 : CHAMONIX - MER DE GLACE (150 km)



Petit déjeuner et départ avec le guide pour la journée à Chamonix, capitale française de l'alpinisme. **Visite de Chamonix en petit train. Déjeuner au restaurant à Chamonix avec menu typique**

L'après-midi **Visite de la Mer de Glace** en empruntant **le petit train à crémaillère de Montenvers** qui permet d'avoir une vue admirable sur le glacier. A l'arrivée du train de Montenvers, outre le magnifique panorama à découvrir et à apprécier, vous pourrez découvrir **le glaciarium**, espace dédié à la glaciologie et **l'exposition « Le Temple de la Nature »**, ainsi que **le musée du Montenvers** qui retrace l'histoire du célèbre petit train et la conquête des glaciers.

Retour à la résidence dîner logement

JOUR 4 : CHAMBERY - AIX LES BAINS - HAUTECOMBE

Petit-déjeuner. Départ avec le guide pour la journée en direction de Chambéry, surnommée « la cité des ducs » **Visite guidée de Chambéry**, ville d'art et d'histoire ou le réseau des traboules est une véritable curiosité. Départ en direction **Aix les Bains**, grande station thermale et important centre touristique.

Déjeuner au restaurant à Aix les Bains avec menu traditionnel L'étape de l'après-midi vous emmènera à l'Abbaye de Hautecombe qui s'effectuera par voie lacustre en embarquant à Aix les bains pour une **traversée sur le Lac du Bourget** qui vous conduira au pied de l'Abbaye.

Visite de l'abbaye de Hautecombe qui domine superbement le lac et qui abrite les tombeaux des princes de la Maison de Savoie.

Retour à la résidence. Dîner logement

JOUR 5 : LAC LEMAN- GENÈVE - YVOIRE (170 km)



Petit déjeuner et départ avec le guide pour la journée par les Gorges du Borne, direction Genève. Genève est une cité internationale, située au bord du Lac Léman dont les rives sont merveilleuses avec leurs jets d'eau et leur cadre de verdure et de montagne. Mais Genève est restée aussi la ville de Calvin.

Visite guidée panoramique de Genève : ses monuments, ses nombreux parcs et jardins, le célèbre "jet d'eau" de 145 m de haut et l'extérieur du palais de l'O.N.U.

Déjeuner au restaurant avec menu typique

Continuation vers **Yvoire** qui a su conserver le cachet de l'époque médiévale grâce à ses remparts du XIVème siècle et à ses maisons du Moyen-âge. Visite guidée du village. Dîner logement

JOUR 6 : RETOUR DANS VOTRE REGION

Petit-déjeuner et retour dans votre région. Déjeuner au restaurant en cours de route. Arrivée à Narbonne en fin de journée

LA SAVOIE

21 au 26 septembre 2026

TARIF ET INSCRIPTIONS

BASE PARTICIPANTS	PRIX TOTAL PAR PERSONNE
35 - 39 personnes	890 €

	1 ^{er} paiement avant le 20 mars	2 ^{ème} paiement Lundi 18 mai	Solde Jeudi 18 juin
Chambre double ou twin	287 €	287 €	Communiqué En avril, selon le nombre d'inscrits
Chambre individuelle	423 € (287+136)	287 €	Communiqué En avril, selon le nombre d'inscrits

- **Inscriptions avant le 20 mars au local de l'Atlep ou par carte bleue en ligne, en suivant ce lien : <https://www.payasso.fr/atlep/voyage-savoie-acompte-1> Avec premier paiement de 287 €**
- **2^{ème} paiement de 287 € lundi 18 mai 2026 de 9h30 à 12h**
- **Règlement du solde (avec ajustement du prix qui sera précisé en fonction du nombre d'inscrits) jeudi 18 juin 2026 de 9h30 à 12h**

LE PRIX COMPREND :

Le transport en autocar Grand Tourisme au départ de votre région
Le logement en chambre double
Le linge de toilette fourni à l'arrivée et changé une fois au cours du séjour
La pension complète du déjeuner du 1^{er} jour au déjeuner du 6^{ème} jour, le café aux déjeuners
Le déjeuner du jour 2 à la résidence de vacances
Les déjeuners en route le jour 1 et le jour 6 au restaurant (1/4 de vin et café)
Les déjeuners en restaurant les jours 3, 4 et 5 avec un menu supérieur comprenant des plats de spécialités locales (1/4 de vin et café)
Un guide du jour 2 au jour 5
Les visites guidées : Annecy et son château à pied, Chamonix en petit train, la mer de glace en train à crémaillères, le glacierium, le musée de Montenvers, Chambéry, Abbaye de Hautecombe, Genève et Yvoire
Découverte de la Clusaz, du Col de la Croix du Fry et d'Aix les Bains.
Visite et dégustation d'une cave d'affinage.
Assurance assistance rapatriement et annulation

LE PRIX NE COMPREND PAS :

Le supplément en chambre individuelle : 136 € par personne pour le séjour
Toute prestation non mentionnée
Supplément croisière (1h) l'après-midi sur le Lac d'Annecy à la place de la visite guidée du Château : 10 € par personne

FORMALITÉS POUR GENÈVE :
Carte Nationale d'Identité ou passeport valide





Mozart et l'opéra au Siècle des Lumières

Par Martine Vidal - Sylvie Vilacèque au chant

Samedi 11 avril
15h

Salle Lacroix du Palais du Travail

Martine Vidal sera la conférencière et accompagnera au piano Sylvie Vilacèque soprano. Elles interpréteront quelques morceaux choisis. A travers 4 opéras emblématiques, nous verrons ce que Mozart apporte de nouveau au genre et comment les idées du Siècle des Lumières se répandent dans sa musique.

Voilà déjà plusieurs années que ce duo nous offre de mieux connaître des secteurs choisis de musique illustrés en direct par des extraits chantés. Les conférences avec chant sur Offenbach en 2024, et celle sur la musique Baroque en 2025, nous ont laissées un grand souvenir !

Martine Vidal est musicologue et musicienne, elle dirige la chorale *le chiffon rouge*.

Sylvie Vilacèque est professeur de chant lyrique, elle dirige la chorale *Via Lyrica*



Conférence UPN

Vendredi 10 avril, 18h, Espace média

Pourquoi tant de haine ? Par Annie Coll, philosophe



Atelier Lecture

Mercrèdi 8 Avrìl

14h30

Un livre au choix, de
L'auteur Boualem Sansal



Jeux d'Écriture

Mercrèdi 8 avrìl

16h00

Théâtre Saison 2025 - 2026

Avec l'arrivée du printemps, l'envie de sortir... d'aller au théâtre !

Ne manquez pas : « Scènes de la vie conjugale » de Bergman avec Romane Bohringer, Stanislas Nordey

Ne tardez pas à vous inscrire !

Date	Spectacle	Style - artiste	Réserver avant le	Prix	Informations importantes
Jeu 02/04 à 20h	Scènes de la vie conjugale	Théâtre - Adapté d'Ingmar Bergman par Christophe Pertou Avec Romane Bohringer	Renseignez-vous au local	22 €	
Mar 07/04 à 20h	Maldonne	Danse - Leïla Ka - Ballet saisissant sur les solidarités féminines	Renseignez-vous au local	13 €	
Sam 11/04 à 18h	Faune	Cirque - Danse - Cie Libertivore	Renseignez-vous au local	7 €	18h à l'Abbaye de Fontfroide
Mer 13/05 à 20h	Paradox	Danse - Cabaret - Loriane Wagner Cie Portes Sud	20-Avril	13 €	
Jeu 28/05 à 20h	Orchestre Divertimento	Musique - Cosmopoles, de l'aurore au Zenith - Zahia Ziouani et 60 musiciens	04-Mai	22 €	
Ven 12/06 à 20h	Rodrigo Cuevas	Musique - Agitateur folklorique	18-Mai	7 €	
Sam 13/06 à 22h	Croire aux fauves	Théâtre en espace public - Cie des Arts Oseurs	18-Mai	Gratuit	22h à Rayssac sur Lampy - Bus départ théâtre à 19h30 - 10 € aller/retour

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.

RANDONNÉE DU DIMANCHE À JOURNÉE

Chacun est responsable de son équipement et de son confort

Date	Lieu	RDV	Distance	Animateurs
12/04/2026	La Palme et Port la Nouvelle	Parking parc des expositions	16 kms	Martine R.

Envie de rejoindre l'aventure ? Faites-le moi savoir !

07 67 06 29 71

Merci pour votre retour,
Martine Robert





Dès la reprise des marches du dimanche, vous devrez consulter le bulletin mensuel pour votre planning.

Vous ne recevrez plus de rappel par SMS comme l'an passé.

Pour tout renseignement sur la marche, s'adresser à la personne qui guide ce jour-là, et dont les coordonnées sont sur le bulletin.

Venez avec votre véhicule. Le covoiturage se fera (à tour de rôle dans la mesure du possible) sur le parking du théâtre à 13h50 pour un départ à 14h00. Prévoir la monnaie pour le défraiement.

Certificat médical obligatoire

Joselyne Souroubille

DATE	LIEU	ACCOMPAGNATEURS du jour
12/04	La Tour d'Escales	Brigitte, Danièle

Rendez-vous : PARKING DU THÉÂTRE 13h50 - Départ 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
Danièle LAJARA		06 86 14 11 28
Xavier Bonnet		06 13 49 37 92
Nadine CHEURET	Serre-file	06 08 84 48 67
Dominique LEBLANC	Serre-file	06 95 48 32 04





MARDI ET JEUDI

Si vous voulez participer aux randonnées du mardi ou du jeudi, pensez à vous faire inscrire sur notre liste de diffusion. Nous vous enverrons tous les lundis un SMS avec les précisions sur les marches de la semaine. Ces SMS sont importants car ils vous informent des changements éventuels (lieu de Rdv, lieu de la randonnée, accompagnateurs, annulation...) Si vous avez précisé votre participation dès votre adhésion, vous êtes enregistré automatiquement. **Si vous décidez de faire des randonnées en cours d'année, il faut le signaler au secrétariat afin d'être ajouté à cette liste.**

Si vous ne recevez pas les messages, ou si vous avez changé de numéro contactez le secrétariat au 04 68 90 66 34 ou atlep@orange.fr.

Exceptionnellement, si vous voulez rejoindre le lieu de départ de la marche directement, sans passer par le Rdv, renseignez-vous impérativement auprès de l'accompagnateur du jour avant de partir. Les numéros de téléphone des accompagnateurs ou responsables sont indiqués dans le bulletin mensuel.

Merci, et bonne randonnée !

MARDI APRÈS-MIDI

DATE	LIEU	RENDEZ-VOUS	DISTANCE	ACCOMPAGNATEURS
07/04	Saint Nazaire Ginestas	St Jean St Pierre	7/8 km	Marie, Jean-Louis, Henri, Roger
14/04	Gruissan Les Auzils	Parc des Expos	8 km	Éric, Marie Jean-Louis, Henri, Roger

JEUDI APRÈS-MIDI

DATE	LIEU	RDV	DISTANCE	ANIMATEURS
02/04/2026	L'Oustalet	Parking parc des expositions	9kms	Martine R, Nelly Martine A
09/04/2026	Fontfroide	Parking st jean st Pierre	9kms	Martine R, Nelly Martine A
16/04/2026	Les collines des Hauts de Narbonne	Parking st jean st Pierre	9kms	Martine R, Nelly Martine A
<i>Et pendant les vacances ...</i>				
23/04/2026	La clape	Parking parc des expositions	9kms	Martine R.
30/04/2026	Fleury	Parking parc des expositions	9kms	Martine R.






ACCOMPAGNATEURS DES MARCHES DU MARDI ET JEUDI

Marie QUEROL MARDI	04 68 41 55 03 ou 06 87 27 66 06
Martine ROBERT JEUDI	07 67 06 29 71
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
Éric MARTINEZ	07 54 37 69 10
Martine AGUILA	06 86 46 15 09
Jean-Louis BONNET	Accompagnateur - Serre-file
Henri BOURREL	Accompagnateur - Serre-file
Roger BINETTI	Accompagnateur - Serre-file



SORTIES A LA JOURNÉE PROGRAMME DU MERCREDI

Date et lieux	Départ itinéraires	Difficultés, durée	Animateurs
Le 01/04/2026 Cabrespine Heure de départ Narbonne : 8h	Accès Narbonne , Villedaigne, La Redorte, Rieux puis Peyriac Minervois, Villeneuve Minervois, Cabrespine Parking : A droite et à gauche sur la route de Castans et Pradelles	Randonnée : les avants monts de la montagne noire, des panoramas superbes sur les Pyrénées Longueur : 18km Dénivelé+ : 800 m Durée : 6h	André M et Jean Pierre 
Le 08/04/2026 Quintillan Heure de départ Narbonne : 8h	Accès Narbonne , Prat de Cest, Portel, Durban, Villeneuve des C. puis Quintillan (prévoir 1h) Parking : en arrivant prendre la direction de Palairac puis à 100m sur la gauche parking devant la cave coop.	Randonnée : Pinèdes et garrigues, beaux panoramas. A noter une montée raide, bâtons conseillés Longueur : 14,4km Dénivelé+ : 525 m Durée 5h	Régis et Jacques B 
Le 15/04/2026 Ansignan Heure de départ Narbonne : 8h	Accès Narbonne , A9, sortie Perpignan nord, Estagel, La tour de France, Rasiguères, Ansignan (prévoir 1h20) Parking : à Préciser	Randonnée : Le long de l'Agly L'aqueduc romain, le village de St Arnac et le pic Vergès Longueur : 15 km Dénivelé+ : 450 m Durée : 5h30	Alain G, Joël et Jacques C 

Accompagnateurs Randos Mercredi

<i>Jean-Pierre ENJALBERT</i>	06 74 97 67 02
<i>Jacques BILLAUD</i>	06 86 87 18 73
<i>Joël CLIMENT</i>	06 46 09 09 65 ou 04 68 45 27 48
<i>Joël GRAND</i>	06 20 32 84 42
<i>Alain GIRARD</i>	06 08 74 89 77 ou 04 68 45 33 50
<i>Alain MARIS</i>	07 50 07 49 12
<i>Jacques CODINA</i>	06 80 93 18 78
<i>André PALAYRET</i>	06 32 31 07 84
<i>Régis RAUX</i>	06 03 44 56 41 ou 04 68 41 44 11
<i>Michel BOUTEILLE</i>	06 01 78 28 39
<i>André MARRE</i>	06 81 57 66 29
<i>Jean-Michel SAUGET</i>	Photos

Le lieu de rendez-vous est le parking du boulodrome en face de l'ARENA 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 ci-dessus est le lieu officiel des départs.
Un mail vous sera envoyé en cas de modification

