



Voyage « étonnant » au Sénégal : rendez-vous aux pages 4 & 5

Gazette ADAPR

Vous avez dit Gazette ?

Le Conseil d'administration ayant pris la décision de moderniser et, mieux encore, de donner "un second souffle" à son Bulletin d'information, un nouveau titre fut adopté en un tour de table d'où sortit vainqueur, à peu de voix près, "Gazette ADAPR". Volonté affichée d'aller au delà du Bulletin actuel, en créant de nouvelles rubriques, en publiant des reportages sur les ateliers, leurs participants et leurs animateurs. Bref, en devenant un vrai journal ! Pour le plus grand plaisir du vieux journaliste que je serai toujours, n'oubliant pas que la première feuille d'informations créée en 1631 par Théophraste Renaudot fut baptisée "La Gazette".

Même si d'aucuns pourraient dire qu'une gazette, devenue désuète, n'est qu'une sottise bavarde, une méchante concierge, pire encore, une drôle de pipelette ! Grammaticalement et sémantiquement rigoureusement exact, mais il est alors nécessaire de rappeler que le journal récurrent des aventures mondialement

triomphantes d'Harry Potter s'appelle La Gazette. Et qu'en Italie et en Belgique, les quotidiens sont des... gazettes. Sans oublier de rappeler à tous ceux qui ont l'âge de s'en souvenir, qu'un célèbre journal d'Avignon, que nous eûmes le bonheur de lire jusqu'en 2002, s'appelait "La Gazette Provençale".

La Gazette ADAPR est donc bien née pour succéder à notre bon vieux Bulletin. Avec davantage d'infos et d'actus, ouvertes à vous tous et pour vous tous.

Bernard LASSEIGNE.



Pensez à ...

- ✓ Il n'y aura **ni repas mensuel ni conférence en mars**. Patientons encore un peu. L'horizon s'éclaircit...
- ✓ Le voyage en **Normandie est reporté**. Mais en page 6, nous vous proposons deux séjours : **les lacs et les montagnes de Savoie** et/ou **les lacs italiens (lac Majeur et Îles Borromées)**.



Activités Culturelles

Les Sorties

« La culture, c'est la lumière du passé dans les mains du présent pour éclairer le futur » Léon Litchie

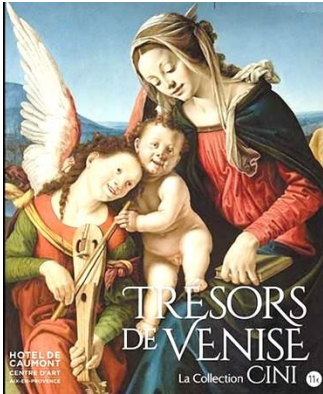
Lundi 7 mars à 9h30 au foyer : réunion de la commission culturelle

Lundi 7 mars à 14h : Hôtels particuliers d'Avignon. Visite guidée pour un 2^{ème} groupe (complet)

Rendez-vous à 13h45 devant l'église St. Didier. Participation : 20€

Une 3^{ème} visite sera programmée en avril ou mai

Lundi 21 mars : Journée en car à Aix en Provence



8h30 : départ de la mairie des Angles

10h15 et 10h35 : Hôtel de Caumont, rue Cabassol. 2 groupes de visite guidée de l'exposition : « **Trésors de Venise** » de la collection Cini couvrant 4 siècles d'art italien (primitifs et Renaissance) Des tableaux mais aussi des sculptures, des porcelaines, ivoires, etc..

12h : retour au car pour aller au restaurant « Villa Divina » en périphérie d'Aix

15h : **Confiserie du Roi René.** Visite guidée de cette fabrique de calissons, de sa boutique et de ses jardins en ce premier jour du printemps

17h : départ pour le retour aux Angles



Prix de cette journée : 65€ limitée à 40 participants

S'inscrire à A.Defretin au 04.90.25.57.80 ou 06.11.97.47.71

Puis régler par chèque au foyer le mardi 15 mars entre 14 et 17h

Jeudi 31 mars à 14h30 : Monastère de St. Paul de Mausole. 2, Chemin vicinal des Carrières à St. Rémy de Provence (juste avant le Glanum)



Déplacement en voitures particulières

Visite guidée de ce chef-d'œuvre de l'art roman provençal avec son cloître du XI^{ème} siècle et son jardin. On verra une reconstitution de la chambre de Van Gogh qui fut soigné là pendant 1 an.



Participation : 10€ Groupe limité à 30

S'inscrire à A.Defretin au 04.90.25.57.80 ou 06.11.97.47.71

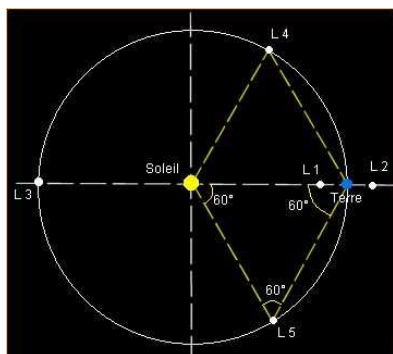
Sortie conseillée

La conférence gratuite d'1h au musée de Villeneuve le **vendredi 18 mars à 14h30**

« Des poupées Kachina amérindiennes »

Astronomie

QU'EST CE QUE LE JAMES WEBB ?



C'est le plus gros et le plus puissant engin d'observation jamais envoyé dans l'espace et c'est le 25 Décembre 2021 que ce "monstre" échafaudé par la NASA, l'ESA et l'ESC (l'agence canadienne) a été envoyé dans l'espace à bord d'Ariane 5 pour rallier sa "place de parking" situé

à 1,5 millions de km de la Terre : le point de L2, seul point qui se situe de l'autre côté de la Terre par rapport au Soleil. Le James Webb sera ainsi protégé des dards de notre étoile et à l'abri de l'attraction gravitationnelle du Soleil et de notre planète qui se compensent et pourra observer l'espace lointain en toute tranquillité !

... Malheureusement à cette distance, il sera impossible de réparer, ravitailler ou améliorer le télescope.

L'intégralité de cet article préparé par Geneviève Anglès, est accessible sur le site Internet de l'ADAPR à la rubrique ACTIVITÉS

Deux télescopes à la loupe	
Hubble	James-Webb
	
Distance avec la Terre	
570 kilomètres	1,5 million de km
Surface du miroir principal	
4 m ²	25 m ²
Lumière et longueurs d'onde captées	
Ultraviolet, lumière visible et proche infrarouge	De l'orange à l'infrarouge moyen
Coût total (en dollars)	
1,5 milliard	9,7 milliards

Atelier d'écriture

L'écriture rend vrai ce qui est inventé et irréaliste la réalité...

Denise nous a demandé de faire un acrostiche avec le mot : **ECRITURE**

Un acrostiche est un poème ou une strophe où les initiales de chaque vers lu dans le sens vertical composent un nom ou un mot-clé

Ecrire, c'est se révéler

Conter et raconter ses rêves

Retransmettre son vécu

Inventer des possibles

Trouver les mots

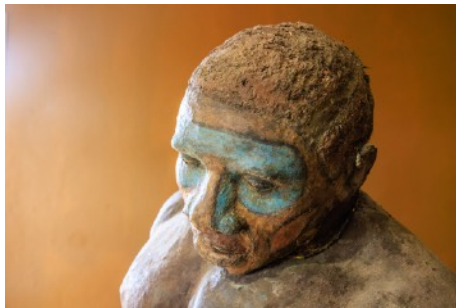
Utiliser ses expériences

Revivre certains moments

Être capable d'inventer et rendre la réalité irréaliste



A vous de jouer ! Le comité de rédaction choisira 3 acrostiches qui seront publiés dans le prochain bulletin - Les gagnants recevront (probablement) un petit cadeau...



Musée Ousmane SOW



Île de Gorée



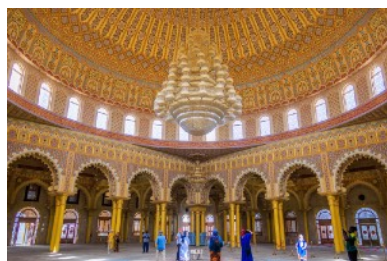
Monument de la Renaissance Africaine



Palais Présidentiel



Messe dominicale de Nianing



Mosquée de Dakar.



Île aux coquillages

Le Sénégal est entré dans ma vie depuis un certain nombre d'années mais je n'avais jusqu'à présent jamais partagé cela avec un groupe pendant 10 jours. Je ne sais pas si j'ai été particulièrement gâtée, pour une première expérience, par la qualité des personnes participant à ce voyage, mais il est certain que j'en retire une saveur nouvelle et de très bons souvenirs.

C'est étonnant comme les endroits connus prennent une autre couleur, se montrent à vous différemment, vous procurent des sensations différentes lorsqu'on les partage.

Je me suis lancée dans ce projet kamikaze en cette période de pandémie et je dois dire que le chemin n'a pas toujours été simple.

Je dois reconnaître que ce projet n'aurait pas vu le jour si je n'avais pas eu à mes côtés notre fantastique guide Jean Philippe, mon ami depuis longtemps qui d'année en année m'a fait découvrir et aimer son pays.

Chaque participant pourra vous parler de son professionnalisme, de sa gentillesse, de sa disponibilité et de ses qualités humaines.

J'ai pu aussi compter sur l'enthousiasme et le soutien de notre Président quand je lui ai présenté mon idée.

C'est cet ensemble de positivités et un peu mon énergie à élaborer ce circuit qui font qu'aujourd'hui nous pouvons vous raconter, un peu notre voyage.

Je dis un peu, parce que nous avons en projet la projection d'un film (en cours de réalisation), une exposition de photos et nous l'espérons une conférence sur le Sénégal, sa culture et ses différentes ethnies.

Pour résumer, je dirais que ce voyage sera classé dans ma mémoire 5 étoiles pour son ambiance. Merci à tous pour votre curiosité, votre gentillesse, votre bonne humeur, votre tolérance et votre ouverture d'esprit.

Je vous sais partants pour de nouvelles aventures au pays de la Teranga.

De ce fait nous sommes en train d'élaborer un programme sur le sud du Sénégal sur deux semaines, et le programme de cette année « Découverte du Sénégal » restera inscrit, je l'espère, au programme des voyages de l'ADAPR pour 2023.

Bien à vous

Solange

SÉNÉGAL



Le désert de Loumpoul



Quel bonheur, quel plaisir que ce séjour au Sénégal ! Notre petit groupe (9 membres de l'ADAPR, un guide de qualité et un chauffeur aux petits soins) a découvert la région de Dakar avec un regard tout à fait exceptionnel. Je le dis d'autant plus sincèrement que ce n'est pas mon premier voyage en petit groupe dans des pays très attractifs. Mais là, grâce à une préparation méticuleuse réalisée par Solange, membre ADAPR, et Jean-Philippe notre guide et conférencier, nous avons rencontré le Sénégal, ses traditions, ses religions, son histoire. Ce "voyage" mérite vraiment d'être réédité. Je souhaite que les photos qui illustrent ces 2 pages vous en donnent un aperçu. Allez voir aussi sur le site. Ce serait formidable que Jean-Philippe réussisse à venir passer quelques jours ici et à partager avec les membres de l'ADAPR qui le souhaitent sa vision passionnée du Sénégal.

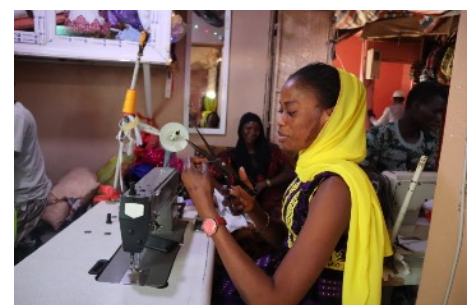
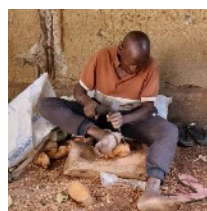
Dominique



Retour de pêche



Le lac Resta ou lac rose



CIRCUITS à partager, découvrir

Lacset montagnes de Savoie : Programme circuit accompagné 6 jours/5 nuits

ANNECY - CHAMONIX - AIX LES BAINS** - COLS ALPINS - LA CLUSAZ - SAMOËNS****

LES POINTS FORTS DU CIRCUIT

La situation exceptionnelle de la confortable résidence «Forgeassoud» au cœur d'un authentique décor savoyard.

Des saveurs régionales : dégustation et cuisine locale.

Les animations quotidiennes en soirée.

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement à la résidence de vacances en chambre double.
- Tous les repas du dîner du jour 1 au petit déjeuner du jour 6.
- Les boissons aux repas (café à midi, 1/4 de vin).
- Les animations en soirée : danse, cabaret, diaporama, jeux, karaoké...
- Les services d'un accompagnateur Verdié durant tout le programme.
- Les services d'un guide-accompagnateur local en demi-journée les jours 2 et 4.
- L'assurance assistance/rapatriement.



A partir de 660€/personne

Inscriptions dès le mardi 1 mars et au plus tard pour le 8 mars pour les deux circuits (Foyer ADAPR ou messagerie)

Lac Majeur et Iles Borromées : Programme circuit accompagné 5 jours/4 nuits



LES POINTS FORTS DU CIRCUIT :

- *Itinéraires panoramiques en autocar et en train, longeant le lac d'Orta et le lac Majeur, des navigations sur le charmant lac Majeur et sur le lac d'Orta.*
- *La découverte de l'archipel des îles Borromées avec ses magnifiques jardins & palais, des stations luxueuses de Stresa, Locarno en Suisse et du luxuriant jardin de la Villa Taranto.*
- *Le trajet en train panoramique jusqu'à Locarno.*

LE PRIX COMPREND

Le transport en autocar de tourisme, Le logement base chambre double (4 nuits) en **hôtel 3*** dans la région du lac Majeur**, La taxe de séjour à l'hôtel, La **pension complète** du déjeuner du premier jour au déjeuner du dernier jour, Les **boissons aux repas** (1/4 d'eau et 1/4 de vin par repas en Italie et 1/4 de vin les jours 1 et 5).

Les excursions et visites mentionnées au programme avec **un guide local parlant français**.

La promenade en bateau privé vers les îles Borromées et les entrées aux Palais et Jardins d'Isola Bella et Isola Madré, la promenade panoramique en train, l'entrée aux jardins de la **Villa Taranto à Pallanza**.

La promenade en **bateau sur le lac d'Orta** et la **visite de l'île de San Giulio**.

Les assurances assistance et rapatriement offertes.

Un carnet de voyage par couple ou par personne individuelle.

A partir de 750 € /personne

Randonnées de Mars

Groupe A

RV au Forum à 8h45

Mardi 1 : Estezargues, crêtes et vallons 30

Francis Clavel 06 72 02 84 81

12 km et 210m de dénivelé. Covoiturage 2€

Mardi 8 : Maussane Les Baux 13

Yolande Hérin 06 34 37 53 29

14 km et 300m de dénivelé. Covoiturage 5€

Mardi 15 : La plaine de Fournes 30

Robert Astier 07 84 97 92 28

13,5km et dénivelé de 90m. Covoiturage 3€

Mardi 22 : Colombier Sabran

Sylvie Brémond 06 87 97 10 09

13km et 350m de dénivelé. Covoiturage 6€

Mardi 29 : Lèdenon Cante Perdris

Francis Clavel 06 72 02 84 81

13km et 120m de dénivelé. Covoiturage 3€

Groupe B

RV au Forum à 8h15

Mardi 1 : La Roque Alric 84

François Boher 06 34 90 56 18

14 km et 350m de dénivelé. Covoiturage 7€

Mardi 8 : Lamanon 13

François Boher 06 34 90 56 18

14 km et 350m de dénivelé. Covoiturage 8€

Mardi 15 : Vallon des Amants aux Baux

Michel Jourdan 06 71 64 39 33

14km et 450m de dénivelé. Covoiturage 8€

Mardi 22 : Uzès Vallée de l'Eure 30

Michel Jourdan 06 71 64 39 33

17km et 450m dénivelé. Covoiturage 4,50€

Mardi 29 : Russan Pont Saint Nicolas 30

Michel Jourdan 06 71 64 39 33

14km et 315m de dénivelé. Covoiturage 7€

Groupe C

RV au Forum à 7h45

Mardi 1 : Autour du Baroux. 84

Claire Mercier 06 16 07 80 07

13km et dénivelé de 500m. Covoiturage 7€

Mardi 8 : Saumane Valescure. 84

Michel O'Byrne 06 61 99 25 25

14 km et dénivelé de 550m. Covoiturage 6,50€

Mardi 15 : La Sénancole Gordes. 84

Claire Mercier 06 16 07 80 07

15km et dénivelé de 600m. Covoiturage 10€

Mardi 22 : La Combe Curnier Ventoux. 84

Michel O'Byrne 06 61 99 25 25

12 km et dénivelé de 650m Covoiturage 7€

Mardi 29 : Barbentane Frigolet. 13

Claire Mercier 06 16 07 80 07

16km et dénivelé de 450m. Covoiturage 3€

Groupe D

RV au Forum à 7h45

Mardi 1 : Saignon. 84

Claude Beunardeau 06 32 71 93 08

19 km, dénivelé 800m. Covoiturage 10,50€

Mardi 8 : Beaumont du Ventoux. 84

Claude Beunardeau 06 32 71 93 08

18 km dénivelé 850m. Covoiturage 8,50€

Mardi 15 : Saint Saturnin d'Apt. 84

Claude Beunardeau 06 32 71 93 08

19 km et dénivelé 750m. Covoiturage : 8€

Mardi 22 : Venasque. 84

Claude Beunardeau 06 32 71 93 08

20 km et dénivelé 600m. Covoiturage : 7€

Mardi 29 : Mérindol Vallon de Sanguinette

Claude Beunardeau 06 32 71 93 08

20 km, dénivelé 750m. Covoiturage : 10,50€

Vous trouverez toutes les informations nécessaires sur le site « adapr.org »



Directeurs de Publication : Dominique Fernagu et Jean-Pierre Wirth

Rédacteur en Chef : Bernard Lasseigne

Secrétaires de Rédaction : Dominique Goëtz et Évelyne Martin

Ont également participé à la **Rédaction** : Annie Defretin, Denise Pilardeaux, Sylvie Bossard, Solange Cagnard, Claire Mercier, Lili Wirth et Martine Dubel.

Association de Détente et d'Accueil Pour les Retraités.

Locaux : 9 rue Voltaire aux Angles. Accueil les vendredis de 14h00 à 17h00

Contact : assoadapr@orange.fr

Tel. 04 32 70 08 14

Site internet : adapr.org

RENDEZ-VOUS CINEMA-THEATRE

par Bernard LASSEIGNE

Pour mener à bien une entreprise, certaines décisions sont parfois difficiles à prendre ! C'est ainsi que nous nous sommes retrouvés au pied du mur d'un choix, aboutissant à sélectionner les rôles du film préparé par les ateliers "théâtre" et "cinéma". Mais au terme de plusieurs répétitions, il fallut bien choisir... Nous avons finalement retenu sept interprètes, non sans mal, non sans hésitations, non sans regrets, tant il est vrai qu'une sélection se voulant pourtant objective, sera toujours subjective, donc... discutable !

Tous vont désormais devoir se familiariser avec leur texte avant d'affronter la caméra -cet obscur objet du désir- qu'ils n'ont encore jamais rencontrée. Quant au scénario du film, sans cesse revu et corrigé, pour mieux l'adapter aux personnalités des acteurs amateurs (ne l'oublions pas !), nous ne vous en dirons rien... pour l'instant ! En attendant la bande-annonce que vous pourrez voir à l'occasion du "printemps de l'ADAPR", le vendredi 3 juin.



De gauche à droite, Anne-Marie, Philippe, Geneviève (en haut),
Danièle, Henri, Michèle, René (en bas)

À propos des « Rendez-Vous Cinéma »

Nos rendez-vous du jeudi seront supprimés dès le mois de mars, jusqu'à la fin du tournage prévue en juin. Nos adhérents amateurs de cinéma pourront, dans la mesure du possible, assister aux prises de vues.



Souvenons-nous...

Trois fidèles de l'ADAPR nous ont quittés au cours de ces dernières semaines.

Jacques ROUX a été un artiste-photographe que nous avons le plaisir de rencontrer régulièrement dans les expositions. Il participait au côté de sa compagne, Madeleine Becamel, à de nombreuses manifestations de l'ADAPR.

Roger FRANÇON était un fidèle de nos réunions amicales. Son épouse, Danièle, était membre

du Conseil d'Administration et a à son actif l'organisation de nombreux voyages de l'association dès le mandat de Lucien Rubio.

Jacky TEYSSIER, grand sportif et coiffeur renommé d'Avignon, a assuré la vice-présidence de l'ADAPR pendant le mandat de Daniel Roblin. Il a longtemps encadré les randonnées. Son épouse, Jocelyne, a animé le Yoga.

Un grand merci à tous les trois pour leur engagement et nos pensées amicales à leurs épouses, à leurs familles, à leurs amis et aux membres de l'association qui les ont côtoyés.