



«Notre Gazette»

Le mois dernier nous vous avons présenté toutes les animations de ce dernier trimestre ; Avril nous a comblés avec une conférence sur le « Ventoux littéraire », d'une exceptionnelle qualité donnée par un conférencier tout aussi exceptionnel, Bernard Mondon. L'accompagnement musical de Del Fine, au son de sa cithare et de sa cornemuse provençale (instrument connu dans le bassin méditerranéen depuis environ 2000 ans) n'a fait qu'amplifier le sentiment de « moment suspendu, magique » éprouvé par les quelques 120 spectateurs tenus en haleine pendant plus d'une heure et demie.

Mai sera le mois de notre « printemps de l'ADAPR », évènement festif pour lequel nous vous attendons nombreux tout au long de la journée. (Pensez à réserver vos menus pour le food-truck).
Juin sera court, mais de nombreuses activités vous seront proposées sur les Angles.

Votre avis nous intéresse.

La rédaction de notre gazette est une activité chronophage pour la poignée de personnes qui s'y attèle chaque mois.

Nous le faisons avec enthousiasme mais nous aimerions connaître votre opinion à son sujet.

Pour cela nous avons élaboré un questionnaire. nous serions heureux si vous preniez quelques minutes pour y répondre afin de nous aider dans le montage et ainsi nous permettre de vous satisfaire au mieux.

Comment répondre au questionnaire ?

Un questionnaire au format papier est joint à l'intérieur de la gazette. Des exemplaires seront disponibles à la permanence. Vous pouvez également l'imprimer depuis le site de l'ADAPR.

Le formulaire rempli, pourra être déposé pendant les permanences ou dans la boîte à lettres au foyer.

Où déposer le questionnaire ?

Le formulaire rempli, pourra être déposé pendant les permanences ou dans la boîte à lettres au foyer.

Gisèle JAMMES
Vice-présidente

Christian PAZZI
Président ADAPR



Pensez à...

- ✓ **Repas fête des mères** : le **22 mai** (complet).
- ✓ **Printemps ADAPR** : le **29 mai**, inscriptions et commandes repas avant le **17 mai**, aux permanences.
- ✓ **Repas de Juin**: le **12 juin**, inscriptions avant le **28 mai**, aux permanences.

L'entretien du Mois

Guy Jespierre, entre informatique et rugby...



Joséphine Baker avait deux amours... Guy Jespierre, lui, a deux passions ! Mais, souvent, amour et passion se confondent jusqu'à devenir cet obscur objet du désir qui fait une vie.

"Je n'étais pas très brillant à l'école, confesse Guy dans un sourire un peu nostalgique, et j'ai quitté le lycée avant le bac pour suivre des cours de programmeur chez IBM..." Le jeune apprenti informaticien était alors loin d'imaginer, en 1965, qu'il débutait la longue histoire de sa vie professionnelle !

Une carrière entièrement consacrée à l'informatique pendant 40 ans, qui ne prendra fin qu'à l'heure de la retraite en 2005. Et de se souvenir que, dans les années 70, en plein essor de l'informatique, il a su apprendre et maîtriser au bon moment les mystères d'un système encore bien méconnu.

Longtemps en poste à Chartres et dans la banlieue parisienne, Guy, devenu contrôleur de gestion d'une compagnie d'assurance, dirigea plus tard la comptabilité informatique d'une entreprise, responsabilité qui l'envoya à... Avignon en 1981.

20 ans de rugby !

Mais, en marge de cette carrière linéaire, Guy cultivait une autre passion : *"J'ai joué pendant 20 ans au rugby"* dit-il avec fierté ! Et, le natif de Bayonne, homme habituellement si discret, de nous narrer tout à coup avec enthousiasme le bonheur des matches en 3ème division avec l'équipe de Chartres, et des voyages sportifs et festifs à l'autre bout du monde. *"Je jouais 3ème ligne aile, et comme je courais vite et que je faisais aussi du judo, sport très utile au rugby, j'étais un bon joueur, mais j'aurais tant aimé être un "grand" joueur !"*...

Désormais, Guy Jespierre qui avoue avec humour *"avoir pas mal grossi"* depuis que le rugby n'est plus qu'un bon souvenir, habitant Les Angles, a rejoint l'ADAPR surtout pour faire de la randonnée. Mais, très vite devenu responsable de la gestion du matériel informatique au sein du Conseil d'administration, il dispense aussi les cours d'initiation à l'ordinateur et à internet tellement appréciés par nos adhérents souvent en délicatesse avec l'informatique ! Et voici comment Guy Jespierre fut heureusement rattrapé par son destin...

Bernard LASSEIGNE.

13 questions à Guy JESPIERRE

Quel don de la nature aimerais-tu avoir ?

Respirer sous l'eau .

Que fais-tu quand tu ne fais rien ?

Je me repose.

Ton oiseau préféré ?

Le colibri et la frégate .

Ta fleur préférée ?

Le bougainvillier.

Le comble de la misère ?

La mort d'un enfant.

Qu'attends-tu de tes amis ?

Loyauté et franchise.

Qu'est-ce qui te fait rire ?

Les plaisanteries de bon goût, les rigolades entre amis.

Qu'est-ce qui te rend triste ?

La maladie.

Qu'est ce qui te met en colère ?

Les injustices.

Ton plus gros défaut ?

Ne pas toujours écouter les conseils judicieux.

Ton plus grand regret ?

Ne pas avoir été international de rugby .

De quoi as-tu peur ?

Mourir invalide.

Si tu n'étais pas toi, qui voudrais-tu être ?

Choix difficile, car ma femme dit que je suis le meilleur !.

Activités Culturelles

Les Sorties d'Annie



« Il faut cultiver son jardin » morale et fin du conte « Candide » de Voltaire

Lundi 6 mai à 9h30 au foyer : réunion de la commission culturelle

Mercredi 15 mai : Journée en car à Aubagne, en hommage à Marcel Pagnol

7h30 : départ de la mairie des Angles

Voir le programme de la journée sur la gazette d'avril

Le car est complet



Jeudi 23 mai à 15h : musée de la romanité, 6, rue de la République à Nîmes

Se garer au parking des Arènes

Visite guidée de l'exposition : « Achille et la guerre de Troie »

On va suivre la vie de ce héros légendaire au fil des représentations sur les Mosaïques, vases et sarcophages, jusqu'à sa mort par une flèche dans le talon. 100 œuvres qui rappellent cette épopée contée par Homère.

Cette visite sera suivie d'une « pause gourmande » (boisson et 4 pièces sucrées) à 16h30 au café du musée.

Participation : 20€ par chèque sur place



S'inscrire à A.Defretin au 04.90.25.57.80 ou 06.11.97.47.71



Jeudi 27 juin : Journée détente en Drôme provençale avec couscous

Voir le programme en page suivante

9h : départ de la mairie des Angles

Prix de cette journée : 57€



S'inscrire à A.Defretin

04.90.25.57.80 ou 06.11.97.47.71

à partir du jeudi 16 mai à 9h

Paiement par chèque le vendredi 7 juin à la permanence de 14 à 17h

Atelier Ecriture

Voici quelques « haïku », courts poèmes d'inspiration japonaise, créés à l'instigation de Denise

Amandiers en fleurs

Taillis enchantés d'oiseaux
Quand vient l'aubépine.

GUY

Mont Ventoux

Fuji Yama du pauvre provençal
Rêvant d'exotisme.

MARC

Petite cigale

Star éphémère
De la symphonie provençale

JEUDI 27 JUIN 2024

**JOURNEE DETENTE EN DROME PROVENCALE
SPECIALITE CULINAIRE : LE COUSCOUS**

* * * * *

9h 00 - Départ de la Mairie de Les Angles.

10h 30 - Visite libre du marché de NYONS et de son terroir.

Une vraie immersion en Provence.

12h 00 - Déjeuner au restaurant le Saint Victor à Mirabel-aux-Baronnies.

Restaurant créé en 1989, ancien Prieuré de Saint Victor fondé au IXème siècle qui tire son nom de l'abbaye de Saint Victor à Marseille à laquelle il était rattaché.

* * * * *

+++ MENU +++

Apéritif : le MIRO et ses amuses bouches

* * *

Couscous aux 5 légumes et ses trois viandes
(Boulette de bœuf, poulet et agneau)

* * *

Fromages

* * *

Salade d'oranges à la cannelle et pâtisseries Marocaines

* * *

Café

* * *

Vin rouge et rosé

* * * * *

14h 45 – Départ pour une visite guidée du musée archéologique du PEGUE et du village.

(En deux groupes) Ses monuments historiques et traces de la ville romaine qui a succédé l'occupation celtique de l'oppidum protohistorique.

Six mille ans d'histoire, découvertes faites sur la commune. Site majeur de l'âge de fer, il témoigne des premiers échanges des Celtes et des Grecs.

17h 15 - (environ) Retour vers Les Angles.

* * * * *

PRIX DE LA JOURNEE : 57 euros par personne.

INSCRIPTION : Auprès d'Annie DEFRETIN au 04.90.25.57.80 ou 06.11.97.47.71.

A partir du jeudi 16 Mai 2024 à 9h

REGLEMENT : A la permanence, le vendredi 7 Juin 2024 de 14h à 17h.

* * * * *

+++ VENEZ NOMBREUX ET JOYEUX +++

Le Printemps de l'ADAPR

MERCREDI 29 MAI - Le Forum salle Blanchard

RAPPEL

Ouverture des portes au public à 10h00

Remise à l'entrée d'une fiche pour le jeu sur « les Jeux Olympiques » avec explications. Les visiteurs feront le tour de chaque stand pour pouvoir répondre au questionnaire du jeu. La personne de permanence sur le stand devra parapher la fiche du participant. Après avoir rempli sa fiche il déposera son bulletin dans l'urne mise à disposition. La participation au jeu est entièrement gratuite.

1er lot : 1 chèque cadeau 60€

2ème lot: 40€

3ème lot: 1 coffret de vins.

Tombola au profit de l'association « Ton Jour-Ton Rêve » prix du billet **2.50€**.

Présentation par Yvan LATARD de son association.

1er lot, 1 repas pour 2 personnes avec coupe de champagne au restaurant La Tonnelle.

2ème lot, balade sur le Mireio.

3ème lot, 1 coffret de vins.

En cours de journée :

Démonstration d'un jeu de société extérieur le cornhole « (consiste à lancer des sacs remplis de maïs à travers un trou dans une planche inclinée), tout le monde peut venir jouer.

Un film de 5 minutes, réalisé par l'atelier « cinéma », sera projeté à 10h30, 11h30, 14h30, 15h30, 16h30.

A voir !

Fin de matinée à 12h30 (fermeture des portes)

Possibilité de restauration sur place

Un Food truck sera présent à l'extérieur pour déjeuner à partir de **12h**.

Voir le menu pour choix, réservation à faire avant le **17 mai** par mail assoadapr@orange.fr, ou au foyer.

Menu

Entrées (6€)

Flan d'aubergine et son coulis de tomates à la menthe.

Tarte aux légumes du printemps et mesclun.

Plats (15€)

Seiche marinée, grillée à la plancha accompagnée de pommes de terre au four, sauce raïto (sauce provençale, tomates, vin rouge, olives, câpres, piment).

Bœuf mariné à la moutarde à l'ancienne, ail et romarin, grillé à la plancha accompagné de pommes de terre au four.

Desserts (6€)

Panacotta au coulis de fruits rouges

Paris Brest

Vins et eaux offerts par l'ADAPR. Possibilité d'acheter un café directement au Food Truck.

Programme de l'après-midi 13h30. (Ouverture des portes)

Reprise de notre jeu, clôture vers **15h00**.

Vers **14h30** débiteront les animations artistiques « Théâtre, Danses en ligne, Musiciens, Chanteurs ».

Aux environs de **15h30** annonce des résultats du jeu et tirage de la tombola.

Fin de cette journée vers **18h00**

Conférences ADAPR

lundi 13 Mai - Le Forum salle Vian à 15h

«TOUT SAVOIR SUR LES ABEILLES et autres insectes pollinisateurs !»



Elie DUNAND

Mais qui sont les insectes pollinisateurs, indispensables à la vie de nombreuses espèces végétales, à l'agriculture, et à... l'homme ? Pas seulement les abeilles, dont tout le monde redoute une hypothétique disparition, mais aussi les guêpes, les frelons, les mouches, les fourmis, les papillons.

Apparus sur terre il y a 65 millions d'années, en même temps que les fleurs, ils ont largement contribué au développement de la biodiversité végétale !

Aujourd'hui ces insectes sont en danger, et mieux les connaître pour mieux les protéger est indispensable.

C'est pourquoi, au fil d'un "voyage" naturaliste et esthétique, Elie Dunand, agronome, et Philippe Croayne, photographe, seront heureux de partager avec vous les secrets de ce monde trop méconnu...



Philippe CROAYNE

Ouvert à tous, entrée libre.



Les Défis du Civisme 2024

Vendredi 07 Juin 2024 à 09h00

Salle du Foyer Restaurant, 9 Rue Voltaire

Mon défi : Le Code de la Route



Venez vous défier entre amis de l'ADAPR à l'épreuve officielle du Code de la route, sans prendre le risque de perdre les points de votre permis de conduire !

La Municipalité vous invite à faire le point sur vos connaissances, à découvrir les dernières nouveautés et le meilleur comportement à adopter sur la route.

Rendez-vous à 9h00 au Foyer-restaurant où une collation vous sera servie, puis une formation sera assurée par un moniteur de l'Auto Ecole ICAR et par Christian Sanciaume, Responsable de la Police municipale de Les Angles.

A l'issue de cette « mise à niveau », un questionnaire sera à compléter, illustré par les diapositives officielles de l'épreuve actuelle du Code de la route.

Réalisée dans une ambiance chaleureuse, soyez rassurés ! l'année dernière, 100 % des participants ont réussi cette épreuve qui se terminera vers 11h30.

Nombre de places limité à 15. Inscription auprès du secrétariat de l'ADAPR (par ordre d'arrivée). Renseignements auprès de la Police municipale : 04 32 70 00 67, de Laurent DAQUAI : 06 22 22 21 38 ou par mail à contact@lesangle30.fr

Laurent DAQUAI

Maire Adjoint en charge des Affaires générales
Du Civisme et de la Citoyenneté, de la Mobilité

(Possibilité de repas sur place en s'inscrivant auprès de Laura au foyer, 7€80 à l'ordre du Trésor Public)

Activités Sport et Détente

Randonnées de MAI

Groupe A - 8h45
RV J.REY

Mardi 07

Murs 84

Yolande Héran
Parking : mairie
Distance : 13. km Dénivelé 250m
Difficulté moyenne covoiturage **9€**

Mardi 14

Lagnes 84

Sylvie Brémond
Parking Mairie de Lagnes
Distance : 13 km Dénivelé 200m
Aucune difficulté Covoiturage **6€**

Mardi 21

Saint Laurent la Vernède

Robert Astier
Parking : rue du Lavoir place des
Platanes
Distance 12,5 km dénivelé 115m
facile covoiturage **7€**

Groupes B - 8h15
RV Forum

Mardi 07

Du Montagné au Château Pointu

Dominique Fernagu
Parking salle polyvalente VLA
Distance 14 km dénivelé 300m
Difficulté moyenne covoiturage **1€**

Mardi 14

La Combe Brune Ventoux 84

Michel Jourdan
Parking : Jas des Mélettes Ventoux
Distance 14 km dénivelé 350m
Difficulté moyenne covoiturage **9€**

Mardi 21

Pas de randonnée

Groupe C - 7h45
RV Forum

Mardi 07

Les Crêtes d'Arfuyen Le Barroux

Patrice Roubertie
Parking Abbaye Sainte Madeleine
Distance 15 km dénivelé 580m
Diff ; moyenne+ Covoiturage **7.5€**

Mardi 14

Col de la Frache, la Tune Ventoux

Claire Mercier
Parking du cerf route de Sault
Distance 17 km dénivelé 750m
Diff ; difficile + Covoiturage **9€**

Mardi 21

Les Concluses Lussan 30

Pascal Gaubert
Parking des Concluses ; au bout
de la D 643
Distance 13.5km Dénivelé : 430m
Difficulté moyenne covoiturage **9€**

Groupe D - 7h30
RV Forum

Mardi 07

Pas de randonnée

Mardi 14

Méthamis 84

Claude Beunardeau
Parking Eglise saint Pierre
Distance 20km dénivelé 680m
Diff. Moyenne Covoiturage **8€**

Mardi 21

La Bégude de Mazenc 26

Claude Beunardeau
Parking Gendarmerie entrée village
Distance 20 km dénivelé 900m
Difficulté moyenne covoiturage **15€**

Mardi 28

Randonnée festive à Rochefort du Gard pour tous les groupes.

Claude Beunardeau

RV 8h30 au Centre de Loisirs des Cigales route de Rochefort du Gard

Départ de la randonnée à 9h

distance 7,5Km et 180m de dénivelé

Pique-nique sucré-salé partagé aux Cigales à 12h30

la boisson est offerte par l'ADAP

Horaires : **Groupe A** RV 8h45, départ 9h– **Groupe B** RV 8h15 départ 8h30, **Groupe C** : RV 7h45 départ 8h, **Groupe D** : RV 7h30 départ 7h45
Parking J Rey pour le groupe A, **Forum** pour les 3 autres.

Programme des marches du jeudi

	mai-24				
	jeudi 2	jeudi 9	jeudi 16	jeudi 23	jeudi 30
Lieux de la marche	Orange	Barbantane	Roquemaure du village au pont bombardé	Beaucaire	St Laurent
Accompagnateur	Robert	Geneviève	Marie-Thérèse	Robert	Geneviève
Rendez-vous	13h30 Parking du Forum	13h30 Parking du Forum	13h30 Parking du Forum	13h30 Parking du Forum	13h30 Parking du Forum
Distance	6 km	6 km	6 km	6 k	6 km
Dénivelé	90 m	30 m	20 m	75 m	20 m
Difficulté	moyenne	facile	facile	moyenne	facile
Covoiturage	4,5 Euros	3 Euros	2,5 Euros	4,5 Euros	2,5 Euros

Pour des raisons de sécurité, le programme peut varier au dernier moment en fonction de la météo.

Convivialité

REPAS DE L'ADAPR

Le repas du 24 Avril avec les anniversaires.



Mercredi au foyer, remise des chocolats pour les dames et bouteilles pour les hommes, par Janine Montavit (trésorière adjointe), Gisèle Jammes (Vice-présidente) et Christian Pazzi (président). Les anniversaires fêtés sont ceux:

Venerina Bellucci, France Chaix, Marie-Françoise Floret, Françoise Guillerd, Claire Mercier, Simone Pierret, Renée Julia Ripert et Mrs Michel Armenier, Georges Audigier. Sont absents sur la photo, car souffrants ; Jeanine Barratin, Jocelyne Kremer, Guy Mathieu.

Le prochain et dernier repas de la saison est prévu le **12 Juin** (date limite d'inscription vendredi **28 Mai**, sous réserve de places disponibles) . Prix: **7€80**. Règlement par **chèque** à l'ordre du **Trésor public**.

REMUE MENINGES

Depuis février, le vendredi après-midi au foyer rue Voltaire, jour de détente et de permanences, un petit groupe de passionnés, se réunit pour jouer à la belote. Cette nouvelle activité menée par Brigitte Goguely, vient en complément des activités tarot et scrabble, dirigées par Marie-Jo et Maïté.

Cela se passe dans la bonne humeur et ces fidèles joueuses, joueurs, espèrent que la belote soit plus présente au sein de l'ADAPR, et réserveront un excellent accueil à de nouveaux amateurs.

N'hésitez pas à les rejoindre, il faut juste être adhérent, rien d'autre à payer.

Brigitte Goguely
responsable secteur Remue-Méninges.



Direction de la publication: Christian Pazzi et Gisèle Jammes

Rédaction en chef: Le comité de relecture

Concepteur-maquettiste: Philippe Pogemberg

Ont participé à la rédaction de cette GAZETTE: Gisèle Jammes, Annie et Gérard Defretin, Guy Mathieu, Claire Mercier, Robert Astier, Christian Pazzi, Bernard Lasseigne, Christian Aiguespares, Brigitte Goguely

Association de Détente et d'Accueil Pour les Retraités

Tél: 04 32 70 08 14, Locaux: 9 rue Voltaire aux Angles. Site: adapr.org

Contact pour la Gazette: assoadapr.gazette@orange.fr