



« Quel avenir pour nos petites-filles ? »

8 mars « journée internationale des DROITS DE LA FEMME » et non « journée de la femme »

Certes la situation des femmes varie considérablement d'un coin du globe à l'autre. En Afrique, en Asie, au Moyen-Orient, les femmes continuent de subir des discriminations légales et sociales. La violence domestique, les mariages forcés, l'accès limité à l'éducation ou encore les mutilations génitales sont des réalités pour des millions de femmes à travers le monde.

Qu'en est-il dans l'U E, dans des contrées beaucoup moins lointaines que celles citées précédemment, en matière de droit à disposer de leur corps ? Les européennes sont-elles mieux loties ? Rien n'est moins sûr ; 25 pays sur 27 ont reconnu le droit à l'avortement, la Pologne et Malte y mettent encore des conditions plus que restrictives. Quant au Luxembourg, à Chypre et à l'Irlande les femmes ont attendu les années 2014, 2018, 2019 pour pouvoir en bénéficier. Les violences domestiques ne faiblissent pas dans les pays européens et pour rappel, en France 122 homicides ont été commis en 2024.

Si en matière d'éducation, de participation à la vie professionnelle, si en politique les inégalités entre hommes et femmes se sont réduites en France et en Europe, l'égalité est loin d'être atteinte en termes de salaires. En effet, le salaire des femmes est en moyenne de 23 % inférieur à celui des hommes et plus on s'élève dans la hiérarchie plus les écarts augmentent ; 18 % de moins pour les femmes cadres, chiffres de l'observatoire -français- des inégalités.

Que vont devenir nos petites filles ? Si au fil des années les femmes ont remporté quelques victoires dans leur lutte pour l'égalité des droits, il est actuellement légitime de se poser la question face à la montée des mouvements politiques réactionnaires souvent portés par des idées conservatrices ou religieuses qui remettent en cause les acquis des dernières années et s'attaquent directement aux fondements des luttes féministes. De plus, le féminisme est qualifié de menace pour les valeurs traditionnelles et fait l'objet de débats politiques tendus. Certains gouvernements tentent de réduire des droits acquis dans les dernières décennies ; droit à l'avortement, l'accès à la contraception, l'égalité de salaires, la lutte contre les violences sexistes. Ce retour en arrière soulève des questions capitales pour l'avenir de nos filles et petites-filles, telles que celles de leur autonomie, de leurs droits à disposer de leur corps, de leurs choix professionnels et familiaux.

Si nous voulons qu'elles aient un avenir de liberté et d'égalité, il est impératif que les droits acquis soient protégés et qu'elles bénéficient d'une éducation à cette égalité dès le plus jeune âge. Il est crucial pour notre société, en tant que société, de mener des actions concrètes pour y parvenir. Les femmes ont parcouru un long chemin, mais le combat est loin, très loin d'être terminé.

Il est tout aussi crucial de prendre conscience que le combat pour les droits des femmes est celui de l'égalité pour tous, un combat intergénérationnel et mondial. La cause des femmes fait progresser celle de l'humanité en général.

Gisèle JAMMES
Vice présidente

Pensez à...

- ✓ **Concours de boules:** le **13 mars** au forum.
- ✓ **Conférence Cybersécurité:** le **17 mars** au forum.
- ✓ **Sortie en car à AIX:** le **18 mars**.
- ✓ **Repas du mois:** le **19 mars** - inscription avant le **07 mars**. (15h30 projection film Les Pouilles)
- ✓ **Après midi récréative:** le **jeudi 03 avril** au forum activités de danses en ligne, théâtre, chants et groupe « l'R de rien ».

L'entretien du Mois

« Annie et ses passions »



Il y a 2 ans environ, Bernard avait fait l'entretien du mois avec Gérard Defretin. Et me voici, effectuant celui avec Annie, son épouse depuis bientôt 63 ans : *noces de lilas, quel joli symbole !*

Tous deux sont nés à Lille, se sont rencontrés lors d'une surprise partie à laquelle les parents d'Annie avaient consenti.

Éducation stricte, comme "avant", mais grâce à des enseignants fous de théâtre, Annie avait pu profiter d'un espace de liberté en venant au Festival d'Avignon, 2 années de suite, découvrant la Barthelasse, la Cour d'Honneur et le Verger Urbain V. Elle avait 17 ans, croisait le théâtre et ...les garçons.

Peu de temps après, Annie commence à enseigner. De Lille, le couple va à Paris ensuite à Dijon. Une fille puis un garçon viennent occuper leur vie et perturber les études d'espagnol entreprises par Annie. Licence en poche, elle préfère se consacrer pendant 20 ans aux enfants de maternelle. En devenant professeur, elle craignait d'être nommée à l'autre bout de l'académie et de devoir trop sacrifier sa famille.

Puis Annie a travaillé dans l'immobilier pendant 5 ans : elle a beaucoup aimé cette activité où se mêlent relationnel, communication et approche d'une clientèle dont il faut comprendre les besoins.

En 1989, changement de cap. Gérard finit sa carrière à Marcoule et le couple s'installe à Villeneuve.

L'ADAPR est toute jeune mais organise déjà des randonnées auxquelles Annie et Gérard participent. Lucien Rubio travaille avec Annie à chercher des idées puis à organiser les sorties. Annie a toujours été passionnée d'art, sculpture, peinture, architecture. Elle avait baigné dedans.

Son besoin de donner, d'échanger, d'accueillir, la pousse à partager ses découvertes : lieux magiques connus ou méconnus, 2 expositions, villages pittoresques et riches d'Histoire et d'histoires. Dominique Fernagut lui confie le secteur culture qui rassemble les sorties, l'atelier activation de la mémoire avec Albert et l'atelier écriture avec Denise dont Annie ne manque aucune réunion.

Ces sorties sont aussi l'occasion de faire un bon repas. Annie est entourée de 6 personnes et toutes donnent sans compter. Escapades sur une demi-journée ou une journée, 2 par mois minimum, auxquelles participent entre 40 et 50 personnes chaque fois. Vous, les amateurs d'art, les passionnés d'expositions, les amoureux de vieilles pierres, Annie et son équipe vous attendent.

Pour les participants (ou simples curieux) qui veulent retrouver ces journées, rendez-vous sur le site ADAPR. Allez voir la "Galerie" pour récupérer textes et photos.

Annie, en toute franchise, n'ai-je pas été trop indiscret ?

Marie-Jo Lasseigne

13 questions à Annie Defretin

Quel don de la nature aimerais-tu avoir ?

Savoir dessiner.

Que fais-tu quand tu ne fais rien ?

Je pense!

Ton oiseau préféré ?

Le colibri.

Ta fleur préférée ?

Le gerbera.

Le comble de la misère ?

Les camps de réfugiés...

Qu'attends-tu de tes amis ?

La discrétion.

Qu'est-ce qui te fait rire ?

Les bons mots.

Qu'est-ce qui te rend triste ?

L'impuissance.

Qu'est ce qui te met en colère ?

Le manque de décision.

Ton plus gros défaut ?

L'impatience.

Ton plus grand regret ?

La perte d'amis.

De quoi as-tu peur ?

L'avenir pour mes proches.

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

La jeune Violette Dorange

NB : Violette Dorange âgée de 23 ans, a bouclé le dernier Vendée Globe en 90 jours et obtenu la 25 ième place.

Activités Culturelles

Les Sorties d'Annie



« La culture est une arme qui vaut ce que valent les mains qui la tiennent » Jean Vilar

Lundi 3 mars à 9h30 au foyer : réunion de la commission culturelle

Jeudi 6 mars à 14h45 : bibliothèque-musée de l'Inguimbertaine

189, place Aristide Briand à Carpentras

Trajet en voitures particulières. Se garer : parking des Platanes

Visite guidée des collections de Monseigneur d'Inguibert présentées

en 3 parties :

- L'histoire du Comtat Venaissin, petit état pontifical pendant 5 siècles
- Les curiosités des 18^{ème} et 19^{ème} siècles
- La galerie des Beaux- Arts sur les artistes du 18^{ème} siècle originaires du Comtat Venaissin.

Participation : 11€ par chèque sur place

S'inscrire à A.Defretin au 04.90.25.57.80 ou 06.11.97.47.71



Mardi 18 mars : Journée en car à Aix et Silvacane

Le car est complet. 8h15 : départ de la mairie des Angles

Règlement de 75€ au foyer le **mardi 4 mars entre 14 et 17h**

Vendredi 28 mars à 14h30 : musée de Bagnols sur Cèze. 1^{er} étage de la mairie



Trajet en voitures particulières.

Se garer sur un parking extérieur (Moncoton gratuit)

Visite guidée de l'exposition : « de Renoir à Van

Dongen » : des œuvres impressionnistes et post-impressionnistes offertes à Albert André conservateur de ce « musée de l'amitié » en 1917 et ami de Signac, Bonnard, Marquet, Van Dongen, Matisse.



Participation : 4€ par chèque sur place

S'inscrire à A.Defretin au 04.90.25.57.80 ou 06.11.97.47.71

Atelier Ecriture : nous retrouverons Denise le **mardi 4 mars à 10h**. Merci à Jean-Marie qui s'est chargé de l'animation en son absence.

Remue Méninges

Taroteuses, Taroteurs ... à vos agendas

Concours de tarot à 4 ou à 5, le **vendredi 4 avril 2025** à 14h au foyer Voltaire, ouvert aux adhérentes et adhérents de l'ADAPR et de la Régalido.

Inscriptions sur place, engagement 2€, lots offerts par l'ADAPR.

Soyez en avance pour l'organisation, Possibilité de se préinscrire par mail sur assoadapt@orange.fr.

Marie-Jo Guichard et Boucherat Roland.

Conférence ADAPR

Conférence sur la Cybersécurité

Le 17 mars 2025 à 16h salle Vian Forum des Angles (entrée libre dans la limite des places)



Comment se protéger contre les pièges de la vie quotidienne, et appliquer les bonnes règles de sécurité numérique, vigilance, gestion des mots de passe, la sauvegarde des données, les mises à jour, la protection antivirus...

Lutter contre le démarchage téléphonique, Harcèlement...

Quelques conseils utiles pour y mettre fin !



Animé et présenté par **Laurent CAS** adhérent de l'association, consultant en informatique et Cybersécurité.

Activités Artistiques

Comme vous le savez maintenant les ateliers du secteur « activités artistiques » animeront deux événements au mois d'avril et mois de juin.

Le **jeudi 3 avril 2025** nos artistes monteront sur scène. Le groupe de chanteurs « R' de rien » accompagnés par leurs musiciens lancera cet après-midi récréatif ; la troupe de théâtre « les Utopistes » enchaînera, suivie de l'atelier « chant » de Dominique Casteras et nous finirons avec nos dynamiques « danseuses en ligne » qui mettront le feu comme d'habitude et vous permettront ainsi de repartir plein d'énergie et de dopamine (hormone du plaisir).

Le spectacle débutera à **14h30 précises**, l'ouverture de la salle Blanchard au forum se fera à **14h**.

Nous vous espérons nombreux d'autant que cet après-midi festif a aussi pour but de venir en aide à l'association « ton jour, ton rêve » qui aide les enfants atteint d'un handicap, d'une maladie génétique et/ou orpheline à réaliser leurs rêves. Pour se faire une « participation au chapeau » vous sera proposée au sortir du spectacle.

Le **weekend du 28 et 29 juin** se déroulera l'exposition des talents de l'ADAPR. Elle aura lieu dans le très joli écrin du jardin du presbytère de l'église des Angles. Les ateliers Photos, Aquarelle, y exposeront leurs réalisations.

Les festivités débuteront par un vernissage samedi 28 juin à midi. A cette occasion, les photographes feront leur petit challenge annuel et demanderont aux visiteurs de voter pour leur coup de cœur.





ADAPR

CROISIERE SUR LE MIREÏO



Escapade aux portes de la Camargue !

Jeudi 17 avril 2025

ARLES



Départ d'Avignon vers le célèbre pont St-Bénézet et le Palais des Papes. Le clou du spectacle : le passage de la grande Écluse de Vallabrègues. Le long du fleuve, vous découvrirez Tarascon et son magnifique château, le port de Beaucaire. Arrivée à Arles au pied des lions de pierre, vestiges du Pont Romain. Lors de votre escale, vous plongerez dans l'histoire de cette cité antique.



Programme de la journée : Accessible PMR

Il reste quelques places...

10h30 : embarquement à Avignon
11h : départ
Déjeuner en cours de navigation

14h30 : visite de la ville
Visite libre (gratuit)
Visite avec 1 guide (supp 7€/pers)

16h30* : départ retour Avignon
19h30 : retour à quai Avignon
*Animation proposée au retour

TARIF : 75 € avec boissons = Cocktail de bienvenue ou coupe de champagne + 2 verres de vin (sélection de la maison blanc, rouge ou rosé) + eau + 1 café ou 1 thé.

Entrées

Croustillant de Picodon, mesclun de jeunes pousses, noix et pommes rôties, miel

Ou

Salade périgourdine, mesclun, magrets de canard fumés, gésiers, tomates et pignons de pin

Plats

Suprême de Volaille fermière, grenailles rôties, fricassée de champignons de saison, sauce aux morilles

Ou

Filet de bar ou de daurade grillée (selon arrivage), mousseline de céleri rave, poêlées de légumes de saison, sauce au beurre blanc.

Desserts

Symphonie sucrée :

Cheesecake au citron et son crémeux citron, brownie aux noix de pécan caramélisées, sorbet mandarine, verrine du moment

LE PRIX COMPREND :

La navigation
Le menu à 75 €
La visite de la ville libre (sans guide)
L'animation à bord

LE PRIX NE COMPREND PAS :

La visite guidée de la ville
(option + 7€/pers)
Les boissons hors formule
(à régler sur place)

Activités Sport et Détente

Randonnées de Mars

Groupe A - 8h45
RV J.REY

Mardi 04

Sérignan-du-Comtat (84)

Yolande Héran

Parking : sortie du village route de Lagarde Paréol D65
Distance : 13.5 km
Dénivelé 200m
Difficulté moyenne
covoiturage **5,5€**

Mardi 11

Bellegarde

Robert Astier

Parking à la halte nautique
Distance : 13 km
Dénivelé 120m
Difficulté facile
covoiturage **6€**

Mardi 18

Le Tour des Opies (13)

Yolande Héran

Parking : Cimetière d'Aureille
Distance : 12 km
Dénivelé 220m
Difficulté moyenne
covoiturage **7€**

Mardi 25
Nîmes

Robert Astier

Parking : parcours Bois des Espeisses
Distance : 13 km
Dénivelé 180m
Difficulté facile
covoiturage **8€**

Groupes B - 8h45
RV Forum

Mardi 04

Lumières (84)

Sylvie Brémond

Parking : à droite à l'entrée du village
Distance : 12 km
Dénivelé 320m
Difficulté moyenne
covoiturage **7€**

Mardi 11

Le Barroux / La roque d'Alric 84

Pascal Gauber

Parking au nord du Village du Barroux
Distance : 12 km
Dénivelé 350m
Difficulté moyenne
covoiturage **7€**

Mardi 18

Château de Gicon- Chusclan 30

Robert Astier

Parking : Ch de la Font du Renard
Distance : 12 km
Dénivelé 240m
Difficulté moyenne
covoiturage **4,5€**

Mardi 25
Bonnieux 84

Louise Barrat

Parking : lieu-dit St Gervais
Distance : 12 km
Dénivelé 340m
Difficulté moyenne
covoiturage **8€**

Groupe C - 7h45
RV Forum

Mardi 04

Notre Dame du Château - Alpilles

Michel Jourdan

Parking : mairie St Etienne du Grès
Distance : 15 km
Dénivelé 400m
Difficulté moyenne
covoiturage **5€**

Mardi 11

Les caisses de Jean Jean Alpilles

Michel O'Byrne

Parking : D24 2km de Mouriès => Le Destet
Distance : 15 km
Dénivelé 480m
Difficulté moyenne+
covoiturage **7€**

Mardi 18

La Capelle Masmolène et l'Oppidum de Gaujac

Claire Mercier

Parking : Centre village
Distance : 14 km
Dénivelé 300m
Difficulté moyenne
covoiturage **5€**

Mardi 25

Entre Lacoste et Ménerbes

Patrice Roubertie

Parking : cimetière de Lacoste
Distance : 14 km
Dénivelé 225m
Difficulté moyenne
covoiturage **8€**

Groupe D - 7h15
RV Forum

Mardi 04

Murs (84)

Claude Beunardeau
Parking : cimetière
Distance : 18 km
Dénivelé 550m
Difficulté moyenne
covoiturage **9,5€**

Mardi 11
Gigondas

Claude Beunardeau
Parking du col de Cayron
Distance : 17.5 km
Dénivelé 800m
Difficulté moyenne
covoiturage **8€**

Mardi 18
Calvisson

Claude Beunardeau
Parking : rue du 8 mai
Distance : 19 km
Dénivelé 700m
Difficulté moyenne
covoiturage **10€**

Mardi 25
Bidon

Claude Beunardeau
Parking : Aven Marzal zoo préhistorique
Distance : 19 km
Dénivelé 600m
Difficulté moyenne
covoiturage **10€**

Toute personne qui se rend directement au parking du lieu de la randonnée doit prévenir son accompagnateur la veille

Programme des marches du jeudi

	MARS 2025			
	jeudi 6	jeudi 13	jeudi 20	jeudi 27
Lieux de la marche	Monfaucon	Sernhac	La plaine de pujaut	Le Moulin de Boulbon
Accompagnateur	Geneviève	Robert	Michel	Geneviève
Rendez-vous	13h30 Parking du Forum	13h30 Parking du Forum	13h30 Parking du Forum	13h30 Parking du Forum
Distance	6 km	5,8 km	6,5 km	6 km
Dénivelé	40 m	100 m	10 m	90 m
Difficulté	Facile	Moyenne	Facile	Moyenne +
Covoiturage	3 Euros	3 Euros	1,5 Euro	3 Euros

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

Pour tout renseignement: Robert (07.84.97.92.28)

Informations ADAPR



Atout Afrique
atoutafrique.org

organise
le samedi 15 Mars
De 10h à 17h30
FORUM
10 Bd des Carrières
30133 LES ANGLÉS

Les Puces des Couturières
Salle BLANCHARD

Salle BORIS VIAN

Le Marché Artisanal

Manifestations organisées au profit du projet éco-école de Boukitingho - Casamance.

Buvette sur place

Christian Aiguespares

Concours de boules:

Notre premier concours de boules du 21 novembre annulé pour raisons météorologiques, est reprogrammé le **jeudi 13 mars 14h00** au boulodrome du Forum. Il est réservé aux membres de notre association, équipe de 2, avec possibilité d'un invité. S'inscrire aux permanences ou par mail assoadapt@orange.fr à l'attention de Claude Beunardeau. Pas de frais de participation. **Christian Pazzi**

Appel à musiciens bénévoles:

L'ehpad Paul Gache lance un appel à des musiciens souhaitant partager leur art auprès des résidents de l'établissement.

Si cela vous intéresse, contacter par email l'équipe des animations: animation@ehpad-paul-gache.fr

Convivialité

Repas de l'ADAPR

Toujours autant de monde pour ce repas de février, les habitués accueillent les nouveaux arrivants, des discussions s'engagent et des liens se créent ainsi. C'est un réel plaisir de se retrouver chaque mois.



Nicola Riou notre chef de cantine nous avait concocté un repas de qualité qui a eu beaucoup de succès.

Au menu de ce jour, fromage de tête avec salade, bœuf bourguignon, fromage et en dessert choux à la crème.

Les anniversaires du mois fêtés étaient:

Mmes Madeleine Azzarello, Véronique Bouttier, Italia Bognandi, Annie Degan, Jacqueline Lecourt, Mireille Sancho, Mrs Christian Mascia, Michel Sancho, et sans oublier bien sûr notre trésorière adjointe Janine Montavit, toujours volontaire.

Ont également participé à ce repas ; Mr Mély et son épouse, M Daquai et Mme Gillard.

Nous tenons à remercier Laura et Virginie ainsi que le personnel présent, pour le service de qualité.

Le repas de mars aura lieu le mercredi **19 mars** à 12h. La date limite pour s'inscrire est le **07 mars** (*sous réserve de places disponibles, il y a de plus en plus de monde à nos repas et la quantité maximum est de 100 personnes*) Prix: **7€80**. Règlement par chèque à l'ordre de **L'ADAPR**.

Attention à partir du mois de mars les chèques se font à l'ordre de l'ADAPR !

Rappel: Il n'y aura pas de repas en avril pour cause de vacances scolaires et en mai, nombreux jours fériés, dont le repas de la fête des mères qui est organisé par la mairie.

Voyages et Sorties



A tous les participants du séjour dans **les Pouilles**, et à tous ceux qui n'ont pas pu venir. Vous attendiez le film souvenir, il sera bientôt prêt. Nous vous proposons de venir le voir au foyer le **mercredi 19 mars**, après le repas, à 15h30. Parlez-en autour de vous, amenez des amis...à bientôt

Madrid Voyage de 4 jours du 06 au 09 octobre 2025.

Vous découvrirez la Plaza Mayor, le Palais Real, les musées du Prado et de Reina Sofia, le jardin botanique royal, le monastère de Descalzas..... Prix : 985 € (Base 30/35 participants).



Il reste 6 places sur ce voyage, n'hésitez pas à vous faire connaître très rapidement..

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, Christian Pazzi, Robert Astier, Claire Mercier, Marie Jo Lasseigne, Marie-Jo Guichard et Boucherat Roland, Martine Dubel.

Association de Détente et d'Accueil Pour les Retraités

Locaux: 9 rue Voltaire aux Angles. **Site:** adapr.org

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