



«De la sieste estivale au plan d'action automnal»

Après un été où la principale activité était « rester assis à l'ombre en attendant que ça passe » ou « chercher l'endroit le plus frais de la maison », après avoir affronté la chaleur, les ventilateurs à pleine puissance, les volets fermés toute la journée et les bouteilles d'eau devenues nos meilleures amies, il est temps de retrouver nos salles, nos animateurs, nos copains et nos bonnes habitudes en laissant derrière nous la fournaise pour quelque chose de beaucoup plus rafraîchissant : **le plaisir d'être ensemble.**

Pour ce faire, pendant que le thermomètre s'affolait, un petit groupe à l'ADAPR préparait la rentrée et quelle rentrée ! Le moins que l'on puisse dire c'est que vous avez envie de bouger, de vous rencontrer, de vivre, d'écrire une nouvelle page dans le chapitre de nos automnes radieux - 611 inscrits en 2 jours et 680 adhérents à ce jour, sans compter nos 35 activités prises d'assaut. Sport, culture, loisirs, jeux, découvertes, sorties... il y en a pour tous les goûts. Si vous trouvez que 35 activités c'est beaucoup trop, rassurez-vous, je vous rappelle que vous avez toute la retraite pour les essayer.

Alors si nous prenions de bonnes résolutions tous ensemble ? Par exemple :

- Ne pas dire « je n'ai pas le temps », maintenant que nous sommes à la retraite
- Tenter au moins une nouvelle activité à condition de ne pas vous inscrire à 6 ateliers le même jour...sauf si votre agenda et votre énergie vous le permettent !
- Retrouver les copains (ines) et en profiter pour refaire le monde tout en restant positif...tout n'était pas mieux avant !
- Faire un peu de sport, mais sans exagérer... nous avons déjà donné avec la canicule !

Mais surtout : continuer à rire, à vous amuser, à vous cultiver, à apprendre, à partager et à profiter de chaque moment.

Vous êtes tous essentiels, l'association vit grâce à chaque membre qui donne du temps, chaque animateur qui apporte sa touche créative, chaque responsable de secteur qui porte ses projets avec détermination (et parfois un peu de désespoir !) chaque membre du CA et vous tous les adhérents. Un seul mot s'impose : **MERCI**

Bonne rentrée à chacun d'entre vous et que la forme soit avec vous !

Gisèle JAMMES
(Vice-Présidente ADAPR)



Pensez à...

- ✓ **Semaine bleue:** Du **05 au 09 Octobre.**
- ✓ **Conférence :** le **lundi 12 octobre** au forum.
- ✓ **Assemblée générale:** le **mardi 13 octobre** au forum. (pouvoir à retourner avant le 06/10/2026)
- ✓ **Repas du mois:** le **mercredi 14 octobre** au foyer (inscriptions avant le 06 octobre).
- ✓ **Voyage au Groenland et en Islande Martine Dubel:** partage photos le **mercredi 28 octobre à 17h** au foyer.

Assemblée Générale de L'ADAPR

Conseil d'administration

2026/2027

Ceux dont le mandat se poursuit en 2026/2027



**Christian
Aiguespares**



**Geneviève
Anglès**



**Michel
Armenier**



**Claude
Beunardeau**



**Sylvie
Bossard**



**Michèle
Borrelly**



**Annie
Defretin**



**Martine
Dubel**



**Brigitte
Goguely**



**Gisèle
Jammes**



**Claire
Mercier**



**Christian
Pazzi**



**Jacques
Politano**

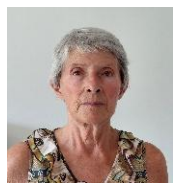


**Jacques
Simonati**



**Maryse
Vandeville**

Ceux qui sont renouvelables et candidats



**Maïté de
Gasquet**



**Guy
Jespierre**



**Guy
Mathieu**



**Janine
Montavits**

Candidature



**Robert
Astier**

Assemblée Générale de L'ADAPR

Le mardi 13 octobre à 10h

Au Forum – salle Blanchard – bd des Carrières

Ordre du jour :

- 1. Accueil, émargement, remise des pouvoirs...**
- 2. Rapport moral du président et rapports d'activités puis vote.**
- 3. Prise de parole de nos élus invités.**
- 4. Rapport financier par la trésorière et vote.**
- 5. Budget prévisionnel par le président et vote.**
- 6. Rapport d'orientation par le président et vote.**
- 7. Election des candidats au conseil d'administration.**
- 8. Election du Bureau (le CA se retire dans la salle VIAN pour délibérer sur la composition du bureau)**
- 9. Diaporama ADAPR**
- 10. Présentation du nouveau bureau.**

**11H45 Apéritif offert par l'ADAPR
aux adhérents présents à l'assemblée générale**

Activités Culturelles

Les sorties d'Annie



« La culture n'est pas seulement nécessaire, elle est essentielle »

Vice-président délégué à la culture du Gard

Lundi 5 octobre à 9h30 au foyer : réunion de la commission culturelle.

Jeudi 8 octobre : Journée en car vers l'Hérault

Détails du programme dans la gazette de septembre.

Rappel : 9h : départ de la mairie des Angles.

Visite guidée de l'exposition sur le designer Pierre Paulin à Montpellier, repas et visite guidée à Agde des dernières découvertes grecques.

Il reste quelques places. Prix de la journée : **75€**
S'inscrire auprès d'**Annie Defretin** au **06 11 97 47 71**



Samedi 24 octobre à 14h30 : Ancien Evêché d'Uzès

Visite guidée de l'exposition : **« Uzès, la métamorphose : mémoires d'une ville »**
Qui retrace l'évolution de la cité ducale depuis le Moyen-âge jusqu'à la réhabilitation de 1965 grâce à André Malraux : photos des archives, cartes postales, objets.

Participation : **9€** par chèque
S'inscrire auprès d'**Annie Defretin** au **06 11 97 47 71**



Atelier Mémoire animé par Albert Tytgat

La réunion préparatoire pour les seuls inscrits aura lieu **le mardi 20 octobre à 10h** à la **salle Boris Vian du Forum**. La première séance est prévue le mardi 3 novembre à 9h (groupe 1) et 10h30 (groupe 2) à la salle Rouget de l'Isle du Forum.

Atelier d'écriture animé par Jean-Marie Polet



Le groupe lors de la reprise le 22 septembre

L'entretien du Mois

« Guy du Montagné »

Pour l'entretien du mois, c'est avec Guy Mathieu que j'avais rendez-vous.

Et même si, Guy n'était pas vraiment résolu à être mis sur le devant de la scène, j'avoue qu'il s'est prêté au jeu de bonne grâce. Guy est né à Malzéville, proche banlieue de Nancy. Il a toujours gardé une passion pour sa Lorraine natale qu'il évoque avec ferveur : *« la France c'est ma patrie, la Lorraine c'est mon pays »*.



Il n'a pas pu exploiter, comme il l'aurait voulu, son amour pour le dessin, la peinture et il en parle avec un monceau de regrets parce qu'il est devenu plombier chauffagiste zingueur.

Il commence à travailler à l'âge de 17 ans, en 1961.

5 ans plus tard, par un concours de circonstances, son père lui propose de quitter la Lorraine pour acheter une entreprise aux Angles.

Invité au mariage d'un de ses employés, il rencontre Josiane et c'est le coup de foudre. Ils se marient, Francine naît en 1969, suivie de Fabrice en 1970. Josiane rejoint Guy dans l'entreprise en 1982.

Les enfants ont grandi, Josiane et Guy sont devenus grands-parents puis arrière-grands-parents. Je défie quiconque de le deviner en les voyant !

Leur maison ? Ils l'ont construite eux-mêmes en 18 mois : après le travail, les week-ends et jours fériés, période rude et laborieuse avoue Guy.

Après 40 ans d'entreprise, ils prennent leur retraite et en profitent pour rendre visite à Fabrice qui s'est installé en Nouvelle-Calédonie. Ce voyage ne sera ni le premier ni le dernier puisque, décompte fait, nous sommes arrivés à 26 pays visités par nos globe-trotters. Ce chiffre est approchant, certains ayant sûrement été oubliés dans l'énumération non exhaustive !

En 2007, ils s'inscrivent à l'ADAPR : club photo pour Guy, randonnées pour tous les 2. Rapidement, Guy propose son aide à Annie Defretin pour les sorties culturelles.

Quand Dominique Fernagu devient président de l'ADAPR, il suggère à Guy de créer des "journées culinaires".

Toujours avec Annie, à partir d'une spécialité de cuisine, s'organisent des excursions combinant détente, culture et bonne bouffe.

La commission culturelle cherche des idées de spécialités, interroge les restaurants sur l'accueil des groupes, associe une visite de musée, de jardin, de château ou d'exposition.

Guy essaie les restaurants, déguste puis pose l'éventuel problème du groupe, le plus difficile étant de trouver et de proposer une "valeur sûre" pour le repas.

Les associations, Guy connaît bien. Avant l'ADAPR, à l'époque où Fabrice faisait du judo, Guy était au bureau du club du Mistral Judo. Puis, à l'AMGA, association de nautisme où il a enseigné la conduite de petits bateaux à moteur. Enfin, au sein de sa corporation, il a organisé de nombreux voyages.

Une vie bien remplie ? non, débordante !

Marie-Jo Lasseigne

Questions à Guy

Ta fleur préférée ?

Mon épouse. (Quelle jolie réponse!)

Que fais-tu quand tu ne fais rien ?

Je pense.

Ton oiseau préféré ?

Le paille en queue.

Qu'est-ce qui te met en colère ?

La connerie du monde.

Conférence ADAPR

Faut-il avoir peur de l'intelligence artificielle ? Cette conférence sur l'I.A. : « une révolution technologique » animée par Laurent CAS, membre très actif de nos associations ADAPR et AVVA, spécialiste de la Cybersécurité, vous permettra de comprendre simplement ce qu'est l'Intelligence Artificielle, comment elle fonctionne et comment elle s'invite dans notre quotidien.

Existe-t'il une limite à son développement et quels sont ses risques réels ? Un sujet d'actualité passionnant et passionné proposé dans le cadre des « défis du Civisme » par l'ADAPR et l'AVVA.

Entrée Libre

CONFÉRENCE gratuite dans le cadre des
« Défis du civisme »

L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE : **Une révolution technologique**



Animée par
Laurent CAS
(Consultant en Cybersécurité)



COMPRENDRE L'IA Définition, fonctionnement, types d'IA et robotique



IMPACTS & USAGES Quotidien, avenir du travail, avantages



ENJEUX & SÉCURITÉ Cybersécurité, limites et risques

Lundi 12 octobre 2026
Forum des ANGLES - Salle Vian
à 15 h



LES AMIS
DU VIEUX VILLAGE
DES ANGLES

LES ANGLES



ADAPR

Activités Sport et Détente

Randonnées d'Octobre

Groupe A J.REY
RdV - 8h45 Départ 09h00

Mardi 06

Entraigues-sur-la-Sorgue

Robert Astier 07 84 97 92 28

Parking du Carrefour Market,
422 route de Carpentras
Distance : 12,5 km
Dénivelé : 90m
Difficulté : facile,
covoiturage : **3€**

Mardi 13

Pas de rando

Mardi 20

Les Beaumettes – Saint Pantaléon

Yolande Héran 06 34 37 53 29

Parking à la sortie du village
Distance : 13 km
Dénivelé : 200m
Difficulté : moyenne
covoiturage : **6,5€**

Mardi 27
Uchaux, la Galle

Louise Barrat 06 87 47 14 18

Parking de la bibliothèque
Distance : 12 km
Dénivelé : 200m
Difficulté : moyenne
covoiturage : **6€**

Groupe B Forum
RdV - 8h45 Départ 09h00

Mardi 06

Lamanon-grottes de Calès

Serge Perot 06 83 20 18 15

Parking rue des résiniers ,derrière
l'église saint Denis.
Distance : 13 km
Dénivelé : 250m
Difficulté : moyenne
covoiturage : **9€**

Mardi 13

Pas de rando

Mardi 20

Mormoiron, lac des Salettes

Pascal Gaubert 06 22 39 43 79

Parking : lac des Salettes
Distance : 12,5 km
Dénivelé : 320m
Difficulté : facile
covoiturage : **8€**

Mardi 27

Pas de rando

Groupe C Forum
RdV - 8h15 Départ 08h30

Mardi 06

Bédoin /Combe de Malaval

Pascal Gaubert 06 22 39 43 79

Parking entrée de Bédoin
Distance : 11,5 km
Dénivelé : 580m
Difficulté : moyenne
covoiturage : **8€**

Mardi 13

Pas de rando

Mardi 20

Le Ventoux, Combe brune

Michel Jourdan 06 71 64 39 33

Parking : Jas de Merlettes
Distance : 15 km
Dénivelé : 470m
Difficulté : moyenne
covoiturage : **10€**

Mardi 27

Boulbon-Abbaye du Frigolet

Serge Perot 06 83 20 18 15

Parking : place Gilles Léontin
Distance : 17 km
Dénivelé : 300m
Difficulté : moyenne
covoiturage : **2,5€**

Groupe D Forum
RdV - 7h30 Départ 07h45

Mardi 06

Le Garn

Claude Beunardeau 06 32 71 93 08

Parking mairie le Garn
Distance : 17 km
Dénivelé : 600m
Difficulté : moyenne
covoiturage : **9,5€**

Mardi 13

Pas de rando

Mardi 20

Les Vans

Claude Beunardeau 06 32 71 93 08

Parking A gauche D252 les
Chavières
Distance : 18 km
Dénivelé : 500m
Difficulté : moyenne
covoiturage : **11,5€**

Mardi 27

Vacqueyras

Claude Beunardeau 06 32 71 93 08

Parking : Vacqueyras
Distance : 18 km
Dénivelé : 550m
Difficulté : moyenne
covoiturage : **9€**

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

Programme des marches du jeudi

	jeudi 1er	jeudi 8	jeudi 15	jeudi 22	jeudi 29
	GROUPE 1				
Lieux de la marche	La Barthelasse	La Barthelasse le parc des libertés	Monfaucon	Tavel - mourre de la cabane	Barbentane
Accompagnateur	Geneviève	Christian	Geneviève	Christian	Geneviève
Rendez-vous	13h30 Parking du cimetière du vieux village des Angles (1 rue Jean Henri Fabre)				
Distance, dénivelé, difficulté	6km, 10m, facile	6km, 10m, facile	6,5km, 50m, Moyenne	6 km, 20m, facile	4,5 km, 30m, facile
Covoiturage	1,5 Euro	1,5 Euro	3,5 Euros	2,5 Euros	3 Euros
	GROUPE 2				
Lieux de la marche	Aramon	Rochefort du Gard	Les Angles, le trou de la lune	L'ancien étang de Pujaut	Saint Victor la Coste
Accompagnateur	Robert	Michel	Robert	Michel	Robert
Rendez-vous	13h30 Parking du Forum				
Distance, dénivelé, difficulté	6km, 20m, facile	6km, 20m, facile	5km, 50m, Moyenne	7km, 10m, facile	5,5km, 50m, Moyenne
Covoiturage	2,5 Euros	1,5 Euro	0,5 Euro	1,5 Euro	3,5 Euros

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

Pour tout renseignement: Robert (07.84.97.92.28)

Convivialité

Repas de l'ADAPR



Le premier repas de la saison a eu lieu le mercredi 23 septembre, avec un peu moins de monde que d'habitude, mais toujours dans une ambiance conviviale.

Le menu proposé par Nicolas Riou chef de la cuisine centrale, composé de fromage de tête en entrée, de paupiettes avec accompagnement de légumes, de fromage, de gâteau et glace en dessert a été une nouvelle fois très apprécié. Un grand merci donc à Nicolas, Laura, Virginie et tout le personnel.

M. le Maire était accompagné des adjoints Laurent Daquai et Jean-Philippe Altayrac et de « Myriam » conseillère municipale.

En l'absence de repas du mois en juillet et août, c'est 18 anniversaires que nous avons fêtés, 14 dames et 4 hommes !

Mesdames : Jacqueline Agniel, Claudine Barbe, Anna Cornille, Annie Defretin, Evelyne Dormigny, Danielle Gledhill, Chantal Grapin, Regine Leys, Nicole Mercier, Paule Rogier, Lucille Salenson, Mauricette Scheubel, Françoise Tassan, Maryse Vandeville

Messieurs : René Bernat, Georges Daudel, Antonino Loggia, Christian Pazzi.

Le prochain repas aura lieu **le mercredi 14 octobre**. Date limite d'inscription le **02 octobre**.
Toujours **7,80€** par chèque à l'ordre de l'ADAPR et dans la limite des places disponibles.

Christian Pazzi Président

Retour Voyage....

Comme d'habitude Martine aimerait partager avec vous les images de son dernier voyage au Groenland et en Islande. La projection du film sera précédée de la présentation du navire d'exception "Le Commandant Charcot", premier navire de croisière à emmener des passagers au pôle nord. Venez nombreux nous retrouver **le mercredi 28 octobre à 17h au foyer**. Durée 1h20.



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: Annie Defretin; Guy Mathieu; Marie Jo Lasseigne; Claire Mercier; Robert Astier; Gisèle Jammes; Christian Pazzi; Martine Dubel; Sylvie Bossard; Laurent Cas.

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