

LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

Chers adhérents,

Nous abordons notre troisième rentrée après cette longue et éprouvante crise sanitaire marquée par la mise en berne du lien social.

Malgré deux périodes de confinement, des mois d'interdiction de cours en présentiel, les contraintes du port du masque et du pass sanitaire, notre association a tenu bon.

Elle a tenu bon grâce à la solidarité de l'ensemble de ses membres : ses adhérents qui lui ont témoigné leur soutien, ses professeurs qui ont fait preuve d'une coopération exemplaire, ses gestionnaires qui ont fait de leur mieux et ont tout mis en œuvre pour obtenir les aides financières prévues par l'État.

Ces aides ont permis d'atténuer les pertes de recettes dues à la baisse prévisible des inscriptions.

Au terme de ces deux années de crise, nous constatons que près d'un tiers de nos adhérents ont encore hésité à s'inscrire et à reprendre le chemin des salles de cours.

Ce constat n'est pas propre au CADREF : il est partagé par de nombreuses associations et par plusieurs lieux de culture, cinémas et théâtres notamment.

Au seuil de cette nouvelle rentrée 2022-2023, nous souhaiterions redonner à tous nos adhérents le goût de la culture vivante, de l'art partagé, de l'exercice physique dans la bonne humeur, en un mot le plaisir d'apprendre et d'échanger dans la convivialité qui constitue la raison d'être du CADREF.

Venez ou revenez vous inscrire au CADREF et encouragez vos proches et vos amis à s'inscrire avec vous. N'hésitez plus, venez découvrir les nouveaux programmes et les activités inédites que vos professeurs vous ont préparés pour la prochaine rentrée.

Et notez sur vos agendas que les Journées Portes Ouvertes auront lieu les 20 et 21 septembre 2022 dans les locaux du CADREF, 249 rue de Bouillargues à Nîmes. Nous vous y accueillerons avec plaisir et vos professeurs seront là pour vous présenter leurs programmes.

Pour terminer, permettez-moi de reprendre le message adressé aux adhérents par l'une de ses plus fidèles représentantes, déléguée de cours, qui participe activement depuis plusieurs années à la vie du site cévenol du CADREF :

"Maintenant le flambeau est entre nos mains. Nous avons bien conscience que Le CADREF, la culture qu'il nous apporte, l'amitié qu'il fait naître, C'EST NOUS. Nous en sommes à la fois l'armature, la chair et les bénéficiaires. Il sera ce que nous en ferons ou ne sera plus. Longue vie au CADREF et à ses adhérents !"

Tout est dit.

Simone CLEMENT, Présidente du Conseil d'Administration

LE CADREF

Le CADREF du Gard Université de la Culture Permanente et du Temps Libre est une association reconnue d'intérêt général, ouverte à toute personne sans condition d'âge, de résidence, de diplôme ou de niveau scolaire ou universitaire.

Il est implanté sur 7 sites : Nîmes, Alès, Bagnols sur Cèze/Saint-Gervais, Le Grau du Roi, Le Vigan/Sumène, Sommières et Villeneuve lez Avignon.

Il bénéficie du parrainage de l'Université de Nîmes, dans le cadre d'une convention de partenariat entre ces deux structures.

Il adhère à l'Union Française des Universités Tous Ages (UFUTA).

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Elles sont définies avec précision dans l'annexe 1 au Règlement Intérieur du CADREF établie par le Conseil d'Administration et intitulée "***Conditions Générales d'Adhésion et d'Inscription***".

Ce document peut être consulté dans son intégralité sur le site internet du CADREF. Il peut également être adressé par mail ou consulté sur place au CADREF.

LES INSCRIPTIONS SONT PRISES TOUT AU LONG DE L'ANNÉE UNIVERSITAIRE :

Sur place

Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 16h30 au CADREF, 249 rue de Bouillargues.

Par courrier

En envoyant le bulletin d'inscription accompagné de votre règlement au secrétariat du CADREF, 249 rue de Bouillargues, 30000 NÎMES.

Sur le site internet du CADREF

Vous avez la possibilité de créer **votre compte adhérent** sur le site internet www.cadref.com et de vous inscrire en ligne **en réglant par carte bancaire** à partir du 5 septembre pour les anciens adhérents et du 19 septembre pour les nouveaux.

Le bulletin d'inscription pour l'année 2022/2023 est disponible page 55.

Pour tous renseignements ou modifications :

S'adresser au secrétariat de Nîmes, tous les jours de 9h à 12h et de 13h30 à 17h au 04.66.36.99.44.

LES TARIFS 2022-2023

Adhésion à l'association : 50 €

Un litige est en cours entre le CADREF et l'administration fiscale : le 16 mars 2022, la Direction des Finances du Gard a décidé de remettre en cause dorénavant l'autorisation, accordée à notre association le 9 juin 2017, de délivrer des reçus fiscaux pour les cotisations versées par ses adhérents. En fonction de la réponse qui sera faite au recours que nous avons adressé le 6 mai 2022 contre cette décision qui remet en cause l'autorisation initiale accordée par l'administration fiscale, le CADREF pourra ou non délivrer les reçus fiscaux ouvrant droit à réduction d'impôt pour les cotisations versées lors de la rentrée 2022-2023. En tout état de cause, notre association est déterminée à mettre en œuvre toutes les voies de recours contentieux afin que son bon droit soit rétabli.

Frais d'inscription aux cours :

Le tarif est indiqué pour chaque discipline en fonction du nombre de séances programmées dans l'année.

Dans le cadre du Fonds de Solidarité Culture, une réduction de **35 €** pourra être accordée sur la première inscription sur présentation de l'avis d'impôt 2022 indiquant le Revenu Fiscal de Référence (voir le détail dans le chapitre "Le Fonds de Solidarité Culture" p.59).

DÉROULEMENT DE L'ANNÉE UNIVERSITAIRE

REPRISE DES COURS LE LUNDI 3 OCTOBRE 2022

VACANCES SCOLAIRES

TOUSSAINT : Du 22 octobre au soir au 7 novembre au matin

NOEL : Du 17 décembre au soir au 3 janvier au matin.

HIVER : Du 18 février au soir au 6 mars au matin.

PRINTEMPS : Du 22 avril au soir au 9 mai au matin.

ASCENSION : Du 17 mai au soir au 22 mai au matin.

FIN DES COURS SUR 26 SÉANCES

Cours du lundi : 19 juin 2023 Cours du jeudi : 1 juin 2023

Cours du mardi : 23 mai 2023 Cours du vendredi : 9 juin 2023

Cours du mercredi : 24 mai 2023 Cours du samedi : 3 juin 2023

JOURNÉES PORTES OUVERTES LES 20 ET 21 SEPTEMBRE

Stand au forum des associations le 3 septembre

Sommaire

MODALITÉS D'INSCRIPTION	2
VACANCES SCOLAIRES	3
HISTOIRE	6
HISTOIRE DE L'ART	6
HISTOIRE DES CIVILISATIONS	7
HISTOIRE CONTEMPORAINE	8
HISTOIRE MODERNE	8
HISTOIRE DES MYTHOLOGIES 1.....	9
HISTOIRE DES MYTHOLOGIES 2.....	10
HISTOIRE DES PEUPLES D'EUROPE	11
HISTOIRE POLITIQUE DE LA FRANCE	12
HISTOIRE RÉGIONALE	13
HISTOIRE DES RELIGIONS	14
LES RELIGIONS DU MONDE ROMAIN	15
HISTOIRE DE LA RUSSIE.....	16
LA GRANDE RUSSIE	17
LE THÉÂTRE ET SES HÉROS (NOUVEAU)	18
LE WESTERN : LA CONQUÊTE DE L'OUEST	19
SCIENCES HUMAINES	20
ARCHÉOLOGIE RÉGIONALE	20
APPROCHES DE L'ART CONTEMPORAIN (NOUVEAU)	21
ASTROPHYSIQUE.....	22
BOTANIQUE	23
ANALYSES CINÉMATOGRAPHIQUES	24
FESTIVAL CINEMA de LÉGENDE (NOUVEAU).....	25
ATELIERS DE CRIMINALISTIQUE	26
CULTURE GÉNÉRALE (NOUVEAU)	27
LE DROIT ALIMENTAIRE (NOUVEAU).....	28
ÉCONOMIE	29
GÉOPOLITIQUE	30
LES LATINS EN CUISINE (NOUVEAU).....	31
LA LITTÉRATURE VAGABONDE (NOUVEAU)	32
PARTAGER LA MUSIQUE.....	33
MUSIQUE À VOIR.....	34
DÉCOUVERTE DE LA PHILOSOPHIE	35
PHILOSOPHIE.....	36
DÉCOUVERTE DE LA PSYCHANALYSE (NOUVEAU)	37
PSYCHOLOGIE	38
CONFÉRENCES DE L'UFC QUE CHOISIR	39

LANGUES.....	40
ANGLAIS	40
ESPAGNOL.....	41
ITALIEN	41
OCCITAN.....	41
ACTIVITÉS ARTISTIQUES.....	42
DESSIN D'APRÈS NATURE	42
PEINTURE À L'HUILE.....	42
SCULPTURE – MODELAGE	43
ATELIER CHANT	43
ATELIER THÉÂTRE (NOUVEAU)	44
ACTIVITÉS PHYSIQUES	45
AQUAGYM	45
AQUAGYM À AQUATROPIC	45
AQUAGYM À NEMAUSA.....	46
Activités aquatiques à BODYPUR.....	47
AQUABIKE	47
AQUAMIX	48
AQUACIRCUIT	48
GYM DOUCE (rue Cart).....	49
YOGA (rue Cart).....	49
BODY ZEN	50
PILATES	50
SOPHROLOGIE	51
YOGA DOUX & RELAXATION.....	51
INITIATION GOLF.....	52
VISITES GUIDÉES.....	53
RAPPEL DES TARIFS.....	54
BULLETIN D'INSCRIPTION 2022/2023	55
MANDAT DE PRÉLÈVEMENT SEPA individuel	57
BULLETIN DE CANDIDATURE aux élections de délégué(e)s.....	60

HISTOIRE

HISTOIRE DE L'ART

<u>Professeurs</u>	Claire Lise CREISSEN et Muriel ALLE							
<u>Lieu</u>	249, rue de Bouillargues							
<u>Jour/Horaire</u>	C.L. CREISSEN :	Mercredi	14h00-16h00	ou	16h00-18h00			
	M. ALLE	Mercredi	13h30-15h30	ou	15h30-17h30			
2 cycles avec la possibilité de s'inscrire à un seul cycle								
<u>Dates CL CREISSEN :</u>	05/10	09/11	07/12	04/01	01/02	08/03	05/04	10/05
<u>Dates M. ALLE :</u>	19/10	23/11	14/12	18/01	15/02	22/03	19/04	24/05
<u>Tarif</u>	82 € et 82 €							

Claire Lise Creissen

- Les lumières de Paris à la fin du XIXe s. : voyages initiatiques des jeunes peintres espagnols (**Santiago Rusiñol, Joaquin Sorolla, Ramon Casas...**).
- La grande ménagerie du sculpteur **Pompon** (1855-1933).
- **Ambroise Vollard** (1866-1939) marchand de Cézanne, Gauguin, Van Gogh, Matisse, Picasso...
- **Aristide Maillol** et les monuments aux morts des Pyrénées Orientales.
- L'amour courtois dans les **enluminures du Roman de la rose** (XIVe s.).
- Le peintre **Georges Desvallières** (1861-1950), la Guerre, et la chapelle du château de Saint-Privat.
- Der Blaue Reiter : **Kandinsky** avant Kandinsky, 1911-1912.
- **Sacha Sosno** (1937-2013) ou *la sculpture habitée*.

Muriel Alle

- **Les Ballets Russes et Picasso** : le spectacle de Parade en 1917.
- **Matisse** : tailler à vif dans la couleur : les papiers découpés et le vitrail de la Chapelle de Vence.
- Vous avez dit pépins ?... ce que les pommes de **Cézanne** donnent à penser.
- Le regard des statues : **la statue dans le jardin**
(Découverte de Bacchus dans le jardin de Nervi – Farhad Ostovani)
- **Leonor Fini** : magicienne du rêve

CYCLE : **Les grands tableaux expliqués**

- **Georges de la Tour** : *Le tricheur à l'as de carreau*
- **Hokusai** : *La vague*

HISTOIRE DES CIVILISATIONS

<i>Professeur</i>	Roland PECOUT							
<i>Lieu</i>	Auditorium des Archives Départementales - 365 rue du Forez.							
<i>Jour/Horaire</i>	Mercredi				9h00 - 12h00			
<i>Dates</i>	12/10	30/11	11/01	25/01	08/02	29/03	12/04	17/05
<i>Tarif</i>	110 €							

Le Tibet et les Himalayas

L'Himalaya est la plus vaste chaîne de montagnes de la planète. C'est un monde en soi, avec ses hautes vallées, s'étendant depuis les neiges éternelles jusqu'aux contreforts où poussent les forêts tropicales.

Mais le « Toit du Monde » est aussi, dans la longue durée, un croisement de civilisations. Les communautés humaines s'y succèdent depuis des milliers d'années, et ont constitué des territoires à la forte identité : Bouthan, Népal, Sikkim, Ladakh, Pamir Afghan... Le bouddhisme, l'hindouisme, l'islam, les philosophies de la Chine et de la Mongolie, s'y côtoient.

Mais le cœur du monde himalayen, c'est l'immense Tibet, tantôt empire conquérant, tantôt royaume du pays des neiges, tantôt terre disputée par ses voisins, tantôt théocratie des grands monastères...

Le Tibet semble intemporel dans son isolement, mais ses siècles obscurs et ses siècles épiques, ses conflits et ses longues périodes de paix, ses alliances durables avec les Mongols, puis au XX^e siècle sa résistance à l'occupation chinoise, lui font une place à part dans l'histoire et l'imaginaire du monde. Le bouddhisme tibétain, entre chamanisme et philosophie profonde, dure depuis plus de 1000 ans et n'a pas dit son dernier mot.

En Histoire des Civilisations, nous explorerons les mondes himalayens, et en leur centre ce Tibet qui fascine toujours l'Occident.

L'année 2022-2023 sera consacrée à l'histoire et à la civilisation du Tibet. L'année 2023-2024 sera consacrée aux autres civilisations des Himalayas (Ladakh, Bouthan, Népal...).

HISTOIRE CONTEMPORAINE

<i>Professeur</i>	Bernard ROTTE	
<i>Lieu</i>	249, rue de Bouillargues	
<i>Jour/Horaire</i>	Mercredi	10h30 - 12h00
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<i>Tarif</i>	110 €	

De l'Empire britannique au Commonwealth Inde et Afrique du sud

L'Empire britannique mit 300 ans à se constituer ; environ 30 ans à se dissoudre.

La création de cet Empire mettait en jeu des rapports politiques mais aussi économiques : la demande fut souvent établie en fonction des besoins de l'économie britannique.

L'objectif de l'Empire n'est pas d'intégrer les sujets d'outre-mer, mais de leur donner de plus en plus d'autonomie pour aboutir progressivement à l'indépendance ; mais l'indépendance au sein du Commonwealth.

Ce système fut démantelé progressivement au cours du XX^{ème} siècle : en 1947 pour l'Union Indienne et en 1994 pour la République d'Afrique du Sud.

HISTOIRE MODERNE

<i>Professeur</i>	Nadine ROTTE	
<i>Lieu</i>	249, rue de Bouillargues	
<i>Jour/Horaire</i>	Jeudi	10h30 - 12h00
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<i>Tarif</i>	110 €	

Histoire de l'Italie de la Renaissance

L'étude de l'Italie de la Renaissance nous conduira cette année à examiner les différents aspects de la péninsule au XV^{ème} siècle à travers les unités politiques qui la composent et qui sont aussi des foyers culturels et artistiques portant en germe une phase nouvelle de la civilisation européenne.

HISTOIRE DES MYTHOLOGIES 1

<i>Professeur</i>	Marie BENEL	
<i>Lieu</i>	249, rue de Bouillargues	
<i>Jour/Horaire</i>	Mardi	10h30 - 12h00
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<i>Tarif</i>	110 €	

Bêtes fantastiques et animaux mythiques

De tous temps, les hommes ont établi avec les animaux d'étranges rapports. Il y avait ceux qu'ils chassaient et ceux qui les menaçaient, ceux qui partageaient leur vie autant que ceux qui les hantaient la nuit, ceux qui existaient réellement comme le cheval, le lion, le taureau, le paon, le serpent et ceux qui se cachaient derrière leurs mythes, leurs légendes.

Les hommes, dès la plus haute antiquité, firent des animaux, les messagers entre le visible et l'invisible. Ils les chargèrent de leurs rêves, de leurs terreurs, de leurs croyances et de leurs espoirs.

Des cours illustrés de projections numériques, seront la base de l'année universitaire : Licorne ; Centaure ; Minotaure ; Dragon ; Chimère ; Griffon ; Sphinx ; Harpies ; Sirènes ; Salamandre ; Phénix.

HISTOIRE DES MYTHOLOGIES 2

<u>Professeur</u>	Marie BENEL							
<u>Lieu</u>	249, rue de Bouillargues							
<u>Jour/Horaire</u>	Mardi				9h00 - 10h30			
<u>Dates</u>	11/10	15/11	06/12	10/01	07/02	14/03	12/04	16/05
<u>Tarif</u>	72 €							

Premier et Second Empire au XIX e siècle : un mythe français

À travers la mythologie « napoléonienne » de l'oncle **Napoléon Ier**, et du neveu **Napoléon III**, nous rechercherons ce qui dans la réalité historique a pu provoquer un tel enthousiasme pour le premier et un tel rejet quasi-unanime pour le second !

* **Napoléon Bonaparte** naquit en Corse (cédée à la France par la République de Gènes seulement depuis 1768). Il vit le jour le 15 août 1769. Il va, malgré lui parfois, **construire sa légende au XIXe siècle**, en passant par ses premiers triomphes en Italie, en Égypte ou à Austerlitz et ses dernières défaites, Waterloo par exemple.

Nous essayerons de retracer la vie du petit gamin turbulent, déraciné de son île natale dès l'âge de 10 ans, pour faire ses études sur le continent. Boursier, il ne parle même pas le français. Brillant dans sa formation d'Officier du Roi à Brienne, il choisit la prestigieuse École Militaire de Paris alors qu'il n'a que 15 ans.

« Avec Napoléon, on est bien servi pour l'action, l'histoire, l'épopée, le drame et la légende » (T.Lentz & F.Farieux)

Napoléon reste le personnage historique préféré des Français et souvent des étrangers. Il ne nous laisse pas indifférent. Admirateurs ou accusateurs, personne ne peut lui échapper, sans doute parce qu'on sait que « nous lui devons beaucoup et que notre présent porte encore la marque de son passage » : Code Civil, égalité devant la Loi, liberté des contrats, respect de la propriété, administration, finances publiques, organisation judiciaire, etc...

* **Louis Napoléon Bonaparte**, adoubé par le suffrage universel, premier Président de la République Française, emboîte le pas de son illustre aïeul, Napoléon I er, en devenant l'Empereur **Napoléon III**, dernier monarque de l'Histoire de France.

Si le Second Empire est le temps des **somptueuses fêtes impériales, des grands musiciens. et écrivains** :(Rossini, Berlioz, Offenbach, Hugo, Balzac, Michelet), il est aussi marqué par l'odeur du charbon et de la vapeur, par le vacarme des **usines sidérurgiques** Schneider, des **travaux d'aménagements du Préfet Haussmann**, des foules des **Grands Magasins** et des **Expositions Universelles**. Sa politique, d'abord autoritaire puis libérale, sera interrompue en 1870 par une **guerre désastreuse** face à la Prusse qui provoquera la chute du Second Empire.

HISTOIRE DES PEUPLES D'EUROPE

<i>Professeur</i>	Régis VEZON						
<i>Lieu</i>	Lycée d'Alzon, amphithéâtre St Castor, à côté du CADREF						
<i>Jour/Horaire</i>	Mercredi				15h30 - 17h00		
<i>Dates</i>	12/10	09/11	30/11	14/12	11/01	18/01	08/02
	15/02	15/03	29/03	05/04	19/04	17/05	
<i>Tarif</i>	100 €						

L'Europe va mal, l'Europe est en crise, l'Europe se déchire ... MAIS, que savons-nous de l'EUROPE ?

Sans minimiser ce qui agit historiquement contre l'unité, ni les guerres incessantes, ni les périodes de régression, il faut connaître les phénomènes communs. OUI, il y a une CIVILISATION EUROPEENNE qui a fini par transcender nos cultures, nos langues, nos querelles, nos conflits majeurs, politiques ou économiques.

En respectant la chronologie, ce cours se propose d'exposer le long cheminement des peuples européens et de découvrir, à travers leur histoire, l'existence d'une incontestable communauté de civilisation.

2022/2023 :

- La grande révolution occidentale
- Napoléon
- Un phénomène européen : la révolution industrielle l'Europe
- Le romantisme et les nations

HISTOIRE POLITIQUE DE LA FRANCE

<u>Professeur</u>	Régis VEZON						
<u>Lieu</u>	249, rue de Bouillargues						
<u>Jour/Horaire</u>	Jeudi				9h00 - 10h30		
<u>Dates</u>	20/10	17/11	01/12	15/12	12/01	26/01	09/02
	09/03	23/03	06/04	20/04	25/05	08/06	
<u>Tarif</u>	100 €						

IIIe, IVe, Ve Républiques (1870 à nos jours)

Ces conférences retracent l'histoire de trois républiques de 1870 à aujourd'hui et en restituent les grands moments et les grandes figures. Elles ont pour objectif de soulever aussi les défis contemporains auxquels la Ve République doit faire face en ce début de XXIe siècle, tant nationaux qu'internationaux.

La démocratie ne s'invente pas en un seul jour et doit sans cesse se réinventer. Tel pourrait être le fil rouge de ces questionnements sur les trois Républiques qui se sont succédées en France depuis 1870.

Ce temps long nous permet de comprendre comment et pourquoi le régime républicain est devenu jusqu'à aujourd'hui le régime admis de tous, hormis pendant la parenthèse de Vichy. Le régime républicain a en effet réussi à s'imposer en France comme le régime synonyme de démocratie, à la différence d'autres pays européens où la démocratie n'a pas pris la forme d'une République comme en Grande-Bretagne ou en Espagne où des monarchies constitutionnelles se sont maintenues.

C'est ainsi qu'en France il est apparu légitime de restaurer la République au lendemain de la Seconde Guerre mondiale. Au pays de Voltaire et Rousseau, cette légitimité vient du fait que la République est bien plus qu'un système juridique. Elle recouvre un ensemble complexe de valeurs telles que la défense des droits de l'homme et du citoyen, la liberté, l'égalité des droits.

HISTOIRE RÉGIONALE

<u>Professeur</u>	Roland PECOUT							
<u>Lieu</u>	Auditorium des Archives Départementales - 365 rue du Forez							
<u>Jour/Horaire</u>	Mercredi				13h45 - 16h45			
<u>Dates</u>	12/10	30/11	11/01	25/01	08/02	29/03	12/04	17/05
<u>Tarif</u>	110 €							

Les troubadours : culture occitane et européenne.

Après l'invention de l'Amour Courtois et des chants qui le codifient, de Guilhem IX le chevalier à Jaufré Rudel et la Princesse lointaine, le siècle d'Alienor a été celui de toutes les synthèses. Duchesse d'Aquitaine, épouse et mère de rois, grand-mère de l'Europe, elle a favorisé la rencontre entre le chant occitan et ses avatars français et anglais, entre Bernard de Ventadour et Chrétien de Troyes, entre les œuvres du Trobar et les épopées arthuriennes, la « matière de Bretagne ».

Après elle, au XIII^e siècle, le *fin'Amor* continue à fleurir avec poètes et chanteurs de toute l'Occitanie, de la Provence à la Gascogne, du Limousin à la Catalogne, mais aussi en Italie jusqu'à leur appropriation par Dante, en Francie avec les Trouvères, en Germanie avec les Minnesängers...

Nos rencontres de cette année exploreront cette Europe des Troubadours et ses protagonistes. Puis la Croisade des Albigeois fera naître une poésie de combat, avant de laisser la place à une société occitane en reconstruction, avec *Lo Gai Saber / Le Gai Savoir*.

Parallèlement, dans toute la société, les mouvements dissidents, franciscains, philosophiques, ou millénaristes contre les malheurs du temps animeront en langue d'Oc les débats émancipateurs du Moyen-Âge.

Le programme suivra la chronologie, en approfondissant les périodes-clés de l'histoire de notre région et plus largement du Pays d'Oc.

HISTOIRE DES RELIGIONS

<i>Professeur</i>	Régis VEZON						
<i>Lieu</i>	Lycée d'Alzon, amphithéâtre St Castor, à côté du CADREF						
<i>Jour/Horaire</i>	Mercredi			14h00 - 15h30			
<i>Dates</i>	12/10	09/11	30/11	14/12	11/01	18/01	08/02
	15/02	15/03	29/03	05/04	19/04	17/05	
<i>Tarif</i>	100 €						

Le christianisme

« Le christianisme n'est pas une philosophie, n'est pas un système, il n'est rien d'autre qu'une histoire : une histoire qui est arrivée, une histoire « pour de vrai » comme disent les enfants. (...) L'homme est une créature capable de Dieu, capable du Christ. Le miracle chrétien, c'est que nous puissions être le Christ. Qu'il vive en nous, ce ne serait pas assez dire, mais que nous soyons Lui comme Il est nous, c'est cela la merveille. »

François Mauriac, Nouveaux mémoires intérieurs.

Ces conférences veulent proposer quelques clés susceptibles d'aider à la compréhension du christianisme, clés qui ne formeront jamais un trousseau de passe-partout, d'ailleurs inexistant.

Le christianisme y est abordé de l'extérieur, ce qui suppose une approche différente des principes et des méthodes de la théologie.

Le plan adopté privilégiera l'approche du message évangélique et l'initiation aux Pères de l'Église, au détriment de l'histoire des Églises. L'important étant de proposer une vue d'ensemble et de souligner les différences entre les théologies, sans négliger la part de la mystique et des liturgies. Le cours n'est ni une apologie, ni un catéchisme, mais un ensemble de notions, de définitions minimales, nécessairement parcellaires et incomplètes, qui demanderont à être précisées en recourant à une bibliographie plus spécialisée.

LES RELIGIONS DU MONDE ROMAIN

<i><u>Professeur</u></i>	Claude AZIZA							
<i><u>Lieu</u></i>	249, rue de Bouillargues							
<i><u>Jour/Horaire</u></i>	Vendredi			9h00 - 12h00				
<i><u>Dates</u></i>	14/10	02/12	16/12	20/01	17/02	10/03	21/04	26/05
<i><u>Tarif</u></i>	110 €							

Juifs, païens et chrétiens dans le monde romain

Des Macchabées à la fin du paganisme, en passant par Jésus et les premiers chrétiens. Il s'agit de montrer et d'analyser les rapports et les influences interreligieuses à travers le monde romain, du IIème siècle avant J.-C. jusqu'au Vème siècle après J.-C.

HISTOIRE DE LA RUSSIE

<i><u>Professeurs</u></i>	Irina TCHOULKINA-MENEZ							
<i><u>Lieu</u></i>	249, rue de Bouillargues							
<i><u>Jour/Horaire</u></i>	Jeudi				9h00 - 12h00			
<i><u>Dates</u></i>	13/10	17/11	08/12	12/01	26/01	09/02	16/03	13/04
<i><u>Tarif</u></i>	110 €							

Les enquêtes secrètes

"La Russie est un rébus entouré de mystères au milieu d'une énigme... "

W. Churchill

Êtes-vous prêts à être surpris ???

L'histoire de l'URSS et de la Russie n'a rien de comparable au passé de l'Angleterre, de l'Italie ou de la France. Ce passé est une succession de mensonges, de mystères, de trucages, de censures, d'aveux, de secrets et de révélations....

Derrière ses remparts de briques rouges le Kremlin recèle énormément d'épisodes cachés ou déformés...

Cette année faisons notre travail d'enquêteurs passionnés d'histoire et retraçons au plus près de la vérité les moments les plus énigmatiques de la saga politique, idéologique, sociale et culturelle.

- L'Ukraine - un drame au cœur de l'Europe.
- Raspoutine et ses assassins.
- La Russie orthodoxe ou païenne ?
- Les derniers des Romanovs.
- La ville secrète ou l'étreinte de glace.
- Naufrage du Kours-K141 un sous-marin en eaux troubles.
- Une fragrance russe de "Chanel n°5".
- Les dirigeants russes et le bonheur familial.

LA GRANDE RUSSIE

<i><u>Professeurs</u></i>	Irina TCHOULKINA-MENEZ						
<i><u>Lieu</u></i>	249, rue de Bouillargues						
<i><u>Jour/Horaire</u></i>	Vendredi			10h00 - 12h00			
<i><u>Dates</u></i>	18/11	25/11	09/12	06/01	13/01	27/01	03/02
	10/02	17/03	31/03	07/04	14/04	12/05	
<i><u>Tarif</u></i>	110 €						

Les secrets de l'histoire

Les secrets de l'histoire seront notre fil conducteur en cette nouvelle année. Après la tenue d'enquêteur enfilée en 2021-2022, il vous faut la changer contre celle d'agent secret !

Derrière chaque grand événement qui a forgé l'Histoire russe se cache une énigme. De nombreux dossiers sous scellés afficheront les faits les plus surprenants de la vie privée de personnages plus au moins romantiques, plus au moins romanesques, plus au moins terrifiants sur lesquels nous n'avons pas fini d'enquêter. Nous allons pénétrer les plus secrètes organisations de L'URSS, puis de la Russie ; nous allons découvrir les plus dévastatrices catastrophes du XX et du XXI siècle comme par exemple la catastrophe de Tchernobyl.

L'âme slave nous dévoilera ses profondes blessures au travers des œuvres d'Alexandre Soljenitsyne, Andreï Sakharov et tant d'autres.

Soyez certains que riches de ces informations vous commencerez à mieux comprendre le pacifisme du peuple russe faisant écho à la violence de ses dirigeants !

Cherchons à démêler le vrai du faux ensemble !

LE THÉÂTRE ET SES HÉROS (NOUVEAU)

<i>Professeur</i>	Claude AZIZA							
<i>Lieu</i>	249, rue de Bouillargues							
<i>Jour/Horaire</i>	Vendredi			14h00 - 16h00				
<i>Dates</i>	14/10	02/12	16/12	20/01	17/02	10/03	21/04	26/05
<i>Tarif</i>	82 €							

Le CADREF inaugure un cycle de conférences sur l'histoire du théâtre :

REGARDS SUR L'HISTOIRE DU THEATRE.

Héros et héroïnes mythiques au théâtre

Cette année les projecteurs seront braqués sur ces personnages devenus mythiques qui ont traversé les siècles sur les scènes des théâtres :

Prométhée, Médée, Phèdre, Œdipe, Antigone, Andromaque, Hélène, Esther, Cléopâtre, Le Cid, Cyrano etc. ce qui permettra d'aborder le théâtre antique, la tragédie classique, le drame romantique, la comédie héroïque, etc.

LE WESTERN : LA CONQUÊTE DE L'OUEST

<u>Professeur</u>	Claude AZIZA							
<u>Lieu</u>	249, rue de Bouillargues							
<u>Jour/Horaire</u>	Vendredi			9h00 - 12h00				
<u>Dates</u>	07/10	18/11	09/12	06/01	03/02	17/03	07/04	12/05
<u>Tarif</u>	110 €							

L'Age d'or du western

Les thèmes et les films de quelques grands réalisateurs, dont Ford, Hawks, Mann, Walsh, etc. et de quelques grands acteurs, dont Wayne, Cooper, Stewart, Lancaster, Douglas, Mitchum, etc.

En partenariat avec le cinéma *Le Sémaphore* où aura lieu la projection d'un western, **de septembre 2022 à juillet 2023**, le vendredi du cours à 18h30.

<u>Dates</u>	07/10	18/11	09/12	06/01	03/02	17/03	07/04	12/05
--------------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

SCIENCES HUMAINES

ARCHÉOLOGIE RÉGIONALE

<u>Professeur</u>	Catherine PY			
<u>Lieu</u>	249, rue de Bouillargues			
<u>Jour/Horaire</u>	Lundi		14h30 - 16h30	
<u>Dates</u>	14/11	23/01	13/03	15/05
<u>Tarif</u>	51 €			

Le Midi au temps des Gaulois.

Ces cours ont pour objectif de faire découvrir une période peu connue de l'histoire de notre région : les archéologues la nomment « protohistoire ». Elle correspond à l'âge du Fer, c'est à dire entre le VIII^e et le I^{er} siècle avant notre ère.

La Méditerranée occidentale a connu, dès les IX^e - VIII^e siècles avant notre ère, le développement et l'affrontement de puissances qui s'opposèrent pour obtenir l'hégémonie en mer et le contrôle des commerces. Venus de Méditerranée orientale, des navigateurs puniques, grecs, étrusques ont abordé les côtes de Méditerranée occidentale pour y fonder comptoirs et colonies.

C'est l'époque où les populations natives gauloises entrent en contact avec leurs voisins Ibères mais aussi avec ces civilisations méditerranéennes (Puniques, Étrusques, Grecs) par des échanges commerciaux tout d'abord, puis plus directement par la colonisation grecque avec la fondation de Marseille (*Massalia* en Grec) en 600 avant notre ère, colonie de peuplement mais aussi grand port de commerce, la colonisation romaine au II^e siècle avant notre ère faisant entrer peu à peu les Gaulois dans le monde romain.

Oppida aux remparts monumentaux et plan régulier (les Castels à Nages, Ambrussum à Villetelle, etc.), comptoirs commerciaux sur le littoral (Agde, Lattes, Le Cailar, etc.), grandes nécropoles à incinérations, art de la statuaire (guerrier de Grézan, bustes de Sainte Anastasie, etc.), rites guerriers (« têtes coupées »), écriture gallo-grecque, armes et parure, outillage agricole, céramiques domestiques et vaisselles d'importation (amphores et vases à boire), etc.

Les Gaulois du Midi nous ont laissé les vestiges d'une civilisation originale que l'archéologie continue d'explorer aujourd'hui.

APPROCHES DE L'ART CONTEMPORAIN (NOUVEAU)

<u>Professeur</u>	Muriel ALLE							
<u>Lieu</u>	249 rue de Bouillargues							
<u>Jour/Horaire</u>	Lundi				10h00 - 12h00			
<u>Dates</u>	03/10	14/11	12/12	23/01	30/01	13/03	27/03	05/06
<u>Tarif</u>	82 €							

Entre sensation de fumisterie ou perplexité, il n'est pas toujours simple d'aborder l'art contemporain. Ce cours se veut une approche en guise de « réconciliation » avec l'art de notre temps, à la découverte d'artistes reconnus ou plus discrets qui n'envahissent pas forcément l'espace médiatique mais n'en développent pas moins une véritable recherche artistique et produisent des œuvres de grande qualité.

- **FABIENNE VERDIER** : l'art de danser avec la matière
- **AGNES THURNAUER** : la couleur des mots
- **GESTES INEDITS de l'art contemporain** : gommer, dégommer !
(de Robert Rauschenberg à William Kentridge)
- **L'ART ET LA MATIERE** : le génie de la cire
(de Anish Kapoor à Mona Oren)

ASTROPHYSIQUE

<u>Professeur</u>	Jean-Michel FAIDIT							
<u>Lieu</u>	249, rue de Bouillargues.							
<u>Jour/Horaire</u>	Jeudi				14h00 - 16h00			
<u>Dates</u>	06/10	24/10	01/12	19/01	02/02	23/03	20/04	01/06
<u>Tarif</u>	82 €							

"Actualités astronomiques et spatiales" :

- Les éclipses de Soleil en Occitanie.
- Astronautique : Le retour sur la Lune.

"Astronomie et croyances célestes" :

- L'étoile des Rois Mages.
- Astrologie vs Astronomie.

"Autour du système solaire" :

- Napoléon et la comète impériale.
- Mars, la planète rouge.

"Astronomie et Biographies" :

- Reysa Bernson (1904-1944) et son oeuvre fondatrice pour les Planétariums en France.
- Le Cosmographe d'Ouvière (1807-1867), à Nîmes et en France.

BOTANIQUE

<u>Professeur</u>	Véronique MURE			
<u>Lieu</u>	249, rue de Bouillargues			
<u>Jour/Horaire</u>	Mardi	14h00 - 15h30	ou	15h30 - 17h00
Cours hebdomadaires (26 séances)				
<u>Tarif</u>	110 €			

Des plantes et des paysages

Voyage au cœur des formations végétales qui nous entourent

- Révision des bases de la botanique (la plante et son fonctionnement, les racines, les feuilles, les fleurs, les fruits...)
- Stratégie d'adaptations des espèces végétales aux facteurs écologiques (sécheresse, salinité, froid, changements climatiques...)
- Les formations végétales et leur dynamiques végétales
- Les garrigues nîmoises, la végétation qui les compose, leur histoire et leur actualité
- *Les paysages Méditerranéens (Visite du Jardin des Méditerranées - Domaine du Rayol)*
- La Camargue, un territoire de migration
- Autour des fleuves et des rivières, les ripisylves
- La Crau, « paradis » des xérophytes
- La forêt de l'Aigoual
- Entre les roches des Cévennes (Intervention de D.Larribe)
- *La Bambouseraie de Prafrance (visite de la Bambouseraie)*
- La vie des sols urbains
- Sauvage de ma rue (Intervention de C.Meyer)
- Les brassages planétaires

ANALYSES CINÉMATOGRAPHIQUES

<u>Professeur</u>	Muriel ALLE							
<u>Lieu</u>	Auditorium des Archives Départementales - 365 rue du Forez.							
<u>Jour/Horaire</u>	Lundi				9h00 - 13h00			
<u>Dates</u>	10/10	07/11	05/12	09/01	06/02	06/03	03/04	15/05
<u>Tarif</u>	150 €							

Le cinéma est l'art du mouvement, dit-on. Et c'est sans doute ce qui fait son extraordinaire pouvoir de fascination depuis l'origine. Mais c'est aussi un art de la coupe, une fabrication qui laisse peu de place au hasard. S'arrêter un moment sur les images, c'est prendre le temps de déployer toute la saveur d'une œuvre et mesurer ce qu'elle nous donne à penser ou à rêver, parfois, dans un détail. Il s'agira, précisément, de fureter dans les détails pour y voir plus clair....

- **Jules et Jim** de FRANÇOIS TRUFFAUT - 1962 (102 mn)
- **La visite de la fanfare** de ERAN KOLIRIN - 2007 (87 mn)
- **Poesia sin fin** de ALEJANDRO JODOROWSKY - 2016 (128 mn)
- **Peau d'âne** de JACQUES DEMY - 1970 (89 mn)
- **Le nom de la rose** de JEAN-JACQUES ANNAUD - 1986 (131 mn)
- **La conspiration des belettes** de JUAN JOSE CAMPANELLA - 2019 (129mn)
- **La grande belleza** de PAOLO SORRENTINO - 2013 (142 mn)
- **The lady in a van** de NICHOLAS HYTNER - 2015 (104 mn)

FESTIVAL CINEMA de LÉGENDE (NOUVEAU)

<u>Professeur</u>	Muriel ALLE		
<u>Lieu</u>	249 rue de Bouillargues		
<u>Jour/Horaire</u>	Mardi et Mercredi	9h30 – 16h30	
<u>Dates</u>	Octobre	25/10	26/10
	Février	21/02	22/02
	Avril	25/04	26/04
<u>Tarif</u>	72 € les 2 jours		

Pour les mordus de cinéma, je vous propose, indépendamment du cours annuel d'analyses cinématographiques, des séminaires d'analyses filmiques à raison de 2 jours sur chaque période de vacances : Toussaint, Février et Pâques.

Nous analyserons trois films, autour d'un thème (actrices, réalisateurs et films de légende) et visionnerons un quatrième film-surprise. Nous pourrions prolonger nos discussions pendant la pause déjeuner et nous immerger ensemble dans le plaisir des images du cinématographe, à travers des œuvres ou des artistes d'exception.

OCTOBRE : **Actrices de légende**

Meryl Streep dans Sur la route de Madison de Clint Eastwood 1995 135 mn

Sophia Loren dans Une journée particulière d'Ettore Scola 1977 105 mn

Juliette Binoche dans Copie conforme d'Abbas Kiarostami 2010 106 mn

Film découverte

FÉVRIER : **Réalisateurs de légende**

Luchino Visconti Le Guépard 1963 153 mn

Alain Resnais – Marguerite Duras Hiroshima mon amour 1959 91 mn

Rainer Werner Fassbinder Le Mariage de Maria Braun 1979 120 mn

Film découverte

AVRIL : **Films de légende**

Les lumières de la ville de Charlie Chaplin 1931 87 mn

Amadeus de Milos Forman 1984 153 mn

Certains l'aiment chaud de Billy Wilder 1959 120 mn

Film découverte

ATELIERS DE CRIMINALISTIQUE

<u>Professeur</u>	Sandrine SKILLER TABUSSO				
<u>Lieu</u>	249, rue de Bouillargues				
<u>Jour/Horaire</u>	Lundi		9H00 - 12H00		
<u>Dates</u>	10/10	17/10	07/11	28/11	05/12
<u>Tarif</u>	82 €				

Depuis quelques années l'Analyse Comportementale ou Profilage est devenu un outil d'enquête indispensable au même titre que les sciences forensiques, la psychologie, la criminologie...

La recherche et l'observation des éléments d'une scène de crime permettent notamment de déduire une analyse criminelle et comportementale de l'infracteur et ainsi d'établir un PROFIL.

Les sujets seront traités avec une approche historique et développés en référence à des criminels et affaires judiciaires ayant pris date.

Sandrine Skiller se propose de vous faire partager sa passion en vous faisant découvrir un univers bien loin parfois des idées véhiculées par l'audiovisuel.

- La violence : phénomène social, la violence sur enfants (maltraitance, inceste)
- La violence conjugale et le viol
- Approche schizophrénie et délires chroniques
- Cas pratique : établissement d'un profil
- L'analyse criminelle
- Les femmes amoureuses des criminels
- Émotions faciales et synergologie

CULTURE GÉNÉRALE (NOUVEAU)

<u>Professeur</u>	Régis VEZON						
<u>Lieu</u>	249, rue de Bouillargues						
<u>Jour/Horaire</u>	Mercredi				9h00 - 10h30		
<u>Dates</u>	12/10	09/11	30/11	14/12	11/01	18/01	08/02
	15/02	15/03	29/03	05/04	19/04	17/05	
<u>Tarif</u>	100 €						

Nous vivons une époque qualifiée de VUCA World ; un monde VUCA. C'est l'acronyme d'un monde Volatile (volatility), Incertain (uncertainty) Complexe (complexity) et Ambigu (ambiguity).

Les deux dernières années auront probablement convaincu les sceptiques de cette théorie. Et dans un tel monde, il n'a jamais été plus important de comprendre. En effet, nous n'assistons pas au spectacle du monde, nous le vivons, les conséquences multiples de ce qui s'y passe sont palpables concrètes, elles changent nos vies. Au cœur de ce nouveau paradigme nous ne sommes pas égaux. Ceux qui comprennent maîtrisent le cours des choses. Ceux qui comprennent prennent des décisions. Ceux qui comprennent ont les armes pour juger. Ceux qui comprennent ont un temps d'avance décisif pour agir.

Il y a donc un stade supérieur à celui d'apprendre, c'est de comprendre. Alors il y faut une approche libre de l'acquisition de connaissance. Ce dont chacun a besoin nous est personnel. Ce qui nous enrichit, nous protège, nous rend forts, ou simplement heureux, nous est propre.

Ce cours comporte dix leçons (l'égalité homme/femme, les discriminations, les rapports religion/société, la citoyenneté, de la démocratie à la république représentative, la vie privée, la contestation sociale, le terrorisme mondial, les nouvelles formes de la guerre, la liberté d'expression). Chaque leçon retrace l'évolution historique du thème ainsi que les problématiques actuelles.

Aucun préalable n'est nécessaire, les objectifs sont de pouvoir, pour chaque thème, présenter l'historique et les enjeux actuels.

LE DROIT ALIMENTAIRE (NOUVEAU)

<i>Professeur</i>	Ivan GRIMAL							
<i>Lieu</i>	249, rue de Bouillargues.							
<i>Jour/Horaire</i>	Lundi				14h00 - 15h30			
<i>Dates</i>	10/10	21/11	12/12	16/01	13/02	20/03	03/04	22/05
<i>Tarif</i>	72 €							

Savons-nous ce que nous mettons dans nos assiettes ?

Qu'est-ce que le Droit Alimentaire ?

Répond-il aux exigences de transparence et de sécurité alimentaire exprimées par les consommateurs ?

Pour explorer ces questions importantes pour notre santé, le CADREF vous propose 8 conférences mensuelles interactives d'une durée de 1 heure 30 par Ivan GRIMAL, spécialiste en droit alimentaire.

L'hygiène alimentaire, l'étiquetage des produits (composition, Nutriscore ...) les labels de qualité (AOP, IGP, Label Rouge, BIO...), les contaminants, les additifs, les OGM ... figurent parmi les thèmes qui seront présentés sous l'aspect juridique, scientifique, nutritionnel et illustrés par des exemples concrets et des cas pratiques.

ÉCONOMIE

<u>Professeur</u>	Danielle LECOINTRE	
<u>Lieu</u>	249 rue de Bouillargues	
<u>Jour/Horaire</u>	Groupe 1 : Mardi	14h00 - 15h30
	Groupe 2 : Mardi	15h30 - 17h00
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<u>Tarif</u>	110 €	

Groupe 1 : L'analyse des actualités économiques permettant l'approfondissement des concepts économiques déjà abordés mais aussi l'étude de nouveaux thèmes qui peuvent être choisis lors des derniers cours.

Le cours continuera à être interactif, à base de questionnement de la part des participants et de réponses "savantes" de la part du professeur !!!

Groupe 2 : Les grands problèmes mondiaux ont, entre autres, des origines et conséquences économiques. Comprendre ces problèmes, dont nous parlons tous, exige que soient détenues des connaissances en économie.

Nous commencerons cette année par envisager les fondements de cette connaissance économique de base pour montrer comment les concepts et les outils propres à l'économie, permettent d'interpréter les situations concrètes.

Il y aura donc 2 temps dans le cours :

- Un temps de questionnement de la part des étudiants sur l'actualité économique,
- Un temps d'analyse sur un thème donné (Europe, chômage, mondialisation, crise, croissance, commerce extérieur etc...) visant à permettre d'avoir un regard "savant" sur le monde social et par là de former son esprit à prendre du recul par rapport aux discours médiatiques et au sens commun.

Ce cours a pour ambition de contribuer à la compréhension du monde social de façon rationnelle, permettant ainsi à chacun de participer au débat public de la façon la plus éclairée possible.

Nous commencerons cette année par envisager : Quelle est la nature de l'activité économique ? Quel est l'objet de la science économique ? Le capitalisme, ses fondements et son histoire : la révolution industrielle, le capitalisme entre les 2 guerres, le capitalisme régulé, le capitalisme mondialisé.

GÉOPOLITIQUE

<u>Professeur</u>	Régis VEZON						
<u>Lieu</u>	249, rue de Bouillargues						
<u>Jour/Horaire</u>	Jeudi				9h00 - 10h30		
<u>Dates</u>	13/10	10/11	24/11	08/12	05/01	19/01	02/02
	16/02	16/03	30/03	13/04	11/05	01/06	
<u>Tarif</u>	100 €						

Géopolitique de la France

- La France fait face à de nombreux défis. Saura-t-elle s'adapter et se réinventer ? Ces conférences ont pour objectif de dresser le portrait du territoire métropolitain et ultramarin à toutes les échelles et dans toutes ses dimensions :
- Les dynamiques de peuplement des territoires et les disparités d'installation des 67 millions de Français.
- Les environnements contraints entre valorisation et protection.
- Les cadres de vie qui se renouvellent en profondeur, tant dans les espaces urbains que ruraux.
- Les profondes mutations, sectorielles et territoriales, de l'appareil productif français, pour lesquelles l'échelle locale tient une place croissante.
- Les acteurs de l'aménagement qui s'adaptent au fil des réformes pour mener des politiques d'aménagement et de développement.
- La valorisation des territoires et de leur patrimoine qui fait parfois face à des contestations locales.
- La puissance française, qui reste un acteur majeur sur l'échiquier géopolitique européen et mondial.
- Les enjeux des nouvelles grandes régions : trouver leur place et mener des politiques à toutes les échelles

LES LATINS EN CUISINE (NOUVEAU)

la vie quotidienne à Rome à travers les usages culinaires

<u>Professeur</u>	Martine QUINOT MURACCIOLE							
<u>Lieu</u>	249, rue de Bouillargues.							
<u>Jour/Horaire</u>	Vendredi				10h00 - 12h00			
<u>Dates</u>	07/10	18/11	09/12	06/01	03/02	17/03	07/04	12/05
<u>Tarif</u>	82 €							

Un cours de civilisation romaine en 8 conférences mensuelles de 2 heures par Martine QUINOT MURACCIOLE, Professeure agrégée de lettres classiques.

Chaque séance comportera des aspects théoriques (historiques, archéologiques, textes des auteurs), des illustrations vivantes (art, fiction, cinéma) et une approche concrète (recettes et ateliers culinaires).

Les thèmes abordés : la vie sociale et mondaine, ce que l'on mange et comment on le mange, les principes de cette cuisine métissée et diététique, qui cuisine et comment, l'approvisionnement et la conservation, les repas et banquets.

2 ateliers cuisine : à mi-parcours une séance dégustation/démonstration pour les Saturnales, une fête romaine typique, et un deuxième atelier en fin d'année avec dégustation de mets typiques et éternels.

LA LITTÉRATURE VAGABONDE (NOUVEAU)

<u>Professeur</u>	Muriel ALLE							
<u>Lieu</u>	249 rue de Bouillargues							
<u>Jour/Horaire</u>	Mardi				9h30 - 11h30			
<u>Dates</u>	11/10	15/11	06/12	10/01	07/02	07/03	04/04	16/05
<u>Tarif</u>	82 €							

Ouvrir un livre, c'est partir en voyage. Dans le dédale infini de la bibliothèque, cette année, nous flânerons dans Prague où surgit, au détour des ruelles, la mémoire perdue des poètes tchèques ; nous découvrirons, à Londres, une sirène égarée dans l'atelier de Turner ; nous pisterons, sous l'Empire Ottoman à Istanbul, un peintre assassin, puis, sur l'océan Pacifique, un musicien de génie qui n'a jamais mis pied à terreenfin, dans l'éclat du désert, nous suivrons la caravane des derniers nomades.

- **Images de la bibliothèque** : de la conservation des savoirs au labyrinthe maléfique (depuis l'abbaye bénédictine dans *Le Nom de la rose* d'Umberto Eco, jusqu'au mythe de Babel avec Joyce, mais aussi Hugo, Leopardi, Borges ...)
- **SYLVIE GERMAIN, La pleurante des rues de Prague** : figures de la passante et mémoire mendicante de la poésie tchèque.
- **MARIE NDIAYE, La Naufragée** : fille verte des fjords ou le chant éteint des sirènes (de la fille du Rhin à la Tamise londonienne, poétique d'une noyade dans la couleur)
- **ORHAN PAMUK, Mon nom est rouge** : entre miniature persane et peinture vénitienne, l'image, une obsession mortelle.
- **ALESSANDRO BARICCO Novecento** : du Jazz avant toute chose !
- **Approches de la poésie touareg** :

Si nous n'avons plus de pays, nous pouvons faire du rêve et de la poésie...un pays.
Hawad, poète et peintre.

PARTAGER LA MUSIQUE

<i>Professeur</i>	Pierre BOITET							
<i>Lieu</i>	249, rue de Bouillargues.							
<i>Jour/Horaire</i>	Vendredi				14h30 - 16h30			
<i>Dates</i>	07/10	18/11	09/12	13/01	10/02	17/03	14/04	12/05
<i>Tarif</i>	82 €							

Pourquoi tel thème est-il confié à la clarinette plutôt qu'au violon ? Pourquoi telle mélodie est-elle ponctuée par les timbales ? Pourquoi à tel moment le basson plutôt que le hautbois ?

Toutes ces questions font référence aux couleurs de l'orchestre : comme le peintre choisit ses couleurs, le compositeur choisit ses timbres et utilise la palette des instruments pour réaliser son orchestration. Ce programme permettra de parcourir plusieurs siècles de musique, du baroque à la musique contemporaine et de se familiariser avec la reconnaissance des instruments et leur utilisation au sein de l'orchestre.

Les séances sont illustrées d'exemples musicaux, d'iconographie, de vidéos et d'une approche commentée des partitions, afin de mieux comprendre les « recettes » de composition et d'aller plus loin dans l'émotion. Aucune connaissance technique n'est requise !

Une discographie est fournie à l'issue de chaque séance afin que chacun puisse prolonger ses découvertes musicales et les approfondir selon ses goûts.

- Conférence 1 Les percussions
- Conférence 2 Les bois (1)
- Conférence 3 Les bois (2)
- Conférence 4 Les cuivres
- Conférence 5 Les cordes (1)
- Conférence 6 Les cordes (2)
- Conférence 7 Les voix
- Conférence 8 L'évolution des orchestres, de la période baroque à la période contemporaine

MUSIQUE À VOIR

<u>Professeur</u>	Pierre BOITET				
<u>Lieu</u>	Auditorium de la Médiathèque Carré d'Art				
<u>Jour/Horaire</u>	Mardi			15h00 - 17h00	
<u>Dates</u>	10/01	07/02	14/03	28/03	11/04
<u>Tarif</u>	60 €				

En complément du cycle *Partager la musique*, cinq séances consacrées à des œuvres à voir et à entendre dans leur intégralité ou dans de larges extraits, proposées dans des captations qui ont fait date.

Ces cinq séances auront comme fil conducteur, cette année, l'évocation des peuples dans l'opéra, à travers des épisodes historiques. Sur fond de guerre ou de révolution, le collectif prend ainsi une part décisive dans le ressort dramatique aux côtés des héros traditionnels. Ces opéras permettront ainsi de parcourir quatre siècles de musique.

Accompagnées de quelques repères esthétiques et techniques afin de se familiariser avec les partitions et le livret, ces projections invitent à une immersion dans les œuvres que le format des conférences ne permet pas. Elles ont lieu dans les excellentes conditions visuelles et acoustiques de l'auditorium de la Médiathèque du Carré d'Art.

Séance 1 – *Jules César* de Georg Friedrich Haendel

Séance 2 – *Les vêpres siciliennes* de Giuseppe Verdi

Séance 3 – *Le dialogue des Carmélites* de Francis Poulenc

Séance 4 – *Nixon in China* de John Adams

Séance 5 – *Boris Godounov* de Modeste Moussorgski

(Programme donné sous réserve)

DÉCOUVERTE DE LA PHILOSOPHIE

<i>Professeur</i>	Danièle BOUVILLE							
<i>Lieu</i>	249, rue de Bouillargues							
<i>Jour/Horaire</i>	Jeudi				15h30 - 17h30			
<i>Dates</i>	13/10	17/11	08/12	12/01	09/02	09/03	06/04	25/05
<i>Tarif</i>	82 €							

Les rencontres qui vont se dérouler cette année s'adressent à toutes les personnes qui ont envie de s'intéresser à la philosophie. A la différence du « philosophe professionnel qui n'écrit que pour ses collègues », et qui est « aussi ridicule que le boulanger qui ne préparerait ses pains que pour d'autres boulangers » (Guünther Anders), le souci ici est de démocratiser cet art de penser qu'est la philosophie.

Les questions abordées seront les suivantes :

L'identité : De la recherche de son identité personnelle à la déploration de l'identité nationale qui serait perdue, on examinera les différentes formes identités, quelles soient d'origine ethnique, de classe, de genre ou encore culturelles.

Le libéralisme : Du libéralisme politique qui prône la défense des droits individuels au libéralisme économique qui préconise la liberté du marché, on abordera aussi le néolibéralisme.

La laïcité : A partir de la séparation de l'Église et de l'État dans la loi de 1905, on s'interrogera sur le principe d'impartialité ou de neutralité de l'État à l'égard des confessions religieuses, et le renvoi des affaires spirituelles au domaine de la vie privée.

Le toucher : Avec la pandémie, nous avons pour ainsi dire assisté à la disparition du toucher. Toutefois, ce phénomène était déjà une tendance de la société actuelle nourrie par le développement du virtuel engendré par l'univers numérique dans lequel nous vivons. On s'interrogera sur l'importance de ce sens et sur l'éventuelle possibilité de sa restauration.

Le complotisme : Si on peut considérer à juste titre qu'à travers l'histoire de véritables complots ont bel et bien parfois été orchestrés, on peut en revanche s'interroger sur les raisons qui poussent certains à adhérer aux théories complotistes les plus insensées.

L'éloquence : Traditionnellement, faire preuve d'éloquence se présente comme un art oratoire que l'homme politique doit maîtriser en vue de rallier le peuple à sa cause. Un tel art peut-il s'enseigner ou est-il seulement un don ?

La vulnérabilité : La vulnérabilité est souvent perçue comme une pure et simple faiblesse aussi bien physique que morale. Ainsi, l'individu vulnérable serait démuné face à toute agression, incapable de se défendre et de résister. Mais, à l'instar d'Achille, n'y a-t-il pas en tout individu une part de vulnérabilité ?

L'intelligence : Réservée longtemps au seul penseur, on admet désormais différents types d'intelligence, l'éthologie nous ayant appris à reconnaître sa présence même chez les animaux. Quelles sont ces différents types d'intelligences et quelle place réserver à l'intuition ?

PHILOSOPHIE

<u>Professeur</u>	Alain GUYARD							
<u>Lieu</u>	249, rue de Bouillargues.							
<u>Jour/Horaire</u>	Mardi			10h00 - 12h00				
<u>Dates</u>	18/10	08/11	13/12	03/01	14/02	14/03	11/04	09/05
	Jeudi			14h30 - 16h30				
	20/10	10/11	15/12	05/01	16/02	16/03	13/04	11/05
<u>Tarif</u>	82 €							

Après une première année consacrée au ratage, une seconde à l'excentricité, notre troisième année va se pencher sur le « code de la route ».

Leçon 1 : « **Enjeux théoriques et philosophiques du code de la route** ». Cours d'introduction. Gestion des flux urbains, traitement rationnel des populations. Approche politique. Deleuze et Foucault.

Leçon 2 : « **Décoder le langage de la signalétique urbaine** ». En quoi le code de la route est-il ou n'est-il pas un langage qu'il faut savoir lire ? Approche linguistique. De Saussure et Lacan.

Leçon 3 : « **Qu'est-ce que bien (se) conduire ?** ». Le volant encourage-t-il la muflerie ? Approche éthique. Kant et Carol Gilligan.

Leçon 4 : « **L'autoroute, la route et la déroute** ». Mais où va-t-on et la destination est-elle plus importante que le trajet ? Approche téléologique. Socrate et Maître Dogen.

Leçon 5 : « **Bagnole et masculinité** ». Pourquoi la conduite dite sportive est le moyen de prouver sa virilité. Approche de genre. Simone de Beauvoir et Sylvia Federici.

Leçon 6 : « **Moteur à explosion et Capitalocène** ». La consommation de pétrole, comme condition d'avancée des véhicules et de régression de la planète. Approche écologique. Meadows et Mann.

Leçon 7 : « **L'accident de circulation** ». Dans l'univers rationnel et planifié de la route, comment penser le surgissement de l'imprévu ? Approche métaphysique. Epictète et Lucrèce.

Leçon 8 : « **Le transport en commun et la rêverie intime** ». La vitesse comme dernier changement de régime ontologique, et la rêverie à la vitre comme révélateur de notre âme songeuse. Approche oniro-ontologique. Bachelard et Nietzsche.

DÉCOUVERTE DE LA PSYCHANALYSE (NOUVEAU)

<i><u>Professeur</u></i>	Robert TARANCON							
<i><u>Lieu</u></i>	249, rue de Bouillargues.							
<i><u>Jour/Horaire</u></i>	Jeudi				14h00 - 16h00			
<i><u>Dates</u></i>	13/10	17/11	15/12	12/01	16/02	16/03	13/04	11/05
<i><u>Tarif</u></i>	82 €							

Découverte de la psychanalyse

Historicité : La Psychanalyse n'est pas arrivée du jour au lendemain, elle ne s'est pas imposée non plus sans embuches. Pour la comprendre, voire l'apprécier dans toute sa pertinence, suivons d'abord son parcours, comprenons ses racines.

Comment ça marche ? Quel est ce fonctionnement si subjectif doté d'une telle efficacité ? Quels sont ces principes, ces mouvements, ces topiques qui nous interrogent, nous effrayent, nous rassurent ? Parlons donc de ce qui ne se dit pas. Découvrons-en la cartographie dans l'espace et dans le temps.

Les souffrances invisibles. J'ai mal mais je ne sais pas où, je ne reconnais plus cette personne dans le miroir, quel étranger suis-je donc devenu ? Névroses, Psychoses, Perversions, les grandes lignes pathologiques qui nous gouvernent.

Les spécificités psychanalytiques, le travail du divan, le pouvoir de la parole, la puissance du transfert, cet autre bienveillant qui comprend. Étudions quelques exemples et parlons de vous.

PSYCHOLOGIE

<u>Professeurs</u>	Sandrine PAYRE							
<u>Lieu</u>	249, rue de Bouillargues							
<u>Jour/Horaire</u>	Jeudi				9h00 - 10h30 ou 10h30 - 12h00			
<u>Dates ::</u>	06/10	20/10	10/11	24/11	01/12	15/12	05/01	19/01
	02/02	16/02	09/03	23/03	06/04	20/04	11/05	25/05
<u>Tarif</u>	132 €							

Thèmes des ateliers de psychologie

- De la psychanalyse à la psychologie existentielle : les grands courants de la psychologie
- La synchronicité : hasard ou coïncidence ?
- Croire ou ne pas croire ? Les fondements et ressorts psychologiques de la croyance
- L'argent fait-il le bonheur ?
- Malaise dans la communication...Quand l'expression de soi ne va pas de soi
- Dyspraxiques, dyscalculiques, dysorthographiques : des enfants si dys-férents ?
- Les liens de fratrie : Gémellité, égalité, fraternité ?
- Les liens intergénérationnels : quand les grands-parents s'en-mêlent...
- Narcisse ou l'estime de soi : comment développer une estime de soi éthique ?
- Colère, dépression, stress, anxiété : quand les émotions nous submergent !
- Pas assez, trop ou hyper sensible ? L'hypersensibilité en question...
- Le spectre de l'autisme...
- Du malheur au bonheur d'être soi

CONFÉRENCES DE L'UFC QUE CHOISIR de NIMES

<u>Intervenant</u>	Selon le thème							
<u>Lieu</u>	249, rue de Bouillargues							
<u>Jour/Horaire</u>	Lundi				14h00 - 15h30			
<u>Dates</u>	17/10	07/11	05/12	09/01	06/02	06/03	27/03	05/06
<u>Tarif</u>	72 €							

- Argent – Banque
- Prestation de la maison : prestations mal réalisées, retard etc.
- Assurances
- Commerces : promotions, vente à distance, démarchage etc.
- Santé : hospitalisation, complémentaire santé, consentement aux soins, accès au dossier médical etc.
- Achats courants : panne, tromperie etc.
- Tourisme/ Loisirs : train, avion, hôtel, location etc.
- Affronter un litige : s'informer, négocier, agir....

LANGUES

Chaque niveau comportera grammaire, prononciation, conversation, pratique de la langue dans les situations de la vie courante et du tourisme.

ANGLAIS

<u>Lieu</u> : 249 rue de Bouillargues			
<u>Niveaux</u>	<u>Jours</u>	<u>Horaires</u>	<u>Professeur</u>
Niveau 1	Mardi	10h30 - 12h00	Aliette CHOISY
Niveau 2	Mercredi	13h30 - 15h00	Aliette CHOISY
Niveau 2	Jeudi	10h30 - 12h00	Galina ARTISIEN
Niveau 3	Mercredi	9h00 - 10h30	Aliette CHOISY
Niveau 3	Jeudi	14h00 - 15h30	Galina ARTISIEN
Niveau 4	Mardi	15h30 - 17h00	Aliette CHOISY
Niveau 4	Jeudi	9h00 - 10h30	Galina ARTISIEN
Niveau 5	Lundi	10h30 - 12h00	Galina ARTISIEN
Niveau 5	Mardi	14h00 - 15h30	Aliette CHOISY
Niveau 5	Mercredi	10h30 - 12h00	Aliette CHOISY
Conversation	Jeudi	14h00 - 15h30	Aliette CHOISY
Conversation	Mardi	9h00 - 10h30	Aliette CHOISY
Expression théâtrale	Jeudi	15h30 - 17h00	Aliette CHOISY
Advanced	Lundi	14h00 - 15h30	Jerry PATTERSON
Cours hebdomadaires (26 séances)			
<u>Tarif</u>	130 €		

Expression théâtrale (NOUVEAU)

Quel que soit votre niveau d'anglais, vous pouvez participer à cet atelier. Si vous privilégiez l'oral, c'est dans une ambiance festive et ludique que votre apprentissage de l'anglais vous permettra de mettre à profit vos connaissances et laissera place à la créativité. Apprendre par cœur vous aidera à être les acteurs de votre anglais. C'est par le jeu de rôles, l'expression théâtrale d'épisodes de la vie quotidienne, et la composition de sketches, que vous évaluerez vraiment votre niveau. Les fautes courantes deviendront des sujets de dialogues. Improviser vous donnera de l'assurance. Ambiance garantie !

ESPAGNOL

<i>Lieu</i> : 249 rue de Bouillargues			
<i>Niveaux</i>	<i>Jours</i>	<i>Horaires</i>	<i>Professeur</i>
Niveau 1	Mardi	15h30 - 17h00	Pilar THIERRY
Niveau 2	Mercredi	10h30 - 12h00	Pilar THIERRY
Niveau 3	Mardi	14h00 - 15h30	Pilar THIERRY
Niveau 4	Vendredi	9h00 - 10h30	Yasmine VANDORPE
Niveau 5	Mercredi	9h00 - 10h30	Pilar THIERRY
Conversation	Vendredi	10h30 - 12h00	Yasmine VANDORPE
Cours hebdomadaires (26 séances)			
<i>Tarif</i>	130 €		

ITALIEN

<i>Lieu</i> : 249 rue de Bouillargues			
<i>Niveaux</i>	<i>Jours</i>	<i>Horaires</i>	<i>Professeur</i>
Niveau 1	Mercredi	13h30 - 15h00	Chantal CRIQUI
Niveau 2	Mercredi	15h00 - 16h30	Chantal CRIQUI
Niveau 3	Mardi	9h00 - 10h30	Marie-Christine TRENTINI
Niveau 4	Mardi	10h30 - 12h00	Gilbert GALIAN
Niveau 5	Jeudi	10h30 - 12h00	Gilbert GALIAN
Cours hebdomadaires (26 séances)			
<i>Tarif</i>	130 €		

OCCITAN

<i>Lieu</i> : 249 rue de Bouillargues			
<i>Niveaux</i>	<i>Jours</i>	<i>Horaires</i>	<i>Professeur</i>
Niveau 1&2	Jeudi	14h00 - 15h30	Georges PELADAN
Cours hebdomadaires (26 séances)			
<i>Tarif</i>	130 €		

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

DESSIN D'APRÈS NATURE

<u>Professeur</u>	Nadine JEANJEAN	
<u>Lieu</u>	249, rue de Bouillargues	
<u>Jour/Horaire</u>	Jeudi	10h00 - 12h00
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<u>Tarif</u>	231 €	

Travail d'après nature pour aiguïser le regard de façon à transposer à plat ce que l'on voit en 3D.

Nous aborderons tous les thèmes à l'aide d'exercices : perspectives, transparences, drapés, etc..., personnages, portraits

Cet apprentissage de base permettra à chacun de perfectionner la qualité du trait selon sa sensibilité et la composition d'un dessin dans un format donné.

PEINTURE À L'HUILE

<u>Professeur</u>	Nadine JEANJEAN	
<u>Lieu</u>	249, rue de Bouillargues	
<u>Jour/Horaire</u>	Mercredi	10h30 - 12h30
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<u>Tarif</u>	231 €	

Travail d'après nature pour apprendre à composer un tableau.

Apprentissage, à l'aide d'exercices, du mélange des couleurs, des harmonies, des contrastes, des gris colorés, des primaires et complémentaires, des ombres et lumières, des perspectives, des transparences etc ... afin de créer une œuvre à chaque exercice. Le but est que chacun trouve sa propre écriture selon sa sensibilité, avec de bonnes bases.

SCULPTURE – MODELAGE

<i>Professeur</i>	Nadine JEANJEAN	
<i>Lieu</i>	249, rue de Bouillargues	
<i>Jour/Horaire</i>	Mercredi	13h30 - 15h30
	Mercredi	15h45 - 17h45
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<i>Tarif</i>	231 €	

Débutants et avancés se côtoient dans le même cours car chacun progresse à son rythme. Initiation au modelage par un enseignement académique.

Compréhension des plans et des axes par la reproduction d'œuvres d'art.

Conseils techniques de proportions et d'équilibre.

Travail d'après nature, d'après photo ou d'imagination.

Cet apprentissage de base permet ensuite de se libérer de l'académisme des débuts pour créer selon sa propre sensibilité tout en respectant l'équilibre et l'harmonie dans l'espace.

ATELIER CHANT

<i>Professeur</i>	Ruy RODRIGUES	
<i>Lieu</i>	Maison des Associations, 2 impasse Jean Macé	
<i>Jour/Horaire</i>	Mercredi	10h30 - 12h00
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<i>Tarif</i>	110 €	

Premier instrument naturel de chacun, la voix reste le meilleur vecteur de la pensée musicale.

Le choriste de l'atelier chant, dirigé par Ruy Rodrigue, se fera plaisir au sein de cet ensemble vocal, au répertoire parcourant toutes les époques.

Dans cet atelier, sont travaillés le solfège, l'analyse, la technique vocale, la respiration, la phonétique pour les œuvres chantées en langues étrangères...

Ce cours s'adresse à ceux qui, musiciens ou non, aiment chanter à plusieurs voix et qui ont envie de se détendre. Un concert de fin d'année permet de mesurer les progrès accomplis.

Voilà de quoi alimenter une expérience chorale riche et expressive.

ATELIER THÉÂTRE (NOUVEAU)

<i>Professeur</i>	Jean-Émile BOUSQUET	
<i>Lieu</i>	249, rue de Bouillargues	
<i>Jour/Horaire</i>	Lundi	9h30 - 11h30
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<i>Tarif</i>	231 €	

Avant tout un atelier collectif ludique pour une découverte du théâtre côté coulisses. Le comédien se sert de son corps comme d'un instrument, mais comme pour les autres instruments une technique d'appropriation est nécessaire.

Pour cette première approche, nous proposerons des exercices autour de la pose, de la voix, du corps en mouvement, de mises en situation dans un espace scénique, d'improvisations...

Viendra ensuite un travail sur le texte, l'interprétation, la création d'un personnage. L'objectif clairement annoncé est de vivre un moment convivial, source de détente et de plaisir... et pourquoi pas une représentation théâtrale devant un public amical.

Ce qui m'anime !

Être toujours attentif aux besoins des élèves, être respectueux, à l'écoute du rythme de chacun.

Proposer des moments de rire et de partage, une « bulle » hors du temps...

Donner, redonner la confiance en soi, ne jamais mettre une personne en « danger ».

Faciliter la découverte de soi-même et des autres.

Toujours encourager, donner envie, communiquer l'amour des mots, de leur représentation au théâtre.

ACTIVITÉS PHYSIQUES

Activités physiques, de bien-être, de forme :

Le CADREF vous propose un choix d'activités visant à améliorer votre santé, votre bien-être en restant plus longtemps autonome.

Plusieurs formules sont proposées dans des encadrements et lieux géographiques différents qui vous sont précisés pour chaque discipline.

Important :

Pour toutes les activités physiques
un certificat médical est obligatoire pour l'inscription.

AQUAGYM

Plus ludique que la natation et sans limite d'âge, l'aquagym combine de nombreux avantages. Les bienfaits sont nombreux : pas de courbatures, pas de risque de claquage ou d'élongation, amélioration de la souplesse des articulations, de la tonicité musculaire, accroissement de la capacité de l'appareil pulmonaire et cardio-vasculaire, raffermissement du corps. **Il faut savoir que 20mn d'aquagym apportent les mêmes bénéfices que 45mn d'exercices au sol. Conclusion : du plaisir en plus, de l'effort en moins et le bien-être assuré !**

Bonnet obligatoire, short et bermuda interdits.

AQUAGYM À AQUATROPIC

<u>Lieu</u>	39 chemin de l'Hostellerie (Ville active)	
<u>Jour/Horaire</u>	Lundi	11h15 - 12h00
	Vendredi	10h15 - 11h00
Cours hebdomadaires		
<u>Tarif</u>	130 € (20 séances)	

AQUAGYM À NEMAUSA

<i><u>Lieu</u></i>	120 avenue de la Bouvine (face au stade des Costières)	
<i><u>Jour/Horaire</u></i>	Mardi	16h00 - 16h45
	Jeudi	11h15 - 12h00
	Samedi	10h15 - 11h00
Cours hebdomadaires		
<i><u>Tarif</u></i>	130 € (20 séances)	

Activités aquatiques à BODYPUR

« Bodypur » Club privé spécialisé dans l'Aquabike et l'Aquagym !

Le sport, et en particulier tous les avantages de l'Aquasport, permet de se maintenir en bonne condition et forme.

Venez prendre soin de votre santé avec nos séances en petit groupe, accompagné par notre équipe de Coach expérimentés.

Le tout dans l'ambiance « cosy » d'un club familial.

Lors de votre première séance, un badge d'accès au Club à 20€ sera à régler directement auprès de Bodypur. Badge à conserver et réutilisable les années suivantes.

Les séances manquées en cas d'absence ne sont pas rattrapées.

Important : Certificat médical obligatoire pour l'inscription.

AQUABIKE

<i>Lieu</i>	Bodypur, 48 rue Louis Lumière-30900 Nîmes (ZAC St Césaire)	
<i>Jour/Horaire</i>	Mardi	11h15 – 12h00
	Jeudi	11h15 – 12h00
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<i>Tarif</i>	263 €	

LA valeur sûre pour tonifier et remodeler rapidement votre silhouette. Le vélo dans l'eau permet de travailler jambes, fessier, endurance et capacité cardio-vasculaire... en brûlant plus de 600 Kcal/séance !

Stimulant, emporté par l'énergie du Coach, l'effet de groupe et la musique, obtenez des résultats rapidement, tout en préservant vos articulations grâce à l'Aqua Bike !

Combinez les bienfaits du cyclisme avec ceux de l'effet hydro-massage.

AQUAMIX

<u>Lieu</u>	Bodypur, 48 rue Lumière-30900 Nîmes (ZAC St Césaire)	
<u>Jour/Horaire</u>	Lundi	16h15 - 17h00
	Mercredi	11h15 - 12h00
	Jeudi	16h15 - 17h00
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<u>Tarif</u>	263 €	

Exclusivité Bodypur... cumulez en 1 séance tous les bénéfices de l'Aqua Bike et de l'Aqua Gym !

Ces séances vous font travailler l'ensemble du corps : jambes, fessier, endurance, capacité cardio-vasculaire, bras, épaules, abdominaux.

L'alliance parfaite de l'Aqua Bike et de la Aqua Gym pour votre bien-être !

AQUACIRCUIT

<u>Lieu</u>	Bodypur, 48 rue Louis Lumière-30900 Nîmes (ZAC St Césaire)	
<u>Jour/Horaire</u>	Mercredi	16h15 - 17h00
	Vendredi	11h15 - 12h00
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<u>Tarif</u>	263 €	

Innovation Bodypur pour des séances complètes, variées et toujours différentes ! L'Aqua Circuit, est un circuit enchainant 3 ateliers, avec différents accessoires (bike, trampoline aquatique*, frites, haltères en mousse, élastiques, gants boxe, steps, ...). Cette activité allie renforcement musculaire et cardio-vasculaire, afin de faire travailler l'ensembles du corps.

Le changement régulier d'exercices, offre une séance à la fois ludique, complète, dynamique et en toute sécurité.

* trampoline aquatique n'a rien à voir avec le trampoline terrestre ! Il est sans difficulté, sans impact et sans douleur... car l'eau vous retient et amortie. Effets bénéfiques sur les jambes, les abdos et le cardio.

Activités physiques qui ont lieu au :

6 rue Cart à Nîmes :

Encadrement médical par des kinésithérapeutes.

Équipement : Venir en tenue souple et confortable. Prévoir des chaussettes aux pieds et apporter une serviette.

Important : Certificat médical obligatoire pour l'inscription.

GYM DOUCE (rue Cart)

<i>Professeur</i>	Bastien MARTIN-PONGE	
<i>Jour/Horaire</i>	Mardi	11h00 - 12h00
	Jeudi	10h00 - 11h00
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<i>Tarif</i>	173 €	

« Ce cours est destiné aux personnes sédentaires souhaitant (re)découvrir une activité physique douce à leur portée : Pour une meilleure souplesse, Pour raffermir les muscles, Pour une respiration plus ample, plus aisée, Pour une plus grande concentration et relaxation, Pour un corps plus vivant, pour se sentir mieux dans sa peau. »

YOGA (rue Cart)

<i>Professeur</i>	Alexandre BESSER	
<i>Jour/Horaire</i>	Jeudi	14h30 - 15h30
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<i>Tarif</i>	173 €	

« La pratique physique, convenant à tous, sera orientée vers un travail favorable au dos, avec des exercices adaptés, simples, doux, d'étirements, d'assouplissements, de renforcement du corps. Une place importante sera réservée à la respiration, à la détente et à la concentration. La pratique mentale ne sera pas oubliée. Un tout pour améliorer la santé et atténuer les tensions nerveuses et psychiques. »

Activités physiques qui ont lieu au CADREF:

249 rue de Bouillargues

Important : Certificat médical obligatoire pour l'inscription.

BODY ZEN

<i>Professeur</i>	Nathalie HENOT	
<i>Lieu</i>	249 rue de Bouillargues	
<i>Jour/Horaire</i>	Lundi	14h00 - 15h00
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<i>Tarif</i>	173 €	

Inspirée des gym douces du monde, cette technique tendance & déstressante allie plusieurs disciplines harmonieuses et complémentaires :

Qi Gong, do in visage, méditation, yoga, stretching, relaxation...

PILATES

<i>Professeur</i>	Nathalie HENOT	
<i>Lieu</i>	249 rue de Bouillargues	
<i>Jour/Horaire</i>	Lundi	15h00 - 16h00
	Mardi	10h00 - 11h00
	Mardi	14h00 - 15h00
	Vendredi	10h00 - 11h00
	Vendredi	11h00 - 12h00
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<i>Tarif</i>	173 €	

La méthode Pilates est basée sur des exercices physiques, de respiration et de concentration, on travaille les muscles profonds de tout le corps en souplesse et sans heurt. La pratique et la respiration seront adaptées à la situation sanitaire.

SOPHROLOGIE

<u>Professeur</u>	Nathalie HENOT	
<u>Jour/Horaire</u>	Mardi	11h00 - 12h00
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<u>Tarif</u>	173 €	

Objectifs : santé, bien-être, détente, équilibre général et vitalité. Ses techniques de relaxations, basées sur la respiration, la mémoire, la concentration..., permettent d'aborder la vie en toute sérénité, sans stress, ni tensions inutiles.

YOGA DOUX & RELAXATION

<u>Professeur</u>	Nathalie HENOT	
<u>Jour/Horaire</u>	Lundi	13h00 - 14h00
	Mardi	9h00 - 10h00
	Mardi	15h00 - 16h00
	Vendredi	9h00 - 10h00
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<u>Tarif</u>	173 €	

Centré sur la respiration et les sensations, **le yoga doux** tend à un apaisement global, une harmonie entre tonicité musculaire et relâchement intérieur. Cet atelier permet l'accès en douceur aux différentes postures classiques du yoga, et d'atténuer progressivement toutes tensions corporelles. Les étirements calment le mal de dos et participent à un meilleur fonctionnement du système digestif.

INITIATION GOLF

Niveau 1 : Pour les débutants ou les personnes ayant très peu de pratique. Matériel prêté sur place.

Niveau 2 : Pour les personnes ayant effectué au minimum une session de golf avec le Cadref et qui jouent occasionnellement. Il faut être équipé de son propre matériel.

Niveau 3 : Pour les joueurs qui pratiquent régulièrement avec un niveau équivalent à la « carte verte ». Il faut être équipé de son propre matériel.

1^{ère} session : 8 séances d'1h00 à partir du **3 octobre**

2^{ème} session : 8 séances d'1h00 à partir du **6 mars**

<u>Lieu</u>	Golf de Vacquerolles		
<u>Professeur</u>	Emmanuel THOMAS		
<u>Jour/Horaire</u>	Niveau 1	Mardi	10h00 - 11h00
	Niveau 2	Mercredi	9h00 - 10h00
	Niveau 3	Mardi	14h00 - 15h00
	Niveau 3	Jeudi	11h00 - 12h00
	Niveau 3	Vendredi	9h30 - 10h30
	Niveau 3	Vendredi	10h30 - 11h30
<u>Professeur</u>	Romain DURY		
<u>Jour/Horaire</u>	Niveau 1	Mardi	14h00 - 15h00
	Niveau 2	Mardi	11h00 - 12h00
	Niveau 3	Lundi	11h00 - 12h00
Cours hebdomadaires			
<u>Tarif</u>	1 ^{ère} session : 110 €		
	2 ^{ème} session : 110 €		

<u>Lieu</u>	Golf de Campagne		
<u>Professeur</u>	Romain CORTEZ		
<u>Jour/Horaire</u>	Niveau 1	Lundi	14h00 - 15h00
	Niveau 2	Mardi	14h00 - 15h00
	Niveau 3	Mardi	15h00 - 16h00
Cours hebdomadaires			
<u>Tarif</u>	1 ^{ère} session : 110 €		
	2 ^{ème} session : 110 €		

VISITES GUIDÉES

<u>Guides conférencières</u>	Sylvie TOUSSAINT et Claire-Lise CREISSEN
<u>Jour/Horaire</u>	Mardi ou Jeudi
Programme communiqué en début de trimestre.	
<u>Tarif</u>	Prix à la visite, voir le programme.

Une fois par mois une sortie culturelle est proposée, le mardi ou le jeudi, par nos 2 guides conférencières : Sylvie TOUSSAINT et Claire Lise CREISSEN. Ces visites se déroulent sur une journée ou sur 1/2 journée selon le thème et la destination. Les points d'arrêt du bus sont : Rond-point du Casino de La Calmette, Route de Sauve, Séverine et Stade des Costières.

Un programme détaillé sera communiqué en début de trimestre. Les inscriptions/règlements seront déposés ou envoyés au secrétariat du CADREF au plus tard 10 jours avant la date de la visite (un chèque par visite). Nous vous encourageons à grouper vos inscriptions en début de trimestre car le nombre de places est limité.

Les chèques ne sont encaissés qu'après la visite.

RAPPEL DES TARIFS

Histoire de l'Art	82 €	Les Latins en Cuisine	82 €
Histoire des Civilisations	110 €	Ateliers de Criminalistique	82 €
Histoire des Religions	100 €	Philosophie	82 €
Histoire Régionale	110 €	Approches de l'art contemporain	82 €
Histoire Contemporaine	110 €	La Littérature vagabonde	82 €
Histoire des Peuples d'Europe	100 €	Découverte de la Philosophie	82 €
Histoire des Mythologies 1	110 €	Partager la Musique	82 €
Histoire des mythologies 2	72 €	Astrophysique	82 €
Histoire Médiévale et Moderne	110 €	Musique à voir	60 €
Les religions du Monde Romain	110 €	Géopolitique	100 €
Histoire de la Russie	110 €	UFC que choisir	72 €
Le Western	110 €	Économie	110 €
Histoire Politique de la France	100 €	Botanique	110 €
La Grande Russie	110 €	Psychologie	132 €
Analyse cinématographique	150 €	Archéologie régionale	51 €
Droit alimentaire	72 €		

Cours de Langues	130 €
Dessin - Aquarelle - Peinture - Sculpture - Théâtre	231 €
Atelier chant	110 €
Aquagym Nemausa - Aquatropic - Fenouillet	130 €
Bodypur Aqua bike, Aqua mix, Aqua circuit	263 €
Gym Douce - Yoga	173 €
Yoga doux - Sophrologie - Pilates - Body Zen	173 €
Golf	110 €

Visites guidées : prix à la visite.

BULLETIN D'INSCRIPTION 2022/2023

NOM :

PRÉNOM :

Adresse :

Code Postal : **Ville :**

Tél. Fixe : **Tél. Mobile :**

Email :

Année de Naissance : **Sexe :** F H

S'il s'agit d'une 1^{ère} inscription comment avez-vous connu le Cadref ?

Publicité Recommandation

Quelle est votre situation professionnelle ?

Retraité(e) En activité En activité partielle En recherche d'emploi

Quelle est ou a été votre origine professionnelle ?

Agriculteur Artisan, Commerçant, Chef d'entreprise
 Enseignant Cadre fonction publique ou privée
 Profession libérale Employé public ou privé Ouvrier

***L'adhésion sous-entend l'acceptation du Règlement Intérieur,
des Conditions Générales d'Adhésion et d'Inscription.***

PAIEMENTS FRACTIONNÉS :

Le 1^{er} chèque ou prélèvement doit être d'un montant supérieur ou égal à 50€

Vous avez la possibilité de régler en 3 ou 4 fois, soit :

- Par **chèque**, en les renvoyant avec votre bulletin d'inscription, ils seront mis à l'encaissement à un mois d'intervalle autour du 15 du mois. **Pas de centimes SVP.**
- Par **prélèvement**, en renvoyant le mandat de prélèvement signé accompagné de votre RIB/IBAN. **Pas de centimes SVP.**

JOURNÉES PORTES OUVERTES LES 20 ET 21 SEPTEMBRE 2022

Retrouvez tous les programmes détaillés sur : www.cadref.com

Carte d'étudiant à disposition au CADREF
sinon merci d'envoyer une enveloppe timbrée à votre adresse.

Veillez indiquer les disciplines choisies :

Discipline 1 :		Niveau :		Tarif :	
		Jour :			
Professeur :		Horaire :			
Discipline 2 :		Niveau :		Tarif :	
		Jour :			
Professeur :		Horaire :			
Discipline 3 :		Niveau :		Tarif :	
		Jour :			
Professeur :		Horaire :			
Discipline 4 :		Niveau :		Tarif :	
		Jour :			
Professeur :		Horaire :			
Discipline 5 :		Niveau :		Tarif :	
		Jour :			
Professeur :		Horaire :			
Discipline 6 :		Niveau :		Tarif :	
		Jour :			
Professeur :		Horaire :			

Sous Total :

Cotisation : + 50 €

Pour le Fonds de Solidarité Culture je fais un don de (donnant droit à réduction d'impôt) :

Total :

Soutien (voir conditions d'éligibilité page 59) : - 35 €

(Joindre impérativement l'avis d'imposition 2022 avec revenu fiscal de référence) _____

Total :

Bulletin à renvoyer, accompagné du règlement et d'une enveloppe timbrée à votre adresse au CADREF, 249 rue de Bouillargues, 30000 NÎMES.

ÉCHÉANCIER POUR L'ANNÉE 2022/2023

Le 1^{er} prélèvement doit être égal ou supérieur à 50€.

Les prélèvements se font autour du 15 du mois.

Pas de centimes SVP

Montant total dû : . , 0 0 €

Dates au format mois/année

1^{er} prélèvement : . , 0 0 € /

2^{ème} prélèvement : . , 0 0 € /

3^{ème} prélèvement : . , 0 0 € /

4^{ème} prélèvement : . , 0 0 € /

LA GESTION DU CADREF

LE CADREF EST → UNE ASSOCIATION → GÉRÉE PAR SES ADHÉRENTS

L'implication des adhérents est une condition essentielle pour assurer la pérennité de l'association.

Les adhérents élisent des délégués qui élisent un Conseil d'Administration. Les fonctions de Délégué et d'Administrateur sont exercées à titre bénévole. La motivation nécessaire pour exercer ces fonctions trouve sa justification dans la mission d'intérêt général assurée par l'Association : **ouverture à la culture pour tous et maintien du lien social.**

LA GESTION ADMINISTRATIVE DE L'ASSOCIATION

Elle est entièrement prise en charge par :

Nathalie FAUCHER, Directrice

Isabelle WEILL, Adjointe

LES MEMBRES DU BUREAU

Simone CLEMENT, Présidente, Monique ALLIER CHAY, Vice-Présidente, Jean Pierre HERMANTIER, Trésorier, Elisabeth JABOT, Secrétaire, Daniel JULIEN, Trésorier Adjoint, Christian COLSON, Secrétaire Adjoint, Claude CHARDOUNAUD, Jean-Michel FABRE et Hélène LALIS, Chargés de Mission.

LE FONDS DE SOLIDARITÉ CULTURE

Le Conseil d'Administration du CADREF a décidé en 2019 de constituer un Fonds de Solidarité Culture. Celui-ci a pour objectif de favoriser l'accès aux cours organisés par notre association pour les adhérents disposant de revenus modestes, en leur accordant une aide à l'inscription. Il s'agit d'un fonds dédié qui est alimenté :

- 1) par les dons effectués par les adhérents désireux de participer à cette action solidaire, soit en permettant l'arrondi du montant de leur(s) inscription(s), soit en adressant directement un don au CADREF. Il est rappelé que notre association étant reconnue d'intérêt général, les donateurs continueront à bénéficier d'une réduction d'impôt égale à 66% du montant de leur don.
- 2) par les subventions accordées par les collectivités territoriales au titre du Fonds de Solidarité Culture.
- 3) par les dons effectués par les entreprises et organismes privés au titre du Fonds de Solidarité Culture dans le cadre des dispositions du Code Général des Impôts.

Le Conseil d'Administration du CADREF définit chaque année le montant de l'aide accordée et les conditions que doivent remplir les adhérents pour pouvoir bénéficier de cette aide. Le Fonds de Solidarité Culture est redistribué chaque année dans la limite des ressources affectées.

Pour l'année 2022-2023, une aide à l'inscription de 35 € pourra être accordée aux adhérents qui, sur l'avis d'impôt 2022, justifient d'un Revenu Fiscal de Référence inférieur à 15 547 € pour une personne seule et à 29 008 € pour un couple soumis à imposition commune.

CADREF
BULLETIN DE CANDIDATURE
aux élections de délégué(e)s
2022/2023

Je, soussigné

déclare être candidat(e) aux élections de délégué(e)s

2022/2023, pour la discipline ou activité :

.....

Niveau :

Jour et horaire :

Nom de l'enseignant :

Fait à :

Le :

Signature :

LES DÉLÉGUÉS DE COURS

Ils ont un rôle statutaire : Participation chaque année à l'Assemblée Générale : vote du compte financier et tous les 3 ans, élection d'un nouveau Conseil d'Administration.

Ils ont un rôle fonctionnel : au sein de leur cours, liens entre les étudiants, les Professeurs, l'Administration.

Modalités pratiques.

Le délégué de cours est élu, en début d'année universitaire, pour 1 an, par les adhérents du cours dans la proportion de 1 délégué pour 1 à 20 étudiants.

Pour déposer votre candidature, il suffit de remplir le bulletin ci-dessus et de le retourner au Secrétariat du Cadref avec votre inscription : par courrier ou sur place au Cadref. L'élection des Délégués aura lieu, dans chaque cours, à partir de la 2^{ème} semaine de la rentrée.