



C.A.D.R.E.F.

Université de la Culture Permanente
Secrétariat : 249 rue de Bouillargues
30000 NÎMES

www.cadref.com
contact@cadref.com

 : 04.66.36.99.44

**UNIVERSITÉ de la CULTURE PERMANENTE
et du TEMPS LIBRE**



CADREF du Gard

ALÈS

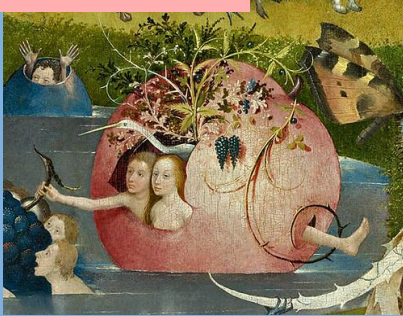
2025-2026

Association reconnue d'intérêt général.

*Ouverte à toute personne sans condition d'âge, de domicile,
de diplôme ou de niveau scolaire ou universitaire.*

REPRISE DES COURS le LUNDI 29 SEPTEMBRE 2025

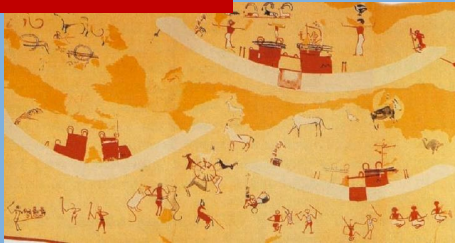
HISTOIRE DE L'ART



HISTOIRE MODERNE



L'ÉGYPTE ANCIENNE



HISTOIRE DE LA RUSSIE



PARTAGER LA MUSIQUE



Nouveau !

MUSIQUE à VOIR



40 ANS ÇA SE FÊTE !

Le mot du CADREF en personne

Mes chers adhérents,

Quelle histoire ! Je vais avoir 40 ans !

Qui aurait dit que moi, humble comité de retraités créé à l'initiative du Conseil Général du Gard en 1986, je défierais ainsi le temps et passerais du 20^e au 21^e siècle ?

Je n'ai pas voulu perdre mon nom d'origine : "CADREF", que tout le monde connaît sans savoir exactement ce qu'il signifie (je précise : **Comité d'Animation De Réflexion Et de Formation**).

Puis l'on a ajouté à mon nom : UNIVERSITÉ DE LA CULTURE PERMANENTE ET DU TEMPS LIBRE.

Université : Au CADREF Université on trouve, sur 7 sites du Gard, des professeurs de qualité, des étudiants hyper motivés et une grande diversité de cours et d'activités. Pas besoin de diplôme pour y entrer. On se laisse guider par ses goûts, ses envies, ses attentes, sans l'angoisse des notes et des examens. Que du plaisir !

Culture Permanente et Temps Libre : J'aime à penser que chacun de mes adhérents, libre de son temps, choisit la culture, qui rime avec ouverture : ouverture d'esprit, ouverture au monde, ouverture aux autres.

Et je crois profondément que si je suis encore là, toujours vivace après 40 ans, c'est parce que je m'efforce de continuer à apporter à mes 2500 "followers" actuels, *le plaisir d'apprendre, la convivialité des échanges, et parfois même la jubilation que peuvent procurer certains cours*. D'ailleurs je suis devenu une association -excusez du peu- reconnue d'intérêt général.

Mais ne croyez pas que ma vie fut un long fleuve tranquille. *Bien sûr nous eûmes des orages*, comme chantait le grand Jacques. Par deux fois mon existence a été mise en péril : en 2005 à la suite du profond désengagement financier du Conseil Général, puis en 2020 lorsque la crise sanitaire due au Covid a entraîné la chute brutale du nombre d'inscriptions.

Mais à chaque fois, c'est *la solidarité* de toute la communauté du CADREF qui m'a permis de résister et de poursuivre ma mission.

La solidarité de mes adhérents s'exprime aussi à travers les dons, ne serait-ce que 1 ou 2 €, qu'ils ont la possibilité de faire à chaque rentrée, pour alimenter *le Fonds de Solidarité Culture*. Celui-ci permet d'accorder une aide à l'inscription aux adhérents qui disposent de revenus modestes. Surtout pensez-y au moment de vous inscrire !

Alors vive mes chers adhérents ! Vive mes chers professeurs ! Vive ma chère équipe ! Et vive moi... euh pardon *vive l'esprit CADREF !*

Souhaitons-nous un très joyeux anniversaire !

Et une très belle quarantième rentrée !

Associativement vôtre

Le CADREF Université de la Culture Permanente et du Temps libre du Gard

Sommaire

MODALITÉS D'INSCRIPTION.....	3
VACANCES SCOLAIRES.....	4
HISTOIRE	5
HISTOIRE DE L'ART	5
L'ÉGYPTE ANCIENNE	6
HISTOIRE MODERNE.....	7
HISTOIRE DE LA RUSSIE	8
SCIENCES HUMAINES	9
ATELIERS DE CRIMINALISTIQUE	9
DÉCOUVERTE DE LA PSYCHANALYSE.....	10
GÉOPOLITIQUE	11
PARTAGER LA MUSIQUE.....	12
MUSIQUE A VOIR (NOUVEAU)	12
PSYCHOLOGIE (NOUVEAU).....	13
GÉNÉALOGIE	14
CONFÉRENCES SCIENTIFIQUES A NÎMES	15
LANGUES	16
ANGLAIS	16
ESPAGNOL.....	16
ITALIEN	17
OCCITAN.....	17
ACTIVITÉS PHYSIQUES	18
GYM DOUCE & RELAXATION.....	18
PILATES	18
YOGA	19
GOLF (NOUVEAU)	19
RANDOS ET DÉCOUVERTES.....	20
VISITES GUIDÉES.....	21
BULLETIN D'INSCRIPTION 2025/2026	23
MANDAT DE PRÉLÈVEMENT SEPA individuel	25
BULLETIN DE CANDIDATURE aux élections de délégué(e)s.....	28

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, Le Pays de Sommières/Aspères/Lecques 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.

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**".

En cas de demande d'annulation d'inscription, voir l'**article 5** des "**Conditions Générales d'Adhésion et d'Inscription**". Aucun remboursement ne sera possible en cas de demande formulée au-delà d'1 mois après le début de l'activité concernée.

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

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

Par courrier

En envoyant le bulletin d'inscription accompagné de votre règlement (de préférence par prélèvement) 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 1er septembre.

Ou sur place

Du lundi 1er septembre au vendredi 26 septembre de 9h00 à 11h30 et de 14h00 à 16h30 sauf les après-midi du mercredi et du vendredi, à l'Espace André Chamson.

Après cette période, les inscriptions se poursuivront toute l'année à partir du 30 septembre, le mardi et le mercredi de 16h30 à 18h00 à la permanence : Espace André Chamson, 2 place Henri Barbusse, à Alès ou au siège du CADREF à Nîmes, par courrier.

Inscriptions au FORUM des ASSOCIATIONS le 6 SEPTEMBRE

Le bulletin d'inscription pour l'année 2025/2026 est disponible page 23

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** ou **à Alès au 06.09.91.03.73 toute l'année.**

LES TARIFS 2025-2026

Adhésion à l'association : La cotisation reste d'un montant de **56 €**

Coût réel : 19,04 € grâce à la réduction d'impôt de 66% (soit 36,96 €) qui est accordée parce que le CADREF est une association reconnue d'intérêt général.

L'adhésion au CADREF permet de s'inscrire aux activités de tous les sites (voir les programmes sur le site internet www.cadref.com).

Frais d'inscription aux cours :

Pour chaque discipline, le tarif est indiqué pour l'ensemble des séances de l'année.

Si pour chaque discipline on calcule le tarif horaire, on constate que 82% des cours ont un tarif compris entre 3 et 6 € / heure. *Autrement dit, plus de 8 cours sur 10 coûtent moins de 6 € / heure.*

Grâce au Fonds de Solidarité Culture, **une réduction de 40 €** peut être accordée sur la première inscription aux adhérents qui disposent de revenus modestes (**voir les conditions** dans le chapitre "Le Fonds de Solidarité Culture" page 27).

Ce Fonds est alimenté par les dons effectués par les adhérents (ne serait-ce que 1 ou 2€, ou plus) au moment de leur inscription. Ces dons donnent droit à une réduction d'impôt de 66%.

DÉROULEMENT DE L'ANNÉE UNIVERSITAIRE

REPRISE DES COURS LE LUNDI 29 SEPTEMBRE 2025

VACANCES SCOLAIRES

TOUSSAINT : Du 18 octobre au soir au 3 novembre au matin

PONT DU 11 NOVEMBRE : Du 8 novembre au soir au 12 novembre au matin

NOEL : Du 20 décembre au soir au 5 janvier au matin.

HIVER : Du 21 février au soir au 9 mars au matin.

PRINTEMPS : Du 18 avril au soir au 4 mai au matin.

ASCENSION : Du 13 mai au soir au 18 mai au matin.

FIN DES COURS hebdomadaires (26 séances) :

Lundi 8 juin, mardi 26 mai, mercredi 20 mai, jeudi 28 mai et vendredi 5 juin.

LIEUX DES COURS :

Salle du Capitole – Face à la Mairie d'Alès

Espace André Chamson – Alès

Golf club de Ribaute

HISTOIRE

HISTOIRE DE L'ART

<u>Professeur</u>	Muriel ALLE							
<u>Lieu</u>	Salle du Capitole – Face à la Mairie d'Alès							
<u>Jour/Horaire</u>	Jeudi				14h00 - 16h00			
<u>Dates</u>	06/11	27/11	04/12	08/01	05/02	12/03	09/04	07/05
<u>Tarif</u>	89 €							

- **L'art des Camées** : prouesses miniatures de coquillages en pierres sculptées.
- **La galerie Psyché** du château de Chantilly : où le vitrail raconte les mythes érotiques de l'origine.
- **Helene Schjerfbeck** : l'exigence du portrait de soi.
- **Cycle Madrid** : promenade dans les musées de la capitale autour de Velázquez, Picasso et Goya.
- **Jérôme Bosch** : visite guidée en paradis.
- **Abbas KIAROSTAMI** *Où est la maison de mon ami ?*
- **Patrick Neu** : éloge et poésie de la lenteur.
- **Histoires de fous !!**

L'ÉGYPTE ANCIENNE

<u>Professeur</u>	Jean-Pierre PATZNICK							
<u>Lieu</u>	Salle du Capitole – Face à la Mairie d'Alès							
<u>Jour/Horaire</u>	Mercredi				14h30 - 16h30			
<u>Dates</u>	15/10	26/11	07/01	21/01	18/02	18/03	15/04	20/05
<u>Tarif</u>	89 €							

Notre voyage au - Pays bien aimé – se poursuit. Venez découvrir une Egypte fascinante, celle des toutes premières dynasties. Après avoir assisté à la naissance de cette prestigieuse civilisation sur les rives du Nil et avoir été témoin de ses premiers balbutiements au Ve et IVe millénaire, cette année-ci va nous conduire à assister à ses tout premiers pas dans l'Histoire, à son ouverture au monde. Après l'unité culturelle, le temps est venu de l'unité politique du pays avec un focus sur les Dynastie O et Ire Dynastie, déterminantes à cet égard.

Premiers dieux, premiers pharaons, premières reines pharaons, sacrifice humain, célébration du renouvellement des forces vitales du Souverain, relations internationales, conceptions religieuses, architecture funéraire, administration, société seront parmi les nombreux thèmes que nous aborderons, effleurons ensemble, nous immergeant ainsi dans un monde qui ne manquera pas de nous surprendre tant il était à la fois si proche et si étrange de nos conceptions de vie et de mort.

- Dans les pas des Premiers Pharaons : la Dyn. 0
- Le Premier Empire Égyptien et Horus Abou / Nâr-mer
- Le Pouvoir d'une Famille : la Ire Dynastie
- Aux origines des Premières Femmes Pharaons
- Une double nécropole royale pour un souverain : Saqqâra
- Une double nécropole royale pour un souverain : Abydos – Oum el-Qaab
- Les Tombes Subsidiaries et leurs propriétaires : victimes sacrificielles ?
- La Fête Sed et le Sacrifice humain entre mythe et réalité

HISTOIRE MODERNE

<i>Professeur</i>	Dominique BILOGHI							
<i>Lieu</i>	Salle du Capitole – Face à la Mairie d’Alès							
<i>Jour/Horaire</i>	Mercredi				9h00 - 12h00			
<i>Dates</i>	08/10	19/11	10/12	07/01	04/02	18/03	01/04	27/05
<i>Tarif</i>	119 €							

HISTOIRE de la CONSTRUCTION DES ÉTATS MODERNES EN EUROPE (XVe-XVIIIe s.) : le siècle de « Louis le Grand »

Le programme, consacré au règne personnel de Louis XIV (1661-1715), se déclinera désormais selon plusieurs thématiques ouvertes et évolutives :

- Le monarque en images, gouverner dans l’absence : les portraits du Roi font-ils le souverain au risque de le perdre ? Entre iconodolie et iconoclastie
- Remugles de Fronde, scandales, sorcellerie, affaires, complots et procès : policer villes et campagnes en monarchie administrative « rationaliste »
- Un impérialisme problématique : Grandeurs, servitudes et misères d’un « roi de guerre » prisonnier de sa gloire iconisée et de la géopolitique « mondialisée »
- Théorie et politiques économiques de Mr Colbert : entre économie terrienne et projections ultra-marines « contracycliques »
- La monarchie louis-quatorzienne et ses « opiniâtres » : les protestants entre Nantes et Fontainebleau ; les jansénistes entre *Les Provinciales* et *l’Unigenitus*
- Les chantiers du règne : orchestrer Versailles et le système curial, le mécénat au pouvoir, le pouvoir du mécénat
- Triomphe et malaise de la culture académique : thuriféraires et dissidents au cœur de la « crise d’une conscience française »
- Le royaume de France à la mort du « plus grand roi du monde ».

HISTOIRE DE LA RUSSIE

<i><u>Professeur</u></i>	Irina MENEZ							
<i><u>Lieu</u></i>	Salle du Capitole – Face à la Mairie d'Alès							
<i><u>Jour/Horaire</u></i>	Lundi				10h00 – 12h00			
<i><u>Dates</u></i>	06/10	03/11	01/12	05/01	02/02	09/03	04/05	01/06
<i><u>Tarif</u></i>	89 €							

Le légendaire Transsibérien

La Russie est le plus vaste pays du monde. Qu'elle s'étende en Europe ou en Asie, le long de la Volga ou de l'Ienisseï, en Sibérie ou jusqu'à l'Extrême-Orient, elle forme une seule et même nation, riche de peuples, de cultures et de traditions ancestrales.

À l'occasion de ce cycle de conférences, je vous propose un voyage unique à bord du légendaire train des tsars : le Transsibérien. Ce périple vous transportera à travers les siècles, de l'Occident à l'Orient, en franchissant montagnes, fleuves, taïga et steppes, à la découverte de faits historiques surprenants, de paysages spectaculaires et de lieux méconnus. Sur la route, de nombreuses villes vous accueilleront, les habitants partageront avec vous leurs récits et leurs traditions, l'Oural dévoilera ses trésors géologiques et son histoire.

- Le Transsibérien - le projet du siècle de tsar.
- Km zéro - Moscou en bois, en pierre et en verre.
- Km 405 - Nijni Novgorod - important carrefour depuis XIII siècle.
- Km 700 - Kazan - exemple parfait de la mixité ethnique, culturelle et religieuse.
- Km 1814 - Ekaterinbourg - véritable porte de l'Orient au nom impérial.
- Km 2814 - Novossibirsk - capital de la Sibérie.
- Km 5250 - Irkoutsk et Oulan-Oudé - deux étapes incontournables.
- Km 9000 - Vladivostok - la ville qui domine l'Est, le terminus.

Ce module vous invite à découvrir la Russie autrement. Chaque intervention sera illustrée de projections, d'extraits vidéos et de temps d'échange.

SCIENCES HUMAINES

ATELIERS DE CRIMINALISTIQUE

<i><u>Professeur</u></i>	Sandrine SKILLER TABUSSO				
<i><u>Lieu</u></i>	Salle du Capitole – Face à la Mairie d'Alès				
<i><u>Jour/Horaire</u></i>	Vendredi		9h00 - 12h00		
<i><u>Dates</u></i>	10/10	17/10	07/11	28/11	05/12
<i><u>Tarif</u></i>	89 €				

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.

Vous pourrez découvrir au fil des conférences les thèmes suivants :

- Les femmes tueuses en série
- Les couples et duos tueurs en série
- Les sciences Forensiques : approche médecine légale
- La toxicologie et le crime
- Retour sur le profilage avec nouvelle classification

DÉCOUVERTE DE LA PSYCHANALYSE

<u>Professeur</u>	Robert TARANCON							
<u>Lieu</u>	Salle du Capitole – Face à la Mairie d'Alès							
<u>Jour/Horaire</u>	Mardi				09h30 - 11h30			
<u>Dates</u>	07/10	04/11	09/12	13/01	10/02	10/03	07/04	05/05
<u>Tarif</u>	89 €							

La Psychanalyse n'est pas arrivée du jour au lendemain, elle ne s'est pas imposée non plus sans embuches. Elle ne peut se résumer à un simple échange empathique, elle est assise sur des fondamentaux avérés, essentiels et incontournables qui conduisent les approches et dévoilent la vérité de chacun.

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.

Nous évoquerons la progression de la psychanalyse avec, les différents protagonistes, les psys, dont on parle moins, les divergences, la controverse, présente encore aujourd'hui, ainsi que la rencontre dans le secret d'un cabinet.

GÉOPOLITIQUE

<i>Professeur</i>	Régis VEZON							
<i>Lieu</i>	Salle du Capitole – Face à la Mairie d'Alès							
<i>Jour/Horaire</i>	Mercredi				14h00 - 17h00			
<i>Dates</i>	08/10	05/11	03/12	14/01	11/02	11/03	08/04	06/05
<i>Tarif</i>	119 €							

La géopolitique est l'étude des interactions entre la politique, la géographie et les relations internationales. Elle examine comment les facteurs géographiques (territoire, ressources, position stratégique, etc.) influencent les décisions politiques et les conflits, et comment les acteurs politiques façonnent et contrôlent l'espace.

Le programme de l'année 2025/2026 porte sur quelques grands débats internationaux :

Le droit d'ingérence humanitaire

Une justice internationale

L'aide publique au développement

La dette des pays pauvres

L'énergie dans les relations internationales

Environnement et relations internationales

Le désarmement aujourd'hui

La non-prolifération des armes de destruction massive

La défense anti-missile

La lutte internationale contre le terrorisme

Les organisations non gouvernementales (ONG) dans les relations internationales

Le facteur religieux dans les relations internationales

La démocratisation du monde arabe

Le net dans les relations internationales

Selon les événements de l'actualité, la politique étrangère des grandes puissances et des ensembles régionaux sera traitée. Il pourra s'agir de la politique étrangère des États-Unis, de la crise des relations transatlantiques, de l'Amérique latine aujourd'hui, de la relation sino-américaine, du retour de la Russie, de l'avenir de l'Inde, de la politique extérieure du Japon, de la politique étrangère de l'Union européenne, des Balkans aujourd'hui, du Caucase, de la Méditerranée, de l'Afrique, de l'Arctique ...

PARTAGER LA MUSIQUE

<u>Professeur</u>	Pierre BOITET							
<u>Lieu</u>	Salle du Capitole – Face à la Mairie d'Alès							
<u>Jour/Horaire</u>	Lundi				9h30 - 11h30			
<u>Dates</u>	13/10	17/11	15/12	19/01	16/02	16/03	13/04	<u>Mardi</u> 26/05
<u>Tarif</u>	89 €							

LES CAPITALES MUSICALES EUROPÉENNES

Elles ne sont pas toutes capitales d'état mais toutes sont capitales dans l'essor musical européen à de multiples époques et constituent des foyers musicaux majeurs.

C'est un voyage à travers l'Europe qui vous est proposé dans ce cycle ainsi qu'à travers les grands courants de la musique, depuis le baroque jusqu'à aujourd'hui. Mêlant architecture et musique, chaque étape mettra l'accent sur les moments forts de l'activité musicale de ces capitales.

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

Séance 1 VIENNE

Séance 2 PRAGUE et DRESDE

Séance 3 NAPLES

Séance 4 LEIPZIG

Séance 5 ROME

Séance 6 SAINT PETERSBOURG

Séance 7 HAMBOURG et LÜBECK

Séance 8 VENISE

(Remarque : l'ordre des séances est donné à titre indicatif.)

MUSIQUE A VOIR (NOUVEAU)

<u>Professeur</u>	Pierre BOITET				
<u>Lieu</u>	Salle du Capitole – Face à la Mairie d'Alès				
<u>Jour/Horaire</u>	Jeudi			14h00 - 16h30	
<u>Dates</u>	15/01	22/01	19/02	19/03	16/04
<u>Tarif</u>	76 €				

LE FANTASTIQUE ET LA TRANSGRESSION

En complément du cycle *Partager la musique*, le CADREF propose pour la première fois cinq séances consacrées à des opéras à voir et à entendre dans leur intégralité ou dans de larges extraits, proposées dans des captations qui ont fait date.

Ces cinq opéras sont consacrés à des héros brisant le miroir de la réalité ou de la « *moralité* » et à des récits mêlant fantastique et transgression, choisis à travers le répertoire classique et romantique.

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 la salle du Capitole.

Séance 1 – ***Don Giovanni*** de Wolfgang Amadeus MOZART

Séance 2 – ***La Dame de pique*** de Piotr Ilitch TCHAIKOVSKI

Séance 3 – ***Carmen*** de Georges BIZET

Séance 4 – ***La Damnation de Faust*** de Hector BERLIOZ

Séance 5 – ***Le vaisseau fantôme*** de Richard WAGNER

(Programme donné sous réserve)

PSYCHOLOGIE (NOUVEAU)

<u>Professeur</u>	Lucie PAUVAREL DUPONT							
<u>Lieu</u>	Espace André Chamson							
<u>Jour/Horaire</u>	Mardi				13h30 - 15h30			
<u>Dates</u>	14/10	25/11	16/12	20/01	17/02	24/03	14/04	19/05
<u>Tarif</u>	96 €							

MAL-ETRE ET MALAISE CONTEMPORAIN

La place des écrans et ses effets - L'autorité aujourd'hui - Psychopathologie : les états limites

LA CONSTRUCTION IDENTITAIRE

Filiation, affiliation et transmission - La parentalité - La migration - L'interculturalité

LES BLESSURES DE L'ÂME ET SES REPARATIONS

Le deuil - Les traumatismes - La résilience - L'art de la sublimation

CREATION ET CREATIVITE

Le déséquilibre comme source de création ou la création comme source de déséquilibre ?

A NOTER

Une lecture d'ouvrage pourra être proposée pour illustrer un ou plusieurs thème(s) abordé(s).

Le programme peut varier en cours d'année en fonction des questions des participants.

GÉNÉALOGIE

<i>Professeur</i>	Nathalie BENNASR							
<i>Lieu</i>	Espace André Chamson							
<i>Jour/Horaire</i>	Mardi				14h00 - 16h00			
<i>Dates</i>	07/10	18/11	09/12	13/01	10/02	17/03	07/04	12/05
<i>Tarif</i>	89 €							

APPROFONDISSEMENT EN GÉNÉALOGIE

Avec Nathalie BENNASR, généalogiste familiale professionnelle, diplômée en Généalogie et Histoire des Familles, venez découvrir de nouvelles sources et approfondir vos connaissances en généalogie au travers de 8 séances :

- Les archives médicales
- Les archives judiciaires
- Anthroponymie : l'origine des noms de famille
- Les professions de nos ancêtres
- Recherches spécifiques pendant les 2 guerres mondiales
- Utiliser la presse en généalogie
- Retrouver un ancêtre noble et les bases de l'Héraldique
- Histoire du droit de la famille

Ce niveau 2 est accessible seulement aux personnes ayant fait le niveau 1.

CONFÉRENCES SCIENTIFIQUES À NÎMES

<i>Professeur</i>	Professeur coordonnateur Pr. Christian SIATKA					
<i>Lieu</i>	Faculté des Sciences de Nîmes, site des Carmes, 7 pl. Gabriel Péri Arrêts de bus : T1 et ligne 6 arrêt Porte Auguste, ligne 7, 10 et 16 arrêt Daguet.					
<i>Jour/Horaire</i>	Lundi		14h00 - 16h00			
<i>Dates</i>	06/10	01/12	05/01	02/02	13/04	01/06
<i>Tarif</i>	67 €					

Les CERCLES des sciences aux Carmes

« Là où la science se rassemble. »

Conférences, Enseignements, Rencontres Curieuses, Livres, Et Scientifiques

Dans le cadre de notre partenariat avec l'Université de Nîmes, nous inaugurons un cycle de conférences scientifiques organisées pour le CADREF par la Faculté des Sciences de Nîmes, sous la coordination de son Directeur le Professeur Christian SIATKA.

Ces conférences seront dispensées par une équipe d'enseignants chercheurs experts en génétique, biotechnologies et sciences médicales.

Elles auront lieu à la Faculté des Sciences de Nîmes sur le site des Carmes, le lundi de 14h à 16h.

Lundi 6 octobre 2025

- Christian SIATKA – Directeur de la Faculté des Sciences de Nîmes, Administrateur de l'École de l'ADN

« 25 ans de révolution génétique en criminalistique »

Lundi 1er décembre 2025

- Philippe BERTA – Membre de l'Académie des Sciences de Nîmes, ancien député

« De la double hélice à l'hémicycle : itinéraire d'un scientifique dans l'hémicycle »

Lundi 5 janvier 2026

- Stéphane SAUVAGERE – Responsable Recherche et Développement, École de l'ADN

« Les bactéries de l'environnement et de la santé »

Lundi 2 février 2026

- Dr Laurie GALVAN – Enseignante-chercheuse

« Vieillir avec son cerveau »

Lundi 13 avril 2026

- Dr Zohra BENFODDA – Enseignante-chercheuse

« Les antibiotiques, c'est pas automatique !!! »

Lundi 1er juin 2026

- Dr Patrizia GIANNONI – Enseignante-chercheuse-Pharmacien

« Les innovations thérapeutiques dans la maladie d'Alzheimer »

LANGUES

Chaque cours de langue comportera grammaire, prononciation, conversation, pratique de la langue dans les situations de la vie courante.

Les étudiants disposent d'un délai d'un mois pour changer de niveau.

ANGLAIS

<i>Professeur</i>	Raymond Kosel		
<i>Lieu</i>	Espace André Chamson		
<i>Jour/Horaire</i>	Perfectionnement et conversation	Lundi	10h15 - 11h45
	Perfectionnement et conversation	Mardi	10h15 - 11h45
Cours hebdomadaires (26 séances)			
<i>Tarif</i>	157 €		

ESPAGNOL

<i>Professeur</i>	Yasmine VANDORPE		
<i>Lieu</i>	Espace André Chamson		
<i>Jour/Horaire</i>	Niveau 1	Jeudi	15h00 - 16h30
	Niveau 2	Jeudi	9h00 - 10h30
	Niveau 3	Jeudi	13h30 - 15h00
	Conversation	Jeudi	10h30 - 12h00
Cours hebdomadaires (26 séances)			
<i>Tarif</i>	157 €		

ITALIEN

<i><u>Professeur</u></i>	Nathalie PASTOR (AUBRY)		
<i><u>Lieu</u></i>	Espace André Chamson		
<i><u>Jour/Horaire</u></i>	Intermédiaire	Lundi	10h15 - 11h45
	Confirmé	Vendredi	10h15 - 11h45
	Conversation	Lundi	8h45 - 10h15
Cours hebdomadaires (26 séances)			
<i><u>Tarif</u></i>	157 €		

OCCITAN

<i><u>Professeur</u></i>	Georges PELADAN		
<i><u>Lieu</u></i>	Espace André Chamson		
<i><u>Jour/Horaire</u></i>	Vendredi	9h30 - 11h00	
Cours hebdomadaires (26 séances)			
<i><u>Tarif</u></i>	157 €		

ACTIVITÉS PHYSIQUES

Important :

Certificat médical obligatoire pour l'inscription.

GYM DOUCE & RELAXATION

<u>Professeur</u>	Sandrine VEYRET	
<u>Lieu</u>	Espace André Chamson	
<u>Jour/Horaire</u>	Jeudi	10h00 - 11h00
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<u>Tarif</u>	142 €	

Ce cours est destiné aux personnes 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 meilleure concentration et relaxation, pour un corps plus vivant, pour se sentir mieux dans sa peau.

PILATES

<u>Professeur</u>	Claire ANDRE	
<u>Lieu</u>	Espace André Chamson	
<u>Jour/Horaire</u>	Lundi	15h30 - 16h30
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<u>Tarif</u>	142 €	

La méthode Pilates basée sur des exercices physiques, de respiration et de concentration travaille les muscles profonds de tout le corps en souplesse et sans heurt.

Merci d'apporter un tapis de sol.

YOGA

<i>Professeur</i>	Anne GARROUSTE		
<i>Lieu</i>	Espace André Chamson		
<i>Jour/Horaire</i>	Mercredi		9h00 - 10h00
	Mercredi		10h30 - 11h30
Cours hebdomadaires (26 séances)			
<i>Tarif</i>	142 €		

Centré sur la respiration et les sensations, le yoga 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.

Prévoir un tapis de sol, une couverture polaire, vêtements souples et chaussettes.

GOLF (NOUVEAU)

Golf de Ribaute.

1^{ère} session d'octobre à décembre:

8 séances d'une heure à partir du 29 septembre

2^{ème} session de mars à mai :

8 séances d'une heure à partir du 9 mars

Groupes de 8 personnes environ.

<i>Professeur</i>	Antoine LEBIZAY		
<i>Lieu</i>	Golf de Ribaute		
<i>Jour/Horaire</i>	Niveau 1	Lundi	10h00 - 11h00
	Niveau 2	Mardi	14h00 - 15h00
<i>Tarif</i>	1 ^{ère} session	127 €	
	2 ^{ème} session	127 €	

RANDOS ET DÉCOUVERTES

<u>Animateur</u>	Jean-Michel FABRE	
<u>Lieu</u>	Variable	
<u>Jour/Horaire</u>	Mardi	9h30
<u>Tarif</u>	50 € pour l'année	

ATTENTION : En raison de son caractère physique et d'un rythme assez soutenu, cette activité est déconseillée au plus de 75 ans qui ne sont pas des randonneurs accomplis.

L'activité randonnée que nous vous proposons est à la portée de tous les adhérents qui n'ont pas un problème physique contre-indiquant. Bains de nature et convivialité sont les boussoles de ces balades, et dans l'esprit culturel du Cadref, les textes de présentation qui les accompagnent vous indiquent anecdotes et aspects historiques des lieux traversés.

Seule contrainte : Des chaussures de randonnée à semelles à crampons (pas de type basket à semelle lisse, les sentiers du Gard sont assez caillouteux !) et si possible des bâtons.

- Les randonnées ont lieu en principe tous les **mardis y compris pendant les vacances scolaires**. Mais elles n'ont pas lieu en cas de températures extrêmes (négatives ou plus de 30°) ou en cas de mauvais temps généralisé. Ainsi qu'en cas d'indisponibilité de ma part (absence ou maladie). Compte-tenu de ces éléments, nous nous engageons à assurer **un minimum de 15 randos dans l'année**.
- Les randonnées ont toutes une longueur de **14 (+/- 1) km** et un dénivelé cumulé (somme de toutes les montées) **inférieur à 450 m environ**. Toutefois, en hiver, lorsque les conditions sont difficiles, avec en particulier des températures minimales très basses, le départ est retardé et la distance abaissée à 10 km environ.
- Les randonnées se déroulent sur l'ensemble du département du Gard à l'exception de la partie ouest où les dénivelés sont trop importants.
- Le rythme est adapté aux capacités de chacun et on a le droit de s'arrêter pour admirer un paysage ou photographier une fleur, à condition de ne pas retarder le groupe. Pour autant ce n'est pas une flânerie digestive et on essaye de garder une allure de randonnée, propre à un bon entretien cardio-vasculaire pour chacun.
- Une halte est prévue pour le pique-nique qui sera tiré du sac.
- Le départ de toutes les randos a lieu impérativement à 9h30 sauf pour les randos d'hiver réduites où il est décalé de 30 à 90' suivant l'itinéraire.
- L'acheminement au point de départ de la rando se fait en covoiturage, chaque participant devant s'organiser pour arriver au point de RDV à l'heure.

- Je communique par mail à l'ensemble des inscrits le programme de la rando le lundi matin avant 9h00 (afin d'avoir une météo fiable sur le trajet), avec un descriptif de l'itinéraire et des particularités rencontrées. Figurent également les coordonnées (latitude et longitude) du point de RDV. En effet, celui-ci n'a pas toujours une adresse et peut se trouver en rase campagne. Les conducteurs doivent donc avoir un GPS ou utiliser une appli GPS (Maps, Waze...) et pouvoir y rentrer des coordonnées en latitude et longitude.

Il est important de limiter au maximum le nombre de véhicules, certains points de RDV ayant des possibilités de stationnement limitées.

Pour faciliter le covoiturage, je mets à la disposition des participants un groupe WhatsApp qui leur permettra d'échanger et aussi de partager les photos réalisées pendant la rando.

Pour les besoins de l'organisation des randos et du covoiturage, les participants doivent accepter de me communiquer leur adresse e-mail et leur numéro de portable.

Chaque randonnée pourra rassembler des adhérents de tous les sites du CADREF.

VISITES GUIDÉES

<i><u>Guides</u></i>	Muriel ALLE – Muriel VOLPS – Claudie BARTHE
<i><u>Lieu</u></i>	Départ d'Alès
<i><u>Jour/Horaire</u></i>	Mardi, Jeudi ou Vendredi
<i><u>Tarif</u></i>	A la visite, prix indiqué sur le programme des visites guidées.

Une fois par mois une sortie culturelle est proposée, le mardi ou le jeudi, par nos 3 guides conférencières : Muriel ALLE, Claudie BARTHE et Muriel VOLPS. 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 : le garage Durand, la gare routière d'Alès et le Crédit Agricole de La Calmette.

Un programme détaillé est communiqué chaque 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, les chèques n'étant encaissés qu'après la visite.

Rappel des tarifs

Cours et conférences :

L'Égypte ancienne	89 €	Criminalistique	89 €
Histoire de l'Art	89 €	Psychologie	96 €
Histoire Moderne	119 €	Géopolitique	119 €
Histoire de la Russie	89 €	Partager la Musique	89 €
Musique à voir	76 €	Découverte Psychanalyse	89 €
Cours de langues	157 €	Généalogie	89 €
Conférences scientifiques	67 €		

Activités physiques :

Gym douce et relaxation	142 €	Pilates	142 €
Yoga	142 €	Randos et découvertes	50 €
Golf	127 €		

Visites guidées : Prix à la visite indiqué sur le programme des visites guidées.

BULLETIN D'INSCRIPTION 2025/2026

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

Dans le cadre du Règlement Général sur la Protection des Données (**RGPD**), l'association est responsable du respect des données personnelles. Pour assurer son fonctionnement (exemples : pour prévenir de l'absence d'un professeur, envoi de certains cours, envoi des programmes, etc...) le CADREF utilise l'envoi de messages électroniques ou de SMS. Si vous ne souhaitez pas recevoir ces informations, merci de cocher la case ci-dessous :

Je n'accepte pas de recevoir des informations par e-mail ou par SMS.

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

PAIEMENTS FRACTIONNÉS :

Le 1^{er} prélèvement ou chèque doit être d'un montant supérieur ou égal à 56€

MERCI DE PRIVILÉGIER LE PAIEMENT PAR PRÉLÈVEMENT

Vous avez la possibilité de régler en plusieurs fois, soit :

- Par **prélèvement**, en renvoyant le mandat de prélèvement signé accompagné de votre RIB/IBAN. **Pas de centimes SVP.**
- 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.**

Carte d'étudiant à disposition dans votre espace adhérent sur le site internet du CADREF. **Sinon merci de joindre à votre bulletin d'inscription 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 : + 56 €

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

Total :

Aide à l'inscription (voir conditions d'éligibilité page 27) : **- 40 €**

(Joindre impérativement l'avis d'imposition 2025 avec revenu fiscal de référence) _____

Total :

Bulletin à renvoyer accompagné de votre règlement (de préférence par prélèvement) au secrétariat du CADREF, 249 rue de Bouillargues, 30000 NÎMES.

ÉCHÉANCIER POUR L'ANNÉE 2025/2026

Le 1^{er} prélèvement doit être égal ou supérieur à 56€.

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 € /

5^{ème} prélèvement : . , 0 0 € /

6^{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, Jean-Michel FABRE - Secrétaire, Daniel JULIEN - Trésorier Adjoint, Elisabeth JABOT - Secrétaire Adjointe, Sabine BREYSSE - Chargée de Mission, Jérôme GABREAU - Chargé de Mission et Alain NICOLAS - Chargé de Mission.

RESPONSABLE DU SITE D'ALÈS : Cécile BERARD

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 alimenté essentiellement par les dons des adhérents désireux de participer à cette action solidaire. *Nous avons calculé que, si chacun des 2500 adhérents actuels faisait un don de 2 € au moment de son inscription, la somme recueillie couvrirait le montant total des aides à l'inscription distribuées en moyenne chaque année à nos adhérents les plus modestes.*

C'est bien sûr chaque adhérent qui décide s'il souhaite faire un don et quel en sera le montant. Notre association étant reconnue d'intérêt général, les donateurs bénéficient d'une réduction d'impôt égale à 66% du montant de leur don.

Le Conseil d'Administration du CADREF définit annuellement 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 2025-2026, une aide à l'inscription de 40 € pourra être accordée aux adhérents qui, sur présentation de leur avis d'impôt 2025, justifient d'un Revenu Fiscal de Référence inférieur à 17 469 € pour une personne seule et à 32 635 € pour un couple soumis à imposition commune.

CADREF
BULLETIN DE CANDIDATURE
aux élections de délégué(e)s
2025/2026

Je, soussigné(e).....

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

2025/2026, 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.

Au cours de l'année, ils sont invités à participer à deux réunions d'information et de consultation sur l'organisation et le fonctionnement du CADREF.

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 à Nîmes ou sur place à Alès.

L'élection des Délégués aura lieu, dans chaque cours, dès la 1^{ère} semaine de la rentrée.

ANGLAIS

ESPAGNOL



OCCITAN

ITALIEN

Nouveau !



PSYCHOLOGIE

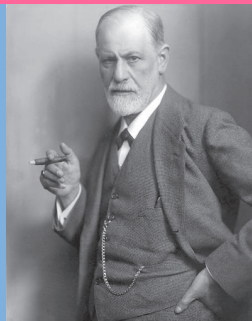
GÉNÉALOGIE



CRIMINALISTIQUE



DÉCOUVERTE DE LA
PSYCHANALYSE



GÉOPOLITIQUE



Nouveau !

GOLF



RANDOS ET DÉCOUVERTES

Activités proposées au CADREF

Histoire

Histoire de l'Art, L'Égypte ancienne,
Histoire moderne, Histoire de la Russie.

Sciences humaines et sociales

Géopolitique, Criminologique, Psychologie, Partager la musique,
Découverte de la psychanalyse, Généalogie, Musique à voir.

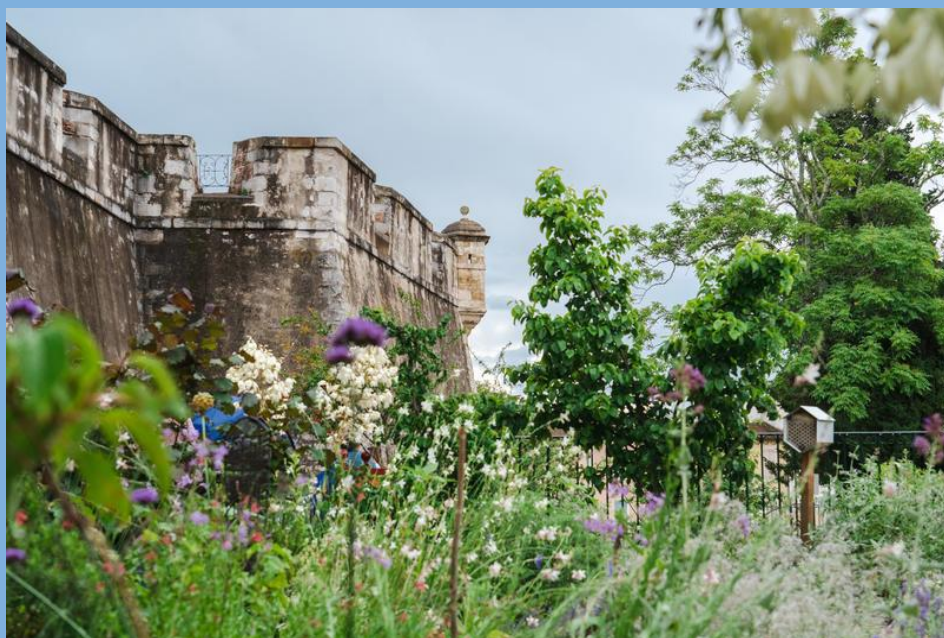
Langues

Anglais, Espagnol, Italien, Occitan.

Activités physiques

Gym douce et relaxation, Yoga, Pilates,
Golf, Randos et découvertes.

Visites guidées par des guides conférencières.



© Titouan Mariac/Dir.Com./Alès Agglomération

Pour tous renseignements, inscriptions ou modifications :

S'adresser au secrétariat tous les jours
de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h00
au 04.66.36.99.44.