



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

2026-2027

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 28 SEPTEMBRE 2026

HISTOIRE DE L'ART



HISTOIRE MODERNE



Nouveau !

PHILOSOPHIE



PARTAGER LA MUSIQUE



MUSIQUE à VOIR



LE MOT DE LA PRESIDENTE

C'EST REPARTI POUR 40 ANS.... ET PLUS !

Ce fut une belle fête pour le quarantième anniversaire de notre cher CADREF... qui le vaut bien !

Quelques mots pour rappeler cet anniversaire à ceux qui y ont participé et donner quelques regrets aux autres.

Le 2 juin dernier, nous étions près de 300, adhérents, professeurs et bénévoles, réunis en Camargue pour passer une journée joyeuse et conviviale.

Transportés pour la plupart d'entre nous dans les cinq autocars affrétés à cet effet, nous nous sommes installés dans les deux grands bateaux qui nous attendaient aux Saintes Maries de la Mer, pour une promenade sur le Petit Rhône.

Bercés par les flots, nous avons pu admirer la flore et la faune du Parc Naturel Régional de Camargue, cet écrin de nature et de biodiversité.

Puis la séquence apéritif et repas dans le décor traditionnel du Mas de Pioch. Ce moment gourmand et convivial a été égayé par les choristes de l'Atelier Chant du CADREF qui s'en sont donnés à "chœur joie" pour notre plus grand plaisir.

Sans oublier le couplet sur les 40 ans composé façon Cyrano par notre Vice-Présidente.

Cette journée s'est terminée par une après-midi libre aux Saintes Maries de la Mer, pour flâner au gré de notre fantaisie dans les rues du centre-ville et leurs nombreuses boutiques, visiter l'église Notre dame de la Mer, faire un tour au très intéressant musée des Saintes Maries, ou déguster une glace en papotant.

La météo elle-même était de la partie pour cet anniversaire, puisque nous avons été épargnés aussi bien par la canicule que par l'orage qui a sévi ailleurs dans la région.

Seule la sono quelque peu déficiente n'a pas été au diapason, je le regrette.

Merci à tous ceux qui ont concouru activement à l'organisation de cette journée, ainsi qu'à tous ceux qui y ont participé dans un esprit coopératif et convivial. Nous espérons de tout cœur que vous avez apprécié cette fête et que vous en garderez un bon souvenir.

Pour terminer, je voudrais évoquer la brève séquence de la remise des "prix d'honneur" à l'issue de l'apéritif, pour rendre hommage à la fidélité des plus anciens du CADREF. Un moment très symbolique pour remercier, à travers les récipiendaires de ces prix, tous ceux, adhérents, professeurs, bénévoles, qui depuis 40 ans, ont permis à notre association de se développer et de poursuivre sa mission d'intérêt général.

Longue vie au CADREF !

Et bonne rentrée pour la quarante et unième année 2026-2027 !

Sommaire

MODALITÉS D'INSCRIPTION.....	3
VACANCES SCOLAIRES.....	4
HISTOIRE	5
HISTOIRE DE L'ART	5
HISTOIRE MODERNE.....	6
SCIENCES HUMAINES	7
DÉCOUVERTE DE LA PSYCHANALYSE.....	7
GÉOPOLITIQUE	8
PARTAGER LA MUSIQUE.....	9
MUSIQUE A VOIR.....	10
PHILOSOPHIE (NOUVEAU)	11
GÉNÉALOGIE	12
LANGUES	13
ANGLAIS	13
ESPAGNOL.....	13
ITALIEN	14
OCCITAN	14
ACTIVITÉS PHYSIQUES	15
GYM DOUCE & RELAXATION.....	15
PILATES	15
YOGA	16
VISITES GUIDÉES.....	17
BULLETIN D'INSCRIPTION 2026/ 2027	19
MANDAT DE PRÉLÈVEMENT SEPA individuel	21
BULLETIN DE CANDIDATURE aux élections de délégué(e)s.....	24

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 7 septembre au vendredi 25 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 28 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 5 SEPTEMBRE

Le bulletin d'inscription pour l'année 2026/2027 est disponible page 19.

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 2026-2027

Adhésion à l'association : Le montant de la cotisation est de **57 €**

Coût réel : 19,38 € grâce à la réduction d'impôt de 66% (soit 37,62 €) 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 80,5% 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 23).

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 28 SEPTEMBRE 2026

VACANCES SCOLAIRES

TOUSSAINT : Du 17 octobre au soir au 2 novembre au matin

NOEL : Du 19 décembre au soir au 4 janvier au matin.

HIVER : Du 6 février au soir au 22 février au matin.

PRINTEMPS : Du 3 avril au soir au 19 avril au matin.

ASCENSION : Du 5 mai au soir au 10 mai au matin.

FIN DES COURS hebdomadaires (26 séances) :

Lundi 31 mai, mardi 18 mai, mercredi 26 mai, jeudi 27 mai et vendredi 28 mai.

LIEUX DES COURS :

Salle du Capitole - Face à la Mairie d'Alès

Espace André Chamson - Alès

Pôle culturel et scientifique de Rochebelle - 155 faubourg de Rochebelle – Alès

HISTOIRE

HISTOIRE DE L'ART

<u>Professeur</u>	Muriel ALLE							
<u>Lieu</u>	Attention ! Deux lieux : Salle du Capitole ou Rochebelle							
<u>Jour/Horaire</u>	Jeudi				14h00 – 16h00			
<u>Dates :</u>								
<u>Capitole</u>	08/10			21/01	25/02		22/04	20/05
<u>Rochebelle</u>		19/11	10/12			18/03		
<u>Tarif</u>	91 €							

- **BRUEGHEL** ou l'art de la fête : cotillons courts et souliers plats pour des surprises-parties sur la route des Flandres.
- **PAULA MODERSOHN-BECKER** : une vie brève, une œuvre picturale tellement en avance sur son temps qu'elle fut incomprise... **Marie Darrieussecq** l'écrivaine s'empare de la magnifique liberté de Paula dans "*Être ici est une splendeur*" pour livrer une biographie délicate. Croisement poétique entre peinture et littérature.
- **Tisserandes contemporaines**, la magie du fil.
Magdalena Abakanowicz, Olga de Amaral, Simone Peulphin.
- **VERMEER**, des perles et des reflets ou la géométrie vivante de la peinture.
- **La restauration des tableaux** : entrer dans la peinture.
En explorant les techniques aussi complexes que fascinantes de restauration, nous aurons l'occasion d'entrer en profondeur dans les plus grandes œuvres de notre histoire.
- **VILHELM HAMMERSHØI** ou l'amour pour Ida confondu avec la peinture.
- **Irezumi (入れ墨)** ou l'art d' « insérer de l'encre » : la dimension spirituelle du **tatouage traditionnel japonais. Le corps comme œuvre d'art.**
- **EDWARD HOPPER**, la peinture dans la ville, ce refuge...

HISTOIRE MODERNE

<u>Professeur</u>	Dominique BILOGHI							
<u>Lieu</u>	Salle du Capitole – Face à la Mairie d'Alès							
<u>Jour/Horaire</u>	Mercredi				9h00 - 12h00			
<u>Dates</u>	14/10	25/11	09/12	13/01	24/02	17/03	21/04	19/05
<u>Tarif</u>	121 €							

HISTOIRE de la CONSTRUCTION DES ÉTATS MODERNES EN EUROPE (XVe-XVIIIe s.) : Du déclin de Louis-le-Grand aux promesses des Lumières (v. 1700-v. 1760)

Après l'analyse des fondements de la puissance économique et politique ainsi que du rayonnement d'une monarchie absolue centrée autour de l'admiration iconodoule du « plus grand roi du Monde », nous allons nous pencher sur les temps difficiles et incertains d'un long règne personnel qui semble ne plus finir avant d'en envisager la succession.

En effet, malgré les ors et les jeux d'eau de Versailles et en dépit de la résistance guerrière tenace d'une armée géante qui résiste à l'Europe coalisée, les trois décennies (1685-1715), qui marquent la seconde partie du plus long règne que l'Europe ait connu, révèlent l'usure, l'arbitraire et les limites de l'hégémonie française.

Les revers des deux grands conflits, la guerre de la Ligue d'Augsbourg (1688-1697) et celle de la succession d'Espagne (1701-1714), les crises climatiques, frumentaires et épidémiques des « années de misère », l'immense et galopante dette de l'Etat, la Révocation de l'édit de Nantes (1685), la guerre des Camisards et les conflits religieux entre le roi, le pape, les jésuites et les jansénistes, favorisent la douloureuse gestation d'une « crise de la conscience française » qui annonce la naissance d'un esprit nouveau, celui des « Lumières ».

Ce sont ces aspirations nouvelles de liberté et de tolérance dont profitent avant d'en mourir les règnes de Louis XV et de son petit-fils, Louis XVI (1715-1792). Après les tentatives réformatrices novatrices mais inachevées de la Régence (1715-1723) s'affirme alors le foisonnement du « beau XVIIIe » qui court de Fontenelle (1657-1757) et Marivaux (1688-1763) à Condorcet (1743-1794) et Beaumarchais (1732-1799) en passant par Voltaire et Turgot. Cette éclosion de projets « encyclopédiques », de débats houleux, de théories opposées, de mesures politiques, juridiques et sociales enfante, non sans douleurs, la longue, fertile et paradoxale crise qui abat l'Etat monarchique et ébranle la société française avant de balayer l'Europe de ses ondes de choc. Le temps où Saint-Just proclamait « *le bonheur est une idée neuve en Europe* » est proche.

SCIENCES HUMAINES

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>	06/10	03/11	01/12	05/01	02/02	02/03	20/04	18/05
<u>Tarif</u>	91 €							

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 efficience ? 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

<u>Professeur</u>	Régis VEZON							
<u>Lieu</u>	Salle du Capitole – Face à la Mairie d'Alès							
<u>Jour/Horaire</u>	Mercredi				14h00 - 17h00			
<u>Dates</u>	07/10	04/11	02/12	06/01	03/02	03/03	31/03	28/04
<u>Tarif</u>	121 €							

L'Europe en 2026

Et si l'impensable devenait réalité ?

La Russie aux portes de Riga, les États-Unis s'emparant du Groenland, l'Europe contrainte de se jeter dans les bras de la Chine... Il y a cinq ans, de telles hypothèses relevaient de la fiction, voire de la folie pure. Pourtant, depuis que la guerre a embrassé l'Ukraine et que Donald Trump est revenu sur le devant de la scène politique, l'Europe se réveille en sursaut. Pour la première fois depuis des décennies, elle interroge sa sécurité, voire sa survie. Les fantômes du passé resurgissent : guerres fratricides, rivalités larvées, menaces extérieures. Le continent se souvient qu'il n'est pas à l'abri de l'Histoire.

Autrement dit, l'Europe redécouvre la géopolitique – cette science oubliée des rapports de force, des équilibres précaires et des choix cornéliens. Ce cours plonge dans l'héritage d'un Vieux Continent à la fois riche de promesses et rongé par les doutes : déclin démographique, fragilités économiques, armées en quête de cohérence. Face à un monde où les géants s'affrontent, trois chemins s'offrent à elle : se raccrocher à l'Amérique, comme le prônent les atlantistes, forger enfin une autonomie stratégique, ou bien disparaître en tant qu'acteur souverain, noyé dans le choc des titans.

L'heure n'est plus aux illusions, mais aux décisions.

PARTAGER LA MUSIQUE

<u>Professeur</u>	Pierre BOITET							
<u>Lieu</u>	Attention ! Deux lieux : Salle du Capitole ou Rochebelle							
<u>Jour/Horaire</u>	Lundi				9h30 - 11h30			
<u>Dates :</u>								
<u>Capitole</u>	12/10	16/11		11/01	01/02		26/04	
<u>Rochebelle</u>			14/12			22/03		24/05
<u>Tarif</u>	91 €							

LA MUSIQUE AU CŒUR DU MONDE

La musique est au cœur du monde : dans leur traduction sensible des émotions nées d'un paysage, de la fuite du temps, d'un rêve ou d'une légende, les compositeurs sont à l'écoute de tout ce qui les entoure et le magnifient dans leurs œuvres...

Le programme de cette année explore les sources de leur inspiration à travers huit chapitres, depuis la Renaissance jusqu'à aujourd'hui : chacune des huit séances sera articulée autour d'une œuvre-clé abordée de façon détaillée et d'œuvres satellites illustrant le même thème.

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 le plaisir de l'écoute. Aucune connaissance technique n'est requise !

Séance 1 Musique et paysages

Séance 2 Musique et les éléments (eau, air...)

Séance 3 : Musique et la ville

Séance 4 : Musique et la fuite du temps

Séance 5 : Musique et mythologie

Séance 6 : Musique et histoire (événements, personnages...)

Séance 7 : Musique et littérature et écrivains

Séance 8 : Musique et le rêve ou l'exotisme

MUSIQUE A VOIR

<u>Professeur</u>	Pierre BOITET				
<u>Lieu</u>	Attention ! Deux lieux : Salle du Capitole ou Rochebelle				
<u>Jour/Horaire</u>	Jeudi			14h00 - 16h30	
<u>Dates :</u>					
<u>Capitole</u>		14/01	04/02		29/04
<u>Rochebelle</u>	17/12			25/03	
<u>Tarif</u>	77 €				

L'OPÉRA ITALIEN DU XIX^e SIÈCLE

En complément du cycle *Partager la musique*, 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.

Cette année, plongée au cœur du belcanto italien de Rossini, brillant successeur des grands maîtres du XVIII^e à Verdi, figure de proue de l'opéra italien et Puccini, en passant par les grands représentants du drame romantique que sont Bellini et Donizetti.

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 « Partager la musique » ne permet pas.

Séance 1 – ***Le Barbier de Séville* ROSSINI**

Séance 2 – ***Norma* BELLINI**

Séance 3 – ***Lucia de Lammermoor* DONIZETTI**

Séance 4 – ***Othello* VERDI**

Séance 5 – ***Madame Butterfly* PUCCINI**

(Programme donné sous réserve)

PHILOSOPHIE (NOUVEAU)

<u>Professeur</u>	Tommy TERRAZ							
<u>Lieu</u>	Attention ! Deux lieux : Salle du Capitole ou Rochebelle							
<u>Jour/Horaire</u>	Jeudi				9h30 - 11h30			
<u>Capitole</u>	08/10	26/11		14/01	04/02	11/03	29/04	27/05
<u>Rochebelle</u>			17/12					
<u>Tarif</u>	91 €							

« Une époque charnière, pour le meilleur et pour le pire ? Regards philosophiques et sagesse pratique »

La philosophie sera ici abordée dans son sens premier ; non pas comme une discipline aride, abstraite et spéculative, mais comme l'amour de la sagesse, un art du dialogue et de la relation. Articulée au cours de 8 rencontres, notre réflexion commune tentera de s'interroger de façon radicale sur quelques-unes des mutations à l'œuvre à l'époque actuelle, qualifiée parfois d'« hypermoderne », et de voir en quoi la philosophie, comme « mode de vie pratique » pour reprendre l'expression de Pierre Hadot, pourrait nous permettre (ou non ?) de tendre vers davantage de lucidité, de discernement, pour faire des choix en conscience et raison. En liberté ?

1ère partie. Philosophie critique de la révolution numérique et de l'intelligence artificielle

- I. Le progrès technologique : libération ou aliénation ? Réflexions autour de Jacques Ellul et de Sylvain Tesson
- II. « Le désert de nous-même ? » Analyse de l'approche d'Éric Sadin sur les dangers de l'IA Générative

2ème partie. Philosophie de la violence : mieux la comprendre pour tenter d'en sortir ?

- III. Étude de l'approche de René Girard, de l'anthropologie du sacré à la foi chrétienne
- IV. L'altruisme, remède ultime pour sortir de la violence en Anthropocène ?

3ère partie. Recourir à la sagesse des Anciens pour mieux vivre au présent ?

- V. Stoïciens et épicuriens : philosophie du bonheur-ataraxie/souffrance-douleur
- VI. Sceptiques et cyniques : philosophie du bonheur-ataraxie/souffrance-douleur

4ème partie. Philosophie de l'identité et de l'interdépendance : qu'est-ce que le « moi », le « soi », la « personne » ?

- VII. Parcours de la notion de *personne* et herméneutique du « soi » chez Paul Ricoeur
- VIII. La « personne » chez Francis Jacques, vers une ontologie de la relation d'interdépendance qui mène à l'éthique ?

GÉNÉALOGIE

<u>Professeur</u>	Nathalie BENNASR							
<u>Lieu</u>	Espace André Chamson							
<u>Jour/Horaire</u>	Mardi				14h00 - 16h00			
<u>Dates</u>	06/10	03/11	01/12	05/01	02/02	02/03	20/04	11/05
<u>Tarif</u>	91 €							

Partez à la découverte de vos ancêtres, de vos racines....

Nathalie BENNASR, généalogiste familiale professionnelle, diplômée en Généalogie et Histoire des Familles, vous apprend les méthodes et techniques de la recherche généalogique à travers les différentes sources.

Au-delà de l'Etat-Civil, partez sur les traces de votre famille au travers de 8 séances :

- Commencer sa généalogie
- Les documents militaires
- Les documents notariés
- Les recherches à l'étranger
- Les enfants assistés ou abandonnés
- Le cadastre et les hypothèques
- Initiation à la paléographie

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><u>Professeur</u></i>	Raymond Kosel		
<i><u>Lieu</u></i>	Espace André Chamson		
<i><u>Jour/Horaire</u></i>	Perfectionnement et conversation	Lundi	10h15 - 11h45
	Perfectionnement et conversation	Mardi	10h15 - 11h45
Cours hebdomadaires (26 séances)			
<i><u>Tarif</u></i>	160 €		

ESPAGNOL

<i><u>Professeur</u></i>	Yasmine VANDORPE		
<i><u>Lieu</u></i>	Espace André Chamson		
<i><u>Jour/Horaire</u></i>	Niveau 1	Jeudi	15h00 - 16h30
	Niveau 3	Jeudi	9h00 - 10h30
	Niveau 4	Jeudi	13h30 - 15h00
	Conversation	Jeudi	10h30 - 12h00
Cours hebdomadaires (26 séances)			
<i><u>Tarif</u></i>	160 €		

ITALIEN

<u>Professeur</u>	Nathalie PASTOR (AUBRY)		
<u>Lieu</u>	Espace André Chamson		
<u>Jour/Horaire</u>	Débutant	À déterminer	
	Intermédiaire	Lundi	10h15 - 11h45
	Confirmé	Vendredi	Octobre et novembre : 14h00 - 15h30 Décembre à mai 10h15 - 11h45
Cours hebdomadaires (26 séances)			
<u>Tarif</u>	160 €		

OCCITAN

<u>Professeur</u>	Georges PELADAN		
<u>Lieu</u>	Espace André Chamson		
<u>Jour/Horaire</u>	Vendredi	9h30 - 11h00	
Cours hebdomadaires (26 séances)			
<u>Tarif</u>	160 €		

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>	144 €	

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>	144 €	

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

<u>Professeur</u>	Anne GARROUSTE	
<u>Lieu</u>	Espace André Chamson	
<u>Jour/Horaire</u>	Mercredi	9h00 - 10h00
	Mercredi	10h30 - 11h30
Cours hebdomadaires (26 séances)		
<u>Tarif</u>	164 €	

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.

VISITES GUIDÉES

<u><i>Guides</i></u>	Muriel ALLE – Muriel VOLPS – Claudie BARTHE
<u><i>Lieu</i></u>	Départ d'Alès
<u><i>Jour/Horaire</i></u>	Mardi, Jeudi ou Vendredi
<u><i>Tarif</i></u>	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 ½ 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.

Dorénavant, si quinze jours avant la visite vous n'avez pas reçu la confirmation par mail de votre inscription, merci de nous téléphoner pour une vérification (soit nous n'avons pas reçu votre règlement, soit vous êtes sur liste d'attente).

Les personnes n'ayant pas d'adresse électronique devront nous contacter pour vérifier leur inscription une semaine environ après l'envoi des chèques.

Rappel des tarifs

Cours et conférences :

Histoire de l'Art	91 €	Philosophie	91 €
Histoire Moderne	121 €	Géopolitique	121 €
Partager la Musique	91 €	Découverte Psychanalyse	91 €
Musique à voir	77 €	Généalogie	91 €
Cours de langues	160 €		

Activités physiques :

Gym douce et relaxation	144 €	Pilates	144 €
Yoga	164 €		

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

BULLETIN D'INSCRIPTION 2026/2027

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 57€

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 : **+ 57 €**

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 23) : **– 40 €**
(Joindre impérativement l'avis d'imposition 2026 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 2026/2027

Le 1^{er} prélèvement doit être égal ou supérieur à 57€.

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 2600 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 2026-2027, une aide à l'inscription de 40 € pourra être accordée aux adhérents qui, sur présentation de leur avis d'impôt 2026, justifient d'un Revenu Fiscal de Référence inférieur à 17 595 € pour une personne seule et à 32 859 € pour un couple soumis à imposition commune.

CADREF
BULLETIN DE CANDIDATURE
aux élections de délégué(e)s
2026/2027

Je, soussigné(e).....

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

2026/2027, 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.

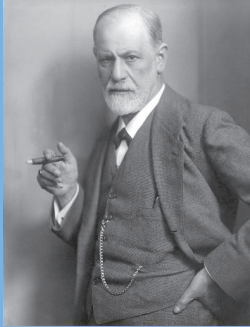
Modalités pratiques.

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.

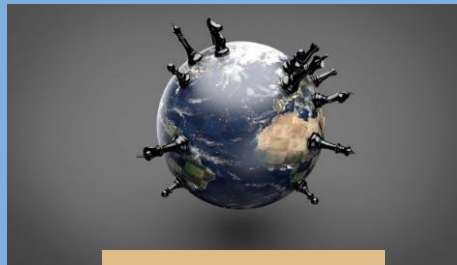
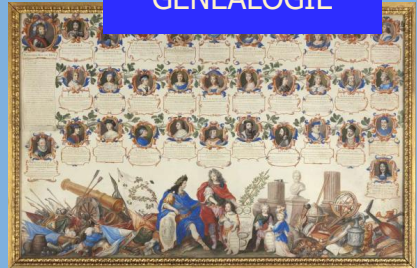
Pour déposer votre candidature, il suffit de remplir le bulletin ci-dessus et de le retourner au Secrétariat du Cadref avec votre inscription : par courrier à Nîmes ou sur place à Alès.

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

DÉCOUVERTE DE LA
PSYCHANALYSE



GÉNÉALOGIE



GÉOPOLITIQUE

ANGLAIS

ESPAGNOL



OCCITAN

ITALIEN

Activités proposées au CADREF

Histoire

Histoire de l'Art, Histoire moderne.

Sciences humaines et sociales

Géopolitique, Partager la musique, Philosophie

Découverte de la psychanalyse, Généalogie, Musique à voir.

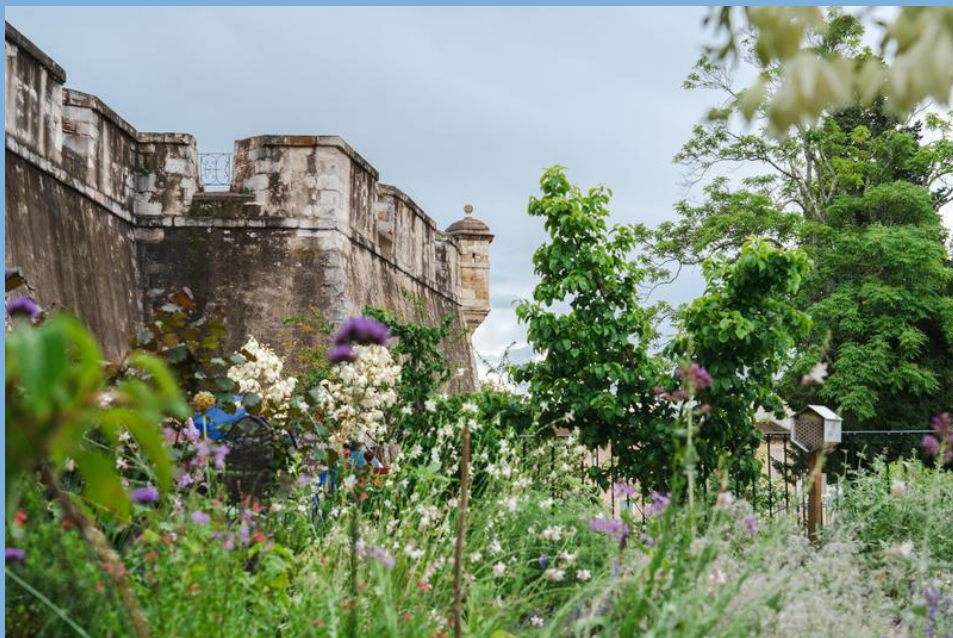
Langues

Anglais, Espagnol, Italien, Occitan.

Activités physiques

Gym douce et relaxation, Yoga, Pilates.

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.

