



## SOMMAIRE

**Page 1 :** Edito – CA du 13.06.2017

**Page 2 :** Les conférences – Les sorties culturelles – La Gym

**Page 3 :** Randonnées – le GR 425R° - Club de Scrabble – Lecture Partagée

**Page 4 –** Club Photo – Activités ponctuelles – Club Informatique : Faire part de naissance – Voyages Séjours – Formation – Le Certificat Médical.

## EDITO

Plus de 350 activités à gérer sur une saison associative, c'est du travail mais la saison qui vient de s'écouler a été plus de plaisir que de travail ! Comme chaque année d'ailleurs.

Un rendez-vous pour une Conférence, une Randonnée, faire de la Gym ou un tournoi de Scrabble c'est assez banal... mais pas à La Culturothèque ! Il s'y passe « quelque chose » ! Quelque chose de simple, chaleureux et où tout devient si facile qu'on éprouve de la joie à ces rendez-vous hebdomadaires que pour rien au monde nous ne voudrions manquer.

Pour les animateurs, les responsables d'activités, l'agrément vient du fait que chaque proposition est acceptée par des membres enthousiastes, coopératifs et surtout qui s'adaptent aux difficultés de gestion pour faire en sorte que tout devienne en fin de compte parfait !

Merci pour tous ces bons moments... merci pour ce que vous êtes ! Vous êtes formidables !



Rando Santé : Les Tours de Castillon



Comminges



Rochecolombe (26)



Pic du Midi de Bigorre



Péage des Poulettes



Rando Nocturne

Michèle

## LE CONSEIL D'ADMINISTRATION DU 13 JUIN 2017.

Le Conseil d'Administration du mois de juin est très important. Il permet de faire le point sur la saison qui s'est terminée et surtout de faire les projets pour la saison suivante. Les adhérents de La Culturothèque l'ont bien compris et c'était un plaisir pour le CA de constater un nombre conséquent d'adhérents présents. En effet 31 personnes étaient réunies autour de la table. Cela aurait pu être une difficulté, mais bien au contraire, chacun a pu faire son commentaire et surtout affirmer son bonheur de participer aux activités de leur choix. Le CA a été très touché par ces marques de soutien.

La réunion s'est ouverte par un bilan de la saison écoulée et des projets pour la saison suivante : le bilan était positif puisque plus de 350 activités gérées pour une participation de plus de 150 personnes chaque semaine pour 174 membres, 139 licenciés, plus de 200 adhérents. On souligne la qualité des activités et la bonne ambiance, les moments chaleureux partagés... Le compte bancaire aussi se porte bien puisqu'on démarrera la saison suivante avec une avance de presque 3000 €. Bien sûr, dans la foulée, pour chacune des activités il a été fait les projets pour la saison suivante.

Il n'y aura pas grand changement, pratiquement toutes les activités sont reconduites avec seulement quelques aménagements qui sont les suivants : Randonnées du Lundi : départ 08H30 sauf les mois d'avril, mai et juin où l'horaire pourra être avancé. Elles seront gérées par Néné et Michèle en attendant que des animateurs en formation prennent le relais. La Rando Santé sera programmée le mercredi après-midi à la place du Vendredi matin. Une randonnée à la demi-journée ou à la journée mais restant dans l'esprit des randonnées du mercredi de la saison 2016/2017 sera programmée le vendredi. La rando promenade du mercredi matin est reconduite. La randonnée du samedi est supprimée avec l'essai d'une randonnée un dimanche sur 2, où retour à la rando du samedi suivant la demande.

Conférences, Sorties Culturelles du jeudi, Gym, Clubs Pyramide, Scrabble, Informatique, Photo, Lecture Partagée, Brouillons de Culture : toutes ces activités sont reconduites dans les mêmes conditions. Il faudra toutefois désigner un responsable dans les Clubs Lecture Partagée et Brouillons de Culture. Pour les Lotos qui ont donné de super résultats la saison 2016/2017 il est donc demandé d'en refaire deux. Aux dernières nouvelles les dates sont fixées : un le 19 novembre (*et non le 18 novembre comme annoncé*) et l'autre le 04 mars 2018.

Un projet de contacter une structure qui voudra bien venir faire la formation de secours (PSC1) pour les animateurs randos et Gym est adopté.

Les tarifs d'adhésion et de participation aux activités sont reconduits pour la nouvelle saison.

C'est dans une ambiance amicale qu'à l'issue de la réunion on lève nos verres en souhaitant que les vacances passent vite pour se retrouver à la rentrée !...



Corse du Sud



Gôûter de Noël



Rando Santé - Le Castellàs



Abbaye de Valmagne



Moulins de Véroncle



Paris à Pied...

## LES CONFERENCES

Une conférence tous les mardis sans exception, il faut pouvoir tenir la cadence ! Mais le plaisir est toujours là et si des conférencier(e)s professionnel(le)s nous rendent visite, nos adhérents ont aussi du talent et surtout ils savent aussi s'adapter à l'actualité !

Pour la saison 2016/2017 nous pouvons énumérer « **Frédéric Bazille, peintre impressionniste** », « **Le Siège de Beaucaire** », « **Léo Lelée : Maître imagier de l'Arlésien** », « **Clovis ou la naissance d'une nation** », « **Chagall et le message biblique** », « **Le nombre d'Or, réalité ou mythe** », « **Grands aventuriers de Légende : Barthélémy de Lesseps** », « **Auguste Renoir** », « **L'origine des superstitions** », « **Une semaine à Louxor** », « **Les mystères des Templiers** », « **Le chocolat** », « **L'Art Urbain, du Tag au Street Art** », « **Histoire de la musique, 1 : des origines à la fin du moyen âge – 2 de l'Ars Nova à la fin du Baroque et la Querelle des Bouffons – 3 de 1750 au début du XXe siècle, le Classicisme et le Romantisme – 4 la musique moderne et contemporaine** », « **Sur le chemin de Saint Jacques de Compostelle** », « **Diane de Poitiers et Catherine de Médicis, deux rivales dans le cœur du roi** », « **La Goulue, la première cancanneuse de Paris** », « **Les Vikings** », « **Nîmes et la demande du Classement à l'Unesco** », « **Le carnet de Villard de Honnecourt** », « **La Papauté d'Avignon** », « **Paris à pied** », « **Les cosmogonies de l'Egypte ancienne** », « **Aigoual, la forêt retrouvée** », « **Les rues de Beaucaire** », « **Les vertus traditionnelle des plantes** », « **La Corse du Sud** », « **L'été 1936, la parenthèse enchantée** », « **Le Salon (des refusés) de 1863** » (32)

**JEU** - Voici la liste des conférenciers reliez les aux conférences.

CREISSEIN Claire Lise - DELAFORGE Jean - DOMENECH André - FERRO Babeth - GIOVANETTI Sylvie - LABE Francis - LEMERCIER Catherine - LERT Janice - NIGRI Michèle - RIBOTTON Catherine



En attendant notre Conférencière...

## LES SORTIES CULTURELLES

Souvent organisées pour illustrer les conférences, toujours des visites guidées et il y en a pour tous les goûts... En septembre nous avons été à **Montpellier** visiter l'exposition « **Frédéric Bazille, la jeunesse de l'impressionnisme** », en octobre d'abord à **Fontvieille** pour enfin en savoir plus sur la « **Meunerie de Barbegal** » et « **l'Abbaye de Montmajour** » puis c'était une belle journée dans l'Arrière pays Bittérois avec la visite guidée du **Château de Cassan** et de **l'Abbaye de Valmagne**.



Photo André : Château de Cassan

La surprise était à **Pernes les Fontaines**, malgré un temps maussade la visite guidée de la ville puis la visite guidée du musée du **Costume Comtadin** a emballé tous les participants... Malheureusement une météo catastrophique nous a obligés de reporter notre journée à Cagnes/mer mais on s'est bien rattrapé avec la journée fantastique à **Richerenches** où nous avons dégusté de la Truffe (!) et découvert la **Garde Adhémar**.



Photo Martine : La Garde Adhémar

Nous avons démarré l'année à **Arles** avec l'exposition « **Savoir et pouvoir à l'époque de Ramsès II, Khâmousset, le prince archéologue** » et surtout la visite guidée par Janice des **Alyscamps**.



Photo Martine : Cathédrale de Narbonne

Puis nous sommes allés à **Narbonne** où il faisait froid mais les visites ont été sensationnelles à l'**Horréum** et au **Palais des Evêques**. C'est donc en février que nous avons découvert avec grand intérêt les **Hauts de Cagnes** et le **Maison des Colettes** qui abrite le

**Musée A. Renoir** et aussi un autre jour, les villages de **Barbentane** et de **Boulbon**.



Photo Michèle : Maison des Colettes, Cagnes/Mer

Enfin un peu de temps à **Nîmes**... et le plaisir de retrouver Claire-Lise et les surprises des **jardins de la Fontaine** et du **musée des Beaux Arts** sur le thème de « **L'Antiquité au Présent** ». La visite à **Salon de Provence**, toujours commentée lors de nos retrouvailles : **Nostradamus, le château de l'Emperi et, la savonnerie Marius Fabre !...**



Photo André : Salon de Provence

En Mars nous sommes revenus au **Palais des Papes** dont la visite est toujours réclamée, surtout avec Janice comme guide mais quel épatement de découvrir le **Musée Angladon** ! L'enthousiasme s'est malheureusement émoussé pour notre visite à Grenoble... comme pour notre sortie à **Vézénobres** et le **château de Ribaute les Tavernes** qui nous ont accueillis sous les parapluies... Mais le bonheur sait se faire attendre et nous l'avons donc savouré lors de la **croisière dans les Calanques de Marseille à Cassis** et toujours le plaisir de retrouver le **Vieux Port**, sans oublier que nous avons récidivé d'une autre croisière à **Aigues Mortes** ! (16)



Photo Martine : Aigues Mortes

## LA GYM

Des études menées par des universitaires sont toutes concordantes : faire du sport libère des endorphines. Une séance suffit à faire remonter la PEA (**phényléthylamine**) qui provoque un état de bien-être important. Vous l'aviez déjà compris, l'effet de la bonne humeur de Maryse R. se fait sentir dès les premières minutes de chaque séance ! Fini les petits coups de blues pour celles (**et ceux**) qui pratiquent la Gym ! Personne ne rate ces rendez-vous du mardi, complété par une séance danse le vendredi matin. Une belle journée Thalasso a été aussi très appréciée par une partie de l'équipe !...



## LES RANDONNEES

Résumer les 145 randonnées préparées et gérées par les animateurs de La Culturothèque durant la saison 2016/2017 est impossible, tout ce que l'on peut dire c'est que chacune d'entre elle est bien encrée dans les souvenirs des participants, autant par les beaux paysages, que par les découvertes concoctées avec beaucoup d'amour et surtout par la bonne ambiance créée par tous les participants. Si un grand plaisir a été au rendez vous de chaque départ c'était aussi pour retrouver l'amitié et les moments chaleureux qui s'invitent par magie. Si les anciens ont bien acquis cette notion, cette saison elle a été particulièrement relevée par les nouveaux qui se sont sentis comme des « poissons dans l'eau » dès leur arrivée au sein de La Culturothèque.

Les randonnées du Lundi, celles du mercredi matin, mercredi après-midi, vendredi matin et samedi, gérées par **Guy R., Néné, Charles, Philippe, Monique, France, Hugnette, Betty et Michèle** sont à retrouver sur notre site. Un grand merci à tous ces animateurs pour leur travail de préparation, de reconnaissance et de gestion. Tout n'est pas toujours facile, quelques frayeurs parfois, et pourtant tous ont gardé du début à la fin de splendides sourires ! Un grand merci encore... On ne le dit jamais assez.... Merci aussi aux photographes et cinéastes !



Photo Marie Paule : au dessus-de la Baume



Photo Philippe : La Forteresse de Mornas



Photo André : Le Mas de Terris



Photo Michèle : la Madone de St Quentin



Photo André : La Combe de Curnier



Photo Marie-Paule : St Amand



Photo Michèle : Château de Roquemartine



Photo Martine : Le Grand Calan



Photo Jean-Charles : Les Taillades



Photo Françoise : le Trek du Canabier



La « Der de 2016 » !



Photo Albert : Lumières et Gout

## L'ACCOMPAGNEMENT DE GISELE ET ROBERT SUR LE GR®42

C'est un beau roman, c'est une belle histoire, ils marchaient vers le midi... Ils étaient partis de St Etienne et marchèrent sur les balcons du Rhône tous les jours jusqu'au Grau du Roi. Nous les avons suivis le dimanche 14 mai depuis Aramon à Beaucaire : 24km avec eux et les trois baliseurs de ce tronçon. Ils nous ont parlé de leur vraie vie, baliseurs, Ardéchois, réanimateurs de sentiers en détresse et de la vraie nouvelle vie du GR®42 tout remis à neuf.



Merci, longue vie, gloire à Gisèle et Robert, cools et très sympas : leurs deux initiales à la suite font donc GR, j'y ajouterais 42 : manière de s'en rappeler encore plus longtemps.

Philippe.

## LE CLUB DE SCRABBLE

S C R A B B L E

En club, on joue en duplicate. Jamais entendu parler !

Le **duplicate** est simplement une méthode de jeu qui permet d'éliminer la part de hasard due aux tirages plus ou moins favorables. Elle ne modifie en rien les règles du jeu ou la manière de compter les points. Donc, si vous savez jouer, vous savez aussi jouer en **duplicate**. Et vous verrez, rapidement vous privilégieriez ce mode de jeu !

**Tout le monde peut donc venir dans un club, sans être un crack et sans avoir déjà joué en duplicate. Mais à quoi bon ?**

Jouer en club au lieu de rester chez soi permet de le découvrir, de créer une certaine forme d'émulation stimulante pour l'esprit. Et puis l'ambiance des clubs est chaleureuse et amicale, ce serait bien le diable si vous ne vous y faisiez pas quelques amis ! il y en a pour tous les âges et tous les niveaux. En tout cas, un seul moyen pour vous faire une opinion : essayez.

## LA LECTURE PARTAGEE

Alison nous manque ! Mais c'est avec plaisir qu'un groupe d'« accros » à la lecture se sont retrouvés une fois par mois pour partager leur impression sur un livre désigné ! Surtout... qu'on nous enlève pas cette activité, on l'aime trop ! Cette saison les mêmes personnes se sont retrouvées pour des séances « Brouillons de Culture » menées par Jean D. Il paraît qu'un livre s'est même écrit ?!



## LE CLUB PHOTO

Comme on l'a dit, pas de chance avec la météo en début de saison, une vraie calamité. Mais un petit groupe d'assidus se sont bien rattrapés autour de Martine T. pour passer de belles journées « Clic's en Folies ! ».



Les Photos sont à découvrir sur notre site.

## LES ACTIVITES PONCTUELLES

En plus des activités hebdomadaires l'occasion de se retrouver ne manque pas ! On apprécie ces moments festifs comme le goûter de Noël dans notre salle où les rendez-vous restos qui ont été nombreux pour les fêtes d'hiver ou... d'été d'ailleurs !



Nous avons presque tous été aux LOTOS où nous avons fait des bénéfices extraordinaires... Les manifestations du Téléthon organisées par La Culturothèque ont permis de remettre un chèque de 783 € à l'AFM... Il y a eu l'Assemblée Générale et les conseils d'Administration dont chacun s'est soldé par un gala...



N'oublions pas les petits cafés des randos, quelques bulles sur un capot de voiture, les galettes des rois, les goûters crêpes, où quelques moments dans l'eau... On en oublie, mais ce qui est sûr c'est que tous ces moments ont été aimés et laissent de bons souvenirs au cœur de chacun d'entre nous !

## FAIRE PART DE NAISSANCE !

Notre nouveau site est en création cet été. Pas de souci pour retrouver les articles et les photos de l'ancien, qui rappelons le a battu l'exploit de dépasser deux millions de Clics ! Plus moderne, plus sûr, plus facile à gérer, et surtout toujours le gardien de notre mémoire ou le plaisir de nos retrouvailles ! Vous pourrez faire sa connaissance dès la fin du mois de juillet.

A vos « Clic's » pour retrouver compte rendus et photos de nos activités !

Toutes remarques pour son amélioration seront bienvenues avec un grand plaisir.

## LES VOYAGES SEJOURS

Ils sont attendus, appréciés et savourés ! Chaque saison de 3 à 5 séjours sont organisés et se soldent toujours par une formidable aventure car, certes, s'ils sont toujours bien organisés ils laissent plein de possibilités d'adaptation ! Mais c'est toujours la qualité des participants qui en font leur charme !...

Cette saison, il y a eu un court séjour dans le Carroux :



Photo Lucette : Les Gorges d'Héric

Un formidable feu d'artifice des couleurs d'automne dans la Drome Provençale :



Photo Philippe : Sur le plateau de Serre Chauvière

Une rando culturelle, Paris à pied :



Photo André : Le Louvre

Le forcing a été engagé pour repartir en Corse, du Sud cette fois-ci :



Photo Michèle - Aiguilles de Bavella

Et nous avons trouvé la chaleur dans le Comminges au mois de juin :



Photo Lucette - St Bertrand de Comminges

Vivement les séjours 2017/2018 !

## LA FORMATION

La Culturothèque a besoin de nouveaux animateurs randos ! Certains adhérents sont prêts à démarrer leur formation. Nous allons donc commencer, dès la fin des vacances, des animations internes, par groupes de 2 ou 3 personnes maximum qui permettront de s'adapter et de se préparer à la formation FFRandonnée en vue d'obtenir les diplômes.



Pour répondre à notre obligation de sécurité, des anciens animateurs, les futurs diplômés et aussi des animatrices Gym et toutes les bonnes volontés, doivent renouveler ou passer le PSC1. On va essayer d'organiser une journée dans notre salle pour cette formation Sécurité. On en reparle !

## CERTIFICAT MEDICAL

Une loi mise en vigueur en mars 2017 définit les modalités du certificat médical pour valider les licences.



Certificat médical d'aptitude au sport  
Nouvelles règles

Voici les nouvelles règles applicables pour toute pratique en club dans le cadre de la FFRandonnée à compter du 1<sup>er</sup> septembre 2017 quels que soient l'âge et la ou les disciplines pratiquées :

**Première prise de licence :** Pour toute première prise de licence, un certificat médical d'absence de contre-indication à l'activité sportive pratiquée, datée de moins d'un an au jour de la prise de licence, doit être fourni par le pratiquant. Sa durée de validité est maintenant de 3 ans, sous certaines conditions.

**Renouvellement de licence :** Durant la nouvelle période de validité de 3 ans du certificat médical, lors de chaque renouvellement de licence, le pratiquant doit répondre à un **questionnaire de santé**.

. S'il répond « **NON** » à toutes les questions et qu'il **atteste**, il est dispensé de présentation d'un certificat médical.

. S'il répond « **OUI** » à au moins une des questions, ou s'il refuse d'y répondre, il doit présenter à son club un certificat médical datant de moins d'un an au jour de la prise de licence.

La gestion de ces nouvelles règles seront difficiles pour les dirigeants des Clubs qui imposent de nouveaux documents, du temps de vérification et des explications souvent mal perçues par les pratiquants...

Courage donc et... la prise de responsabilité de chacun seront un atout pour une bonne saison sportive !

## La Culturothèque

Association Loi 1901

Siège Social : 27 bd Joffre – 30300 BEAUCAIRE

Tél : 06.08.24.75.33 – mail : [culturomi@free.fr](mailto:culturomi@free.fr)

Site internet : <http://culturotheque.fr/>