

# La lettre de l'U.P.

Avril 2025 n° 90

[www.upmontelimar.fr](http://www.upmontelimar.fr)

## Portrait de bénévole Episode 7 : André



### Comment et quand as-tu rejoint l'UP ?

Je ne sais plus exactement quand et à quelle occasion j'ai rejoint l'UP, peut-être il y a 15 ans ou plus, à l'occasion de conférences.... Mais ce qui est sûr, c'est qu'ayant vécu et travaillé plusieurs années au Portugal, j'ai pensé m'entretenir en langue portugaise, avec des cours .... Mais je n'ai trouvé QUE des cours d'espagnol .... Qu'à cela ne tienne...!!! Donc, au moins 5 ou 6 années d'espagnol puis 1 an d'anglais (pour moi un FLOP), enfin, ayant une correspondante russe j'ai suivi 2 ans de russe. Dans l'ensemble j'ai beaucoup apprécié les cours et la qualité des intervenantes.

### Que fais-tu à l'UP en tant que bénévole ?

J'ai d'abord intégré l'UP via la Commission « Arts et pratiques artistiques » puis sur invitation de Sandrine ( il y a 3 ans ), j'ai accepté de présenter une première expo de l'ensemble de mes tableaux .... Enfin j'ai organisé l'an passé 3 séances d'initiation à l'aquarelle. Cette année, mon expo illustre « Ports et bords de mer de France » et comme l'année précédente, j'anime 3 séances d'atelier dessin « Elaborer et peindre à l'aquarelle un tableau de natures mortes ». Je prépare déjà une prochaine expo autour du thème « Le Rhône ».

### Aujourd'hui tu continues, pourquoi ?

Je garde cette activité pour le lien social qu'elle me procure et ce que représente l'UP en tant qu'activité symbolique d'éducation et d'information. Dans la mesure de mes capacités, j'essaie d'y participer en respectant toujours les principes humanitaires et laïques.

## Retour sur nos activités

### Sophrologie et sommeil

Sandrine Buatois, sophrologue, IDE et réflexologue, nous a guidées de la théorie à la pratique : explications sur le sommeil, la sophrologie et ses applications aux troubles du sommeil. Un atelier de qualité pour 11 pratiquantes ravies de cette expérience.

*Christine Gineys*





## Brassens, troubadour des temps modernes

Nous étions une quarantaine, ce 17 mars à la Salle Saint-Martin pour la conférence de Gérard NGUYEN, professeur de français à la retraite : **Georges Brassens, orfèvre de la langue et troubadour des temps modernes**. Ce n'était pas une conférence très commune : elle était illustrée de passages chantés, mais pas par Georges Brassens ... par Gérard NGUYEN en personne. En bon professeur qu'il est toujours, il nous a fait une analyse de texte très pointue.

[Lire la suite](#)

Tania Cholat



**A ne pas manquer en avril !**

Concert  
**Balade en Brassensie**  
12 € Samedi 5 avril 2025 à 20 h

Salle Saint-Martin  
rue Bernard Cathelin  
Montélimar

Montélimar Agglomération  
www.upmontelmar.fr

LIBERTÉ POPULAIRE  
MONTÉLIMAR

Ne pas payer sur la voie publique

## Bien plus qu'un concert !

**Samedi 5 avril**, ne manquez pas la soirée « Balade en Brassensie », spectacle-hommage, original et tonique. Un spectacle totalement construit autour de Georges BRASSENS, composé de textes dits théâtralisés, de musiques instrumentales, de chansons interprétées de manière classique ou revisitées dans des ambiances musicales variées (valse, swing, médiéval, biguine, bossa nova...), et d'anecdotes sur la vie de l'auteur-compositeur.

[Inscription ici](#)

## Une expo haute en couleur

Vernissage **vendredi 4 avril à 18h**  
[Inscription ici](#)

**LES BEAUX VILLAGES  
VUS DU CIEL**  
Pierre REGOTTAZ  
Exposition  
du 2 au 18  
avril 2025

Locaux U.P.  
1 avenue Saint-Martin  
Montélimar

Accès libre

LIBERTÉ POPULAIRE  
MONTÉLIMAR

www.upmontelmar.fr

## Une conférence musicale

Musique et chorégraphie autour de Bach  
**jeudi 17 avril** [Inscription ici](#)

Montélimar Agglomération  
CONSERVATOIRE MUSIQUES & THÉÂTRE

**QUI VEUT DANSER SUR J-S. BACH**  
Camille Antoinet  
Professeur de violon et violon baroque  
Conférence en partenariat avec l'Université locale

**Jeudi 17 avril 2025**  
19h00

Le Tintamarre, Conservatoire, Montélimar (F-26200) - Entrée libre  
Réservation : 04 75 00 71 50 ou [www.upmontelmar.fr](http://www.upmontelmar.fr)  
Conservatoire intercommunal musique et théâtre  
5 rue Boucvert - 26200 Montélimar - Tél. 04 75 00 71 50

## Il reste encore des places !

<a href="#">Les Impressionnistes en Normandie</a>	mercredi	18h30	02/04/2025
<a href="#">Exposition : Les beaux villages vus du ciel de Pierre REGOTTAZ</a>	mercredi	17h00	02/04/2025
<a href="#">Utiliser Google Drive</a>	jeudi	09h30	03/04/2025
<a href="#">Les 7 clefs de l'éducation canine efficace</a>	jeudi	18h30	03/04/2025
<a href="#">Vernissage de l'exposition Les beaux villages vus du ciel de Pierre REGOTTAZ</a>	vendredi	18h00	04/04/2025
<a href="#">Concert BALADE en Brassensie</a>	samedi	20h00	05/04/2025
<a href="#">L'épopée romane et gothique des Normands autour de Jumièges et Caen</a>	mardi	18h30	08/04/2025
<a href="#">Autorité et indisciplines à l'école et dans la société de 1914 à nos jours</a>	vendredi	18h30	11/04/2025
<a href="#">Projection-débat : Sans toit ni loi d'Agnès VARDA (1985).</a>	lundi	18h30	14/04/2025
<a href="#">Utiliser Google Maps</a>	jeudi	09h30	17/04/2025
<a href="#">Qui veut danser sur Jean-Sébastien Bach ?</a>	jeudi	19h00	17/04/2025

Inscriptions sur [www.upmontelimar.fr](http://www.upmontelimar.fr) (suivez le lien de chaque activité) Pensez à vous inscrire au moins 2 semaines avant car les activités n'ayant pas un nombre suffisant d'inscrits sont susceptibles d'être annulées.

### Merci à nos sponsors !

Chaque année grâce à eux, nous publions la plaquette qui annonce nos activités ; elle est distribuée à plus de 3000 exemplaires dans toute l'agglomération de Montélimar. C'est actuellement le moment de rechercher nos annonceurs : voulez-vous devenir annonceur ? Voulez-vous renouveler votre annonce ? [voir](#)



Directrice de la publication : Marianne CALLEMEYN  
Rédaction et mise en page de ce numéro assurées par des bénévoles