

STAGES ET VISITES DE MUSÉES

ATTENTION

La confirmation du stage ou son annulation, faute d'un effectif suffisant ou d'une impossibilité de l'intervenant(e), sera adressée aux intéressés 10 jours avant le début du stage.

Aucune demande de remboursement ne sera prise en compte à partir de cette date.

STAGES

CHANT POUR CELLES ET CEUX QUI N'ONT JAMAIS OSÉ

4 possibilités :

Mercredi 20 et jeudi 21 février [STACHA1]

Mercredi 27 et jeudi 28 février [STACHA2]

Mercredi 17 et jeudi 18 avril [STACHA3]

Mercredi 24 et jeudi 25 avril [STACHA4]

de 9 h 30 à 12 h 30 et de 14 h à 17 h

Ce stage est destiné à celles et ceux qui se disent depuis trop longtemps : « Je voudrais tellement chanter, mais... » et n'ont jamais osé le faire.

L'ambition n'est pas la prouesse technique mais l'exploration des possibilités vocales, grâce à des exercices vocaux et à un travail sur la confiance en soi, ceci dans un climat chaleureux et ludique.

La responsable, Marie-Pierre Rioton, est chanteuse soliste depuis 1994 dans différents répertoires : chanson française et basque, gospel, lyrique, improvisation, choriste durant sept ans dans des chœurs basques et pédagogue depuis plus de trente ans.

Groupes limités à 10 personnes.

Responsable : Marie-Pierre RIOTON

Lieu : 34 cours de l'Argonne – Bordeaux

Durée : 12 h

Prix : 96 € par personne

Date limite d'inscription : 10 jours avant le début du stage

STAGE DE PRÉVENTION ROUTIÈRE

Lundi 18 février

de 9 h à 12 h

[STAROU]

Nous vous proposons un atelier de prévention dynamique, intitulé « partage de la route », et s'adressant à tous les usagers. Il portera sur les points suivants :

- La « culture » de l'automobiliste : un choix de panneaux avec le rappel de la loi et l'attitude de bon sens à avoir (avec diaporama) ; les lunettes d'alcoolémie, la prise de médicaments... ; la distance de freinage et celle de l'arrêt, l'énergie cinétique ; remplir un constat ;
- Les cyclistes : les panneaux plus spécifiques pour piétons et cyclistes ;
- La vision, les réflexes altérés par l'âge.

Responsable : **Association prévention MAIF**

Lieu : 3, rue Lafayette – Bordeaux (salle 2)

Durée : 3 h

Prix : Gratuit

Date limite d'inscription : 8 février 2019

CUISINE ITALIENNE « Italia in cucina »

Du lundi 25 au jeudi 28 février

de 9 h à 12 h

[STACUIT]

Accessible à partir d'un niveau intermédiaire d'italien (3-4 ans), ce stage propose d'approfondir la connaissance de la langue et de la culture italienne à travers la découverte de la cuisine transalpine. La cuisine italiennes est une cuisine du terroir, basée sur la qualité des produits locaux et le respect des traditions. Le stage propose un tour gastronomique dans quatre régions d'Italie, à la découverte de la diversité et de la richesse de la cuisine italienne. Chaque jour est dédié à une région. Premier jour : Lombardia ; deuxième jour : Emila

Romagna ; troisième jour : Lazio ; quatrième jour : Sicilia.

Le programme de chaque jour comprend l'apprentissage du vocabulaire culinaire, l'introduction à la cuisine de la région, de ses origines ainsi que ses particularités, la présentation des produits typiques et des recettes traditionnelles. Regardez, lisez, écoutez, écrivez, parlez ! L'apprentissage se fait à partir d'un lexique en images, de textes, de supports audio et de vidéos, qui seront traduits et commentés en classe. Pour travailler sur la communication orale et inciter chacun à s'exprimer et appliquer ses connaissances, des jeux en équipe et des mises en situation sont prévus.

Avec ce stage, vous saurez choisir les bons produits italiens dans les épiceries et au marché, passer une commande sans aucune difficulté dans un restaurant de cuisine italienne, discuter avec les convives des plats et de leurs origines. Si vous aimez cuisiner, en choisissant parmi les recettes découvertes pendant le stage, vous saurez préparer des plats simples italiens à la maison !

Responsable : Sara TAIOCCHI

Lieu : Université de Bordeaux - Annexe Broca 1 –
20 rue Paul Broca

Durée : 12 h

Prix : 75 € par personne

Date limite d'inscription : 15 février 2019

GYMNASTIQUE HARMONIQUE

**Du mercredi 27 fév. au vendredi 1^{er} mars
de 10 h 30 à 12 h 30 [STAGYM1]**

OU

**Du mercredi 24 au vendredi 26 avril
de 10 h 30 à 12 h 30 [STAGYM2]**

C'est le moment de vous faire plaisir !

La gymnastique harmonique est une nouvelle pratique associant plusieurs disciplines réunies en un seul cours, à mi-chemin entre la gymnastique et la danse. C'est une prise de conscience du corps dont l'objectif est de structurer sa charpente et les muscles qui la soutiennent, tout en protégeant les articulations.

L'association de la **musique** et du **mouvement** est primordiale ; elle permet de stimuler le corps et soulage les tensions : la détente est immédiate et le stress envolé !

Les résultats sont étonnants. On en sort revitalisé et détendu, et les bénéfices se prolongent bien au-delà des ateliers : on retrouve une démarche plus assurée, la confiance en soi, le redressement du dos...

Ce stage s'adresse à toutes les personnes ayant ou non déjà pratiqué la danse.

Responsable : **Yvonne PRIOLLAUD**

Lieu : Université de Bordeaux - Annexe Broca 1 –
20 rue Paul Broca

Durée : 6 h

Prix : 45 € par personne

Date limite d'inscription : 10 jours avant le début du stage

STRATÉGIES SUCCESSORALES
pour protéger le survivant et réduire
les droits de succession

Du mercredi 20 au vendredi 22 février
de 14 h à 17 h [STASUC]

Ce stage, animé par un notaire, couvrira trois grands thèmes :

1/ Le règlement d'une succession (principe général) : la preuve de la qualité d'héritiers (généalogiste), la liquidation du régime matrimonial, l'option successorale, le calcul des droits de succession ; **2/ La protection du conjoint survivant** : en présence d'enfants de leur union (donation entre époux, modification du régime matrimonial) et en présence d'enfants de précédentes unions (l'assurance-vie, la Société civile) ; **3/ La protection dans un couple non marié** : en cas de rupture (convention d'indivision, clauses de répartition des biens) et en cas de décès (testament et Pacs, Société civile et tontine sur les parts, assurance-vie, achat croisé – nue-propriété/usufruit -).

Responsable : **Bernard BOIREAU**

Lieu : 3, rue Lafayette – Bordeaux (salle 7)

Durée : 9 h

Prix : 75 € par personne

Date limite d'inscription : 10 février 2019

**LES PAPEROLLES :
L'art du papier roulé – Initiation [STAPAP1]**

**Du mercredi 20 au vendredi 22 février 2019
de 14 h 30 à 16 h 30**

Redécouvrir cette pratique artistique ancienne appelée « Paperolles » (ou encore « à papier roulé »), telle est la vocation de l'association bordelaise Papier de Plume.

Une invitation au voyage : la découverte d'un patrimoine historique et culturel méconnu au cœur de certaines communautés religieuses, en Europe, à la Renaissance et jusqu'à la fin du XIX^e siècle.

Une initiation à cette pratique artistique accessible et méditative.

Première séance : présentation sous forme de conférence sur les paperolles, hier et... aujourd'hui (env. 45 minutes), puis présentation des gestes et figures de base (1 h 15)

Deuxième séance : choix d'une création à réaliser (confection d'une carte, décoration d'un cadre, bijoux...). Reprise des gestes et figures de base et début de création d'une pièce de paperolle ;

Troisième séance : finalisation de la pièce.

Nombre de participants : 10 maximum.

Matériel fourni par Papier de Plume.

Responsable : Sandra QUEILLE

Lieu : 3, rue Lafayette – Bordeaux (salle 9)

Durée : 6 h

Prix : 50 € par personne

Date limite d'inscription : 10 février 2019

PERMACULTURE

Du mardi 19 au jeudi 21 février 2019

de 9 h 30 à 12 h 30 [STAPERM]

Ce stage est une initiation aux techniques de la permaculture.

1^e séance : Considérations générales

- Définitions de la permaculture dans sa globalité et d'une manière détaillée ;
- Conception et aménagement des jardins sous différentes formes possibles et imaginables ;
- Multiplications et productions de plantes ;
- Entretien du jardin par les méthodes biologiques intégrées.

2^e séance : Particularités écologiques

- Impact de la flore et de la faune sur les plantes ;
- Interaction des plantes entre elles et corrélation de ces dernières avec la terre.

3^e séance : Conclusion et synthèse

- Observations et remarques pertinentes ;
- Partage et distribution de matériel végétal ;
- Troc...

Responsable : Jonas **BANIAKINA**

Lieu : 3, rue Lafayette – Bordeaux (salle 9)

Durée : 9 h

Prix : 80 € par personne

Date limite d'inscription : 9 février 2019

ITALIEN : LE PLAISIR DE LIRE ENSEMBLE

Du mardi 19 au vendredi 22 février 2019

de 9 h à 12 h [STAITA]

Ce stage, destiné à un public ayant de bonnes connaissances de la langue italienne, correspondant à un minimum de deux années

d'apprentissage (niveau A2/B1), permettra, à travers l'étude de deux romans, de découvrir des auteurs italiens d'aujourd'hui. La lecture de quelques extraits, les techniques de l'écriture, la présentation socio-historique et l'analyse des personnages seront les différentes phases abordées pour chaque roman. Les participants interviendront à tour de rôle et, guidés par l'enseignant, débattront afin de créer une atmosphère de partage et d'échange.

Les romans que l'on conseille d'acheter et de lire auparavant sont les suivants : *Sostiene Pereira*, d'Antonio Tabucchi ; *Un bene al mondo*, d'Andréa Bajani.

Responsable : **Stefania GRAZIANO-GLOCKNER**

Lieu : Université de Bordeaux - Annexe Broca 1 –
20 rue Paul Broca – Bordeaux

Durée : 12 h

Prix : 96 € par personne

Date limite d'inscription : 9 février 2019

INITIATION AU VITRAIL

Du mardi 19 au vendredi 22 février
de 14 h à 17 h [STAVIT]

Ce stage a pour but de vous apprendre à fabriquer un petit vitrail, du dessin au nettoyage final, de 30 cm, carré ou rectangulaire, avec des lignes droites ou légèrement courbes. Tout le matériel est fourni et vous emportez votre vitrail à la fin du stage !

Groupe limité à 6 personnes.

Responsable : **Patricia TOUJAS**

Lieu : VITRODECORBORDO – 165, rue Etchenique -
Bordeaux

Durée : 12 h

Prix : 111 € par personne

Date limite d'inscription : 9 février 2019

OCCITAN - Initiation

Du lundi 18 au jeudi 21 février 2019

de 14 h à 17 h

[STAOCC]

De « kesaquo » à « quedalle », en passant par « castagne », la langue française, celle que nous parlons, a intégré des mots, des expressions de la langue régionale du sud de la France : l'occitan. Que vous soyez béarnais, périgourdin, landais, etc. ; que vous vouliez retrouver la langue que vous avez entendue en famille, avec les voisins ; ou que vous soyez tout simplement curieux, nous vous proposons une découverte de la langue occitane.

Au cours de ce stage d'initiation, vous écouterez des extraits d'enregistrements de locuteurs authentiques, des documents vidéos ; vous découvrirez la richesse des dialectes occitans (gascon, languedocien, limousin, provençal, auvergnat...) ; vous apprendrez à lire et à écrire en graphie « normalisée » ; et surtout vous apprendrez à parler occitan par des jeux de rôles dans des situations de la vie quotidienne (salutations, demander des informations, décrire, raconter...).

Responsable : Olivier SIRGUE

Lieu : 3, rue Lafayette – Bordeaux (salle 8)

Durée : 12 h

Prix : 96 € par personne

Date limite d'inscription : 8 février 2019

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

2 possibilités :

Du mardi 26 au jeudi 28 février

[STAREF1]

OU

Du mardi 16 au jeudi 18 avril

[STAREF2]

de 14 h à 17 h

La réflexologie plantaire est une thérapie manuelle aidant à régulariser les dysfonctionnements de l'organisme. Les différentes actions que l'on entreprend sur le pied offrent à la fois détente et énergie. Elles font

également disparaître les blocages d'un organe ou d'une fonction responsables de certaines douleurs.

1/ L'origine de la réflexologie plantaire - l'anatomie du pied - les cas de contre-indications ;

2/ Les zones réflexe en lien avec nos organes – les techniques de massage – le déroulement d'une séance de relaxation ;

3/ Traitement de zones réflexe spécifiques : l'appareil digestif, les voies respiratoires, la colonne vertébrale.

Groupes de 10 personnes maximum.

Responsable : Agnès GASNIER

**Lieu : Université de Bordeaux - Annexe Broca 1 –
20 rue Paul Broca - Bordeaux**

Durée : 9 h

Prix : 75 € par personne

Date limite d'inscription : 10 jours avant le début du stage

CUISINE JAPONAISE « Les gyoza »

Vendredi 22 février 2019

de 10 h à 13 h

[STAJ1]

Menu :

Gyoza (raviolis japonais) au poulet ;

Salade de légumes chauds (poivrons, mini maïs, gombo) à la sauce sésame et yuzu ;

Riz ;

Satsuma-jiru (Soupe miso - spécialité de la région de Kagoshima –, patate douce, konjak, tofu, chou chinois, carotte, ciboulette, lotus, taro, poulet).

Nous préparerons les Gyoza, « raviolis japonais ». C'est un plat très populaire au Japon. Presque tout le monde l'aime ! Nous concocterons aussi une soupe traditionnelle, « Satsumajiru », une salade et du riz, pour faire un repas complet !

Groupe de 12 personnes maximum.

Responsable : Junko SAKURAI

Lieu : – Maison des 5 sens, 5 allée des Peupliers –
BORDEAUX

Durée : 3 h

Prix : 40 € par personne

Date limite d'inscription : 12 février 2019

LITTÉRATURES POLICIÈRES

Du lundi 18 au mercredi 20 février 2019

de 14 h à 16 h

[STAPOL]

- **Première séance :** Aux origines du roman noir en France
(XIX^e- début XX^e siècle)

1/ Les racines (littéraires, avec le roman gothique anglais ; un personnage réel : Eugène-François Vidocq, 1775-1857) ; 2/ Les grands auteurs « classiques » du XIX^e siècle : Honoré de Balzac, Victor Hugo, Guy de Maupassant ; 3/ Les romans feuilletons : Eugène Sue, Paul Féval, Ponson du Terrail, Alexandre Dumas ; 4/ Le roman criminel : Émile Gaboriau ; 5/ Les grands auteurs du début du XX^e siècle : Gaston Leroux, Maurice Leblanc, Marcel Allain et Pierre Souvestre.

- **Deuxième et troisième séances :** Quelques figures majeures du roman noir des États-Unis

Dans l'ordre chronologique : Dashiell Hammett, Raymond Chandler, Chester Himes, Donald Westlake, James Ellroy.

Responsable : **Bernard DAGUERRE**

Lieu : 3, rue Lafayette – Bordeaux (salle 2)

Durée : 6 h

Prix : 45 € par personne

Date limite d'inscription : 8 février 2019

LE MARCHÉ DE L'ART

Du mardi 19 au jeudi 21 février 2019

de 14 h à 17 h

[STAMAR]

Ce stage vous propose une initiation au marché de l'art. À travers une présentation des acteurs et des outils de ce domaine, vous découvrirez qu'être collectionneur est une passion à la portée de tous ! Vous apprendrez ainsi comment analyser une œuvre, l'évaluer, la revendre, comment monter une collection et défiscaliser grâce à l'art.

Responsable : Aude MOUTON

**Lieu : Université de Bordeaux - Annexe Broca 1 –
20 rue Paul Broca – Bordeaux**

Durée : 9 h

Prix : 75 € par personne

Date limite d'inscription : 9 février 2019

PASSAGE DE L'ORAL À L'ÉCRIT, une même pensée mais deux codes

Du lundi 18 au jeudi 21 février 2019

de 9 h 30 à 12 h 30

[STAEXP]

Ce stage est destiné à toutes celles/tous ceux qui souhaitent se réapproprier la langue en redécouvrant l'expression écrite et en la structurant.

Les deux premières séances feront l'objet d'une prise de conscience des deux schémas fondamentaux des temps du français. À partir entre autres du court récit oral d'un événement auquel la personne a assisté ou participé, une « traduction » écrite en sera faite.

La troisième séance sera l'occasion de travailler sur l'articulation « thème/propos », à la dimension d'une phrase comme de celle d'un paragraphe écrit.

La dernière séance portera sur le rôle de tous les mécanismes de renvoi à l'intérieur d'une unité de sens comme la phrase complexe ou le paragraphe.

Responsable : Gilles DECAESTECKER

Lieu : 3, rue Lafayette – BORDEAUX (salle 15)

Durée : 12 h

Prix : 96 € par personne

Date limite d'inscription : 8 février 2019

CINÉMA ITALIEN

Du mardi 19 au jeudi 21 février 2019

de 9 h 30 à 12 h 30 [STACIN]

Cinema italiano : du néoréalisme à nos jours.

Ce stage, **ouvert à tous niveaux**, est dispensé à la fois en italien et en français. Il propose des visionnements de films en VOSFR, avec des appuis pédagogiques pour la compréhension linguistique et culturelle. Chaque journée se termine par un commentaire et une discussion.

Responsable : Francesca d'ELIA

Lieu : Université de Bordeaux - Annexe Broca 1 –
20 rue Paul Broca – Bordeaux

Durée : 9 h

Prix : 75 € par personne

Date limite d'inscription : 9 février 2019

EXPRESSION ORALE

Du lundi 18 au vendredi 22 février 2019

de 14 h à 17 h

[STAEX]

Ce stage s'adresse à toute personne désirant améliorer son expression orale, que ce soit pour des besoins personnels ou professionnels. Vous y travaillerez la respiration, la diction, la voix, la gestuelle, le regard, etc., pour acquérir les outils de base à une bonne prise de parole.

Il s'agit d'un stage avec deux volets : s'entraîner à la prise de parole en public (avec ou sans micro, seul face à un groupe) et améliorer sa communication dans le cadre d'une conversation à deux ou en petit groupe. Les exercices pratiques sont issus de mon expérience de comédienne et de professeure d'expression orale auprès de professionnels, d'étudiants et de particuliers.

Nous serons ensemble une semaine pour apprendre à maîtriser trac, paroles, corps et émotions, dans une ambiance bienveillante !

Responsable : **Béatrice ARAGONES**

(06 63 37 88 58)

Lieu : 174, cours de l'Yser - BORDEAUX

Durée : 15 h

Prix : 96 € par personne

Date limite d'inscription : 8 février 2019

LE MONDE ARABE CONTEMPORAIN DEPUIS 1945, en particulier les pays du Proche-Orient

Du mardi 19 au vendredi 22 février 2019

de 14 h à 17 h

[STAARA]

Ce stage traitera successivement :

- La colonisation et décolonisation : la mise en place des États-nations ;

- Les régimes politiques ;
- Les pouvoirs et les religions. Les facteurs d'unité et de conflits ;
- Les mouvements : nationaliste arabe, réformiste, fondamentaliste et intégriste ;
- Le pouvoir politique et la société civile ;
- Les conflits externes et internes.

Responsable : Rita MAZEN

Lieu : 3, rue Lafayette – BORDEAUX (salle 11)

Durée : 12 h

Prix : 120 € par personne

Date limite d'inscription : 9 février 2019

DÉCOUVERTE DE L'HÉRALDIQUE

**Du mardi 19 au vendredi 22 février 2019
de 14 h à 17 h [STAHER]**

L'héraldique ou blason, quoique moins fréquente que dans d'autres pays, fait partie de notre environnement, sans que nous y prenions garde. Dans ce stage de découverte, elle sera démystifiée et démythifiée. Qui peut porter des armoiries ? Qu'est-ce que le blason ? Véhicule-t-il une symbolique ésotérique ? Seront abordés la définition de cette emblématique, son histoire, son langage, sa structure, etc. On apprendra à lire et à décrire des armoiries, à les comprendre (quand c'est possible) et même à les composer.

Responsable : Jean-Paul CASSE

Lieu : 3, rue Lafayette – Bordeaux (salle 15)

Durée : 12 h

Prix : 96 € par personne

Date limite d'inscription : 9 février 2019

DANSES EN LIGNE

Jeudi 28 février 2019

de 10 h à 13 h

[STALIG]

Disco, Madison, Swing, Funk, Rythm'n'Blues... Nombreuses sont les chorégraphies en ligne, célèbres ou improvisées, qui ont marqué la grande époque de la danse sociale, le cinéma, et autres rendez-vous des années 1950 à 1980 ! Vous souvenez-vous d'un Madison, de Saturday Night Fever ou encore du Funky Chicken?

Ce stage vous permettra d'apprendre, redécouvrir ou interpréter quelques grands moments de danse, dans le plaisir collectif du partage de la musique !

Responsable : **Chloé GUÈZE**

Lieu : 129, cours de la Marne - Bordeaux

Durée : 3 h

Prix : 40 € par personne

Date limite d'inscription : 8 février 2019

CUISINE

[STACUIF]

Stage foie gras/confits de canard

Lundi 18 et mardi 19 février 2019

de 10 h à 12 h 30 et de 13 h 30 à 16 h 30

Ce stage est destiné à celles et ceux qui souhaitent savoir cuisiner et faire des conserves de canards gras. Vous apprendrez à préparer ces conserves et repartirez avec vos bocaux de confits et de foies gras que vous aurez vous-mêmes réalisés grâce aux conseils du chef Olivier. *Nous fournissons les canards gras.*

Groupe limité à 8 personnes.

Responsable : **Patrice MARTINIANO**

06 72 91 03 76 / patrice.martiniano@orange.fr

Lieu : Maison des 5 sens, 5 allée des Peupliers –
Bordeaux

Durée : 11 h

Prix : 140 € par personne

Date limite d'inscription : 8 février 2019

LIVRES CRÉATIFS

Du mardi 19 au jeudi 21 février 2019

de 14 h à 16 h

[STALIV]

L'objectif de ce stage est de découvrir les techniques de fabrication de livres uniques/carnets/cahiers originaux, avec des méthodes simples de pliage, découpage et couture.

Au programme :

- apprentissage des différents types de papier, les outils à utiliser (plioir, cutter), les bons gestes, les astuces ;
- fabrication d'un livre-origami : pliage simple, à une, deux ou trois pages, avec couverture simple collée. C'est un mini pop-up facile à réaliser, aux applications multiples ;
- Instant book, à 8 et 12 pages ;
- Livre accordéon avec une couverture cartonnée collée ;
- Carnet dos-à-dos à couture simple ;
- Reliure à la japonaise, pour un aspect très décoratif, avec une couverture souple.

Matériel à apporter :

Une règle, un cutter, un crayon ou porte-mine fin, une gomme, un chiffon pour la colle, une plaque de coupe ou un carton/vieux calendrier. Facultatif : un plioir si vous avez, vos beaux papiers.

Participation demandée pour le matériel spécifique (papiers, cartons, colle, fil) : 7 €/personne.

Maximum 10 participants.

Responsable : **Laurence BUCOURT**

Lieu : 34, cours de l'Argonne - BORDEAUX

Durée : 6 h

Prix : 45 € par personne

Date limite d'inscription : 9 février 2019

**STRATÉGIES FISCALES
pour l'achat d'un logement**

**Du mercredi 17 au vendredi 19 avril
de 14 h à 17 h [STAFIS]**

Ce stage, animé par un notaire, couvrira trois grands thèmes :

1/ L'achat en indivision : fixation des quotités ; clauses pour un partage équitable en cas de séparation ; protection du survivant (tontine) ;

2/ L'achat par une société civile : protection en cas de séparation ou divorce ; protection du survivant en cas de décès (droit de vote à l'usufruitier) ; transmission aux enfants ;

3/ L'achat en démembrement : droits et devoirs de l'usufruitier et du nu propriétaire ; prise en charge des travaux par l'usufruitier et transmission aux héritiers sans droit de succession.

Responsable : **Bernard BOIREAU**

Lieu : 3, rue Lafayette – Bordeaux (salle 7)

Durée : 9 h

Prix : 75 € par personne

Date limite d'inscription : 7 avril 2019

CALLIGRAPHIE JAPONAISE

**Lundi 15 avril 2019 [STACALJ]
de 9 h 30 à 12 h 30 et de 14 h à 17 h**

Venez découvrir ou redécouvrir l'art traditionnel japonais : la calligraphie. Vous apprendrez surtout le geste et le rythme du trait pour aboutir à des compositions esthétiques d'idéogrammes et d'espaces dans l'esprit de cet art. Tous niveaux.

Matériel compris. Si vous l'avez déjà, merci de l'amener lors du stage.

Responsable : Shoko SAKABÉ

Lieu : 3, rue Lafayette – Bordeaux (salle 8)

Durée : 6 h

Prix : 52 € par personne

Date limite d'inscription : 5 avril 2019

PALÉOGRAPHIE

**Du lundi 15 au vendredi 19 avril 2019
de 14 h à 17 h [STAPAL]**

Science des écritures anciennes, la paléographie, indispensable à qui veut lire de vieux documents, est une voie d'accès à une meilleure connaissance de nos histoires, ancêtres et langues. Ce stage vise à l'acquisition de la technique de déchiffrement de textes du XVI^e au XIX^e siècle : analyse des lettres, évolution de leurs formes, système abrégatif, et un maximum d'exercices de lecture. Science auxiliaire de l'histoire, la paléographe est utile au généalogiste, mais pas que. La langue ayant évolué, déchiffrer est insuffisant, car pour lire il faut comprendre. Lors des exercices, le vocabulaire sera replacé dans son contexte. Novices et personnes ayant déjà pratiqué sont les bienvenus !

Responsable : Jean-Paul CASSE

Lieu : 3, rue Lafayette – Bordeaux (salle 4)

Durée : 15 h

Prix : 120 € par personne

Date limite d'inscription : 5 avril 2019

HISTOIRE DE L'ART

Histoire de la peinture de paysage et l'art des jardins

Du mardi 16 au vendredi 19 avril 2019

de 14 h 30 à 16 h

[START]

Première séance : la naissance de la peinture de paysage sous la Renaissance ;

Deuxième séance : l'idéal classique ;

Troisième séance : le XIX^e siècle, Courbet, l'école de Barbizon, les impressionnistes, Cézanne ;

Quatrième séance : l'art des jardins.

Responsable : Jean-Jacques MICHAUD

Lieu : 76, avenue Émile COUNORD - Bordeaux

Durée : 6 h

Prix : 45 € par personne

Date limite d'inscription : 6 avril 2019

DANSE AFRICAINE

Lundi 15 avril 2019

de 14 h à 17 h

[STAFRI]

À travers l'exploration du rythme et du mouvement corporel, c'est une invitation au voyage, à l'exploration douce des appuis, de l'équilibre, des rebonds et de l'aspect ludique de la danse que vous promet ce

stage...

Adapté au public senior, ce temps dansé vous permettra une immersion dans l'univers riche et originel des danses d'Afrique, tout en faisant le plein d'énergie et de joie communicative !

Responsable : **Nathalie BASTIEN**

Lieu : Université de Bordeaux - Annexe Broca 1 –
20 rue Paul Broca – Bordeaux

Durée : 3 h

Prix : 40 € par personne

Date limite d'inscription : 5 avril 2019

LES PAPEROLLES :

Perfectionnement [STAPAP2]

Du mercredi 17 au vendredi 19 avril 2019

de 14 h 30 à 16 h 30

Une conférence/rencontre autour de cette pratique artistique ancienne à base de bandes de papier : les paperolles, ou encore le quilling.

Un voyage artistique et culturel au cœur de l'art contemporain international ; un voyage aussi dans le temps, retour aux origines à la Renaissance dans le Sud-Est de la France au sein de certains couvents féminins.

Une pratique accessible et peu onéreuse, un art pauvre et très répétitif ; une « prière manuelle », méditation au cœur du toucher.

Une initiation à cette pratique artistique : découverte des matériaux, des outils (de récupération) utilisés, présentation des 7 figures de base et réalisation d'une pièce personnelle.

Première séance : rencontre/conférence « Du quilling aux paperolles ? Voyage au pays du papier « Back to the futur ! » (env. 45 minutes), puis présentation des gestes et figures de base (1 h 15) ;

Deuxième séance : choix d'une création à réaliser (confection d'une carte, décoration d'un cadre, bijoux...). Reprise des gestes et figures de

base et début de création d'une pièce de paperolle ;

Troisième séance : finalisation de la pièce.

Avec deux diaporamas pédagogiques.

Le matériel (papier, outils, colle...) sera fourni par SKEY Creations.

Nombre de participants : 10 maximum.

Responsable : **Sandra QUEILLE**

Lieu : 3, rue Lafayette – Bordeaux (salle 9)

Durée : 6 h

Prix : 50 € par personne

Date limite d'inscription : 7 avril 2019

L'UNIVERS DES RÉGIONS ITALIENNES

Mardi 16 et mercredi 17 avril 2019

de 9 h 30 à 12 h 30 [STAREG]

Tradizioni, dialetti e fantasia...

Accessible à partir d'un niveau intermédiaire (3-4 ans d'italien), ce stage vous offre de balayer le paysage des régions italiennes, d'évoquer les traditions et dialectes principaux (avec quelques notions d'histoire de la langue italienne), et de vous suggérer quelques curiosités et idées de voyages...

Responsable : **Francesca d'ELIA**

Lieu : Université de Bordeaux - Annexe Broca 1 –
20 rue Paul Broca – Bordeaux

Durée : 6 h

Prix : 50 € par personne

Date limite d'inscription : 6 avril 2019

CUISINE**[STACUIP]****Stage « Le pain »****Lundi 15 et mardi 16 avril 2019****de 10 h à 12 h 30 et de 13 h 30 à 16 h 30**

Deux jours pour apprendre à faire du pain de manière traditionnelle !

- Premier jour : fougasses et pizzas ;
- Second jour : baguette tradition, épis et bretzels.

Groupe limité à 8 personnes.

Responsable : Patrice MARTINIANO
06 72 91 03 76 / patrice.martiniano@orange.fr

**Lieu : Maison des 5 sens, 5 allée des Peupliers –
Bordeaux**

Durée : 11 h

Prix : 140 € par personne

Date limite d'inscription : 5 avril 2019

BIODIVERSITÉ :**Les plantes sauvages comestibles****Du mardi 16 au jeudi 18 avril 2019****de 10 h à 12 h [STABIO]**

Quels sont ces végétaux qui ont été consommés de la Préhistoire au Moyen Âge ? À quel moment les cueillir ? Quelles sont leurs saveurs ? Leurs utilités agricoles ? Que soignent-ils et quels sont ceux qui sont toxiques ? Nous nous arrêterons plus longuement sur la reine des plantes : l'ortie. Nous parlerons de cuisine sauvage et vous repartirez avec quelques recettes.

Responsable : Isabelle LAGARDE

Lieu : 3, rue Lafayette – Bordeaux (salle 9)

Durée : 6 h

Prix : 45 € par personne

Date limite d'inscription : 6 avril 2019

CALLIGRAPHIE CHINOISE LIBRE

Du mardi 16 au jeudi 18 avril 2019

de 9 h à 12 h

[STACALC]

Cet atelier vous fera entrer dans l'univers de la peinture à l'encre (noire et couleur). Vous découvrirez sa légèreté et en même temps sa profondeur, sa souplesse d'utilisation, les effets qu'on peut créer en vous exerçant d'abord sur « brouillon ». Quand vous serez prêt(e)s, vous finaliserez sur carte, marque pages, tableau selon votre choix. Différents papiers seront proposés.

Vous pourrez exercer votre créativité dans l'abstraction ou dans le figuratif, selon ce qui vous convient le mieux. Savoir dessiner n'est pas nécessaire. Chacun(e) pourra laisser libre cours à son imagination, à sa gestuelle aussi, libérant ainsi son potentiel de création. Ce qui est important est d'avoir plaisir à peindre, à s'exprimer, à créer.

Matériel nécessaire : papiers, encres et pinceau. Les personnes qui ont ce matériel complet peuvent l'apporter. Celles qui ne l'ont pas pourront se le procurer auprès de la professeure pour la somme de 6 €.

Groupe limité à 10 personnes.

Responsable : Marie-Christine LOUIS

Lieu : 3, rue Lafayette – Bordeaux (salle 11)

Durée : 9 h

Prix : 75 € par personne (sans le matériel)

Date limite d'inscription : 6 avril 2019

RETOUCHE PHOTO/DESSIN NUMÉRIQUE

Du lundi 15 au jeudi 18 avril 2019

de 9 h à 12 h

[STANUM]

Lors de ces quatre jours d'initiation, nous découvrirons ensemble le logiciel Gimp, qui permet de traiter et de retoucher des images (dessin ou photographie) pour l'Internet ou pour l'impression sur papier.

Nous apprendrons la retouche de photos, la création graphique, ainsi que la colorisation de dessins.

Utiliser Gimp est plus facile qu'il n'y paraît : nous aborderons chaque point pas à pas pour que vous puissiez vous réaliser dans une activité ludique et créative !

Prérequis :

Il faut déjà avoir utilisé un ordinateur pour effectuer des tâches courantes. Aucune connaissance initiale en infographie n'est nécessaire.

Matériel :

Votre ordinateur portable (Windows ou Mac) rechargé, votre clef USB et votre souris.

Vous pouvez installer le logiciel Gimp sur votre ordinateur (libre et gratuit sur le site de l'éditeur Gimp.org).

Groupe limité à 12 personnes.

Responsable : Élise HOOGARDIE

**Lieu : Université de Bordeaux - Annexe Broca 1 –
20 rue Paul Broca – Bordeaux**

Durée : 12 h

Prix : 96 € par personne

Date limite d'inscription : 5 avril 2019

FRANÇAIS : (Re)mise à niveau

Du mardi 23 au jeudi 25 avril 2019

de 9 h à 12 h

[STAFRA1]

Ce stage s'adresse à des personnes ayant eu une scolarité écourtée ou à des personnes d'origine étrangère qui ne maîtrisent pas totalement la langue française.

Il s'agira de reprendre les bases de la grammaire, de la conjugaison et de l'orthographe françaises dans le but d'améliorer les productions orale et écrite des participants dans leur vie quotidienne.

Le but sera aussi et surtout d'échanger sur des erreurs couramment commises à l'écrit ou à l'oral en français par les locuteurs natifs et non

natifs, mais aussi sur les difficultés rencontrées par les membres du groupe.

Groupe limité à 15 personnes.

Responsable : Sandra AUGENDRE

**Lieu : Université de Bordeaux - Annexe Broca 1 –
20 rue Paul Broca – Bordeaux**

Durée : 9 h

Prix : 75 € par personne

Date limite d'inscription : 13 avril 2019

**LA GRAMMAIRE FRANÇAISE
POUR LES EXPERTS**

**Du mardi 23 au jeudi 25 avril 2019
de 13 h à 16 h [STAFRA2]**

Cette activité s'adresse aux personnes passionnées par la langue française et par toutes les questions relatives à la grammaire, l'orthographe, la conjugaison, le vocabulaire... Fans de mots-croisés, de concours de dictées, de lecture ou d'écriture, ce stage est fait pour vous !

Lors de cet atelier, nous travaillerons principalement sur les règles les plus complexes, les exceptions, les points de grammaire et d'orthographe les plus difficiles à appréhender, les modes et temps les moins usités, les problèmes d'accords (participes passés, mots composés...)... Ce stage s'adresse donc à des personnes qui maîtrisent déjà les bases de la grammaire (nature, fonction, subordonnée relative/conjonctive...), de la conjugaison (connaissance des différents modes et temps) et de l'orthographe, et qui souhaitent approfondir et partager leur savoir.

Groupe limité à 15 personnes.

Responsable : Sandra AUGENDRE

Lieu : Université de Bordeaux - Annexe Broca 1 –
20 rue Paul Broca – Bordeaux

Durée : 9 h

Prix : 75 € par personne

Date limite d'inscription : 13 avril 2019

VOYAGE DANS LE TEMPS...

Du mardi 16 au vendredi 19 avril 2019

de 14 h à 17 h [STAVOY]

Cet atelier se propose de faire un voyage dans le temps sur les quatre derniers siècles de notre histoire, à travers une approche **pluridisciplinaire et participative**, reposant autant sur le croisement des arts, littérature, musique, photo, cinéma, que sur l'analyse des grands événements de l'histoire collective (religieux, politiques).

Approche « **participative** » car elle part de ce que nous avons tous plus ou moins retenu déjà de cette histoire, clichés ou connaissances plus profondes, afin de les replacer dans une réflexion commune, de les retravailler ensemble, de façon à faire émerger un sens *nouveau*.

On essaiera de déterminer ce qui, pour chaque siècle, fait question et permet d'annoncer le siècle suivant, tout en résonnant encore fortement aujourd'hui.

Tracer ensemble *le fil rouge de notre histoire...*

Ma formation et mon expérience de cinéaste me feront mettre l'étude de l'Image et des images au cœur de la réflexion.

Nota : cet atelier s'inspire de la collection « Une histoire personnelle de la France ».

Responsable : Patricia KAJNAR

Lieu : 3 rue Lafayette – Bordeaux (salle 2)

Durée : 12 h

Prix : 96 € par personne

Date limite d'inscription : 6 avril 2019

CUISINE JAPONAISE végétarienne

Vendredi 19 avril 2019

de 10 h à 13 h

[STAJ2]

Nous commencerons par préparer le bouillon dashi végétarien.

Et nous concocterons trois plats en utilisant ce bon bouillon :

- le Shiraaé (Shiitake, carottes, pois gourmands à la sauce tofu et sésame) ;
- le Daikon farci à la vapeur (pois gourmands, shiitake, shiméji) ;
- le Nishimé : légumes mijotés (racine de lotus, taro, daikon, shiitaké, kongnak, kinusaya).

Tout cela avec du riz et une soupe miso !

Nous avons préparé le bouillon dashi avec la bonite (poisson) séchée et l'argue kombu l'année précédente. Nous préparerons cette fois le bouillon dashi végétarien sans utiliser le poisson, bien entendu.

Responsable : Junko SAKURAI

**Lieu : Maison des 5 sens, 5 allée des Peupliers –
BORDEAUX**

Durée : 3 h

Prix : 40 € par personne

Date limite d'inscription : 9 avril 2019

Sortie en bateau sur l'ARAWAK

Avril 2019

[STAWAK]

Posez votre sac à bord pour une aventure hors du temps...

Construit en 1954, le voilier L'Arawak est le dernier thonier du port d'Étel.

Le bateau, classé au patrimoine maritime depuis 2012, vous propose une visite de l'Île Nouvelle avec la possibilité d'avoir un guide

d'animation sur la faune et la flore. Apportez votre pique-nique et mangez sur l'île !

Le trajet jusqu'à l'île dure 2 h 30 et la visite 3 h.

Le départ se fait en fonction des marées (souvent entre 8 h 30 et 10 h 30) ; les horaires seront donc précisés quelques jours avant.

Tarif : 60 €/personne

L'embarquement s'effectue place Aristide Briand à Lormont.

Merci de vous inscrire directement au secrétariat du 3 rue Lafayette.

24 personnes maximum.

Dates : entre le 1^{er} et le 15 avril 2019. Les dates précises seront connues début 2019 ; merci de nous contacter directement à cette période.

**DÉCOUVERTE DU PARUCHUTISME :
UN SAUT EN TANDEM**

Vendredi 19 avril, 14h30-17h30 [STAPAR1]

ou

Vendredi 26 avril, 14h30-17h30 [STAPAR2]

ou

Vendredi 10 mai, 14h30-17h30 [STAPAR3]

L'Université du temps libre vous propose, en collaboration avec Vertical T'Air Parachutisme, de découvrir les sensations du saut en parachute dans d'excellentes conditions : sécurité, tarif négocié et environnement remarquable seront au rendez-vous.

Déroulement du saut : après quelques formalités administratives et un briefing, vous montez dans l'avion avec votre moniteur pour vingt minutes de vol au-dessus de la dune du Pyla, du banc d'Arguin, du Cap Ferret, des grands lacs, de l'île aux oiseaux et du bassin d'Arcachon... Vue splendide sur toute la côte océane des Pyrénées jusqu'à l'estuaire de la Gironde... À 3 500 mètres, ouverture de la porte ! C'est parti !

Vous êtes accroché(e) à votre moniteur pour 45 secondes de chute libre, vitesse 200 km/h... Pas de vertige, vous n'êtes pas relié au sol ; pas de stress, votre moniteur gère ! Sensations indescriptibles... À 1 500 mètres, ouverture du parachute et vous découvrez le sol sous voile avec votre moniteur durant 6 à 7 minutes jusqu'à l'atterrissage. Une seule envie : recommencer...

Conditions : poids mini 40 kg et maxi 95 kg. Le certificat médical n'est obligatoire qu'à partir de 60 ans, mais il est préférable de consulter votre médecin au préalable. Les personnes sont couvertes par l'assurance de Vertical T'Air Parachutisme.

Tenue : pantalon, sweet-shirt ou polaire légère et une paire de baskets.

Responsable : **VERTICAL T'AIR PARACHUTISME**

Lieu : Aérodrome de Villemarie, La Teste de Buch

Durée : 3 h

Prix : 250 € par personne*

Date limite d'inscription : 10 jours avant le stage

*option vidéo embarquée : 90 € en supplément

AVANT DE MAÎTRISER SON IPHONE/SON IPAD

Mardi 2 octobre 2018

de 14 h 30 à 17 h 30

[STACOL1]

Les participants doivent nécessairement disposer d'un iPhone ou d'un iPad.

Cette formation uniquement pratique permettra aux participants de réaliser les opérations suivantes :

- localiser les réglages ;
- régler le verrouillage automatique ;
- se connecter à un réseau Wifi public ou privé ;

- identifier le modèle de son iPhone/son iPad, identifier la version d'iOS installée ;
- connaître l'espace mémoire disponible ;
- apprendre à toucher et parler à son iPhone/son iPad ;
- démarrer ou arrêter son iPhone/son iPad ;
- activer et utiliser le partage de connexion ;
- photographier un objet ou soi-même ;
- transférer des informations *via* Airdrop ;
- choisir un « bon » mot de passe et changer de mot de passe ;
- activer l'identification biométrique (empreinte digitale) ;
- accéder à App Store avec un identifiant Apple ;
- installer une application ;
- désinstaller ou supprimer une application ;
- mettre à niveau le système iOS ;
- mettre à jour une application ;
- pratiquer le couper/copier/coller.

Responsable : **Henri COLLON**

Lieu : **Maison Polyvalente Sarah Bernhardt – 33 cours du Québec – Bordeaux Nord**

Durée : **3 h**

Prix : **33 €** par personne

Date limite d'inscription : **22 septembre 2018**

**AVANT DE MAÎTRISER SON SMARTPHONE
ANDROID/SA TABLETTE ANDROID**

Lundi 1^{er} octobre 2018

de 14 h 30 à 17 h 30

[STACOL2]

OU

Lundi 8 octobre 2018

de 14 h 30 à 17 h 30

[STACOL3]

OU

Jeudi 13 décembre 2018

de 9 h 30 à 12 h 30

[STACOL4]

Les participants doivent nécessairement disposer d'un Smartphone ou d'une tablette Android.

Cette formation uniquement pratique permettra aux participants de réaliser les opérations suivantes :

- localiser les réglages ;
- régler le temps de mise en veille ;
- se connecter à un réseau Wifi privé ou public ;
- identifier le modèle de son Smartphone/sa tablette, identifier la version d'Android installée ;
- connaître l'espace mémoire disponible, y compris sur la carte SD ;
- apprendre à toucher et parler à son Smartphone/sa tablette ;
- démarrer ou arrêter son Smartphone/sa tablette ;
- activer et utiliser le partage de connexion ;
- photographier un objet ou soi-même ;
- créer une nouvelle adresse de messagerie Gmail ;
- choisir un « bon » mot de passe et changer de mot de passe ;
- activer l'identification biométrique (visage ou empreinte digitale) ;
- accéder à Playstore avec un identifiant Google ;
- installer une application ;
- désinstaller ou supprimer une application ;
- mettre à niveau le système Android ;
- mettre à jour une application ;

- pratiquer le couper/copier/coller.

Responsable : **Henri COLLON**

Lieu : **Maison Polyvalente Sarah Bernhardt – 33 cours du Québec – Bordeaux Nord**

Durée : **3 h**

Prix : **33 €** par personne

Date limite d'inscription : **10 jours avant le début du stage**

MAÎTRISER SON IPHONE

Mardi 6, 13 et 20 novembre 2018

de 14 h 30 à 17 h

[STACOL5]

La partie pratique de cette formation s'appuie sur la version 11.3 (ou supérieure) d'iOS.

IMPORTANT : les participants doivent nécessairement connaître les bases d'iOS développées dans la formation « Avant de maîtriser son iPhone/son iPad ».

Cette formation couvre les domaines suivants :

- réglage des fonctions productives : réseaux, boîtes de courrier électronique, centre de notifications, synthèse ou reconnaissance vocale (Siri)... ;
- utilisation des applications natives : téléphone, calendrier, contacts, horloge, photo/vidéo, musique... ;
- classement, recherche et déplacement de l'information, comme par exemple créer un contact, localiser une adresse sur une carte, lancer un appel téléphonique à partir d'Internet... ;
- transfert d'information : créer un SMS, envoyer des photos par MMS/email, transmettre un document par le Cloud... ;
- installation de nouvelles applications, à partir d'*App Store* : scanner, lecteur de QR codes, traduction de texte, jeux scientifiques... ;

- sécurité des données, avec l'utilisation du Cloud : *iCloud*, *DropBox*...

Responsable : **Henri COLLON**

Lieu : **Maison Polyvalente Sarah Bernhardt – 33 cours du Québec – Bordeaux Nord**

Durée : **7 h 30**

Prix : **83 €** par personne

Date limite d'inscription : **26 octobre 2018**

MAÎTRISER SON IPAD

Lundi 14, 21 et 28 janvier 2019

de 14 h 30 à 17 h

[STACOL6]

La partie pratique de cette formation s'appuie sur la version 11.3 (ou supérieure) d'iOS.

IMPORTANT : les participants doivent nécessairement connaître les bases d'iOS développées dans la formation « Avant de maîtriser son iPhone/son iPad ».

Cette formation couvre les domaines suivants :

- réglage des fonctions productives : réseaux, boîtes de courrier électronique, imprimantes, synthèse ou reconnaissance vocale (Siri)... ;
- utilisation des applications natives : calendrier, contacts, photo/vidéo, musique... ;
- classement, recherche et déplacement de l'information, comme par exemple créer un contact, rechercher une information sur Internet... ;
- transfert d'information : envoyer des photos par email, transmettre un document par le Cloud... ;
- applications informatiques de base : traitements de texte, tableurs, gestionnaires de fichiers, outils de retouches de photos/vidéos... ;

- installation de nouvelles applications, à partir d'*App Store* : scanner, lecteur de QR codes, traduction de texte, guides gastronomiques, jeux scientifiques... ;
- sécurité des données, avec l'utilisation du Cloud : *iCloud*, *DropBox*...

Responsable : Henri COLLON

Lieu : Maison Polyvalente Sarah Bernhardt – 33 cours du Québec – Bordeaux Nord

Durée : 7 h 30

Prix : 83 € par personne

Date limite d'inscription : 4 janvier 2019

MAÎTRISER SON SMARTPHONE ANDROID

Mardi 9 et 16 octobre 2018
de 14 h 30 à 17 h 30 [STACOL7]

OU

Lundi 17 décembre 2018 et 7 janvier 2019
de 14 h 30 à 17 h 30 [STACOL8]

OU

Mardi 22 et 29 janvier 2019
de 14 h 30 à 17 h 30 [STACOL9]

Les trois quarts du marché des Smartphones sont occupés par des Smartphones fonctionnant avec le système Android.

La partie pratique de cette formation s'appuie sur la version 6.0.1 (ou supérieure) d'Android, sans surcouche.

IMPORTANT : les participants doivent nécessairement connaître les bases d'Android développées dans la formation « Avant de maîtriser son Smartphone/sa tablette Android ».

Cette formation couvre les domaines suivants :

- réglage des fonctions productives : réseaux WiFi, boîtes de courrier électronique (*gmail* et autres), reconnaissance vocale... ;
- utilisation des applications natives : téléphone, agenda, contacts, horloge, photo/vidéo, musique, *Google Maps*... ;
- classement, recherche et déplacement de l'information, comme par exemple créer un contact, localiser une adresse sur une carte, lancer un appel téléphonique à partir de *Google Chrome*... ;
- transfert d'information : créer un SMS, envoyer des photos par MMS/email, transmettre un document par le Cloud... ;
- installation de nouvelles applications, à partir de *Google Play Store* : scanner, lecteur de QR codes, traduction de texte, jeux scientifiques... ;
- sécurité des données, avec l'utilisation du Cloud : *Google Cloud, Google Drive, DropBox*...

Responsable : **Henri COLLON**

Lieu : **Maison Polyvalente Sarah Bernhardt – 33 cours du Québec – Bordeaux Nord**

Durée : **6 h**

Prix : **66 €** par personne

Date limite d'inscription : **10 jours avant le début du stage**

MAÎTRISER SA TABLETTE ANDROID

Lundi 15 octobre et 5 novembre 2018

de 14 h 30 à 17 h 30 [STACOL10]

Le système Android équipe la majorité des tablettes du marché.

La partie pratique de cette formation s'appuie sur la version 6.0.1 (ou supérieure) d'Android, sans surcouche.

IMPORTANT : les participants doivent nécessairement connaître les bases d'Android développées dans la formation « Avant de maîtriser son Smartphone/ sa tablette Android ».

Cette formation couvre les domaines suivants :

- réglage des fonctions productives : gestion des utilisateurs/profils, réseaux WiFi, boîtes de courrier électronique (*gmail* et autres), reconnaissance vocale/synthèse vocale (*Google Play Livres*), imprimantes... ;
- utilisation des applications natives : agenda, contacts, photo/vidéo, musique, *Google Maps*... ;
- classement, recherche et déplacement de l'information, comme par exemple créer un contact, rechercher une information sur Internet... ;
- applications informatiques de base : traitements de texte, tableurs, gestionnaires de fichiers, outils de retouches de photos/vidéos... ;
- installation de nouvelles applications, à partir de *Google Play Store* : TV ou radio en ligne, livres électroniques, traduction de texte, jeux scientifiques, encyclopédies... ;
- transfert/partage d'information : envoyer des photos par email, partager des informations (*Evernote*)... ;
- sécurité des données, avec l'utilisation du Cloud : *Google Cloud, Google Drive, DropBox*... ;
- utilisation de la tablette entre plusieurs utilisateurs.

Responsable : **Henri COLLON**

Lieu : Maison Polyvalente Sarah Bernhardt – 33 cours du Québec – Bordeaux Nord

Durée : 6 h

Prix : 66 € par personne

Date limite d'inscription : 5 octobre 2018

PRATIQUER ANDROID

Jeudi 18 octobre 2018

de 9 h 30 à 12 h 30

[STACOL11]

Pour profiter au maximum de cette formation, il est recommandé aux participants de disposer d'un smartphone avec un forfait data/Internet supérieur à 10 Go.

IMPORTANT : les participants doivent nécessairement avoir suivi les stages « Maîtriser son smartphone/sa tablette Android ».

Cette formation propose des exercices dans les domaines suivants :

- Organisation des contacts et des comptes de messagerie ;
- Changement d'adresse email ;
- Partage de photos ;
- Numérisation de courrier papier ;
- Stockage de documents dans le Cloud ;
- Utilisation du smartphone comme GPS ;
- Gestion d'un agenda ;
- Personnalisation des notifications ;
- Amélioration de la navigation internet...

Responsable : **Henri COLLON**

Lieu : Maison Polyvalente Sarah Bernhardt – 33 cours du Québec – Bordeaux Nord

Durée : 3 h

Prix : 33 € par personne

Date limite d'inscription : 8 octobre 2018

PRATIQUER IOS

Jeudi 22 novembre 2018

de 9 h 30 à 12 h 30

[STACOL12]

Pour profiter au maximum de cette formation, il est recommandé aux participants de disposer d'un smartphone avec un forfait data/Internet

supérieur à 10 Go.

IMPORTANT: les participants doivent nécessairement avoir suivi les stages « Maîtriser son Iphone/son Ipad ».

Cette formation propose des exercices dans les domaines suivants :

- Organisation des contacts et des comptes de messagerie ;
- Changement d'adresse email ;
- Partage de photos ;
- Numérisation de courrier papier ;
- Stockage de documents dans le Cloud ;
- Utilisation de l'Iphone comme GPS ;
- Gestion d'un agenda ;
- Personnalisation des notifications ;
- Amélioration de la navigation internet...

Responsable : Henri COLLON

Lieu : Maison Polyvalente Sarah Bernhardt – 33 cours du Québec – Bordeaux Nord

Durée : 3 h

Prix : 33 € par personne

Date limite d'inscription : 12 novembre 2018

INITIATION AUX RÉSEAUX SOCIAUX

Lundi 12 et 19 novembre 2018

de 14 h 30 à 17 h 30 [STACOL13]

La partie pratique de cette formation s'appuie sur un Smartphone, IOS ou Android ; les participants sont donc invités à se munir de leur iPhone ou de leur Smartphone Android avec l'application Google Chrome installée.

Cette formation abordera l'usage personnel des réseaux sociaux, c'est-à-dire dans le but de garder des contacts avec sa famille, ses amis, ses

connaissances...

Nous découvrirons tant la messagerie classique que des messageries instantanées, telles que WhatsApp ou Messenger, et des réseaux sociaux, tels que Facebook, Twitter, Instagram, Pinterest ou Youtube.

Les réseaux sociaux utilisés avec un objectif professionnel, tels que LinkedIn ou Viadeo, ne seront pas abordés dans le cadre de cette initiation.

Cette formation abordera les thèmes suivants :

- inscription/désinscription à une messagerie/un réseau social ;
- gestion de son identité numérique/de son e-réputation ;
- création d'« ami » et de groupe d'« amis » ;
- règles de publication/partage d'informations, photos/vidéos ;
- sécurité/confidentialité des publications ;
- commentaires/valorisation des informations ;
- utilisation du hashtag ;
- bavarder (« chatter ») dans les réseaux sociaux ;
- avantages/dangers des réseaux sociaux ;
- réseaux sociaux à usage personnel ou professionnel.

Responsable : **Henri COLLON**

Lieu : **Maison Polyvalente Sarah Bernhardt – 33 cours du Québec – Bordeaux Nord**

Durée : **6 h**

Prix : **66 €** par personne

Date limite d'inscription : **2 novembre 2018**

VIE PRATIQUE FACE AU NUMÉRIQUE

Mardi 11 décembre 2018

de 14 h 30 à 17 h 30

[STACOL14]

OU

Mardi 15 janvier 2019

de 14 h 30 à 17 h 30

[STACOL15]

La partie pratique de cette formation s'appuie tant sur un smartphone, IOS ou Android, que sur un ordinateur (portable) PC/Windows ou

MAC ; les participants sont donc invités à se munir de leur matériel avec l'application Google Chrome installée.

Cette formation explique pratiquement comment utiliser son smartphone et/ou son ordinateur pour :

- acheter une application, de la musique ou un livre ;
- payer ses impôts, une amende ou un parcimètre ;
- réserver un billet de train/avion, un restaurant, une place de cinéma ou un médecin ;
- annuler/modifier/enregistrer une réservation, une commande, et tout ce que le numérique permet de commander, de réserver ou d'offrir.

Différents modes de paiement seront présentés : carte de crédit, chèques cadeaux, PayPal ou ApplePay.

Responsable : **Henri COLLON**

Lieu : **Maison Polyvalente Sarah Bernhardt – 33 cours du Québec – Bordeaux Nord**

Durée : **3 h**

Prix : **33 €** par personne

Date limite d'inscription : **10 jours avant le début du stage**

**LA PHOTO/VIDÉO
SUR SMARTPHONE ANDROID**

**Lundi 26 novembre et 3 décembre 2018
de 14 h 30 à 17 h 30 [STACOL16]**

La partie pratique de cette formation s'appuie sur un Smartphone Android fonctionnant avec la version 6.0.1 (ou supérieure) d'Android. **IMPORTANT** : les participants doivent nécessairement connaître les bases d'Android développées dans la formation « Avant de maîtriser son Smartphone/sa tablette Android ».

Cette formation couvre les domaines suivants :

- réglage de l'appareil photo : zoom, mise au point, mode retardateur, vidéo...
- retouche des photos avec l'application *GooglePhotos* et des applications spécialisées, telles que *Lightroom* ou *Snapseed* ;
- composition de photos avec des applications telles que *Prisma* ou *Layout* ;
- utilisation d'applications photos « Selfie » ;
- impression papier des photos en local ou sur commande à un site marchand ;
- création d'un film avec *Kinemaster* ou *Magisto* ;
- découverte de la réalité virtuelle avec *Cardboard* ;
- partage/publication des photos/vidéos au travers des albums du *Cloud* et de *Youtube* ;
- vidéoconférence, avec l'application *WhatsApp* ;
- installation d'une vidéo-surveillance.

Responsable : **Henri COLLON**

Lieu : **Maison Polyvalente Sarah Bernhardt – 33 cours du Québec – Bordeaux Nord**

Durée : **6 h**

Prix : **66 €** par personne

Date limite d'inscription : **16 novembre 2018**

LA PHOTO/VIDÉO SUR IPHONE

Mardi 27 novembre et 4 décembre 2018
de 14 h 30 à 17 h 30 [STACOL17]

La partie pratique de cette formation s'appuie sur iPhone fonctionnant sur la version 11.3 (ou supérieure) d'iOS.

IMPORTANT : les participants doivent nécessairement connaître les bases d'iOS développées dans la formation « Avant de maîtriser son iPhone/son iPad ».

Cette formation couvre les domaines suivants :

- réglage de l'appareil photo : zoom, mise au point, mode/rafale/retardateur, vidéo ralentie/accélérée... ;
- retouche des photos avec l'application *Photos* et des applications spécialisées, telles que *Lightroom* ou *Snapseed* ;
- composition de photos avec des applications telles que *Prisma* ou *Layout* ;
- utilisation d'applications photos « Selfie » ;
- impression papier des photos en local ou sur commande à un site marchand ;
- création d'un film/d'une bande annonce avec *iMovie* ou *Capture* ;
- découverte de la réalité virtuelle avec *Cardboard* ;
- partage/publication des photos/vidéos au travers des albums du *Cloud* et de *Youtube* ;
- vidéoconférence, avec l'application *Facetime* ou *WhatsApp* ;
- installation d'une vidéo-surveillance.

Responsable : Henri COLLON

Lieu : Maison Polyvalente Sarah Bernhardt – 33 cours du Québec – Bordeaux Nord

Durée : 6 h

Prix : 66 € par personne

Date limite d'inscription : 17 novembre 2018

**ÉCHANGER DE L'INFORMATION ENTRE
SMARTPHONE, TABLETTE ET ORDINATEUR**

**Lundi 10 décembre 2018
de 14 h 30 à 17 h 30**

[STACOL18]

La possibilité de créer facilement des informations à partir des différents médias que sont le Smartphone, la tablette et l'ordinateur

amène **la question** de « comment échanger, transférer et synchroniser toutes ces informations ».

Cette formation apporte une réponse pratique à cette question en abordant les domaines suivants :

- Protocole de formatage des informations selon leur type (PDF, mp3, VCF...);
- Sauvegarde et restauration d'un média (iTunes, iCloud, DropBox...);
- Techniques de transfert : emails, serveurs partagés...;
- Synchronisation des informations, contacts, calendriers, notes...;
- Importation et exportation de données entre applications.

La partie pratique de cette formation s'appuie sur le monde iOS, Android et MacOS (iPhone, iPad, tablette Android et MAC).

Responsable : **Henri COLLON**

Lieu : **Maison Polyvalente Sarah Bernhardt – 33 cours du Québec – Bordeaux Nord**

Durée : **3 h**

Prix : **33 €** par personne

Date limite d'inscription : **1^{er} décembre 2018**

INITIATION PRATIQUE À MacOS

Mardi 18 décembre 2018 et 8 janvier 2019
de 14 h 30 à 17 h 30 [STACOL19]

Le système d'exploitation MacOS est installé sur tous les ordinateurs Mac commercialisés par Apple.

Les participants doivent disposer d'un ordinateur portable MacOS, version 10.13 ou supérieure.

Cette formation pratique de base couvre les domaines suivants :

- Wifi (Airport) et Airdrop ;

- Les règles d'utilisation du pavé tactile (*trackpad*) et de l'assistant vocal Siri ;
- Le Finder, gestion des données, et le Dock, gestion des applications ;
- Spotlight, l'outil de recherche sur MacOS ;
- Intégration entre MacOS et iOS, *via* le Cloud ;
- Sauvegarde et restauration des données ;
- App Store et mise à jour de logiciels ;
- Applications de base : Contacts, Calendrier, iTunes...
- *Responsable* : **Henri COLLON**

Lieu : Maison Polyvalente Sarah Bernhardt – 33 cours du Québec – Bordeaux Nord

Durée : 6 h

Prix : 66 € par personne

Date limite d'inscription : 8 décembre 2018