UNIVERSITÉ DU TEMPS LIBRE
Bordeaux Métropole

Bulletin semestriel

Le plaisir d'apprendre n'a pas d'âge !

Janvier-Juin 2024

Journal *Liaisons* papier/numérique

Pour les étudiant(e)s de l'UTL qui n'ont pas fourni d'adresse mail et ne pourront donc pas recevoir la version numérique de notre *Liaisons* de décembre 2023, une version papier sera disponible dès la rentrée de janvier au 3 rue Lafayette.

Important !

Le programme annuel 2024-2025 de l'UTL vous sera adressé automatiquement par courrier ou mail (selon votre choix) quelques jours avant le 20 juin. Il sera par ailleurs consultable le mercredi 19 juin après-midi sur notre site www.oareil.org.

Rappel du calendrier 2023 - 2024

⇨ **IMPORTANT : *Reprise des activités le <u>lundi 8 janvier</u> 2024***

⇨ ***Vacances (zone A)***

NOËL : du samedi 23 décembre au soir au lundi 8 janvier 2024 au matin
HIVER : du samedi 17 février au soir au lundi 4 mars au matin
PÂQUES : du samedi 13 avril au soir au lundi 29 avril au matin

⇨ ***Jours fériés, hors périodes de vacances***

Lundi 1er avril, mercredi 8 mai, jeudi 9 mai et lundi 20 mai

Les cours non assurés ces jours-là seront rattrapés, le 1er mai excepté.
Les modalités seront précisées par les professeurs.

⇨ ***Fin des activités*** *:* Vendredi 31 mai 2024

Nota : Les conférences sont prévues <u>jusqu'au lundi 10 juin</u>.

Sommaire général

Représentants des étudiants/contact 5
Conférences/débats 6
Activités ponctuelles 20
Stages 23
Spectacles des étudiants de l'UTL 49
Festivals, spectacles et visites de musées 51
Voyages 57
Fiche de modification d'activité 59

Sommaire alphabétique des stages et visites de musées

Nouveau stage : ❗

Arbres : Balade et gemmothérapie 24
Aromathérapie 24
Basque - *découverte* 24
Calligraphie japonaise 25
Calligraphie latine 25
❗ Céramique : Initiation à la fabrication d'objets 26
Civilisation : Comprendre les Américains 26
Cuisine : Les épices 26
Cuisine : Spécial apéro 27
Cuisine japonaise : Atelier de l'arrivée du printemps 27
Cuisine japonaise : Atelier bento 27
Cuisine japonaise : Atelier végétarien 28
Cuisine japonaise : Atelier sucré 28
Danse : Expression corporelle 28
❗ Dessin-peinture : Empreintes végétales 29
Dessin-peinture : Challenge multi-techniques 29
Développement personnel 29
Dictée (La) : Un outil au service de l'orthographe 30
Droit : Scène de crime et police technique et scientifique ... 30
Droit : *Cold cases* 30
Droit : Stratégies successorales 31
Écriture, typographie et graphisme 31
❗ Écriture (atelier) 31
❗ Généalogie : Déchiffrer les écrits de ses ancêtres 32
Grammaire française pour les experts (La) 32
Histoire de l'art : Le Salon de peinture officiel 32
Histoire de l'art et photographie 33
Informatique PC - *consolidation des acquis* 33
❗ Informatique : Atelier MAC (*Apple*) 34

Jardin-forêt (Le) - *découverte* 34
Jeux de société 34
Langue des signes (LSF) - *initiation* 35
Lecture à voix haute théâtralisée 35
Méditerranée (La) : Trois îles – La Sicile, Chypre, Malte 36
Mémoire : booster sa mémoire en s'amusant 36
Mobilité au quotidien (La) 36
Nature et les oiseaux du bassin d'Arcachon (La) 37
Nutrition et plaisir 37
Origami 37
P'art à chute : Quand l'art équilibre nos sens 38
Peinture complémentaire 39
Peinture : Initiation à l'abstraction 39
Peinture et paysage - *perfectionnement* 40
Permaculture (La) - *introduction* 40
Photographie : L'art du portrait 40
Photographie : Balade au fil de l'eau 41
Plantes sauvages comestibles (Les) 41
Prévention routière 41
Réflexologie plantaire et palmaire 42
Relaxation sonore aux bols tibétains 42
Restauration d'objets : Le Kintsugi 43
Secourisme : Formation PSC1 43
Self-défense - *initiation* 43
Sophrologie - *initiation* 44
Sophrologie et olfactothérapie 44
Tai chi chuan - *initiation* 45
Tai chi chuan : Découverte de l'épée 45
Tai chi chuan : Découverte de l'éventail 46
Visite : La Victoire, un quartier de curiosités 46
Visite : Le cimetière de la Chartreuse 46
Visite : L'histoire de jardins bordelais 46
Visite : L'histoire des nouveaux 3B 46
Vitrail – *initiation* 47

LES REPRÉSENTANTS DES ÉTUDIANTS

Élus pour 3 ans, les trois représentants des étudiants de l'UTL participent aux instances dirigeantes de l'Oareil et se font l'écho des attentes des étudiants inscrits sur l'année en cours. Pour toute question, vous pouvez contacter vos représentants actuels soit par mail soit par téléphone :

representantsetudiantsutl@oareil.fr

Denise BRESSON
au 06 80 42 71 91

Gérard BRIN
au 06 07 50 42 22

Claudine CÉRÉZA

Prochaine réunion des étudiants le **lundi 25 mars 2024 à 15h**
à l'Athénée Joseph Wresinski - Amphithéâtre

Pour tout renseignement, contacter le secrétariat de l'UTL :
3 rue Lafayette – Bordeaux
Tél. 05 56 79 22 78
accueil.utl@oareil.fr

CONFÉRENCES-DÉBATS

RÉUNION GÉNÉRALE DES ÉTUDIANTS

LUNDI 25 MARS 2024
à 15 h

à l'ATHÉNÉE - **Amphithéâtre JOSEPH WRESINSKI**
Place Saint-Christoly – Bordeaux

Vos représentants, en présence des membres de la commission UTL, vous invitent à échanger sur le fonctionnement, les activités et les projets de notre Université du Temps Libre.

LES CONFÉRENCES-DÉBATS
AURONT LIEU À 15 HEURES TRÈS PRÉCISES

Les LUNDIS et JEUDIS à l'ATHÉNÉE
dans l'amphithéâtre Joseph Wresinski
Place Saint-Christoly – Bordeaux

Vous devez vous munir de votre carte d'étudiant à des fins de contrôle à l'entrée.
Toute personne non inscrite à l'UTL ne pourra avoir accès
à la salle de conférence.

ATTENTION

Il n'y aura pas de conférences à l'Athénée les 1ers jeudis de chaque mois,
la salle ne pouvant être mise à notre disposition ces jours-là.
En remplacement, 6 interventions en visio (via Zoom) vous sont proposées :
jeudis 25 janvier, 1er février, 7 mars, 4 avril, 2 mai et 6 juin.
Vous les retrouverez ci-après, signalées par le pictogramme :

Pour vous y connecter le jour J, il vous suffit :
1/ d'aller sur notre site internet www.oareil.org ;
2/ d'accéder à votre compte personnel ;
3/ de cliquer sur le lien unique orange situé dans le pavé grisé
« Conférences de l'Université du temps libre ».

Nous ne manquerons pas de vous tenir informés ultérieurement
de toute modification éventuelle via notre site internet.

JANVIER /

Lundi 8 janvier PANDÉMIES VIRALES : Bilan et perspectives

Hervé Fleury *est professeur honoraire de virologie médicale à l'université de Bordeaux et au CNRS.*

L'histoire des pandémies virales vous sera retracée (grippes de 1918, Singapour, Hong Kong, H1N1pdm2009, SARS-CoV-2 – COVID-19), et un bilan sera dressé. Nous envisagerons ensuite l'émergence des virus au niveau mondial : quels sont les plus dangereux ? Quels sont leurs réservoirs ?

Jeudi 11 janvier LA VILLA MÉDICIS SOUS L'ANCIEN RÉGIME L'art au service du pouvoir

Jacqueline Cousin *est commissaire-priseur, historienne de l'art, organisatrice d'expositions et conférencière.*

L'Académie de France à Rome, dite plus tard « Villa Médicis », est sous l'Ancien Régime une institution unique en son genre. Créée par Louis XIV et Colbert, elle est le couronnement d'un système de centralisation des talents, véritable politique des Arts. Système également en charge de distinguer et soutenir les artistes les plus prometteurs, propres à créer les nouveaux modes de représentation de la monarchie absolue.

Lundi 15 janvier LA RÉVOLUTION FRANÇAISE À BORDEAUX

Ancien professeur certifié d'histoire-géographie, ***Frédéric Béchir*** *est guide-conférencier depuis 2005.*

En 1789, les Bordelais s'enthousiasment pour la Révolution. Les députés girondins élus en 1791 s'illustrent à Paris mais leur arrestation en 1793 entraîne une insurrection dans Bordeaux et d'autres villes de province. La répression menée par Tallien s'abat alors sur la Gironde. Trois cents têtes tombent en 300 jours sur la Place nationale, aujourd'hui Gambetta. C'est alors qu'apparaît une femme extraordinaire : Thérésia Cabarrus…

Jeudi 18 janvier

NIETZSCHE, LE SURHOMME ET *L'HISTOIRE SANS FIN*

D'origine italo-suisse, ***Lavinia Brancale*** *est diplômée en philosophie. Elle enseigne cette discipline à l'Oareil, ainsi que dans d'autres structures et pour des publics variés.*

Nous aborderons la philosophie de Nietzsche, notamment les trois métamorphoses, puis nous nous concentrerons sur la notion du « surhomme » et la mettrons en relation avec le film *L'Histoire sans fin* de Wolfgang Petersen en 1984.

Lundi 22 janvier

LA PHOTOGRAPHIE HUMANISTE
Une vision du monde

Claude Pitot*, professeur agrégé, est un conférencier spécialisé en histoire et théorie de la photographie.*

La « photographie humaniste » est un courant de la photographie française, des années 1945-1960 essentiellement, qui comprend des grands noms comme Doisneau, Ronis, Boubat, Izis... Celle-ci célèbre l'Homme, offre des images souvent rassurantes, souriantes. En commentant des photographies et des thèmes de ces artistes, nous nous interrogerons sur leur style et leur vision de l'Homme et du monde.

Jeudi 25 janvier

SHOCKING ! LES MONDES SURRÉALISTES D'ELSA SCHIAPARELLI (1890-1973)

Guide-conférencière diplômée de l'École du Louvre en histoire de l'art et muséologie, ***Géraldine Bretault*** *est également traductrice et créatrice de contenus culturels.*

Elsa Schiaparelli était très liée avec le monde du spectacle et les artistes des années folles. À travers ses créations, dont la célèbre « Robe au homard », ainsi que des peintures, des flacons de parfum, des affiches et des photographies, nous découvrirons ses affinités électives, de Man Ray à Salvador Dalí, de Jean Cocteau à Meret Oppenheim ou encore Elsa Triolet, ainsi que la renaissance de sa maison avec Daniel Roseberry.

Lundi 29 janvier **L'APOCALYPSE DES INSECTES**
Faut-il s'inquiéter de leur disparition ?

Valérie Chansigaud *est historienne et chercheuse associée au laboratoire SPHERE (Université Paris Cité-CNRS).*

Les publications sur la raréfaction des insectes et d'une façon générale des invertébrés se multiplient. L'état de conservation de ces espèces étant bien davantage alarmant que celui des oiseaux. Mais pourquoi s'inquiéter de l'extinction d'espèces que le grand public ne connaît pas et qui ne semblent pas « utiles » ? Nous vous présenterons la diversité inouïe des insectes et autres invertébrés, ainsi que leur rôle écologique et économique.

FÉVRIER /

Jeudi 1er février

RUSSIE : Quand politique et business deviennent une affaire de famille

Docteure en sciences politiques à Sciences Po Bordeaux, ***Ekaterina Penchekina*** *est politologue, experte en relations entre la Russie et la France ainsi qu'entre la Russie et les USA.*

Le concept de népotisme, ses origines historiques, ses traits caractéristiques, ainsi que le processus de sa pénétration dans la société russe : autant de points qui seront abordés. À travers le prisme de l'histoire russe seront également appréhendés le socialisme népotique de la période soviétique, ainsi que les liens népotiques parmi les plus hauts dirigeants de la Russie moderne.

Lundi 5 février **LA POLITIQUE AFRICAINE DE LA FRANCE**

Christian Bouquet *est professeur de géographie politique, chercheur à LAM (Sciences Po Bordeaux).*

À la tête du second grand empire colonial au début du XXe siècle, la France a géré progressivement la décolonisation. Le général de Gaulle a été l'artisan des indépendances, dans un contexte de guerre froide et de monde bipolaire. C'était la « Françafrique ». Puis

François Mitterrand a profité de l'effondrement du bloc soviétique pour encourager les régimes africains à adhérer à la démocratie. Depuis, la France a perdu de son influence sur le continent…

Jeudi 8 février CARLOS GARDEL
Gavroche superstar et inventeur du tango moderne

Anne-Élisabeth Lozano *est autrice, réalisatrice de films documentaires et professeure de littérature, entre autres à l'Oareil.*

Carlos Gardel, gavroche des faubourgs de Buenos Aires, incarne aujourd'hui le tango comme l'Argentine. Né à Toulouse en 1890, ce mystérieux dandy dissimulé derrière un perpétuel sourire fut l'une des premières superstars de l'entre-deux-guerres grâce à son rôle essentiel d'ambassadeur du tango. En 1935, sa mort prématurée dans un tragique accident d'avion a brisé l'ascension fulgurante d'un homme dont la trajectoire se mêle aux sursauts du siècle.

Lundi 12 février STANLEY KUBRICK ET LA MUSIQUE CLASSIQUE

Cindy Pédelaborde, *maître de conférences en musicologie, enseigne aussi à l'Oareil.*

Peu de musique originale dans la filmographie de Kubrick, mais beaucoup de musique savante préexistante. C'est sur ce dernier point que le cinéaste s'est démarqué : dans une utilisation toute personnelle des grands airs classiques ou de pièces de musique contemporaines, pratiquement inconnues à l'époque. Traiter la musique « classique » comme « personnage » n'a pas de précédent dans l'histoire du cinéma et constitue l'originalité des films de Kubrick.

Jeudi 15 février GEORGE SAND ET ALFRED DE MUSSET
Une liaison dangereuse

Professeure de lettres modernes et graphologue, ***Marie-Hélène Sainton*** *est également conférencière et auteure.*

Alfred de Musset (1810-1857), dandy débauché et poète romantique surdoué, et George Sand, (1804-1876), « l'ouvrière des Lettres » indomptable et indépendante, ont échangé des lettres lyriques, tendres ou emportées par la colère et la violence qui jalonneront leur passion. Découvrons l'évolution de cette liaison tourmentée, « ni amour ni amitié », à travers des extraits de leur correspondance, en évoquant la vie de ces écrivains du XIXe siècle.

MARS /

Lundi 4 mars

MAURICE RAVEL (1875-1937)
Ni femme, ni dieu, ni maître

Michèle Lhopiteau-Dorfeuille *est cheffe de chœur et musicologue.*

Maurice Ravel et Franz Schubert subissent la même malédiction : leurs noms sont aujourd'hui obstinément accolés à une seule de leurs œuvres. Or l'un comme l'autre méritent beaucoup mieux. Même s'il n'a pas été aussi prolifique que ses pairs, Ravel, aujourd'hui considéré par beaucoup comme le plus grand compositeur français, nous a laissé bien d'autres pages... Nous découvrirons à la fois l'homme et le compositeur, à travers d'autres morceaux, tout aussi extraordinaires.

Jeudi 7 mars

BEAUX D'AILLEURS
Un regard animaliste sur ces espèces venues d'ailleurs

Auteur et vulgarisateur en entomologie, ***François Lasserre*** *est vice-président de l'Office pour les insectes et leur environnement (Opie) et administrateur de Traces.*

Mais qui sont ces frelons, perruches, tortues ou rats venus d'ailleurs ? Sont-ils vraiment des « infréquentables » ? Et si eux aussi nous apprenaient à développer notre humanité et notre compassion ? D'autant qu'ils sont ici généralement contre leur gré et tentent de s'en sortir au milieu de nos stigmatisations, pièges ou autres fusils. Comment passer d'une éthique environnementale à une éthique animaliste, c'est-à-dire des espèces aux individus ?

Lundi 11 mars

L'AMIRAL DE TROGOFF À TABLE

Luc Corlouër *est auteur-conférencier.*

Toulon, septembre 1793. L'amiral de Trogoff livre la flotte française du Levant aux Anglais. Ce brillant marin breton s'était pourtant illustré avec Kerguelen et avait livré de grandes batailles navales. Il est déclaré hors la loi par la Convention, se réfugie avec son vaisseau à l'île d'Elbe, il y mourra quelques semaines plus tard. Adolphe Thiers écrira à son propos : « Trogoff ? L'Histoire devrait se souvenir du nom des traîtres ! »

Jeudi 14 mars SUR LES PAS DES EXPLORATEURS DE LA HAUTE ASIE

*Professeur d'histoire, **Jean-Paul Lamarque** est directeur honoraire d'Alliances françaises en Amérique latine et membre de l'Académie toulousaine des arts et civilisations de l'Orient.*

Immense espace redouté de tous en raison de conditions climatiques extrêmes, le cœur de l'Asie demeura longtemps inaccessible. À l'écart de la célèbre Route de la Soie, le Pamir, le Tibet, les cols franchissant le Tian Chan ou le Karakoram deviennent pourtant au XIXe siècle l'objet de convoitises opposant notamment les empires russe et britannique. Les explorateurs vont rivaliser d'audace pour en vaincre les accès et y accomplir leurs missions.

Lundi 18 mars FLORA TRISTAN
Femme de lettres, *passionaria* de la condition féminine

***Michelle Brieuc** est auteure-conférencière.*

Flore Célestine Thérèse Henriette Tristan Moscoso Laisnay, née le 7 avril 1803 à Paris, est décédée en 1844 à Bordeaux. Femme de lettres, militante socialiste et féministe française, elle fut l'une des figures majeures du débat social dans les années 1840 et participa aux premiers pas de l'internationalisme.
Elle n'aura de cesse de vouloir édifier les conditions nécessaires à l'émancipation de la femme. Elle était la grand-mère du peintre Paul Gauguin.

Jeudi 21 mars
L'HISTOIRE DU CHEMIN DE FER À BORDEAUX
De Stendhal à la LGV, une « folie » ferroviaire bordelaise ?

*Professeur d'histoire économique à UBM, **Christophe Bouneau** est président du comité de l'électricité et de l'énergie de la Fondation EDF.*

Bordeaux s'est construite au XIXe siècle comme un pôle ferroviaire interrégional, combinant les dynamiques portuaires, les révolutions industrielles et une logique métropolitaine. Elle fut à la pointe de la « folie du chemin de fer » (Stendhal), dans une trajectoire d'innovation de l'inauguration de Paris-Bordeaux en 1853 (13h30 de trajet), à son électrification en 1938 et à l'inauguration de la LGV en 2017, qui met désormais Bordeaux à 2h04 de Paris.

Lundi 25 mars RÉUNION DES ÉTUDIANTS UTL

Jeudi 28 mars MONTAIGNE DANS TOUS SES ÉTATS

*Journaliste, **Jean Eimer** a fait toute sa carrière au journal* Sud Ouest. *D'abord à Pau, puis à Bordeaux où il a notamment dirigé la rédaction de* Sud Ouest Dimanche.

Longtemps les livres scolaires ont fait de Montaigne un penseur réfugié dans sa tour d'ivoire. L'auteur des *Essais* a certes pu se retirer parfois du monde pour écrire au calme. Mais résumer sa vie à celle d'un ermite serait une grave erreur tant il émargeait au genre agité. Il n'était bien qu'en mouvement. D'ailleurs, ne confiait-il pas qu'il ne pouvait penser qu'en gigotant des jambes ?

AVRIL /

Lundi 1er avril FÉRIÉ

Jeudi 4 avril MAUQUEST DE LA MOTTE
Médecin et accoucheur à Valognes, sous Louis XIV

***Marc Bienvenu** est médecin honoraire des hôpitaux, DIU soins palliatifs, en retraite depuis 2021. Il est actuellement médecin à l'Établissement français du sang à Cherbourg.*

Guillaume Mauquest de La Motte (1655-1737) est célèbre comme accoucheur ; son *Traité complet des accouchements naturels, non naturels, et contre nature* a fait l'objet de travaux très appréciés. Il est aussi l'auteur d'un passionnant *Traité complet de chirurgie*. On connaît moins ses *Dissertations*. Nous tenterons à partir de ces documents de dresser un tableau de l'homme et de son exercice dans le Valognes du XVIIIe siècle.

Lundi 8 avril NAPOLÉON III ET L'EMPIRE LIBÉRAL (1861-1870)

*Enseignant en économie à la retraite et formateur en finances publiques, **Bernard Bouleau** est également l'auteur de romans et d'essais sur de grandes figures de l'Histoire.*

Dès 1861, l'Empire se libéralise sous l'influence de Morny. Président de l'Assemblée, jusqu'à sa mort en 1865, il permet aux parlementaires de mieux contrôler l'appareil de

l'État. Napoléon III, très malade en 1866, ne peut faire avancer ses idées réformatrices (loi sur l'éducation…), car il doit garantir la réélection des députés en place. Il doit ensuite se rapprocher des républicains modérés pour faire passer quelques-unes de ses réformes sociales…

Jeudi 11 avril VOYAGES ET VOYAGEURS DU MOYEN ÂGE

Sophie Brouquet *est professeure émérite d'histoire médiévale à l'université Toulouse II-Jean Jaurès.*

Une idée fausse veut que les gens du Moyen Âge soient attachés à leur terre. Il n'en est rien. Les pèlerins qui se rendent à Rome, à Compostelle ou à Jérusalem en témoignent. Ceux qui réalisent les cathédrales sont itinérants, parcourent de longs trajets pour travailler. Les marchands n'hésitent pas à traverser la Méditerranée pour ramener en Occident l'or et les épices. Hommes, femmes et enfants participent à ces voyages. Quelles sont leurs motivations ?

Lundi 29 avril LES MUSÉES DE FLORENCE

Alexis Drahos *est conférencier et écrivain d'art.*

Véritable musée à ciel ouvert, Florence est une destination incontournable pour tout amateur d'art. Nous vous ferons découvrir la richesse insoupçonnée de cette capitale de arts de la Renaissance. Les plus grandes collections seront étudiées de la Galerie des Offices au Palais Pitti en passant par la Galleria dell'Accademia où trône naturellement le mythique David de Michel-Ange.

MAI /

Jeudi 2 mai MANET (1832-1883), INVENTEUR DU MODERNE

Anne Nières *est guide-conférencière nationale et historienne de l'art.*

Manet est un impressionniste décalé et indépendant, classique en dialogue avec les artistes du passé, mais aussi moderne. Noirs puissants, couleurs franches, facture visible, mise en

page audacieuse, simplification formelle et sujets font parfois scandale. Mondain, élégant, affable, proche d'écrivains, Édouard Manet est vraiment novateur ! « J'ai fait ce que j'ai vu ! », dit-il. « Il tire l'éternel du transitoire », écrivait Baudelaire…

Lundi 6 mai

VÉRITÉ ET INCERTITUDE EN MÉDECINE
Réflexions d'un soignant

Patrice Couzigou *est professeur émérite de médecine à l'université de Bordeaux.*

La médecine n'est pas qu'une science même si sa pratique nécessite de s'appuyer sur des connaissances scientifiques : la « vérité » scientifique est évolutive ! Et la personne soignée est unique de par sa génétique et sa vie depuis sa conception. Une vérité collective n'est pas une vérité individuelle ; le soignant doit personnaliser la relation soignante. Soigner une personne se fera toujours avec incertitude…
Temps de dédicace en fin de séance, à la condition d'apporter avec soi un de ses livres.

Jeudi 9 mai

FÉRIÉ

Lundi 13 mai

LA DICTÉE PRINTANIÈRE

Vous avez la nostalgie de la dictée des bancs d'école ? Ou l'envie de tester votre orthographe en vous colletant avec les subtilités de la langue de Molière ? Nous vous attendons avec enthousiasme et dans la bonne humeur pour participer à cette manifestation inédite à l'UTL. Munissez-vous d'un stylo noir/bleu et un rouge/vert (pour les corrections), révisez votre Bescherelle et rejoignez-nous ! Des cadeaux attendent les plus habiles…

Jeudi 16 mai

LES ENJEUX DES ÉLECTIONS EUROPÉENNES
6-9 juin 2024

Jacques Poisson *est maître de conférences honoraire à l'université de Grenoble et à l'Institut d'études politiques.*

Les électeurs européens désignent du 6 au 9 juin 2024, pour la dixième fois, leurs députés au Parlement européen. Comment se déroulent les élections ? Quels sont les pouvoirs de cette Assemblée ? La guerre en Ukraine a-t-elle une influence sur la consultation ? En

d'autres termes : quels sont les enjeux nationaux et internationaux de ce scrutin majeur et unique en son genre ?

Lundi 20 mai **FÉRIÉ**

Jeudi 23 mai **UN SIÈCLE AVEC BRASSENS**

Docteur en littérature française, ***Jérôme Arnould*** *est aussi musicien et conférencier. Il a consacré sa thèse et un livre à Georges Brassens, intitulé* Brassens et la camarde.

La vie du poète sétois Georges Brassens vous sera retracée à travers ses chansons, et vous découvrirez des images et vidéos très rares, voire inédites…

Lundi 27 mai **« ÊTRE OU NE PAS ÊTRE »**
Le monologue d'Hamlet

Dorian Chaigneau *est professeur de lettres modernes, de langue et culture de l'Antiquité latines, enseignant d'art dramatique et chargé de cours en histoire à l'Oareil.*

« Être ou ne pas être » marque le début d'un monologue central dans la pièce *Hamlet* de Shakespeare. Le prince danois doit venger son père assassiné. Seul face à ce fardeau, il se retrouve en lui-même pour chercher la force de mener à bien sa mission. En partant de la tirade d'Hamlet, nous essaierons de comprendre son sens et sa puissance poétique, mais aussi l'impact qu'elle a eu sur l'histoire de l'art, la littérature et même la psychologie.

Jeudi 30 mai **CONCERT DE LA CHORALE UTL**
(voir les détails dans la rubrique « Spectacles des étudiants de l'UTL »)

JUIN /

Lundi 3 juin **VIVRE ET MOURIR EN ÉGYPTE**
D'Alexandre le Grand à Cléopâtre

Docteure en égyptologie, spécialiste des arts funéraires d'Égypte romaine, ***Sophie Griselle*** *coordonne l'exposition sur l'Égypte du musée d'Aquitaine.*

Du 30 mai au 3 novembre 2024, le musée d'Aquitaine organise une exposition dédiée à l'Égypte ptolémaïque, en partenariat avec le CNRS. Celle-ci présentera la rencontre entre les cultures grecque et égyptienne dans toutes les sphères de la société, de la vie quotidienne aux pratiques funéraires, en passant par la religion, l'administration, la littérature, et la construction d'un nouvel état gréco-égyptien.
En partenariat avec le musée d'Aquitaine.

Jeudi 6 juin

LES RAISONS PROFONDES DE NOTRE INCAPACITÉ À GÉRER RATIONNELLEMENT LA CRISE ENVIRONNEMENTALE

***Thierry Ripoll** est professeur de psychologie et sciences cognitives. Il est également naturaliste et écologue de terrain.*

C'est une évidence : nous savons que la catastrophe écologique est proche, mais ne parvenons pas, individuellement et collectivement, à modifier notre trajectoire actuelle. Seront abordés les déterminismes biologiques, notamment cérébraux et ceux d'origine sociale et politique expliquant cette situation. Nous verrons aussi comment la révolution néolithique nous a propulsés vers une catastrophe à laquelle il est difficile d'échapper. Une solution sera esquissée.

Lundi 10 juin

HISTOIRE DES SOCIÉTÉS SAVANTES À BUT HISTORIQUE ET PATRIMONIAL EN GIRONDE

*Docteur en histoire de l'université de Bordeaux, **Didier Coquillas-Sistach** est paléo-environnementaliste chargé de cours, entre autres à l'Oareil, et médiateur de Terre & Océan*

Le développement des Sociétés savantes à but historique et patrimonial coïncide avec l'explosion intellectuelle du XIXe siècle au lendemain de la Révolution française. Il faut y voir une émergence de la liberté de penser croisée à la nostalgie de la destruction massive de nombreux monuments médiévaux et antiques, terreau de la Nation naissante. Cependant, les précurseurs du mouvement puisent leur origine bien avant la fin du XVIIIe siècle…

ACTIVITÉS PONCTUELLES

Rappels

INFORMATIQUE : INITIATION AU MAC (Apple)

75 euros pour l'année / 8 séances de 4h

Responsable : Bernard RUELLAN

Cette initiation pratique, ouvert à tous niveaux, permettra à chacun(e) d'apprendre à mieux maîtriser son MAC.

De la gestion des fichiers et dossiers, en passant par Internet avec ses moteurs de recherche, en utilisant les mails, les photos, la musique, iCloud, sans oublier les sauvegardes, il s'agira de découvrir l'environnement Mac OS X.

Équipement : apporter son ordinateur portable.

BORDEAUX GINKO – Maison Sarah Bernhardt - 33 cours du Québec

Horaire et dates		Code
Jeudi de 10h à 12h ET de 14h30 à 16h30	*25 janvier, 1er, 8 et 15 février, 7, 14, 21 et 28 mars*	INF3

ŒNOLOGIE – Niveau 1 – 290 euros / 5 journées

Responsables : Hervé ROMAT, Jean-Christophe CRACHEREAU

Cette session vous invite à une initiation à la fois théorique et pratique de la science du vin.

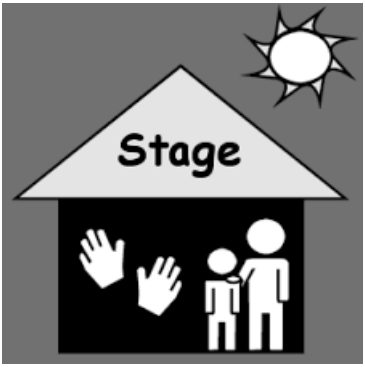
Date	Programme	Code
Mercredi 3 avril	9h30-11h : Organisation des différentes appellations ; données géographiques et économiques du vignoble bordelais	OEN
	11h-12h : Exercices de dégustation	
	14h30-16h30 : Visite d'une propriété de l'Entre-deux-mers	

Mercredi 10 avril	9h30-11h : Mécaniques et techniques de la dégustation	
	11h-12h : Exercices de dégustation	
	14h30-16h30 : Visite d'une propriété en appellation Pessac-Léognan	
Mercredi 15 mai	9h30-11h : Méthodes de vinification des vins blancs secs et rosés	
	11-12h : Exercices de dégustation	
	14h30-16h30 : Visite d'une propriété à Saint-Émilion	
Mercredi 22 mai	9h30-11h : Méthode de vinification des vins rouges	
	11h-12h : Exercices de dégustation	
	14h30-16h30 : Visite d'une propriété en Médoc	
Mercredi 29 mai	9h30-11h : Élevage et conservation des vins. Vinification des vins blancs liquoreux et des crémants de Bordeaux	
	11h-12h : Exercices de dégustation	
	14h30-16h30 : Visite d'une propriété en Sauternais	

Chacun déjeunera librement et se rendra par ses propres moyens au château concerné. Le regroupement des voitures sera organisé au départ de Bordeaux en un lieu qui sera indiqué chaque fois dans la matinée.
Les réunions de la matinée se dérouleront à la maison des associations **– 55 avenue du maréchal de Lattre de Tassigny – 33700 Mérignac**.

STAGES

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.
Si vous vous inscrivez uniquement à des stages (programmés aux vacances), et non à une activité régulière, la cotisation de base est alors de 15 euros seulement.



// ARBRES : balade et gemmothérapie

Venez vous balader en forêt pour découvrir l'arbre et ses utilisations : médicinales, nourricières, fourragères, tinctoriales... Vous vous initierez à la gemmothérapie (utilisations des bourgeons des arbres à des fins médicinales), à la préparation d'une solution de gemmothérapie, à son utilisation bienfaisante au quotidien.
La balade (environ 1,5 km) aura lieu au domaine de la Burthe, à Floirac (accessible en tram et bus). Rendez-vous devant l'entrée du château. Prévoir chaussures et vêtements adaptés à la météo du jour.

Intervenante : Séverine BOSQ	**Code** : STARB
Date : Mardi 23 avril de 9h30 à 12h30	**Lieu** : Domaine de la Burthe - Floirac
Durée : 3h	**Prix** : 60 € par personne
Date limite d'inscription : 13 avril 2024	

// AROMATHÉRAPIE - La trousse aromatique familiale

Cet atelier a pour but de faire découvrir les huiles essentielles, leurs bienfaits et leurs limites. Quels sont les critères de choix d'une huile essentielle ? Comment utiliser les huiles essentielles en toute sécurité ? Comment et pourquoi les associer ? Cet atelier permet de découvrir une douzaine d'huiles essentielles d'usage courant dans un cadre familial.

Intervenante : Séverine BOSQ	
Lieu : 34 cours de l'Argonne - Bordeaux	
Durée : 3h	**Prix** : 60 € par personne
Date limite d'inscription : 10 jours avant le début du stage	
2 possibilités de dates :	
Mardi 27 février 2024 de 9h à 12h	**Code** : STAROM1
Mardi 23 avril 2024 de 14h à 17h	**Code** : STAROM2

// BASQUE (découverte)

Cet atelier de découverte de l'euskara (langue basque) permettra de :
- développer des compétences de communication élémentaire : se présenter, saluer, remercier, formuler une demande simple ;

- découvrir les aspects spécifiques de la grammaire basque : les déclinaisons, le fonctionnement de l'auxiliaire, la structure de la phrase ;
- partager certains aspects culturels attachés à l'euskara (caractère isolé de la langue, géographie, certaines traditions…).

Intervenant : Pascal URRUTY	**Code** : STABAS
Dates : Du lundi 15 au jeudi 18 avril 2024 de 9h à 12h	**Lieu** : 34 cours de l'Argonne - Bordeaux
Durée : 12h	**Prix** : **120** € par personne
Date limite d'inscription : 5 avril 2024	

// CALLIGRAPHIE JAPONAISE

Tous niveaux - 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.
Matériel mis à disposition. Si vous l'avez déjà, merci de l'apporter.

Intervenante : Shoko SAKABÉ	**Code** : STACALJ
Date : Mardi 20 février 2024 de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h	**Lieu** : 3 rue Lafayette - Bordeaux
Durée : 6h	**Prix** : **75** € par personne
Date limite d'inscription : 2 février 2024	

// CALLIGRAPHIE LATINE - Initiation

Tous niveaux – Cet atelier vous racontera l'écriture, ses supports et ses outils, lorsque notre alphabet s'est stabilisé, depuis l'époque romaine, jusqu'au XIXe siècle. Vous expérimenterez ensuite quelques écritures historiques : l'onciale, la caroline, la gothique ou la chancelière, avec divers outils (plume métallique, plume d'oie, calame).
Un temps sera réservé à la présentation de la calligraphie contemporaine et de ses instruments spécifiques. *Matériel fourni.*

Intervenante : Laurence BUCOURT	**Code** : STACALL
Date : Mardi 27 et mercredi 28 février 2024 de 14h à 17h	**Lieu** : 34 cours de l'Argonne - Bordeaux
Durée : 6h	**Prix** : **75** € par personne
Date limite d'inscription : 17 février 2024	

// CÉRAMIQUE : Initiation à la fabrication d'objets

Rejoignez un atelier de céramique pour y découvrir les outils nécessaires à la fabrication d'objets et les différentes étapes de la fabrication. Vous allez pouvoir vous initier aux différentes techniques du travail de la terre (modelage, doigt percé, colombinage, travail à la plaque, estampage, tournage) tout en créant des pièces utilitaires et décoratives. Elles agrémenteront votre maison ou pourront faire l'objet de présents à offrir ! *Groupe de 6.*

Intervenante : Mariann SZÖKE DUREAU	**Code** : STACER
Dates : Lundi 26, mardi 27, mercredi 28 février de 9h30 à 12h30 ET jeudi 29 février de 14h à 17h	**Lieu** : 4 rue Causserouge - Bordeaux
Durée : 12h	**Prix** : 120 € par personne
Date limite d'inscription : 16 février 2024	

// CIVILISATION : COMPRENDRE LES AMÉRICAINS

Les États-Unis, ce n'est pas UN pays, c'est 50 États, donc… « 50 pays ». Nous envisagerons la vie des Américains en évoquant leur quotidien, leurs traditions, leurs difficultés, ainsi que les challenges auxquels ils sont confrontés tout au long de leur vie. Nous comparerons aussi les points de vue des Américains et des Français face à des situations similaires.

Intervenante : Clarisse MARDON	**Code** : STAMER
Date : Mardi 27 et mercredi 28 février 2024 de 9h à 12h	**Lieu** : 76 avenue Émile Counord - Bordeaux
Durée : 6h	**Prix** : 40 € par personne
Date limite d'inscription : 17 février 2024	

// CUISINE – Les épices

Une plongée dans les senteurs...
Profitez de ces deux jours pour découvrir les épices, pour apprendre à les cuisiner, les reconnaître, les utiliser sans se tromper.

Responsable : Danielle FORTIN – **Intervenant** : à préciser	
Lieu : Maison des 5 sens - 5 allée des Peupliers - Bordeaux	
Durée : 5h30	**Prix** : 80 € par personne
Date limite d'inscription : 10 jours avant le début du stage	
Horaires : de 10h à 12h30 et de 13h30 à 16h30	

2 possibilités de dates :	
Lundi 19 février 2024	**Code** : STACEP2
Lundi 26 février 2024	**Code** : STACEP3

// CUISINE – Spécial apéro

Venez passer une journée avec le chef pour apprendre les secrets du pâté de campagne et son accompagnement de pickles ! À déguster à l'apéro avec les copains.

Responsable : Danielle FORTIN **Intervenant** : Olivier STRAELHI	**Code** : STACUIP
Dates : Lundi 15 avril 2024 de 10h à 12h30 et de 13h30 à 16h30	**Lieu** : Maison des 5 sens - 5 allée des Peupliers - Bordeaux
Durée : 5h30	**Prix** : 80 € par personne
Date limite d'inscription : 5 avril 2024	

// CUISINE JAPONAISE – L'atelier de l'arrivée du printemps

Nous allons concocter un repas pour fêter le printemps à venir ! Nous préparerons l'éhomaki (gros maki porte-bonheur) de l'omelette japonaise, des légumes japonais, du saumon, de la carotte, du sésame, et une dorade grillée au miso (accompagnée d'une soupe miso).

Intervenante : Junko SAKURAI	**Code** : STAJ1
Date : Mardi 20 février 2024 de 10h à 13h	**Lieu** : Maison des 5 sens - 5 allée des Peupliers - Bordeaux
Durée : 3h	**Prix** : 70 € par personne
Date limite d'inscription : 10 février 2024	

// CUISINE JAPONAISE – L'atelier bento

Connaissez-vous le bento ? C'est une boîte que vous préparez et emportez pour déguster chaud ou froid plus tard. Le plat à préparer est constitué d'onigiri (boulette de riz), de karaagé, de tamagoyaki (omelette japonaise) et de saumon grillé sauce sucrée-salée. Légumes en accompagnement, pour équilibrer le repas.

Intervenante : Junko SAKURAI	**Code** : STAJ2
Date : Jeudi 22 février 2024 de 10h à 13h	**Lieu :** Maison des 5 sens - 5 allée des Peupliers - Bordeaux
Durée : 3h	**Prix** : 75 € par personne
Date limite d'inscription : 12 février 2024	

// CUISINE JAPONAISE – L'atelier végétarien

Avec les shiitaké séchés et l'algue kombe, nous préparerons un bouillon constituant la base. Puis nous concocterons les plats végétariens avec ce bouillon : aubergine frite au bouillon, soupe miso, racine de lotus sautée et Oyaki (gâteau salé).

Intervenante : Junko SAKURAI	**Code** : STAJ3
Date : Mardi 23 avril 2024 de 10h à 13h	**Lieu :** Maison des 5 sens - 5 allée des Peupliers - Bordeaux
Durée : 3h	**Prix** : **70** € par personne
Date limite d'inscription : 13 avril 2024	

// CUISINE JAPONAISE – L'atelier sucré

Nous préparerons l'anko (crème d'azuki, haricot rouge japonais) et confectionnerons deux pâtisseries de saison :
1. Shiratama dango – Mochi facile à préparer. Dégustez-le avec l'anko…
2. Fluffy pancakes – Très léger, amusant, et à la mode au Japon ! Dégusté avec l'anko et des fruits de votre choix.
Nous dégusterons ces pâtissseries avec du thé vert japonais.

Intervenante : Junko SAKURAI	**Code** : STAJ4
Date : Jeudi 25 avril 2024 de 10h à 13h	**Lieu** : Maison des 5 sens - 5 allée des Peupliers - Bordeaux
Durée : 3h	**Prix** : **65** € par personne
Date limite d'inscription : 15 avril 2024	

// DANSE : EXPRESSION CORPORELLE

Certificat médical de moins de 6 mois obligatoire

Cette animation dansée vous permettra d'expérimenter l'expression corporelle avec des exercices doux, de délier votre corps, de travailler votre mémorisation chorégraphique, de vous exprimer par le corps, de participer à une chorégraphie individuelle ou en groupe dans l'espace. Et tout cela en musique !

Intervenante : Béatrice ARAGONÈS	**Code** : STADAN
Dates : Lundi 26, mardi 27 et mercredi 28 février de 15h à 17h	**Lieu** : 266 rue Pelleport - Bordeaux
Durée : 6h	**Prix** : **60** € par personne
Date limite d'inscription : 16 février 2024	

// DESSIN-PEINTURE : Empreintes végétales

Initiation - Nous travaillerons avec les plantes, des encres, des aquarelles et différents « ingrédients » magiques pour créer des compositions originales. Un atelier d'expression où chacun(e) est accompagné(e) pour puiser dans sa créativité !
Matériel fourni par l'enseignante. Groupe de 10 personnes maximum.

Intervenante : Catherine RÉGLAT	**Code** : STADES1
Date : Mardi 27 février 2024 de 10h30 à 12h30 et de 14h à 16h	**Lieu** : 94 cours Aristide Briand - Bordeaux
Durée : 4h	**Prix** : 60 € par personne
Date limite d'inscription : 17 février 2024	

// DESSIN-PEINTURE : challenge multi-techniques

Vous souhaitez conforter votre pratique actuelle ou faire vos premiers pas ? Venez vous challenger sur la technique de votre choix : humide, sèche ou mixte. L'accompagnement est individualisé ; votre style, respecté. Les points forts du stage : l'affirmation de son style ; l'adaptation au format ; la gestuelle ; le sens de l'observation/le respect des proportions ; les contrastes, la lumière, les ombres, les valeurs.
L'intervenante vous contactera au préalable.

Intervenante : Sylvie FRÊCHE	**Code** : STADES
Dates : Du mardi 11 au vendredi 14 juin 2024 de 9h à 12h et de 14h à 16h (sauf le jeudi 13, seulement de 9h à 12h)	**Lieu** : 94 cours Aristide Briand - Bordeaux
Durée : 18h	**Prix** : 180 € par personne
Date limite d'inscription : 1er juin 2024	

// DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – L'intelligence relationnelle

L'intelligence relationnelle est la capacité à adopter une communication adaptée à l'interlocuteur. Vous allez acquérir des clés pour décoder ce qui se joue dans une relation interpersonnelle. Identifier nos comportements réflexes et notre positionnement dans la relation permet de s'ouvrir à sa singularité et à la différence de l'autre. Vous allez développer une véritable écoute, dans le respect de soi, menant à un échange de qualité !

Intervenante : Claire VERNEREY	**Code** : STADVP
Dates : Du lundi 26 au jeudi 29 février 2024 de 14h à 17h	**Lieu** : 34 cours de l'Argonne - Bordeaux
Durée : 12h	**Prix** : 120 € par personne

Date limite d'inscription : 16 février 2024	

// LA DICTÉE – Un outil au service de l'orthographe

Pour voir ou revoir les règles d'accord, connaître l'étymologie et mieux comprendre les subtilités de notre langue, rien de tel que la dictée… Un exercice mené dans un esprit non compétitif mais convivial où il s'agit d'apprendre tout en s'amusant ! Chaque texte (issu de la littérature ou concocté spécialement) est l'occasion d'approfondir les connaissances et de vérifier ses acquis.

Intervenante : Agnès TREILHES	**Code** : STADIC
Dates : Du mardi 20 au jeudi 22 février 2024 de 14h à 16h30	**Lieu** : 3 rue Lafayette - Bordeaux
Durée : 7h30	**Prix** : 75 € par personne
Date limite d'inscription : 10 février 2024	

// DROIT : SCÈNE DE CRIME et politique technique et scientifique

Vous découvrirez les différentes étapes des investigations techniques et scientifiques, à partir de la découverte d'une scène de crime jusqu'au dépôt du rapport de l'expert. Seront également traités l'histoire et l'évolution de la criminalistique et ses principaux acteurs : la police technique et scientifique.

Intervenante : Virginie CANELLAS-BOUSSAT	**Code** : STACRI
Dates : Du lundi 15 au vendredi 19 avril 2024 de 9h à 12h	**Lieu** : 3 rue Lafayette - Bordeaux
Durée : 15h	**Prix** : 150 € par personne
Date limite d'inscription : 5 avril 2024	

// DROIT : *COLD CASES*

Affaire non classée, disparition inquiétante, meurtres en série constituent une catégorie à part… Quand l'affaire tarde, on parle de *cold cases* ou « affaires non élucidées ». Ce sont aussi des erreurs judiciaires, dans le sens où elles laissent un coupable dans la nature. À travers quelques affaires célèbres, nous analyserons comment la justice gère ces cas complexes.

Intervenante : Virginie CANELLAS-BOUSSAT	**Code** : STACOL
Dates : Du mardi 16 au jeudi 18 avril 2024 de 14h à 17h	**Lieu** : 3 rue Lafayette - Bordeaux
Durée : 9h	**Prix** : 90 € par personne
Date limite d'inscription : 6 avril 2024	

// DROIT : STRATÉGIES SUCCESSORALES

Pour protéger le conjoint survivant et réduire les droits de succession.
Ce stage, animé par un notaire, couvrira trois grands thèmes :
- le règlement d'une succession ;
- la protection du conjoint (marié ou pas) ;
- les techniques pour alléger la fiscalité.

Intervenant : Bernard BOIREAU	
Lieu : 3 rue Lafayette - Bordeaux	
Durée : 9h	**Prix** : **90** € par personne
Date limite d'inscription : 10 jours avant le début du stage	
2 possibilités de dates :	
Jeudi 22 (9h-12h + 14h-17h) et vendredi 23 (9h-12h) février 2024	**Code** : STASUC1
Jeudi 18 (9h-12h + 14h-17h) et vendredi 19 (9h-12h) avril 2024	**Code** : STASUC2

// ÉCRITURE, TYPOGRAPHIE ET GRAPHISME

L'histoire de l'humanité commence vraiment lorsque l'homme utilise l'écriture pour se raconter, et commercer. Nous découvrirons l'évolution des différents alphabets du monde, puis la calligraphie latine jusqu'à l'invention de l'imprimerie qui marquera le début du monde du livre, de la typographie et du graphisme de notre époque.

Intervenant : Jérôme LABORDE-MAISONNAVE	**Code** : STATYP
Dates : Du lundi 22 au jeudi 25 avril de 9h à 12h	**Lieu** : 76 avenue Émile Counord - Bordeaux
Durée : 12h	**Prix : 120** € par personne
Date limite d'inscription : 12 avril 2024	

// ÉCRITURE (atelier) : De l'autobiographie à l'autofiction

Venez apprendre à maîtriser des éléments autobiographiques (écriture de soi) pour les basculer vers la fiction (faits inventés). Vous réaliserez alors des écritures fictionnelles pour les intégrer dans des éléments biographiques de votre vie. À quoi cela sert-il ? Quels en sont les enjeux et les perspectives ? Cet atelier vous en apportera les réponses…

Intervenant : Patrice CLARAC	**Code** : STACR
Dates : Lundi 15 et mardi 16 avril 2024 de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h	**Lieu** : 34 cours de l'Argonne - Bordeaux
Durée : 12h	**Prix : 120** € par personne
Date limite d'inscription : 5 avril 2024	

// GÉNÉALOGIE : Déchiffrer les écrits de ses ancêtres

Vous ne savez pas ou vous ne pouvez pas lire les écrits de vos ancêtres ou les actes les concernant ? Apprenez à déchiffrer les écritures françaises du XVIe au XIXe siècle. Au programme : exercices, analyses des lettres de l'époque, étude du système abréviatif... Sans oublier le vocabulaire qui, ayant évolué au fil du temps, sera replacé dans son contexte pour en comprendre tout le sens. À consommer sans modération !

Intervenante : Émilie PAUL AKOULINITCHEFF	**Code** : STAGEN
Dates : Du lundi 26 février au vendredi 1er mars de 14h à 17h	**Lieu** : 76 avenue Émile Counord - Bordeaux
Durée : 15h	**Prix** : **150** € par personne
Date limite d'inscription : 16 février 2024	

// LA GRAMMAIRE FRANÇAISE POUR LES EXPERTS

Cette activité s'adresse à des personnes passionnées par la langue française, qui maîtrisent déjà les bases de la grammaire, de la conjugaison et de l'orthographe, et qui souhaitent approfondir et partager leur savoir. Fans de mots-croisés, de concours de dictées, de lecture ou d'écriture, rejoignez-nous !

Intervenante : Sandra AUGENDRE	**Code** : STAFRA
Dates : Du mardi 16 au jeudi 18 avril 2024 de 9h30 à 12h30	**Lieu** : 3 rue Lafayette - Bordeaux
Durée : 9h	**Prix** : **90** € par personne
Date limite d'inscription : 6 avril 2024	

// HISTOIRE DE L'ART :
Le Salon de peinture officiel organisé par l'Académie

Nous traiterons successivement :
- la naissance du Salon au XVIIe siècle ;
- le Salon, unique territoire des arts au XVIIIe siècle ;
- le Salon contre les salons au XIXe siècle ;

- la multiplication des salons au XXe siècle.

Intervenant : Jean-Jacques MICHAUD	**Code** : START
Dates : Du mardi 23 au vendredi 26 avril 2024 de 14h30 à 16h	**Lieu** : 76 avenue Émile Counord - Bordeaux
Durée : 6h	**Prix** : 30 € par personne
Date limite d'inscription : 13 avril 2024	

// HISTOIRE DE L'ART : La représentation du corps dans l'histoire de la photographie

Nous vous proposons une approche historique et esthétique de la façon dont les grands auteurs de l'art photographique traitent la question de l'image du corps. Nous verrons comment ces photographes, au carrefour de contextes historiques, sociaux et artistiques, représentent le corps de façon très diverse. Souvent pour le célébrer, l'exalter, parfois pour l'interroger ou le désacraliser, voire le profaner.

Intervenant : Claude PITOT	**Code** : STACOR
Dates : Du lundi 19 au jeudi 22 février 2024 de 10h à 12h	**Lieu** : 76 avenue Émile Counord - Bordeaux
Durée : 8h	**Prix** : 80 € par personne
Date limite d'inscription : 9 février 2024	

// INFORMATIQUE PC – Consolidation des acquis

Venez avec votre PC portable (hors téléphone, tablette et ordinateur Mac) équipé de Windows 10 ou 11. Les bases essentielles d'un PC doivent être connues, pour explorer : applications et logiciels ; création/sauvegarde de dossiers ; courriers électroniques ; Internet et la sécurité ; gestion des photos ; traitement de texte, lettre type.
Vous devez déjà disposer d'une adresse email, de Microsoft Office (à défaut, LibreOffice).
Bases requises en informatique.

Intervenante : Marie-Christine BERTHOU, assistée de Charles ROY	
Lieu : 3 rue Lafayette - Bordeaux	
Durée : 16h	**Prix** : 100 € par personne
Dates : Du lundi 19 au jeudi 22 février 2024 de 10h à 12h et de 14h à 16h	**Code** : STANF2
Date limite d'inscription : 10 jours avant le début du stage	

// INFORMATIQUE : Atelier MAC (Apple)

Approfondissement - Cet atelier sous forme de questions/réponses vous permettra d'approfondir vos connaissances ou de découvrir des nouvelles fonctions de Mac OS. Vos questions pourront aborder les sujets tels que internet, mails, fichiers et dossiers, mots de passe, sauvegardes…Un minimum de connaissances de l'environnement Mac est requise. *Apporter son ordinateur portable et son identifiant Apple.*

Nota : une session d'initiation de 8 séances de 4h est également proposée, dans la rubrique « Activités ponctuelles ».

Intervenant : Bernard RUELLAN	**Code** : STANF3
Dates : Du mardi 16 au jeudi 18 avril 2024 de 10h à 12h et de 14h à 16h	**Lieu** : 3 rue Lafayette - Bordeaux
Durée : 12h	**Prix** : 75 € par personne
Date limite d'inscription : 6 avril 2024	

// LE JARDIN-FORÊT : découverte

Un jardin-forêt est un jardin multi-étagé basé sur le modèle d'une jeune forêt. Un écosystème cultivé où les arbres côtoient les légumes, où les plantes cultivées sont en harmonie avec la vie sauvage, où l'on retrouve la diversité des plantes utiles, où l'on régénère la fertilité du sol, où l'on intervient de moins en moins, où l'humain retrouve sa nature autonome et sauvage. Le plus beau des voyages, sans bouger de chez soi !

Intervenant : Thomas GIRAULT	**Code** : STAFOR
Dates : Jeudi 22 et vendredi 23 février 2024 de 9h à 12h30 et de 13h45 à 17h15	**Lieu** : 3 rue Lafayette - Bordeaux
Durée : 14h	**Prix :** 140 € par personne
Date limite d'inscription : 12 février 2024	

// LES JEUX DE SOCIÉTÉ

À la portée de toutes et tous, les jeux de société stimulent les fonctions cognitives tout en se divertissant. Dans un esprit convivial et par groupes de 6 maximum, venez en découvrir les multiples bienfaits autour de 4 jeux (matériel fourni) :
La crapette - Observation et concentration !
Le 6 qui prend - De la chance mais aussi de la ruse… ;
Le Papayoo - Ce jeu reprend quelques règles de la belote et requiert de la stratégie ;
Le Five alive - Il faut compter juste !

Intervenante : Marina GUEYTRON	
Lieu : 34 cours de l'Argonne - Bordeaux	
Durée : 3h	**Prix** : **25** € par personne
Date limite d'inscription : 10 jours avant le début du stage	
2 possibilités de dates :	
Mardi 20 février 2024 de 9h à 12h	**Code** : STACAR1
Mercredi 21 février 2024 de 14h à 17h	**Code** : STACAR2

// LANGUE DES SIGNES (LSF) – Initiation

Nous couvrirons les bases essentielles de la LSF, y compris l'alphabet dactylologique, la présentation de soi, l'expression des goûts et des loisirs, la description de la journée et du travail, ainsi que des aspects de la culture sourde. Les cours seront interactifs, encourageant les étudiants à pratiquer la LSF dès le début.

Intervenante : Danièle SIVIL	**Code** : STASIG
Dates : Mercredi 24 avril (13h30-16h30), jeudi et vendredi 25-26 avril (9h30-12h30 et 13h30-16h30)	**Lieu** : 9 rue Causserouge - Bordeaux
Durée : 15h	**Prix :** **150** € par personne
Date limite d'inscription : 14 avril 2024	

// LECTURE À VOIX HAUTE THÉÂTRALISÉE

Niveau 1 - Découvrir des textes et s'amuser à les dire vous tente ? Dans cet atelier, vous lirez des textes de votre choix ou un de ceux que l'intervenante proposera. Il s'agit de donner sa voix pour rendre vivant un récit, se faire confiance, exprimer les émotions, pour trouver comment faire vivre une histoire, une scène, un extrait de roman ou une fable en se faisant plaisir. Ce sera un entraînement à la lecture à voix haute, seul(e) et à plusieurs.
Niveau 2 - Même contenu que le niveau 1 avec, en complément, travail au micro et enregistrement d'un texte de 3 minutes avec votre tablette ou téléphone personnel.

Intervenante : Béatrice ARAGONES	
Lieu : 174 cours de l'Yser - Bordeaux	
Durée : 8h	**Prix** : **80** € par personne
Date limite d'inscription : 10 jours avant le début du stage	
Niveau 1 - 2 possibilités de dates :	
Du lundi 19 au jeudi 22 février 2024 de 15h à 17h	**Code** : STALEC1
Du lundi 15 au jeudi 18 avril 2024 de 15h à 17h	**Code** : STALEC2

Niveau 2 Du lundi 22 au jeudi 25 avril 2024 de 15h à 17h	**Code** : STALEC3

// LA MÉDITERRANÉE : TROIS ÎLES – La Sicile, Chypre, Malte

Venez découvrir ces trois plaques tournantes de la Méditerranée qui ont vu s'installer des civilisations différentes au cours des siècles et ont joué un rôle important du fait de leur position géographique au carrefour d'influences diverses.
1 – La Sicile, une île très convoitée ;
2 – Chypre, un condensé d'histoire ;
3 – Malte, un rocher désolé, un nid de scorpions, le nombril de la Méditerranée.

Intervenante : Anne-Marie HARRISON	**Code** : STAMED
Dates : lundi 26 février, mercredi 28 février ET vendredi 1er mars de 14h à 16h	**Lieu** : 3 rue Lafayette - Bordeaux
Durée : 6h	**Prix** : 60 € par personne
Date limite d'inscription : 16 février 2024	

// BOOSTER SA MÉMOIRE EN S'AMUSANT

Nous allons comprendre les mécanismes de la mémoire pour mieux l'appréhender, réduire stress et anxiété à son sujet, et relever le défi des trous de mémoire à travers des jeux variés.

Intervenante : Audrey CALVO	**Code** : STAMEM2
Date : Mardi 20 février de 9h à 12h	**Lieu** : 3 rue Lafayette - Bordeaux
Durée : 3h	**Prix** : 30 € par personne
Date limite d'inscription : 10 février 2024	

// LA MOBILITÉ AU QUOTIDIEN

« Liberté, égalité, mobilité ! » Comment se déplacer grâce aux nouvelles technologies ?
Bordeaux et sa métropole connaissent aujourd'hui une véritable révolution, reposant grandement sur les technologies de l'information et de la communication. Après une matinée théorique vous familiarisant avec l'usage des outils numériques appliqués à la mobilité, l'après-midi vous mènera en ville pour mettre en pratique la gestion autonome de vos déplacements. *12 personnes maximum.*

Intervenants : WIMOOV	
Date : Jeudi 25 avril 2024 de 10h à 12h ET de 14h à 17h	**Code** : STAMOB
Lieu de RDV : 3 rue Lafayette - Bordeaux	
Durée : 5h	**Prix** : gratuit

// LA NATURE ET LES OISEAUX DU BASSIN D'ARCACHON

Nous découvrirons les oiseaux des marais endigués et approcherons la richesse de la flore et la faune de ce genre de zone humide.
Jour 1 : rdv à 10h au parking de la réserve du Teich, balade ornithologique dans la réserve ;
Jour 2 : rdv à 8h au même endroit, le chant des oiseaux et les bords de l'Eyre par le sentier du littoral.
Pas d'hébergement, seulement deux journées avec pique-nique à prévoir. Entrée de la réserve payante.

Intervenant : Jérôme BEYAERT	**Code** : STANAT
Dates : Lundi 15 et mardi 16 avril 2024	**Lieu** : Le Teich
Durée : 2 journées	**Prix** : 100 € par personne
Date limite d'inscription : 5 avril 2024	

// NUTRITION ET PLAISIR

Bien manger pour bien vieillir c'est associer l'équilibre alimentaire et le plaisir. Après avoir déterminé les recommandations nutritionnelles, nous composerons des idées de repas gourmands (du petit déjeuner au dîner) et terminerons par un quiz autour des idées reçues.

Intervenante : Pauline FARTHOUAT	**Code** : STANUT
Date : Mercredi 28 février de 14h à 17h	**Lieu** : 3 rue Lafayette - Bordeaux
Durée : 3h	**Prix** : 30 € par personne
Date limite d'inscription : 18 février 2024	

// ORIGAMI

L'origami modulaire (ORI plier et KAMI papier) est l'art du pliage du papier qui permet de créer des structures géométriques : plusieurs éléments identiques, les modules, sont pliés et emboîtés pour constituer le modèle fini, de forme souvent complexe.
Atelier 1 - « Que des fleurs » : réalisation d'une série de fleurs en Origami, modulaire, classique et d'auteur.
Atelier 2 - « La boule Kusudama » : création d'une boule fleurie.

Atelier 3 - « Un sentiment de merveille » : application créative de l'origami avec la réalisation d'une Roue de Maxwell, objet de découverte, pour décorer.
Matériel mis à disposition.

Intervenante : Alice VIALE	
Atelier 1 – Que des fleurs **Code** : STARIG1	**Date** : Mercredi 28 février 2024 de 9h à 12h
Durée : 3h	**Prix** : **40** € par personne

Atelier 2 – La boule Kusudama **Code** : STARIG2	**Date** : Jeudi 29 février 2024 de 10h à 12h et de 14h à 17h
Durée : 5h	**Prix** : **60** € par personne

Atelier 3 – Un sentiment de merveille **Code** : STARIG3	**Date** : Mercredi 28 février 2024 de 14h à 16h
Durée : 2h	**Prix** : **40** € par personne
Lieu unique : 94 cours Aristide Briand - Bordeaux	
Date limite d'inscription : 10 jours avant le début du stage	

// P'ART À CHUTE : Quand l'art équilibre nos sens

Séance 1 : À l'écoute de mon équilibre
Les participants sont invités à s'interroger sur leur environnement sonore, à jouer, et même à composer. L'approche artistique permet de mettre en corrélation la pratique musicale et l'audition au fil de l'âge.
Séance 2 : Mon équilibre en vue
Les participants sont plongés dans l'univers de la photographie, des prises de vue, des lumières, des contrastes… L'approche artistique permet de mettre en corrélation la pratique photographique et la vision au fil de l'âge.
Séance 3 : Mon équilibre dans l'assiette
Les participants s'interrogeront sur leur consommation alimentaire, ce qui l'entoure et son équilibre. L'approche artistique (conteur ou plasticien) permet de mettre en corrélation le plaisir, le goût et la nutrition au fil de l'âge.
Séance 4 : Mon équilibre en mouvement
Les participants sont immergés dans l'univers du mouvement, du corps et de l'équilibre. L'approche artistique permet de mettre en corrélation la pratique d'une activité physique et le corps au fil de l'âge.
Important : Chaque séance est indépendante des autres. 15 maximum par groupe.

Intervenant : La Mutualité française Nouvelle-Aquitaine	
Séance 1 – L'équilibre **Code** : STACHU1	**Date** : Lundi 19 février 2024 de 14h à 16h30
Séance 2 – La vue **Code** : STACHU2	**Date** : Mardi 20 février 2024 de 14h à 16h30
Séance 3 – L'assiette **Code** : STACHU3	**Date** : Mercredi 21 février 2024 de 14h à 16h30
Séance 4 – Le mouvement **Code** : STACHU4	**Date** : Jeudi 22 février 2024 de 14h à 16h30
Lieu unique : 3 rue Lafayette - Bordeaux	**Prix** : Gratuit
Date limite d'inscription : 10 jours avant le début du stage	

// PEINTURE COMPLÉMENTAIRE

Initiation - Venez découvrir durant quelques jours la peinture, les couleurs primaires, complémentaires et secondaires ! Et en point d'orgue, la réalisation finale d'une peinture de paysage aux couleurs complémentaires.
Matériel à apporter : palette, pinceaux (et pas des brosses !) peinture acrylique, pot à eau et chiffon, quelques images imprimées, crayon à papier, papier Canson 280 g/m2, papier calque, gomme.

Intervenante : Frédérique CHUPIN	**Code** : STAPE1
Date : Du lundi 15 au vendredi 19 avril 2024 de 14h à 17h	**Lieu** : 94 cours Aristide Briand - Bordeaux
Durée : 15h	**Prix** : 150 € par personne
Date limite d'inscription : 5 avril 2024	

// PEINTURE : initiation à l'abstraction

Composition, couleurs et matières à l'acrylique. Vous vous lancerez dans l'abstraction en développant deux pistes de travail, pour au final choisir celle qui conviendra le mieux. Il sera question d'équilibre, de couleurs, de graphisme et de matières (collages, textures, etc.) tout en laissant le hasard ou l'imagination mener le jeu. Deux études sur papier seront réalisées, puis l'une d'entre elles sera finalisée sur un support approprié à la peinture acrylique.

Intervenante : Hélène MUSYT	**Code** : STAPE2
Date : Du lundi 19 au vendredi 23 février 2024 de 9h à 12h	**Lieu** : 94 cours Aristide Briand - Bordeaux

Durée : 15h	**Prix** : **150** € par personne
Date limite d'inscription : 9 février 2024	

// PEINTURE ET PAYSAGE : perfectionnement

Composition, stylisation et atmosphère. Vous apprendrez à créer un paysage stylisé à l'acrylique ou à l'aquarelle d'après photo. Nous verrons ce qu'est une bonne composition, une stylisation et une mise en couleurs efficaces. Une première étude sera faite pour apprendre à synthétiser les formes et bien choisir ses couleurs, puis le travail sera finalisé sur support approprié avec la technique peinte de votre choix.

Intervenante : Hélène MUSYT	**Code** : STAPE3
Date : Du lundi 22 au vendredi 26 avril 2024 de 9h à 12h	**Lieu** : 94 cours Aristide Briand - Bordeaux
Durée : 15h	**Prix** : **150** € par personne
Date limite d'inscription : 12 avril 2024	

// LA PERMACULTURE – Introduction

La permaculture est un système de conception d'écosystèmes habités durables et autonomes, inspirés du fonctionnement de la nature et des modes de vie vernaculaires. Elle nous permet de répondre à nos besoins tout en régénérant les écosystèmes. Après une présentation générale de la permaculture et de ses apports, nous nous attarderons sur ses avatars les plus connus et les plus demandés : l'agroécologie et le jardinage naturel.

Intervenant : Thomas GIRAULT	**Code** : STAPER
Dates : Du lundi 26 au mercredi 28 février 2024 de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30	**Lieu** : 9 rue Causserouge - Bordeaux
Durée : 21h	**Prix** : **210** € par personne
Date limite d'inscription : 16 février 2024	

// PHOTOGRAPHIE – L'art du portrait

Pour appréhender le portrait photographique sous tous les angles, séances en lumière naturelle et en studio. Deux jours pour jouer avec la lumière en noir & blanc et en couleur. Cadrage, composition : le portrait peut aussi sortir des sentiers battus.
Matériel indispensable : appareil photo débrayable en manuel.

Intervenante : Catherine CAILLÉ	**Code** : STAPHO2
Dates : Jeudi 22 et vendredi 23 février 2024 de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h	**Lieu** : Fabrique POLA - Le Labo photo - 10 quai de Brazza - Bordeaux

Durée : 12h	**Prix** : 120 € par personne
Date limite d'inscription : 12 février 2024	

// PHOTOGRAPHIE – Balade au fil de l'eau

Deux journées pour conjuguer sorties photo le long du parc aux Angéliques, du pont Chaban-Delmas au pont Saint-Jean sur la rive droite de la Garonne et amélioration de vos images : analyse, échanges, sélection, recadrage et petites retouches des photographies.
Matériel indispensable : appareil photo (ordinateur portable si possible).

Intervenante : Catherine CAILLÉ	**Code** : STAPHO3
Dates : Jeudi 18 ET vendredi 19 avril 2024 de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h	**Lieu** : Fabrique POLA Le Labo photo 10 quai de Brazza - Bordeaux
Durée : 12h	**Prix** : 120 € par personne
Date limite d'inscription : 8 avril 2024	

// LES PLANTES SAUVAGES COMESTIBLES : BALADE

Nous découvrirons ensemble les bienfaits de la cueillette sauvage et des plantes sauvages dans notre alimentation.
Nous identifierons des plantes sauvages et des arbres comestibles et verrons ensemble comment les intégrer facilement à votre alimentation, avec des idées de recettes et de préparations simples.

Intervenante : Séverine BOSQ	**Code** : STAPLA
Date : Mardi 27 février de 14h à 17h	**Lieu** : Domaine de la Burthe - Floirac
Durée : 3h	**Prix** : 60 € par personne
Date limite d'inscription : 17 février 2024	

// PRÉVENTION ROUTIÈRE

Nous proposons un atelier dynamique, intitulé « partage de la route », s'adressant à tous les usagers :
- « Culture » de l'automobiliste : un choix de panneaux avec le rappel de la loi et l'attitude de bon sens à avoir, la prise d'alcool et de médicaments, la distance de freinage et d'arrêt, l'énergie cinétique, remplir un constat ;
- Cyclistes : les panneaux plus spécifiques pour piétons et cyclistes ;
- Vision, réflexes altérés par l'âge.

Intervenant : Prévention MAÏF	**Code** : STAROU
Date : Lundi 19 février 2024 de 14h à 17h	**Lieu :** 3 rue Lafayette - Bordeaux
Durée : 3h	**Prix** : Gratuit
Date limite d'inscription : 9 février 2024	

// RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE ET PALMAIRE

La réflexologie est basée sur la stimulation manuelle de points réflexes situés sur diverses parties du corps, dont le pied et la main. Elle permet de localiser les tensions et de rétablir l'équilibre par un massage des mains et/ou des pieds. Au programme :
- les origines et le fonctionnement de la réflexologie ;
- la morphologie du pied et de la main ;
- la projection du corps dans les pieds et les mains ;
- les techniques de massage ;
- la pratique en automassage.

10 personnes maximum par groupe.

Intervenante : Valérie OUDOT	
Lieu : 9 rue Causserouge - Bordeaux	
2 possibilités de dates :	
Lundi 19 et mardi 20 février 2024 de 10h à 13h et de 14h à 17h	**Code :** STAREF1
Lundi 15 et mardi 16 avril 2024 de 10h à 13h et de 14h à 17h	**Code :** STAREF2
Durée : 12h	**Prix :** 120 € par personne
Date limite d'inscription : 10 jours avant le début du stage	

// RELAXATION SONORE aux bols tibétains

La pratique de la relaxation aux bols tibétains, un art ancestral, est d'une grande efficacité sur le stress. Les sons des bols agissent en profondeur pour apporter stabilité émotionnelle et équilibre nerveux. C'est une pratique adaptée à tous puisqu'elle ne demande aucune expérience. Les bienfaits sont immédiats !

Tenue : T-shirt et pantalon. Matériel à apporter : éventuellement plaid et coussin.

Intervenante : Samira CHAUDET	
Lieu : 266 rue Pelleport - Bordeaux	
Durée : 1h	**Prix** : 20 € par personne
Date limite d'inscription : 08 avril 2024	

2 créneaux au choix :	
Jeudi 18 avril 2024 de 15h à 16h	**Code :** STABOL1
Jeudi 18 avril 2024 de 16h à 17h	**Code :** STABOL2

// RESTAURATION D'OBJETS : le Kintsugi

La restauration est une pratique variant selon les cultures. Au Japon, loin de cacher les dommages que l'objet a subis, ce dernier est sublimé par une jointure d'or, laiton ou bronze. L'atelier se déroule en deux temps : 1/ Théorie du kintsugi, préparation des pièces, collage ; 2/ Nettoyage des collages, préparation des jointures et application. *À apporter : objet endommagé, colle, essuie-tout, alcool ménager, scotch, tablier, gants, masque.*

Intervenante : Amandine PERRIN	**Code** : STAKIN
Dates : Lundi 22 ET mercredi 24 avril 2024 de 9h30 à 12h30	**Lieu** : 266 rue Pelleport (salle de cours) - Bordeaux
Durée : 6h	**Prix** : **75 €** par personne
Date limite d'inscription : 12 avril 2024	

// SECOURISME : Formation PSC1

Le PSC1 est la formation aux premiers secours la plus complète destinée au grand public. Seront abordés par les sapeurs-pompiers : la protection, les malaises, la perte de connaissance, l'arrêt cardiaque, les traumatismes, les brûlures, les obstructions des voies aériennes, tout ceci sur adultes, enfants et nourrissons. La journée alterne séquences théoriques et pratiques, avec une pause méridienne (repas non pris en charge).
Groupes de 6 personnes minimum, 10 maximum. Attestation remise.

Intervenants : Sapeurs-pompiers de la Gironde	
Lieu : 3 rue Lafayette - Bordeaux	
Durée : 7h (+ 1h de pause repas)	**Prix** : **60** € par personne
Date limite d'inscription : 10 jours avant le début du stage	
2 dates, au choix :	
Jeudi 22 février 2024 de 9h à 17h	**Code** : STASEC1
Vendredi 19 avril 2024 de 9h à 17h	**Code** : STASEC2

// SELF-DÉFENSE – Initiation

Apprenez des gestes simples qui pourront vous aider en cas de situation délicate ! Quels que soient votre âge, votre santé, la self-défense, issue des nombreuses écoles de Ju-jitsu, vous permettra d'utiliser au mieux votre corps et votre environnement matériel pour préserver votre intégrité physique. *Tenue : vêtements de ville.*

Intervenant : Jean-Michel REY	
Lieu : Dojo 114 - 114 bis avenue Jean Jaurès - Bruges	
Durée : 2h	**Prix** : 30 € par personne
Date limite d'inscription : 10 jours avant le début du stage	
2 dates, au choix :	
Mercredi 28 février 2024 de 14h à 16h	**Code** : STASEL1
Mercredi 17 avril 2024 de 14h à 16h	**Code** : STASEL2

// SOPHROLOGIE

Initiation – Vous allez découvrir une méthode psychocorporelle s'inscrivant dans une recherche d'équilibre et d'harmonie intérieure (présentation des objectifs, principes fondamentaux, bénéfices apportés). Prendre un temps pour soi afin de vivre un moment de relaxation, de ressourcement et de partage d'expérience par la mise en pratique d'exercices sophrologiques...

Intervenante : Cécile TOUYA	**Code** : STASOP1
Date : Jeudi 22 février 2024 de 14h à 17h	**Lieu** : 9 rue Causserouge - Bordeaux
Durée : 3h	**Prix** : 60 € par personne
Date limite d'inscription : 12 février 2024	

// SOPHROLOGIE-OLFACTOTHÉRAPIE

La sophrologie et l'olfactothérapie (respiration des huiles essentielles) s'allient pour décupler la détente physique, le calme mental, aider à mieux gérer ses émotions et harmoniser le corps et l'esprit.
Au programme de ces deux jours : la sophrologie, son histoire, ses outils et bienfaits ; l'olfactothérapie, son histoire, son utilisation et ses bienfaits ; l'olfactothérapie dans une séance de sophrologie ; des exercices alliant les 2 techniques.
12 personnes maximum.

Intervenante : Valérie OUDOT	**Code** : STASOP2
Dates : Mardi 27 et mercredi 28 février 2024 de 10h à 13h et de 14h à 17h	**Lieu** : 3 rue Lafayette - Bordeaux
Durée : 12h	**Prix** : 120 € par personne
Date limite d'inscription : 17 février 2024	

// TAI CHI CHUAN (style Yang) – Initiation

Certificat médical de moins de 6 mois obligatoire

Venez découvrir les fondamentaux de cette pratique corporelle ancestrale chinoise classée au patrimoine mondial de l'Unesco. Il s'agit de mouvements lents, relaxants et dynamisants. Un trésor pour la santé et la longévité !

Après une introduction historique, nous effectuerons des échauffements, travaillerons relaxation et vitalité, puis l'apprentissage de la méthode des 37 pas. Un temps de partage puis de retour au calme clôturera la séance.

Intervenante : France CHERVOILLOT	**Code** : STATA1
Date : Mercredi 21 février 2024 de 9h à 12h	**Lieu** : 266 rue Pelleport - Bordeaux
Durée : 3h	**Prix** : **60** € par personne
Date limite d'inscription : 11 février 2024	

// TAI CHI CHUAN : DÉCOUVERTE DE L'ÉPÉE

Certificat médical de moins de 6 mois obligatoire

Pour pratiquants de Tai Chi Chuan débutants, intermédiaires, confirmés.

- introduction théorique et éthique avec premières manipulations de l'épée ;
- échauffements articulaires ;
- apprentissage de mouvements simples à l'épée ;
- pause conviviale et temps de partage d'expérience ;
- apprentissage du début de la forme de l'épée de Cheng Man Ching* ;
- travail ludique à deux : escrime ;
- retour au calme.

Épées d'entraînement en bois fournies.

Intervenante : France CHERVOILLOT	**Code** : STATA2
Date : Mercredi 21 février 2024 de 14h à 17h	**Lieu** : 266 rue Pelleport - Bordeaux
Durée : 3h	**Prix** : **60** € par personne
Date limite d'inscription : 11 février 2024	

**Chorégraphie sur le modèle de la forme 37 pas à mains nues : une forme lente, douce et structurée.*

// TAI CHI CHUAN : DÉCOUVERTE DE L'ÉVENTAIL

Certificat médical de moins de 6 mois obligatoire

L'éventail fait partie des armes utilisées dans la pratique des arts martiaux internes chinois. Vous allez apprendre à manier cette arme esthétique et puissante.
Déroulement (éventail prêté) :
- introduction historique et éthique ;
- échauffements ;
- apprentissage du début de l'enchaînement de la forme à l'éventail ;
- retour au calme.

S'adresse aux personnes ayant déjà pratiqué tai chi ou qi gong.

Intervenante : France CHERVOILLOT	**Code** : STATA3
Date : Mercredi 17 avril 2024 de 14h à 17h	**Lieu** : 266 rue Pelleport - Bordeaux
Durée : 3h	**Prix** : 60 € par personne
Date limite d'inscription : 7 avril 2024	

// VISITE : La Victoire, un quartier de curiosités

Venez (re)découvrir le quartier de la Victoire le temps d'une promenade guidée atypique ! Nos pas nous mèneront : porte d'Aquitaine, rue Sainte-Catherine, pied de vigne bicentenaire, université de la Victoire, rue Broca, musée d'Ethnographie, atelier d'un artiste bordelais, Chez Alicia, obélisque et tortues d'Ivan Theimer, ancienne demeure de Georgette Plana, chanteuse et actrice française (1917-2013).

Intervenante : Marie PENDANX	
Lieu : Bordeaux	
Durée : 2h	**Prix** : 30 € par personne
Date limite d'inscription : 10 jours avant le jour de la visite	
2 possibilités de dates :	
Mardi 20 février 2024 de 14h à 16h	**Code** : STAVIC1
Mardi 16 avril 2024 de 14h à 16h	**Code** : STAVIC2

// VISITE : Le cimetière de la Chartreuse

Osez entrer dans le cimetière de Bordeaux, l'un des plus riches et intéressants de France par son patrimoine funéraire et les histoires de ses occupants, plus rocambolesques les unes que les autres !

Intervenante : Laure-Amélie BARANGER	
Lieu : Bordeaux	
Durée : 2h environ	**Prix** : 30 € par personne
Date limite d'inscription : 10 jours avant le jour de la visite	
3 possibilités de dates :	
Lundi 19 février 2024 de 10h30 à 12h30 environ	**Code** : STACH1
Mardi 20 février 2024 de 10h30 à 12h30 environ	**Code** : STACH2
Mercredi 21 février 2024 de 10h30 à 12h30 environ	**Code** : STACH3

// VISITE : L'histoire de jardins bordelais

Nous découvrirons successivement : le Jardin public, le Parc bordelais, le Jardin botanique.

Intervenante : Laure-Amélie BARANGER	**Code** : STAJAR
Dates : Du lundi 15 au mercredi 17 avril 2024 de 10h30 à 12h environ	**Lieu** : Bordeaux
Durée : 4h30 environ	**Prix** : 65 € par personne
Date limite d'inscription : 5 avril 2024	

// VISITE : L'histoire des nouveaux 3B

B comme Bacalan, Bastide, Belcier... Ces trois quartiers n'auront plus de secrets pour vous !

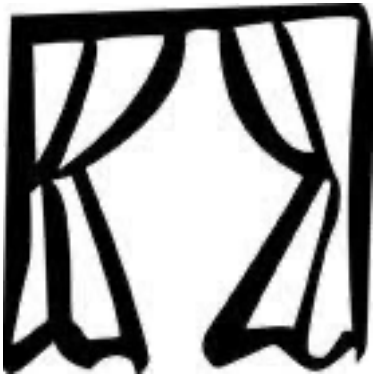
Intervenante : Laure-Amélie BARANGER	**Code** : STABB
Dates : Du lundi 15 au mercredi 17 avril 2024 de 14h à 15h30 environ	**Lieu** : Bordeaux
Durée : 4h30 environ	**Prix** : 65 € par personne
Date limite d'inscription : 5 avril 2024	

// VITRAIL – Initiation

Nous vous apprendrons 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 !

Intervenante : Patricia TOUJAS	
Lieu : Vitrodécobordo - 165 rue Etchenique - Bordeaux	
Durée : 12h	**Prix** : 120 € par personne
Date limite d'inscription : 10 jours avant le début du stage	

4 possibilités de dates :	
Du 19 au 22 février de 9h30 à 12h30	**Code** : STAVIT1
Du lundi 19 au jeudi 22 février de 14h à 17h	**Code** : STAVIT2
Du lundi 15 au jeudi 18 avril de 9h30 à 12h30	**Code** : STAVIT3
Du lundi 15 au jeudi 18 avril de 14h à 17h	**Code** : STAVIT4



SPECTACLES DES ÉTUDIANTS DE L'UTL

MAI-JUIN /

Jeudi 30 mai à 15h – Athénée – Amphithéâtre Joseph Wresinski

CONCERT DE L'ATELIER CHORALE

La chorale de l'UTL, sous la direction de Stella Marisova Sirben, vous invite à assister à son concert de fin d'année, pour vous faire partager une après-midi musicale nourrie de chants traditionnels, de variété française et internationale, de jazz, de mélodies de film et… de bonne humeur. Venez nombreux, et préparez-vous à ouvrir grand vos oreilles !

En prélude au concert, les élèves en tai chi chuan de l'UTL et leur enseignante France Chervoillot auront la joie d'exécuter pour vous une démonstration de cet art ancestral.

Deux représentations gratuites d'1h15, au choix :
Mardi 04 juin à 15h ou mercredi 05 juin à 20h30
Centre d'animation du Grand Parc – 36 rue Robert Schuman, Bordeaux

L'ATELIER-THÉÂTRE : le T.R.A.C.
(la TRoupe des Acharnés de la Comédie)

Dix-sept auteurs célèbres nous plongent dans l'univers intime du théâtre, dans ses coulisses, ses textes, ses personnages, ses lecteurs, son fond de teint, son plancher qui craque, ses costumes... Dix-sept auteurs décomposent l'art de la scène pour vous offrir un spectacle rafraîchissant et exaltant. ***La Ballade des planches*** est le nouveau spectacle des comédiens de l'UTL, avec Patrice Clarac à la baguette. Venez nombreux !

FESTIVALS, SPECTACLES ET VISITES DE MUSÉES

FESTIVALS/

L'ESCALE DU LIVRE

Place Renaudel, quartier Sainte-Croix
L'Université du Temps Libre poursuit son partenariat avec L'Escale du livre. Le festival littéraire de Bordeaux célèbre ses vingt-deux ans d'engagement en littérature **les 5, 6 et 7 avril 2024** ! L'Escale du livre, c'est tout d'abord un salon, avec des stands d'éditeurs et de libraires et plus de cent cinquante auteurs en dédicaces, mais aussi un festival qui porte la littérature à la scène et donne la parole aux écrivains, chercheurs, dessinateurs, etc. L'Escale du livre, c'est le premier évènement livre d'Aquitaine... Dès le mois de mars, vous pourrez suivre leur actualité et découvrir leur programmation sur leur site internet. Cette année encore, les étudiants de l'UTL pourront bénéficier du tarif réduit sur les billets de spectacles du vendredi 5 au dimanche 7 avril (billetterie en ligne ou directement sur place). Présentation obligatoire de la carte d'étudiant UTL.

Informations : contact@escaledulivre.com / 05 56 10 10 10
Site internet : www.escaledulivre.com

SPECTACLES/

Scène nationale CARRÉ-COLONNES

L'Université du Temps Libre travaille en partenariat avec la Scène nationale Carré-Colonnes, qui propose des spectacles de théâtre, danse, cirque et musique, inscrits dans les courants de la création actuelle française et internationale.
Les étudiants de l'UTL peuvent bénéficier du tarif étudiant sur les spectacles de la programmation de saison (10 €), hors spectacles de catégorie spécifique. Les réservations peuvent s'effectuer individuellement auprès des billetteries de la Scène nationale sur simple présentation de la carte étudiant UTL.

Billetteries ouvertes :

- Carré : 05 57 93 18 93 – Place de la République – 33160 Saint-Médard-en-Jalles
  Mardi et jeudi 14h-18h ; mercredi 10h-13h et 14h-18h30 ; samedi 10h-13h
- Colonnes : 05 56 95 49 00 – 4 rue du Dr Castéra – 33290 Blanquefort
  Mardi, jeudi et vendredi 14h-18h ; mercredi 10h-13h et 14h-18h30

Site internet : https://www.carrecolonnes.fr/
Les places achetées par téléphone ou sur internet sont à retirer en billetterie dès 45 minutes avant le début du spectacle, sur présentation d'une pièce d'identité et des éventuels justificatifs.

VISITES DE MUSÉES/

Toutes les dates de visites indiquées ci-après sont annoncées sous réserve de modifications ultérieures de la part des établissements. N'hésitez pas à consulter régulièrement notre site www.oareil.fr.

CAP SCIENCES

Les visites programmées se déroulent au Hangar 20, quai de Bacalan à Bordeaux. Le site est accessible par le tram B arrêt « La Cité du Vin ».

Groupes de 10 minimum - 40 maximum.

Exposition « Cervorama »
Explorez votre cerveau et ceux des animaux !
Mon cerveau est-il unique ? Est-ce que les animaux sont intelligents ? À quoi ressemble un neurone ? Cette exposition vous invite à découvrir cet organe aux capacités d'adaptation remarquable. Explorez les mondes des cerveaux : l'escargot, l'abeille, le singe, l'homme… et demain, le robot ?
Testez votre mémoire, découvrez votre cerveau en 3D, amusez-vous à le tromper avec des illusions étonnantes…

Mardi 26 mars 2024 de 9h30 à 11h	**Code** : CAP3
Prix unique : 4 euros par personne	

Date limite d'inscription : 16 mars 2024

Grande Exposition « mini-monstres »

Ils piquent, démangent, se régalent de peaux mortes, se gorgent de notre sang… Petits mais costauds ! Qui sont ces mini-monstres qui nous embêtent au quotidien ? Et pourquoi prolifèrent-ils si vite ?

Explorez le monde minuscule des poux, moustiques, puces et autres acariens… ces parasites minuscules qui semblent dotés de superpouvoirs. Leurs performances sensorielles nous rendent souvent impuissants face à leurs attaques, et leurs prouesses sportives font pâlir les plus grands champions olympiques… Au fil du parcours, découvrez, au-delà des nuisances engendrées, comment s'en protéger et leur rôle dans la nature. Mini-monstres, l'expo qui fait mouche !

Jeudi 25 janvier 2024 de 11h à 13h	**Code** : CAP4
Vendredi 12 avril 2024 de 11h à 13h	**Code** : CAP5
Prix unique : 5,50 euros par personne	
Date limite d'inscription : 10 jours avant la date de visite choisie	

FRAC NOUVELLE-AQUITAINE MÉCA

Les visites accompagnées proposées par le Frac (Fonds régional d'art contemporain) Nouvelle-Aquitaine MÉCA, situé 5 parvis Corto Maltese à Bordeaux, sont gratuites, sur présentation de votre carte d'étudiant(e). Le site est facilement accessible avec le tram ligne C ou D, arrêt Sainte-Croix ou Gare Saint-Jean (à dix minutes à pied du Frac).

Groupes de 25 personnes maximum.

Exposition « Parler avec elles »

Le projet imaginé par Émilie Parendeau s'intéresse aux processus de fabrication de l'œuvre d'art et souhaite attirer notre attention sur le travail inhérent à son exposition.
Lorsqu'une création ne peut être conservée dans son état originel dans les réserves documents, l'artiste accompagne le contrat de vente d'une série de documents (consignes, photographies, plans de montage…) qui permettent de reconstruire l'œuvre au plus près

de sa forme initiale. Émilie Parendeau mène depuis de longues années un travail de réflexion sur un ensemble de points, voire de problèmes, que soulèvent les œuvres reposant sur des protocoles, car celles-ci nécessitent un travail pour être exposées.

Vendredi 12 avril 2024 de 11h à 12h	**Code** : FRAC3
Vendredi 17 mai 2024 de 11h à 12h	**Code** : FRAC4
Vendredi 14 juin 2024 de 11h à 12h	**Code** : FRAC5
Gratuit	
Date limite d'inscription : 10 jours avant la date de visite choisie	

MUSÉE D'AQUITAINE

Le musée d'Aquitaine est situé 20 cours Pasteur à Bordeaux. Les visites sont commentées.
Groupes de 20 personnes maximum.

Exposition temporaire :
« Vivre et mourir en Égypte, d'Alexandre le Grand à Cléopâtre »
Le musée d'Aquitaine organise une exposition dédiée à l'Égypte ptolémaïque, en partenariat avec le CNRS. Celle-ci présente la rencontre entre les cultures grecque et égyptienne dans toutes les sphères de la société, de la vie quotidienne aux pratiques funéraires, en passant par la religion, l'administration, la littérature, et la construction d'un nouvel État gréco-égyptien.
La visite guidée sera faite par Mme Sophie Griselle, docteure en égyptologie, qui animera pour l'UTL une conférence le lundi 3 juin sur ce sujet. Voir la rubrique « Conférences ».

Jeudi 04 juillet 2024 de 14h30 à 16h environ	**Code** : MUSAQ3
Prix unique : 4,50 euros par personne	
Date limite d'inscription : 24 juin 2024	

Parcours permanent du musée : Collections XVIe-XVIIe siècles
De Montaigne à Louis XIV

Mardi 04 juin 2024 de 14h30 à 16h environ	**Code** : MUSAQ4
Prix unique : 3,50 euros par personne	
Date limite d'inscription : 24 mai 2024	

Parcours permanent du musée : Bordeaux au XVIIIe siècle
Le commerce atlantique et l'esclavage

Mardi 12 mars 2024 de 14h30 à 16h environ	**Code** : MUSAQ5
Prix unique : 3,50 euros par personne	
Date limite d'inscription : 02 mars 2024	

MUSÉE DE L'HISTOIRE MARITIME DE BORDEAUX

Le musée de l'Histoire maritime de Bordeaux est situé 31 rue Borie (tram Chartrons).

Groupes de 15 personnes maximum.

De l'époque gallo-romaine à nos jours, ce sont 2000 ans d'histoire du port de Bordeaux qui y sont présentés et illustrés au travers de textes, de tableaux, de cartes marines, d'instruments de navigation, d'objets anciens, de maquettes de bateaux, etc.

Jeudi 22 février 2024 à 10h30	**Code** : MUSMA2
Jeudi 16 mai 2024 à 10h30	**Code** : MUSMA3
Prix unique : 8 euros par personne	
Date limite d'inscription : 10 jours avant la date de visite choisie	

VOYAGES

Responsable bénévole : Gérard Durand

Sur notre site internet www.oareil.org, rubrique « Voyages », retrouvez le programme actualisé !

Les voyages qui vous sont présentés ci-après sont en cours de programmation à la date du rédaction du présent bulletin.

Pour plus de confort, le nombre maximum de participants reste fixé à 20 par voyage.

PRINTEMPS 2024 /

Du 13 au 18 AVRIL

Voyage musical à Budapest

*Accompagné par **Cindy Pédelaborde**, professeure de musicologie*

Du 14 au 25 AVRIL

Chili du Nord et île de Pâques (en option)

*Accompagné par **Erendira Playoult**, professeure d'espagnol*

Du 14 au 21 AVRIL

Balade irlandaise : Dublin, Galway, Limerick et Cork, etc.

*Accompagné par **Helen Carew,** professeure d'anglais*

AUTOMNE 2024 /

Toussaint 2024

Découverte de New York (programme encore à définir)

*Accompagné par **Évelyne Doutreloux,** professeure de civilisation américaine*

COMPLETS

Du 10 au 19 FÉVRIER

PAYSAGES ATYPIQUES DES CANARIES ET FÊTES DE CARNAVAL DE SANTA CRUZ DE TENERIFE !

*Accompagné par **Francisca Camacho Mallen,** professeure d'espagnol*

Du 30 MARS au 14 AVRIL

JAPON : Sur les côtes de la mer du Japon et la mer intérieure de Seto

*Accompagné par **Sanaé Sinet,** professeure de civilisation japonais et de japonais*

NOM (en majuscules) : …….....….....….....….....

Prénom : …….....….....…..... N° carte d'étudiant .....

MODIFICATION D'ACTIVITÉ

Sous réserve de places disponibles

⇨ ***Quelle est l'activité que vous souhaitez modifier ?*** .....

- Vous souhaitez **rester sur la même activité** mais changer de groupe ☐

  Code du nouveau groupe …….....

- Vous souhaitez **changer d'activité** ☐

  Code du nouveau groupe …….....

⇨ ***Quelle est l'activité que vous souhaitez modifier ?*** .....

- Vous souhaitez **rester sur la même activité** mais changer de groupe ☐

  Code du nouveau groupe …….....

- Vous souhaitez **changer d'activité** ☐

  Code du nouveau groupe …….....

Ci-joint, si besoin, un chèque de ……..…… euros à l'ordre de l'Oareil.

Le ……. 20....

Séances à prix doux…

L'Université du temps libre a conclu depuis quelques années un partenariat avec le collège ostéopathique de Bordeaux/ clinique pédagogique vous permettant de bénéficier de conditions très avantageuses avec votre carte UTL de l'année en cours.

Qu'est-ce que l'ostéopathie ? Il s'agit d'une approche de la santé appréhendant le fonctionnement du corps dans sa globalité par le biais d'une méthode thérapeutique manuelle. Tout à la fois art, science et technique, elle repose sur le concept « l'homme est un tout ». L'ostéopathie est une thérapie préventive et curative, en douceur et sans douleur. Cette unité clinique propose des soins ostéopathiques assurés par des étudiants, sous le strict encadrement d'enseignants ostéopathes professionnels.

La clinique est ouverte du lundi au vendredi de 8 h 30 à 20 h et tous les samedis de 8 h 30 à 12 h 30. Elle accueille des patient(e)s de tout âge et de toute pathologie.

Tarif UTL

10 € la consultation (au lieu de 25 €), sur simple présentation de votre carte d'étudiant.

Coordonnées

84 rue de la Rousselle – 33000 Bordeaux (porte de Bourgogne)
Tel : 05 56 48 00 33
16 rue Leberthon – 33000 Bordeaux (Victoire)
Tel : 05 56 48 00 44
17 rue Thalès – 33700 Mérignac (sortie 11 ou tram A arrêt « Parc chemin long »)
Tel : 05 56 48 04 59 *(touche 2)*
RDV par téléphone ou sur Doctolib « collège ostéopathique de Bordeaux »

Oareil

Accueil du lundi au vendredi
de 9h à 12h et de 14h à 17h
3 rue Lafayette
33000 Bordeaux

05-56-79-22-78
accueil.utl@oareil.fr

Plus d'informations sur notre site
www.oareil.org