

UNIVERSITE INTER-ÂGES de GRANVILLE

CONTENU DES COURS ET ATELIERS

2023 - 2024













TABLE DES MATIERES

LANGUES	2
ALLEMAND	2
Niveaux 1 et 2 – M. Yves BOUDER	2
Conversation allemande – Mme Ulrike LEGIONNET	2
ANGLAIS	2
Niveau débutants stricts – M. Benoit DUMESNIL	2
Niveau 1a et 1b – M. Benoit DUMESNIL	2
Niveau 2a – Mme Fay GUERRY	2
Niveau 2b – M. Benoit DUMESNIL	
Niveau 3 – Mme Danièle LEVARDON	3
Niveau 4 – Mme Fay GUERRY	
Causerie anglaise – Mme Anita CLAVREUL	
Conversation anglaise – M. André MENNESSON	
BRETON (Culture) – M. Yves BOUDER	
CHINOIS (Culture) – Mme Jing YE	
Niveau 1 - La culture chinoise	
Niveau 2 – La langue chinoise	
ESPAGNOL	
Débutants stricts – M. Benoit DUMESNIL	
Niveau 1 – M. Benoit DUMESNIL	
Niveau 2 – Mme Ana Luisa BARRALES	
Niveau 3 - Mme Ana Luisa BARRALES GREC ANCIEN — M. Yves MOREL	
ITALIEN – Mme Glenda SCHIAVO	
Débutants stricts	
Niveau 1	
Niveau 2	
Niveau 3	
Cours de conversation	
LATIN – M. Yves MOREL	6
LITTERATURE ET ARTS	7
ARCHITECTURE ET STYLES – M. André CARDEUR	
AUTOUR D'UN LIVRE – Mme Martine HOUTTEVILLE	
HISTOIRE DE L'ART – Mme Sarah HOURÇOURIGARAY	
HISTOIRE DE L'ART AU XVIème SIECLE – Visioconférence	
HISTOIRE DES ARTS PLASTIQUES : LES GRANDES	
PROBLEMATIQUES – Mme Christine BEDEL	q
LECTURE DE LA BIBLE – M. Gérard MEUNIER-HAUGUEL	
LITTERATURE – Mme Jessika BERTHE-SZARZINSKI	
LITTERATURE DE JEUNESSE – Mmes Christiane DUPON	
LOLLIER et Martine HOUTTEVILLE	
MUSICOLOGIE – M. Gilles BENOIT	
WIOSICOLOGIE – WI. GIIIES BENOTT	11
ECONOMIE ET SCIENCES HUMAINES	. 12
DROIT CIVIL (Initiation) – M. Philippe LECOUVREUR	. 12
ECONOMIE – M. Philippe LECOUVREUR	
GENEALOGIE – M. Robert GOULEY	
GEOGRAPHIE HUMAINE – Mme Emmanuelle	
GERMANICUS	15
GEOPOLITIQUE DES ESPACES MARITIMES –	-
Visioconférence	15
HISTOIRE – M. François GORAU	
HISTOIRE CONTEMPORAINE – Mme Emmanuelle	
GERMANICUS	. 15

HIS	STOIRE DE LA PHILOSOPHIE – M. Nicolas SOKOLOFF STOIRE DES NORMANDS – Visioconférence	16
HIS	STOIRE DES RELIGIONS – M. Denis PRIZESTOIRE DES RELIGIONS (Approche) – Visioconférence	17
	IILOSOPHIE – M. Philippe REPERANT	
	IILOSOPHIE : LA SENSIBILITÉ – Visioconférenc	
PĈ	DLE ECONOMIE – Visioconférence	18
SCIEN	NCES ET TECHNIQUES	19
	RONAUTIQUE – M. Philippe FAUVEL	
	OLOGIE – Mme Véronique BOUTROIS	
	FORMATIQUE – Mme Marie-Claire MALLET-TAILLIS	
	JTRITION – Mme Sylvaine PICHELOT	
Œ	NOLOGIE – M. Jean BOUCHEREAU	21
PĈ	DLE SCIENCES : HASARD ET DETERMINISME DANS LES	
SC	IENCES – Visioconférence	21
ZY	THOLOGIE – M. François-Xavier BAUDRY	22
ATEL	IERS D'EXPRESSION	23
	RT DE CONTER – Mme Christiane DUPONT-LOLLIER	
	RTS PLASTIQUES 1 et 2 – Mme Fabienne ABEL	
	RTS PLASTIQUES : DECOUVERTE DES TECHNIQUES –	
	me Sandrine BESNARD	25
AT	ELIER DE CHANT – Mme Sylvie LAIGNEAU	25
AT	ELIER D'ECRITURE POETIQUE ET FANTAISISTE – M.	
Ma	aurice GUINDE	25
CL	JISINE GASTRONOMIQUE- M. Vincent DELACOUR	25
	HECS - M. Michel LEMONNIER	
	RITURE MUSICALE (Initiation) – M. Olivier NIVET	26
	UER AVEC LA LANGUE FRANÇAISE – M. Maurice	
	JINDE	
	OTERIE – M. Brigitte KEMPENERS	
	ATIQUES THEATRALES – M. Hugues YACKS	
	COURTE SUR BRONZE – M. Souleymane TRAORÉ	
	COURISME – M. Yann HELARY DURNAGE SUR BOIS ET TRAVAUX MANUELS – M. Yves	28
	OUDER	29
	TRAIL TIFFANY (Initiation) – Mme Sandrine BESNARD.	
ACTIV	VITES SPORTIVES ET DE BIEN-ÊTRE	30
	COUVERTES PEDESTRES – Mme Annie JEANMENNE	
	DLF – Golf de Bréville	
	'MNASTIQUE DOUCE – Mme Marie-Laure LEGRAND	
	'MNASTIQUE DYNAMIQUE – M. Maxime LARGOUET	
	RATE – M. Michel DUHEM	
M	ARCHE NORDIQUE	31
	Cours 1 : rythme modéré – Mme Marie-Laure LEGRAND	31
	Cours 2 : rythme soutenu – M. Paul LAFFITAU	31
PE	TITES RANDONNEES – Bénévoles de l'UIA	32
	LATES - M. Maxime LARGOUET	-
	PHROLOGIE - Mme Florence PIETTE	
	RETCHING - M. Maxime LARGOUET	
YC	OGA – Mme Marie-Laure LEGRAND	
	Niveau débutants	
	Niveau confirmés	33

LANGUES

ALLEMAND

Niveaux 1 et 2 – M. Yves BOUDER

Il est difficile de déterminer à l'avance le déroulement précis de ces cours à cause des différences de niveau des participants. En groupe 1, je prends finalement une « méthode », choisie parmi « les moins mauvaises », qui ont toutes le défaut de complexifier ce qui est déjà complexe. J'explique, je simplifie, je rassure. En groupe 2, c'est plus simple. Nous prenons des textes, des sujets de bac avec questions, lisons, traduisons, répondons aux questions pour en arriver à l'essentiel : l'expression libre.

Conversation allemande – Mme Ulrike LEGIONNET

Cours à l'intention de personnes ayant un assez bon niveau d'allemand (B1 et plus) et désireux de renforcer leur compréhension et expression orales.

En nous appuyant sur des documents sonores et écrits, nous étudierons des contenus d'actualité, mais aussi littéraires, par une approche essentiellement orale. Nous aborderons des thématiques variées et approfondirons en complément, selon le besoin, quelques faits de langue.

ANGLAIS

Niveau débutants stricts - M. Benoit DUMESNIL

Ce cours s'adresse aux personnes n'ayant aucune notion d'anglais. Grâce à une méthode interactive axée sur la communication, l'apprenant acquiert aisément les bases. L'approche s'appuiera sur le processus naturel d'écoute et de répétition. À la fin de l'année, vous aurez assimilé les sons des consonnes et des voyelles, le vocabulaire le plus courant et les règles grammaticales essentielles vous permettant d'échanger sur des sujets de la vie quotidienne : se présenter, parler de sa famille, de sa ville, de son pays, exprimer ses goûts.

Niveau 1a et 1b - M. Benoit DUMESNIL

Ce cours s'adresse à celles et ceux ayant quelques bases en anglais, qui souhaitent approfondir leurs connaissances. Nous y aborderons la grammaire (compréhension des prépositions, du present perfect, du present perfect continuous...) ainsi que le vocabulaire le plus utilisé et la prononciation. Un exercice de grammaire et un exercice de vocabulaire seront proposés à chaque séance. Toutes les activités langagières seront mises en œuvre pour pouvoir s'exprimer aisément sur des thèmes relatifs à la vie quotidienne. Nous nous appuierons sur le manuel « English file pre-intermediate workbook without key, third edition » de Christina Latham-Koenig et Clive Oxenden édité par Oxford University Press qu'il vous est recommandé de vous procurer pour suivre cet enseignement avec profit.

Niveau 2a – Mme Fay GUERRY

Niveau : adapté aux étudiants ayant un niveau bac, ou un peu moins, mais peu de pratique depuis.

Contenu : révision des bases grammaticales, augmentation du vocabulaire de tous les jours, axé sur des expressions utiles, d'actualité. Un maximum d'échanges à l'oral et en petits groupes.

Supports: manuel et cahier d'exercices.

Niveau 2b – M. Benoit DUMESNIL

Ce cours s'adresse à des étudiants ayant un niveau bac ou un peu moins, mais ayant peu pratiqué depuis. L'accent sera mis sur les bases grammaticales (le subjonctif, l'emploi des prépositions...), l'enrichissement du vocabulaire et les expressions anglaises utiles. De nombreux échanges seront proposés sur des thèmes de la vie quotidienne permettant à chacun d'exprimer ses idées et de parler, notamment avec une correspondante

anglaise. La méthode mise en œuvre s'appuiera sur le manuel « English collocations in use Intermediate, second edition » de Michael McCarthy et Felicity O'Dell. Toutes les indications utiles pour vous permettre de vous procurer cet ouvrage vous seront données lors de la première séance.

Niveau 3 – Mme Danièle LEVARDON

Niveau bac ou un peu moins.

Révisions des bases et remise à niveau dans la convivialité par le biais d'activités culturelles et ludiques afin de reprendre confiance pour utiliser la langue de Shakespeare en toutes circonstances.

Supports très variés : articles de journaux / vidéos / chants /poèmes / jeux de communication / nouvelles.

Niveau 4 – Mme Fay GUERRY

Conversation (niveau anglais parlé couramment) : discussions autour de sujets d'actualité, articles de journaux, nouvelles et extraits de littérature.

Quelques révisions de grammaire (niveau avancé, expressions idiomatiques, phrasal verbs, etc...) sous forme plus ou moins ludique.

Causerie anglaise – Mme Anita CLAVREUL

Mes cours de causerie permettent aux participants, qui parlent relativement bien anglais, de communiquer plus facilement avec les anglophones qu'ils rencontrent et de se sentir plus sûrs d'eux-mêmes.

Conversation anglaise – M. André MENNESSON

Ce cours est destiné aux personnes à l'aise en anglais qui souhaitent préserver leur acquis. Les séances pourront, selon le cas, soit s'appuyer sur des articles de la presse anglophone, soit porter sur des sujets choisis librement.

BRETON (Culture) - M. Yves BOUDER

Nous suivons l'inspiration du moment, celle des participants avant tout, je ne fais que proposer en cas de besoin, il faut que chacun y trouve son compte, c'est-à-dire du plaisir. Le breton est une langue celtique d'une grande singularité, proche du gallois et de celle de notre héros national, Vercingétorix... Les participants ont tous ou presque un rapport personnel avec la Bretagne et certains savent dire des choses en breton.

CHINOIS (Culture) - Mme Jing YE

Des informations complémentaires sur ces deux cours sont disponibles sur le site : http://gongfupanda.canalblog.com/

Niveau 1- La culture chinoise

- Géographie (régions, climat, faune, flore et... 1 400 000 000 habitants)
- Histoire (5000 ans!)
- Philosophie (Confucius, Lao-tseu, etc... si vous voulez connaître les Chinois comme Hergé et Zhang)
- Médecine traditionnelle (histoire, théorie, méthode, plante médicinale...une médecine naturelle qui vise à maintenir l'harmonie de l'énergie à l'intérieur du corps)
- Gastronomie (ingrédients, épices, techniques, ...)
- Art (peinture traditionnelle, musique et instruments, calligraphie)
- Littérature et poésie
- Artisanat traditionnel (poterie, broderie, menuiserie, joaillerie, etc...)

Niveau 2 – La langue chinoise

Ce cours s'adresse aux participants des années précédentes au cours de culture chinoise de niveau 2 ainsi qu'à toutes celles et tous ceux qui ont des connaissances de base en langue chinoise, telles que le pinyin (transcription phonétique) et les expressions essentielles.

Il s'appuie sur l'ouvrage « 15 minutes par jour pour se mettre au chinois ».

- Apprendre à écrire
- Grammaire
- Dialogues et mises en situation
- Poésies et chansons chinoises
- Calligraphie (sur demande des participants)

ESPAGNOL

<u>Débutants stricts – M. Benoit DUMESNIL</u>

Ce cours s'adresse aux personnes n'ayant aucune notion d'espagnol. Grâce à une méthode interactive axée sur la communication, l'apprenant acquiert aisément les bases.

Les thèmes abordés seront ceux de la vie quotidienne : se présenter, parler de son pays, donner ses coordonnées personnelles, parler de sa famille, exprimer ses goûts...Ils seront liés à la culture des pays de langue espagnole avec la découverte de quelques personnes célèbres ou de quelques pays d'Amérique latine...

Les principaux points grammaticaux étudiés seront le genre, le nombre, les pronoms, le présent des verbes, la phrase négative.

La méthode mise en œuvre permettra de développer les quatre compétences nécessaires à l'apprentissage d'une langue étrangère : la compréhension orale, l'expression orale, la compréhension écrite et l'expression écrite. Elle s'appuiera sur les manuels « ¡Nos vemos! Libro del alumno A1 » et « ¡Nos vemos! Cuaderno de ejercicios A1 » qu'il vous est recommandé de vous procurer. Ces ouvrages sont également utilisés pour le cours d'espagnol de niveau 1.

Niveau 1 – M. Benoit DUMESNIL

Ce cours s'adresse aux personnes ayant déjà quelques bases en espagnol qui savent, par exemple, se présenter, donner leurs coordonnées personnelles, parler de leur famille, de leurs goûts...

La méthode interactive basée sur la communication qui y sera mise en œuvre permettra d'approfondir les connaissances tant linguistiques que culturelles.

Cet approfondissement abordera des thèmes de la vie quotidienne : faire ses courses, passer une commande dans un restaurant, présenter une ville, demander des informations dans un office de tourisme, réserver une chambre d'hôtel... Ils seront liés à la culture des pays de langue espagnole : les heures des repas, les habitudes alimentaires, la découverte succincte de quelques villes et traditions espagnoles, de quelques pays et traditions d'Amérique du Sud.

La connaissance des règles grammaticales sera également approfondie.

Ce cours reposera sur l'utilisation des manuels « ¡Nos vemos! Libro del alumno A1 » et « ¡Nos vemos! Cuaderno de ejercicios A1 » dont il vous est recommandé de disposer.

Niveau 2 – Mme Ana Luisa BARRALES

Niveau intermédiaire selon le CECRL : Le *Cadre Européen Commun de Référence pour les Langues* a pour but de repenser les objectifs et les méthodes d'enseignement des langues et, surtout, il fournit une base commune pour la conception de programmes et balise l'apprentissage des langues étrangères.

Les objectifs du niveau intermédiaire sont :

- Comprendre des phrases isolées et des expressions fréquemment utilisées en relation avec des domaines de l'environnement quotidien (informations personnelles et familiales simples, achats, travail, etc...;
- Pouvoir communiquer lors de tâches simples et habituelles ne demandant qu'un échange d'informations simple et direct sur des sujets familiers et habituels;
- Savoir décrire avec des moyens simples sa formation, son environnement immédiat et évoquer des sujets qui correspondent à des besoins immédiats.

Ce cours s'adresse à des personnes ayant déjà quelques petites bases de la langue tant à l'oral qu'à l'écrit.

Les essentiels linguistiques (grammaire, syntaxe, phonétique, conjugaison) seront revus et approfondis.

Ce cours ne nécessite aucunement de parler couramment l'espagnol ni, même, d'en maîtriser parfaitement les essentiels linguistiques.

L'usage d'une langue, y compris son apprentissage, comprend les actions accomplies par des personnes développant à cet effet des compétences générales et, notamment celle de communiquer. Elles mettent en œuvre ces compétences afin de réaliser des activités langagières en réception (compréhension orale, compréhension écrite) et en production (expression orale, expression écrite) sur des thèmes variés.

Niveau 3- Mme Ana Luisa BARRALES

Utilisateur indépendant selon le CECRL : le *Cadre européen commun de référence pour les langues* a pour but de repenser les objectifs et les méthodes d'enseignement des langues et, surtout, il fournit une base commune pour la conception de programmes et balise l'apprentissage des langues étrangères.

Les objectifs assignés au niveau « utilisateur indépendant » sont :

- Comprendre les points essentiels d'une discussion quand un langage clair et standard est utilisé et s'il s'agit de choses familières au travail, à la maison, aux loisirs, etc...;
- Être autonome dans la plupart des situations rencontrées en voyage dans une région où la langue cible est parlée;
- Pouvoir produire un discours simple et cohérent sur des sujets familiers et dans ses domaines d'intérêt ;
- Savoir raconter un événement, une expérience, décrire, exprimer un but et exposer brièvement des raisons ou explications pour un projet ou une idée.

Pouvoir s'exprimer dans une langue, autre que sa langue maternelle, c'est maîtriser suffisamment les outils linguistiques (phonétique, grammaire, conjugaison, syntaxe) pour ensuite pouvoir faire face à des situations langagières en **autonomie**: une demande de renseignements dans la rue, un hôtel ou un musée, comprendre des panneaux indicateurs, lire un court paragraphe dans un journal ou une revue, être capable de suivre quelques minutes d'une émission, du journal télévisé, d'une série etc...

Un certain nombre de cours seront consacrés à la civilisation.

L'apprentissage de l'espagnol (castillan) implique d'avoir un aperçu de la culture et de la civilisation. Il s'agit de fait d'une civilisation à deux faces : Espagne et Amérique latine, et ce, quant à leur histoire passée et présente.

GREC ANCIEN - M. Yves MOREL

On se propose dans ce cours de permettre de fréquenter la langue et la civilisation grecques à un public dont le niveau ne serait pas forcément homogène, mais dont les motivations autoriseraient des activités diverses en rapport avec les programmes de LCA (langues et cultures de l'Antiquité).

Une alternance sur deux semaines est envisageable pour satisfaire différents niveaux et d'éventuels « grands débutants ».

On s'est aidé en 2022-2023 du manuel de la classe de Première (*GREC, Les Belles-Lettres HATIER, 2008, ISBN13 : 978-2-218-93089-8, EAN13 : 9782218930898*), disponible uniquement sur le marché de l'occasion.

L'organisation du travail de l'année sera négociée dans les toutes premières séances du cours en fonction du niveau des participants.

ITALIEN – Mme Glenda SCHIAVO

Débutants stricts

Groupe des débutants (principianti), les participants n'ont pas de connaissance de la langue italienne. Nous débuterons par l'alphabet, les sons, l'accentuation... En fin d'année, les participants sauront se présenter, se décrire physiquement, présenter leur famille, leur lieu d'habitation, leurs goûts... Une partie du cours est dédiée à la grammaire, au vocabulaire, aux exercices et à la culture italienne. Une importance particulière est donnée à la prise de parole des participants.

Niveau 1

Groupe "intermedio", les participants ont déjà des notions de la langue italienne. Pendant l'année, nous travaillons différents sujets concernant la vie quotidienne, nos passions, nos amis, nos sentiments...Chaque cours propose une révision ou la découverte d'un nouveau point de grammaire. Le but est celui d'approfondir ses propres connaissances et de s'exprimer le plus possible en italien.

Niveau 2

Groupe "avanzato", les participants savent s'exprimer en italien. Le but de ces cours est d'entretenir ses connaissances linguistiques. Chaque séance s'appuie sur un document et à partir de celui-ci une conversation s'établit. Mais on n'oublie pas d'approfondir la grammaire!

Niveau 3

Ce cours est la suite logique du niveau 2 tout en continuant le travail sur le vocabulaire et la grammaire.

Cours de conversation

Ce cours s'adresse aux personnes qui ont une très bonne maîtrise de la langue italienne. Les participants sont en mesure de s'exprimer dans cette langue sur n'importe quel sujet. Ce sera un moment convivial pendant lequel les participants pourront exprimer leur point de vue sur des sujets différents. *Allora, ne vogliamo parlare insieme?*

Cette activité composée de 12 cours sera bimensuelle ; elle aura donc lieu une semaine sur deux.

LATIN – M. Yves MOREL

Ce cours est destiné aux étudiants ayant participé à celui de 2022-2023, mais également à toute personne intéressée par le latin. Il s'agit d'une initiation à la langue mais aussi à son histoire et à la civilisation.

On s'est aidé en 2022-2023 du manuel de la classe de Première (HATIER LATIN 1ère option et spécialité – Éd. 2020 – Collection Latin Lycée, ISBN : 978-2-401-06272-6 Code : 2862384), sans que les étudiants aient à l'acheter.

L'organisation du travail de l'année sera négociée dans les toutes premières séances en fonction du niveau des participants.

LITTERATURE ET ARTS

ARCHITECTURE ET STYLES – M. André CARDEUR

LES CLÉS POUR DÉCHIFFRER UN MONUMENT, OU COMMENT PASSER DE LA VISION MINIMALE AU PLAISIR DE LA VRAIE DÉCOUVERTE, PUIS À LA CONNAISSANCE ESTHÉTIQUE

Le nombre de médias consacrés à l'art et à l'histoire, qu'il s'agisse d'émissions télévisées, de films ou, encore, de magazines dédiés, témoigne de l'intérêt grandissant que nous portons au Patrimoine.

On assiste également à un accroissement de la fréquentation des sites historiques, des lieux culturels, des monuments, des séjours thématiques, des journées du patrimoine, etc...

Or, on peut parfois éprouver un sentiment de frustration face aux informations, souvent réductrices et confinant à l'anecdote, qui nous sont délivrées lors de la visite d'un monument ou d'un site.

Loin de tout exposé lourd et indigeste, ce cours vous apportera, à travers des présentations concrètes et vivantes des différents styles architecturaux, des éléments pour apprécier par vous-même et pleinement la richesse architecturale, culturelle et artistique d'un monument (palais, château, hôtel particulier, bâtiment industriel, gare, palais de justice, école, etc...).

Au fil de ses 12 séances d'une heure chacune, il vous fournira les clés pour décrypter ou lire simplement une œuvre architecturale et développer ainsi votre plaisir de sa découverte. Ce cours se veut avant tout être un manuel pratique de connaissances utilisables sur le terrain.

AUTOUR D'UN LIVRE – Mme Martine HOUTTEVILLE

« La lumière est dans le livre. Ouvrez le livre tout grand. Laissez-le rayonner. Laissez-le faire » - Victor Hugo

Lire ouvre de multiples portes : celles de la connaissance, du plaisir, de la détente, de l'évasion...

Lire offre un regard sur les autres, sur soi, sur le monde proche ou lointain.

Lire permet rencontres, identifications, découvertes...

L'échange que nous aurons dans le groupe sera éclairant, passionnant, excitant, enrichissant.

Programme du premier trimestre :

- Quand tu écouteras cette chanson Lola Lafon ;
- La femme et l'oiseau Isabelle Sorente ;
- Les vertueux Yasmina Khadra ;
- La brodeuse de Winchester Tracy Chevalier.

En pratique : 4 séances par trimestre. Une heure de discussion après une brève présentation du livre du jour que TOUS auront lu auparavant.

HISTOIRE DE L'ART - Mme Sarah HOURÇOURIGARAY

Cours 1

- Préhistoire.
- Antiquité : art égyptien, art grec, art romain.
- Moyen-âge : art musulman, art byzantin, art roman, art gothique.
- Renaissance ; Maniérisme ; Classicisme ; Baroque et rococo.
- Néo-Classicisme et Romantisme.

Les séances seront régulièrement ponctuées d'analyses d'œuvres.

Cours 2

- Réalisme : La vérité de l'art ?
- Une remise en question des codes académiques avec l'Art Moderne : Impressionnisme ; Cubisme ;
 Futurisme ; Expressionnisme ; Abstraction ; Dadaïsme ; Surréalisme ; Pop art ; Nouveau réalisme ; Art brut.
- La nouvelle relation entre la peinture et la photographie.
- L'art contemporain : l'artiste en lui-même.
- L'art et la mondialisation.

Les séances seront régulièrement ponctuées d'analyses d'œuvres.

Cours 3: Parcours d'artistes

Les séances présenteront tour à tour des artistes de toutes époques, et parfois des thématiques, afin de connaître et de comprendre leur parcours.

Cette approche propose d'apporter des connaissances et des outils offrant à la fois une compréhension et une réflexion plus approfondies sur un artiste, une perspective élargie pour mieux appréhender la production actuelle et une vision générale des enjeux intellectuels de l'art.

Quelques exemples :

- Carmontelle : quand l'image s'anime ou l'origine du cinéma ;
- Collaboration et co-création entre artistes ;
- Les artistes extra-occidentaux : l'œuvre et le monde / la mondialisation ;
- Sophie Tauber-Arp : la question de la présentation ;
- Sophie Calle : quand la vie intime nourrie la création artistique ;
- Tadashi Kawamata : habiter le monde.

HISTOIRE DE L'ART AU XVIème SIECLE - VISIOCONFERENCE

Par Mme Elisabetta DATURI

10 séances de 2 heures chacune

LE XVIème SCIÈCLE, LA PLÉNITUDE DE LA RENAISSANCE

- Léonard de Vinci et la naissance de la « Manière moderne » (deux séances);
- Les idées esthétiques de Michel-Ange (deux séances);
- Raphaël, Rome et le nouveau langage de la renaissance (deux séances);
- Venise : le Titien ;
- Venise : le Tintoret ;
- Le maniérisme et ses influences en Europe ;
- Les plus grands élèves de Raphaël.













HISTOIRE DES ARTS PLASTIQUES: LES GRANDES PROBLEMATIQUES - Mme Christine BEDEL

Cours 1

Constitué de 20 séances d'une heure chacune, ce cours abordera dans un premier temps des notions fondamentales en art puis, se focalisera sur différents thèmes transversaux.

Au titre des notions fondamentales, seront ainsi traités :

- L'art de composer ;
- La notion d'espace ;
- La couleur ;
- Les composants de la peinture ;
- Les supports ;
- La psychologie de la ligne ;
- Les proportions du corps humain ;
- Les proportions du visage (portraits) ;
- L'analyse d'œuvres.

Les thèmes transversaux étudiés dans ce cours seront :

- L'objet;
- Les natures mortes ;
- Les vanités ;
- Le mouvement ;
- La lumière ;
- L'art et la nature jusqu'au XXIème siècle ;
- L'art in situ, les lieux de l'art.

Certains thèmes tels que le mouvement, la lumière ou l'art et la nature seront développés sur plusieurs séances.

Cours 2

Comprenant 10 séances, toujours d'une heure, ce cours s'adresse prioritairement à celles et ceux qui ont assisté au cours précédent. Mais, il peut être suivi indépendamment de ce dernier.

Il y sera abordé les thèmes transversaux suivants :

- L'informel;
- Réalisme et hyperréalisme ;
- Bizarreries et étrangetés ;
- Les femmes artistes ont-elles leur place ?
- Le fait religieux, réalité et influences ;
- La médecine et les maladies dans l'art ;
- L'autoportrait, narcissisme ?
- Scènes de genre, mythologie et épopées : le monde des héros ;
- Les animaux dans l'art ;
- Le langage et le temps ;
- Référence ou citation ;
- La fenêtre, peinture et architecture.

Ce programme pourra être adapté en fonction des centres d'intérêts des participants.

LECTURE DE LA BIBLE – M. Gérard MEUNIER-HAUGUEL

Préambule:

Il est entendu que la Bible est un recueil de textes religieux dans un sens très large, voire sacrés pour certaines personnes parmi nous.

Si nous pouvons aujourd'hui lire la Bible, il est vrai que nous le devons pour une grande part à des religions qui l'ont produite, utilisée et transmise au fil des générations.

Cependant les textes bibliques font partie, depuis leurs origines, du patrimoine de l'Humanité, autant par leurs sources multiséculaires et multiculturelles que par les lectures extra-religieuses qui en ont été faites : artistiques, politiques, morales, théâtrales, etc...

Notre approche sera « laïque » : toutes les lectures, questions et interprétations seront légitimes, reçues, respectées et éventuellement débattues hors de tout souci dogmatique et de tout prosélytisme quel qu'il soit.

Démarche:

<u>Le but</u> premier de nos travaux sera d'offrir aux participants à ce parcours, quelles que soient leurs motivations, des outils puisque toute lecture autant que toute écriture est un travail.

Il s'agira que chaque personne puisse lire par elle-même les livres bibliques.

<u>Les participants</u> seront invités à lire avant chaque séance les passages que je proposerai d'aborder. Chacun notera très brièvement au fil de sa lecture ses points d'étonnements.

<u>Chaque séance</u> commencera par une mise en commun sans débat d'un de ses étonnements (et un seul !) pour que chacune et chacun puisse s'exprimer.

De mon côté, je proposerai un apport "théorique" : histoire du texte, milieu d'origine, auteurs, diverses interprétations au fil du temps.

Un débat organisé pourra suivre afin que chaque personne puisse "faire son miel" du travail commun pour trouver du goût à retourner aux textes bibliques.

En pratique, une séance mensuelle de deux heures permettant de ventiler raisonnablement lecture, échanges, apports et débats.

LITTERATURE – Mme Jessika BERTHE-SZARZINSKI

Vous aimez la littérature ? Goûter les grands auteurs mais aussi les belles plumes ?

Ce cours vous propose de travailler à partir de grandes thématiques qui vous seront présentées sous la forme de groupements de textes. Ceux-ci se constitueront autour de figures clés pour goûter des textes mais, ils pourront se développer également autour de thèmes transversaux comme la folie, la violence, la métamorphose, l'amour ou, encore, autour d'une période littéraire, d'un genre, d'un auteur. Des livres seront proposés à la lecture autour desquels nous échangerons.

Ce cours apportera (ou réactivera) une culture littéraire et donnera des clés pour comprendre et lire un texte, pour l'inscrire dans un contexte d'écriture et créer des échos avec d'autres œuvres.

Le programme sera entièrement renouvelé afin de permettre à tous les étudiants de l'année dernière qui le souhaitent de poursuivre leur parcours en littérature.

Il y sera en particulier ajouté, en ouverture des corpus proposés, une partie « art » (peinture, sculpture, cinéma, spectacle vivant...), qui permettra de tisser des liens avec les textes étudiés et de (re)découvrir des œuvres.

LITTERATURE DE JEUNESSE — Mmes Christiane DUPONT-LOLLIER et Martine HOUTTEVILLE

« Un livre pour enfants est un bon livre quand il est un bon livre pour tout le monde » François Ruy-Vidal, Éditeur et auteur

Contenu:

- La découverte d'une littérature qui s'adresse principalement aux enfants et aux jeunes : des bébés aux adolescents, mais aussi aux adultes : parents, grands-parents, enseignants, éducateurs... ;
- Une plongée dans un univers créatif foisonnant en perpétuelle évolution ;
- Une approche historique et un cheminement à travers des thématiques variées ;
- Un tour d'horizon des grands courants, des auteurs, illustrateurs, éditeurs....

En pratique:

- Deux regards croisés apportés par une animation assurée en alternance par deux intervenantes, Mmes
 Christiane Dupont-Lollier et Martine Houtteville ;
- 17 séances réparties d'octobre 2023 à juin 2024 ;
- Des cours durant 1 heure 30 ;
- Un nombre de participants n'excédant pas 20, si possible.

MUSICOLOGIE - M. Gilles BENOIT

Au cours de cette année 2023-2024, nous reprendrons l'approche historique et analytique de genres déjà abordés l'an passé :

- Les musiques pour clavier ;
- La musique symphonique ;
- L'opéra.

Nous étudierons toutefois ces genres de manière plus approfondie et depuis leurs origines respectives jusqu'à nos jours.

Nous aborderons également, en fin d'année, l'histoire du jazz, là aussi des origines jusqu'à aujourd'hui.

L'approche et l'étude de ces différents types de musique seront illustrées tout au long du cours par des exemples sonores et de nombreuses vidéos, tout comme en 2022-2023.

En pratique, 18 séances d'1h30 chacune.

ECONOMIE ET SCIENCES HUMAINES

DROIT CIVIL (INITIATION) - M. Philippe LECOUVREUR

Objectifs du cours : Après avoir rappelé les principes fondamentaux qui régissent le droit et décrit l'organisation judiciaire française, ce cours s'attache à analyser le cadre juridique de la responsabilité civile, tant contractuelle que délictuelle, qui nous concerne tous dans nos actions quotidiennes.

Les thèmes abordés sont traités en s'appuyant, notamment, sur le nouveau code civil et sur la jurisprudence.

THÈME 1: LES PRINCIPES FONDAMENTAUX DU DROIT

Thèmes	Sens et portée de l'analyse	Notions
1.1 Le droit, son rôle et ses principes	Ensemble de règles destinées à organiser la vie en société, le droit est un outil de régulation qui précise les droits et obligations des personnes juridiques. La règle de droit impose des contraintes d'usage des outils numériques supérieures à celles des outils traditionnels.	 Les caractères de la règle de droit; Le principe de neutralité technologique (la loi n'avantage aucune technologie); L'équivalence fonctionnelle (signature manuscrite ou électronique).
1.2 La personnalité juridique	Alors que l'identité des sujets de droit résulte de contraintes juridiques légales, le sujet de droit peut librement se constituer une ou plusieurs identités numériques.	 Les personnes dotées de la personnalité juridique ; L'identité numérique et sa protection.
1.3 Les sources du droit	Les règles de droit résultent de sources variées, de plus en plus nombreuses et dont le statut juridique diffère.	 Les sources du droit Hiérarchisation des sources (lois, décrets, ordonnances); Inflation normative; Internationalisation des sources (droit européen).
1.4 L'application des règles : l'organisation judiciaire	En cas de litige ou d'interprétation différente de la règle de droit, les personnes juridiques ont recours soit au règlement de leurs litiges de façon amiable, soit au service public de la justice selon des principes et des procédures définis.	 L'organisation judiciaire française. N'est traité ici que l'ordre judiciaire (civil et pénal). L'ordre administratif n'est évoqué que succinctement; Notions de procédures: voies de recours contentieuses et modes alternatifs de règlement des conflits (conciliation, médiation, arbitrage).
1.5 Le droit de la preuve	Afin de sécuriser les transactions ou/et de les authentifier, les personnes juridiques sont soumises à des obligations légales de preuves et utilisent des moyens de preuve.	Les différents modes de preuve ;Qui a la charge de la preuve ?

THÈME 2: LES CONTRATS

Thèmes	Sens et portée de l'analyse	Notions	
2 Les principes généraux	Les pourparlers constituent une étape de la période	Les pourparlers ;	
des contrats	précontractuelle durant laquelle les parties	La formation du contrat ;	
	négocient pour tenter de conclure un contrat. Le	 L'exécution du contrat ; 	
	contrat est l'expression de l'autonomie et de la	 L'inexécution du contrat. 	

volonté des parties ainsi qu'un instrument de
sécurisation des transactions. Le contrat crée un
lien juridique obligatoire et relatif dans le respect
de l'ordre public et des bonnes mœurs (art 6 du
code civil).
Les relations économiques entre partenaires privés
sont souvent inégalitaires : le droit cherche à
instaurer ou à restaurer un équilibre économique.

THÈME 3: LA RESPONSABILITÉ CIVILE ET PÉNALE

Thèmes	Sens et portée de l'analyse	Notions
3.1 La nature juridique de la responsabilité	La responsabilité civile est l'obligation de réparer un préjudice causé à autrui résultant soit de l'inexécution d'un contrat (responsabilité civile contractuelle), soit de la violation des droits d'autrui (responsabilité civile délictuelle) alors que la responsabilité pénale vise à sanctionner une personne qui commet une faute. La responsabilité contractuelle est engagée en cas d'inexécution d'une obligation, de retard dans son exécution ou de mauvaise exécution.	 Responsabilité civile contractuelle ; Responsabilité civile délictuelle ; Responsabilité pénale ; Action en responsabilité.
3.2 Les fondements de la responsabilité délictuelle	Dans l'esprit des rédacteurs du code civil, la responsabilité était fondée sur la faute. Le débiteur de la réparation devait être « coupable ». La jurisprudence a entrainé un mouvement d'objectivation de la responsabilité délictuelle qui conduit à la détacher de plus en plus de la notion de faute. La réparation n'exige plus une faute de la personne responsable.	La faute ;Le risque.
3.3 les conditions de la responsabilité délictuelle	Pour engager la responsabilité délictuelle d'une personne, il faut : Un dommage, Un fait générateur, Un lien de causalité entre le dommage et le fait générateur.	 Les dommages et les préjudices ; Les faits générateurs ; Le lien de causalité.

ECONOMIE – M. Philippe LECOUVREUR

Thème de l'année :

Les fondements du commerce international et l'internationalisation de la production.

Contexte et objectifs du cours :

La crise sanitaire que l'économie mondiale a traversée en 2020 a renforcé les critiques à l'encontre de la mondialisation. En France, la réindustrialisation de l'économie semble être une priorité nationale afin de relocaliser des activités et de rééquilibrer les échanges extérieurs.

À l'heure où l'intérêt du commerce international et de l'internationalisation de la production est plus discuté que dans l'immédiat après-guerre, il convient de s'interroger sur les raisons de leur développement, d'identifier le rôle des entreprises internationales et de comprendre le débat sur le libre-échange et le protectionnisme. Tel est l'objet de ce cours.

Thèmes	Notions
1.1 Comprendre le rôle des dotations factorielles et technologiques dans les échanges commerciaux et la spécialisation internationale	 Les théories des avantages absolus (Adam Smith) et comparatifs (David Ricardo) de coût peuvent expliquer la spécialisation des pays ; Des dotations factorielles peuvent expliquer les avantages comparatifs (Théorème H.O.S.); L'innovation et l'avance technologique peuvent expliquer les spécialisations internationales de certains pays.
1.2 Comprendre le commerce entre pays comparables	 L'importance des échanges entre pays développés ayant des niveaux de vie, des dotations factorielles et une productivité globale comparables; Le rôle de la demande de différence: différenciation horizontale et différenciation verticale; Les firmes multinationales (FMN) et les spécialisations fines.
2.1 L'aptitude d'un pays à exporter dépend de la productivité et de la compétitivité de ses firmes	 Les exportations dépendent d'une minorité de firmes, souvent les plus grandes ; De la productivité des firmes à leur compétitivité.
2.2 La recherche de la compétitivité pousse les firmes à internationaliser leur chaîne de valeur	 Une question fondamentale pour les FMN : Comment répartir leurs activités dans le monde ? L'importance de l'internationalisation des chaînes de valeur.
3.1 Le commerce international se traduit par des baisses de prix et une plus grande diversité de choix pour les consommateurs	 Les mécanismes en cause : accès à des produits moins chers et pression à la baisse des prix ; Quelques données statistiques : l'exemple de la France.
3.2 Les effets différenciés du commerce international sur les inégalités de revenu	 L'évolution des inégalités entre individus dans le monde; Le commerce international a permis de réduire les inégalités entre pays (exemple de la Chine); Le commerce international accroit les inégalités de revenu au sein des pays.
3.3 Faut-il rechercher le libre-échange ?	 Les avantages théoriques du libre-échange ; Les dangers du libre-échange (inégalités et mauvaises spécialisations).
3.4 Le protectionnisme est-il sans risque ?	 Les méthodes et l'objectif fondamental du protectionnisme; Protection des industries vieillissantes et des industries naissantes; Le protectionnisme et le risque de « guerre commerciale ».

GENEALOGIE – M. Robert GOULEY

Effectuer des recherches généalogiques et construire une histoire familiale avec méthode, tel est le but des rencontres proposées.

Mise en évidence des outils de travail :

- Cadre juridique des archives publiques ;
- Organisation et méthode de recherche, abréviations et vocabulaire, exploitation de documents familiaux ;
- Principales sources de recherches disponibles en archives départementales, communales, nationales, historiques et numériques;
- Découverte et travail de saisie sur logiciel de généalogie.

En pratique, des séances bimensuelles de deux heures chacune avec des démonstrations par vidéo projection, complétées, en début d'année, par deux séances dédiées spécifiquement à la mise à niveau des débutants.

GEOGRAPHIE HUMAINE – Mme Emmanuelle GERMANICUS

Notre regard et notre réflexion continuent d'explorer cette géographie humaine incontournable et de s'appesantir véritablement sur la géopolitique comme l'année passée. Nous reviendrons tout d'abord sur ce qui a fait débat durant l'été, puis nous redéfinirons avec précision ce qu'est la mondialisation en 2023 et achèverons notre étude sur les frontières commencée l'an dernier. Par la suite ? La gestion des déchets, le réchauffement climatique.... Il y a tant de thèmes possibles.

GEOPOLITIQUE DES ESPACES MARITIMES – VISIOCONFERENCE

Par M. Georges GERONDE

4 séances d'1h30 chacune

- Introduction au droit de la mer ;
- Le rôle des espaces maritimes dans les relations internationales ;
- Géostratégie des espaces maritimes ;
- Les îles éparses, une France lointaine, méconnue et convoitée.

HISTOIRE – M. François GORAU

Ce cours comprendra en 2023-2024 18 séances d'une heure chacune et portera sur la constitution des empires européens, XVIème-XIXème siècle.

HISTOIRE CONTEMPORAINE – Mme Emmanuelle GERMANICUS

Si l'histoire des sociétés, de la guerre et de la paix au XXe siècle nous était contée... tel est le sujet, particulièrement vaste et parfois complexe, de ce moment d'histoire partagée avec vous. Une histoire aux multiples facettes, faite de catastrophes, de trêves, d'espoirs déçus... Car, force est de constater que, durant tout ce XXe siècle, la guerre est l'horizon des sociétés. Fruit de sources protéiformes, elle bouleverse nos sociétés jusqu'à les déshumaniser, modifie la physionomie des États...

Cours 1

Guerre et paix de 1919 à 1950.

Cours 2

Guerre et paix de 1945 aux années 1980.

HISTOIRE DE LA PHILOSOPHIE – M. Nicolas SOKOLOFF

Quelles sont les origines et quelles sont les frontières de la philosophie ?

Lors de cette nouvelle année, nous continuerons d'explorer la pensée philosophique occidentale.

Y a-t-il continuité de Parménide à Jean-Luc Nancy ? Où se situent les points de rupture ? Qui sont et que nous disent ces penseurs qui remirent en question cette continuité ou qui la prolongèrent ?

Nous essaierons de présenter ces questions et les approches proposées au fil des siècles en montrant l'importance de ces successions de pensées qui ouvrent à la question suivante, en suivant Émile Bréhier :

« Peut-on parler d'une évolution régulière ou d'un progrès de la philosophie ? »

Comprendre l'histoire des philosophes et des systèmes philosophiques occidentaux sera notre fil directeur.

Aucun prérequis n'est nécessaire pour suivre ce cours.

Je ferai, lors des premières séances, un rapide rappel des auteurs et notions étudiés au cours de l'année dernière.

J'utiliserai quelques ouvrages de référence dont les principaux sont :

- Émile Bréhier, *Histoire de la philosophie*, PUF Quadrige manuels, août 2021;
- Jurgen Habermas, Histoire de la philosophie, tome 1, Gallimard, nrf essais, octobre 2021;
- Robert Blanché, Jacques Dubucs, La logique et son histoire, Armand Colin, décembre 1996;
- Platon, œuvres complètes, sous la direction de Luc Brisson, Flammarion, 2016 ;
- Baruch Spinoza, œuvres complètes, traduction et commentaires de Roland Caillois, Madeleine Francès et Robert Misrahi, Bibliothèque de la Pléiade, Numéro 108, 1955-2018. (À noter, une nouvelle version portant toujours le numéro 108, publiée en 2022 sous la direction de Bernard Pautrat);
- Emmanuel Kant, Œuvres complètes en trois volumes, sous la direction de Ferdinand Alquié, Bibliothèque de la Pléiade, 1980 ;
- Arthur Schopenhauer, Le monde comme volonté et comme représentation, préface Clément Rosset, PUF
 Quadrige, 2018.

L'acquisition de ces ouvrages n'est aucunement obligatoire, celui d'Émile Bréhier étant le plus utilisé.

Cependant les lectures du *Ménon* de Platon, du *Traité sur la réforme de l'entendement* de Spinoza et de *Qu'est-ce que les Lumières ?* d'Emmanuel Kant sont recommandées pour les auditeurs en ayant le courage et le temps.

Des textes vous seront fournis sous format PDF par envoi électronique.

HISTOIRE DES NORMANDS – VISIOCONFERENCE

Par M. Philippe DUVAL

5 séances d'1h30 chacune

- L'extraordinaire destin de Frédéric II, dernier roi normand de Sicile et empereur du Saint Empire Romain Germanique (XIIIème siècle);
- Richard I^{er} dit Cœur de Lion, roi d'Angleterre, duc de Normandie et d'Aquitaine... le roi chevalier (XII^{ème} siècle);
- La Normandie dans la guerre de cent ans (XIVème et XVème siècles);
- Jeanne d'Arc, au cœur des passions politiques et religieuses françaises ;
- Les noms de famille de Normandie.

HISTOIRE DES RELIGIONS - M. Denis PRIZE

Dans un premier temps, ce cours achèvera notre étude de l'Islam en décrivant et analysant les différences entre Islam sunnite et Islam chiite. Puis, cette année 2023-2024 sera consacrée à Confucius et au Taoïsme.

En pratique, une séance d'une heure toutes les deux semaines.

HISTOIRE DES RELIGIONS (APPROCHE) – VISIOCONFERENCE

Par M. Stéphane Encel

7 séances d'1h30 chacune

POUR UNE APPROCHE DE L'HISTOIRE DES RELIGIONS

Qu'est-ce qu'une religion ? Dans un monde de l'imprécision et de la culture de l'instant, une histoire des religions ne peut faire l'économie d'une tentative de définition, ne serait-ce que pour éviter les malentendus : religion, foi, secte, dieu, divinité, spiritualité, superstitions...Que de mots et de concepts! Pratiques, ils ne sont pas interchangeables, et surtout aux contours, finalement, relativement flous ? Peut-on même s'entendre sur ce qu'est une religion ?

Le judaïsme ancien : des origines au 2ème siècle de notre ère. Sur plus d'un millénaire, le judaïsme s'est lentement élaboré, structuré, mais dans une incroyable richesse, offrant au monde bien des fondations – monothéisme, Dix commandements, prophétisme, grands mythes... – et des fondateurs – Abraham, David, Salomon, Jérémie, Isaïe, Judith, Esther...Souvent angle mort de l'histoire, ce millénaire du judaïsme ancien est pourtant crucial.

Le judaïsme du moyen âge à nos jours. Survivre aux catastrophes – persécutions, expulsions, ghettoïsations – et pourtant toujours revivre dans une dynamique sans cesse renouvelée. Le judaïsme est incontestablement un défi à toute philosophie de l'histoire, à toute catégorisation, à la pensée, qui, selon la formule de Léon Poliakov, « exclut l'indifférence ».

Le christianisme : comment être le « second-premier » ? Les défis du christianisme naissant ont été gigantesques. Né du judaïsme, cette foi qui prend appui sur des bases anciennes pour annoncer un autre avenir, va mettre des décennies à se définir. De la clandestinité, des persécutions à l'exercice du pouvoir dans le plus grand empire du monde, le christianisme doit régulièrement se penser pour avancer dans une tension entre la conservation d'une Parole originelle et la nécessaire adaptation à un monde en mutation.

Le christianisme au pluriel. L'orthodoxie et le protestantisme illustrent l'impossibilité de penser le message christique de manière uniforme. Du XVIème siècle à aujourd'hui, le christianisme présente des visages multiples, face à la montée d'oppositions toujours plus fortes, de l'humanisme et des Lumières au grand mouvement de déchristianisation et au désenchantement du monde.

L'islam: un défi au monde. Dernière révélation, né dans un milieu à la fois polythéiste et marqué par l'influence de judaïsme, associant dès son origine la religion au politique, étendant en deux siècles son pouvoir sur de gigantesques territoires, l'islam a des spécificités en tout point hors normes, jusqu'aux défis du modernisme qui lui posent des questions existentielles pour lui et le rapport à l'Autre.

L'avenir du religieux. Entre technologisme, crise démocratique, défis environnementaux, désenchantement du monde, où se situent les monothéismes ? Il faut gérer le dialogue intra-religieux, entre des franges parfois très conflictuelles en leur sein, le dialogue avec les autres religions monothéistes mais aussi polythéistes — qui composent la moitié du monde et ont toujours été déconsidérées...Et surtout penser un avenir qui manque d'horizons, parce qu'en manque de sens et de valeurs.

PHILOSOPHIE - M. Philippe REPERANT

Pour la rentrée 2023, j'ai choisi d'aborder en lecture philosophique suivie un petit ouvrage de Hannah ARENDT intitulé « *Considérations morales* » et publié aux éditions Rivage.

Il s'agit en particulier d'une réflexion sur le « mal radical », question que l'auteure a déjà eu l'occasion de rencontrer au cours de ses célèbres analyses sur le totalitarisme au sortir de la 2^{ème} guerre mondiale, puis lors de la couverture du procès de Eichmann à Jérusalem pour le journal américain, le New Yorker. Dans le texte précis que nous lirons, elle revient sur ces mêmes enjeux, en convoquant aussi bien la faculté de juger dans la philosophie kantienne que la maïeutique socratique.

PHILOSOPHIE: LA SENSIBILITÉ - VISIOCONFERENCE

Par M. Florian VILLAIN-CARAPELLA

8 séances d'1h30 chacune

LA QUESTION DE LA SENSIBILITÉ: À quoi sommes-nous vraiment sensibles?

Bien qu'ils n'en aient pas toujours fait le thème principal de leurs œuvres, tous les plus grands philosophes ont porté une attention particulière à nos sens, aussi bien nos sens externes, transmetteurs de nos sensations, que nos sens internes, par lesquels nous éprouvons notamment sentiments et émotions – sans oublier ceux dont on doit la récente découverte aux neurosciences.

Certains paraissent leur avoir accordé la plus grande méfiance, d'autres leur ont réservé la place la plus cruciale. Mais aucun grand penseur ne les a véritablement négligés ni dénigrés. Cela tient peut-être au fait que la sensibilité est constitutive de ce qui définit en profondeur notre humanité, dans la mesure où c'est bien de la sensibilité que semblent dépendre nos possibilités autant que nos limites.

Voilà sans doute pourquoi cette question devient incontournable dès lors que nous cherchons à mieux comprendre non seulement ce que nous pouvons connaître, mais également ce qui nous plait ou nous inspire de l'aversion, voire même ce qui nous indigne. De sorte que, à travers cette élucidation de la part sensible de nous-mêmes, nous pourrons croiser des problèmes aussi variés que ceux qui sont au cœur de la théorie de la connaissance, de l'esthétique et de la théorie des arts, ou encore, de l'éthique et de la morale

PÔLE ECONOMIE - VISIOCONFERENCE

Par Mme Isabelle LEBON, M. Jean BONNET et M. Daniel FLEUTOT

6 séances d'1h30 chacune

- L'inflation;
- Le développement durable ;
- Les États-providence (quatre séances).

SCIENCES ET TECHNIQUES

AERONAUTIQUE – M. Philippe FAUVEL

Présenter le monde de l'aéronautique dans sa totalité serait un travail ardu tant d'événements techniques, humains, politiques, stratégiques ou encore commerciaux l'ont façonné.

De Léonard de Vinci à aujourd'hui, ce n'est pas moins de 500 ans de travaux de recherche pour faire de l'avion un moyen de transport sûr et rapide.

Le défi d'aujourd'hui est de taille : mettre en service des aéronefs « écologiques ».

Ce cours se propose, à travers une approche à la fois historique et technique, de retracer les événements (records, raids...), les mutations technologiques (le réacteur, le vol supersonique...), les développements des indispensables aides terrestres (météo, navigation aérienne, aéroport, maintenance...) qui ont marqué l'aviation depuis ses prémisses jusqu'à nos jours.

Toutes ces thématiques seront présentées sous une forme accessible à toutes et à tous. De plus, des compléments seront les bienvenus de la part de l'auditoire.

















BIOLOGIE – Mme Véronique BOUTROIS

Ce cours, constitué de 14 séances d'1h30 chacune, débutera en janvier 2024.

Après une présentation des différents niveaux d'organisation du corps humain, nous y étudierons dans un premier temps la cellule afin de mieux connaître cette unité de base du monde vivant : sa structure, ses molécules, sa fonction, sa reproduction.

Puis, dans un second temps, nous analyserons quelques grandes fonctions de notre organisme telles que, par exemple, l'excrétion ou la régulation de l'homéostasie.

INFORMATIQUE – Mme Marie-Claire MALLET-TAILLIS

Ce cours comprend deux modules constitués, chacun, de 7 séances d'1h30 :

- Un module d'initiation ouvert à un seul groupe de 10 participants au maximum ;
- Un module de perfectionnement proposé, dans les mêmes conditions de contenu et de durée, à deux groupes accueillant chacun au plus 10 participants.

Il vous est possible de vous inscrire à la fois au module « initiation » et à l'un des cours de perfectionnement.

Pour vous permettre de progresser dans votre propre environnement informatique, vous pourrez, si vous le souhaitez, suivre ces modules en utilisant votre ordinateur portable personnel sous réserve qu'il fonctionne sous Windows 10 ou Windows 11. Si vous préférez, vous pourrez recourir au parc de six ordinateurs sous Windows 10 dont nous disposerons.

À l'issue de chaque séance, des fiches de synthèse vous seront communiquées afin de vous permettre de revoir certaines procédures. De plus, vous aurez accès, pour vous aider et vous entrainer, à des vidéos développées par l'intervenante sur Youtube.

Module « Initiation »:

- Echanges sur les interrogations, les utilisations et les besoins de chaque participant;
- Présentation générale de l'ordinateur ;
- Utilisation de la souris et du clavier : clics, double-clics, défilement, raccourcis clavier de base ;
- Se retrouver sur le « Bureau », les icônes, la barre de tâches ;
- Utiliser les paramètres pour personnaliser son ordinateur, retrouver les périphériques, les mises à jour...;
- Découvrir où sont classés les dossiers, les photos, où se trouve la zone de téléchargement pour ne pas perdre les documents téléchargés depuis internet ou ses mails : comprendre la logique « Windows » avec l'explorateur de fichiers ;
- Se connecter au Wifi, les bases de la sécurité lorsqu'on se connecte à un réseau public, apprendre à faire un partage de connexion avec son smartphone ;
- Internet : apprendre les bases, quel navigateur choisir, savoir gérer les « fenêtres » pour naviguer aisément d'un site à l'autre ;
- Comment optimiser ses recherches, taper les bons mots clés, enregistrer ses favoris, télécharger un document;
- Créer un espace en ligne sur un site du gouvernement, créer un mot de passe ;
- Le B-A BA de la boîte mail : ouvrir sa messagerie, répondre à un mail, écrire un nouveau mail, mettre une pièce jointe ;
- Pack Office/Libre Office :
 - découverte du traitement de texte,
 - découverte du tableur.

Module « Perfectionnement »:

- Internet : comment paramétrer son navigateur, gérer ou non ses mots de passe, effacer l'historique de navigation pour être moins ciblé(e) par les publicitaires ;
- Les extensions du navigateur : comment les trouver, les télécharger ; Installer un bloqueur de publicités ;
- Notions sur le RGPD, connaître ses droits en tant qu'internaute ;
- Être vigilant en naviguant, en achetant sur internet et en utilisant sa messagerie ; Identifier les techniques des pirates informatiques, que faire en cas d'attaque ; Apprendre à sauvegarder ses dossiers ;
- Créer ses dossiers, réfléchir à son système digital de classement et avoir une arborescence personnalisée ; Nommer, renommer, déplacer, supprimer un dossier ;
- Messagerie: paramétrer sa boîte mail, créer des libellés/dossiers selon le fournisseur d'accès, classer ses mails, retrouver facilement un mail, créer une liste de contacts, ajouter une signature, mettre un message d'absence...;
- Pack Office/Libre Office :
 - utilisation du traitement de texte,
 - utilisation du tableur;
- Phobique des mots de passe ? Découvrez « Franceconnect » : test sur le site tele7.interieur.gouv.fr pour connaître son solde de points sur son permis de conduire sans créer d'espace clients.

NUTRITION – Mme Sylvaine PICHELOT

LA SANTÉ PAR L'ALIMENTATION : Principes de prévention

« Que la nutrition soit ta première médecine » Hippocrate (Médecin grec de l'Antiquité)

Se nourrir... Manger... Se faire plaisir tout en prenant soin de sa santé...

Un défi? Non, un jeu!

Dans ce cours, nous étudierons les grandes familles d'aliments (Glucides, Protides, Lipides) et l'équilibre vers lequel tendre pour éviter certaines pathologies et améliorer sa santé.

Nous explorerons des idées de menus adaptés à chaque saison.

Puis, certains points seront abordés de façon plus précise en lien avec l'actualité :

- Les besoins en calcium, fer, vitamines et les façons de les couvrir ;
- Les spécificités des fibres alimentaires, nitrates/nitrites, etc...;
- Les interactions entre les nutriments ;
- Les principes de prévention et de gestion par l'alimentation :
 - du vieillissement cérébral,
 - de certaines pathologies psychologiques dont le stress,
 - de quelques pathologies ostéo-articulaires comme les lombosciatalgies ;
- La prévention au sens large, selon les voies d'entrée dans l'organisme humain, des risques présentés par certaines substances toxiques comme les métaux lourds par la voie alimentaire.

Le tout agrémenté d'anecdotes croustillantes comme la légende de Popeye, les relations café-tabac...et autres ! Bon appétit !

Ce cours sera proposé, dans des conditions identiques de durée et de contenu, à deux groupes d'étudiants.

*ŒNOLOGIE – M. Jean BOUCHEREAU

Quatre séances d'1h30 comprenant chacune une heure de théorie et une demi-heure consacrée à la dégustation de trois ou quatre vins (une participation financière entre 4 et 5 € environ est à prévoir).

Les thèmes abordent le monde viti-vinicole dans sa globalité, de la plante jusqu'à la législation du produit fini en passant par la physiologie du goût et l'étude des régions viticoles.

PÔLE SCIENCES: HASARD ET DETERMINISME DANS LES SCIENCES - VISICONFERENCE

Par Mmes Annick GUIGNE, Annick ROUSSIERE et MM. Guy CHERBIT, Godefroy KUGEL, Jean-Pierre RAME 16 séances d'1h30 chacune

N°C	Date	Intervenant	Titre de la conférence	Thématique
0	18/10/23	Tous	Présentation des contenus du cycle de l'année	
1	08/11/23	Godefroy KUGEL	Lois physiques et constantes fondamentales : le déterminisme classique « laplacien »	Physique 1
2	15/11/23	Annick GUIGNE	Les bizarreries des multiples liaisons dans la matière	Chimie 1

^{*} Avec participation financière.

3	22/11/23	Annick ROUSSIERE	Propriétés générales de la théorie des probabilités : peut-on quantifier l'imprévisible ?	Maths 1
4	29/11/23	Guy CHERBIT	Le hasard quantique est-il dû à l'inexistence de causes ou à leur méconnaissance ?	Physique 2
5	06/12/23	Jean-Pierre RAME	L'union fait la force : règne des protistes, premiers multicellulaires, l'aléatoire dans l'évolution des cellules	Biologie 1
6	13/12/23	Godefroy KUGEL	Congrès Solvay 1927 : les dés d'Einstein et le chat de Schrödinger, naissance du quantique	Physique 3
7	10/01/24	Guy CHERBIT	La mesure en physique est-elle soumise au hasard?	Physique 4
8	17/01/24	Annick GUIGNE	Merveilleuse nature : « intuition et audace »	Chimie 2
9	24/01/24	Jean-Pierre RAME	Les cellules de métazoaires : différentiation cellulaire, connexions et communications, part du hasard, darwinisme cellulaire	Biologie 2
10	31/01/24	Annick ROUSSIERE	Les principaux modèles théoriques des lois des probabilités	Maths 2
11	07/02/24	Godefroy KUGEL	Les bizarres turpitudes des fentes d'Young : onde ou corpuscule	Physique 5
12	14/02/24	Annick GUIGNE	La « magie » des réactions chimiques	Chimie 3
13	21/02/24	Jean-Pierre RAME	L'avènement des tribloblastiques : organisation, explosion cambrienne, lignée de métazoaires, crise biologique des métazoaires, les survivants : hasard, stratégie	Biologie 3
14	13/03/24	Annick ROUSSIERE	Statistiques et probabilités : « l'œuf et la poule ! »	Maths 3
15	20/03/24	Guy CHERBIT	L'évolution de l'Univers est-elle dû au hasard ?	Physique 6

*ZYTHOLOGIE – M. François-Xavier BAUDRY

Le nombre de microbrasseries en France a explosé depuis plusieurs années. Elles proposent une gamme de bières toujours plus riche et diversifiée. Il n'y a plus aucun doute, la révolution de la bière artisanale est en marche. Cette révolution bien que relativement récente s'inscrit dans une histoire vieille de plusieurs millénaires. IPA, Gueuze, NEIPA, Sour, Baltic Porter... Il existe de nombreux styles de bières, chacun prenant racines dans une histoire, un terroir, une culture. Il est parfois difficile de s'y retrouver et d'y voir clair.

Venez découvrir ou redécouvrir quelques styles emblématiques d'hier et d'aujourd'hui, à travers les quatre séances thématiques d'1h30 chacune de ce cours d'initiation à la zythologie qui mêle histoire et dégustation (trois à quatre bières en fonction du thème pour une participation financière aux alentours de 6 à 8 €).

^{*} Avec participation financière.

ATELIERS D'EXPRESSION

ART DE CONTER – Mme Christiane DUPONT-LOLLIER

Objectifs:

- Une sensibilisation à l'expression par le conte pour les débutants et un approfondissement pour les personnes ayant déjà une certaine pratique dans le domaine ;
- Des mises en situation et un partage au sein du groupe.

Contenu:

- Comment et pourquoi choisit-on un conte ?
- Comment se retrouver dans la multitude des contes (types, origines, versions, teneur comique ou dramatique...) selon ses envies et ses aspirations ?
- Comment conter à travers une approche des techniques ?
 - « L'appropriation » d'un conte, c'est-à-dire l'action qui consiste, en partant d'un texte écrit, à se le représenter et à le mettre en forme avec ses propres mots et les images qu'il nous inspire. Cette action permet de renouer avec l'oralité, vecteur de transmission des contes depuis la nuit des temps;
 - Le rythme du récit ;
 - La création d'une ambiance, pour captiver un auditoire, par l'adoption de postures (importance de la gestuelle);
 - Bien démarrer et conclure un conte ;
 - Savoir ménager des silences et relancer l'attention de son auditoire par l'adoption de formules répétitives, de passages chantés ou autres (à l'appréciation de chacun).

Démarche:

- Pour la première séance, chaque participant choisira un conte court (maximum 10 minutes) qu'il présentera de façon succincte sans le conter;
- Chaque séance sera ensuite scindée deux parties :
 - Un temps de contage individuel : un ou des participants sera (seront) amené(s) à conter devant les autres. Le ou les contages du jour fera (feront) l'objet d'un échange entre les participants (réactions, « critiques ») coordonné par l'animatrice qui conseillera et donnera des pistes pour progresser. Cet échange sera bienveillant et visera à enrichir la pratique des uns et des autres. Il ne s'agira en aucun cas de juger, mais au contraire d'être attentif aux réflexions de chacun et de passer un bon moment, constructif certes, mais toujours dans la convivialité et la bonne humeur ;
 - Un temps d'exercices proposés par l'animatrice et pratiqués en commun, sous la forme de jeux divers.

En pratique:

- 16 rencontres réparties d'octobre 2013 à juin 2024 ;
- Des séances durant 2 heures ;
- Un nombre de participants strictement limité à 10, compte tenu de la nature de l'atelier basé sur la prise de parole et l'écoute de chacun.

ARTS PLASTIQUES 1 ET 2 – Mme Fabienne ABEL

Ce cours est proposé dans des conditions similaires de contenu et de durée à deux groupes d'étudiants.

Constitué d'une séance de 2 heures par semaine, il s'adresse à toute personne désirant développer sa pratique des arts plastiques.

Diverses techniques y sont mises en œuvre : peinture acrylique, aquarelle, collage, etc...

Les thèmes abordés sont renouvelés chaque année en s'inspirant le plus souvent d'artistes contemporains. Il est laissé libre cours à la créativité.

En 2023-2024, ce cours s'organisera autour des cinq sujets ci-après, à chacun desquels il sera consacré environ quatre semaines.

1^{er} sujet : Le blanc

Le blanc est une couleur à part entière. Il symbolise la spiritualité, mais également la paix, la sagesse et la connaissance. Il est utilisé pour transmettre la compassion, l'esthétisme, la perfection, la propreté.

En recourant à toute technique de votre choix, vous assortirez différentes nuances de la couleur blanche pour créer du relief et de la profondeur.

Artistes de référence : Kasimir Malevitch, Lucio Fontana, etc...

2ème sujet : La réinterprétation d'une œuvre

Vous vous réapproprierez de façon abstraite ou figurative une œuvre de votre choix.

Format : 50x70 cm sur le support qui vous convient (médium, carton toilé, toile, aquarelle).

3ème sujet : Le graphisme naïf animé par une explosion de couleur

Vous mettrez en scène et donnerez vie à des personnages ou des animaux avec des poses très expressives.

Format: 40x40 cm médium.

Artiste de référence : Muriel Matt, autodidacte française qui a fait sienne la devise « Peindre l'âme, étreindre la vie ».

4ème sujet : Un animal à la manière d'Éric Abel

Vous composerez un animal de votre choix avec des couleurs vives et des motifs géométriques dans un style organique et tribal.

Format: 50x70 cm ou 60x80 cm sur toile ou médium.









5^{ème} sujet : Le Pop Art

Portrait bleu, beige, rouge en référence à Frank Shepard Fairey « Hope » Obama.



ARTS PLASTIQUES: DECOUVERTE DES TECHNIQUES – Mme Sandrine BESNARD

Vous avez envie de consacrer du temps aux arts plastiques, mais n'avez pas encore découvert la technique dans laquelle vous allez vous épanouir.

En vingt séances de 2 heures chacune, ce cours de découverte des arts plastiques va vous y aider. Vous y travaillerez l'aquarelle, la peinture à l'acrylique, à l'huile, au couteau, les pastels, secs au crayon conté ou à l'huile, ou encore la linogravure pour réaliser des estampes à l'infini, le modelage sur argile ou la sculpture au fil de fer.

En pratique, ce cours est strictement limité à 14 participants.

ATELIER DE CHANT – Mme Sylvie LAIGNEAU

Chanter, tout le monde peut le faire.

Chanter est une activité humaine très ancienne qui a toujours existé. Dans certaines cultures, on chante pour célébrer des êtres divins, dans d'autres on chante pour transmettre une histoire. On peut aussi tout simplement chanter pour se faire plaisir. Car oui, chanter nous fait du bien au moral. C'est aujourd'hui largement prouvé par la communauté scientifique. Le chant permet de libérer ses émotions, d'entretenir son souffle, de se détendre. Il peut également aider à vaincre sa timidité en incitant notamment chacun à prendre davantage confiance en lui. Alors pourquoi s'en priver ?

Si l'on ne connaît rien au chant, que l'on n'a jamais vu de partition de sa vie et que l'on ne comprend rien au solfège, pas de panique ! Il est possible de s'inscrire dans l'atelier, je ne demande aucun prérequis, ni aucune technique vocale particulière. C'est avant tout de la motivation, et elle sera renforcée par la dynamique du groupe.

Cet atelier est proposé dans des conditions identiques de durée et d'organisation à deux groupes d'étudiants.



ATELIER D'ECRITURE POETIQUE ET FANTAISISTE - M. Maurice GUINDE

À partir d'un poème, d'une prose poétique ou fantaisiste, d'une chanson, d'une histoire drôle, d'une photo...on dégage quelques techniques d'écriture, de style, à partir desquelles chacun rédige un texte personnel qui sera lu aux autres étudiants à la séance suivante et commenté avec bienveillance. Il s'agit avant tout de susciter la créativité, l'analyse personnelle et de partager.

On peut aussi écrire, en séance, des textes courts (genre haïkus, coplas...) ou des ébauches de texte à peaufiner chez soi.

À la fin de l'année, les textes sont regroupés dans un florilège : « Plaisir de plume ».

Les séances sont de 2 heures toutes les 2 semaines en alternance avec celles de l'atelier « Jouer avec la langue française ».

**CUISINE GASTRONOMIQUE— M. Vincent DELACOUR

Cours réalisé par Vincent Delacour, professeur de Cuisine au Lycée Hôtelier Marland.

Six séances de 3 heures chacune : menus et planning établis en septembre.

Les séances sont indépendantes les unes des autres : il n'y a pas de progression établie.

^{**} Activité entièrement payante : 162 € pour 6 séances.

Le coût de ces cours sera pour cette année 2023-2024 de 162 euros.

Deux participants de ces cours à tour de rôle, se chargent d'acheter les ingrédients pour tout le monde et se font rembourser par le référent du comité de gestion qui participe au cours. Chaque personne quitte le cours en emportant deux parts de chaque plat confectionné pendant la séance, à savourer chez soi.

ATTENTION: compte tenu du nombre réduit de places (12), il est nécessaire d'opérer une rotation parmi les élèves. En conséquence, les personnes ne peuvent s'inscrire deux années consécutives.

ECHECS - M. Michel LEMONNIER

Il ne suffit pas d'être en possession d'un Bac +5 pour jouer aux échecs!

Il faut avoir envie de connaître ce jeu qui, vu de l'extérieur, peut paraître compliqué, voire rebutant. Il n'en n'est rien.

Ce cours est réservé aux personnes qui ne connaissent pas du tout ou très très peu les échecs pour égaliser les niveaux des participants. Au début, il s'agira d'une initiation et par la suite d'un perfectionnement...

L'approche sera progressive et les informations seront répétées en cas de mauvaise compréhension. Il n'y a pas de honte à poser une question.

Vous vous familiariserez avec le vocabulaire des échecs pour que l'on parle le même langage.

Un groupe de 20 personnes au maximum.

Sauf en cas de force majeure, essayez d'être présents à chaque séance.

A la fin de l'année, vous saurez jouer et c'est le but recherché.

Les années précédentes, les retombées ont été positives.

ECRITURE MUSICALE (INITIATION) - M. Olivier NIVET

Une aventure musicale : la mélodie, votre mélodie.

« Tout le monde a une mélodie en tête, la fredonne, le chante, la joue ».

Inventer une mélodie avec comme point de départ une partition vierge. Pas complètement puisqu'il y a des lignes et des interlignes qui ne demandent qu'à être remplies. C'est la magie de l'écriture et de son pouvoir, la possibilité de réinitialiser ce que l'on a appris ou cru apprendre.

Vous pratiquez ou avez pratiqué un instrument pendant quelques années. Vous avez des notions de solfège mêmes lointaines (la tonalité et les intervalles).

Vous êtes suffisamment motivés pour travailler un peu chez vous entre les cours.

Venez vous initier à la composition musicale à travers l'apprentissage de l'écriture de mélodies.

En pratique :

- Des séances bimensuelles d'1h30 chacune ;
- Un nombre de participants limité à 7.

En cliquant sur le lien https://youtu.be/pnnN22mUF1M?si=8VVgxWaam1, découvrez une composition de M. Olivier, Compositeur et pianiste professionnel.

JOUER AVEC LA LANGUE FRANÇAISE – M. Maurice GUINDE

« Jouer avec la langue française » à partir de fiches de travail individuelles, de dictées adaptées, de sketches ou d'histoires humoristiques (matière à rire et sourire), de textes d'auteurs et surtout d'humoristes présentant un style et des constructions de phrases particulières qui pourront être réutilisées dans de brèves imitations « À la manière de... ». Des révisions grammaticales (valeur des modes et des temps, figures de style ...) sont également proposées.

Cet atelier se veut avant tout ludique et créatif, sans prise de tête dans une ambiance conviviale. Les séances sont de 2 heures toutes les 2 semaines en alternance avec celles de l'atelier d'écriture poétique et fantaisiste.

*POTERIE – M. Brigitte KEMPENERS

Strictement limité à un effectif de 8 participants, cet atelier se déroule sur 12 séances de 2 heures chacune au cours desquelles, à partir de thèmes de modelage ou de décor proposés par l'animatrice, vous serez conduit à :

- créer des objets décoratifs ou utilitaires en terre en recourant à différentes techniques : plaques, colombins, formes tirées ou modelage ;
- les poncer et définir des décors ;
- les peindre aux engobes sur pièce crue.

L'émaillage final et les différentes cuissons seront gérés par l'animatrice qui vous fournira également le matériel et les matériaux, notamment la terre et les peintures.

Vous conserverez les objets que vous aurez fabriqués.

Une participation financière d'environ 9 € par séance vous sera demandée pour couvrir les frais engagés par l'animatrice (terre, fournitures, engobes, cuissons).

PRATIQUES THEATRALES - M. Hugues YACKS

Dans cet atelier, vous aller débuter le théâtre en douceur, mais vous aller apprendre à vous surpasser. Vous allez apprendre l'improvisation, à vous amuser en jouant des personnages dans des situations diverses et à approcher des textes contemporains ou classiques tout en vous distrayant.

Nous aborderons les aspects les plus importants du travail d'acteur :

- La diction;
- Le déplacement ;
- La plastique ;
- Le travail sur le texte ;
- La composition du personnage ;
- L'interprétation.

Un objectif: Pratiquer un art qui permet de s'exprimer devant des gens.

En pratique :

- Une périodicité hebdomadaire ;
- Des séances durant 2 heures ;
- Un nombre de participants limité à 20.

^{*} Avec participation financière

**SCULPTURE SUR BRONZE – M. Souleymane TRAORÉ

Initiation à la sculpture sur bronze : 10 personnes.

Ce stage se déroule sur 2 samedis consécutifs (journée entière, prévoir son piquenique).

L'animateur fournit tout le matériel nécessaire : cire d'abeille, argile, bronze, creuset et bois pour la coulée, outils. À chaque participant de penser à la sculpture qu'il souhaite réaliser, pas trop compliquée pour la première réalisation et de dimension 20 cm maxi pour une sculpture finale qui pèsera 2 kg au maximum.

Ce stage coûte 240 euros par personne et chacun emporte sa création.

Une demi-journée supplémentaire pour apprendre à appliquer une patine sur un bronze est, en outre, proposée aux participants qui le souhaitent. Le coût total du stage est alors porté à 290 euros.

SECOURISME - M. Yann HELARY

Organisé en partenariat avec la Société Nationale des Sauveteurs en Mer (SNSM), dispensé par un intervenant titulaire du certificat de compétences de formateur en prévention et secours civiques et **limité à un maximum de 10 personnes**, ce cours, constitué de trois séances de 3 heures chacune, vous permettra d'acquérir et de maîtriser les premiers gestes d'urgence à accomplir pour secourir une personne en situation de détresse physique.

Il y sera ainsi traité:

- de la place du citoyen dans la sécurité civile ;
- de l'alerte et de la prévention des populations ;
- du secours à la personne, adulte, enfant et nourrisson, en cas :
 - d'obstructions des voies aériennes,
 - d'hémorragies externes,
 - de perte de connaissance,
 - d'arrêt cardiague avec l'utilisation d'un défibrillateur,
 - de malaises,
 - de plaies,
 - de brûlures,
 - de traumatismes.

À travers diverses situations concrètes, vous serez tour à tour spectateur, secouriste et victime.

Cette formation répond en tout point aux impératifs à respecter pour conduire à la délivrance par la préfecture de la Manche du brevet de prévention et de secours civiques de niveau 1.

L'obtention de ce brevet est toutefois subordonnée à votre participation active à la totalité du cours. Compte tenu du nombre limité de participants possible, votre inscription vaut engagement moral à assister à l'intégralité de ses trois séances.

Il est recommandé de se vêtir d'une tenue souple et confortable, de se munir, si possible, d'un tapis de sol et d'apporter un nécessaire de prise de notes.

Cette formation est proposée dans des conditions similaires à trois groupes d'étudiants.

^{**} Activité entièrement payante : 240 € pour le stage de deux jours ou 290 € avec la demi-journée supplémentaire optionnelle

TOURNAGE SUR BOIS ET TRAVAUX MANUELS – M. Yves BOUDER

En tournage, la condition première est l'habileté car « tourner » peut-être dangereux. La seconde est le goût pour le tournage sur bois mais cette activité peut être élargie au travail manuel en général, y compris du métal. J'ai toutes les machines pour le bois et de quoi travailler le métal.

4 bons bricoleurs motivés, 2 chaque semaine alternativement.

**VITRAIL TIFFANY (Initiation) – Mme Sandrine BESNARD

Ce stage se déroule sur un samedi, la journée entière (emporter votre piquenique).

Pour réaliser la composition que vous aurez choisie, vous aurez à découper du verre de couleur, appliquer un ruban de cuivre sur chaque élément, puis souder le tout avec de l'étain avant de contempler votre œuvre et de l'emporter.

Ce stage coûte 70 euros par personne et est ouvert à 6 participants au maximum pour que la sécurité de chacun soit assurée.

^{**} Activité entièrement payante : 70 € pour le stage d'une journée

ACTIVITES SPORTIVES ET DE BIEN-ÊTRE

DECOUVERTES PEDESTRES – Mme Annie JEANMENNE

Les Découvertes Pédestres sont programmées un samedi par mois.

Elles ont lieu à partir de Granville dans un rayon de 30 à 80 km. Elles permettent de découvrir le patrimoine normand et breton.

Un covoiturage, pour ceux qui le désirent, est prévu sur le parking près du stade Louis DIOR, sinon rendez-vous sur le site de la randonnée pour un départ à 10h30.

Les circuits sont environ de 15 km.

Ne pas oublier d'apporter son piquenique dans son sac à dos, des chaussures de marche, des bâtons pour ceux qui les utilisent et un vêtement pour la pluie.

Les chiens ne sont pas admis.

Les lieux et horaires des randonnées se trouvent sur le programme des activités de l'UIA.

En juin, 2 jours de randonnée sont organisés avec repas du soir, nuitée et petit déjeuner.

**GOLF - GOLF DE BREVILLE

Les adhérents de l'UIA de Granville peuvent bénéficier de tarifs préférentiels pour suivre des cours collectifs au Golf de Bréville, impasse des Dunes, 50290 Bréville-sur-Mer.

En 2023-2024, cinq cours chacun ouverts à un groupe de 8 à 9 participants, sont ainsi prévus chaque semaine :

- Un cours destiné à des débutants souhaitant découvrir ce sport ou ayant moins d'un an de pratique, le vendredi de 11h à 12h30 ;
- Trois cours de niveau confirmé s'adressant à des joueurs ayant déjà au moins une année de pratique, le mercredi de 11h à 12h30, le vendredi matin de 9h30 à 11h ainsi que le vendredi après-midi de 13h30 à 15h :
- Un cours réservé à des joueurs experts ayant au minimum trois années d'expérience, le mercredi de 9h30 à 11h.

Chacun de ces cours comprend 8 séances d'une heure trente chacune pour un coût de 144 €. Il peut être renouvelé selon les souhaits des golfeurs. Les cours comprennent des ateliers pour le petit jeu et le practice, ainsi qu'une initiation au parcours sur le 9 trous en fonction des acquis du groupe.

La carte verte peut être délivrée par le professeur au terme de deux séries de cours (carte verte : permis d'accéder aux parcours sans l'assistance d'un professeur). Cette formule ne concerne pas les bons ou très bons golfeurs.

Le rôle de l'UIA se borne à recenser les demandes d'inscription à ces cours et à en transmettre les listes au professeur. Il consiste également à suivre tout au long de l'année le bon déroulement de l'organisation mise en place. Le paiement des cours se fait exclusivement et directement auprès du professeur de golf.

Toute inscription à un cours vaut pour les 8 séances et doit être intégralement réglée (144 €) auprès du professeur dès la première séance.

Les séances perdues du fait d'absence des élèves ne peuvent pas être rattrapées. Seule la présentation d'un certificat médical pourrait justifier une demande de remboursement des cours non suivis.

44

^{**} Activité entièrement payante : 144 € pour 8 cours de 1h30

GYMNASTIQUE DOUCE – Mme Marie-Laure LEGRAND

Ce cours est proposé dans des conditions similaires de durée et de contenu à deux groupes d'étudiants.

Il est ouvert à tous. Les mouvements qui y sont effectués, permettent de solliciter en douceur les différents groupes musculaires (par mobilisation, renforcement, étirement) et de travailler l'équilibre ainsi que la mobilité articulaire.

Un tapis suffit pour y participer.

GYMNASTIQUE DYNAMIQUE – M. Maxime LARGOUET

Le cours de "gym dynamique" se distingue de la gym douce dans le sens où c'est un cours plus tonique, pas forcément global, parfois par thème (équilibre, gainage, cuisses/abdos/fessiers, travail en circuit, etc.).

Pour suivre ce cours, il est nécessaire de disposer d'un élastibande, d'un manche à balai (en bois de préférence) et d'un ballon type "ballon de Pilates". Ce matériel est à la charge de l'élève.

KARATE - M. Michel DUHEM

Le karaté appartient à la grande famille des arts martiaux.

Bien plus qu'un simple sport réservé à quelques athlètes aguerris, il est un chemin de progrès accessible à tous. Les exercices proposés restent à la mesure des capacités de chacun.

Le cours proposé s'adresse à des débutants. Il s'agit d'une découverte/initiation des bases du karaté.

MARCHE NORDIQUE

La marche nordique est une activité de plein air qui se pratique avec des bâtons adaptés à chacun, en évoluant sur un terrain varié.

Cours 1 : rythme modéré – Mme Marie-Laure LEGRAND

D'une durée d'1h30 chacune, ces séances hebdomadaires de marche nordique s'adressent à celles et ceux qui désirent apprendre ou réapprendre cette technique ainsi qu'à toute personne qui souhaite pratiquer cette activité dans la douceur et la convivialité.

Au cours de ces différentes séances, l'accent sera mis, de manière ludique et sans recherche de performances, sur la maîtrise de la technique afin de vous permettre de tirer le meilleur profit de cette discipline. Le but de ces sorties sera avant tout de prendre du plaisir dans un environnement naturel tout en en recueillant quelques bénéfices en termes de coordination, de respiration et de renforcement musculaire.

Une tenue confortable adaptée aux conditions météorologiques et des chaussures de marche sont indispensables. Si vous ne disposez pas de bâtons de marche nordique, il sera possible de vous en prêtez lors de la première séance afin de vous permettre de déterminer la taille qui vous convient. Vous devrez vous en procurer pour les séances suivantes.

Cours 2: rythme soutenu – M. Paul LAFFITAU

Ces séances, d'une durée de 2 heures chaque semaine, sont destinées à toutes celles et à tous ceux, expérimenté(e)s ou non, souhaitant marcher à un rythme un peu plus soutenu. Les lieux de rendez-vous seront annoncés dans la rubrique *Actualités* de notre site internet.

L'échauffement et les étirements font partie intégrante de chaque entraînement pour éviter tout type de blessures. Ainsi, chaque séance se déroulera selon le schéma-type suivant : d'abord, un échauffement suivi d'un

temps consacré à l'initiation, au perfectionnement ou à des rappels techniques selon le niveau des participants et les conditions météorologiques. Ensuite, un parcours d'application des recommandations assorti de conseils éventuels et suivi d'une pause ravitaillement et renforcement musculaire. Puis, un parcours plus dynamique ou/et des jeux. Et, pour terminer, des étirements.

Une tenue souple et confortable vous permettra de profiter au mieux de vos séances de marche nordique. Cette tenue se rapproche de celle du joggeur. Elle est bien sûr à adapter au temps et à la température. Les nouvelles matières respirantes augmentent largement le confort. Au niveau des chaussures, un modèle de sport privilégiant l'amortissement est conseillé, plus ou moins cramponné suivant le terrain où l'activité est pratiquée.

Venir avec des bâtons. Au besoin, il pourra vous en être loués.

PETITES RANDONNEES – Bénévoles de l'UIA

Les **Petites Randos** ont lieu le samedi après-midi selon un calendrier établi par trimestre. Elles sont strictement réservées aux membres de l'UIA. Même tenus en laisse, les chiens n'y sont pas admis pour des raisons de sécurité.

Le départ est fixé à 14h15 précises. Il a lieu d'un parking situé le plus souvent dans un rayon de 8 à 10 km autour de Granville. Occasionnellement, le lieu de départ peut être un peu plus éloigné.

Le parcours est de l'ordre de 8 km, et dure environ 2 heures.

Toutefois, un samedi par mois, très précisément les samedis où les découvertes pédestres sont programmées, nous vous proposons une Petite Rando plus courte de l'ordre de 5 km, sur un parcours présentant peu de difficultés.

Pour chaque randonnée « classique » ou « courte », un responsable (vêtu d'un gilet jaune) se met systématiquement en tête, et un autre tient le rôle de serre fil à l'arrière. Si pour une raison quelconque, un des participants voulait temporairement se positionner en tête ou en queue, il devra en avertir le responsable concerné.

Au plus tard le jeudi soir, tous les inscrits ont reçu un mail indiquant le lieu de rendez-vous et, éventuellement, les spécificités du parcours. Une Petite Rando n'est annulée qu'en cas d'alerte météo orange ou rouge.

Nous ne pouvons pas gérer un covoiturage, mais ceux que cela intéresserait peuvent se retrouver sur la place du 11 Novembre, près du stade Louis Dior. Sauf avis contraire, le lieu de rendez-vous est à moins de 20 minutes. Nous proposons donc que le départ de la place du 11 Novembre soit fixé à 13h45.

Nos petites randonnées sont totalement gérées par des adhérents bénévoles qui en animent une ou deux par trimestre. Nous recherchons des volontaires pour nous aider à encadrer ces randonnées et à préparer de nouveaux circuits. Si vous souhaitez rejoindre notre équipe d'animateurs, n'hésitez pas à nous contacter par mail adressé à uia.petitesrandos@gmail.com.

PILATES - M. Maxime LARGOUET

Ce cours s'adresse à des débutants.

Le Pilates est une gymnastique ancienne, mais avérée.

La méthode vise à « développer le corps de façon harmonieuse, rectifier les mauvaises postures, restituer la vitalité physique, et stimuler l'esprit et l'élève. ».

Pour citer son fondateur : 10 séances pour sentir la différence, 20 séances pour voir la différence, 30 séances pour un corps tout neuf !

SOPHROLOGIE - Mme Florence PIETTE

La sophrologie est un entraînement du corps et de l'esprit visant à développer sérénité et mieux-être.

C'est une discipline psychocorporelle exclusivement verbale. Elle s'appuie sur des mouvements doux du corps ainsi que sur des techniques de respiration, de relaxation dynamique et de visualisation mentale qui vont agir à la fois sur le corps et le mental.

La pratique de la sophrologie est très simple à intégrer dans son quotidien, elle est accessible à tous quels que soient son âge et sa condition physique. Elle ne nécessite aucun matériel.

Une pratique régulière permet de retrouver confiance, énergie et sérénité au quotidien.

Ce cours, ouvert à un groupe n'excédant pas 15 personnes, est constitué de six séances d'une heure chacune afin de permettre à chaque participant d'intégrer la pratique de cette discipline et d'en ancrer les progrès et les bienfaits dans son quotidien.

Une séance se déroule en trois temps :

- Un temps d'accueil permettant de s'exprimer sur l'état d'esprit du moment et de présenter le contenu de la séance;
- Un temps de pratique à travers un ensemble d'exercices adaptés guidés par l'intervenante et reposant sur des mouvements et des stimulations variés ;
- Un temps de dialogue libre sur le vécu de la séance, une écoute attentive et bienveillante facilitant l'expression de chacun.

STRETCHING - M. Maxime LARGOUET

Le cours de stretching est un cours d'étirements et de relâchements musculaires durant une heure, avec en plus parfois de la relaxation. Il permet de délier les articulations et d'étirer à tour de rôle les différents muscles du corps.

YOGA – Mme Marie-Laure LEGRAND

Niveau débutants

Ce cours est une Initiation et une découverte du Hata Yoga par la pratique des postures et de la respiration permettant d'améliorer la souplesse, la force, l'équilibre et la concentration. Il a pour but le mieux-être. Il est réservé aux personnes qui n'ont jamais ou peu pratiqué le yoga.

Niveau confirmés

Ce cours s'adresse à un public déjà initié dans le but de progresser dans les postures déjà pratiquées. Différentes techniques respiratoires et d'autres formes de Yoga seront également abordées.

Le matériel requis pour la pratique de ces 2 cours est un tapis, une ou deux briques (en mousse ou liège) et des sangles.