



# Programme 2024/2025

*Cette année l'UIA n'édite pas le bulletin sous forme papier  
Il est uniquement téléchargeable sur le site de l'UIA-Caen :*

[www.uia-caen.fr](http://www.uia-caen.fr)

En partenariat avec



## Antenne de CAEN

## Bienvenue à VISSOL



Comme chaque année le bulletin des activités et le site de l'antenne vous présentent un panorama complet du programme qui vous est proposé, avec ses nouveautés ou ses transformations.

L'esprit de l'UIA c'est l'harmonie entre les trois dimensions du bien-être, de la convivialité, et du plaisir de la découverte intellectuelle ou culturelle.

Ce qui se traduit par des activités physiques et sportives, les sorties et voyages, les conférences, les cours et les ateliers d'expression.

A cela s'ajoute un ensemble de cours en visioconférence qui s'adresse à l'ensemble des adhérents des 19 antennes.

Cette année revêt une dimension particulière parce que nous célébrons le cinquantième anniversaire de notre organisation. En effet tout à commencer en 1974 au sein de l'Université de Caen et de sa mission Formation continue.

Beaucoup de chemin parcouru en cinquante ans.

2024 nous permet ce regard rétrospectif et nous oblige encore davantage à veiller sur les conditions les plus favorables pour assurer la pérennité de notre belle association.

Bel été à vous et rendez-vous à la rentrée du mardi 1er octobre.

Jacques LEONARD

Ce bulletin, périodiquement actualisé, est téléchargeable sur le site web de l'UIA : **4 décembre 2024**  
Pour l'horaire des activités, **consultez de préférence le site Web de l'UIA** qui est mis à jour régulièrement.

# Bienvenue à l'Université Inter-Âges de Normandie



## Secrétariat

Université Inter-Âges de Normandie

Antenne de Caen

23 Avenue de Bruxelles

Bâtiment de VISSOL

CS14032

14032 CAEN Cedex 5

Tel : 06.19.45.02.41

Site : [www.uia-caen.fr](http://www.uia-caen.fr)

Courriel administratif : [contact@uia-caen.fr](mailto:contact@uia-caen.fr)

Courriel Sport : [sport-etd@uia-caen.fr](mailto:sport-etd@uia-caen.fr)

### Restriction d'utilisation de ces boîtes mail :

- Utilisez ces e-boîtes pour des demandes de renseignements ou pour nous faire parvenir des informations.
- N'utilisez pas ces e-boîtes pour éviter de venir aux permanences ou pour obtenir un renseignement déjà publié sur le site WEB de l'UIA ; dans ce cas nous ne tiendrons pas compte de votre courrier.

## Permanences

Les mardis et jeudis de 14h à 16h à **partir de la rentrée**

## Inscriptions

- **Inscriptions générales** : voir la procédure page 3
- **Inscriptions en cours d'année** :  
Pendant les permanences, les mardis et jeudis de 14h à 16h à **VISSOL**

## Cours

Tous les cours débutent le mardi 1er octobre 2024 au matin  
Arrêt progressif des cours fin mai, après 24 semaines de cours.

## Vacances

### ● Toussaint

Fin des cours : Vendredi 18 Octobre 2024

Reprise : Lundi 4 Novembre 2024

### ● Hiver

Fin des cours : Vendredi 07 Février 2025

Reprise : Lundi 24 Février 2025

### ● Noël

Fin des cours : Vendredi 20 Décembre 2024

Reprise : Lundi 6 Janvier 2025

### ● Printemps

Fin des cours : Vendredi 04 avril 2025

Reprise : Mardi 22 Avril 2025

## Formalités d'inscription à l'Antenne de Caen année universitaire 2024 - 2025

Dans le souci d'améliorer la procédure d'inscription, cette année, elle se fera en deux phases :

- 1. **Du dimanche 8 septembre à partir de 10h au mercredi 11 septembre à minuit**, il sera mis à disposition, sur le site [uia-caen.fr](http://uia-caen.fr), **un lien** permettant :
  - De vous préinscrire à l'UIA en indiquant vos données personnelles
  - De vous attribuer **un créneau horaire** d'inscription en présentiel, dans l'ordre chronologique des connexions, que vous recevrez au plus tard dans un délai de 24h \*.
- 2. **Du lundi 16 au vendredi 20 septembre**, les inscriptions auront lieu à VISSOL

Pour préparer votre inscription à VISSOL, **au créneau horaire** qui vous a été attribué :

- Vous munir de votre carte d'adhérent (pour les anciens adhérents)
- Préparer un règlement de **150 €** en espèces ou chèque à l'ordre de UIA Caen
- Pour les activités aqua-tonic et golf débutant, un règlement supplémentaire vous sera demandé
- Apporter le document « **liste des activités\*\*** » qui doit être renseigné.
- 3. **Par la suite**, les inscriptions seront effectuées aux permanences à VISSOL
  - **Le mardi 24 septembre toute la journée**
  - Aux permanences, à partir du 26 septembre, les mardis et jeudis de 14h à 16h.

---

\* **En cas de non réception** de votre créneau horaire dans un délai de 24h après votre préinscription, merci de regarder dans vos spams et seulement ensuite faire une demande par mail à l'adresse : [sos@uia-caen.fr](mailto:sos@uia-caen.fr) en indiquant votre nom et prénom. Un mail vous sera envoyé le lendemain.

\*\* **Obligatoire** : ce document « Liste des activités » est à télécharger ci-dessous. Vous devez choisir et annoter vos activités **AVANT le jour de l'inscription** sur ce document pour faciliter les saisies (prévoir des activités de remplacement pour le cas où celles choisies seraient complètes). Pour permettre de satisfaire la demande d'activités sportives à un plus grand nombre, **une seule activité sport à quota pourra être choisie**.

### **Important :**

Si vous ne pouvez pas vous présenter au créneau qui vous a été attribué, vous pouvez vous faire représenter par une personne de votre choix, à ce même créneau, avec les documents nécessaires à votre inscription.

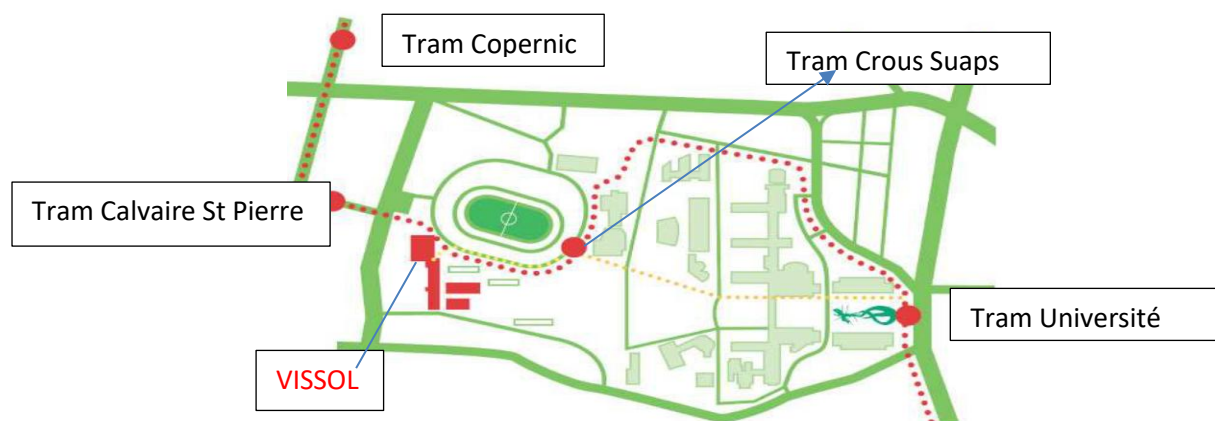
L'ACCES MOBILITE REDUITE : VISSOL est équipé d'une rampe d'accès côté parking et côté campus l'entrée est de plain-pied, la salle d'inscription est située au rez-de-chaussée

Les étudiants de l'antenne de Caen sont inscrits prioritairement dans nos activités.

Ce n'est qu'ensuite et après le bilan des inscriptions de nos étudiants que les demandes émanant d'autres antennes pourront être satisfaites dans la limite des places disponibles et réciproquement (via le responsable d'antenne).

« L'accès à vos données personnelles est strictement limité à l'UIA Normandie et leurs utilisations sont destinées à des statistiques de l'UIA. Vous disposez d'un droit de rectification et/ou de vous opposer au traitement de celles-ci » (Règlement général sur la protection des Données (R.G.P.D)).

# Plan d'accès à VISSOL



## Organisation des activités et de leur contrôle

- On ne peut participer à une activité que si on y est effectivement inscrit. Le nom des inscrits est communiqué à chaque professeur, celui-ci ne doit pas accepter un étudiant qui n'est pas sur sa liste. Les listes sont également communiquées aux référents à des fins de vérifications.
- Le rôle du référent est d'assurer la liaison entre les étudiants, le professeur et le bureau. Il peut solliciter un adjoint qui le relaye lors d'empêchements. Pratiquement, il est choisi lors de l'inscription ou du premier cours. Il tient la liste des étudiants par activité, la communique au professeur et suit les absences dans les cours à quota. Après 3 absences consécutives non signalées, l'UIA se réserve le droit d'annuler l'adhésion à cette activité.
- Les contrôles des cartes d'étudiants débuteront à partir du **Lundi 14 octobre 2024**.

## L'assemblée de l'antenne

Réunion d'accueil pour les nouveaux adhérents **le vendredi 4 octobre 2024 à 14 heures** dans l'amphithéâtre GREMILLON

L'assemblée de l'antenne de Caen se tiendra **le vendredi 22 Novembre 2024** à VISSOL dans l'amphithéâtre de Grémillon (pour l'horaire et les modalités d'organisation de cette assemblée voire le site Web de l'UIA).

La participation du plus grand nombre est vivement souhaitée. Vous montrerez ainsi que vous vous intéressez à la vie de votre antenne. Cela sera un encouragement pour tous ceux qui travaillent bénévolement à la bonne marche de l'association.

## L'assemblée générale de l'UIA Normandie

L'assemblée générale de l'UIA Normandie se tiendra le : **Vendredi 24 janvier à CAEN**.



## Sorties, visites et voyages 2024-2025

Les sorties et voyages sont réservés aux adhérents de l'UIA.

Tous les renseignements sur les sorties et voyages se trouvent sur le site web de l'UIA antenne de Caen.

### • SORTIES

Pour les **petites sorties**, vous aurez la possibilité de vous inscrire à une sortie prioritaire et à une sortie de second choix.

Les inscriptions se feront par mail sur [sv@uia-caen.fr](mailto:sv@uia-caen.fr), à une date précisée sur le site.

Ensuite elles se feront au bureau des permanences les mardi et jeudi de 14h à 16h en fonction des places disponibles.

Dès l'acceptation à la sortie, le paiement se fera aux permanences à VISSOL pour confirmer l'inscription. L'étudiant se rendra par ses propres moyens sur les lieux de la sortie.

Pour les **sorties à la journée** qui nécessitent souvent plus d'informations, les inscriptions pourront se faire à VISSOL aux dates et heures fixées par les organisateurs sur le descriptif de la sortie, puis aux permanences si besoin.

Il se peut qu'une opportunité de sortie se dévoile en dehors des périodes d'inscriptions, aussi n'hésitez pas à consulter régulièrement le site et les différents tableaux d'affichage que vous trouverez dans les couloirs de VISSOL

### • VOYAGES

L'inscription à chaque voyage se fait en présentiel à VISSOL par l'initiateur du voyage.

Les modalités et dates du voyage et d'inscription vous sont indiquées sur le site.

Si vous avez des propositions de sorties n'hésitez pas à nous les signaler (mail : [sv@uia-caen.fr](mailto:sv@uia-caen.fr) ou [contact@uia-caen.fr](mailto:contact@uia-caen.fr)). Toutes les propositions seront étudiées par la commission sorties voyages.

Les dates utiles sont sur le site et sur le bulletin sorties-voyage.



# Les conférences

Référent universitaire : Christophe Durand

En partenariat avec



## Conférences du Lundi et du vendredi à 14h

**Lieu des conférences :** Amphi Grémillon à VISSOL (Haut campus 1)

Voir les précisions d'heure et de lieu sur le site web de l'UIA

Vendredi 4 octobre			Réunion des nouveaux adhérents
Lundi 7 octobre	Christophe Durand	EC Uni Caen (Staps)	Maman les petits bateaux : des yachts d'antan aux bateaux volants De Moitessier à Gabart en passant par Tabarly Présentation Programme année 24/25
Vendredi 11 octobre	Rémi ROUAULT	EC Uni Caen (Géographie)	Diplôme et filières de formation en France 1955-2024 -Quelle démocratisation ?
Lundi 14 octobre	Jean-Claude MARAIS	Directeur-Enseignant ANS (ret)	Découverte de l'Île de Wight Vie de la reine Victoria
Vendredi 18 octobre	Vincent D'ORLANDO	EC Uni Caen (Langues)	A-t-il existé un art fasciste ?
Lundi 4 novembre	Louis ARSAC	Docteur Es Lettres Diplomate, consultant	Littérature et intelligence artificielle
Vendredi 8 novembre	Nicole GUETIN	EC émérite (Unicaen)	La démocratie américaine : éthique et politique
Vendredi 15 novembre	Guillaume LELIEVRE	Docteur en Histoire	Nouveau regard sur l'expédition de Magellan et ses 19 Français (1519-1522)
Lundi 18 novembre	Marie CASSET		
Vendredi 22 novembre		AG ANTENNE	
Lundi 25 novembre	Mike RECANATI		SHAKESPEARE en son temps
Vendredi 29 novembre	Bernard ERNOULT	ENS. Spécialise (ret.)	Pour une approche sensorielle des tables de multiplication, la table de Pythagore en 3D
Lundi 2 décembre	Pierre Michel BERTRAND		L'art au siècle Libertain
Vendredi 6 décembre	Rosine COQ-HERMANICUS		
Lundi 9 décembre	Annick POLIN	Agrégée Lettres, Certifiée Histoire de l'Art	Parcours croisé entre littérature en peinture, et musique : le sport de l'antiquité grecque au XXIème siècle
Vendredi 13 décembre	Claude GUIMIER	Professeur honoraire Uni Caen	Parlez-vous québécois ? Origine et caractéristique du français parlé au Québec
Vendredi 20 décembre	Didier BRODIN	Retraité Industrie/enseignement	La crème dans tous ses états

Lundi 6 janvier	Miguel MARQUES	Chercheur Cnrs	Et la lumière fut : un voyage dans l'espace-temps
Vendredi 10 janvier	Laurence ROGATIONS	Docteure en études scandinaves	La Nature dans la vie quotidienne des habitants des pays nordiques
Lundi 13 janvier	Brigitte GALBRUN	Conservatrice antiquités et objets d'art (Manche)	Le trésor de l'abbaye du Mont Saint-Michel du Moyen âge au XIXe siècle : une histoire fabuleuse
Vendredi 17 Janvier	Isabelle ROBLIN	MCF HDTR Honoraire	African Queen AC
Lundi 20 Janvier	Dominique Barraux	Réalisateur	Projection du documentaire « DES VIES OFFERTES » sur le don d'organes suivie d'un échange avec le réalisateur
<b>Vendredi 24 Janvier</b>		<b>AG UIA REGION</b>	
Lundi 27 Janvier	Jérôme LEPROVAUX	EC unicaen (Droit)	La transmission du patrimoine aux enfants
Vendredi 31 Janvier	Solenne DERIGOND	EC Uni Caen (Etude Ibériques)	Le Brésil n'a pas été découvert en 1500 par les Portugais
Lundi 3 Février	Thierry ROISIN	Retraité	Poils de pouvoir, pouvoir du poil
Vendredi 7 février	Philippe SIMON-BOUET	Journaliste, auteur	Les trésors des églises et temples de la reconstruction dans le Calvados
Lundi 24 février	Bernard Pierre VILBOUX	Fonction publique territoriale (ret.)	La grande aventure de l'éducation populaire en France
Vendredi 28 février	Benoit MAUVIEUX	EC Unicaen (Staps)	Dans les bras de Morphée : Comprendre les mécanismes du sommeil pour mieux dormir.
Lundi 3 mars	Bertrand BAILLEUL		
Vendredi 7 mars	DAVID BOILLEY	EC Uni Caen (physique)	Les limites planétaires
Lundi 10 mars	Françoise GUILLON-METZ	Historienne de la médecine	Médecins et chirurgiens pendant la Campagne d'Egypte
Vendredi 14 mars	Fabrice DOSSEVILLE	EC Unicaen (Staps)	Doit-on être intelligent ou compétent émotionnellement pour réussir dans la vie ?
Lundi 17 mars	Jérôme ARNOULT	Docteur (Littérature française/Musicien)	Un siècle avec Brassens (la Vie et l'œuvre de G. Brassens à travers ses chansons)
Vendredi 21 mars	Jean LASPOUGEAS		
Lundi 24 mars	Jean-Michel CADOR	EC (Géographie) UniCaen	Le grillage américain en Normandie
Vendredi 28 mars	Fanny DARRIEU	Juriste indépendante	CF Droit de l'environnement
Lundi 31 mars	Stéphane LECLERC	EC Uni Caen (Droit)	Actualités européennes (acte 3)
Vendredi 4 Avril	Justine PATARD-LEGENDRE	Doctorante Unicaen (Histémé)	Visite des collections des toiles imprimées des musées Normands : de la technique des motifs
Vendredi 25 avril	Jacques RAVENEL	Saxophoniste Enseignant	L'acte de composition musicale (à préciser)
Lundi 28 avril <b>Conférence commune « amis de l'Université</b>	Micheline HOTYAT	Pr Emérite (Sorbonne) Rectrice Honoraire	De l'écosystème forestier au patrimoine culturel, l'exemple de la forêt de Fontainebleau
Lundi 5 mai	Godefroy KUGEL	Enseignant Chercheur (Physique) (Ret.)	Les astres étranges
Lundi 12 mai	Thierry PIOT	Pr Emerite (Sciences Education) Unicaen	Les grands courants pédagogiques
Vendredi 16 mai	Isabelle SCHWARTZ-GASTINE	EC Hdr Émérite	Le théâtre shakespearien, ferment de résistance, de Hamlet à Roméo et Juliette
Lundi 19 mai	Florie DESRIAC		Communication bactérienne, biofilms ou bactériophages (à préciser)
Vendredi 23 mai	Michel DORENLOR	Enseignant (EN) (ret.)	Victor Hugo à Guernesey (1855-1870)" « Et s'il n'en reste qu'un, je serai celui-là !

# Les activités proposées



Pour chaque cours, il serait souhaitable qu'un étudiant "réfèrent" se désigne ou soit désigné lors de l'inscription ou du premier cours pour assurer la liaison entre le professeur et l'antenne.

## 1 - Langues

### Guide pour les inscriptions des cours d'anglais

Les cours d'anglais sont des **cours de niveaux**,

Chaque étudiant s'inscrit selon son niveau et peut suivre seulement 1 "cours"

Les cours sont divisés en 4 **cycles**, chaque cycle contenant 2 années d'étude.

Ce sont des cours pour adultes, essentiellement visant une meilleure connaissance et compréhension de **l'anglais courant et oral** permettant de mieux se sentir à l'aise pour communiquer avec les étrangers ou pour voyager.

Les quatre cycles sont :

**Initiation - Mise à Niveau – Perfectionnement - Pratique Courant**

**N.B.** Chaque cycle a son propre livre, qui est utilisé pendant les 2 ans d'étude. Les professeurs indiqueront celui-ci lors du premier cours.

#### **Initiation I**

Ce cours, avec un quota de 20 étudiants maximum, s'adresse aux étudiants n'ayant **JAMAIS** étudié l'anglais auparavant. Ceci est très important.

#### **Initiation II**

La continuation du cours précédent avec quota 20.

#### **Mise à Niveau I et II**

Ce cycle s'adresse à tous ceux qui "ont tout oublié..." et veulent reprendre les bases.

#### **Perfectionnement I et II**

Ce cycle est pour ceux qui ont déjà utilisé l'anglais au travail ou en voyage et qui veulent se perfectionner. C'est aussi la suite logique du cycle précédent.

#### **Pratique Courante I et II**

Ce cycle est pour ceux qui ont déjà suivi le cycle précédent et qui ont un bon niveau de compréhension.

Un étudiant s'inscrivant pour la première fois à l'UIA est conseillé d'opter pour **la première année** du cycle de son choix afin de commencer le livre à son début

#### **Conversation**

Chaque cycle propose aussi des ateliers de **conversation** ou de **compréhension orale**.

Il est possible de participer à un ou à plusieurs de ces ateliers qui sont indépendants des "cours".



# ANGLAIS

## Initiation – Quota = 20

1 <sup>ère</sup> année	Rhianwen GRENIER	Vendredi	9h à 10 h	Caen VISSOL Salle 091
2 <sup>ème</sup> année	Sophie JAMOTTE	Jeudi	9 h à 10 h	Caen VISSOL Salle 091

## Mise à niveau

1 <sup>ère</sup> année	Rhianwen GRENIER	Vendredi	11h15 à 12h15	Caen VISSOL Salle 091
2 <sup>ème</sup> année	Alexandre GRIGORIEF	Mardi	10h à 11 h	Caen VISSOL Salle 196

## Perfectionnement

1 <sup>ère</sup> année	Rhianwen GRENIER	Vendredi	de 10 h à 11 h	Caen VISSOL Salle 091
2 <sup>ème</sup> année	Alexandre GRIGORIEF	Mardi	11h à 12 h	Caen VISSOL Salle 196

## Pratique courant

1 <sup>ère</sup> année	Rhianwen GRENIER	Vendredi	13h à 14h	Caen VISSOL Salle 091
2 <sup>ème</sup> année	Sophie JAMOTTE	Jeudi	10 h à 11 h	Caen VISSOL Salle 091

## Conversation anglaise

1 <sup>ère</sup> année	Alexandre GRIGORIEF	Lundi	17h – 18 h	Caen VISSOL Salle 093
2 <sup>ème</sup> année	Alexandre GRIGORIEF	Mardi	18h- 19 h	Caen VISSOL Salle 093
Niveau élémentaire	Margareth CINGAL	Mercredi	14 h30 -15 h30	Caen VISSOL Salle 093
Niveau Supérieur	Margareth CINGAL	Mercredi	15h30 - 16h30	Caen VISSOL Salle 093
Niveau Avancé (quota25)	Rhianwen GRENIER	Vendredi	14h à 15h	Caen VISSOL Salle 091

**Quota : 25 Dans chaque groupe de Margareth CINGAL**

## Compréhension orale

	Sophie JAMOTTE	Jeudi	11h à 12h	Caen VISSOL Salle 091
--	----------------	-------	-----------	-----------------------

# ALLEMAND

Débutants	Me REVERSAT HACQUIN	Mercredi	13h30-14h30	Caen VISSOL Salle 197
2 <sup>ème</sup> année		Mercredi	14h30-15h30	Caen VISSOL Salle 197
Suite de parcours 3 <sup>ème</sup> Année	Monique DOUCET	Mardi	10 h à 11 h	Caen VISSOL Salle 092
Niveau moyen	Angelika LÖW-LECOINTRE	Mercredi	10h30 à 11.30 h	Caen VISSOL Salle 092
Niveau avancé	Angelika LÖW-LECOINTRE	Mardi	11 h à 12 h	Caen VISSOL Salle 092

# Arabe

Niveau 1	Hassan SALEM	Lundi	14h à 15h	Caen VISSOL Salle 093
Niveau 2	Hassan SALEM	Jeudi	14 h à 15	Caen VISSOL Salle 090

# Chinois 4 Cours de 45 mm Mae THOUVIOT

Niveau élémentaire	Vendredi 10h30 à 11h15	Salle Caen VISSOL 094
Niveau moyen	Vendredi 11h15 à 12h	Salle Caen VISSOL 094
Niveau avancé	Vendredi 14 h00 à 14h45	Salle Caen VISSOL 094
Perfectionnement	Vendredi 14h45 à 15h30	Salle Caen VISSOL 094

## Espagnol

### Cours Quota 30

1ère année	Ruth REYMUNDO	Jeudi 14h à 15 h	Caen VISSOL Salle 093
2ème année	Ruth REYMUNDO	Jeudi 15h à 16 h	Caen VISSOL salle 093
3ème année	Malka MORANTIN	Mercredi 13h15 à 14 h15	Caen VISSOL Salle 093
4ème année	Malka MORANTIN	Vendredi 12h/13h	Caen VISSOL Salle 093

### Civilisation Latino-américaine

Cours en espagnol	Ruth REYMUNDO	jeudi 13 h/14 h	Caen VISSOL Salle 093
-------------------	---------------	-----------------	-----------------------

## HEBREU moderne

Niveau 1	Joseph GETIAH	jeudi 9 h30 à 11h	Caen VISSOL Salle 095
Niveau 2	Joseph GETIAH	Mardi 8h45 à 10 h	Caen VISSOL Salle 092

## Italien

### Cours

Consolidation	Jacky LAURENT	Mercredi 9h30 à 10h50	Caen VISSOL salle 094
1ère année (quota = 25)	Frédérique PÉPIN	Jeudi 9h à 10h	Caen VISSOL salle 093
2ème année (quota =30)	Frédérique PÉPIN	Jeudi 10h à 11h	Caen VISSOL Salle 093
3ème année	Frédérique PÉPIN	Mardi 9 h à 10 h	Caen VISSOL Salle 091
4ème année	Frédérique PÉPIN	Mardi 10 h/11 h	Caen VISSOL Salle 091
5ème année	Frédérique PÉPIN	Mardi 11 h/12 h	Caen VISSOL I Salle 091
Perfectionnement (Quota =30	Jacky LAURENT	Mercredi 11h/12h	Caen VISSOL Salle 094

### Traduction et Expression - Quota = 30

Traduction	Frédérique PEPIN	Mercredi 10h à 11h	Caen VISSOL Salle 091
Conversation	Frédérique PEPIN	Mercredi 11h à 12h	Caen VISSOL Salle 091

### Civilisation

	Edwige GUILLAUME	Mardi 12h à 13h	Caen VISSOL Salle 091
--	------------------	-----------------	-----------------------

## Grec

Niveau 1	Dimitri MOLYVDIS	Mardi 14h à 15h	Caen VISSOL Salle 094
Niveau 2	Dimitri MOLYVDIS	Mardi 15h à 16h	Caen VISSOL Salle 094
Niveau 3	Dimitri MOLYVDIS	Mardi 16h à 18h (1semaine /2)	Caen VISSOL Salle0 94

## Japonais

Niveau élémentaire	Miéko MORI-BOILEY	Mardi 13 h30 à 14h30	Caen VISSOL Salle 093
Niveau intermédiaire	Miéko MORI-BOILEY	Mardi 14h30 à 15 h30	Caen VISSOL Salle 093
Niveau supérieur	Miéko MORI-BOILEY	Mardi,15h30 à 16h30	Caen VISSOL Salle 093

*Niveau supérieur géré par l'antenne d'Hérouville St Clair se déroulant dans les locaux de VISSOL*

## Polonais

Niveau intermédiaire	Marta JENDROWLAK-LEBOUCHER	Lundi 13h à 14h	Caen VISSOL Salle 094
Niveau avancé	Marta JENDROWLAK-LEBOUCHER	Lundi 14h à /15h	Caen VISSOL Salle 094

## Russe

Niveau	Nadine PETROFF		
Perfectionnement 1	Nadejda BOEVA		
Perfectionnement 2	Nadejda BOEVA		

*Organisé par l'antenne d'Hérouville St Clair se déroulant dans la salle AUBER*

*Dates à déterminer*

## Grec ancien

Hellénistes confirmés	Danielle DUBERT	Mardi 10h30/12h	Caen VISSOL Salle 094
Grec supérieur	Isabelle CARABIE	Vendredi (1 sem./2)10h/12h	Caen VISSOL Salle 095
3 <sup>ème</sup> année	Danielle DUBERT	Mardi 9 h/10 h30	Caen VISSOL Salle 094

## Latin

Groupe A	Isabelle CARABIE	Lundi 9h/10h	Caen VISSOL salle 091
Groupe B	Isabelle CARABIE	Mardi 9 h/10h30	Caen VISSOL Salle 095
Groupe C	Isabelle CARABIE	Mardi 10h30/12h	Caen VISSOL Salle 095
Groupe D	Isabelle CARABIE	Mercredi 10 h30/12 h	Caen VISSOL Salle 093

Supérieur	Danielle DUBERT	Vendredi 10h/12h (1semaine /2)	Caen VISSOL Salle 094
-----------	-----------------	--------------------------------	-----------------------

## Dialectologie Normande

	Pierre BOISSEL	Mardi 17h/18h	Caen VISSOL Salle 091
--	----------------	---------------	-----------------------

# 2 - Expression

## Aquarelle Quota = 25 par groupe

Chaque groupe 1 et 2 en alternance une semaine sur deux avec les groupes 3 et 4

Groupe 1	Irène MOULIN	Vendredi 9h15/12h15	Caen VISSOL Salle 196
Groupe 2	Irène MOULIN	Vendredi 15 h/18 h	Caen VISSOL Salle 196
Groupe 3	Irène MOULIN	Vendredi 9h15/12h15	Caen VISSOL Salle 196
Groupe 4	Irène MOULIN	Vendredi 15 h/18 h	Caen VISSOL Salle 196

## Couture

Venez découvrir l'univers de la couture et partager l'envie de créer de vos propres mains !

Ce cours théorique et pratique vous permettra d'acquérir les techniques de montage des différentes parties d'un vêtement afin de pouvoir réaliser facilement tout type de modèle. Décrypter un patron, choisir un tissu, maîtriser la coupe et assembler les pièces jusqu'aux finitions.

Aucune obligation de posséder une machine à coudre.

Pour celles et ceux déjà familiarisés avec cette discipline, un cours d'approfondissement des connaissances et d'accompagnement dans vos projets est disponible. Le travail du cuir et la retouche sont des thèmes qui pourront être abordés.

Débutant	Emmanuelle HAINAULT	Lundi 14h30/15h30	Caen VISSOL Salle 092
Initié	Emmanuelle HAINAULT	Lundi 15h30/17h30	Caen VISSOL Salle 092

## Dessin Quota = 25 par groupe

Chaque groupe en alternance une semaine sur deux

Groupe 1	Irène MOULIN	Vendredi 13h/15 h	Caen VISSOL Salle 196
Groupe 2	Irène MOULIN	Vendredi 13h/15 h	Caen VISSOL Salle 196

## Peinture Quota = 23 par groupe

Groupe 1	Eftimios KOUVATAS	Lundi 9h30/11h30	Pôle de vie de la Pierre Heuzé
Groupe 2	Eftimios KOUVATAS	Mardi 9h30/11h30	Pôle de vie de la Pierre Heuzé

**Peinture et techniques diverses** Pascal DEROUAULT - Pas de quota Salle VISSOL 196  
*Approche douce et libre des différentes techniques de peinture et de sculpture*

Cours A (débutant Peinture)	Mercredi 11h40 à 13h40
Cours B (Peinture : Je copie j'apprends)	Mercredi 13h40 à 15h 40
Cours C (Peinture : Je m'épanouis)	Mercredi 15h40 à 17h40
Groupe D (Je copie et j'apprends)	Jeu
	di 10h30 à 12h30 semaine A Débutera le 3 octobre
	Vendredi 10h30 -12h30 semaine B Débutera le 4 octobre

## Arts plastiques Quota = 30

Atelier ouvert à tous, débutants ou confirmés. Cours + pratique.  
Calendrier : 16 Oct.- 20 Nov. -11 Déc.- 15 Janv. -05 Fév. -12 Mars - 02 avril -14 Mai

Marie-Pierre RAFFIN	mercredis 14h/17h	Caen VISSOL Salle 090
---------------------	-------------------	-----------------------

## Mise en voix de textes Quota = 28

### Le matin 9 h30 à 12 h

Novembre : le Mardi 5-12-26

Décembre : le Mardi 10

Janvier : le Mardi 7 – 21

Février : le Mardi 4

Mars : le Mardi 4- 18

Avril : le Mardi 1 – 29 matin et après midi

### Descriptif de l'atelier

Après un temps d'échauffement physique et vocal, explorer à voix haute les richesses de la langue à travers des textes de nature variée, en solo ou à plusieurs. Pour le plaisir de la découverte et du partage.

Véronique PIANTINO

Mardi 9h30/12h

Caen VISSOL Salle 090

## Tango argentin

Cours animés par Geneviève et Joël

Salle « Mille Club », Salle polyvalente de Montmorency à Hérouville St Clair.

Cours débutants

Jeudi de 18 h /19 H30

Pratique

Jeudi 19h30/23h30

## Théâtre

Art dramatique – Travail de l'acteur = **Quota = 30**

Joël LESIEUR

Jeudi 14h/16h

Maison de quartier de La Folie Couvrechef

# 3 – culture

## Atelier de Pierre – Villes culturelles

Plusieurs propositions de destinations sur l'année (sans obligation) en groupe restreint, sans contraintes fortes, sur une base associative et autogestionnaire, et le moins cher possible

Destination et calendrier de la 1<sup>ère</sup> réunion : Voir détail sur le site de l'UIA

**Réunion d'information le jeudi 10 octobre à 13 h dans l'amphithéâtre GREMILLON**

Marie-Pierre RAFFIN

## Histoire de l'art Cours en amphi -Quota 320

Voir le programme sur le site de l'UIA

Pour le 1<sup>er</sup> trimestre 01/10 - 15/10 -05/11 - 19/11 - 03/12 -17/12

### **L'impressionnisme « dans tous ses Etats »**

***À l'occasion des 150 ans de la naissance de l'Impressionnisme.***

Première partie : L'originalité française

1. Manet ou Monet ?
2. Renoir, Degas et la poésie de la vie parisienne
3. Les femmes impressionnistes
4. Boudin, Lépine, Rame, Moteley, etc. : les peintres de Caen et ses alentours à l'honneur, à l'occasion de la célébration du Millénaire de Caen en 2025
5. Pissarro et Sisley : l'interprétation de la lumière
6. Caillebotte – préparation à l'exposition d'actualité « Gustave Caillebotte. Peindre les hommes » pour le 130<sup>e</sup> anniversaire de la mort de l'artiste, à Paris, Musée d'Orsay du 8 octobre 2024 au 19 janvier 2025

Deuxième partie : la dimension internationale

7. « Le jardin des artistes ». L'impressionnisme américain (première partie)
8. « Le jardin des artistes ». L'impressionnisme américain (deuxième partie)
9. De l'autre côté des Alpes : Fattori, Lega et Signorini
10. Impressionnistes allemands : Liebermann, Slevogt et Corinth
11. L'énergie vitale de l'impressionnisme espagnol
12. La floraison artistique en Russie, Suède et Danemark



Elisabetta DATURI

Mardi 17h/19h

Amphithéâtre Grémillon

# Histoire du Cinéma 8 séances (4€ L'entrée) - Quota 200

En partenariat avec le cinéma Lux, Avenue Sainte Thérèse à Caen  
Thème de l'année : Voir programme sur le site de l'UIA

Cyrielle VINCENT

Lundi 9h/12h30

Cinéma Le Lux

14 Octobre : Rashômon

4 Novembre : Fleurs d'équinoxe

25 Novembre : La nuit des femmes

13 Janvier : Le Tombeau des lucioles

24 Février : Pluie Noir

17 Mars : Ring

28 Avril : Les délices de Tokyo

19 Mai : L'innocence

## Rencontre autour d'un film – Quota 49



Toutes les semaines, en alternance, un film vu au cinéma ou un film vu à la télévision

Le film, choisi en commun, est vu avant la séance par les étudiants, une semaine au cinéma et une semaine à la télévision. Il s'agit de construire au fil de l'année une histoire, ou plutôt une géographie du cinéma, en replaçant chaque film dans son école esthétique, son genre et un thème. La séance s'organise ainsi :

- Débat amorcé par le recensement auprès des étudiants de quelques scènes qui les ont marqués.
- A partir de ces séquences, déterminer en quoi il s'agit d'un film d'auteur et quelle est sa spécificité au sein de la filmographie du cinéaste.
- **Présentation d'extraits d'autres films du cinéaste ou pertinents pour l'analyse du thème ou du genre.**
- Rattacher le film à un courant esthétique.
- Biblio et webographie

Jean Luc LACUVE

Jeudi 9h/10h30

Caen VISSOL Salle 094

## Evolution des styles - Quota 79

Claude VILARS

Jeudi 15h/16h30

Caen VISSOL Salle 090

### RECONNAITRE LES STYLES EN France

03/10/24 Le style Roman

10/10/24 Le style gothique

17/10/24 Le style renaissance

07/11/24 Le style Louis XIII

14/11/24 Le style XIV

21/11/24 Le style régence

28/11/24 Les marques sur les meubles (Estampille.)

05/12/24 Le style Louis XV

16/12/24 Le style transition

09/01/25 Le style Louis XVI

16/01/25 Reconnaître les poinçons d'argenterie

23/01/25 Le style empire

30/01/25 Le style Charles X

06/02/25 Le style Louis Philippe

27/02/25 Les Bijoux

06/03/25 Le style Napoléon III

13/03/25 Le style art nouveau

20/03/25 Le style art Déco

27/03/25 Le style des années 40

03/04/25 Les meubles de port

24/04/25 Le mobilier dans la peinture

15/05/25 Le décor chinois sur le mobilier

22/05/25 Les pendules

29/05/25 Visite d'un musée

# Œnologie

**Quota 35 par groupe** - Emmanuel MENARD

Exposé suivi d'une dégustation. 3 groupes en alternance le vendredi :

1<sup>ère</sup> année 7 cours : 03/10 - 07/11 - 09/1 - 06/2 - 13/3 - 03/4 - 15/5

2<sup>ème</sup> année 7 cours : 10/10 - 14/11 - 16/1 - 27/2 - 20/3 - 24/4 - 22/5

3<sup>ème</sup> année 7 cours : 04/10 - 15/11 - 10/1 - 07/2 - 07/3 - 4/4 - 16/5

4<sup>ème</sup> année (4 Cours) : 29/11 - 24/1 - 21/3 - 23/5

La première année s'adresse aux débutants,

La 2<sup>ème</sup> année s'adresse aux étudiants ayant suivi la 1<sup>ère</sup> année,

La 3<sup>ème</sup> année s'adresse à ceux qui ont suivis la 2<sup>ème</sup> année

**Participation forfaitaire aux frais de dégustation à régler à chaque cours**

1 <sup>ère</sup> année	Jeudi 11h/12 h30	Caen VISSOL Salle 093
2 <sup>ème</sup> année	Jeudi 11h/12 h 30	Caen VISSOL Salle 093
3 <sup>ème</sup> année	Vendredi 10h/11h30	Caen VISSOL Salle 093
4 <sup>ème</sup> année	Vendredi 10h/11h30	Caen VISSOL Salle 093



# 4 - Musique et chant



## Chorales

Cette année vous devez vous inscrire à la chorale de votre choix

### Chorale « ALLEGRO »

Allegro : répertoire très varié (musique actuelle, chants du monde, et un peu de classique).

Destiné à toute personne volontaire, y compris des personnes sans expérience de chant en chorale.

Seul l'engagement et la motivation sont nécessaires.

Joseph ABANDA

Jeudi 10h/12h

Crous de Lébisey – rue de Lébisey - Caen

### Chorale « CANTABILE » (sous inscription)

Cantabile : répertoire plutôt classique, destiné à toute personne volontaire et motivée

La lecture du solfège n'est pas requise, votre engagement seul suffit.

Inscription sur la plateforme de l'UIA, pour les retardataires inscriptions à la rentrée.

Joseph ABANDA

Jeudi 14h/16h

Crous de Lébisey – rue de Lébisey - Caen

### Chorale "ANIMA CANTO" (sous inscription)

Bruno MOTTÉ

Mercredi 14h/16h

Crous de Lébisey – rue de Lébisey - Caen

## Écoute musicale

Il s'agit de permettre, par une écoute commentée et interactive d'œuvres de musique classique, d'apprendre à mieux entendre et comprendre celles-ci. Ces séances ne nécessitent pas de formation musicale spécialisée. Voir le programme sur le site de l'UIA.

1er trimestre 2024 (4 séances) 10 Oct. 7 Nov. – 21 Nov. -5 Déc.

2<sup>ème</sup> trimestre : (6 séances) Dates à déterminer

Erik LALOY

Jeudi 14h/16h

Caen VISSOL Salle 095

### Écoute envisagée en 2024-2025 de tout ou partie de

- Franz Liszt 1811-1886 : Après une lecture de Dante Modeste Moussorgski 1839-1881 : Tableaux d'une exposition
- Antonín Dvorak 1841-1904 : Impressions poétiques
- Alban Berg 1885-1935 : 7 lieder de jeunesse ; Concerto à la mémoire d'un ange
- Henriette Bosmans 1895-1952 : Sonate pour violon et piano
- Astor Piazzolla 1921-1991 : El Gordo Triste
- Luciano Berio 1925-2003 : Folk songs (interprétées par Cathy Berberian)
- Philip Glass 1937- : Etudes pour le piano
- Olivier Greif 1950-2000 : Chants de l'âme

## Pour une définition du jazz

18 novembre et 2 décembre 2024

Nicolas BENIES

Lundi 17h/19h

Caen VISSOL Salle 091

## L'orgue sous toutes ses coutures

Calendrier : du 07 au 28 Janvier 2025 - Visite de l'orgue de l'église ST JULIEN ultérieurement

Vous découvrirez, en 5 séances de 2h (illustrées d'écoutes, de photos et de nombreuses vidéos), l'histoire extraordinaire de l'orgue depuis la date précise de son invention jusqu'aux instruments les plus modernes, et son évolution au fil des époques et au fil des pays. L'étude de son fonctionnement fera apparaître à partir d'un schéma très simple, une complexité évolutive sans fin. Une comparaison des différents instruments caennais abordera l'aspect esthétique ; celui-ci sera complété par de nombreuses photos de consoles, de buffets et de tuyaux (Angleterre, France, Espagne). La pratique de l'instrument (liturgique ou concertiste), et les nombreuses anecdotes qui l'accompagnent, les partitions et leur lecture, l'apprentissage, l'écoute de musiques permettront d'apprécier les types d'écriture et les styles musicaux spécifiques à l'orgue.

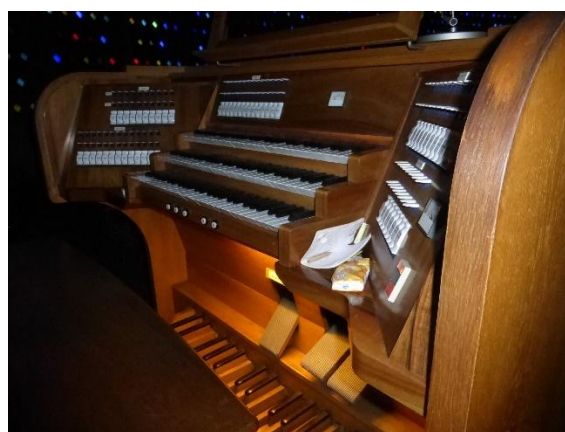
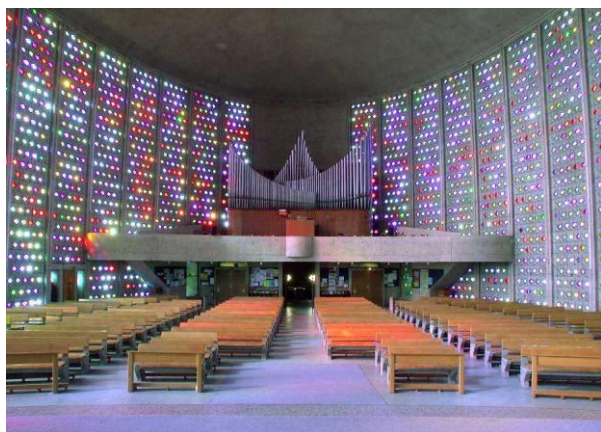
Enfin, (à la belle saison) une visite détaillée de l'orgue (console et intérieur du buffet) et de l'église Saint Julien, à Caen, viendra clôturer et compléter, de façon très pratique, et avec des exemples concrets, les cours précédents.

Venez découvrir ce géant méconnu ! vous aurez un regard nouveau en visitant une église !

Marie-Cécile HUREAU Titulaire de l'orgue de St Julien

Mardi 14h/16 h

Caen VISSOL Salle 091



# 5 - Lettres et Philosophie



## Atelier d'écriture

Alain DELPEUT Le MERCREDI de 14 à 17 h à Pierre Heuzé  
2 et 16 oct. - 13 et 27 nov. - 11 déc. - 8 et 22 janv. - 5 et 26 fév. - 12 et 26 mars - 23 avril - 14 mai

Alain DELPEUT Le JEUDI de 14 h à 17 h - Caen VISSOL salle 094  
3 et 17 oct. - 14 et 28 nov. - 12 déc. - 9 et 23 janv. - 6 et 27 fév. - 13 et 27 mars - 24 avril - 15 mai

Marie Christine GAUDIN Mercredi 14h30 à 16h30 Caen VISSOL Salle 095

## Littérature comparée 1 Semaine sur 2 – à partir du mardi 8 octobre

### Ces femmes hors de leur rôle attendu...

La littérature présente les cas de femmes révoltées contre le pouvoir masculin (*Lysistrata* d'Aristophane, 411 avant J.C.), soucieuses d'échapper à leur condition (*Moll Flanders* de Daniel Defoe, 1722), ou se faisant passer pour des hommes (dans la comédie de Shakespeare, *Comme il vous plaira*, vers 1600, dans la pièce de Bertolt Brecht, *La Bonne Âme du Se-Tchouan*, 1941, ou dans *L'Enfant de sable* de Tahar Ben Jelloun, 1985).

Parmi cette diversité d'époques, de genres littéraires et de contextes, de quels constats partent ces œuvres, quelles sont leurs significations sociales et leurs enjeux psychologiques, quelles leçons peut-on en tirer ? Quelle est la part de choix conscient, de désir d'émancipation, de contraintes extérieures chez les héroïnes de ces œuvres ? Et quels risques encourent-elles ? Telles seront certaines des questions que nous aborderons dans ce cours.

Œuvres au programme :

### Théâtre

Aristophane, *Lysistrata*, comédie, trad. du grec par Hilaire Van Daele, éd. Les Belles Lettres.  
Shakespeare, *Comme il vous plaira*, comédie, trad. de l'anglais par Jean-Michel Déprats, Folio Théâtre, 2014.  
Bertolt Brecht, *La Bonne Âme du Se-Tchouan*, L'Arche, trad. de l'allemand par M. P. Ramo et D. Decoene.

### Romans

Daniel Defoe, *Moll Flanders*, trad. de l'anglais par Marcel Schwob, F. Ledoux, éd. Folio classique.  
Tahar Ben Jelloun, *L'Enfant de sable*.

Catherine DUMAS

Mardi 15h30/17h

Caen VISSOL Salle 095

## Façon de parler

*A travers le temps nos façons de parler ont beaucoup évolué. Depuis les origines gauloises mâtinées de latin, en passant par les langues locales et les patois, les mots et les expressions ont tissé le français d'aujourd'hui. Le parcours est aventureux. Nous sommes parvenus au XVIIIe siècle et notre axe sera « parler de soi » à partir de l'expérience de Jean Jacques Rousseau. Aucune connaissance préalable n'est nécessaire pour suivre ce cours qui demeure accessible à toutes et à tous.*

Anne-Marie RISS

Mardi 14h/15h30

Caen VISSOL Salle 090

## Rencontre autour d'un livre

Voir calendrier et programme sur le site de l'UIA - Une séance par mois  
1ER COURS Lundi 14 octobre avec : Trois femmes puissantes de Marie NDIAYE

Danielle DUBERT

Lundi 16h/18h

Caen VISSOL Salle 090

## Histoire de la poésie

Histoire de la poésie de Rimbaud à nos jours

- Première séance le Lundi 2/10

Isabelle CARABIE

Lundi 10h30/12h

Caen VISSOL Salle 091

## Littérature

La symphonie pastorale d'André GIDE et l'Etranger de Albert CAMUS

Isabelle CARABIE

Mercredi 9 h 10 h30

Caen VISSOL Salle 093

## Philosophie

Fabien ROBERTSON

Mardi 14 h/15 h 30

Amphithéâtre GREMILLON

# 6 - Sciences



## Archéologie

Laurent PAIEZ REZENDE

Jeudi 17 h30/19 h30 -

Caen VISSOL salle 090

## Biologie (Une semaine sur 2)

Michel MAGNIETTE

Jeudi 9 h et 11 h

Caen VISSOL Salle 090

## Chimie à thème

**Dates** 16 octobre, 27 novembre, 11 décembre, 22 janvier, 19 mars, 2 avril, (23 avril)

Annick GUIGNÉ

Mercredi 11 h /12 h

Caen VISSOL Salle 090

### Notre Dame de Paris.

Matériaux, du patrimoine compréhension du passé et prévision du futur, reconstruction. Apport des analyses chimiques, ; mémoire du bois, traçage du plomb, restauration des statues en cuivre , les armatures en fer .

### En cette année olympique : Le sport

Matériaux de hautes performances (vêtements, chaussures, matériaux au service de l'handisport)  
Détection du dopage

### L'EAU

Modification du cycle de l'eau avec le changement climatique  
Titement des micropolluants et risques sanitaires...

Une visite d'un laboratoire universitaire est organisée en fin d'année  
Ces miniconférences sont ouvertes à tous. On peut s'y inscrire en cours d'année.

## Géologie Une semaine sur 2

Michel MAGNIETTE

Jeudi 9 h et 11 h

Caen VISSOL Salle 090

## Géomorphologie

### Le relief des hautes terres normandes

Philippe LEGER - une semaine sur 2

Caen VBISSOL salle091

Débutants

Mercredi 13 h/15 h

Perfectionnement

Mercredi 15h15/16h15

# 7 - Sciences humaines



## Aspect juridique et fiscaux de la gestion de patrimoine

Zones de vulnérabilité et parades possibles.

Bien adaptées à une époque aujourd'hui révolue, les règles du Droit Civil s'ajustent mal aux situations contemporaines. Pour optimiser son patrimoine et le transmettre de manière judicieuse, il est nécessaire d'anticiper, et d'utiliser les outils adéquats. Il en est de même en matière fiscale, où les outils d'une bonne gestion sont à portée de main, à condition de s'en saisir.

Jean François LUCQ

Jeudi 10 Octobre	11 h/12 h30	Caen Vissol SALLE 095
Jeudi 10 Octobre	16 h/17h30	Caen Vissol SALLE 093
Jeudi 17 Octobre	11 h/12h30	Caen Vissol SALLE 095
Jeudi 17 Octobre	16 h/17 h30	Caen Vissol SALLE 093

## Économie

2-9-16 OCT. 6-13-20-27 NOV. 4-11 DEC. 8-15-22-29 JANV. 5 FEV -12-19-26 MARS. 2 AVRIL

Daniel FLEUTÔT

Mercredi de 9 h/11 h

Caen Vissol salle 090

## Economie politique –

« A propos de l'actualité économique »

Dates du premier trimestre : 04 et 25 Novembre -16 Décembre

Nicolas BENIES

Lundi 17h/19h

Amphithéâtre Grémillon

## Généalogie quota 20

8 Oct. – 5 et 19 Nov. - 3 et 17 Déc -7 et 21 Janv. - 5 et 25 Fév. - 11 et 25 Mars -29 Avril - 13 et 27 Mai

**Prérequis :**

La recherche généalogique et la formation dispensée s'appuient très largement sur des sources en ligne sur internet et sur des applications informatiques d'aide, ce qui implique une très forte interaction avec des outils numériques.

Pour participer pleinement aux ateliers proposés, les participantes et les participants devront impérativement :

- disposer d'un ordinateur de bureau ou d'un ordinateur portable, les tablettes ne sont pas adaptées aux travaux effectués ;
- posséder une culture informatique permettant d'être autonome et à l'aise avec leur ordinateur et les logiciels courants (faire une recherche en ligne, installer une application, manipulation des courriels, etc.) ;
- avoir, à leur domicile, une connexion internet de qualité

Roland STEINER

Mardi 14 h/16 h

Caen VISSOL Salle 092

## Héraldique

Blasons normands	Guy TREFEU	Mercredi 10h45h/12h15	Caen VISSOL Salle 095
Héraldique et histoire	Françoise RICHARD	Jeudi 14h30/16h	Caen VISSOL Salle 091
Initiation	Françoise RICHARD	Jeudi 16h/17h	Caen VISSOL Salle 091

# Histoire contemporaine de la France

Calendrier 1<sup>er</sup> semestre : 7 -14- 28 Novembre (pas de cours le 21 Nov.) – 5 – 12 – 19 Décembre – 9-16- 23- 30 Janvier

Depuis 2016, le cours d'histoire contemporaine de la France porte sur :

**Vivre en France : la vie quotidienne en France pendant le premier XIX<sup>ème</sup> siècle avant la révolution des transports (principalement au temps de Louis XVIII et de Charles X).**

En 2016, population **et territoire**.

En 2017, **structures et vie économiques, histoire du travail**.

En 2018, **structures et vie religieuses, histoire de la prière**.

(Cours interrompu en 2019, 2020 et repris en 2021-2023).

En 2023-2024, **L'enseignement : structures et vie scolaires. Écoles, collèges, facultés et grandes écoles**

Pour l'année 2024-2025, **Le mouvement des idées : conditions, domaines et portée**.

Par la suite, sont prévues au programme les questions suivantes :

- Les arts et la vie artistique,
- Les structures et la vie sociales,
- La vie politique,
- La puissance française dans le monde.

Jean LASPOUGEAS

Jeudi 16h30/18h30

Amphithéâtre GREMILLON

## Histoire Médiévale

Calendrier 1<sup>ER</sup> TRIMESTRE : 1 et 15 Octobre -5 et 19 Novembre – 3 et 17 Décembre

Le cours d'histoire et littérature médiévale de cette année traite de la florissante source littéraire normande à l'époque des Plantagenêts, d'Aliénor d'Aquitaine et de son royal époux Henri II Plantagenêt roi d'Angleterre et de Normandie.

Trois auteurs resplendissent dans le ciel de Normandie. Wace né à Jersey vers 1118, mort chanoine de la Cathédrale de Bayeux en 1190. Il fut « Maître Wace, clerc lisant de Caen », l'auteur de toute la « Geste d'Arthur » sur le sol de Normandie. Ses principales œuvres le *Roman de Brut* et le *Roman de Rou* sont rédigées alors qu'il bénéficiait d'une prébende de la ville de Bayeux.

Chrétien de Troyes à la Cour d'amour de Domfront, sous la protection d'Aliénor d'Aquitaine et d'Henri II Plantagenêt, sur la commande de Marie de Champagne, rédige *Lancelot ou le Chevalier de la charrette ... Yvain ou le Chevalier au lion*, textes ancrés dans les paysages du Passais et du Bocage évoqué par Wace, prenant pour sujets les petits saints locaux, prototype des chevaliers.

Ensuite et nous commencerons par lui, Bérout en l'Abbaye Blanche de Mortain s'inspirant des amours des amants de la Petite Cascade Alfred et Blanche, qui rédigera son *Tristan et Iseult* premier grand texte du célèbre cycle tristanien.

Nous évoquerons également l'histoire de l'Ordre du Temple, les énigmes, les secrets, les procès, les trésors notamment sur la terre normande à partir de Gisors et nous ferons l'étude détaillée des Commanderies du Calvados autour de Caen.

Michel VITAL LEBOSSÉ

Mardi 10 h30/12 h

une semaine /deux

CAEN VISSOL salle 093

## Histoire napoléonienne

André CANIVET

Mercredi 14h/16h

Caen VISSOL Salle 094

# 8 - Informatique et photographie



## Communication numérique avec les institutions Quota : 10 par groupe

Organisation, programme et dates à venir – Consulter le site WEB de l'UIA

Matériel nécessaire : Ordinateur personnel

Le groupe 1 à PARTIR DU 4 OCTOBRE

Le groupe 2 à partir du 24 janvier

Groupe 1	12 semaines	Manuela BOULIO	Vendredi 9h30/11h30	Caen VISSOL Salle 92
Groupe 2	12 semaines	Manuela BOULIO	Vendredi 9h30/11h30	Caen VISSOL Salle 92

## MON TELEPHONE ET MOI

3 groupes de 12 personnes pendant 8 semaines – selon calendrier

Manuela BOULIO Jeudi 9 h30/11h30 Caen VISSOL Salle 92

1<sup>ER</sup> groupe -3 oct. - 2<sup>ème</sup> groupe- 12 déc. - 3<sup>ème</sup> groupe- 6 mars

## Atelier Infographie 3D

Nous sommes de plus en plus exposés aux images de synthèse, aux effets spéciaux du cinéma et de la publicité, à la réalité augmentée ou virtuelle.

Le but de cet atelier est de découvrir cet univers par la création d'objets 3D, de scènes 3D fixes ou animées éventuellement en relief.

**Pour cela, nous utiliserons le logiciel GRATUIT, BLENDER...version 3,0**

Ce logiciel ne nécessite pas de connaissances informatiques (Pas de programmation, pas de code), juste une certaine habileté acquise au cours de son utilisation. Les possibilités sont infinies. Je fournirai pour chaque cours, un tutoriel papier adapté.

Une importante communauté existe sur internet autour de ce logiciel en perpétuelle évolution. De nombreux tutos sur YouTube par exemple permettent d'évoluer dans telle ou telle direction...Créations de scènes naturelles, Architecture, Science-fiction, Cartoon, animation de personnages articulés, Impression 3D, vidéos sonorisées, Effets spéciaux etc.

Un ordinateur portable personnel est nécessaire.

Pour conclure, je présenterai cet atelier comme un apprentissage d'une technique de modelage 3D associé à une approche de l'art numérique.

Gilbert GARNIER

Jeudi 14h /16h

Caen VISSOL Salle 092

## Atelier DAO - Quota : 20

De plus en plus, les mairies réclament des plans 3D pour les déclarations de travaux des habitations.

Le but de cette formation est de réaliser des vues 3D et 2D de maisons sur le logiciel SketchUp en ligne gratuit.

Il existe une bibliothèque très fournie sur internet de composants pour faciliter la réalisation des plans (fenêtres, portes, voitures, meubles, végétaux...)

Il est nécessaire d'avoir son ordinateur personnel si possible avec Microsoft Edge. Le logiciel fonctionne parfaitement avec ce navigateur. Quelques bugs avec les autres navigateurs et Apple.

Eric PERCHEY

Mercredi de 8 h15 à 10h15

Caen VISSOL Salle 092



# Atelier Photoshop - Quota 20 par groupe

Matériel nécessaire : Ordinateur personnel équipé de Photoshop CS6 ou CC.

Groupe 1 : Initiation

Groupe 2 : Perfectionnement

Les deux groupes fonctionnent en alternance une semaine sur deux.

**Rappel des recommandations et prérequis pour pouvoir participer** : Le cours « Photoshop Initiation » s'adressera aux débutants. Ce cours sera dispensé sur la base du logiciel Photoshop dans sa version CC ou CS6. Les versions de type « Photoshop Eléments », iPad ne conviennent pas

Le cours « Photoshop Perfectionnement » s'adresse aux personnes qui connaissent déjà le logiciel Photoshop dans sa version CC ou CS6. La participation à l'un ou l'autre des ateliers requiert également la nécessité d'avoir un ordinateur portable sur lequel est installé une version du logiciel dans sa version CC ou CS6. La version CS6 est une version qui n'est plus commercialisée. La version CC est commercialisée par la société Adobe par abonnement mensuel en ligne.

Michel MESLÉ

Mercredi 14h/16h

Caen VISSOL Salle 92

Le groupe Initiation commencera le Mercredi 2 octobre à 14 h

Le groupe perfectionnement commencera (voir site)

## Perfectionnement à la Photographie

Séances de 2 heures :

A PARTIR DU MARDI 5 NOVEMBRE 2024

Ce module de 30 heures de perfectionnement est destiné aux photographes, ayant soit : suivi le premier module d'initiation, soit un niveau de pratique photographique leur permettant de bien connaître les fonctionnalités de leur boîtier. Le module est ouvert à toutes, et à tous, nouveau, et ancien stagiaire.

Ce module comprend 2 parties :

- Une initiation à **Lightroom**
- Un perfectionnement aux techniques de prise de vue et d'élaboration de projets photographiques.

Pour y participer, il est nécessaire de maîtriser certains prérequis :

- Connaître les fonctions de base de son appareil photo
- Être complètement autonome à l'égard de son ordinateur portable pour l'utilisation des logiciels Lightroom.

Les contenus photographiques (prise de vue).

Nous approfondirons l'utilisation de certains réglages dans des situations particulières. Par exemple :

- Mémorisation et permutation rapide de certains réglages. Être capable de basculer rapidement d'un mode semi-automatique à un mode manuel et inversement,
- Adapter son mode de mise au point par rapport à la situation (choisir entre la mesure spot ou la mesure globale...)
- Adapter la mise en place de son shooting, en gérant l'éclairage et la disposition des sujets etc., etc

Nous travaillerons également sur le développement de vos projets personnels Les projets peuvent porter sur :

- Réaliser des portraits de famille
- Réaliser un album photo de son quartier, de sa ville
- Réaliser un reportage en mode « photographie de ville, photographie urbaine »
- Réaliser une collection de nature morte Etc.,
- 

Cette liste n'est pas exhaustive, bien sûr chacune, et chacun pourra venir avec ses propres projets.

Jean-Claude HA MINH TAY

Débutant

Mardi 13 h - 15 h

Caen VISSOL Salle 196

Confirmés + Lightroom

Mardi 15h30 -17h30

Caen VISSOL salle 196

# 10 - Visio conférences Inter antenne



## Architecture

Le Style International : L'architecture moderne synonyme de liberté

Le Corbusier, Gropius, Oud et Mies van der Rohe sont présentés au MOMA en 1932 comme les initiateurs et les guides de la nouvelle architecture.

Le mariage des idées du Bauhaus et des techniques de construction des Etats Unis -en acier et en verre - dessinera un courant architectural qui se développera mondialement à partir des années 20 pour atteindre son apogée au lendemain de la seconde guerre mondiale.

Agnès BUSCHEAU                      Jeudi 17 H /18 H30                      7 et 21 novembre – 5 et 19 décembre 2024

## Economie

Daniel FLEUTÔT                      9 séances                      le Lundi de 17 à 18 h30                      -

- 18 novembre 2024 - Une brève histoire de la construction européenne
- 25 novembre 2024 - Questions européennes : La politique Agricole Commune
- 02 décembre 2024 - Questions européennes : Les politiques environnementales dans l'UE
- 09 décembre 2024 - Questions européennes : L'Europe sociale existe-t-elle ?
- 06 janvier 2025 - Une brève histoire de la mondialisation (1)
- 13 janvier 2025 - Une brève histoire de la mondialisation (2)
- 20 janvier 2025 - A quoi servent les banques centrales ?
- 27 janvier 2025 - Les cryptoactifs : enjeux et risques
- 03 février 2025 - La dette publique : vive la dette ou haro sur la dette ?

Nicolas BENIES                      3 séances                      Lundi 17 h à 18 h 30                      -

- 24 février
- 17 mars
- 28 avril

## Géopolitique des espaces maritimes

Georges GERONDE                      Mardi de 17 h/18 h30

- 05 novembre 2024 - La Chine, nouveau dragon des mers (partie 1)
- 03 décembre 2024 - La Chine, nouveau dragon des mers (partie 2)
- 07 janvier 2025 - La Méditerranée, une mer très partagée
- 04 février 2025 - Conséquence du réchauffement climatique : la bataille du grand Nord. (Partie 1)
- 04 mars 2025 - Conséquence du réchauffement climatique : la bataille du grand Nord. (Partie 2)
- 02 avril 2025 - Pourquoi une marine ?

## Philosophie

La question de la démocratie du côté philosophique, anthropologique et sociologique

Florian VILLAIN-CARAPPELLA                      Jeudi 17 h /18h30

09 et 23 janvier   -   06 et 27 février                      -   13 et 27 mars                      -   03 et 24 avril

# Histoire de l'art

## Le XVII<sup>ème</sup> siècle

1. Le Caravage -Partie 1
2. Le Caravage -Partie 2
3. Les caravagesques
4. Artemisia Gentileschi : une héroïne de la peinture
5. Diego Velázquez
6. El Greco
7. « Nature morte » baroque
8. Rubens
9. Rembrandt
10. Le « Classicisme » : Carracci, Reni, Poussin et Lorrain



12 et 26 novembre - 10 décembre - 14 et 28 janvier - 25 février - 11 et 25 mars - 22 avril - 06 mai

Elisabetta DATURI Le Mardi de 17 h à 19 h

## Histoire des normands

- 07 novembre 2024 Le fascinant destin d'ALIENOR d'Aquitaine (1122-1204)
- 05 décembre 2024 Roger II - (1095-1154), le Grand Roi, fondateur du royaume de Sic et de la dynastie normande des Hauteville
- 16 janvier 2025 La « Normandie » avant l'implantation Viking (IX<sup>ème</sup> siècle): l'histoire de notre territoire de l'Antiquité à l'arrivée des « hommes du nord ».
- 06 février 2025 Epouse et descendantes de Guillaume le Conquérant : femmes de pouvoir et dames de guerre (XII<sup>ème</sup> /XIII<sup>ème</sup>)
- 06 mars 2025 Les PLANTAGENETS, rois d'ANGLETERRE (XIII<sup>ème</sup>-XV<sup>ème</sup>).

Philippe DUVAL Jeudi 10h/11h30

## Histoire des religions

2 Thèmes :

- Comment aborder la violence
- L'équation insoluble des religions de l'Antiquité à nos jours.

15 et 29 Novembre - 13 décembre - 10 et 24 janvier - 7 et 21 mars - 4 avril

Stéphane ENCEL 7 séances Vendredi 17h/18h30

## Vulcanologie – Evènement 50 -ème inter antenne

Les volcans et les sociétés humaines

Jean-Marie BARDINTZEFF Jeudi 16 Janvier 2025 -17h/18h30

**Thématique de l'année 2024-2025 :**

**« Avancées dans la science et savants remarquables »**

Dates : des mercredis à 17h : conférence 1h15 – questions et débats : 15'

**Intervenants au Pôle scientifique :** Godefroy Kugel, Annick Guigné, Anick Roussière, Guy Cherbit, Jean-Pierre Rame

Sous l'animation et l'initiative de Michèle Guglielmi, ancienne présidente de l'UIA et Anne-Marie Caillet, Présidente de l'UIA Normandie

N°C	Date	Intervenant	Titre de la conférence	Approche thématique
0	16/10/24	Tous	Présentation des contenus du cycle de l'année	
1	06/11/24	Godefroy KUGEL	Higgs et Englert : leur boson a tellement manqué pour être standard	Physique 1
2	13/11/24	Annick GUIGNE	La chimie nous envoie des mini-robots dans le corps	Chimie 1
3	20/11/24	Anick ROUSSIERE	Les champions de la quadrature puis de l'intégration : Archimède, Riemann, Lebesgue	Maths1
4	27/11/24	Guy CHERBIT	Les savants maudits, héros ou martyrs	Physique 2
5	04/12/24	Jean-Pierre RAME	La bipédie.... Une vieille histoire de 7 millions d'années au moins. Du coup, on a mal au dos	Biologie 1
6	11/12/24	Godefroy KUGEL	Les mystères du neutrino : stérile ? gaucher ? binaire ? léger ? .... Partons à sa chasse !	Physique 3
7	08/01/25	Annick GUIGNE	Faire vivre des atomes et des molécules par la lumière	Chimie 2
8	15/01/25	Anick ROUSSIERE	Les nombres premiers ; leur raréfaction et leur utilisation en cryptographie	Maths 2
9	22/01/25	Guy CHERBIT	La lumière, maladie infantile de l'Univers	Physique 4
10	29/01/25	Jean-Pierre RAME	Raphael va bien :	Biologie 2
11	05/02/25	Godefroy KUGEL	Un chuchotement venant de loin : les ondes gravitationnelles surfent sur l'espace/temps	Physique 5
12	05/03/25	Annick GUIGNE	Métaux nobles et terres rares : enjeux scientifiques et économiques	Chimie 3
13	12/03/25	Anick ROUSSIERE	Les foyers de recherche mathématique : un exemple emblématique, les « Bourbaki »	Maths 3
14	19/03/25	Guy CHERBIT	Galilée, la naissance de la Physique Intuition, invention ou découverte ?	Physique 6
15	26/03/25	Jean-Pierre RAME	Opérer l'ADN par le Pr.CRISPR/Cas9 : Espoirs, limites .... et dérivés.	Biologie 3

# 11 - Activités sportives



## Généralité

- La plupart des activités sont à quota **sauf** les sorties golf, l'orientation, l'oxygénation et le tennis de table.
- ☒ Inscription aux activités physiques et sportives (rappel)  
Le nombre de choix possibles est fixé à **une activité à quota**.  
Il n'y a pas de limitation pour les activités sans quota (Oxygénation, orientation, Tennis de t. et Sorties golf).
- ☒ On ne peut participer à une activité sportive que si on y est effectivement inscrit.  
Le nom des inscrits est communiqué à chaque professeur, et celui-ci ne doit pas accepter un étudiant qui n'est pas sur sa liste. Les listes sont également communiquées aux référents à des fins de vérifications.

### ☒ Places disponibles dans les cours à quota

Il n'y a pas de listes d'attente, mais chaque semaine la liste des places disponibles dans les activités sportives sera affichée à VISSOL et publiée sur le site WEB de l'UIA.  
Vous pourrez vous inscrire lors des permanences.

**REMARQUE :** la plupart des cours suivent, sur l'année scolaire, une progression liée à la démarche pédagogique mise en place. Pour cette raison, les inscriptions tardives et les changements de cours, durant l'année scolaire devront être, au préalable, validées par l'intervenant.

[sport-etd@uia-caen.fr](mailto:sport-etd@uia-caen.fr)

Restrictions d'utilisation de cette boîte :

- Utilisez cette e-boîte pour des demandes ou pour nous faire parvenir des informations.
- N'utilisez pas cette e-boîte pour éviter de venir aux permanences ou pour obtenir un renseignement déjà publié sur le site WEB de l'UIA ; dans ce cas nous ne tiendrions pas compte de votre courrier.
- De même nous avons une autre boîte mail réservée uniquement aux gestionnaires, aux Professeurs et aux référents. N'utilisez pas cette boîte.

## Aqua-tonic



Quota : 25 par groupe

Groupe dédoublé : Chaque groupe aura cours une semaine sur deux.

Les étudiants inscrits à cette discipline devront s'acquitter d'une participation supplémentaire correspondant au surcout important de ce activité. 70€

A partir du 6 octobre

Groupe 1 sem. A - Groupe 2 Sem. B      Vendredi 14h/15h      Piscine de Carpiquet

## Golf



Quota : 12

Participation supplémentaire

Débutant : 60€

2<sup>ème</sup> année ou Initiés 25€

Octobre – 2-9-16	Janvier – 8-15 -22 -29	Avril – 2 -23 - 30
Novembre – 6-13-20-27	Février – 5- 26	Mai - 7
Décembre - 4-11-18	Mars – 5 -12 – 19 - 26	

Marie-Christine SAVAROC-HEIM      Le mercredi      Lieu : Caen Biéville/Beuville ou Louvigny

Débutants 1<sup>ère</sup> année      9 h/10hh

Débutants 2<sup>ème</sup> année      10h/11h

Initiés      11h/12h



## Gymnastique douce

Quota : 20 par groupe

Les participants devront se munir **obligatoirement** : d'un tapis de gymnastique, d'une grande serviette, d'un sac pour le rangement de leurs affaires (chaussures, etc. ), de gel hydroalcoolique.

Groupe 1      Laurent FOURNIER      Mardi 15h/16h      Caen VISSOL Salle 198

Groupe 2      Laurent FOURNIER      Jeudi 15h/16h      Caen VISSOL Salle 198



## Gymnastique en musique

Quota : 25

Les cours de Gymnastique avec Suzanne BAUE sont scindés en :

Groupe 2 cours d'entretien les Mardis

Groupe 3 cours toniques les Jeudis

Les participants devront se munir **obligatoirement** : d'un tapis de gymnastique, d'une grande serviette, d'un sac pour le rangement de leurs affaires (chaussures, etc. ), de gel hydroalcoolique

Groupe 1      Nolwenn LELIEVRE      Lundi 14h30-15 h30      Normandie Salsa rue J.B Colbert Caen

Groupe 2      Elodie COUSSOT      Mardi 14h30-15h30      Normandie Salsa rue J.B Colbert Caen

Groupe 3      Nolween LELIEVRE      Jeudi 13 h45-14h45      Normandie Salsa rue J.B Colbert Caen

# Marche nordique



**Quota = 20 pour les débutants**

Calendrier sur le site

Pour la rentrée 2023, mise en place d'un groupe supplémentaire pour les initiés

Pour chaque groupe 15 sorties de 2 heures,

La Marche nordique diffère de la randonnée. "Les séances ne consistent pas à marcher pour marcher".

Elles démarrent par un temps de préparation corporelle (échauffement) et se terminent par un temps de récupération (étirements). Entre les deux : familiarisation avec le matériel et la technique à travers des exercices ludo-pédagogiques d'apprentissage de la coordination et de la propulsion et mise en pratique sur des terrains variés de Caen la Mer.

Prêt des bâtons spécifiques à l'activité et adaptés à votre taille.

Julien GENDRE

Débutants Mercredi après midi

- Initiés

Mercredi matin

# Pilates



**Quota : 25**

Créée par Joseph Pilates, cette méthode douce de renforcement musculaire se pratique principalement sur un tapis.

Par des mouvements lents et précis, une respiration ample, elle vise à renforcer les chaînes musculaires profondes, la sangle abdominale et le périnée.

Elle va favoriser le réalignement postural, la souplesse, la tonicité musculaire, tout en procurant de la détente et un mieux-être.

Matériel nécessaire : un tapis et une serviette plage

Nicolas FAVIER

salle quartier St Jean EUDES 38 Rue du calvados

Groupe 1 mercredis 10h00 à 11h00

- Groupe 2 mercredi 11 h /12 h

# Qi-Gong



**Quota : 25**

## ***C'est quoi le Qi Gong ?***

C'est une gymnastique d'origine chinoise qui a plus de 3000 ans environ.

Elle utilise des mouvements et la respiration.

C'est une activité de bien-être basée sur des mouvements lents.

Les mouvements sont inspirés de la nature donc des animaux, des saisons.

Qi Gong signifie travail sur les souffles, exercices autour de la vitalité.

Le Qi Gong permet de travailler autant sur le corps que sur l'esprit (la pensée).

Le Qi Gong est reconnu pour son côté « prévention santé » car il libère des tensions. Il fait partie de la Médecine Traditionnelle Chinoise et il est relié à l'acupuncture.

Le Qi Gong est lié à la symbolique : le ciel / l'homme et la terre. L'homme se situe au centre.

## ***La pratique***

Les exercices se font le plus souvent debout et s'effectuent avec lenteur et fluidité, sans mollesse, ni tension et sans force.

La lenteur et la fluidité dans les gestes permettent une connaissance de notre corps, de dénouer les raideurs, de rendre notre corps mobile et de faire circuler l'énergie dans nos méridiens sans blocages.

Les participants devront se munir **obligatoirement** : d'une grande serviette, d'un sac pour le rangement de leurs affaires (chaussures, etc.),

Laurence AUBERT

Lundi 15h50/16h50

salle Agathe maison de quartier de la Pierre Heuz

## Self-défense



Quota : 30

### Une séance de self défense est composée :

- D'une préparation physique
- D'un rappel du contenu de la séance précédente
- D'une étude technique et son application contre plusieurs situations d'agression
- D'affrontements-jeux sous forme de combats avec des "armes en mousse"
- D'une relaxation de 10 mn environ

Le matériel souhaité : un kimono (un survêtement suffira pour les premières séances) et une ceinture, une bande élastique pour certains exercices de renforcement musculaire, une « frite » en mousse pour les affrontements jeux. Le Self Défense c'est "exercices physiques + travail technique + détente et relaxation, le tout dans la bonne humeur "

Franck ANDRES

Mardi 10h/11h30

Dojo de la Maladrerie – 9 Rue du Désert - Caen

## Stretching



Quota : 20

Les participants devront se munir **obligatoirement** : d'un tapis de gymnastique, d'une grande serviette, d'un sac pour le rangement de leurs affaires (chaussures, etc. ), de gel hydroalcoolique

Groupe 1	Nolwenn LELIEVRE	Jeudi 14h45-15h45	Normandie Salsa rue J.B Colbert Caen
Groupe 2	Nolwenn LELIEVRE	Lundi 15h30-16h30	Normandie Salsa rue J.B Colbert Caen
Groupe 3	Laurent FOURNIER	Mardi 16h-17h	Caen VISSOL Salle 198
Groupe 4	Elodie COUSSOT	Mardi 15h30-16h30	Normandie Salsa rue J.B Colbert Caen
Groupe 5	Laurent FOURNIER	Jeudi 16h/17h	Caen VISSOL Salle 198

## Tai-Chi



Quota : 25

Le TAIJI QUAN (Taïchi Chuan) est un art martial interne chinois, basé sur des enchaînements de mouvements réalisés très lentement. Ces mouvements sont ensuite mis en œuvre avec un partenaire. Les deux personnes s'entraident alors pour réaliser ensemble le mouvement « juste ». Contrairement aux arts martiaux externes, le Taiji Quan mobilise l'énergie, en chinois le Qi, et non la force musculaire. Pour que l'énergie se développe et circule, il faut que l'ensemble du corps soit relâché, du bout des doigts à la pointe des pieds.

Le Taiji Quan est donc une école de relaxation et de détente. Cette circulation de l'énergie procure non seulement un bien-être physique et psychologique, mais aussi une amélioration sensible de la santé. Les enchaînements de mouvements favorisent la concentration et la mémoire. C'est une méthode de méditation dynamique. La pratique à deux développe l'écoute de l'autre, résorbe nos peurs ancestrales et améliore nos réactions face à ce que nous interprétons comme des agressions.

Corinne ZERBIB, pratique et enseigne le Taiji Quan d'une école de style Yang\*,

Corinne ZERBIB

Vendredi 10h/11h30

Maison de quartier de la Pierre Heuzé





## Groupe 1 Yoga Francine DURVY

Les participants devront se munir **obligatoirement** d'un tapis de gymnastique d'une grande serviette, d'un sac pour le rangement de leurs affaires (chaussures, etc).

Pratiquer le yoga est ce qui compte avant tout. "Certaines choses ne peuvent se comprendre sans en avoir fait l'expérience".

Le cours de yoga que je propose comporte essentiellement la pratique de postures (asanas), d'exercices respiratoires et une approche de la méditation, Il s'adresse à tous et est réalisé avec douceur, selon les possibilités de chacun.

Francine DURVY est affiliée à la FFHY (Fédération Française de Hatha Yoga) et formée par cette Fédération

Groupe 1 Francine DURVY Mercredi 10h/11h30 Salle polyvalente Rue Jean Racine - CAEN

## Groupe 2 et 3 Yoga Sylvie ROBE

Par un travail sur le corps et le souffle constitué de postures et d'exercices respiratoires, le yoga nous invite à relier corps et esprit, à calmer le mental afin de pouvoir « se poser en soi-même ».

Par l'attention portée au geste et au souffle, par la pratique de mouvements, d'enchaînements et de postures rythmés par les temps de la respiration, les sensations s'affinent permettant d'ouvrir un espace intérieur, qui soit un espace d'accueil et de présence au monde.

Ce temps de pratique s'adresse autant aux débutants qu'aux personnes ayant une pratique régulière.

Il faut toutefois ne pas avoir de contre-indication médicale concernant cette pratique. De fait, cette pratique engage le corps à travers mouvements et enchaînements.

**Venir avec une tenue confortable permettant une grande liberté de mouvements. (Pas de jean, pas de ceinture etc....)**

Sylvie Robe, est diplômée de l'Ecole Française de Yoga (Paris).

## Groupe 2 Yoga Sylvie ROBE

Ce cours s'adresse plutôt aux personnes ayant une pratique régulière.

Les participants devront se munir **obligatoirement** d'un tapis de gymnastique, si possible, d'un coussin de méditation, d'une grande serviette, d'un sac pour le rangement de leurs affaires (chaussures, etc...)

Groupe 2 Sylvie ROBE Jeudi 9h30/10h30 Caen VISSOL – Salle 198

## Groupe 3 Yoga Sylvie ROBE

Ce cours s'adresse en premier lieu aux débutants et aux personnes souhaitant une pratique très progressive.

Les participants devront se munir **obligatoirement** d'un tapis de gymnastique, si possible, d'un coussin de méditation, d'une grande serviette, d'un sac pour le rangement de leurs affaires (chaussures, etc

Groupe 3 Sylvie ROBE Jeudi 10h30/11h30 Caen VISSOL – Salle 198

**Quota : 25 par groupe**

## **Zumba** Quota : 20



Melody COUSSOT	Jeudi	11h/12h	pierre Heuzé salle Agathe
----------------	-------	---------	---------------------------

## **Sophrologie**



**Quota : 25 par groupe**

Sophrologie 1	Dominique VOISIN	Jeudi 11h30/12h30	Caen VISSOL Salle 198
Sophrologie 2	Dominique VOISIN	Jeudi 12h30/13h 30	Caen VISSOL Salle 198

## **Méditation**



**Quota : 25**

### **Une approche yogique de la méditation...**

Une leçon est composée :

- \* d'une pratique en mouvement
- \* d'exercices pour apprendre à mieux se détendre, se concentrer avec le but d'accéder à un état méditatif
- \* de références aux textes
- \* de temps pour approcher du silence

Christine LEMOINE	Mardi 11 h/12 h	Caen VISSOL Salle 198
-------------------	-----------------	-----------------------

# Activités sportives sans quota

(Pas de limitation)

## Orientation

### Pas d'orientation le mercredi 18 sept pour cause d'inscription

Activité organisée du dernier mercredi de mars au dernier mercredi d'octobre, même pendant les vacances scolaires, sauf les jours fériés (consulter le site de l'UIA pour connaître ces dates)

Rendez-vous au parking du château d'eau de Fleury/orne à partir de 8h15 pour un départ en co-voiturage à 8h30 précises pour la forêt de Grimbosq



Responsable : Philippe BATHEDOU

Mercredi - 8h15/12h30

Forêt de Grimbosq



## Oxygénation

OXYGENATION : marche conviviale du lundi matin s

Il n'y aura pas d'oxygénation **le lundi 16 sept 2024** pour cause des inscriptions

Tous les lundis (sauf jours fériés), et même pendant toutes les vacances scolaires, nous vous donnons rendez-vous entre 8h15 et 8h30 sur le parking derrière le Zénith. Le transport se fait exclusivement en autocar ... départ 8h45 pour nous rendre sur le lieu de la marche situé dans un rayon de 25 kilomètres autour de Caen (60 parcours disponibles).

Quatre circuits-vous sont proposés : 5, 8, 10 et 12 km à effectuer, chacun, en 2h15. Vous pourrez modifier votre choix à tout moment, avant le départ de la marche. Chaussures de randonnée obligatoires.

Une participation financière actuelle de **4€** qui vous est demandée à chaque sortie représente votre contribution à la location du car.

L'Oxygénation est réservée aux seuls adhérents inscrits à l'UIA de Caen

L'activité sera suspendue en cas d'arrêt des transports scolaires (arrêté préfectoral) ou d'alerte vigilance Météo  
La présence d'animaux domestiques est interdite.

Nous organisons chaque année au mois de mai, une "journée des marcheurs" avec une marche le matin, déjeuner au restaurant suivi d'une visite ou d'une marche découverte d'un site remarquable l'après-midi ... l'inscription à cette journée conviviale se fera au cours de l'année

La participation à l'oxygénation se déroule sous le signe de la convivialité, de la courtoisie et du respect de chacun

Les responsables de l'Oxygénation et toute l'équipe vous souhaitent de bonnes balades :

Alain DOLLE ... 06 82 04 83 59 [alain@dolle.fr](mailto:alain@dolle.fr)

Christian PENNE .... 06 78 52 60 67 [christian.penne@wanadoo.fr](mailto:christian.penne@wanadoo.fr)



## Sorties de golf

Une sortie par mois (parcours + déjeuner). Les inscrits sont prévenus par courriel

Responsables : Marie-France BIZEUL et Yvette GAUTHIER.



## Tennis de table

**Responsables :** Jean-François LE BOYER et Simon-Claude SAUTEREAU du PART

**Lieu :** Centre sportif de la Haie Vigné

Pendant les vacances scolaires, des créneaux possibles sont communiqués aux inscrits par courriel.

### Recommandations

Quelques recommandations, si nous voulons continuer de profiter du bel outil que représente la salle de la Haie Vigné :

- 1- Être en mesure, à tout moment, de présenter la "Carte d'Etudiant UIA" à jour,
- 2- Respecter les créneaux horaires qui ont été attribués par la Direction des Sports de la ville de Caen.
- 3- En dehors des créneaux, la salle est réservée principalement aux adhérents du Caen TTC,
- 4- Si éventuellement pendant nos créneaux, nous partageons la salle avec des écoles ou associations : faire en sorte que tout se passe dans la bonne entente,
- 5- Pour les vacances scolaires, l'utilisation de la salle fait l'objet d'une demande spécifique, vous serez informés par courriel : penser à consulter votre boîte mail,
- 6- Pendant ces mêmes vacances, le Caen TTC peut être amené à organiser des stages : se conformer aux sollicitations du Responsable de stage,
- 7- En l'absence du ou des responsables UIA-TdT : penser à émarger le cahier de présence situé à l'entrée de la salle,
- 8- En quittant la salle, ne pas oublier d'emporter vos déchets (balles cassées, bouteille, épiluchures...),

Si des remarques sur le fonctionnement ou l'entretien de la salle : informer le responsable UIA-TdT qui se chargera de les faire remonter auprès du Responsable du complexe sportif.

### Centre sportif de la HAIE VIGNE :

Horaires en dehors des vacances scolaires et des jours fériés qui font l'objet d'attribution supplémentaires

Lundi	Du 26/08/2024 au 16/06/2025	De 8 h00 à 10 h00
Mardi	Du 27/08/2024 au 17/06/2025	De 8 h00 à 10 h00
Mercredi	Du 28/08/2024 au 18/06/2025	De 8 h00 à 10 h00
Jeudi	Du 29/08/2024 au 19/06/2025	De 8 h00 à 10 h00
Vendredi	Du 30/08/2024 au 20/06/2025	De 8 h00 à 10 h00
Samedi	Du 31/08/2024 au 14/06/2025	De 9 h00 à 11 h00