

**Association  
Université du Temps Libre  
Durance Provence**

**PROGRAMME  
2020 - 2021**

**SAVOIR APPRENDRE  
DÉCOUVRIR ÉCHANGER  
SE FORMER**

**3 bis Place de la Mairie, 04200 Peipin  
tél : 04 92 62 60 59  
email : utlduranceprovence04@gmail.com  
site : <https://www.utl-peipin.fr>**

# Une nouvelle année commence !

## Bienvenue à l'association Université du Temps Libre Durance Provence

### EDITO

Très difficile fin de 13<sup>ème</sup> année scolaire pour l'UTL. Tous les cours n'ont pu se terminer, certains ont continué en visioconférence et, quand le confinement a cessé, en live tout en gardant les distances.

Laura notre secrétaire, chargée de mission, coordinatrice et en quelque sorte le pilier de l'association est partie vers d'autres horizons pour un projet personnel. Elle nous manque beaucoup, nous lui adressons tous nos vœux de réussite.

Pour cette rentrée « post covid », notre Université du Temps Libre va rouvrir ses portes sur une nouvelle année riche de **découvertes, d'apprentissages et d'échanges**.

Les nombreux cours sont dispensés par des professeurs diplômés, passionnés par le désir de transmettre et de partager leur savoir avec un grand professionnalisme, vous allez le découvrir au fil des pages de cette plaquette.

L'année 2020-2021 marque un tournant pour l'UTL Durance Provence, l'équipe de bénévoles s'est étoffée de 7 membres super motivés lors de la dernière Assemblée Générale. Nous continuerons à ouvrir nos collégiales mensuelles aux élèves et aux professeurs afin de permettre un large brassage d'idées mais aussi pour recevoir un soutien toujours très apprécié.

**Cette année encore, il y aura des nouveautés : cours, stages, voyage...**

L'Université du Temps Libre Durance Provence est implantée sur notre territoire rural depuis 2007.

Grâce au dynamisme et au travail de ses bénévoles, salariés et enseignants, elle transmet et partage **savoir et connaissance**.

Notre association se veut ouverte à vous toutes et tous, actifs, retraités, étudiants, lycéens, enseignants, jeunes, moins jeunes... qui avez envie d'enrichir vos connaissances scolaires ou universitaires, d'améliorer votre pratique des langues, d'apprendre des techniques de bien-être, de suivre l'évolution des sciences et technologies etc., à travers l'enseignement de professionnels qui animent cours, stages, conférences, cafés-débats ou découvertes, sorties pédagogiques, voyages etc.

**Venez comme vous êtes, sans condition d'âge, de diplôme**, les tarifs sont adaptés dans l'esprit de l'Éducation Populaire.

Souhaitons que la reconnaissance de cet apport culturel et social ainsi que l'aide de nos collectivités territoriales et sponsors perdurent afin de maintenir cette institution qui n'a pas d'égale sur notre territoire.

### **JOURNÉE PORTES OUVERTES MERCREDI 16 SEPTEMBRE 2020**

**(salle polyvalente de Peipin, 14h-17h)**

Elle vous permettra de prendre connaissance de l'emploi du temps définitif 2020/2021, de rencontrer les enseignants et de vous inscrire.

Notre équipe de salariés et de bénévoles vous accueillera et vous accompagnera, si nécessaire, dans votre choix.

Les inscriptions continueront à se faire auprès du secrétariat du

**JEUDI 17 SEPTEMBRE 2020**

jusqu'à la rentrée le **LUNDI 5 OCTOBRE 2020**.

**Toute la Collégiale et les salariés de l'UTL vous souhaitent un très bel été  
et une bonne rentrée 2020 - 2021 avec nous à l'Université du Temps Libre Durance Provence !**

## SOMMAIRE

Page 1 : Couverture  
Page 2 : Édito  
Page 3 : Horaires du secrétariat, formalités, inscriptions, renseignements  
Page 4 : À la découverte de la Francophonie / Anglais  
Page 5 : Atelier d'écriture / Atelier mémoire  
Page 6 : Café débat / Café littéraire  
Page 7 : Calligraphie japonaise / Cuisine japonaise  
Page 8 : Cours orphelins / Développement durable  
Page 9 : Economie / Ethnologie  
Page 10 : Histoire / Histoire de l'Art  
Page 11 : Japonais  
Pages 12 : Naturopathie  
Pages 13 : Oenologie  
Page 14 : Poterie / Russe  
Page 15 : Tai Chi  
Page 16 : Vannerie / Infos stages  
Page 17 : Les voyages au Japon  
Page 18 : Tarifs des cours  
Pages 19 et 20 : Nos partenaires / Plan d'accès

## Ouverture du Secrétariat

LUN. : 10H - 12H  
14H - 17H  
VEN. : 10H - 12H  
OU  
SUR RENDEZ-VOUS



## CONTACT

04 92 62 60 59  
utlduranceprovence04@gmail.com  
www.utl-peipin.fr  
Facebook : UTL Durance Provence

## FORMALITÉS D'INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS

**Préalable pour participer aux cours : il faut être adhérent et avoir réglé le montant de la cotisation annuelle ainsi que le montant du ou des cours auprès du secrétariat de l'UTL**

- Cotisation annuelle : 35€ (60€ couple et fratrie)
- Cotisation annuelle pour minima sociaux, étudiant, moins de 16 ans (sur justificatif) : 20€ (30€ couple et fratrie)
- Le règlement de l'adhésion et des cours se fait pour l'année entière, dès l'inscription et avant le démarrage des cours (possibilité de faire plusieurs chèques).
- Les inscriptions pour les stages et les extras se font tout au long de l'année (au plus tard 48h avant l'événement), avec des tarifs préférentiels pour les adhérents, et ne seront définitives qu'après règlement.

### ATTENTION

- Les professeurs de certains cours pourront vous demander une participation pour les matières premières ou les déplacements sur sites.
- Aucune convocation ne sera envoyée pour le démarrage des cours, consultez le site ou contactez-nous !
- **Aucun remboursement ne sera effectué sauf annulation de notre part**

### NOUVEAUTÉ

**L'UTL vous propose, cette année, le mois du cours d'essai. Qu'est-ce que c'est ? Pendant tout le mois de mars, chaque adhérent aura la possibilité d'assister à un ou plusieurs cours de son choix pour découvrir une nouvelle discipline.**

**Une liste des cours qui pourront être suivis dans le cadre de ce mois du cours d'essai sera diffusée.**

**Les inscriptions se feront auprès du secrétariat.  
Forfait unique payable à l'inscription : 10 € par cours.**

**JOURNÉE PORTES OUVERTES "À LA RENCONTRE DES PROFESSEURS"  
MERCREDI 16 SEPTEMBRE 2020 DE 14H À 17H  
SALLE POLYVALENTE DE PEIPIN**

# À LA DÉCOUVERTE DE LA FRANCOPHONIE

Professeur : Éric JÉRÔME

*Je suis entré en « Francophonie » comme on entre en religion... déjà, à seize ans, en cours de français, je présentais un exposé sur le sujet. Puis, la vie m'exposant à d'autres certitudes, je suis devenu un agent de la fonction publique, mais sans jamais perdre de vue ma passion francophone. D'ailleurs, j'ai pu, en filigrane, m'exposer de nouveau, à travers les médias locaux de Marseille, sur les ondes d'une radio locale puis me frayer à une des réalités de la Francophonie mondiale en participant activement à deux CMA (Congrès Mondial Acadien) en terre américaine. La cinquantaine étant souvent l'âge des grands changements de vie, j'ai décidé de développer mon activité de conférencier sur la Francophonie. Ainsi, depuis 2018, j'ai pu présenter les différentes conférences « découverte » actuellement inscrites à mon catalogue à travers une soixantaine d'interventions dans le sud-est de la France et à Paris ( UTL, universités populaires, médiathèques...).*

À travers Cafés-Découverte et Soirées conférence, nous pourrions aborder la Francophonie mondiale, comme une ouverture sur : Les francophones d'Amérique : entre résistance et métissage / la Francophonie : une réalité africaine / Les Pays d'Outre Mer océaniques : une Francophonie au grand large / L'Europe : aux sources de la Francophonie / Le Québec libre ! Ah bon...

Le goût de l'aventure pourrait nous emmener vers d'autres sujets : les grands découvreurs que sont Samuel de Champlain, Pierre Savorgnan de Brazza et Louis-Antoine de Bougainville / Du bâtisseur d'empire au prince des océans, évocation de Samuel de Champlain et Louis-Antoine de Bougainville, Pierre Savorgnan de Brazza, une vie pour l'Afrique...

Les dates des interventions seront annoncées 1 mois à l'avance.



## ANGLAIS

Professeur : Patricia KLEMENSIEWICZ

*J'ai un DEUG d'anglais option enseignement. J'ai occupé de nombreux postes pour des missions de formations auprès de sociétés pour leurs salariés. J'ai également enseigné pour des préparations aux examens d'études supérieures. Je me suis occupée d'adolescents en post-incarcération pour les remobiliser vers la scolarité et les orienter vers des solutions concrètes et productives. J'ai longtemps été bénévole en soutien scolaire pour plusieurs associations. Mon désir et le moteur de mes choix professionnels ont toujours été de mettre ces acquis, ce savoir faire au service de la collectivité. Je suis intellectuellement curieuse et passionnée par l'humain.*

Réussir à s'exprimer en anglais ? Un (vieux) rêve qui deviendrait réalité ! Tout le monde en a besoin et plus de 50% des gens le parlent, donc je peux aussi. Échanger, parler, écouter, revoir ses acquis, impliquer les participant(e)s sous forme de jeu.

Aborder les différentes cultures des anglophones (vidéos, extraits de films en version originale). Études comparatives français / anglais.

Analyse des différents points de vue des deux langues.

Des vidéos et audios relatifs aux voyages, au tourisme (thèmes récurrents pour les adhérent(e)s).

Découverte du monde anglophone avec animations de débats.

La priorité sera mise sur l'expression orale. L'objectif premier est de rendre ces séances ludiques tout en progressant. Rien qui vous rappelle l'école, of course !!! Les cours sont répartis en fonction des niveaux (selon le nombre d'inscrit(e)s : débutant(e)s / intermédiaires / confirmé(e)s).

**Let's go and talk together !!!**



## ATELIER D'ÉCRITURE

Professeur : Marie-Christine INGIGLIARDI

*Sa maîtrise de droit ne l'a pas menée au tribunal mais lui a donné envie de traduire en clair le jargon juridico-administratif que chacun est en droit de comprendre. Devenue journaliste, elle aime prêter sa plume à qui sait quoi dire mais peine à l'écrire : elle sera, aussi, écrivain public. Elle fuit Paris vers le sud et retourne à la fac pour une licence de sociologie. D'Aix à Seyne elle mêlera, pendant dix ans, tissage (de mots et de laine), pages et enquêtes. Elle quitte la montagne pour Sisteron et crée une société de microédition. Puis, chargée de communication d'une mutuelle, elle apprend le principe des ateliers mémoire qui, de Manosque à Saint-Véran en passant par l'UTL de Peipin, rassureront en vingt ans des centaines de hauts et bas-alpins inquiets d'égarer leurs clés et le nom de leur film préféré ! Elle écrit toujours pour les autres mais a passé le diplôme d'animatrice d'ateliers d'écriture pour partager avec eux son plaisir d'écrire.*

C'est sérieux un mot... mais c'est aussi très joueur ! Pour le plaisir (le vôtre et le mien !) je vous invite à jouer avec eux. Attention ! À l'état sauvage, ils ont parfois un fichu caractère ! Ils vous font des blagues idiotes, se cachant au fond de votre mémoire au moment où vous en avez besoin, se déversant en flots quand il faudrait se taire, se substituant à d'autres sans prévenir. Ils peuvent même déménager à la cloche de bois, vous laissant sans voix. Rassurez-vous, ce ne sont finalement pas de mauvais bougres. Il suffit d'un peu de temps et de patience pour les apprivoiser. Ils deviennent alors plus conciliants... Et là, je vous promets de grands bonheurs !



## ATELIER MÉMOIRE

Professeur : Marie-Christine INGIGLIARDI

Votre mémoire vous joue des tours ? Venez jouer avec nous !

Composé d'exercices ludiques et variés, l'atelier mémoire sollicite le cerveau à travers la globalité de ses fonctions : l'attention, la concentration, la perception, le langage, l'imagination... Sans oublier le rire ! L'atelier mémoire vise à stimuler les différentes formes de mémoires : mémoire ancienne, mémoire immédiate, mémoire visuelle et auditive.



ATELIER GRATUIT

## CAFÉ DÉBAT

Professeur : Murielle RIPERT

*Présentation : issue du monde de l'enseignement et de la formation pour adultes, j'ai étudié à la Faculté des lettres de Nancy et acquis un Master 1 de Lettres modernes en 1995. J'ai navigué au fil des années entre établissements publics, privés, professionnels ou généraux, abordant ainsi différentes matières comme la géographie, l'histoire, le français, le développement durable, et je me suis enrichie culturellement et humainement auprès de publics très différents, collégiens, lycéens, étudiants en BTS, et adultes en reconversion professionnelle, public cher à mon cœur. J'aime partager mes connaissances dans la bonne humeur et dans le respect de chacun, transmettre, insuffler le goût d'apprendre et de s'enrichir car la culture stimule l'activité intellectuelle, préserve de l'ennui et combat l'ignorance et ses dérives.*



Envie d'échanger autour d'un café ou d'un thé ? De partager des connaissances, de débattre sur les grandes questions qui secouent nos sociétés : l'épidémie de coronavirus, notre société de surconsommation, l'écologie, la politique de notre gouvernement, la place de l'homme dans la nature aujourd'hui, le lien qui nous unit aux animaux, le dernier livre lu ? Que de choses à se raconter tout en grignotant un gâteau maison ! Venez pousser la porte de cet atelier où l'on ne se prend pas au sérieux, où l'on refait le monde avec le sourire, où chacun peut participer à son rythme et où générosité rime avec bienveillance.

## CAFÉ LITTÉRAIRE

Professeur : Élisabeth MARTINEZ-BRUNCHER

*Elisabeth Martinez est professeur de Lettres classiques.*

*Elle est également auteure de romans, de nouvelles et de pièces de théâtre (sous le nom d'Elisabeth Martinez-Brucher). Elle vit près de Sisteron, plus précisément dans la Vallée du Jabron. C'est là, dans sa vieille maison, entourée de sa famille et de ses animaux, qu'elle tisse les vies singulières de ses personnages qui, comme nous tous, sont remplis d'ombre et de lumière.*



Quoi que nous en pensions, nous sommes toutes et tous très attiré(e)s par les histoires qui arrivent aux autres. Car nous savons parfaitement qu'elles pourraient nous arriver aussi. C'est ce que fait la littérature depuis des milliers d'années.

Elle nous raconte, à travers le temps et la Terre, ce qui fait le socle de notre humanité : l'espoir, le chagrin, l'amour, la révolte et l'énergie colossale qu'il nous faut pour vivre.

Alors, le choix est vaste.

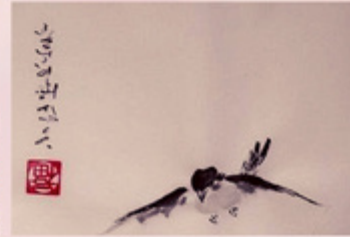
Dans les cafés littéraires que je me propose de conduire, nous retrouverons, je l'espère, le plaisir d'aller à la rencontre d'autres univers, d'autres paysages mentaux qui, tous, n'existent que pour nous et par nous, lecteurs et « voyageurs immobiles » dans le territoire sans frontières de l'imaginaire.

## CALLIGRAPHIE JAPONAISE

Professeur : Atsuko MASUDA-RENON

*Atsuko est née au Japon, dans la préfecture d'Ibaraki. Après son mariage, elle s'est installée en France où elle vit depuis 2008. Comme tous les japonais de sa génération, outre les matières plus classiques auxquelles on pourrait s'attendre, elle a également commencé à apprendre les gestes de la cuisine japonaise du quotidien, ainsi que la calligraphie. Cette dernière étant au Japon considérée comme indispensable pour pleinement appréhender l'écriture du japonais, elle l'a pratiquée à raison d'au moins une séance par semaine jusqu'à la fin du lycée. Depuis son arrivée en France, elle a pu enseigner et partager ces connaissances dans le cadre de l'UTL.*

La calligraphie est l'un des arts les plus importants de la culture japonaise. Originellement venue de Chine dès le premier siècle, elle s'est progressivement intégrée à la société nippone et fait maintenant partie de l'apprentissage de tous les écoliers japonais. Atsuko vous propose de découvrir et pratiquer cette discipline sous forme de cours à l'année ou de stages ponctuels dans le cadre de l'UTL Durance Provence. A chaque séance, les pratiquants auront l'opportunité de tracer les kanjis correspondant au thème du jour ou de reprendre un poème classique de la culture japonaise : haïku avec l'écriture hiragana ou katakana. Les œuvres ainsi obtenues peuvent être encadrées et ainsi faire de très jolis tableaux. Cours tous niveaux. Le matériel est fourni.



## CUISINE JAPONAISE

Professeur : Atsuko MASUDA-RENON

Que connaissez-vous de la cuisine japonaise ? La plupart répondront sushis, yakitori, peut être ramen... mais résumer cette cuisine si fine, si raffinée et si joliment présentée serait extrêmement réducteur ! Atsuko a voulu nous faire découvrir la diversité de la vraie cuisine japonaise, authentique et surtout familiale : des recettes traditionnelles "comme à la maison" ! La cuisine japonaise n'est pas difficile, chacun peut s'y lancer sans crainte. Vous allez découvrir tous les secrets de la cuisine du pays du soleil levant. Régalez-vous avec un poulet Teriyaki, une crevette sauce Kimizu, des boulette de riz Onigiri au saumon, un carrelet à la japonaise, un tofu chaud au yuzu...

Itadakimasu ! Ce qui peut se traduire par bon appétit, bien que ce soit une formule de politesse qui s'adresse à celui qui a préparé le repas.



## COURS ORPHELINS

ITALIEN  
ESPAGNOL  
ALLEMAND



PROFESSEURS :

à l'heure où nous réalisons cette plaquette, nous sommes toujours en recherche d'un professeur d'italien, d'un professeur d'allemand et d'un professeur d'espagnol. Espérons que lorsque vous lirez ces pages nous aurons enfin trouvé ces trois enseignants !

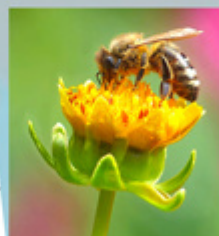
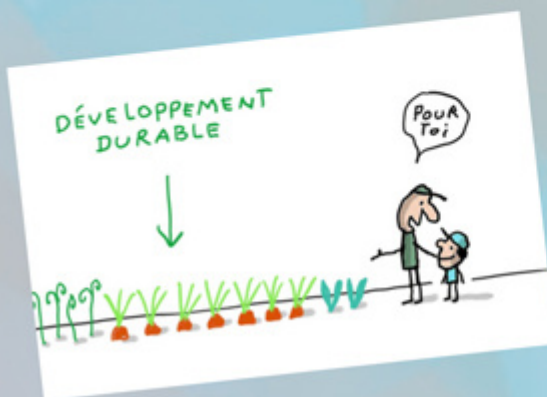
Nous vous tiendrons au courant via facebook et le site de l'UTL

## DÉVELOPPEMENT DURABLE

Professeur : Murielle RIPERT

*Vous trouverez la présentation du professeur à la rubrique "Café Débat" page 6*

Notre chère planète n'a pas le moral ? Est-ce la faute au réchauffement climatique ? Sommes-nous responsables de cette mine boudeuse ? Autant de questions sur la santé de la Terre et de ses habitants, qui nous interpellent mais dont nous n'avons pas toujours la réponse ! Venez découvrir avec moi les enjeux et défis que notre société va devoir affronter : l'eau, bien rare et précieux, les énergies fossiles polluantes et les renouvelables, la disparition des forêts primaires, bien commun à l'humanité, la banquise qui disparaît... C'est souvent l'ignorance qui nous fait mal agir, alors glissez-vous le temps d'un atelier dans la peau d'un étudiant, car connaître le monde dans lequel on vit, c'est apprendre à mieux se connaître et être acteur de sa vie.





# ÉCONOMIE

Professeur : Paola MONNERAUD

*Je m'appelle Paola Monneraud, d'origine italienne, j'ai grandi en région parisienne puis près de Marseille. Mes parents, tous deux enseignants, m'ont transmis leur passion : celle de transmettre nos savoirs en développant les connaissances et les compétences de nos élèves et ce, tout en restant à leur écoute. Ce métier paraissait tellement passionnant que j'ai décidé de faire des études de droit et d'économie pour passer le concours et devenir enseignante en économie gestion. Des quartiers nord à Marseille au lycée Saint Exupéry en passant par le lycée de Gap, je suis actuellement enseignante au lycée de Sisteron. Et enfin, je suis maman d'une petite fille de 3 ans, qui suivra peut être la trace de ses parents, tous deux enseignants également !!! L'enseignement est décidément une histoire de famille !!!*

Qu'est ce qui se cache derrière ce terme général d' "ÉCONOMIE," souvent abstrait pour beaucoup d'entre nous ? C'est ce que nous découvrirons dans cet atelier que j'animerai par quinzaine.

Il s'agira en effet d'étudier un fait d'actualité et de le mettre en lumière avec la boîte à outil de l'économiste : mondialisation, Europe, monnaie, environnement, fiscalité, inégalités...

Nous nous pencherons également sur la crise du COVID 19 : changements engendrés par la crise, réponses nationales et européennes etc.

Vous l'aurez compris, l'économie fait partie intégrante de notre actualité.

Alors n'hésitez pas et soyez nombreux à nous rejoindre !



# ETHNOLOGIE

Professeur : Karine MICHEL

*Karine Michel est anthropologue, spécialiste des mondes juifs contemporains. Ethnologue et sociologue de formation, elle professe dans différentes institutions avec des publics variés et des thématiques multiples touchant à la société et aux cultures humaines. Elle enseigne depuis plusieurs années à l'UTL pour le plus grand plaisir de ses élèves dont certains la suivent toujours fidèlement.*

## Les sociétés en situation de crise

Comment lire, analyser, comprendre les divers événements de notre réalité sociale ? Cette interrogation se fait plus pressante et plus palpable en temps de crise. Les notions de risques, d'urgence, de morts deviennent des mots chocs dans un usage médiatique au service d'une politique de l'immédiat. Cette année, le cours s'attachera à la déconstruction de ces notions et aux discours attenants. Il s'agira d'appréhender le discours en temps de crise, dans ses rouages politiques et mécanismes médiatiques, afin de comprendre ce qui se joue dans une société en crise.



# HISTOIRE

Professeur : Guillaume DURAND

*Guillaume Durand découvre la langue et la civilisation roumaines alors qu'il se destine à l'économie. C'est le début d'une passion qui le conduit à se consacrer à l'archéologie et à l'histoire de l'art avec la Roumanie comme fil conducteur. Pour comprendre ce pays de contacts et de conflits, de brassages humains et politiques, Guillaume Durand élargit son champs d'étude aux Balkans, au Moyen-Orient, à l'Asie Mineure, à l'Iran... Docteur en histoire, professeur d'histoire, directeur associé de l'Institut américain universitaire d'Aix-en-Provence où il enseigne l'archéologie, l'art et l'histoire. En parallèle, il guide auprès de l'agence culturelle Clio, Paris, des voyages dans la partie Est de la Méditerranée et de l'Europe : Chypre, Roumanie, Turquie, Liban, Iran, Azerbaïdjan à la découverte de ces régions, des liens profonds qui nourrissent leur passé, pour mieux éclairer leur présent.*

## OCTOBRE à DECEMBRE 2020

### Cours les mardis 9h30-11h (Thème 1)

#### Thème 1 : La Roumanie antique et médiévale - études thématiques

Pays méconnu et parfois décrié, la Roumanie recèle un patrimoine extrêmement varié et riche. Au cours de cette première conférence, nous nous attarderons sur les périodes antiques (la Dacie indépendante puis la Dacia Felix de Trajan) et médiévales en mettant en avant la singularité historique et religieuse de ce pays entre Chrétienté occidentale gothique en Transylvanie et Orthodoxie d'essence balkanique en Valachie et Moldavie.

8 octobre : Introduction à l'histoire et la géographie de la Roumanie

13 octobre : L'Or des Daces et des Gètes

3 novembre : La conquête romaine de la Dacie (Roumanie) vue à travers les témoignages de la Colonne de Trajan et du trophée d'Adamclisi (Dobroudja, Roumanie)

10 novembre : Les débuts des principautés de Valachie et de Moldavie vues à travers l'architecture religieuse (XIVe / XVe siècles)

1er décembre : Dracula - le personnage historique et l'enjeu transylvain

8 décembre : Les monastères peints de Bucovine : approche iconographique, théologique et historique



### Cours les mardis 11h15-12h45 (Thème 2)

#### Thème 2 : Le Liban phénicien et romain

Le Liban fait partie de ces pays qui sont de véritables carrefours civilisationnels. Cette conférence abordera au travers des découvertes archéologiques majeures, comme Tyr, Sidon Byblos ou Baalbek, l'identité phénicienne et son rayonnement sur l'ensemble du bassin méditerranéen.

8 octobre : Le Liban préhistorique et la question phénicienne

13 octobre : Le Liban de l'âge du Bronze et du début de l'âge du Fer - approche générale

3 novembre : Etude des sites de Tyr, Sidon, Byblos

10 novembre : Le rayonnement phénicien sur le bassin méditerranéen

1er décembre : Le Liban romain (Baalbek) et les premiers témoignages chrétiens

8 décembre : Le Liban byzantin



## JANVIER 2021 – MAI 2021 (8 COURS)

Pour ce qui est des thèmes pour le 2e semestre, une discussion aura lieu avec les inscrits du 1er semestre et le professeur, de manière à "coller" au mieux à leurs attentes.

# JAPONAIS

Professeurs : Atsuko MASUDA RENON et Sébastien RENON

*Sébastien Renon est professeur agrégé d'anglais et titulaire d'un diplôme d'enseignement du français langue étrangère. De fait, il est un spécialiste de l'enseignement des langues étrangères à tout public. Il a travaillé comme professeur d'anglais en école primaire au Japon pendant 2 ans et demi, période pendant laquelle il a rencontré Atsuko Masuda, bientôt Atsuko Masuda-Renon. Ils vivent maintenant en France et donnent ensemble des cours de japonais à l'UTL Durance Provence depuis 2008. C'est également dans le cadre de l'UTL qu'ils ont organisé deux voyages de découverte du Japon*

Arts martiaux, manga ou filmographie, voilà des sujets qui peuvent amener à s'intéresser au Japon. L'attrait des français pour ce pays remonte au XIXe siècle et ne s'est jamais démenti. Ce pays, fait de contrastes entre l'ultra-moderne et le traditionnel, fascine. Mais toute culture est liée à sa langue et certains aspects du Japon sont difficilement perceptibles sans la comprendre. C'est pourquoi apprendre le japonais, ou au moins quelques éléments de ce langage, enrichira énormément la vision qu'on peut avoir de l'archipel nippon.

Les cours de japonais donnés par Atsuko Masuda-Renon et Sébastien Renon auront lieu de janvier à avril 2021 et seront avant tout focalisés sur la langue orale : initiation à un japonais minimal de 'survie' pour les débutants, rendre plus facile l'expression pour les plus avancés.

Une opportunité d'étude un peu moins académique du japonais à ne pas manquer. En lien avec les voyages au Japon organisés par l'UTL au printemps 2021.



## LES VOYAGES AU JAPON ( voir page 17 )

Ci-dessous quelques photos des derniers voyages au Japon organisés par l'UTL Durance Provence, pour vous donner envie !



# NATUROPATHIE - PHYTOTHÉRAPIE

Professeur : Sylvie LALANNE

*"Apprendre l'art de nourrir la vie en soi avec simplicité et légèreté"*

*Naturopathe à Mallefougasse-Augès. Sa philosophie : "Apprendre l'art de nourrir la vie en soi avec simplicité et légèreté". Mon approche comprend les médecines douces avec une formation de praticien de santé naturopathe faite en 2007 chez Euronature à Aix-en-Provence ; un cycle supérieur fait en 2008-2009 chez Aesculape à Aix-en-Provence auprès de Dominick Léaud-Zachoval ; une spécialisation en micronutrition et nutrithérapie en 2012 chez Nutriformation à Montpellier auprès de Jérôme Manetta ; des formations approfondies en iridologie, en aromathérapie, en réflexologie plantaire, en magnétisme, en modélisation symbolique et en coaching de vie. Je suis également formatrice dans une école de naturopathie - Aesculape à Aix en Provence depuis 7 ans maintenant. J'organise aussi des ateliers-découverte pour l'Université du Temps Libre de Peipin (naturopathie- phytothérapie-alimentation).*

La naturopathie permet d'être et de rester en bonne santé physique et psychique grâce aux plantes et une alimentation adaptée. Elle est reconnue par l'OMS et est considérée comme médecine traditionnelle occidentale dont Hippocrate est le père fondateur. Parmi les outils privilégiés de la naturopathie, on retrouve, entre autres, la phytothérapie, la nutrition, l'aromathérapie, les techniques de gestion du stress etc. Il est question d'agir sur son environnement et son mode de vie afin de maximiser ses forces et son bien-être et, au bout du compte, de réduire les risques de maladie. Le bien-être physique et émotionnel qui en résulte témoigne de l'équilibre retrouvé.

## CETTE ANNÉE, DEUX PROGRAMMES

### Initiation à la naturopathie et à la phytothérapie familiales

#### Soins naturels pour soi, la maison et la planète

- Beauté de la peau, des ongles et des cheveux
- Aromathérapie - phytothérapie : préparer ses soins maison pour se faire du bien

#### Bien-être dans son corps

- Detox : booster son énergie
- Les aliments santé : bienfaits et utilisation en cuisine
- Le sommeil : sa qualité est indispensable pour une bonne santé

#### Bien dans sa tête

- Bien être dans sa tête
- EFT ( Emotional Freedom Technique) : pour gagner en confiance en soi.

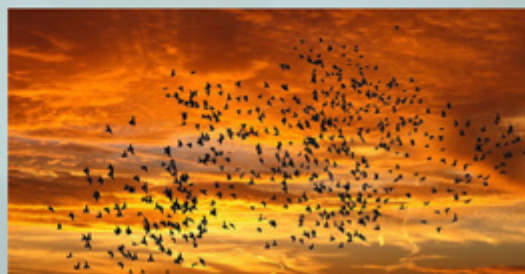
#### Devenir centenaire bon pied, bon œil

- Les centenaires dans le monde
- Atteindre ses objectifs de futur centenaire : petit traité de motivation

### Cycle avancé pour celles et ceux qui ont déjà des bases

Chaque thème sera traité à travers l'alimentation et la nutrition, les écrits des grands auteurs en matière de santé, la Tradition, les techniques naturopathiques qui comprennent entre autres l'utilisation des plantes sous forme d'élixirs émotionnels (Fleurs de Bach), d'huiles essentielles, de phytothérapie, etc :

- La respiration : clef de notre bien-être
- Fatigue chronique : les différentes pistes à envisager
- Se protéger de la pollution (alimentation, air, eau)
- Le syndrome métabolique
- Douleurs articulaires, musculaires, fibromyalgie
- L'inflammation : au cœur du processus pathologique
- 8 pistes pour une meilleure santé générale
- Déprime, dépression : quand ça ne tourne plus rond
- Lipides : se réconcilier avec les matières grasses



# OENOLOGIE

## Cours de sommellerie - Crus des vins - Dégustation

Professeur : Christian CROS

*Christian Cros est enseignant au Lycée des Métiers de l'Hôtellerie et de la Restauration à Sisteron. Il a déjà enseigné l'oenologie à l'UTL Durance Provence il y a quelques années et nous sommes très heureux d'accueillir à nouveau ce professeur passionnant et passionné par sa discipline qu'il sait si bien transmettre à ses élèves.*



Le sommelier amateur averti ou professionnel a un rôle particulier qui va donner au repas toute sa splendeur. Il se laisse guider par ses sens pour faire partager son amour du bon vin. Il met son talent au service des gourmets. Il saura conseiller les meilleurs accords mets-vins.

### **Dates prévisionnelles des cours , thèmes abordés et vins dégustés**

10/10 : Présentation / Historique / le terroir sans vin dégusté

17/10 : Le vin / son élaboration / notions de cépages vin blanc à déterminer. Remise fiche dégustation

07/11 : Les vins blancs 1 : les secs, 4 vins à déguster

21/11 : Les vins blancs 2 : les gras, 4 vins à déguster

05/12 : Sortie visite d'un chai / La Blaque, en fonction de M. Delsuc

19/12 : Les vins de fêtes : Noël. En fonction du choix du groupe

09/01 : Les vins blancs 3 : les effervescents, 3 produits dégustés

23/01 : Rouge 1 : fruité / léger, flacons issus de gamay

06/02 : Rouge 2 : puissant, flacons issus de pinot noir

20/02 : Rouge 3 : tannique, flacons issus de cabernet / syrah / malbec...

13/03 : Les rosés : gamme chromatique, flacons issus de Loire / Bordelais / Côte-du-Rhône et Provence

27/03 : Sortie terrain Région PACA : musée / randonnée en vigne / déjeuner caveau

10/04 : Accords mets et vins : flacons et assiette

17/04 : Aperçu sur les vins étrangers : non déterminé à ce jour

**Matériel nécessaire** : une clé USB dédiée, de quoi prendre des notes, son ou ses verres.



# POTERIE

Professeur : Mireille SAVOURNIN

*Bien avant 1980, début de mon activité, la terre a toujours été ma passion. Même si le Grès est ma spécialité, la Terre Vernissée le Raku et le modelage sont des techniques que j'aime pratiquer. Ma production est aussi bien utilitaire que décorative. Ma poterie est faite pour faire partie de la vie quotidienne, en joignant l'utile à l'agréable, le concret à l'imaginaire... Je travaille avec mon mari, Michel qui est maître artisan. En dehors de ma vie d'artisane, je donne des cours de poterie à des enfants, des ados et des adultes depuis 45 ans.*

Créativité, créativité, créativité ! Tel est le maître mot des ateliers de poterie que j'anime depuis de nombreuses années. Je propose un thème, vous imaginez la pièce que vous voulez réaliser et je suis là pour le soutien et les conseils pratiques pour vous accompagner jusqu'à la réussite finale ! Au préalable, bien entendu, je vous apprendrai les techniques de base du modelage : boule, colombin, plaque... et vous pourrez travailler différentes terres : faïence, grès, porcelaine.

Rien de tel pour se relaxer que de travailler la terre, lui donner forme et avoir le plaisir de réaliser de ses mains un objet complètement personnel. Et si vous fabriquez des poteries utilitaires, vous pourrez même vous en servir !



# RUSSE

Professeur : Halina VOINEY

*Halina est née en Biélorussie et le russe est sa langue maternelle. Elle est bilingue et parle parfaitement le français. Elle a enseigné en Biélorussie pendant 10 ans puis est venue s'installer en France où elle vit avec sa famille. Elle a une très bonne expérience de la pédagogie et de très bons contacts avec les élèves. Elle apporte rigueur et attention dans son enseignement.*

## Добро пожаловать

Il n'est jamais trop tard pour se lancer dans la découverte d'une nouvelle langue. Apprendre le russe est plus facile que l'on ne croit. Sa fascinante musicalité et son incroyable richesse sonore vous séduira rapidement et vous pourrez comprendre et chanter des chansons russes, lire la poésie de célèbres poètes. Vous découvrirez aussi avec nous les traditions et la gastronomie slaves.

**Débutant** : apprendre l'alphabet, prononcer les sons et les mots, lire et écrire progressivement, construire les phrases et comprendre les textes simples.

**Faux débutant** : améliorer votre compréhension d'écoute, suivre des conversations de base, apprendre à communiquer dans les situations de la vie courante par le dialogue.

**Avancé** : suivre des conversations dans un environnement de la langue russe, penser en russe, lire couramment, dialoguer et donner son avis sur les textes



# TAI CHI CHUAN

Professeur : Marie-Hélène MORTUREUX BAE

*Ancienne danseuse professionnelle de danse contemporaine, j'ai toujours pratiqué le tai chi et le qi gong parallèlement à la danse. Je suis diplômée d'état d'enseignante en danse contemporaine, praticienne également diplômée d'une pratique somatique appelée body-mind-centering. J'ai longuement étudié auprès du maître tai-chi Chu King Hung et de son représentant à Paris pendant une quinzaine d'année. Puis j'ai choisi de suivre l'enseignement de maître Bob Boyd : la forme du style du serpent, forme yang avec 108 mouvements. J'ai étudié par ailleurs différentes formes de qi gong au fur et à mesure de mon parcours, et ce depuis au moins 25 ans. J'enseigne dans le 04 depuis 3 ans dans différentes associations et chez moi, et depuis 2 ans à l'UTL Durance Provence. En 2019, j'ai finalisé mes formations de massage TUINA (massage énergétique chinois) et de massage WUOTAI (massage ostéo-danse). Le corps et la transmission de mon expérience et de mes connaissances dans le domaine des pratiques énergétiques, de bien-être et d'épanouissement personnel me passionnent.*

Le tai chi chuan enseigné est celui de la forme yang dans le style du serpent . Ce cours hebdomadaire de 1h30 pour les débutants et de 2 heures pour les confirmés, vous permettra de pratiquer le tai chi chuan dans la tradition originelle (qi gong préparatoire, apprentissage de la forme des 108 mouvements et travail avec partenaire). L'essence de cet art martial interne transforme les chemins posturaux et la perception de l'enracinement, facilite la circulation de l'énergie dans le corps et redonne une mobilité harmonisée, avec une intention claire au service de l'action. Une pédagogie affinée par une approche soma en profondeur. Le travail de la "colonne noyau" est au coeur du style du serpent ; il permet de retrouver une colonne vertébrale souple et une poitrine détendue, un dos ouvert, des articulations flexibles.

L'ancrage à la terre recentre notre positionnement au monde, permettant de se ressentir plus serein, plus disponible et plus ouvert sur la vie qui circule en nous et autour de nous.

Une approche spécifique de la détente et de la respiration est proposée avec une attention spéciale portée aux deux ceintures : scapulaire et pelvienne. Ce travail interne permet une prise de conscience de nos tensions et nous donne des clefs très importantes pour la possibilité que nous avons à les transformer. Chacun à son niveau et selon ses attentes peut découvrir une transformation réelle vers plus de stabilité et de vitalité pour sa vie.



# VANNERIE

Professeur : Brigitte GEA

*L'activité Vannerie Fine de Rotin est proposée par Brigitte Gea, Educatrice Technique Spécialisée. "J'ai passé en tout 38 années auprès d'enfants, d'adolescents et de jeunes adultes handicapés visuels à Marseille, dont 18 années dans le milieu éducatif. Puis je me suis spécialisée dans l'apprentissage de la vannerie fine de rotin ces 20 dernières années en animant un atelier de rotin, technique particulièrement adaptée à la déficience visuelle. Ayant quitté le bord de mer pour celui des montagnes en fin de carrière j'aimerais continuer à enseigner cette activité avec, pourquoi pas, un nouveau public à l'UTL."*

Le rotin appartient à la famille botanique des palmiers lianes. Il pousse naturellement dans les zones tropicales et subtropicales. C'est un produit résistant et souple, de sections différentes indispensables pour la réalisation des paniers. Il permet la fabrication de petits ouvrages d'une grande finesse mais également sert à la confection de meubles. Il est plus facile à travailler que l'osier et demande surtout de la dextérité et de la patience. On acquiert rapidement le tour de main nécessaire ! Le tressage est une occupation agréable qui augmente l'adresse manuelle et apporte joie et satisfaction. L'osier, lui, est cultivé dans toute l'Europe dans des oseraies. Il est plus difficile à travailler et exige de la force musculaire car la matière est difficile à dompter. Je propose pour ma part l'enseignement de la vannerie fine de rotin afin de fabriquer des ouvrages "fantaisie" de petites et moyennes sections qui trouveront facilement leur place et leur utilité dans vos maisons. Les objets seront variés et au choix. Une progression dans l'apprentissage sera proposée tout au long des séances. En dehors de la main, cet outil prodigieux, travailler le rotin ne nécessite que quelques outils et permettra de pratiquer un artisanat généreux à partir de quelques végétaux.



## STAGES - CONFÉRENCES - CAFÉS-DÉBATS

De nombreux stages, conférences et cafés-débats vont être programmés tout au long de l'année. Vous serez avertis par mail chaque mois avec le "Programme des Extras de l'UTL". Ces programmes seront également mis en ligne sur le site et à disposition à l'UTL en format papier. Des cours comme l'art floral japonais, la cuisine japonaise, la calligraphie japonaise, etc. seront également ouverts en stages.

**Minima sociaux, étudiants, moins de 16 ans : réduction de 50%**  
**Non-imposables : réduction de 30% sur présentation de justificatifs**

STAGES : adhérent : 6.30€ / heure - Non-adhérent : 9€ / heure.

Pour certains stages ou cours, les professeurs pourront vous demander une participation supplémentaire pour les matières premières.

CAFÉS-DÉBATS, CAFÉS-DÉCOUVERTES : adhérent : 6.30€ / heure - Non-adhérent : 9€ / heure.

CONFÉRENCES : adhérent : gratuit ou 6€ selon le conférencier.

Non-adhérent : 6€ ou 10€ selon le conférencier.

### ATTENTION :

- pour qu'un stage, un café-débat, un café-découverte ou une conférence soient maintenus, il faut au moins 8 personnes.
- pour chacune des activités ponctuelles, les inscriptions préalables ainsi que le règlement sont indispensables, au plus tard 48h avant l'évènement.



# LES VOYAGES AU JAPON

Au printemps 2021, en mai, l'UTL organise deux voyages au Japon :

## "Découverte" et "Hors des sentiers battus".

Pour ces deux voyages, les participants seront accompagnés de guides-interprètes (dont une japonaise) de la descente de l'avion jusqu'au départ pour revenir en France. Le nombre de participants est limité entre 6 et 10 personnes afin de garder un aspect convivial au voyage.

Le prix de chaque voyage comprend le billet d'avion, quelques-uns des repas traditionnels, les différentes visites et activités faites en groupe ainsi que les hébergements. Suivant les endroits, ces derniers seront en hôtel trois étoiles ou en auberge traditionnelle japonaise.

### "Découverte" :

Ce voyage est conçu pour des personnes qui souhaitent découvrir le Japon pour la première fois. Il intègre cependant quelques éléments très rarement prévus pour un premier séjour dans l'archipel nippon. Il dure deux semaines et s'organisera comme suit :

- Tokyo et alentours : arrivée en avion. Visite de plusieurs lieux typiques de la ville (Shibuya, Asakusa, etc.) ;
- Journée à Enoshima et Kamakura ;
- Ise : lieu de grande importance shintoïste ;
- Hiroshima : parc de la Paix et île de Miyajima ;
- Kyoto : dernière partie du voyage avec la visite de sites célèbres (Kinkakuji, Ginkakuji etc.) ;
- Retour en France à partir de la ville voisine d'Osaka.



### "Hors des Sentiers Battus" :

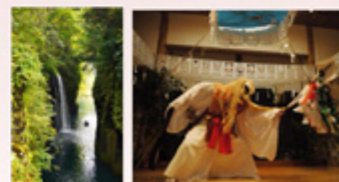
Ce voyage est prévu sur deux semaines et se déroulera de la manière suivante :

- Osaka : arrivée en avion. Visite de lieux célèbres et moins célèbres de la ville ;
- Kyushu : la plus au sud des quatre îles principales du Japon, elle est le berceau de la culture "Yamato", l'origine de l'identité japonaise ;
- Court séjour à Nagasaki ;
- Coup d'œil à l'antiquité et à la mythologie du Japon avec Yoshinogari et Takachiho ;
- Himeji : château et alentours ;
- Kyoto et alentours : visite de lieux peu connus de la ville et la région.



Une présentation de ces voyages aura lieu le jour de la journée portes ouvertes le 16 septembre.

Dans le cas où l'un des deux voyages devait être annulé faute d'atteindre le nombre minimum de participants, ceux déjà inscrits seront prioritaires s'ils souhaitent reporter leur inscription sur des places disponibles de l'autre voyage.



# TARIFS DES COURS

## ATTENTION

Pour participer à un cours il faut être adhérent de l'UTL et avoir réglé le montant du cours.  
Pour qu'un cours soit maintenu, il faut au moins 8 élèves.

COURS	FRÉQUENCE	NB Heures / AN	TARIF
À la découverte de la Francophonie : conférence / café-débat	Annoncé dans les « extras » chaque mois	2h / séance	11€/ séance
Allemand Niveau 1 et 2 <i>en recherche de professeur</i>	1h30 hebdo	33	181,50 €
Anglais Niveau 1 et 2	1h30 hebdo	33	181,50 €
Atelier d'écriture	2h hebdo	24	132,00 €
Atelier Mémoire	2h hebdo	20	Gratuit
Café-débat	2h / quinz.	28	154,00 €
Café littéraire	2h / quinz.	28	154,00 €
Calligraphie Japonaise	3h / mois	24	132,00 €
Cuisine japonaise	3h tous les 2 mois	12	66,00 €
Développement durable	2h / quinz.	28	154,00 €
Économie	1h30 / quinz.	24	132,00 €
Espagnol Niveau 1 et 2 <i>en recherche de professeur</i>	1h30 hebdo	33	181,50 €
Ethnologie	4h /mois	32	180,00 €
Histoire / histoire de l'art octobre à décembre : <i>la Roumanie antique et médiévale.</i>	1h30 / quinz.	9	75,00 €
Histoire octobre / histoire de l'art à décembre : <i>Le Liban phénicien et romain</i>	1h30 / quinz.	9	75,00 €
Histoire / histoire de l'art janvier à mai à définir	1h30 / quinz.	9	75,00 €
Histoire/ histoire de l'art janvier à mai à définir	1h30 / quinz.	9	75,00 €
Italien <i>en recherche de professeur</i>	1h30 hebdo	33	181,50 €
Japonais	1h30 hebdo	33	181,50 €
Naturopathie	3h / mois	27	148,50 €
Oenologie	2h / quinz.	28	154,00 €
Poterie	3h / mois	27	148,50 €
Russe tous niveaux	1h30 hebdo	33	181,50 €
Tai Chi débutants (avec préambule chi gong)	1 h30 hebdo	33	181,50 €
Tai Chi perfectionnés (avec préambule chi gong)	2 h hebdo	44	242,00 €
Vannerie	3h / mois	9	49,50 €

*Les tarifs sont susceptibles d'être modifiés si le nombre d'heures par cours change*

Toute l'équipe des professeurs  
et des bénévoles de la Collégiale  
vous souhaitent une excellente rentrée

2020-2021

## NOS PARTENAIRES

 **La Vie Claire**

CHOISIR UNE BIO INDÉPENDANTE,  
*ça change tout.*

RETROUVEZ VOTRE MAGASIN BIO

Espace Champarlau, RN 85  
04200 PEIPIN  
04 92 36 00 74

IDGC/BIO - 8245118090025

**LE CRIC** GARAGE SOLIDAIRE

Centre de Réparation Interactif et Convivial

Zone d'activité Sisteron - Val Durance - Allée des Érables - 04200 SISTERON  
tél : 06 62 87 96 61 / email : lecric04@gmail.com  
site : <https://lecrigaragesolidaire.wordpress.com/>

**Cuisines Élégance**

4 impasse de la fenière 04200 PEIPIN

Philippe Bonniot 06 81 05 86 03



Conception et réalisation de tous vos projets et aménagement d'intérieurs  
CUISINE, SALLE DE BAIN, DRESSING  
ASPIRATION CENTRALISÉE

 **CARRELAGES**

rccarrelage@orange.fr



300 M2  
D'EXPOSITION

**COUDERC PATRICK**

Zone artisanale Champarlau  
04200 PEIPIN

04 92 32 06 11 / [rccarrelage@orange.fr](mailto:rccarrelage@orange.fr)



**Michel et Mireille SAVOURNIN**  
Maître Artisan Potier

94 Rue Saunerie, SISTERON

GRAND CHOIX DE  
POTERIES

(Grès, Terre Vernissée, Raku)  
ET DE  
MINÉRAUX DU MONDE

Tél : 04 92 62 85 75 / 04 92 61 30 36  
Site : [www.poteriedelavalleedujabron](http://www.poteriedelavalleedujabron)

 **AUTOVISION**  
CONTRÔLE TECHNIQUE AUTOMOBILE

**S.A.S PEIPIN AUTO BILAN**

Chemin de Desteil-lieu-dit-St-Pierre  
04200 PEIPIN

☎ 04 92 32 54 69 / 06 42 26 65 70

PRISE DE RENDEZ-VOUS SUR [www.autovision-peipin.com](http://www.autovision-peipin.com)

**COLS VERTS**

Nous cultivons la différence

Dorothée et Patrick DUPONT  
PEPINIERISTES

spécialistes vivaces rustiques et de terrains secs

CHEMIN DE CHAMPARLAU  
04200 PEIPIN

TEL: 06.40.14.88.40  
[dupont.patrick2@wanadoo.fr](mailto:dupont.patrick2@wanadoo.fr)

**BUREAU 04**



04200 PEIPIN - SISTERON

Tél. 04 92 61 33 16

Fax 04 92 61 33 61

Courriel: [bureau04@online.fr](mailto:bureau04@online.fr)

Site: [www.bureau04.com](http://www.bureau04.com)

# NOS PARTENAIRES

**ASSOCIATION EPEAUTRE**  
**BIO DEPUIS 1981**




**SISTERON**  
64 rue Saunerie

Le Bio Pour Tous - 04 92 61 21 09  
Le Crayon Gris - 04 92 61 34 52







**Les Comtes de Provence**  
Manufacture depuis 1888

**VISITE GUIDÉE DES ATELIERS**  
Tous les mardis matin à 9h30  
Sur réservation - 45min - 10 ans min - 2€

**BOULIQUE D'USINE (vente directe)**  
11 Espace Saint-Pierre - 04310 PEYRUIIS  
(proche sortie autoroute A51 sortie 20)  
Lundi - vendredi / 9h - 17h  
Tel: 04 92 33 23 00



[www.comtes-de-provence.fr](http://www.comtes-de-provence.fr)  
#confiturecomtesdeprovence



**CLEF - TAMPON - IMPRIMERIE**  
**CORDONNERIE - AFFÛTAGE**  
**GRAVURE - PHOTOCOPIE**  
**COUPE / TROPHÉE SPORTIF**  
**LETTRE ADHÉSIVE - RELIURE**  
**PLAQUE AUTO / MOTO - PLASTIFICATION - TEE-SHIRT**  
**RÉPARATION TÉLÉPHONE IPHONE - IPAD - SAMSUNG**

113, avenue Paul Arène  
04200 SISTERON  
Tél.: 04 92 61 10 29  
jypp.services@orange.fr

C./C. Intermarché - RN85  
04200 PEIPIN  
Tél.: 04 92 62 47 33  
www.jyppservices-cordonnerie04.fr















