UNIVERSITÉ POUR TOUS
DU TARN

LE SAVOIR PARTAGÉ

Saison culturelle 2023-2024

www.universitepourtous81.fr

ÉDITO

Dans un univers en expansion le changement permanent est la règle. Ses effets sont particulièrement visibles dans l'accélération de l'histoire de l'humanité : les mutations qui se mesuraient en millénaires à l'ombre des pyramides se succèdent désormais au rythme d'une génération et l'an 2000 parait déjà lointain !

Le retour des pandémies, guerres territoriales et autres cataclysmes plus ou moins naturels ajoutent à l'incertitude et remettent en question nos repères. Dès lors, sommes-nous condamnés à subir ? Pouvons-nous et devons-nous agir ? Ces métamorphoses qui peuvent nous entraîner vers le pire ou le meilleur méritent d'être appréhendées, comprises et si possible orientées dans le sens d'un progrès pour l'humanité. Il y aura donc aussi une place pour la réflexion dans notre invitation à « faire le plein de connaissances ».

Alain GARDENAL · Président UPT Tarn

QUI SOMMES-NOUS ?

L'Université Pour Tous du Tarn est une association départementale loi 1901.
Notre objectif est de proposer des activités culturelles au plus grand nombre sans distinction d'âge, de niveau d'études, de catégories socioprofessionnelles, de lieu de résidence.
En adhérant à l'UPT vous devenez membre à part entière de notre association, retrouvons-nous pour un temps d'échange lors de l'Assemblée Générale.
Intervenants, adhérents, administrateurs, bénévoles, permanentes :
une équipe dynamique au service du projet associatif !

L'UNIVERSITÉ POUR TOUS DU TARN C'EST AUSSI

Un organisme de formation, certifié DATADOCK.
Salariés, demandeurs d'emploi, commerçants, artisans, chefs d'entreprise, tous les cours proposés dans le programme peuvent être pris en charge financièrement dans le cadre de la formation permanente.
Consultez-nous.

Un organisme d'accompagnement de la vie associative, labellisé CRIB (Centre de Ressource et d'Information pour les Bénévoles). L'UPT du Tarn accompagne les acteurs associatifs du département.

LES RENDEZ-VOUS DE LA RENTRÉE

Des journées exceptionnelles de rencontres et d'inscriptions :

À Albi : samedi 2 septembre 2023,
INU Champollion, place de Verdun.
samedi 9 septembre 2023,
Fête des associations, place du Vigan.

À Castres : jeudi 14 septembre 2023,
Ecole d'ingénieurs ISIS - Rue Firmin Oulès.

Programme détaillé sur www.universitepourtous81.fr.

LES PERMANENCES
RÉOUVERTURE LE LUNDI 4 SEPTEMBRE 2023

Albi : du lundi au vendredi de 13h à 17h
Castres : lundi, mardi, jeudi et vendredi de 13h à 18h
www.universitepourtous81.fr
contact@universitepourtous81.fr

LES LIEUX D'ACTIVITÉS

Albi : INU Champollion - Place de Verdun
Archives Départementales - Avenue de la Verrerie
IFMS - 6 impasse François Verdier
Maisons de quartiers
Castelnau de Lévis : Terre d'alliance - Chemin de Jussens
Carmaux : Centre Culturel - Médiathèque - 24 avenue Bouloc-Torcatis
Castres : Maison des Associations - Place du 1er mai
Ecole d'ingénieurs ISIS - Rue Firmin Oulès
Gaillac : Maison Dom Vayssette - 3 rue Cavaillé-Coll
Labruguière : Centre culturel le Rond Point - 1 place de l'Europe

LES VACANCES SCOLAIRES
ACADÉMIE TOULOUSE – 2023 / 2024 (ZONE C)

Vacances de la Toussaint Du 21 octobre 2023 au 5 novembre 2023
Vacances de Noël Du 23 décembre 2023 au 7 janvier 2024
Vacances d'hiver Du 11 février 2024 au 25 février 2024
Vacances de printemps Du 7 avril 2024 au 21 avril 2024

JOURS FÉRIÉS

Armistice 1918 Samedi 11 novembre 2023
Lundi de Pâques Lundi 1er avril 2024
Ascension Jeudi 9 mai 2024
Lundi de Pentecôte Lundi 20 mai 2024

S'INSCRIRE À L'UNIVERSITÉ POUR TOUS DU TARN

ADHÉSION ANNUELLE

L'adhésion est obligatoire pour participer aux cours. Elle implique l'acceptation pleine et entière des conditions suivantes : elle est **nominative, individuelle et non remboursable**. Elle vous permet de devenir membre de l'UPT. Elle comprend une assurance de type responsabilité civile. Elle vous donne l'accès gratuit à toutes nos conférences du Tarn.

Adhésion annuelle : 25€

Adhésion annuelle et soutien à l'UPT : 50€ (l'UPT vous adressera un reçu fiscal de 25€ vous permettant d'avoir une réduction d'impôt).

INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS

Pour participer, inscrivez-vous rapidement, certaines activités ne peuvent accueillir qu'un nombre limité de participants et d'autres nécessitent un minimum de 9 personnes. L'inscription est définitive une fois le paiement effectué. Le paiement se fait à l'inscription, le montant est indiqué pour chaque activité. Toute activité commencée est due. Les absences aux cours ne donnent pas lieu à un remboursement. Vous ne serez avertis qu'en cas de report ou d'annulation de l'activité. **Nous n'envoyons pas de confirmation d'ouverture de cours**. Il est important de conserver votre attestation d'inscription, elle contient les dates et lieux de vos cours.

Tarif réduit : sur présentation de justificatifs pour les moins de 25 ans, les demandeurs d'emploi, 2ème membre d'une même famille, tout adhérent ayant déjà payé 250€ d'activités pour l'année 2023/2024.

Tarif spécifique : pour les bénéficiaires du RSA, les étudiants de l'INU Champollion, de l'ISIS et de l'IFMS (s'adresser aux permanences).

COMMENT ?

En ligne : Sur notre site internet : www.universitepourtous81.fr

Aux permanences :

Albi : UPT 81, INU Champollion, Bâtiment Jean-Jaurès, bureau JJ018, place de Verdun, 81012 Albi cedex - 05 63 38 13 95 du lundi au vendredi de 13h à 17h.

Castres : Maison des Associations, 2nd étage, place du 1er mai 81100 Castres - 05 63 50 12 99 lundi, mardi, jeudi et vendredi de 13h à 18h.

Par correspondance :

En remplissant le bulletin d'adhésion et en l'adressant aux permanences ci-dessus accompagné du chèque correspondant aux activités et adhésion choisies. Notez lisiblement votre adresse mail pour l'envoi de votre confirmation d'inscription. Merci de fournir les justificatifs pour les tarifs réduits.

BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom : .....

Prénom : .....

Date de naissance : .....

Adresse : .....

.....

Code postal : .....

Ville : .....

Téléphone : .....

Portable : .....

Courriel : .....

Profession : .....
(dernière exercée pour les retraités)

Tarifs réduits : Demandeurs d'emploi ☐ -25 ans ☐ Famille ☐ RSA ☐

CODE ACTIVITÉ	TARIF PLEIN	TARIF RÉDUIT
ADHÉSION ANNUELLE SIMPLE OU ADHÉSION ANNUELLE ET SOUTIEN (AVEC REÇU FISCAL DE 25€)	25€	
	50€	
TOTAL		

La participation aux activités induit la cession du «droit à l'image» au profit exclusif de l'UPT. Les exceptions formulées in situ seront respectées.

Modalités d'inscription page précédente.
Autorisation parentale nécessaire pour les mineurs

UPT DU TARN

SOMMAIRE

· Renseignements pratiques p.2
· Comment s'inscrire p.4

CONFÉRENCES & CINÉMA

..... p.7

COURS

· Arts, histoire & civilisations p.10
· Sciences & découvertes p.21
· Santé & environnement p.27
· Communication & expressions créatives p.33
· Langues p.37

SORTIES, VISITES & VOYAGES

..... p.41

Sur place + Visioconférence

Visioconférence uniquement

TARN LE DÉPARTEMENT — CONFÉRENCE DES FINANCEURS — PRÉVENTION DE LA PERTE D'AUTONOMIE — ars — cnsa

M2P Midi-Pyrénées Prévention — Carsat Retraite & Santé au travail Midi-Pyrénées

La Semaine Bleue

CONFÉRENCES & CINÉMA

ALBI - BÂTIMENT MUTIMÉDIA INU CHAMPOLLION ET/OU EN VISIOCONFÉRENCE

ÉVÈNEMENTS DE RENTRÉE

Samedi 02/09 Présentation de la saison culturelle 2023/2024
Bâtiment Jean-Jaurès
9h30 Ouverture des inscriptions
14h Présentation officielle
Lundi 04/09 Ouverture des permanences
Samedi 09/09 Fête des associations Albi

NOUVEAU

Colloque «Galerie de métamorphoses»

Programme complet sur www.universitepourtous81.fr (voir encart page 9)
ALBI mardi 26/09 de 9h à 18h ..... **code 1601**

CONFÉRENCES / DÉBATS

03/10 à 18h	**S. Anahory & Ch. Pacific & Y. Royer & J.-Fr. Senga** Entrez dans nos matières : Métamorphoses.
10/10 à 18h	**Ch. Hazemann** - La quadrature du cercle : le rond et le carré dans l'histoire de l'art.
17/10 à 18h	**F. Ollivier & C. Pinol** - Architecture en bois : un matériau, une histoire, des constructions.
07/11 à 18h	**A. Fauré** - Voyage dans l'Italie du XVIII[e] siècle.
14/11 à 18h	**J. Cegarra** - Un regard critique sur les effets psychologiques de l'Intelligence Artificielle.
21/11 à 18h	**J.-P. Benezech** - Du naturel à la PMA, comment faire un enfant en 2023.
28/11 à 18h	**L. Steffan** - Émergence ou occultation d'un problème politique.
05/12 à 18h	**M. Tillier** - Du corps à l'œuvre d'art.
12/12 à 18h	**I. Catté & N. Van Belle** - Acouphènes, hyperacousie, vertiges ? Mieux vivre avec, grâce à la sophrologie !
19/12 à 18h	**A. Abeilhou** - Voir la musique.
09/01 à 18h	**L. Bricault** - La légende de Mithra : un (?) puzzle à reconstruire.
16/01 à 18h	**M. Grenet** - Lépante : 1571-2024 : histoire et péripéties médiatiques d'une bataille.
23/01 à 18h	**A. Nières** - Van Gogh : ultimes créations / Auvers-sur-Oise / 1890.
30/01 à 18h	**J.-Fr. Senga** - L'inflation.
06/02 à 18h	**G. Alquier** - Le pont-vieux d'Albi : histoire et mémoire.
27/02 à 18h	**Y. Fijalkow & P.-R. Saint-Dizier** - A la rencontre des derniers témoins de la Shoah.
05/03 à 18h	**S. Anahory** - Alice Guy, une pionnière dans le cinéma.
12/03 à 18h	**Ch. Branthomme & A. de la Soudière** Intelligence Artificielle : quel impact sur nos emplois ?
19/03 à 18h	**P. Clerc & Y. Royer & J.-Fr. Senga** Les Jeux Olympiques.

26/03 à 18h **G. Gras** - La fin des paysans tarnais (1913-1962) ?
02/04 à 18h **S. Garric** - Un buzz littéraire au XIXe siècle : la bataille d'Hernani.
23/04 à 18h **G. Cathala & S. Conesa** - Sur les chemins de l'exil : Ranteil, l'autre «petite Espagne» d'Albi.
30/04 à 18h **P.-A. Collot** - Démocratie illibérale et autoritarisme en Hongrie.

Tarifs : adhérent Gratuit - non-adhérent 5€
Inscription à l'ensemble des visioconférences : **code 1600**

CARMAUX - CENTRE CULTUREL / MÉDIATHÈQUE

16/11 à 14h30 **A. Nières** - Alberto Giacometti : la figure au défi.
25/01 à 14h30 **Y. Royer** - Guernica, la réponse au crime.
21/03 à 14h30 **Th. Fleury & Ch. Pacific** - Peut-on vivre sans musique ? Oui, mais moins bien.

Tarif : Gratuit

GAILLAC - MAISON DOM VAYSSETTE

02/10 à 18h **A. Nières** - Picasso et les femmes : une question d'art.

Tarifs : adhérent Gratuit - non-adhérent 5€

CASTRES - MAISON DES ASSOCIATIONS, PLACE DU 1ER MAI

ÉVÈNEMENTS DE RENTRÉE

Lundi 04/09 Ouverture des permanences
Jeudi 14/09 Présentation de la saison culturelle 2023/2024
16h Ouverture des inscriptions
17h Présentation officielle

ISIS INGÉNIEURS CASTRES

● CONFÉRENCE EN PARTENARIAT

CONFÉRENCES / DÉBATS

18/09 à 14h **M. Fuentes** - Les peurs : d'hier à aujourd'hui.
● 13/10 à 18h **M. Miaille** - Histoire et actualité de la laïcité en France (Musée du Protestantisme)
● 14/10 à 15h **S. Foucher** - La paléontologie (CERAC)
● 21/10 à 15h **Y. Royer** - Des artistes d'Ukiyo-e : Hokusaï, Hiroshige et d'autres (Festival Jap In Tarn, Mazamet)
08/01 à 14h **M. Fuentes** - La place des injonctions dans notre société moderne.
26/01 à 14h **Ch. Pacific et Th. Fleury** - Peut-on vivre sans musique? Oui mais moins bien.
27/02 à 14h **N. & J.-L. Vézinet** - L'étrangère ou la femme sauvage de l'Ariège
● 29/02 à 18h30 **S. Guérin Gasc** - Le Musée Dom Robert et la tapisserie du XXe siècle (Cité de Sorèze)
04/03 à 14h **M. Fuentes** - Du rapport aux normes à la normalité.
23/04 à 14h **M. Laborde** - Archives : trésor et patrimoine local

Tarifs et lieux : renseignements sur le site Internet

CASTRES - IEO

18/11 à 14h30	**J. Thomas** - Jules Ronjat, Félibre, cycliste, linguiste
10/02 à 14h30	**B. Vernières** - Deux poètes baroques : Pèire Godolin Goudouli et Auger Galhard
23/03 à 14h30	**R. Ginouillac** - Molière, l'Occitanie et l'occitan
01/06 à 14h30	**P. Thouy** - Diversitats al país : l'épreuve du réchauffement climatique, mais pas que !

Tarif : Gratuit

LABRUGUIÈRE - CENTRE CULTUREL LE ROND POINT

24/11 à 18h	**A. Buschaud** - Arts & crafts, l'artisanat face à la révolution industrielle.
29/03 à 18h	**M. Houlès** - La femme et le manga.
17/05 à 18h	**A. Fauré** - Voyage dans l'Italie du XVIII[e] siècle

Tarif : Gratuit

Conférences en partenariat avec l'AJET
Retrouvez toute la programmation sur :
www.ajet.fr

Rencontres Exploreurs
La science en circuit court
Retrouvez toute la programmation sur :
www.echosciences-sud.fr/evenements

➤ COLLOQUE : GALERIE DE MÉTAMORPHOSES OSEZ TRANSFORMER VOS APPROCHES !

ALBI mardi 26 septembre

de 9h à 12h	**Y. Royer** - Métamorphoses et art **J.F Senga** - Métamorphoses et travail **A. Fauré** - Métamorphoses et sciences
de 14h à 17h	**S. Anahory** - Métamorphoses et cinéma **Ch. Pacific** - Métamorphoses et corps **H. Pingaud** - Métamorphoses et intelligence artificielle
à 17h	Film surprise et bilan du colloque

Tarifs : adhérent 15€ ..... **code 1601**
non-adhérent 20€ ..... **code 1625**
Repas au Restaurant Universitaire 10€ ..... **code 1626**

**LE PROGRAMME PEUT ÊTRE MODIFIÉ,
POUR PLUS DE DÉTAILS, VEUILLEZ CONSULTER
LE SITE : WWW.UNIVERSITEPOURTOUS81.FR**

ARTS, HISTOIRE & CIVILISATIONS

➤ PALMYRE UNE CITÉ GRÉCO-ROMAINE D'ORIENT (4H30)

Muhmmad Baraze - Docteur en archéologie
ALBI lundi de 10h à 11h30 du 02/10 au 16/10 ..... **code 1110**

Entre l'empire parthe et l'empire romain, Palmyre est devenue une ville stratégique d'excellence en assurant un passage entre ces deux mondes. Cette situation exceptionnelle a permis à la cité de s'enrichir de façon prodigieuse et surtout de devenir un lieu de représentation de ces deux cultures.

Tarifs : plein 36€ - réduit 25,20€

➤ ARCHÉOLOGIE PRÉHISTORIQUE DU PROCHE-ORIENT (9H)

Muhmmad Baraze - Docteur en archéologie
ALBI lundi de 10h à 11h30 du 22/01 au 11/03 ..... **code 1111**

Au Proche-Orient, à la fin de la préhistoire, une nouvelle société commence à se mettre en place. Grâce à des conditions climatiques favorables, ses habitants, des chasseurs cueilleurs, commencent à se métamorphoser en paysans éleveurs. Rapidement, des installations permanentes apparaissent et donnent naissance aux premiers villages.

Tarifs : plein 72€ - réduit 50,40€

➤ SARTRE, UNE PHILOSOPHIE, UNE VIE (4H)

Isy Morgensztern - Enseignant - Auteur - Producteur
VISIO mardi de 17h à 19h du 03/10 au 10/10 ..... **code 7200**

Son œuvre, sans équivalent tant philosophique que littéraire, a fécondé la vie intellectuelle française - et le monde - mais également de nombreux gestes politiques du XX^{e} siècle.

Tarifs : plein 32€ - réduit 22,40€

NOUVEAU

➤ LE PEINTRE MARK ROTHKO (3H)

Isy Morgensztern - Enseignant - Auteur - Producteur
ALBI & VISIO en simultané ..... **code 7110**

Mark Rothko, né en 1903 et mort en 1970, est un des plus grands peintres du XX^{e} siècle. Ses grands blocs colorés allient une puissance d'émotion sans égale à un langage formel abstrait et dépouillé.
Jeudi 23/11 de 18h à 19h : projection du film «Mark Rothko, un humaniste abstrait» réalisation Isy Morgensztern pour France 5.
Jeudi 30/11 de 18h à 20h : la vie et l'œuvre du peintre.

Tarifs : plein 24€ - réduit 16,80€

NOUVEAU

➤ HISTOIRE DE LA MUSIQUE

Alain Abeilhou - Mélomane
CASTRES

Cycle 1 : DE LA PRÉHISTOIRE AU MOYEN ÂGE (8H)
mardi de 14h à 16h du 03/10 au 07/11 ..... **code 2100**

Tarifs : plein 64€ - réduit 44,80€

Cycle 2 : DU XIVe SIÈCLE À NOS JOURS (6H)
mardi de 14h à 16h du 14/11 au 28/11 ..... **code 2104**

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

Il a existé des sociétés humaines sans écriture, il n'en aurait pas existé sans musique. Dans l'histoire mondiale des musiques, les musiques occidentales sont loin de représenter les seules formes d'expression musicale. Je souhaite proposer un panorama chronologique de la musique sur les cinq continents.

➤ HISTOIRE DES INSTRUMENTS DE MUSIQUE (8H)

Alain Abeilhou - Mélomane
ALBI lundi de 14h à 16h du 16/10 au 04/12 ..... **code 1122**

L'organologie est l'étude des instruments de musique et de leur histoire. Partant de la classification Hornbostel et Sachs publiée début XXe, je décrirai les cinq grandes familles d'instruments : idiophones, membranophones, aérophones, cordophones, et électrophones.

Tarifs : plein 64€ - réduit 44,80€

➤ HISTOIRE DES FORMES ET DES GENRES MUSICAUX (8H)

Alain Abeilhou - Mélomane
ALBI lundi de 14h à 16h les 22/01-05/02-04/03-18/03 ..... **code 1123**

Au cours du temps, les formes et les genres musicaux naissent, se transforment et il arrive qu'ils disparaissent. Le genre nomme l'objet musical, la forme l'organise. Parcourons l'histoire de la musique de l'antiquité à nos jours en l'observant au travers du prisme des genres et des formes.

Tarifs : plein 64€ - réduit 44,80€

➤ PEINDRE LA NATURE : UNE HISTOIRE DE L'ART DU PAYSAGE (8H)

Anne Nières - Historienne de l'Art
ALBI mardi de 10h à 12h les 03/10-10/10-14/11-21/11 ..... **code 1112**
GAILLAC lundi de 14h à 16h les 13/11-27/11-18/12-08/01 ... **code 5112**

Le paysage en Peinture, transcription d'un morceau de Nature par des moyens plastiques, a une histoire entre Orient et Occident. Restitution du visible observé, projection mentale, cadre narratif et application de règles artistiques: le paysage depuis le 15e siècle est un genre pictural à part entière !

Tarifs : plein 64€ - réduit 44,80€

➤ AU CARREFOUR DES BALKANS : LA MACÉDOINE (12H)

Michel Pillon - Enseignant
ALBI mercredi de 10h à 12h du 04/10 au 22/11 ..... **code 1113**

Au mot Macédoine, on pense généralement à Alexandre le Grand ou à la macédoine de légumes ! C'est évidemment réducteur ! Cette région des Balkans a une longue et riche histoire, souvent dramatique, de l'Antiquité à nos jours.

Tarifs : plein 96€ - réduit 67,20€

➤ L'ÈRE DU MUET ENTRE ATTRACTION ET NARRATION - L'INVENTION D'UN LANGAGE (10H)

Dominique Barreau - Enseignante
CASTRES & VISIO en simultané jeudi de 16h à 18h
du 05/10 au 23/11 ..... **code 7201**

Le cinéma dit «des premiers temps» (1890-1915) prend progressivement son autonomie par rapport à la photographie et au spectacle vivant, en créant un langage qui lui est propre et qui pose les bases de la narration cinématographique, notamment grâce au montage.

Tarifs : plein 80€ - réduit 56€

➤ LE CODE HAYS AUTOCENSURE À HOLLYWOOD (8H)

Dominique Barreau - Enseignante
CASTRES & VISIO en simultané lundi de 14h30 à 16h30
du 15/01 au 05/02 ..... **code 7206**

Entre 1934 et 1968, le Code Hays, officiellement appelé Code de production, impose des règles morales très strictes au cinéma hollywoodien, règles bien souvent à l'origine de la platitude des réalisations. Explications.

Tarifs : plein 64€ - réduit 44,80€

➤ LE CORBUSIER ET L'UNION DES ARTISTES MODERNES (6H)

Agnès Buschaud - Designer
VISIO vendredi de 10h à 12h du 06/10 au 10/11 ..... **code 7202**

Quand les artistes tournent le dos à l'art déco ! 1925, l'exposition des arts décoratifs et industriels modernes fait la part belle aux décorateurs et laisse de côté les avant-gardistes en quête d'un art social. En réaction, l'union des artistes modernes est créée. Parmi eux, Le Corbusier.

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

➤ LE STYLE INTERNATIONAL, L'ARCHITECTURE MODERNE SYNONYME DE LIBERTÉ (8H)

Agnès Buschaud - Designer
CASTRES & VISIO en simultané lundi de 10h à 12h
du 04/12 au 22/01 ..... **code 7205**

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 dessinera un courant architectural qui se développera mondialement.

Tarifs : plein 64€ - réduit 44,80€

➤ LES CLÉS DU DESIGN, OBJETS, REFLET DE LA SOCIÉTÉ (8H)

Agnès Buschaud - Designer
VISIO vendredi de 10h à 12h du 05/04 au 31/05 ..... **code 7210**

Le design peut-il sauver le monde ? Du pouf Sacco au verre Perrier, du fauteuil Proust à la Freebox, tout est design. Des objets symboliques qui tentent de répondre à des problèmes de leur époque. Quatre études de cas pour mieux comprendre les enjeux du design.

Tarifs : plein 64€ - réduit 44,80€

➤ L'ART EN ESPAGNE, DE L'ANTIQUITÉ JUSQU'AU XVIIIE SIÈCLE (12H)

Anne Réby - Historienne de l'art
ALBI jeudi de 10h à 12h
les 12/10-16/11-14/12-18/01-29/02-21/03 ..... **code 1114**
CASTRES vendredi de 14h à 16h
les 06/10-10/11-08/12-12/01-09/02-08/03 ..... **code 2101**

Au-delà des Pyrénées, l'art en Espagne du Moyen Âge au XVIIIe - les origines - le Moyen Âge catalan - la Renaissance - XVIe : le Greco - Madrid - Le XVIIe : le siècle d'or de l'Espagne - Velazquez - le XVIIIe Goya.

Tarifs : plein 96€ - réduit 67,20€

➤ L'ESPAGNE - TOUJOURS ! AU XIXE ET XXE SIÈCLE (6H)

Anne Réby - Historienne de l'art
ALBI jeudi de 10h à 12h les 25/04-16/05-06/06 ..... **code 1115**

Art et artistes en Espagne à l'orée du XXe - Le Noucentisme - Barcelone - le Modernisme - Gaudi - Redécouverte de l'art catalan médiéval - Domenech i Montaner - les Espagnols à Paris...

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

➤ TROIS ARTISTES AU XXE SIÈCLE (6H)

Anne Réby - Historienne de l'art
CASTRES vendredi de 14h à 16h les 26/04-17/05-14/06 ..... **code 2110**

Artistes au XXe siècle - Picasso - Chagall - Louise Bourgeois.

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

➤ L'HISTOIRE DES STYLES ET DU MOBILIER (10H)

Anne Réby - Historienne de l'art
VISIO mercredi de 18h à 20h
les 11/10-15/11-13/12-17/01-07/02 ..... **code 7203**

Quelques séances pour aborder les styles du XIXe et XXe siècles : le Second Empire, l'Art Nouveau, l'Art Déco et le Fonctionnalisme.

Tarifs : plein 80€ - réduit 56€

➤ LES GRANDES HEURES DE L'HISTOIRE DE L'ART

Anne Réby - Historienne de l'Art
ALBI
Cycle 1 (12H) : jeudi de 14h à 16h
les 12/10-16/11-14/12-18/01-29/02-21/03 ..... **code 1116**
Le XVI[e] Brueghel - La renaissance allemande - Holbein le maniérisme - quand les princes s'amusent... Mantoue au XV[e] et XVI[e], Venise, Giorgion, Titien, Veronèse - Palladio.

Tarifs : plein 96€ - réduit 67,20€

Cycle 2 (6H) : jeudi de 14h à 16h les 25/04-16/05-06/06 ..... **code 1117**
Au XVII[e] : Caravage - le Baroque romain - Le Bernin

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

➤ INITIATION AUX HIÉROGLYPHES (DÉBUTANT) (3H)

Pierre Clanet - Chargé de mission culture et patrimoine
CASTRES samedi de 9h à 12h le 07/10 ..... **code 2102**

Apprentis Champollion, partez à la découverte de l'épigraphie égyptienne ! Vous y découvrirez les premières clefs de lecture des hiéroglyphes, l'écriture des dieux et des scribes. Rassurez-vous : nul besoin de savoir dessiner… S'émerveiller tous ensemble devant la richesse de la civilisation égyptienne, en revanche, oui !

Tarifs : plein 24€ - réduit 16,80€

➤ CLÉOPÂTRE, DERNIÈRE PHARAONNE : ORIGINE ET POUVOIR D'UNE REINE D'ÉGYPTE (4,5H)

Pierre Clanet - Chargé de mission culture et patrimoine
CASTRES & VISIO en simultané mardi de 17h30 à 19h
du 02/04 au 30/04 ..... **code 7209**

Cléopâtre VII, reine d'Égypte : de nombreuses légendes viennent conter l'incroyable épopée de la dernière représentante de la dynastie ptolémaïque. Mythes ? Réalités ? Un voyage aux origines du pouvoir de la reine s'avère nécessaire pour mieux comprendre la vie de Cléopâtre, voyage durant lequel nous évoquerons plutôt «ses vies».

Tarifs : plein 36€ - réduit 25,20€

➤ HISTOIRE DU LIBAN : LES TENSIONS INTÉRIEURES (8H)

Yves Royer - Enseignant
ALBI jeudi de 18h à 20h du 12/10 au 16/11 ..... **code 1118**
CASTRES mardi de 17h à 19h du 17/10 au 21/11 ..... **code 2103**

Depuis 1975, les Libanais vivent dans un pays constamment en crise. Et pourtant, le pays survit. Pour comprendre les mécanismes de sa crise existentielle, nous proposons de rappeler son histoire troublée, de présenter les communautés qui s'y déchirent et le contexte géopolitique qui l'enserre.

Scène Nationale d'Albi-Tarn SNA

Cours préparatoire à la représentation du spectacle «Ordalie», de Chrystèle Khodr, mardi 28 novembre à 20h. Rencontre exclusive avec l'équipe artistique.

Tarifs : cours 45€ - cours + place de spectacle 63€

➤ L'AFRIQUE COLONISÉE (6H)

Yves Royer - Enseignant
ALBI mercredi de 10h à 12h du 13/03 au 27/03 ..... **code 1119**

La France a constitué un immense empire colonial, en particulier en Afrique. Il a laissé un héritage déterminant. Pourtant, le processus de colonisation et ses effets sur la société française sont mal connus, rendus légendaires par les omissions, les amnésies, les dénis, les polémiques, les exagérations de toutes sortes (cours en complémentarité avec la thématique J-.Fr. Senga, cf. **code 1212**, page 22).

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

➤ LES VILLAS PALLADIENNES (3H)

Yves Royer - Enseignant
ALBI lundi de 10h à 11h30 les 22/04 et 29/04 ..... **code 1120**

Autour de Vicenza et de Padoue, furent construites des villas d'été pour des familles patriciennes de Venise. Certaines ont été conçues par Andréa Palladio, d'autres peintes par Paul Veronese ou Giambattista Tiepolo. Nous présenterons les principaux artistes ayant œuvré à leur construction (cours préparatoire au voyage, cf. **code 9122**, page 46).

Tarifs : plein 24€ - réduit 16,80€

➤ HISTOIRE CULTURELLE DU PAYS DE GALLES (6H)

Yves Royer - Enseignant
ALBI lundi de 10h à 12h du 06/05 au 27/05 ..... **code 1121**

Cymru appartient au Royaume-Uni depuis 1282 mais a préservé une culture particulière, autour de sa langue spécifique. Les peintres R. Wilson, H. Wynstan Jones, les écrivains A. Griffith, K. Robert, R. Dahl, K. Follett, les acteurs R. Burton, A. Hopkins, C. Zeta-Jones, les chanteurs Tom Jones et Bonnie Tyler sont gallois (cours préparatoire au voyage, cf. **code 9123**, page 46).

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

NOUVEAU

➤ CLEFS D'ÉCOUTE : OPÉRA AU CINÉMA (18H)

Nadia Yermani - Enseignante - Chanteuse lyrique
ALBI les mercredis de 18h30 à 20h30

Scène Nationale d'ALBI-Tarn SNA

Opéras au cinéma en direct du Métropolitan Opéra de New York. Clefs d'écoute proposées en immersion au Cinéma Salle Arcé.

le 18/10 pour J. Heggie - Dead man Walking du 21/10 ..... **code 1131**
le 15/11 pour A. Davis - X : La vie de Malcolm X du 18/11 ..... **code 1132**
le 06/12 pour D. Catán - Florencia sur l'Amazone du 09/12 ..... **code 1133**
le 19/12 pour G. Verdi - Nabucco du 06/01 ..... **code 1134**
le 17/01 pour G. Bizet - Carmen du 27/01 ..... **code 1135**
le 28/02 pour G. Verdi - La force du destin du 09/03 ..... **code 1136**
le 20/03 pour C. Gounod - Roméo et Juliette du 23/03 ..... **code 1137**
le 03/04 pour G. Puccini - La Rondine du 20/04 ..... **code 1138**
le 24/04 pour G. Puccini - Madame Butterfly du 11/05 ..... **code 1139**

Tarifs par clef : 12€ - clef + place de cinéma : 30€
Cycle complet ..... **code 1130**

Tarifs clefs : 101€ - clefs + places de cinéma : 263€

➤ LE JAZZ SE DÉCLINE AU FÉMININ (4H)

Jean-François Senga - Enseignant
ALBI mercredi de 10h à 12h les 10/01 et 17/01 ..... **code 1141**
CASTRES vendredi de 13h30 à 17h30 le 20/10 ..... **code 2111**

Utilisant comme prétexte ce spectacle, nous allons mettre en évidence la présence des femmes dans l'histoire de cette musique. Présence affirmée dès l'origine, malgré l'ambiance machiste et phallocrate !

Cours préparatoire à la représentation «Kogoba Basigui» d'Eve Risser et Naïny Diabaté, mardi 23 janvier à 20h dans le cadre de l'Albi Jazz Festival, suivi d'une rencontre avec les artistes.

Tarifs : cours 23€ - cours + place de spectacle 41€

➤ LE CINÉMA : DES DÉBUTS JUSQU'AU PARLANT (10H)

Sylvie Anahory - Historienne de l'art - Romancière
ALBI vendredi de 15h à 17h du 10/11 au 08/12 ..... **code 1124**

Découvrir les débuts de l'image animée, les films des frères Lumière et d'Alice Guy, les trucages de Méliès, les expérimentations des expressionnistes jusqu'à l'avènement du parlant.

Tarifs : plein 80€ - réduit 56€

➤ MENONS L'ENQUÊTE AU CŒUR DES VANITÉS EN PEINTURE (6H)

Sylvie Anahory - Historienne de l'art - Romancière
ALBI vendredi de 15h à 17h du 22/03 au 05/04 ..... **code 1125**

Au XVII[e] siècle, la peinture occidentale développe un genre faisant allusion à la fugacité de la vie. Ce thème apparaît dès l'Antiquité et perdure dans l'art contemporain. Explorons l'histoire et les symboliques des Vanités (bougie, sablier, miroir, crâne, bulles de savon...).

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

NOUVEAU

➤ L'EXPÉDITION LAPÉROUSE, UNE AVENTURE HUMAINE ET SCIENTIFIQUE (2H)

Bernard Jimenez - Historien - Voyageur - Photographe
ALBI jeudi de 16h à 18h le 16/11 ..... **code 1126**

Nous allons revivre cette exceptionnelle expédition du Siècle des Lumières, véritable académie flottante, de Brest jusqu'au naufrage à Vanikoro.

Tarif unique : 20€ (entrée au musée comprise)

➤ L'EUROPE S'EST-ELLE CONSTRUITE AU MOYEN ÂGE ? (10H)

Maryse Laborde - Chercheuse en Histoire médiévale
CASTRES & VISIO en simultané lundi de 14h à 16h
du 20/11 au 18/12 ..... **code 7204**

Et si l'Europe que nous connaissons puisait ses racines durant le Moyen Âge ? Comment ? Pourquoi ? En sommes-nous certains ? Une seule solution : explorer cette affirmation qui peut paraître osée, voire incongrue. Mais c'est avec vous que nous le ferons !

Tarifs : plein 80€ - réduit 56€

➤ L'HOMME MÉDIÉVAL, POUR UN MONDE DURABLE, ENTRE ÉCOLOGIE PRÉCOCE ET GÉOPOLITIQUE DE LA FAIM (10H)

Maryse Laborde - Chercheuse en Histoire médiévale
CASTRES & VISIO en simultané mardi de 14h à 16h
du 23/01 au 12/03 ..... **code 7208**

Comment l'homme du Moyen Âge face aux dures lois des calamités naturelles, des manques alimentaires, des guerres et des crises existentielles, a su faire face bon gré mal gré, entre accablement et résilience.

Tarifs : plein 80€ - réduit 56€

➤ CULTURE ET CIVILISATION CORÉENNES (6H)

Eunok Soupa - Formatrice
ALBI lundi de 09h30 à 11h30 du 20/11 au 04/12 ..... **code 1127**

Apprenons l'alphabet coréen «hangeul», seulement 40 signes. Vous saurez rapidement lire et écrire coréen. Parlons de la culture coréenne : K pop, K drama, les nourritures coréennes… Rencontrons-nous et partageons les informations sur la Corée.

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

➤ L'HISTOIRE DE LA FRANC-MAÇONNERIE (6H)

Max Assié - Enseignant
ALBI jeudi de 16h à 18h du 23/11 au 07/12 ..... **code 1128**
CASTRES mardi de 17h à 19h du 28/11 au 12/12 ..... **code 2105**

La franc-maçonnerie, née officiellement en 1717, a suscité des passions, des légendes, des préjugés et des controverses. A la découverte de son histoire institutionnelle, de ses origines, de son évolution, de ses rites et de ses obédiences.

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

➤ JEAN JAURÈS ET LE TARN (4H)

Max Assié - Enseignant
ALBI jeudi de 16h à 18h les 25/01 et 01/02 ..... **code 1129**
CASTRES mardi de 17h à 19h les 16/01 et 23/01 ..... **code 2107**

Le nom de Jean Jaurès n'est pas seulement lié à Carmaux. Il est également attaché à Castres, sa ville natale, à Bessoulet où il a vécu, aux cantons ruraux du Ségala (Monestiés, Pampelonne, Valence d'Albigeois, Valderiès), à Albi et à Graulhet.

Tarifs : plein 32€ - réduit 22,40€

➤ CULTURE ET CIVILISATION ARABES (6H)

Wassila Moulay - Formatrice
ALBI mardi de 14h à 16h du 28/11 au 12/12 ..... **code 1140**

Trois thèmes, pour mieux connaître la culture arabo-musulmane. L'Histoire : les pays du monde arabe. Le patrimoine : tenues traditionnelles, musique, cuisine et les rituels des fêtes. La langue et l'écriture : découvrir l'alphabet arabe et apprendre quelques phrases utiles dans vos voyages.

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

NOUVEAU

➤ DU CORPS A L'ŒUVRE D'ART (8H)

Marion Tillier - Guide conférencière
ALBI & VISIO en simultané lundi de 14h à 16h
les 15/01-29/01-26/02-11/03 ..... **code 7111**

Scruté, déformé, idéalisé... de multiples manières, le corps est un enjeu central de l'histoire de l'art. Symbolisant son époque, ses métamorphoses endurées ou choisies suggèrent aussi bien le contexte social, religieux ou politique. Voyageons de l'Antiquité à nos jours afin d'observer le corps en mutation comme moteur privilégié de la création artistique.

Tarifs : plein 64€ - réduit 44,80€

➤ CULTURE ET CIVILISATION ITALIENNES (6H)

Martina Bertozzi - Assistante de langue italienne
ALBI vendredi de 17h30 à 19h30 du 19/01 au 02/02 ..... **code 1142**

Nous aborderons l'histoire de la langue italienne avec un focus sur les dialectes et les gestes, donc «parler avec les mains», puis les fêtes typiques (Carnavals et masques de la Commedia dell'Arte) et finalement, tout ce qui est «italianité», tout ce qui fait vraiment partie de la culture populaire.

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

**LE PROGRAMME PEUT ÊTRE MODIFIÉ,
POUR PLUS DE DÉTAILS, VEUILLEZ CONSULTER
LE SITE : WWW.UNIVERSITEPOURTOUS81.FR**

➤ L'EMPIRE MOGHOL (1526-1857), UN MONDE À LA CROISÉE DES CULTURES (8H)

Fabrice Delbarre - Guide conférencier
VISIO vendredi de 14h30 à 16h30 du 19/01 au 15/03 ..... **code 7207**

Qu'est-ce-que l'Empire Moghol ? C'est un état musulman fondé par une dynastie originaire d'Asie centrale qui domina le nord de l'Inde de 1526 à 1857. Mais aussi un art sophistiqué comme celui des jardins, de la miniature et une architecture raffinée dont le Taj Mahal est le symbole (cours préparatoire au voyage, cf. **code 9124**, page 47).

Tarifs : plein 64€ - réduit 44,80€

NOUVEAU

➤ FAIRE L'HISTOIRE DES OBJETS (4H)

Mathieu Grenet - Enseignant - Chercheur
ALBI & VISIO en simultané lundi de 16h à 18h
les 22/01 et 05/02 ..... **code 7112**

Du plus petit au plus grand, du plus banal au plus saugrenu, les objets «font» l'histoire : ils témoignent du rapport au monde des sociétés du passé, tout en interrogeant notre présent, entre appropriation, clin d'œil et détournement.

Tarifs : plein 32€ - réduit 22,40€

➤ CULTURE ET CIVILISATION RUSSES (6H)

Iuliia Boyer - Professeure de russe
VISIO mercredi de 15h à 17h du 24/01 au 07/02 ..... **code 7113**

Plongeons dans la culture du plus vaste pays du monde : cuisine traditionnelle, vocabulaire de survie, les sites à découvrir… Je vous invite à briser de nombreux stéréotypes sur la vie en Russie et à repérer les liens d'amitié franco-russe depuis l'époque des tsars.

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

➤ LA PASSION DU LIVRE AU MOYEN ÂGE (12H)

Sophie Brouquet - Professeure émérite
ALBI vendredi de 14h à 16h du 26/01 au 15/03 ..... **code 1143**

Ce cours est consacré au livre médiéval, objet de culture, de religion et d'art. La session débutera par la matérialité du manuscrit et du travail des scribes et des enlumineurs. Puis, il s'agira de la lecture et des lecteurs ainsi que les types de livres et de leurs contenus.

Tarifs : plein 96€ - réduit 67,20€

➤ INITIATION À LA PRÉHISTOIRE (6H)

Alain Rodrigue - Préhistorien - Archéologue
CASTRES vendredi de 17h30 à 19h du 26/01 au 15/03 ..... **code 2108**

Présentation de la période qui s'étend de l'émergence de l'Homme jusqu'aux âges des métaux. L'accent sera mis sur les développements technologiques mais aussi sur les comportements sociaux, artistiques et religieux.

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

NOUVEAU

➤ HABITER LA LAGUNE DE VENISE AU XVIIIE SIÈCLE (4H30)

Solène Rivoal - Enseignante - Chercheuse
ALBI lundi de 10h à 11h30 du 04/03 au 18/03 ..... **code 1144**

Au XVIIIe siècle, Venise est surtout connue pour son carnaval. Mais c'est aussi une ville d'environ 140 000 habitants où les pêcheurs, les commerçants, les bateliers, les patriciens coexistent et organisent leur quotidien au cœur de la cité lagunaire. Ce cycle sera l'occasion d'aborder plusieurs aspects de ce quotidien vénitien.

Tarifs : plein 36€ - réduit 25,20€

➤ DEUX ÉCRIVAINES ENGAGÉES ET LEUR TEMPS, GERMAINE DE STAËL, GEORGE SAND (4H30)

Nadine Méau - Enseignante
ALBI & VISIO en simultané mardi de 16h à 17h30
les 12/03-19/03-02/04 ..... **code 7114**

C'est à la fin du XVIIIe siècle et au début du XIXe siècle que Germaine de Staël met sa plume au service de la politique et de la littérature, faisant de son salon un lieu de l'engagement et de la culture européenne. C'est un combat similaire que mènera George Sand quelques décennies plus tard.

Tarifs : plein 36€ - réduit 25,20€

➤ HISTOIRE D'ALBI (3H)

Gérard Alquier - Enseignant
ALBI lundi de 16h à 17h30 les 18/03 et 25/03 ..... **code 1145**

Albi : de la maison communale à l'Hôtel de ville (de 1220 au XVIIIe siècle) et l'ascension sociale d'une famille : les Séré (XVIe- XVIIIe siècle).

Tarifs : plein 24€ - réduit 16,80€

NOUVEAU

➤ COLLOQUE « TRAÇA DE VIDA - SILLONNER NOTRE MONDE AVEC JEAN BOUDOU»

jeudi 28 mars 2024 ..... **code 1146**

14h : Représentation «Un tròç de camin» d'après l'œuvre de Jean Boudou par Ch. Calmettes et M. Vernières.
15h30 : Table ronde
Rémi Bénos - géographe - enseignant-chercheur INUC
Christophe Calmettes - acteur
Mathieu Grenet - historien - enseignant-chercheur INUC
Muriel Vernières - professeur d'occitan
17h30 : «Vespertin»
18h30 : Concert de Feràmia au Retour du Jeudi

LE RETOUR DU JEUDI

Tarif : gratuit

NOUVEAU

➤ LE BASTION DE LABRUGUIÈRE (1H30)

Soizic Foucher - Archéologue au CERAC
CASTRES jeudi de 14h à 15h30 le 28/03 ..... **code 2109**

Les murs du bastion de Labruguière vous racontent leur histoire.

Tarifs : plein 12€ - réduit 8,40€

SCIENCES & DÉCOUVERTES

NOUVEAU

➤ PREMIER PAS VERS LE NUMÉRIQUE (20H)

Claudie Renou - Formatrice
CASTRES mardi de 14h à 16h du 03/10 au 19/12 .... **code 2200**

Public : débutant, faux débutant
Créer une arborescence dans le gestionnaire de fichiers, envoyer, recevoir des e-mails avec pièces jointes, réaliser des recherches élaborées sur le Net, naviguer et communiquer sur Internet, réaliser des démarches sur les sites de l'e-administration et des achats en sécurité sur les sites de e-commerce...

➤ PASSEPORT NUMÉRIQUE ET CULTUREL (20H)

Étudiant sous la supervision de **Nicolas Garric** - Professeur agrégé en Sciences et Technologies
ALBI jeudi de 14h à 16h du 05/10 au 21/12 ..... **code 1213**

Public : débutant, faux débutant
Diagnostic, attentes et leviers motivationnels, découverte et réassurance, maîtrise des usages, s'informer sur Internet, communiquer via l'e-mail et les réseaux sociaux, savoir utiliser les principaux sites ou applications administratifs, de mobilité et de services en ligne, évaluations...

Carsat Retraite & Santé au travail Midi-Pyrénées

Gratuit pour les adhérents de + de 60 ans.

➤ INITIATION À LA SCIENCE ÉCONOMIQUE À PARTIR DES GRANDS DÉBATS CONTEMPORAINS (10H)

Jean-François Senga - Enseignant
ALBI jeudi de 14h à 16h du 05/10 au 16/11 ..... **code 1210**

À partir de l'actualité, nous aborderons les notions essentielles et les différentes approches qui sous-tendent les discours des partis politiques. Exemple : les agriculteurs peuvent-ils vendre au prix réel du marché ?

Tarifs : plein 80€ - réduit 56€

➤ INITIATION À LA SCIENCE SOCIOLOGIQUE À TRAVERS LES GRANDS PHÉNOMÈNES SOCIAUX CONTEMPORAINS (10H)

Jean-François Senga - Enseignant
ALBI jeudi de 14h à 16h du 23/11 au 21/12 ..... **code 1211**

Cette discipline sert-elle à excuser toutes les déviances sociales comme l'a affirmé un ancien Premier Ministre ? Expliquer n'est pas justifier, phénomène et noumènes sont radicalement différents. L'apparence n'est pas l'essence.

Tarifs : plein 80€ - réduit 56€

➤ L'AFRIQUE COLONIALE ET LE COMMERCE INTERNATIONAL (6H)

Jean-François Senga - Enseignant
ALBI mercredi de 14h à 16h du 13/03 au 27/03 ..... **code 1212**

Si beaucoup d'entre vous savent que la France a eu un empire, bien peu en connaissent l'histoire. Nous évoquerons les temps de rencontres, la reconstitution des territoires, l'explication des richesses et des hommes, les deux guerres mondiales et la marche vers l'indépendance (cours en complémentarité avec la thématique de Y. Royer, cf. **code 1119**, page 15).

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

NOUVEAU

➤ LE RÉSEAU MONDIAL INTERNET - ÉTAT DES LIEUX, ÉVOLUTIONS, IMPACTS (2H)

Henri Assier - Expert en sûreté
ALBI vendredi de 10h à 12h le 13/10 ..... **code 1214**

Le réseau mondial Internet - Les chiffres clés - Évolutions en cours - Progrès et inquiétudes - L'Intelligence Artificielle introduction.

Tarif : gratuit

NOUVEAU

➤ JEU DE PSYCHOGÉNÉALOGIE (7H30)

Dominique Ramos - Psycho-praticienne - psychogénéalogiste
ALBI samedi de 14h30 à 17h les 14/10-18/11-16/12 ..... **code 1215**

Et si nous nous interrogions sur nos ancêtres en s'amusant ? Se poser les bonnes questions ! celles que l'on ne se pose pas, puisque notre histoire c'est notre évidence. Autour d'une table avec mon jeu : «Mon Arbre m'a dit», tirez une carte, répondez à la question et le fil se déroulera !

Tarifs : plein 60€ - réduit 42€

NOUVEAU

➤ LE DESSIN NEUROGRAPHIQUE (3H)

Dominique Ramos - Psycho-praticienne - psychogénéalogiste
ALBI lundi de 10h à 13h le 18/03 ..... **code 1216**

Inutile de savoir dessiner ni d'avoir beaucoup de matériel pour pratiquer le «neurographica». Développée en 2014 par Pavel Piscarov, cette méthode alliant neuroscience, psychologie et art, a pour objectif de gérer certains états émotionnels (stress, anxiété, etc).

Tarifs : plein 24€ - réduit 16,80€

➤ SOMMES-NOUS TOUS DES MONSTRES ? MÉTAMORPHOSES ANTIQUES ET CONTEMPORAINES DES CORPS ET DES ÂMES (16H)

Christophe Pacific - Cadre de santé - Docteur en philosophie
ALBI mercredi de 18h à 20h
les 18/10-15/11-20/12-17/01-07/02-06/03-03/04-15/05 ..... **code 1217**

A travers les arts et les sciences, l'histoire et l'actualité, nous tenterons de démasquer les anciens et les nouveaux monstres pour mieux les reconnaître et les combattre.

Tarifs : plein 128€ - réduit 89,60€

➤ APPROCHE DE LA DIFFÉRENCE CHEZ L'ENFANT (4H)

Christophe Pacific - Cadre de santé - Docteur en philosophie
ALBI mercredi de 18h à 20h les 24/01 et 31/01 ..... **code 1218**

Comment transformer notre regard sur un enfant marqué par une différence ? Il s'agit de trouver les leviers psychologiques et philosophiques d'accompagnement pour révéler les potentiels de résilience en mettant symboliquement de l'or sur les cicatrices.

Scène Nationale d'ALBI-Tarn SNA

Préparation à la représentation «Waré Mono» de Kaori Ito mardi 6 février à 20h. Rencontre exclusive autour du «Kintsugi» avec les artistes.

Tarifs : cours 23€ - cours + place de spectacle 41€

NOUVEAU

➤ DIS-MOI UNE COULEUR ET UN ANIMAL. LE SENS CACHÉ DES COULEURS ET DE NOS BESTIAIRES INTÉRIEURS (6H)

Christophe Pacific - Cadre de santé - Docteur en philosophie
Marie Chandelon - Psychanalyste jungienne et conteuse
ALBI mercredi de 9h à 12h les 28/02 et 27/03 ..... **code 1219**

Approche psychanalytique jungienne et philosophique des couleurs. Nous explorerons l'univers des couleurs illustrées par les impacts et les représentations que nous percevons des couleurs et par certains animaux qui les arborent.

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

➤ INITIATION À LA PSYCHOLOGIE JUNGIENNE ET À L'ANALYSE DES RÊVES

Marie Chandelon - Psychanalyste jungienne et conteuse
ALBI

Niveau 1 (12H) : vendredi de 9h à 12h
les 20/10-17/11-15/12-19/01 ..... **code 1220**

Tarifs : plein 96€ - réduit 67,20€

Niveau 2 (18H) : jeudi de 9h à 12h
les 19/10-16/11-14/12-18/01-29/02-28/03 ..... **code 1221**

Tarifs : plein 144€ - réduit 100,80€

Les rêves nous visitent tous, chaque nuit. Ils ne sont pas créés par le moi conscient et s'expriment dans leur propre langage symbolique.

➤ SCIENCES POLITIQUES : DES CLÉS POUR COMPRENDRE (6H)

Jean-Pierre Maurice - Sous Préfet (H)
ALBI mercredi de 17h à 18h30 du 08/11 au 29/11 ..... **code 1222**

En complément des thématiques régionales (Moyen-Orient, Asie, Amérique…) déjà traitées, nous aborderons les ressources pétrolières dans la stratégie des États, les ONG dans les relations internationales, l'impact géopolitique des religions, le multilatéralisme, ses origines, ses ambitions et ses limites.

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

➤ GÉOPOLITIQUE DU PROCHE-ORIENT (12H)

Isy Morgensztern - Enseignant - auteur - producteur
ALBI mardi de 10h à 12h du 14/11 au 19/12 ..... **code 1223**

Le Proche-Orient israélien et arabe fait l'actualité depuis de très nombreuses années mais reste difficile à déchiffrer, ce que nous nous proposons de faire. Égypte, Syrie, Irak, Liban, Jordanie, Émirats arabes unis, Israël, Palestine.

Tarifs : plein 96€ - réduit 67,20€

NOUVEAU

➤ ANATOMIE DE L'ESPRIT (8H)

Guy Fanjaud - Neurologue
CASTRES mardi de 14h à 16h du 12/12 au 16/01 ..... **code 2201**

La recherche sur les neurosciences nous permet maintenant de mieux comprendre la pensée humaine. Même si le mystère de l'esprit perd un peu de sa magie, nous essaierons de relier la matière organique cérébrale à la conscience humaine et à la pensée.

Tarifs : plein 64€ - réduit 44,80€

NOUVEAU

➤ ANIMAUX HUMAINS ET NON-HUMAINS, UNE FRONTIÈRE DIFFICILE À TRACER : EXPLORATION ET QUESTIONNEMENTS À L'AUNE DES CONNAISSANCES ACTUELLES (8H)

Louise Peckre - Enseignante - Chercheuse
ALBI & VISIO en simultané jeudi de 17h30 à 19h30
les 19/10-09/11-23/11-07/12 ..... **code 7115**

On attribue aux humains certaines spécificités (langage, culture, conscience de la mort, normes sociales…) mais la frontière entre l'Homme et les autres animaux est-elle si nette ? En balayant les connaissances actuelles, nous irons chatouiller certaines questions existentielles et sociétales.

Tarifs : plein 64€ - réduit 44,80€

➤ LA CHIMIE À TRAVERS SON HISTOIRE : DE L'ALCHIMIE À LA MÉCANIQUE QUANTIQUE (8H)

Aurore Fauré - Enseignante
ALBI & VISIO en simultané mardi de 10h à 12h
du 09/01 au 30/01 ..... **code 7116**

Histoire de la chimie : une plongée dans la structure de l'infiniment petit pour comprendre le monde tel que nous le percevons.

Tarifs : plein 64€ - réduit 44,80€

NOUVEAU

➤ L'ASTRONOMIE COMME VOUS NE L'AVEZ JAMAIS VUE ! (9H)

Yves Le Ponner - Astronome amateur
ALBI jeudi de 14h à 15h30 du 18/01 au 07/03 ..... **code 1224**

Ici, nul besoin d'être astronome, juste l'envie et la curiosité priment ! Vraiment n'hésitez pas, lancez vous ! Vous ferez connaissance avec le Système solaire, les grands astronomes de l'époque grecque jusqu'à Isaac Newton, ainsi que les calendriers !

Tarifs : plein 72€ - réduit 50,40€

➤ LES ÉCONOMISTES ET... LA FAIM DANS LE MONDE (18H)

Christian Branthomme - Enseignant
ALBI (bi-hebdomadaire) mercredi et vendredi de 10h à 11h30
les 02/02-07/02-09/02-28/02-01/03-13/03-15/03-27/03-29/03-03/04-24-04-26-04 ..... **code 1225**

Face à la question de la faim, quelles sont les réponses des économistes, depuis la révolution agricole du 18e siècle jusqu'aux propositions actuelles de transformation de notre modèle agro-alimentaire, face au double défi démographique et climatique.

Tarifs : plein 144€ - réduit 100,80€

NOUVEAU

➤ LES GRANDS PROBLÈMES ÉCONOMIQUES ACTUELS (4H)

Maxime Maury - anc. Dir. Régional de la BDF - Formateur - Éditorialiste
ALBI mardi de 14h à 16h les 13/03 et 26/03 ..... **code 1226**

Inflation, endettement, crise monétaire, énergie, eau, changement climatique, répartition des richesses, prétentions territoriales...

Tarifs : plein 32€ - réduit 22,40€

LE PROGRAMME PEUT ÊTRE MODIFIÉ, POUR PLUS DE DÉTAILS, VEUILLEZ CONSULTER LE SITE : WWW.UNIVERSITEPOURTOUS81.FR

➤ PSYCHOLOGIE ET PSYCHOLOGUES : HIER, AUJOURD'HUI ET DEMAIN (9H)

Marie-France Valax - Enseignante - Chercheuse
ALBI jeudi de 17h30 à 19h du 25/04 au 06/06 ..... **code 1227**

Ce cours aborde l'histoire, l'actualité et les futurs possibles de la psychologie et des psychologues. Nous explorerons notamment la sphère «PSY» à travers le rapport entre les métiers de psychologue, psychiatre, psychothérapeute, psychanalyste, neuropsychologue, … et autres psychopraticiens.

Tarifs : plein 72€ - réduit 50,40€

➤ À LA RENCONTRE DES PAYSAGES DU TARN (2H)

Patrick Urbano - Géographe, paysages et environnement
CASTRES mardi de 14h à 16h le 02/04 ..... **code 2203**

Le paysage, comment se saisir de toutes ses richesses ? Ce qu'il donne à voir, à saisir au-delà du visuel, ce qu'il raconte, sa capacité à entrer dans la réalité des territoires, paysages du sensible…

Tarifs : plein 16€ - réduit 11,20€

➤ LOISIRS, NATURE ET PARTAGE DE L'ESPACE (2H)

Patrick Urbano - Géographe, paysages et environnement
CASTRES lundi de 14h à 16h le 06/05 ..... **code 2204**

Le Tarn, par ses caractères naturels et paysagers, offre un formidable terrain de jeu aux pratiques de loisirs et de sports de nature en pleine expansion (cours en complémentarité avec la balade à Dourgne cf **code 9211** page 45).

Tarifs : plein 16€ - réduit 11,20€

➤ ÉTYMOLOGIES DES NOMS DES ÉLÉMENTS CHIMIQUES (4H30)

Dominique Agustin - Enseignant-chercheur en chimie
CASTRES & VISIO en simultané ..... **code 7211**

Le krypton est un élément qui n'a aucun lien avec la kryptonite de Superman. L'antimoine n'a aucun rapport avec le nom de la Rose d'Umberto Eco. Et pourtant…

Tarifs : plein 36€ - réduit 25,20€

➤ DÉVELOPPEMENT DURABLE ET CHIMIE VERTE - ETAT DES LIEUX (4H30)

Dominique Agustin - Enseignant-chercheur en chimie
CASTRES & VISIO en simultané ..... **code 7212**

On entend parler partout de développement durable, de chimie verte, d'analyse de cycle de vie, d'économie circulaire, d'impact carbone. Kézako ?

Tarifs : plein 36€ - réduit 25,20€

➤ UNE HYGIÈNE DE VIE ADAPTÉE POUR BIEN VIEILLIR DES LEVIERS D'ACTIONS À METTRE EN PLACE DANS SON QUOTIDIEN (25H)

Stéphanie Garcel - Praticienne en naturopathie, réflexologie, Amma Assis & formatrice
CASTRES jeudi à 14h du 21/09 au 21/03 ..... **code 2300**

Séance 1,	21/09 :	Définir le «bien vieillir»
Séance 2,	19/10 :	Mieux manger pour bien vieillir
Séance 3,	30/11 :	Apprendre à chouchouter ses organes d'élimination (émonctoires)
Séance 4,	07/12 :	Conserver une activité physique
Séance 5,	21/12 :	Apprendre à reconnaître et à limiter les polluants environnementaux
Séance 6,	11/01 :	(Re)Connaître ses émotions et apprendre à les gérer
Séance 7,	25/01 :	Atelier Do-In de relaxation
Séance 8,	08/02 :	Favoriser une bonne hygiène du sommeil
Séance 9,	07/03 :	Atelier «Mini-sieste»
Séance 10,	21/03 :	Bilan, échanges

TARN LE DÉPARTEMENT – CONFÉRENCE DES FINANCEURS – PRÉVENTION DE LA PERTE D'AUTONOMIE – ars – cnsa

Gratuit pour les adhérents de + de 60 ans.

➤ AMÉLIORER SON BIEN-ÊTRE AU FIL DES SAISONS (4H)

Stéphanie Garcel - Praticienne en naturopathie, réflexologie, Amma Assis & formatrice
CASTRES jeudi de 14h30 à 16h30 du 04/04 au 25/04 ..... **code 2306**

Des astuces pour être en forme au fil des saisons avec des conseils pratiques autour de l'alimentation, du sommeil, de l'activité physique, de la gestion des émotions... Pour prendre soin de soi et passer un printemps et un été au top !

Tarifs : plein 32€ - réduit 22,40€

➤ AUTOMASSAGE - MON RITUEL DÉTENTE (2H)

Stéphanie Garcel - Praticienne en naturopathie, réflexologie, Amma Assis & formatricece
CASTRES jeudi de 14h30 à 16h30 le 02/05 ..... **code 2307**

Se détendre et apaiser ses tensions en quelques minutes, où que vous soyez... c'est possible avec l'auto massage. Cela ne requiert aucun talent particulier alors mettez-vous au Do In et pratiquez à chaque fois que vous en ressentirez le besoin.

Tarifs : plein 16€ - réduit 11,20€

➤ À LA DÉCOUVERTE DU CHANT SPONTANÉ

Thierry Fleury - Formateur en expression vocale
ALBI lundi de 18h à 19h

Cycle 1 (10h) : du 02/10 au 18/12 ..... **code 1313**
Cycle 2 (10h) : du 08/01 au 25/03 ..... **code 1314**

Le chant spontané permet de se déconnecter de notre vie trépidante et stressante pour se reconnecter avec soi-même. Cet atelier, ludique et coopératif, permet de libérer la voix, le corps, l'imaginaire et l'expression créative. Aucune compétence vocale ou musicale n'est requise.

Tarifs par cycle : plein 80€ - réduit 56€

➤ YOGA DU SON, MÉDITATION SONORE

Thierry Fleury - Formateur en expression vocale
ALBI mardi de 12h15 à 13h15

Cycle 1 (10h) : du 03/10 au 19/12 ..... **code 1315**
Cycle 2 (10h) : du 09/01 au 26/03 ..... **code 1316**

Le yoga du son, par la production de sons vibratoires, aide au lâcher-prise, à la libération des tensions physiques et émotionnelles. Il canalise le stress, favorise la pleine conscience et permet l'affirmation de soi.

Tarifs par cycle : plein 80€ - réduit 56€

➤ LES MALADIES NEURO-ÉVOLUTIVES (6H)

Frédérique Virol - Psychologue
ALBI lundi de 9h30 à 12h30 les 02/10 et 09/10 ..... **code 1310**

Comment faire pour prévenir Alzheimer et/ou accompagner sans perdre la santé. Les dernières recherches en cours et l'importance des thérapies non médicamenteuses.

➤ COMPRENDRE SA MÉMOIRE (6H)

Frédérique Virol - Psychologue
ALBI lundi de 14h à 17h les 02/10 et 09/10 ..... **code 1311**

Comprendre sa mémoire, comment la préserver et l'entretenir sans pression, à tout âge. Fonctionnement et dysfonctionnements, prévenir et accompagner un malade Alzheimer.

➤ LE SOMMEIL (6H)

Frédérique Virol - Psychologue
ALBI lundi de 9h30 à 12h30 les 06/11 et 13/11 ..... **code 1312**

Comment faire pour réorganiser notre équilibre veille-sommeil et parvenir à bien dormir pour vivre mieux ? Faciliter l'endormissement, éviter les insomnies, avoir un sommeil réparateur, sieste ou non ?

TARN LE DÉPARTEMENT — CONFÉRENCE DES FINANCEURS — PRÉVENTION DE LA PERTE D'AUTONOMIE — ars — cnsa

Gratuit pour les adhérents de + de 60 ans.

NOUVEAU

➤ DÉCOUVERTE ET INITIATION À LA SOPHROLOGIE (4H)

Sylvie Couzinié - Sophrologue
CASTRES lundi de 14h à 16h du 02/10 au 09/10 ..... **code 2301**

La sophrologie permet d'acquérir une meilleure connaissance de soi et d'affronter tous les défis du quotidien avec plus de sérénité. Vous apprendrez une méthode avec respiration, relaxation, visualisation, méditation, accessible à tous, que vous pourrez entretenir par vous même.

Tarifs : plein 32€ - réduit 22,40€

NOUVEAU

➤ SOPHROLOGIE ET GESTION DU STRESS (6H)

Sylvie Couzinié - Sophrologue
CASTRES lundi de 14h à 16h du 16/10 au 13/11 ..... **code 2302**

Protocole de pratique autour de la gestion des émotions et du stress, mieux comprendre son propre fonctionnement, comment temporiser pour reprendre son souffle, comment se ressourcer et activer ses propres capacités.

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

➤ LA COMMUNICATION BIENVEILLANTE ET CONSCIENTE AU SERVICE DES AIDANTS FAMILIAUX (18H)

Sylviane Crabol - Formatrice
ALBI mardi de 14h à 17h du 03/10 au 21/11 ..... **code 1317**

L'objectif premier est de créer un lien ressource où chaque participant expose ses expériences. Nous apprendrons comment communiquer, développer notre écoute, repérer les besoins et accueillir nos difficultés. Favoriser et développer une meilleure qualité relationnelle dans cet atelier de Communication Bienveillante et Consciente.

TARN LE DÉPARTEMENT — CONFÉRENCE DES FINANCEURS — PRÉVENTION DE LA PERTE D'AUTONOMIE — ars — cnsa

Gratuit pour les adhérents de + de 60 ans.

LE PROGRAMME PEUT ÊTRE MODIFIÉ, POUR PLUS DE DÉTAILS, VEUILLEZ CONSULTER LE SITE : WWW.UNIVERSITEPOURTOUS81.FR

➤ INITIATION A LA MÉDITATION FONDAMENTALE (8H)

Christophe Pacific - Cadre de santé - Docteur en philosophie
ALBI mercredi de 12h30 à 13h30
les 18/10-15/11-20/12-17/01-07/02-06/03-03/04-15/05 ..... **code 1318**

Initiation à l'exercice de la méditation fondamentale sans objet (concentration sur la respiration) - cet exercice vise le calme mental. Il favorise la capacité de concentration dans la vie quotidienne. Des exercices de pleine conscience seront proposés comme l'ancrage sonore, la marche méditative.

Tarifs : plein 64€ - réduit 44,80€

NOUVEAU

➤ SE RECONNECTER AUX SAISONS GRÂCE À LA NATUROPATHIE (6H)

Caroline Lepinteur - Naturopathe
ALBI jeudi de 9h30 à 11h30 les 09/11-07/03-16/05 ..... **code 1324**

Au cours de ces ateliers, vous découvrirez comment adapter votre alimentation, votre mode de vie et vos pratiques de bien-être en fonction des saisons afin de cultiver votre pleine santé.

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

➤ SOUFFLE ET MOUVEMENT SUR LES 4 DIRECTIONS (6H)

Anne Beaujard - Médecin généraliste
CASTELNAU-DE-LÉVIS vendredi de 10h à 11h30
du 10/11 au 01/12 ..... **code 1319**

Le souffle et mouvement des 4 directions est une manière novatrice de lâcher avec le mental, sans effort. Cette pratique à la portée de tous amène à se centrer, s'apaiser et relâcher tension et stress. Guidée par la symbolique des 4 directions et des 4 éléments, la pratique peut aussi être vécue comme une danse rituelle à la vie.

Tarifs : plein 66€ - réduit 46,20€

NOUVEAU

➤ PRATIQUER LA SOPHROLOGIE POUR ACQUÉRIR UN MIEUX-ÊTRE DURABLE (10H)

Nadine Monnier Mouton - Sophrologue
ALBI lundi de 14h à 15h du 13/11 au 29/01 ..... **code 1320**

1 : Savoir relâcher les tensions physiques et psychologiques pour apaiser le corps et le mental. 2 : Cultiver la bienveillance envers soi même, restaurer la confiance et l'estime de soi. 3 : Améliorer la qualité du sommeil.

Tarifs : plein 80€ - réduit 56€

➤ JEUX DE FICELLES OU L'ART DE DÉLIER LES DOIGTS, DÉNOUER LA MÉMOIRE (9H)

Pierre Poisson - Enseignant
ALBI mercredi de 14h à 15h30 du 15/11 au 20/12 ... **code 1321**

L'activité en soi est des plus simple. L'animateur présente par des jeux de ficelles quelques figures, puis étape par étape, invite les participants à les reproduire et en émaille certaines, de rappels culturels (échelle de Jacob, culture amérindienne et conte).

CONFÉRENCE DES FINANCEURS TARN LE DÉPARTEMENT PRÉVENTION DE LA PERTE D'AUTONOMIE ars cnsa

Gratuit pour les adhérents de + de 60 ans.

➤ ATELIER AUTO-MASSAGE SHIATSU ET TAÏSO (3H)

Damien Bénis - Praticien Shiatsu
CASTELNAU-DE-LÉVIS samedi de 14h à 17h le 25/11 ..... **code 1322**

Apprendre à prendre soin de soi, délier les articulations, stimuler le corps, améliorer la circulation, faire baisser le stress... Je partagerai des techniques japonaises et mon savoir-faire lors de cet atelier en vous donnant des astuces pour vous occuper de vous même au quotidien.

Tarifs : plein 32€ - réduit 22,40€

➤ INITIATION AU MASSAGE SHIATSU (4H)

Damien Bénis - Praticien Shiatsu
CASTELNAU-DE-LÉVIS samedi de 14h à 18h le 03/02 ..... **code 1323**

Apprendre des techniques simples pour prendre soin de ses proches, chasser les tensions, faire baisser le stress. Le Shiatsu est une technique de massage japonaise visant un relâchement des muscles profonds.

Tarifs : plein 42€ - réduit 29,40€

➤ LE SOMMEIL, UN TRÉSOR (16H)

Sylvie Gaussen - Psychologue
CASTRES vendredi de 14h à 16h les 12/01-19/01-02/02-09/02-01/03-08/03-15/03-22/03 ..... **code 2303**

Il n'est jamais trop tard pour améliorer son sommeil. Bénéficiez de conseils et utilisez les fiches pour mettre en pratique au quotidien. Le sommeil, quésaco ? Mon sommeil et moi. Démarrer du bon pied ! Bien se poser le midi pour continuer sa journée. Préparer la venue de Morphée.

M2P Midi-Pyrénées Prévention

Gratuit pour les adhérents de + de 60 ans.

➤ LES PLANTES, NOS ALLIÉES AU QUOTIDIEN (7H30)

Elisa Guillon - Paysanne cueilleuse
CASTRES mardi de 13h30 à 16h du 05/03 au 19/03 ..... **code 2304**

Découverte des savoirs traditionnels autour des plantes, pour plus d'autonomie, au fil des saisons et des petits maux du quotidien. Initiation à l'herboristerie, reconnaissance des plantes qui nous entourent à travers une approche botanique pratique et sensible, et travaux pratiques d'utilisation.

Tarifs : plein 60€ - réduit 42€

NOUVEAU

➤ SAVOIR RECONNAÎTRE LES PLANTES SAUVAGES COMESTIBLES (7H30)

Pétunia - Paysanne cueilleuse
ALBI mardi de 13h à 15h30 les 19/03-26/03-02/04 ..... **code 1327**

Venez découvrir l'univers des plantes sauvages, qu'elles soient comestibles ou médicinales, apprenez à les reconnaître, les utiliser et les cuisiner (en salle et en extérieur).

Tarifs : plein 60€ - réduit 42€

NOUVEAU

➤ ATELIERS SOINS PAR LE TOUCHER-MASSAGE (6H)

Marie-Dominique Ponchel Spina - Cadre de santé
ALBI samedi de 9h à 12h et de 14h à 17h
le 23/03 ..... **code 1325**
le 27/04 ..... **code 1326**

Ateliers interactifs et pratiques en binôme des soins de massages relaxants, massages du visage, mains, jambes, dos ayant pour objectif la détente de la personne, relaxation et sensation de bien-être.

Tarifs par atelier : plein 48€ - réduit 33,60€

COMMUNICATION & EXPRESSION CRÉATIVE

➤ ATELIERS D'ÉCRITURE CRÉATIVE (30H)

Catherine Moreau Cassignol - Animatrice d'ateliers d'écriture
CASTRES vendredi de 14h à 17h les 13/10-17/11-01/12-15/12-19/01-02/02-01/03-05/04-03/05-31/05 ..... **code 2400**

L'atelier s'adresse à toute personne, même débutante, désireuse de fixer sa vision du monde (émotions, souvenirs, imaginaire…) dans une forme écrite. Alternant travail sur la mémoire et travail de la langue (jeux d'écriture), l'atelier veut aider le participant à trouver cette juste distance qui va lui permettre de «s'écrire».

Tarifs : plein 240€ - réduit 168€

➤ Á LA DÉCOUVERTE DE LA "COMÉDIE MUSICALE" (50H)

Axelle Gousset - Enseignante
ALBI vendredi de 10h à 12h du 29/09 au 31/05 ..... **code 1410**

Laissez-vous tenter par un cocktail artistique en 4D : musique, chant, danse et théâtre. Quatre disciplines pour quatre fois plus de plaisir ! Révélez vos talents et rejoignez la troupe de l'UPT pour vivre une aventure humaine inoubliable.

Tarifs : plein 250€ - réduit 175€

➤ ATELIER D'ENLUMINURE ET CALLIGRAPHIE (12H)

Joëlle Constans - Enlumineuse
ALBI lundi de 14h30 à 16h30 du 02/10 au 20/11 ..... **code 1411**

Faire revivre cet art médiéval en associant dessin, peinture, dorure, écriture et histoire. Travaux pratiques accompagnés d'une approche historique. Réalisation de cartes de vœux, d'invitations, de tableaux...

Tarifs : plein 96€ - réduit 67,20€ (+5€ de frais pédagogiques sur place)

NOUVEAU

➤ A LA RETRAITE, J'IMPROVISE (18H)
THÉÂTRE D'IMPROVISATION

Guillemette de la Vernhe - Comédienne
ALBI mercredi de 10h à 11h30 du 11/10 au 24/04 ... **code 1412**

Le travail du corps et de la voix, la construction de personnages, l'expérimentation de l'espace et du jeu collectif seront mis en pratique lors de l'élaboration de courtes saynètes improvisées dont le scénario est convenu à l'avance.

Carsat Retraite & Santé au travail Midi-Pyrénées

Gratuit pour les adhérents de + de 60 ans.

NOUVEAU

➤ ATELIER DANSE ET MOUVEMENT : POUTOUNER SON CORPS, FURETER DANS SES MÉANDRES (20H)

Katia Boyer Sbardelott - Art Danse Mouvement Thérapeute
ALBI vendredi de 14h à 16h du 13/10 au 12/01 ..... **code 1413**

Une rencontre et une exploration du corps en mouvement. Découvrir les bénéfices du souffle et les capacités physiques de chacun vers un vieillissement serein et une meilleure autonomie.

TARN LE DÉPARTEMENT CONFÉRENCE DES FINANCEURS PRÉVENTION DE LA PERTE D'AUTONOMIE ars cnsa

Gratuit pour les adhérents de + de 60 ans.

➤ PRISE DE PAROLE EN PUBLIC (6H)

Alain Gardénal - Cadre bancaire - Formateur
CASTRES samedi de 9h à 17h le 14/10 ..... **code 2402**

Quelques heures suffisent pour améliorer vos prises de parole en public. Contexte professionnel, amical, associatif, chaque situation est particulière mais il est facile d'apprendre très vite à éviter des erreurs, à être plus à l'aise et à savoir retenir l'attention pour faire passer ses messages.

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

➤ CONDUITE EFFICACE D'UNE RÉUNION (6H)

Alain Gardénal - Cadre bancaire - Formateur
CASTRES samedi de 9h à 17h le 18/11 ..... **code 2403**

Il y a plusieurs types de réunion mais, toutes étant consommatrices de temps et d'énergie, il est dommageable que certaines soient stériles, confuses ou ennuyeuses. Il suffit de peu de choses pour une bonne participation, un intérêt soutenu et des résultats satisfaisants.

Tarifs : plein 48€ - réduit 33,60€

NOUVEAU

➤ COMPRENDRE SON CHIEN

Évelyne Amaro - Éducatrice et comportementaliste canin
ALBI mercredi de 15h30 à 17h

Compréhension et éducation du chien pour une cohabitation harmonieuse. Une bonne relation de confiance pour une bonne éducation : apprentissages chez le chien en méthode positive.

Cycle 1 : Adopter un chien, un acte réfléchi (3H)
les 18/10 et 13/12 ..... **code 1414**
Cycle 2 : Prévenir les comportements à risque (3H)
les 17/01 et 07/02 ..... **code 1415**
Cycle 3 : Accompagner son chien vieillissant (3H)
les 13/03 et 03/04 ..... **code 1416**

Tarifs par cycle : plein 24€ - réduit 16,80€

➤ ÉCRIRE UN TEXTE AUTOBIOGRAPHIQUE (21H)

Sylvie Anahory - Historienne de l'art - Romancière
ALBI vendredi de 9h30 à 12h30 du 10/11 au 22/12 ..... **code 1417**

L'atelier d'écriture autobiographique explore la mémoire, l'identité, la famille. Différents supports sont utilisés : journaux intimes, récits de voyages, photographies, arbres généalogiques... Dans un second temps, les lectures partagées au sein du groupe font souvent écho à notre propre histoire.

Tarifs : plein 168€ - réduit 117,60€

➤ ÉCRIRE POUR SOI. LIRE ET DIRE POUR LES AUTRES (24H)

Sylvie Anahory - Historienne de l'art - Romancière
ALBI vendredi de 9h30 à 12h30 du 22/03 au 31/05 ..... **code 1418**

Cet atelier d'écriture narrative permet de rédiger des nouvelles ou des récits à partir de propositions de textes et d'images pour libérer l'écriture. Dans un second temps nous partagerons la lecture des textes en insistant sur les échanges au sein du groupe. Et pourquoi ne pas envisager la rédaction d'un texte plus long par la suite !

Tarifs : plein 192€ - réduit 134,40€

NOUVEAU

➤ A L'ORIGINE DE LA PENSÉE HUMAINE

Éveline Grieder - Docteur en sociologie
CASTRES mercredi de 10h à 12h

Cycle 1 (6H) : du 22/11 au 20/12 ..... **code 2401**
Cycle 2 (6H) : du 24/01 au 28/02 ..... **code 2404**

Un cycle de réflexion sur l'origine de l'être humain, de son langage et de sa pensée symbolique. Le premier module traitera de la paléontologie et de la préhistoire. Le second s'intéressera à la relation traditionnelle de l'homme à l'espace.

Tarifs par cycle : plein 48€ - réduit 33,60€

NOUVEAU

➤ AU CŒUR DE L'ARTISTE (20H)

Vincent Gimeno alias cObo - Artiste - Peintre
ALBI jeudi de 18h à 20h du 23/11 au 08/02 ..... **code 1419**

Acrylique, peinture sur support, sculpture, aquarelle sur toile, bois ou papier. Sa méthode d'apprentissage de la peinture permet d'explorer de nombreux supports, vous découvrirez toutes les possibilités d'expression que peut offrir la peinture.

Tarifs : plein 160€ - réduit 112€

➤ EXPRESSION ORALE : COMMUNIQUER PLUS EFFICACEMENT (3H)

Aude Brostin-Soto - Coach professionnelle
ALBI mardi de 17h30 à 19h les 28/11 et 12/12 ..... **code 1420**

Cet atelier sera enrichissant pour toutes les personnes qui souhaitent devenir un/e meilleur/e orateur/trice. Valorisez vos atouts, maîtrisez votre gestuelle et votre stress, ouvrez-vous plus facilement aux autres grâce à une attitude plus assurée.

Tarifs : plein 24€ - réduit 16,80€

➤ CONFIANCE EN SOI ET COMMUNICATION : OSEZ VOUS AFFIRMER ! (9H)

Aude Brostin-Soto - Coach professionnelle
ALBI samedi de 13h45 à 16h45 les 02/03-16/03-30/03 ..... **code 1421**

Développez votre assurance et confiance. Boostez votre estime grâce à des exercices pratiques et une méthodologie basée sur la communication positive. Affirmez-vous, osez, améliorez votre communication. L'atelier vous apportera une meilleure image de vous-même et plus de confiance en vos capacités.

Tarifs : plein 72€ - réduit 50,40€

NOUVEAU

➤ L' INCONSCIENT : ÉCOUTE, ÉCHANGES À PARTIR DE L'ÉMISSION DE FRANCE INTER (9H)

André Martinez - Psychologue
CASTRES jeudi de 16h30 à 18h du 18/01 au 30/05 ..... **code 2405**

Écoute et échanges de fragments de l'émission de France Inter «L'Inconscient» pour une approche de la pratique et de la théorie psychanalytique.

Tarif unique : 20€

➤ TOUS POÈTES (8H)

Blandine Bouisset - Animatrice d'ateliers d'écriture
CASTRES jeudi de 14h à 16h du 25/01 au 29/02 ..... **code 2406**

Ecriture poétique pour préparer le printemps des poètes.

Tarifs : plein 64€ - réduit 44,80€

➤ DÉCOUVERTE ET INITIATION AU COLLAGE PAPIER (8H)

Olga Fernandez-Aucordier - Enseignante
ALBI mardi de 10h à 12h du 05/03 au 26/03 ..... **code 1422**

Ateliers de découverte et d'initiation au collage papier, libérer sa créativité sans savoir-faire particulier. Récolter des images qui nous plaisent, choisir des papiers selon la texture, la couleur. Déchirer, découper, assembler, composer, coller… lâcher prise.

Tarifs : plein 64€ - réduit 44,80€

LANGUES

1 · COURS

DES FORMATEURS EXPÉRIMENTÉS, SPÉCIALISÉS DANS L'APPRENTISSAGE DES LANGUES ÉTRANGÈRES POUR ADULTES.

COURS DYNAMIQUES ET INTERACTIFS, SUJETS AU CŒUR DE L'ACTUALITÉ, PETITS GROUPES DE FORMATION, MAXIMUM 12 PERSONNES, CONVIVIALITÉ, ÉCHANGES, BONNE HUMEUR, FACILITÉ POUR LA PRISE DE PAROLE.

OBJECTIF : UNE SAISON POUR ACQUÉRIR PLUS D'AUTONOMIE DANS TOUS LES NIVEAUX.

➤ ANGLAIS (36H)

Éliane Pailhès - Formatrice

ALBI

DÉBUTANT
mardi de 16h à 17h30 du 03/10 au 07/05 ..... **code 1510**

FAUX DÉBUTANT
lundi de 16h à 17h30 du 02/10 au 13/05 ..... **code 1511**

INTERMÉDIAIRE
mardi de 14h à 15h30 du 03/10 au 07/05 ..... **code 1512**

CONFIRMÉ
lundi de 18h à 19h30 du 02/10 au 13/05 ..... **code 1513**

Martine Laurens - Formatrice

ALBI

FAUX DÉBUTANT
mardi de 9h à 10h30 du 03/10 au 07/05 ..... **code 1514**

INTERMÉDIAIRE
mardi de 10h30 à 12h du 03/10 au 07/05 ..... **code 1515**

CONFIRMÉ
jeudi de 10h30 à 12h du 05/10 au 16/05 ..... **code 1516**

NOUVEAU

Kévin O'Neill - Formateur - NOUVEAU

CASTRES

DÉBUTANT
lundi de 15h30 à 17h du 02/10 au 13/05 ..... **code 2500**

INTERMÉDIAIRE
lundi de 13h30 à 15h du 02/10 au 13/05 ..... **code 2501**

Tarifs : plein 250€ - réduit 175€ par niveau

ESPAGNOL (36H)

Rosa-Maria Herrero - Enseignante

ALBI

DÉBUTANT
mercredi de 14h30 à 16h du 04/10 au 22/05 ..... **code 1520**

FAUX DÉBUTANT 1
mercredi de 16h à 17h30 du 04/10 au 22/05 ..... **code 1521**

FAUX DÉBUTANT 2
mercredi de 10h30 à 12h du 04/10 au 22/05 ..... **code 1522**

INTERMÉDIAIRE 1
mercredi de 9h à 10h30 du 04/10 au 22/05 ..... **code 1523**

INTERMÉDIAIRE 1
jeudi de 13h30 à 15h du 05/10 au 16/05 ..... **code 1524**

INTERMÉDIAIRE 2
mercredi de 18h à 19h30 du 04/10 au 22/05 ..... **code 1525**

CONFIRMÉ
jeudi de 15h à 16h30 du 05/10 au 16/05 ..... **code 1526**

Esther Fraisse - Formatrice

CASTRES

DÉBUTANT
jeudi de 14h30 à 16h du 05/10 au 16/05 ..... **code 2505**

INTERMÉDIAIRE
jeudi de 10h30 à 12h du 05/10 au 16/05 ..... **code 2506**

Tarifs : plein 250€ - réduit 175€ par niveau

ITALIEN (36H)

Martina Bertozzi - Assistante de langue italienne

ALBI

DÉBUTANT
vendredi de 15h30 à 17h du 06/10 au 17/05 ..... **code 1530**

INTERMÉDIAIRE
vendredi de 13h30 à 15h du 06/10 au 17/05 ..... **code 1531**

CONFIRMÉ
vendredi de 10h30 à 12h du 06/10 au 17/05 ..... **code 1532**

Tarifs : plein 250€ - réduit 175€ par niveau

LANGUES DES SIGNES

Richard Gonzalez - Formateur

ALBI

DÉBUTANT (15H)
mercredi de 18h à 19h30 du 04/10 au 20/12 ..... **code 1540**

Tarifs : plein 120€ - réduit 84€

INTERMÉDIAIRE (21H)
mercredi de 18h à 19h30 du 10/01 au 22/05 ..... **code 1541**

Tarifs : plein 168€ - réduit 117,60€

ARABE (36H)

Wassila Moulay - Enseignante

ALBI

LES BASES DE LA LANGUE ARABE ET SON ÉCRITURE
jeudi de 9h à 10h30 du 05/10 au 16/05 ..... **code 1550**

Tarifs : plein 250€ - réduit 175€

➤ RUSSE (36H)

Iuliia Boyer - Professeure de russe

ALBI

DÉBUTANT

jeudi de 17h à 18h30 du 05/10 au 16/05 ..... **code 1560**

FAUX DÉBUTANT

jeudi de 18h30 à 20h du 05/10 au 16/05 ..... **code 1561**

Tarifs : plein 250€ - réduit 175€

NOUVEAU

➤ CORÉEN (36H)

Eunok Soupa - Formatrice

ALBI

DÉBUTANT

lundi de 18h à 19h30 du 02/10 au 13/05 ..... **code 1570**

Tarifs : plein 250€ - réduit 175€

2 · CLUBS

ECHANGES ORAUX SPONTANÉS ET IMMERSION DANS LA CULTURE ET LA LANGUE PRATIQUÉE.

POUR LES PERSONNES AYANT DÉJÀ UNE CERTAINE CONNAISSANCE DE LA LANGUE.

➤ ALLEMAND

Dominique Clarisse & Mireille Urban

ALBI

mercredi de 18h à 19h30 du 04/10 au 22/05 ..... **code 1580**

➤ ANGLAIS

Jacqueline Ozanon

ALBI

lundi de 18h à 19h30 du 02/10 au 13/05 ..... **code 1581**

NOUVEAU

Nicholas Reidy

CASTRES

mardi de 10h à 11h30 du 03/10 au 07/05 ..... **code 2510**

➤ ESPAGNOL

Orchidée Monferrer & Jacqueline Coutu

ALBI

mercredi de 18h à 19h30 du 04/10 au 22/05 ..... **code 1582**

Antoine Cordente

ALBI

jeudi de 18h à 19h30 du 05/10 au 23/05 ..... **code 1583**

Tarif unique : 40€ par club

3 - ATELIERS

APPRENDRE ET PRATIQUER DIFFÉREMMENT : JEUX, LECTURE, CUISINE, COUTUMES ….

➤ ATELIERS EN ANGLAIS (2H)

Bethanie Lewis - Formatrice
CASTRES lundi de 10h à 12h

le 13/11 : Loisirs et activités ..... **code 2502**
le 15/01 : Nourriture et cuisine du monde ..... **code 2503**
le 25/03 : Achats, demandes de devis, problèmes de voiture ..... **code 2504**

Tarifs par atelier : plein 16€ - réduit 11,20€

➤ LECTURE ET LITTÉRATURE HISPANIQUE (2H)

Esther Fraisse - Formatrice
CASTRES mercredi de 10h à 12h

le 29/11 ..... **code 2507**
le 17/01 ..... **code 2508**
le 13/03 ..... **code 2509**

Tarifs par atelier : plein 16€ - réduit 11,20€

➤ ATELIERS EN CHINOIS (2H)

Emma Cheng - Formatrice
CASTRES vendredi de 14h30 à 16h30

le 17/11 : Les us et coutumes en Chine ..... **code 2511**
le 01/12 : Découverte de la langue ..... **code 2512**
le 15/12 : Le B.A.-BA du parfait voyageur ..... **code 2513**

Tarifs par atelier : plein 16€ - réduit 11,20€

ADHÉSION ET SOUTIEN : UNE FORMULE QUI PERMET DE PARTICIPER À LA PÉRENNITÉ DE NOS ACTIVITÉS

SORTIES & VISITES

➤ VISITE AU MUSÉE (8H)

Anne Nières - Guide conférencière
Vendredi de 14h à 16h
le 06/10 : musée Toulouse-Lautrec/Albi ..... **code 9114**
le 24/11 : musée Goya/Castres ..... **code 9115**
le 08/12 : musée Soulages/Rodez ..... **code 9116**
le 02/02 : musée Ingres Bourdelle/Montauban ..... **code 9117**

Tarif unique par visite : 25€ (visite + entrée au musée comprise)

Tarif unique pour cycle complet : 100€
(visites + entrées aux musées comprises) **code 9110**

➤ BALADE DÉCOUVERTE DES ESSENCES DE NOS RÉGIONS À CASTRES (3H)

Nicolas Maraval - Forestier - Permaculteur - Chercheur indépendant
Samedi de 14h à 17h le 07/10 ..... **code 9200**

Partons à la rencontre des arbres et arbustes de notre région, omniprésents et pourtant souvent oubliés. Nous apprendrons à les identifier, découvrir ce qu'ils nous offrent quotidiennement : nourriture et médecine naturelle, matériaux et énergie, protection du climat, des sols et de l'eau, embellissement du paysage, source d'inspiration...

Tarifs : plein 24€ - réduit 16,80€

NOUVEAU

➤ LA COMMANDERIE DE VAOUR ET LE CHÂTEAU DE PENNE (6H)

Maryse Laborde - Chercheuse en Histoire médiévale
Jeudi de 11h à 17h le 12/10 ..... **code 9201**

Vaour : une importante commanderie templière dans le nord du département construite sur demande de la toute puissante famille de Penne. Le château de Penne, quoi de plus naturel que de joindre les deux visites, pour deux histoires distinctes mais conjointes : celle de l'ordre du temple et de la seigneurie de Penne.

Tarifs : plein 32€ - réduit 22,40€

NOUVEAU

➤ MUSÉE DU PROTESTANTISME : DE LA RÉFORME À LA LAÏCITÉ (2H30)

Denis Mangado et Michel Miaille - Pdt du musée et Pr émérite de droit
Vendredi de 14h30 à 17h + conférence à 18h le 13/10 ..... **code 9202**

La visite guidée du Musée sera l'occasion d'évoquer avec Denis Mangado, ancien président du conseil d'administration du Musée, les liens entre «Religion et politique». Cette visite sera suivie d'une conférence à 18h sur le thème «Histoire et actualité de la laïcité en France» par Michel Miaille.

Tarifs : plein 16€ - réduit 11,20€

NOUVEAU

➤ DU MUSÉE DU PROTESTANTISME À LA PIERRE PLANTÉE DE FERRIÈRES (6H)

Claire-Lise Raynaud - Professeure honoraire d'histoire
Vendredi de 10h à 16h le 07/06 ..... **code 9212**

Sortie commentée par l'historienne Claire-Lise Raynaud, à la découverte du Musée du Protestantisme et de ses traces paysagères sur la commune de Ferrières, haut lieu du protestantisme tarnais.

Tarifs : plein 32€ - réduit 22,40€

➤ LES OISEAUX DE L'HIVER : BALADE NATURALISTE (2H)

Emma Lebozec - Animatrice à la ligue de protection des oiseaux
Vendredi de 10h à 12h

Session 1 : le 09/02 ..... **code 9203**
Session 2 : le 03/05 ..... **code 9207**

Observation et écoute des oiseaux dans la réserve de Cambounet-sur-le-Sor.

Tarifs par session : plein 16€ - réduit 12,20€

NOUVEAU

➤ MAGNIFICAT, HISTOIRE D'UNE ŒUVRE D'UNE TAPISSERIE (3H)

Élodie Gomez Pradier - Responsable des collections de la Cité de Sorèze
Mardi de 14h30 à 16h30 le 05/12 ..... **code 9214**

La maquette et dessins préparatoires de Magnificat seront sortis des réserves pour une conférence exclusive devant l'œuvre réalisée par Elodie Gomez Pradier, Docteure en Histoire de l'art, spécialiste de l'histoire de la tapisserie. Dégustation de produits locaux en fin de séance.

Tarif unique : 39€

NOUVEAU

➤ LES COULISSES D'UN ACCROCHAGE D'UNE EXPOSITION AU MUSÉE DOM ROBERT (3H)

Élodie Gomez Pradier - Responsable des collections de la Cité de Sorèze
Mardi de 10h30 à 12h30 le 30/01 ..... **code 9213**

Vous assisterez en exclusivité à l'accrochage d'une tapisserie par l'équipe de la Cité de Sorèze. Cet accrochage sera suivi d'un commentaire réalisé par Elodie Gomez Pradier, docteure en Histoire de l'art, spécialiste de l'histoire de la tapisserie. Dégustation de produits locaux en fin de séance.

Tarif unique : 39€

NOUVEAU

➤ SUR LES TRACES DE LÉON DAURES DANS LES RUES D'ALBI (2H)

Jean-Dominique Nograbat - Passionné d'histoire et de patrimoine
ALBI mercredi de 14h à 16h le 06/03 ..... **code 9111**

Léon Daures (1877-1973) architecte départemental a conçu de nombreux bâtiments, notamment à Albi. En parcourant la ville, nous découvrirons ses réalisations marquantes et son histoire. Le temple protestant, dont c'est le centenaire, terminera notre visite.

Tarifs : plein 16€ - réduit 11,20€

➤ SAÏX ET LES CHARTREUX (2H30)

Jean-Paul Alary - Président de ARCEPS
Lundi de 14h à 16h30 le 11/03 ..... **code 9204**

Saïx, construit en aplomb de l'Agout, a été fortifié et a subi trois assauts des protestants lors des guerres de religion. Une salle médiévale est consacrée à des expositions temporaires avec l'ancienne prison qui conserve des tableaux et objets Chartreux. L'église est éclairée par des vitraux intéressants…

Tarifs : plein 20€ - réduit 14€

➤ CUISINE SAUVAGE - LA NATURE DANS L'ASSIETTE (5H)

Elisa Guillon - Paysanne cueilleuse
CASTRES vendredi de 9h30 à 16h le 22/03 ..... **code 9216**

Sortie terrain à la découverte des plantes comestibles sauvages, identification et plantes toxiques. Cueillette et cuisine de nos sauvages pour partager notre repas.

Tarifs : plein 40€ - réduit 28€

➤ STATUES-MENHIRS : LES ÉTRANGES STÈLES GRAVÉES DU TARN ET DE L'AVEYRON (3H)

Alain Rodrigue - Préhistorien - Archéologue
Mardi de 14h à 17h le 26/03 ..... **code 9205**

Que sont ces statues-menhirs ? Que représentent-elles ? Quels étaient leurs rôles ? Portaient-elles un message ? Telles sont les questions auxquelles Alain Rodrigue tentera de répondre, tout au long d'une promenade dans les environs de Lacaune.

Tarifs : plein 24€ - réduit 16,80€

➤ NOTRE-DAME DE LA DRÈCHE, SON CARILLON MANUEL ET SES MUSÉES (2H30)

Gérard Cadars - Président de l'association Mato Grosso
ALBI jeudi de 14h à 16h30 le 04/04 ..... **code 9112**

Notre-Dame de la Drèche, son carillon manuel de 37 cloches, installé en 1941, restauré et agrandi au fil du temps, et ses deux musées.

Tarifs : plein 20€ - réduit 14€

➤ CUISINER LES PLANTES SAUVAGES (7H)

Pétunia - Paysanne cueilleuse
ALBI mardi de 9h30 à 16h30 le 23/04 ..... **code 9113**

Balade dans la campagne pour découvrir et cueillir les plantes sauvages puis les cuisiner autour d'un repas partagé.

Tarifs : plein 56€ - réduit 39,20€

➤ BALADE SUR LE PLATEAU DE LA MADELEINE (2H)

Patrick Urbano - Géographe, paysages et environnement
Mardi de 14h à 16h le 30/04 ..... **code 9206**

A Augmontel, le plateau de la Madeleine offre un formidable lieu d'observation du sud tarnais. Peu connu, ce belvédère permet de balayer un assemblage paysager où s'individualisent pas moins de 7 entités paysagères (typologies). Leur observation permet d'exposer leurs caractères respectifs, la typicité propre à chacune et les transitions de l'une à l'autre.

Tarifs : plein 16€ - réduit 11,20€

ADHÉSION ET SOUTIEN : UNE FORMULE QUI PERMET DE PARTICIPER À LA PÉRENNITÉ DE NOS ACTIVITÉS

➤ DANS LES PAS DE DOM ROBERT (3H)

Patrick Urbano - Géographe, paysages et environnement
Mardi de 14h à 17h le 07/05 ..... **code 9208**

A Dourgne et à Massaguel, au cœur des paysages du piémont de la montagne Noire, cette balade paysagère invite à suivre l'artiste dans sa quête d'inspiration.

Tarifs : plein 24€ - réduit 16,80€

➤ BALADE À DOURGNE - LOISIRS-NATURE ET PARTAGE DE L'ESPACE (2H)

Patrick Urbano - Géographe, paysages et environnement
Mardi de 14h à 16h le 21/05 ..... **code 9211**

Le Tarn, par ses caractères naturels et paysagers, offre un formidable terrain de jeu aux pratiques de loisirs et de sports de nature en pleine expansion (balade en lien avec le cours cf **code 2204** page 26).

Tarifs : plein 16€ - réduit 11,20€

NOUVEAU

➤ LE PASTEL, DU CHAMP DE PRODUCTION À LA TEINTURE VÉGÉTALE (2H)

Bruno Berthoumieux - Producteur de pastel
Mardi de 14h à 16h le 14/05 ..... **code 9209**

Le Château des Plantes, site unique, à valoriser toutes les étapes du Pastel : de la culture à l'extraction, en passant par la teinture à l'ancienne et la production d'huiles et de cosmétiques au pastel du Pays de Cocagne.

Tarif unique : 13€

NOUVEAU

➤ BALADE SUR LA VOIE DITE ROMAINE (2H)

Jean-Louis Enjalbert - Pdt du Centre Archéologique du Puylaurentais
Jeudi de 14h à 16h le 16/05 ..... **code 9210**

Entre Lavaur et Puylaurens, la voie offre le visage agreste du Pays de cocagne avec ses panoramas composés d'une riche mosaïque de couleurs. La recherche archéologique a révélé un remarquable patrimoine : néolithique, protohistorique, gallo-romain et médiéval.

Tarifs : plein 16€ - réduit 11,20€

LE PROGRAMME PEUT ÊTRE MODIFIÉ, POUR PLUS DE DÉTAILS, VEUILLEZ CONSULTER LE SITE : WWW.UNIVERSITEPOURTOUS81.FR

VOYAGES

Ces voyages sont en lien avec des cours proposés par l'intervenant, accompagnateur de ces circuits.

➤ FRANCE : ESCAPADE EN NARBONNAISE

EXPERIENCE(S) DU MONDE

accompagné par **Yves Royer**

Du 1er au 05 avril 2024 ..... **code 9120**

Un itinéraire en Narbonnaise qui donnera un aperçu étendu des trésors qu'offre cette belle contrée. L'attention se portera autant sur le passé romain de la province que sur l'Art Roman dont elle est un bel écrin avec l'abbaye de Caune-Minervois par exemple ou l'évocation du Maître de Cabestany...

Tarifs et circuit : Renseignements et préinscriptions auprès de l'UPT

➤ TRÉSORS DE MACÉDOINE DU NORD

EXPERIENCE(S) DU MONDE

accompagné par **Michel Pillon**

Du 15 au 22 mai 2024 ..... **code 9121**

Il existe des endroits dont on connaît le nom, que l'on situe cependant mal et dont on sait finalement peu de choses. C'est ainsi pour la Macédoine du Nord. Enclavé, le pays recèle de véritables trésors patrimoniaux et naturels telle la région du lac d'Ohrid...

Tarifs et circuit : Renseignements et préinscriptions auprès de l'UPT

➤ ITALIE : LES VILLAS PALLADIENNES

EXPERIENCE(S) DU MONDE

accompagné par **Yves Royer**

Du 21 au 28 juin 2024 ..... **code 9122**

En Italie du nord, de Vicence à Padoue, nous aborderons une période architecturale essentielle de l'histoire de la Vénétie, initié par le génial Andrea Palladio (1508–1580). Cet ensemble de constructions, classé au Patrimoine Mondial de l'Unesco, nous donnera l'occasion de nous replonger dans l'esprit de la Renaissance...

Tarifs et circuit : Renseignements et préinscriptions auprès de l'UPT

➤ PAYS DE GALLES

EXPERIENCE(S) DU MONDE

accompagné par **Yves Royer**

Du 12 au 17 septembre 2024 ..... **code 9123**

Le Pays de Galles présente des paysages sublimes, depuis les sommets enneigés jusqu'aux côtes sauvages, sur un territoire entre mer et montagnes. Le voyageur en quête de nature et de grands espaces, découvrira des vallées intactes, des parcs nationaux époustouflants tels que ceux de Snowdonia...

Tarifs et circuit : Renseignements et préinscriptions auprès de l'UPT

➤ L'INDE RAJASTHAN : AU PAYS DES MAHARAJAS

EXPERIENCE(S) DU MONDE

accompagné par **Fabrice Delbarre**

Du 19 au 30 novembre 2024 (dates à confirmer) ..... **code 9124**

Au Rajasthan, situé dans le nord-ouest de l'Inde, les différences ethniques, religieuses, linguistiques et culturelles sont à leur comble et pourtant cohabitent. Terre des mille temples, le Rajasthan est constitué de petits royaumes établis par les seigneurs Rajput, où le temps semble s'être arrêté…

Tarifs et circuit : Renseignements et préinscriptions auprès de l'UPT

➤ BARCELONE, L'ARTISTIQUE : MODERNE ET CONTEMPORAINE

ARTS ET VIE & VOYAGES CULTURELS

accompagné par **Anne Nières**

Du 28 mars au 03 avril 2024 ..... **code 9125**

De la fin du XIX^{e} au début du XX^{e} siècle : Gaudi, Miro, Picasso, Tapiés et autres artistes. L'Art sous toutes ses formes : architecture, peinture, arts décoratifs, jardins…

Tarifs et circuit : Renseignements et préinscriptions auprès de l'UPT

➤ MADRID - TOLÈDE

Ciel Bleu Voyages

accompagné par **Anne Réby**

Mars 2024 ..... **code 9215**

Découverte de Madrid et de ses grands musées : musée archéologique - le Prado - le Centre d'art Reina Sofia - le musée Thyssen-Bornemisza. Une journée à Tolède à la rencontre de l'Espagne médiévale.

Tarifs et circuit : Renseignements et préinscriptions auprès de l'UPT

L'Université Pour Tous du Tarn remercie ses partenaires

- Albi Flamenco Pour Tous
- Archives Départementales
- Associations étudiantes de l'INUC
- Association Jaurès Espace Tarn (AJET)
- AVF (Albi, Gaillac, Castres)
- CCAS (Albi, Castres)
- Centre Culturel - Médiathèque de Carmaux
- Centre Culturel le Rond Point de Labruguière
- Centre d'Études et de Recherches Archéologiques du Pays Castrais (CERAC)
- Cité de Sorèze
- Conseil d'Architecture d'Urbanisme et de l'Environnement (CAUE)
- Conservation Départementale Des Musées
- Institut d'Études Occitanes du Tarn (IEO)
- Instituts de Formation aux Métiers de la Santé (IFMS)
- IUT Paul Sabatier, site de Castres
- LEGTA Fonlabour
- Musée du protestantisme
- Scène Nationale d'Albi
- Service du Patrimoine - Gaillac

LE SAVOIR PARTAGÉ

UNIVERSITÉ POUR TOUS DU TARN

INU Champollion
Place de Verdun CS 33222 · 81012 **ALBI** cedex · **05 63 38 13 95**
Du lundi au vendredi de 13h à 17h

Maison des Associations
Place du 1er Mai 81100 **CASTRES · 05 63 50 12 99**
Lundi, mardi, jeudi et vendredi de 13h à 18h

contact@universitepourtous81.fr
www.universitepourtous81.fr

Impression : COPYRIGHT-ALBI.FR · 752065318 IMPRIM'VERT® Ne pas jeter sur la voie publique