

# UNIVERSITÉ POUR TOUS DU TARN



LE SAVOIR PARTAGÉ



Saison culturelle 2024-2025  
[www.universitepour tous81.fr](http://www.universitepour tous81.fr)



## ÉDITO

Le comportement des êtres humains se révèle trop souvent erratique et paradoxal puisqu'il aboutit à des confrontations violentes sur l'art et la manière de rechercher le bonheur, et sur le choix de la meilleure voie qui doit nous permettre d'être plus heureux demain !

Dès lors, faut-il renoncer à l'espoir de vivre en paix et préférer enfouir sa tête dans le sable pour ne plus voir le danger ? Nous ne le pensons pas : il n'y a pas de fatalité à écarter les solutions pacifiques et consensuelles, comme il n'y a rien de bon à attendre du fatalisme inhibiteur de la résignation : « à quoi bon puisque rien ne changera » !

Pour cette saison 2024-2025 l'UPT a choisi d'articuler ses activités autour de la symbolique du PONT. Cet ouvrage né de la volonté des Hommes qui ont voulu surmonter les obstacles pour créer entr'eux des liens durables, nous paraît représenter l'espoir qui nous anime quand nous proposons des activités qui rapprochent, facilitent les échanges d'idées et de connaissances, offrent des chemins plus directs pour connaître l'autre, ouvrent sur l'attrait de l'inconnu et de découvertes enrichissantes. Nous serions honorés de partager avec vous ces convictions et objectifs, d'autant que le pont offre aussi un promontoire d'où l'on peut prendre de la hauteur et s'autoriser à rêver de « longs fleuves tranquilles ».

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 !**

## LES RENDEZ-VOUS DE LA RENTRÉE

**Des journées exceptionnelles de rencontres et d'inscriptions :**

**À Albi :** samedi 31 août 2024  
INU Champollion, place de Verdun

**À Gaillac :** samedi 7 septembre 2024 · Fête des associations

**À Carmaux :** dimanche 8 septembre 2024 · Fête des associations

**À Castres :** samedi 21 septembre 2024  
Maison des associations, place du 1<sup>er</sup> mai

**Programme détaillé sur [www.universitepourtous81.fr](http://www.universitepourtous81.fr).**

# LES PERMANENCES

## RÉOUVERTURE LE LUNDI 2 SEPTEMBRE 2024

**Albi** : du lundi au vendredi de 13h à 17h  
**Castres** : lundi, jeudi et vendredi de 13h à 17h  
[www.universitepour tous81.fr](http://www.universitepour tous81.fr)  
[contact@universitepour tous81.fr](mailto:contact@universitepour tous81.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 1<sup>er</sup> mai  
Ecole d'ingénieurs ISIS - Rue Firmin Oulès  
Médiathèque de Castres Sidobre - 2 avenue du Sidobre  
Maison de ma Région - 40 allées Alphonse Juin
- Gaillac** : Maison Dom Vayssette - 3 rue Cavallé-Coll

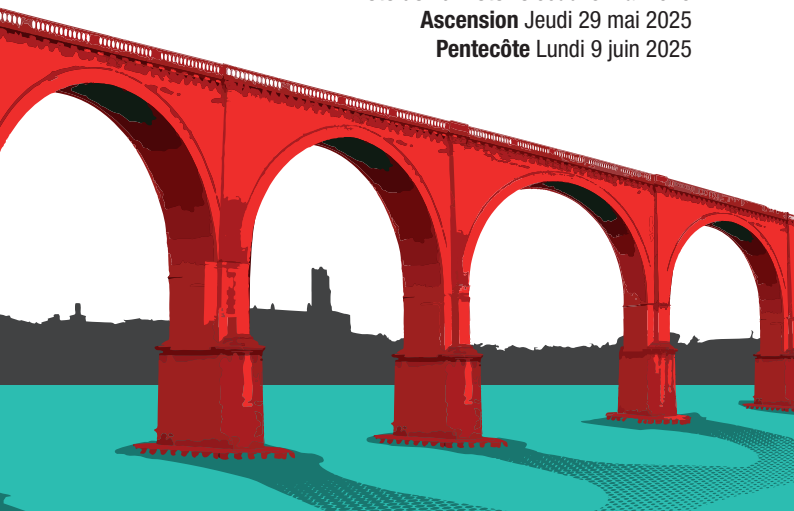
## LES VACANCES SCOLAIRES

### ACADÉMIE TOULOUSE - 2024 / 2025 (ZONE C)

- Vacances de la Toussaint** Du 19 octobre 2024 au 3 novembre 2024  
**Vacances de Noël** Du 21 décembre 2024 au 5 janvier 2025  
**Vacances d'hiver** Du 15 février 2025 au 2 mars 2025  
**Vacances de printemps** Du 12 avril 2025 au 27 avril 2025

### JOURS FÉRIÉS

- Armistice 1918** Lundi 11 novembre 2024  
**Pâques** Lundi 21 avril 2025  
**Fête du travail** Jeudi 1<sup>er</sup> mai 2025  
**Fête de la victoire** Jeudi 8 mai 2025  
**Ascension** Jeudi 29 mai 2025  
**Pentecôte** Lundi 9 juin 2025



# 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. Nous envoyons un rappel de cours, par mail, la veille de l'ouverture. 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, 2<sup>ème</sup> membre d'une même famille, tout adhérent ayant déjà payé 250€ d'activités pour l'année 2024/2025 (s'adresser aux permanences).

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



## COMMENT S'INSCRIRE ?

**En ligne** : Sur notre site internet :

[www.universitepour tous81.fr](http://www.universitepour tous81.fr)

### Aux permanences :

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

**Castres** : Maison des Associations, place du 1<sup>er</sup> mai, 81100 Castres 05 63 50 12 99, lundi, jeudi et vendredi de 13h à 17h.

### 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.



## SOMMAIRE

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

## CONFÉRENCES & CINÉMA

- .....p.7

## ACTIVITÉS EN PARTENARIAT AVEC LA SNA

- .....p.9

## COURS

- Arts, histoire & civilisations .....p.11
- Sciences & découvertes .....p.23
- Santé & environnement .....p.29
- Communication & expression créative .....p.35
- Langues .....p.40

## SORTIES, VISITES & VOYAGES

- .....p.45



Sur place + Visioconférence



Visioconférence uniquement





## CONFÉRENCES & CINÉMA

ALBI - BÂTIMENT MUTIMÉDIA INU CHAMPOLLION  
ET/OU EN VISIOCONFÉRENCE



### ÉVÈNEMENTS DE RENTRÉE

- Samedi 31/08 Présentation de la saison culturelle 2024/2025  
Hall du bâtiment Jean-Jaurès
- 9h30 Ouverture des inscriptions
- 14h Présentation officielle
- Lundi 02/09 Ouverture des permanences à 13h

### CONFÉRENCES / DÉBATS

- 01/10 à 18h **S. Brouquet, A. Fauré, Y. Royer & J.-Fr. Senga**  
Le PONT : un lien entre nos connaissances.
- 08/10 à 18h **P. Paris** - Le théâtre à travers les âges, le grand théâtre d'Albi. Architecture et développement.
- 15/10 à 18h **C. Boyer** - Quels États-Unis après les élections de novembre 2024 ?
- 05/11 à 18h **Ch. Pacific, H. Pingaud & J.-Fr. Senga** - Regards croisés sur la santé : l'humain en question.
- 12/11 à 18h **A. Fauré** - Correspondance de guerre 14-18 de mon grand-père : combats, captivité, évasion.
- 19/11 à 18h **M. Tillier** - Un goût d'ailleurs, l'exotisme en peinture.
- 26/11 à 18h **L. Steffan** - Comment l'économie nous guide dans nos choix ?
- 03/12 à 18h **G. Alquier** - Les ponts d'Albi : histoire et mémoire.
- 10/12 à 18h **S. Garric** - La Querelle du Cid : Corneille dans la tourmente.
- 17/12 à 18h **C. Bur** - Quelle sanction pour le violeur sous la République Romaine ?
- 07/01 à 18h **M. Grenet** - Byzance/Constantinople/Istanbul, une ville-pont entre deux mondes.
- 14/01 à 18h **L. Bricault** - Isis, Dame du Nil et Reine des flots.
- 21/01 à 18h **J.-Fr. Senga** - De l'État providence à l'État protecteur : la fin de l'État providence ?
- 28/01 à 18h **Th. Courcelle, Y. Fijalkow & Fr. Taulelle** - Égalité, accessibilité, solidarité : Les renoncements de l'État, services publics et territoires ruraux.
- 04/02 à 18h **D. Desmas** - Littérature et crise environnementale : quelques réflexions à partir de deux dystopies latino-américaines.
- 11/02 à 18h **A. Nières** - Gustave Caillebotte : le peintre de la vie moderne.
- 04/03 à 18h **A. Abeilhou** - Compositrices.
- 11/03 à 18h **S. Anahory** - Geneviève Bonnefoi, un pont entre l'art cistercien et l'art contemporain.
- 18/03 à 18h **Ch. Branthomme & A. de la Soudière** - Économie de guerre et Démocratie.
- 25/03 à 18h **V. Pierrat & C. Vignet** - L'aventure scientifique entre l'IA et la planaire.
- 01/04 à 18h **N. Méau** - Georges Sand : sa vie, son œuvre.
- 08/04 à 18h **G. Gras** - Femmes d'action en Albigeois sous l'Ancien Régime (XVI<sup>e</sup>-XVIII<sup>e</sup> siècle).
- 29/04 à 18h **S. Conesa** - L'École Rochegude, naviguons, au sud d'Albi, avec les «hussards noirs» de la République...

06/05 à 18h

**N. Amiot** - Un trésor (coule) dans mon village.

**Tarifs** : adhérent Gratuit - non-adhérent 5€

Inscription à l'ensemble des visioconférences : **code 1600**

Inscription par conférence possible sur le site Internet

**CASTRES**

**ÉVÈNEMENTS DE RENTRÉE - MAISON DES ASSOCIATIONS**

Lundi 02/09

Ouverture des permanences à 13h

Samedi 21/09

Matinée exceptionnelle d'inscriptions et de renseignements

● CONFÉRENCE EN PARTENARIAT

**CONFÉRENCES / DÉBATS - MÉDIATHÈQUE SIDOBRE**

11/10 à 14h30

**M. Odessey** - Méditation de pleine conscience : science, pratique et application.

● 19/10 à 15h00

**Y. Royer** - Les samouraïs (Festival Jap In Tarn - Mazamet)

08/11 à 14h30

**M. Blanchard** - Les canaux de Suez.

● 09/11 à 14h30

**G. Labouysse** - Femmes d'Oc engagées dans leur siècle (COPC)

15/11 à 14h30

**A. Gaillard** - Le Rugby à Castres : Du semi-amateurisme des années 80 au professionnalisme d'aujourd'hui.

● 23/11 à 14h30

**R. Ginouillac** - Cristian Laus : la paciència de l'ase, 1959-1968 (COPC)

05/12 à 18h00

**G. Fanjaud & H. Pingaud** - L'apprentissage comme clé des intelligences naturelle et artificielle.

17/01 à 14h30

**C. Routélous** - Fils de cheveux, textiles d'exception : exploration capillaire dans l'univers textile, entre design et artisanat.

● 08/02 à 14h30

**M. Fréjabise** - La solitud del correire del fons (COPC)

14/02 à 14h30

**S. Benoit** - Place et rôle des femmes dans la dissidence cathare.

07/03 à 14h30

**A. Delas** - Médiation par l'animal.

● 21/03 à 14h30

**T. Fleury** - Les sortilèges de la voix.

22/03 à 14h30

**P. Thouy** - Les petits mammifères sauvages del país castrés : un mode à découvrir (COPC)

11/04 à 14h30

**C. Gilgenkrantz** - Notre Dame de Paris, une restauration permanente.

**Tarifs** : adhérent Gratuit - non-adhérent 5€

Tarifs conférences partenaires et lieux :

renseignements sur le site Internet

**CARMAUX - CENTRE CULTUREL / MÉDIATHÈQUE**

17/10 à 14h30

**A. Nières** - Camille Claudel : femme-sculptrice «la plus géniale de son temps».

12/12 à 14h30

**M. Assié** - Jean Jaurès et les grèves de Carmaux.

20/03 à 14h30

**N. Monnier** - Comment la sophrologie peut nous aider à retrouver un sommeil de qualité.

10/04 à 14h30

**Pétunia** - Savoir reconnaître les plantes comestibles.

**Tarif** : Gratuit



09/12 à 18h

**A. Nières** - Camille Claudel : femme-sculptrice  
«la plus géniale de son temps».

**Tarifs** : adhérent Gratuit - non-adhérent 5€

► **COLLOQUE LE PONT :  
UN LIEN ENTRE NOS CONNAISSANCES**

**ALBI** vendredi 10 janvier de 9h à 17h

- 09h **P. Vieu** - La concession du viaduc de Millau : un contrat particulier pour un ouvrage exceptionnel
- 10h **S. Rivoal** - Les Ponts de Venise
- 11h **Ch. Desmoulin** - L'école nationale des Ponts et chaussées
- 12h à 14h pause méridienne
- 14h **Y. Royer** - Les Ponts impressionnistes
- 15h **S. Brouquet** - Où est passé le Pont de Londres ?
- 16h **A. Fauré** - Le nombre d'or : un Pont entre les mathématiques, les arts... et les fleurs !

**Tarifs** : adhérent 15€ ..... code 1601

non-adhérent 20€ ..... code 1630

Déjeuner au Restaurant Universitaire 10€ .. code 1631



**ACTIVITÉS EN PARTENARIAT AVEC  
LA SCÈNE NATIONALE D'ALBI**

► **CLEFS D'ÉCOUTE : OPÉRA AU CINÉMA (6H)**

**Xavier Michel** - Chanteur baryton

**ALBI** mercredi de 18h30 à 20h30

le 16/10 Grounded (opéra du 19/10) - clef ..... code 1112

Clef + place ..... code 1112-1

le 22/01 Aïda (opéra du 25/01) - clef ..... code 1113

Clef + place ..... code 1113-1

le 14/05 Salomé (opéra du 17/05) - clef ..... code 1114

Clef + place ..... code 1114-1

Opéras au cinéma en direct du Métropolitan Opéra de New York

Clefs d'écoute proposées en immersion au Cinéma Salle Arcé.

**Tarif par clef** : 12€

**Tarif par clef + place de cinéma** : 30€



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

## ► DE LA RÉVOLUTION DU BE BOP À AUJOURD'HUI : LE JAZZ DANS TOUS SES ÉTATS (6H)

**Jean-François Senga** - Enseignant agrégé de SES  
ALBI vendredi de 10h à 12h du 17/01 au 31/01

La diversité du jazz aujourd'hui rend nécessaire un petit aperçu historique qui nous permettra d'appréhender l'évolution de cette musique d'abord cantonnée aux États-Unis mais qui par la suite est devenue universelle. Concert «Eve Risser & Alexandra Grimal / Man Kim & the Dirty Jazz Band» le mercredi 29 janvier 2025 à 20h dans le cadre de «Albi Jazz Festival».

**Tarif cours seul** : 34€ - code 1120

**Tarif cours + place de spectacle** : 52€ - code 1120-1

## ► HERZOG : UN RÉALISATEUR QUI A PROFONDÉMENT MARQUÉ LE CINÉMA OUEST ALLEMAND (6H)

**Jean-François Senga** - Enseignant agrégé de SES  
ALBI mercredi de 14h à 16h du 22/01 au 05/02

A la rencontre d'un cinéaste souvent présenté comme un peu borderline mais qui aura été l'un des grands réalisateurs du cinéma ouest-allemand, on ne peut le dissocier de la figure de ce grand acteur un peu fou, Klaus Kinski. Spectacle «Sur le Chemin des Glaces» le mercredi 05 février 2025 à 19h.

**Tarif cours seul** : 34€ - code 1121

**Tarif cours + place de spectacle** : 52€ - code 1121-1

## ► POURQUOI FAUT-IL RACONTER LE PETIT CHAPERON ROUGE À NOS ENFANTS ? (3H)

**Christophe Pacific** - Cadre de santé - Docteur en philosophie  
**Marie Chandelon** - Psychanalyste jungienne et conteuse  
ALBI mercredi de 9h à 12h le 16/10

Dans le cadre du festival «À la belle étoile» de la Scène Nationale d'Albi, une rencontre autour du conte, ses origines, ses symboliques, ses représentations. Nous tenterons ensemble de voir en quoi «Le Petit Chaperon rouge» a un intérêt pour nos enfants ou nos petits-enfants. Spectacle «Le Petit Chaperon Rouge» le samedi 19 octobre 2024 à 19h.

**Tarif cours seul** : 17€ - code 1211

**Tarif cours + place de spectacle** : 35€ - code 1211-1

## ► CINÉ-PHILO

**Christophe Pacific** - Cadre de santé - Docteur en philosophie  
**Alice Vincens** - Professeure agrégée à l'ESAV  
ALBI mercredi de 18h à 20h le 13/11 : « Rashomon » de Karosawa

les 05/03 et 09/04 : films d'actualité à sélectionner

**Tarif unique** : 5€ à payer à la SNA (place de cinéma)



## NOUVEAU

### ▶ TRADITIONS, NATURE ET CULTURE ANDINES (6H)

**Teresita Cordoba** - Enseignante

**ALBI** mardi de 16h à 18h du 01/10 au 15/10 ..... code 1100

Tel Adam nommant les choses aux débuts du monde, les textes poétiques de Manuel Castilla nous dévoilent la vie si particulière des hommes de sa terre natale, qu'il décrit avec la ferveur et la sincérité d'un enfant et d'un amoureux.

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

## NOUVEAU

### ▶ ARGENTINE : DÉMOCRATIE ET DROITS DE L'HOMME (6H)

**Teresita Cordoba** - Enseignante

**ALBI** mardi de 16h à 18h du 01/04 au 29/04 ..... code 1101

La démocratie argentine vit actuellement une crise inédite. Une réflexion sur les actualités et les événements des 40 dernières années nous permettra des enseignements enrichissants.

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

### ▶ LA MUSIQUE BAROQUE ITALIENNE (10H)

**Alain Abeilhou** - Mélomane

**ALBI** mercredi de 14h à 16h du 02/10 au 04/12 ..... code 1102

**CASTRES** mardi de 15h30 à 17h30 du 01/10 au 03/12 ..... code 2102

L'Italie ne naît officiellement qu'en 1861, alors que depuis le trecento, ce nain politique est un géant culturel. En Italie, les talents foisonnent tout particulièrement en musique. Commencé à la renaissance, ce courant se poursuivra bien au-delà de l'époque Baroque.

**Tarifs** : plein 80€ - réduit 56€

### ▶ HISTOIRE DES INSTRUMENTS DE MUSIQUE (10H)

**Alain Abeilhou** - Mélomane

**CASTRES** mardi de 15h30 à 17h30 du 10/12 au 21/01 ..... code 2107

L'organologie est l'étude des instruments de musique et de leur histoire. Présentation des cinq grandes familles d'instruments : idiophones, membranophones, aérophones, cordophones, et électrophones à partir de la classification Hornbostel et Sachs publiée début XX<sup>e</sup>.

**Tarifs** : plein 80€ - réduit 56€

▶ **LE STYLE INTERNATIONAL, ARCHITECTURE MODERNE SYNONYME DE LIBERTÉ (8H)**



**Agnès Buschaud** - Designer et enseignante

**VISIO** vendredi de 10h à 12h les 04/10-18/10-08/11-22/11 .. **code 7200**

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

**Tarifs** : plein 64€ - réduit 44,80€

▶ **MIES VAN DER ROHE, À LA RECHERCHE DE L'ESPACE UNIVERSEL (8H)**



**Agnès Buschaud** - Designer et enseignante

**VISIO** lundi de 10h à 12h les 02/12-16/12-06/01-20/01 ..... **code 7204**

Moins connu que Le Corbusier, Mies van der Rohe figure pourtant parmi les pères de l'architecture moderne. Saisissant les progrès techniques et les nouveaux matériaux, il décloisonne les espaces et abolit toute frontière entre intérieur et extérieur.

**Tarifs** : plein 64€ - réduit 44,80€

▶ **ART ET RÉVOLUTION INDUSTRIELLE, LES PRÉCURSEURS DU DESIGN (8H)**



**Agnès Buschaud** - Designer et enseignante

**VISIO** vendredi de 10h à 12h les 31/01-14/02-07/03-21/03 .. **code 7207**

Si la naissance du design se concrétise avec la création du Bauhaus, la question de l'alliance de l'art et de l'industrie se pose dès le XIX<sup>e</sup> siècle.

**Tarifs** : plein 64€ - réduit 44,80€

▶ **DU BAUHAUS À NOS JOURS, 100 ANS DE DESIGN (6H)**



**Agnès Buschaud** - Designer et enseignante

**VISIO** vendredi de 10h à 12h les 11/04-16/05-23/05 ..... **code 7211**

Né de la fusion de l'académie des Beaux-Arts et de l'École des Arts Décoratifs, le Bauhaus s'affirme comme une école d'avant-garde. Un projet social et culturel proposé par Walter Gropius qui fera son chemin.

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

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



## ► HISTOIRE DE L'ANTISÉMITISME (16H)

**Isy Morgensztern** - Enseignant - Auteur - Producteur

**ALBI** lundi de 16h à 18h du 07/10 au 16/12 ..... code 1103

En lien avec l'actualité, une Histoire de l'Antisémitisme du monde grec et romain (II<sup>e</sup> siècle av. notre ère) à nos jours. La judéophobie chrétienne, musulmane, l'antisémitisme issu des Lumières et de la Modernité.

**Tarifs** : plein 128€ - réduit 89,60€

## ► UN THÉÂTRE DE LA DÉRAISON : OFFENBACH, LABICHE, FEYDEAU, COURTELINE (12H)

**Isy Morgensztern** - Enseignant - Auteur - producteur

**ALBI** lundi de 16h à 18h du 06/01 au 10/02 ..... code 1104

Un portrait de la France de Napoléon III et de la III<sup>e</sup> République à travers les pièces et les portraits de trois auteurs de théâtre «déraisonnables» et d'un précurseur, Offenbach. Biographies, lectures d'extraits de pièces et projections.

**Tarifs** : plein 96€ - réduit 67,20€

## ► LA VOIX DES PEUPLES DANS L'EUROPE MÉDIÉVALE CONSTITUTIVE DES ÉTATS MODERNES ? (10H)

**Maryse Laborde** - Chercheuse en Histoire médiévale

**CASTRES** lundi de 14h à 16h du 07/10 au 25/11 ..... code 2110

Pour que les États fonctionnent de façon démocratique de nos jours, il faut une représentation populaire au sein d'une «Assemblée». A l'époque médiévale, il n'en est pas de même ! Le consentement des peuples n'existe pratiquement pas.

**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** mardi de 14h à 16h du 04/02 au 18/03 ..... code 2111

Au Moyen Âge, le climat, les facteurs géographiques, les croissances démographiques, les transformations des paysages, les problèmes d'hygiène et de pollution font déjà partie de la vie des hommes, ils doivent s'adapter en permanence.

**Tarifs** : plein 80€ - réduit 56€

## ▶ LA GÉNÉRATION 1860-1900 : TRADITIONS ET MODERNITÉS - L'ART EN CONTEXTE (10H)

**Anne Nières** - Historienne de l'Art

**GAILLAC** lundi de 14h à 16h

les 07/10-04/11-09/12-13/01-10/02 ..... code 5100

Comprendre les réalités artistiques d'une époque de bouleversements, en découvrant les artistes officiels, ou méconnus et les artistes en quête de modernité : impressionnistes et autres... Saisir la pluralité artistique, la diversité des médiums.

**Tarifs** : plein 80€ - réduit 56€

## ▶ FIGURES D'ARTISTES MÉCONNUS AU TEMPS DE L'IMPRESSIONNISME (6H)

**Anne Nières** - Historienne de l'Art

**ALBI** mardi de 10h à 12h du 12/11 au 26/11 ..... code 1105

Trois figures d'artistes méconnus entre Belgique et Danemark, sujets d'expositions récentes en France. Anna Boch (1848-1936), un voyage impressionniste : peintre et collectionneuse. Harriet Backer (1845-1932) : la musique des couleurs. Peder Severin Kroyer (1851-1909), peintre et artiste de l'Ecole de Skagen.

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

## ▶ L'ART CONTEMPORAIN EN THÈMES ET QUESTIONS (8H)

**Anne Nières** - Historienne de l'Art

**ALBI** mardi de 10h à 12h les 11/03-25/03-01/04-08/04 ..... code 1106

Du contemporain historique années 1950-1970 à l'art d'aujourd'hui, l'art en thèmes et en questions. Nouveaux médiums (art textile, art in situ...), sujets d'art : identités, engagements, imaginaires, jeune génération, actualité...

**Tarifs** : plein 64€ - réduit 44,80€

## ▶ LES PONTS (6H)

**Yves Royer** - Enseignant

**ALBI** lundi de 10h à 12h du 07/10 au 04/11 ..... code 1107

Constructions, liens, passages. Nous étudierons «les ponts des légendes» (religion, mythologie, légendes) puis «les ponts des histoires» (ponts célèbres, emblématiques, étranges) et «les ponts des arts» (de Van Eyck à Christo).

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

## ► LA THAÏLANDE (6H)

**Yves Royer** - Enseignant

**ALBI** lundi de 10h à 12h du 18/11 au 02/12 ..... code 1108

Rare pays jamais colonisé, la Thaïlande a connu une brillante civilisation, dont les vestiges impressionnent (Ayutthaya, Sukhotaï) et dont les résonances perdurent (coutumes, musique, cinéma, littérature). Nous en proposons une initiation, avant le voyage prévu en février 2025. Cours préparatoire au voyage, cf. code 9121, page 50.

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

## ► HISTOIRE DE L'AFRIQUE DU SUD : DES ORIGINES À MANDELA (6H)

**Yves Royer** - Enseignant

**ALBI** mercredi de 10h à 12h du 12/03 au 26/03 ..... code 1109

Première puissance d'Afrique, membre des BRICS, l'Afrique du Sud est aussi le berceau de l'Humanité. Colonisée par des Hollandais et des Anglais puis gouvernée par un régime d'apartheid. Redevenue démocratie, elle est une puissance émergente. Cours en complémentarité avec la thématique J.-Fr. Senga, cf. code 1203, page 24.

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

## ► L'ALSACE (4H)

**Yves Royer** - Enseignant

**ALBI** lundi de 10h à 12h les 31/03 et 07/04 ..... code 1110

Strasbourg, Colmar, Obernai, les villages viticoles, le Haut-Koenigsbourg : la découverte de l'Alsace aura lieu en juin 2025, après une présentation en salle de l'histoire régionale. Cours préparatoire au voyage, cf. code 9124, page 51.

**Tarifs** : plein 32€ - réduit 22,40€

## ► TERRE DE CASTILLE (2H)

**Yves Royer** - Enseignant

**ALBI** lundi de 10h à 12h le 28/04 ..... code 1111

De toutes les Espagnes, la Castille est la plus essentielle. Salamanca, Avila, Toledo, Segovia en sont les centres historiques vivants. Une présentation en salle préparera sa découverte lors d'un voyage automnal. Cours préparatoire au voyage, cf. code 9125, page 51.

**Tarifs** : plein 16€ - réduit 11,20€



▶ **LA COLONISATION FRANÇAISE DE L'AFRIQUE (12H)**

Yves Royer &amp; Jean-François Senga - Enseignants

**CASTRES** lundi de 10h à 12h et de 14h à 16h

du 27/01 au 10/02 ..... code 2105

Si beaucoup d'entre vous savent que la France a eu un empire, bien peu 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.

**Tarifs** : plein 96€ - réduit 67,20€▶ **L'HISTOIRE DE L'ART EN COULEURS**

Anne Réby - Historienne de l'art

**CASTRES** vendredi de 14h à 16h

Parcourir l'histoire de l'art en couleur, des origines à notre époque. Pigments ou colorants ? Peinture ou teinture, couleurs ou dessin, marbres ou imitations. Les théories sur les couleurs. Et le noir, est-ce une couleur ?

**Cycle 1 (10H)** : Les couleurs dans l'Antiquité

les 04/10-29/11-13/12-24/01-07/02 ..... code 2100

**Tarifs** : plein 80€ - réduit 56€**Cycle 2 (8H)** : Les couleurs en occident, du Moyen Âge au XIX<sup>e</sup>

les 14/03-04/04-16/05-06/06 ..... code 2108

**Tarifs** : plein 64€ - réduit 44,80€▶ **PEINTURE ET RENAISSANCE**

Anne Réby - Historienne de l'art

**VISIO** mercredi de 18h à 20h

Le XV<sup>e</sup> siècle, début de la Renaissance en Europe, est un moment formidable d'innovations. La peinture à l'huile, les techniques de l'estampe pour les Pays du Nord. En Italie, les références à l'Antiquité, l'invention de la perspective, la sculpture. Nous verrons comment s'expriment les artistes de ces temps exceptionnels dans ce monde nouveau.

**Cycle 1 (6H)** : En Europe du nord, XV<sup>e</sup> et XVI<sup>e</sup>

les 09/10-06/11-04/12 ..... code 7202

**Cycle 2 (6H)** : En Italie les 08/01-05/02-05/03 ..... code 7205**Cycle 3 (6H)** : En France les 02/04-14/05-04/06 ..... code 7210**Tarifs par module** : plein 48€ - réduit 33,60€

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





## ▶ LA PEINTURE FRANÇAISE (18H)

**Anne Réby** - Historienne de l'art

**ALBI** jeudi de 10h à 12h les 17/10-07/11-05/12-09/01

06/02-06/03-03/04-15/05-05/06 ..... code 1115

Peintres et artistes en France, depuis la fin du Moyen Âge. Enluminures, vitraux, tapisseries et tableaux, cet art français nous réservera beaucoup de surprises.

**Tarifs** : plein 144€ - réduit 100,80€

## ▶ LES GRANDES HEURES DE L'HISTOIRE DE L'ART (12H)

**Anne Réby** - Historienne de l'Art

**ALBI** jeudi de 14h à 16h

les 17/10-07/11-05/12-09/01-06/02-06/03 ..... code 1116

Les XVII<sup>e</sup> et XVIII<sup>e</sup> siècles, la peinture hollandaise, Versailles, les Fêtes galantes, le XVIII<sup>e</sup> siècle à Venise...

**Tarifs** : plein 96€ - réduit 67,20€

## ▶ MYTHOLOGIES (6H)

**Anne Réby** - Historienne de l'art

**ALBI** jeudi de 14h à 16h les 03/04-15/05-05/06 ..... code 1117

Il y a une vie après l'Olympe, les dieux et déesses, nymphes et héros ont poursuivi leurs aventures ici bas sur terre ces derniers siècles ! Je vous propose de suivre Eros, Dionisos ou Vénus à travers les peintures et sculptures qui peuplent notre histoire de l'art, sur des chemins plein de surprises...

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

## ▶ INITIATION AUX HIÉROGLYPHES

**Pierre Clanet** - Responsable Pôle Ingénierie et Communication

**CASTRES** samedi de 9h à 12h

**Cycle 1 (3H)** : le 12/10 ..... code 2101

**Cycle 2 (3H)** : le 09/11 ..... code 2103

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.

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€



LE PROGRAMME PEUT ÊTRE MODIFIÉ,  
POUR PLUS DE DÉTAILS, VEUILLEZ CONSULTER  
LE SITE : [WWW.UNIVERSITEPOURTOUS81.FR](http://WWW.UNIVERSITEPOURTOUS81.FR)

▶ **CLÉOPÂTRE, DERNIÈRE PHARAONNE :  
ORIGINE ET POUVOIR D'UNE REINE D'EGYPTE (4H30)**

**Pierre Clanet** - Responsable Pôle Ingénierie et Communication

**CASTRES** lundi de 17h à 18h30 du 20/01 au 03/02 ..... **code 2106**

Cléopâtre VII, reine d'Égypte : de nombreuses légendes content 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 les vies de Cléopâtre.

**Tarifs** : plein 36€ - réduit 25,20€

▶ **HOLLYWOOD ET LES PRÉSIDENTS  
AMÉRICAINS (6H)**



**Dominique Barreau** - Enseignante

**VISIO** jeudi de 16h à 18h les 21/11-05/12-19/12 ..... **code 7203**

Aux États-Unis, des chefs d'État aux présidents de commissions scolaires en passant par les shérifs, tout le monde est élu avec un battage médiatique qui donne lieu à un rituel dramatique. Voyons voir. Quelques exemples emblématiques devraient nous éclairer.

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

▶ **AU FIL(M) DE L'EAU (8H)**



**Dominique Barreau** - Enseignante

**VISIO** lundi de 14h à 16h du 31/03 au 05/05 ..... **code 7209**

La polyvalence de l'eau est extraordinaire à explorer en cinématographie. Elle permet d'explorer des mythes, des rituels, d'évoquer des conflits sociaux et politiques... L'eau cinématographique sera notre fil conducteur pendant ces quatre rencontres.

**Tarifs** : plein 64€ - réduit 44,80€

▶ **L'ESPRIT DE GEORGES POMPIDOU (2H)**

**Maxime Maury** - Formateur - Éditorialiste

**ALBI** vendredi de 14h30 à 16h30 le 29/11 ..... **code 1118**

C'est à Albi que s'est formé l'esprit de Georges Pompidou rue des Chalets et au Lycée Lapérouse où il a acquis les bases intellectuelles et morales qui devaient le conduire à la présidence de la République. Conférence exclusive à partir d'une enquête albigeoise.

**Tarifs** : plein 16€ - réduit 11,20€

## ► ARCHÉOLOGIE PRÉHISTORIQUE DU PROCHE-ORIENT (9H)

**Muhammad Baraze** - Docteur en archéologie

**ALBI** lundi de 10h à 11h30 du 06/01 au 10/02 ..... code 1119

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 deviennent paysans éleveurs et les premiers villages apparaissent.

**Tarifs** : plein 72€ - réduit 50,40€

### **NOUVEAU**

## ► LE CATHARISME OCCITAN, HISTOIRE D'UNE DISSIDENCE MÉDIÉVALE (6H)

**Sonia Benoit** - Médiatrice culturelle et enseignante

**CASTRES** mercredi de 14h30 à 16h30

les 08/01-05/02-05/03 ..... code 2104

Découverte d'un mouvement religieux dissident, appelé catharisme, qui a marqué la société occitane. Présentation du contexte politico-social et religieux, caractéristiques géographiques, croyances, rituels, croisade et inquisition...

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

## ► CES TARNAIS QUI ONT FAIT L'HISTOIRE (6H)

**Max Assié** - Auteur de livres historiques

**ALBI** jeudi de 16h à 18h du 16/01 au 30/01 ..... code 1122

Ils sont politiciens, militaires, religieux, écrivains, artistes, industriels, etc. Certains sont célèbres : Jean Jaurès, Toulouse-Lautrec, Soult, Émile Combes, La Pérouse. D'autres sont moins connus : Marie-Louise Murat dite «sœur mitrailleuse», Lucien Fabre, Arthur Batut, Rose Barrau, Guy de Rouville.

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

## ► ÉMILE COMBES, LE «PETIT PÈRE» DE LA LAÏCITÉ (4H)

**Max Assié** - Auteur de livres historiques

**ALBI** vendredi de 16h à 18h les 14/03 et 21/03 ..... code 1123

Natif de Roquecourbe, le Tarnais Émile Combes fut président du Conseil et à l'origine de la loi de séparation des Églises et de l'État du 9 décembre 1905. Destiné à une carrière religieuse, il enseigna la philosophie, puis devint médecin.

**Tarifs** : plein 32€ - réduit 22,40€

## ► LA MODE AU MOYEN ÂGE (6H)

**Sophie Brouquet** - Professeure émérite

**ALBI** jeudi de 9h30 à 11h30 du 16/01 au 30/01 ..... code 1124

Au delà de l'apparence, la mode médiévale est une marque de pouvoir, de richesse mais elle peut être aussi un instrument de stigmatisation.

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

## ▶ D'ÎLE EN ÎLE : UNE HISTOIRE DE LA MÉDITERRANÉE ENTRE TERRE ET MER (4H30)

**Mathieu Grenet** - Enseignant Chercheur

**ALBI** mercredi de 17h à 18h30 du 22/01 au 05/02 ..... code 1125

De la Méditerranée, nous connaissons les grandes îles et leur histoire tourmentée. Mais quid de ces centaines de petites îles dont les péripéties sont tout aussi passionnantes ? D'une île à l'autre, nous découvrirons cette Méditerranée centrale, au carrefour des mondes et de l'histoire humaine.

**Tarifs** : plein 36€ - réduit 25,20€

## ▶ COURS MYSTÈRE (3H)

**Mathieu Grenet** - Enseignant Chercheur

**Sylvie Anahory** - Historienne de l'art - Romancière

**ALBI** mercredi de 18h à 19h30 les 02/10 et 09/10 ..... code 1126

C'est à une aventure pédagogique scientifique que nous vous convions, à la frontière entre histoire, histoire de l'art et littérature : le sujet de chaque séance sera élaboré en commun au prix d'un savant dosage entre vos curiosités, la main (toujours innocente) du hasard et les compétences de vos enseignants.

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€

## ▶ PRÉHISTOIRE MAROCAINE (4H30)

**Alain Rodrigue** - Préhistorien - Archéologue

**CASTRES** jeudi de 17h30 à 19h du 23/01 au 06/02 ..... code 2109

Le Maroc et sa préhistoire. Des civilisations anciennes différentes, une autre forme d'art, bien loin de ce qui est généralement connu en Europe. Les gravures rupestres seront largement abordées. Cours préparatoire au voyage, cf. code 9123 page 50.

**Tarifs** : plein 36€ - réduit 25,20€

## ▶ LE SEL DE L'HISPANITÉ (3H)

**Henri Assier** - Expert ONU et Banque Mondiale

**ALBI** mercredi de 14h à 17h le 12/02 ..... code 1127

Mes carnets de route des missions ONU et Banque Mondiale au Mexique, Guatemala, Honduras, Costa Rica, Panama, Colombie, Pérou. Les situations vécues, aux anecdotes gaies ou terribles, offrent la fleur de sel de l'Hispanité.

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€

### NOUVEAU

## ▶ LES RÉCITS DE SOI : LE RÉCIT DE DEUIL CHEZ ANNIE ERNAUX ET D'AUTRES AUTEURS CONTEMPORAINS (3H)

**Sarah Granereau** - Doctorante et chargée de cours

**ALBI** jeudi de 9h à 12h le 13/02 ..... code 1128

Le récit de soi, ou autofiction, est un genre en pleine expansion depuis la seconde moitié du XX<sup>e</sup> siècle. Qu'est-ce qui le caractérise ? Le récit de deuil d'un ou des deux parents permet d'aborder la question du récit de la mort et de la perte en littérature contemporaine.

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€

► **QUESTIONS SOCIALES AU XIX<sup>E</sup> SIÈCLE, SOCIALISME, FÉMINISME (3H)**

**Nadine Méau** - Enseignante

**ALBI** lundi de 14h à 15h30 les 28/04 et 05/05 ..... code 1129

Le cours propose d'explorer des questions sociales du XIX<sup>e</sup> siècle, notamment celles concernant les idées politiques, sociales et le féminisme, poursuivant la réflexion amorcée autour de Germaine de Staël et de George Sand.

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€

► **LES DROITS ET LES DEVOIRS DES VÉNITIENNES ET DES VÉNITIENS À L'ÉPOQUE MODERNE (XV-XVIII<sup>E</sup> SIÈCLE) (4H30)**

**Solène Rivoal** - Enseignante Chercheuse

**ALBI** lundi de 10h à 11h30 du 03/03 au 17/03 ..... code 1130

Ces trois séances proposent d'explorer la relation qu'entretiennent les Vénitiens et Vénitiennes aux lois et aux institutions qui les encadrent dans leur quotidien, à l'époque moderne.

**Tarifs** : plein 36€ - réduit 25,20€

► **UN GOÛT D'AILLEURS : L'EXOTISME EN PEINTURE (6H)**

**Marion Tillier** - Guide conférencière

**ALBI** lundi de 14h à 16h les 03/03-17/03-31/03 ..... code 1131

Les premiers voyages, réalisés ou fantasmés, ont toujours provoqué des souhaits d'expérimentation chez les artistes. De nouvelles techniques sont explorées, des liens se tissent, des ponts se créent, pour le meilleur et pour le pire.

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

► **CHRONIQUES DES ÂGES OBSCURS : L'IRLANDE DE ST-PATRICK À BRIAN BORU (4H)**

**Frédéric Martorell** - Chargé d'étude

**ALBI** mercredi de 17h30 à 19h30 les 05/03 et 09/04 ..... code 1132

Histoire d'une évangélisation sans martyr : l'Irlande du Haut Moyen Âge (V<sup>e</sup>-X<sup>e</sup> siècle). Ce cours permet d'embrasser plus largement l'histoire de la christianisation, de l'île de la figure légendaire de St Patrick à celle du roi Brian Boru qui, après avoir vaincu l'occupant scandinave, tente une première unification de l'Irlande.

**Tarifs** : plein 32€ - réduit 22,40€

► **CULTURE ET CIVILISATION RUSSES (6H)**

**Iuliia Boyer** - Professeure de russe

**VISIO** mercredi de 15h à 17h du 12/03 au 26/03 ..... code 7100



Explorez la richesse de la Russie : de l'histoire fascinante aux traditions riches, en passant par la littérature emblématique et les arts visuels. Une exploration profonde pour ceux qui désirent comprendre la mystérieuse âme russe et ses influences mondiales.

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

▶ **GASPARD DE DAILLON DU LUDE :  
ÉVÊQUE D'ALBI (1635-1678) (1H30)**

**Gérard Alquier** - Enseignant

**ALBI** lundi de 16h30 à 18h le 17/03 ..... code 1133

Ce prélat issu d'une grande famille nobiliaire a laissé une importante empreinte dans son évêché : embellissement de son lieu de vie et de sa cité d'adoption. Malgré des relations tendues avec les Albigeois, il a su s'imposer et préparer le changement vers l'archevêché.

**Tarifs** : plein 12€ - réduit 8,40€

▶ **ALBI : DU COUVENT DES CARMES AU PALAIS  
DE JUSTICE (XIV<sup>E</sup>-XIX<sup>E</sup> SIÈCLE) (1H30)**

**Gérard Alquier** - Enseignant

**ALBI** lundi de 16h30 à 18h le 24/03 ..... code 1134

Ce couvent a une longue histoire riche et complexe. Où se trouvait-il ? Pourquoi a-t-il changé de lieu ? Qu'en reste-t-il aujourd'hui ? Une enquête minutieuse lève le voile.

**Tarifs** : plein 12€ - réduit 8,40€

▶ **CEYLAN, L'ÎLE RESPLENDISSANTE (5H)**

**Fabrice Delbarre** - Guide conférencier

**ALBI** jeudi de 14h à 16h30 et vendredi de 9h30 à 12h

le 20/03 et 21/03 ..... code 1135

Située au sud de l'Inde et baignée par l'océan Indien, Ceylan a toujours fasciné les voyageurs d'où qu'ils viennent. Pourtant son histoire épique et sa culture millénaire nous rappellent que cette île resplendissante ne fut pas toujours un paradis terrestre... Cours préparatoire au voyage, cf. code 9126, page 51.

**Tarifs** : plein 40€ - réduit 28€

**NOUVEAU**

▶ **DE L'INFLUENCE DE LA MUSIQUE NOIRE SUR LE  
ROCK'N'ROLL ET LA MUSIQUE DES ANNÉES 1950-1960 (3H)**

**Lionel Boucoiran** - Enseignant

**ALBI** mercredi de 13h30 à 16h30 le 02/04 ..... code 1136

La musique noire a été fondatrice de la musique populaire américaine du XX<sup>e</sup> siècle, des champs de coton jusqu'aux musiques actuelles. Ce cours, plus pratique et musical que théorique, propose un panorama de cette influence : inspirations, reprises, plagiat, clin d'œil, samples, etc.

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€



## SCIENCES & DÉCOUVERTES

### ► ATELIER NUMÉRIQUE : GÉRER VOS PHOTOS (3H)

**Claudie Renou** - Formatrice

**CASTRES** mercredi de 14h à 17h le 02/10 ..... code 2200

Transférer les photos du téléphone vers l'ordinateur.

Créer et organiser une arborescence dans le gestionnaire de fichiers.

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€

### ► PASSEPORT NUMÉRIQUE ET CULTUREL (20H)

Étudiant INU sous la supervision de **Nicolas Garric** - Professeur agrégé en sciences et technologies

**ALBI** jeudi de 14h à 16h du 03/10 au 19/12 ..... code 1200

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.**

### ► LE LIEN SOCIAL : LIEN SOCIAL ET STRUCTURES (10H)

**Jean-François Senga** - Enseignant agrégé de SES

**ALBI** jeudi de 10h à 12h du 03/10 au 14/11 ..... code 1201

Crise des banlieues, remise en cause de l'autorité, archipellisation de la société : éléments qui évoquent la remise en cause de la cohésion sociale. A travers quelques notions fondamentales de sociologie, nous essaierons de comprendre ce qu'il en est de l'état de la société française aujourd'hui.

**Tarifs** : plein 80€ - réduit 56€

### ► CROISSANCE ET DÉVELOPPEMENT : LES PAYS DU SUD PEUVENT-ILS ET DOIVENT-ILS SUIVRE LE MODÈLE OCCIDENTAL (10H)

**Jean-François Senga** - Enseignant agrégé de SES

**ALBI** jeudi de 10h à 12h du 21/11 au 19/12 ..... code 1202

À partir des problèmes économiques auxquels est confrontée l'Afrique subsaharienne, nous revisiterons les principales notions de la pensée économique, à travers leurs capacités opératoires et leurs limites : production, croissance, développement, développement durable, lien social et société.

**Tarifs** : plein 80€ - réduit 56€

## ▶ L'AFRIQUE DU SUD : GÉANT DE L'AFRIQUE (6H)

**Jean-François Senga** - Enseignant agrégé de SES

**ALBI** mercredi de 14h à 16h du 12/03 au 26/03 ..... code 1203

Au-delà du mythe de Nelson Mandela, un pays et une terre existent, qui restent encore marqués par le demi siècle d'apartheid : de l'arrivée des protestants persécutés en Europe au XVII<sup>e</sup> aux britanniques colonisateurs, une histoire mouvementée. Cours en complémentarité avec la thématique de Y. Royer, cf. code 1109, page 15.

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

## ▶ JEU DE PSYCHOGÉNÉALOGIE (12H)

**Dominique Ramos** - Psycho-praticienne - Psychogénéalogiste

**ALBI** vendredi de 14h30 à 17h30

les 04/10-08/11-06/12-10/01 ..... code 1204

Et si nous nous interrogeons sur nos ancêtres en nous 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 le jeu «Mon Arbre m'a dit», tirer une carte, répondre à la question et le fil se déroulera !

**Tarifs** : plein 96€ - réduit 67,20€

## ▶ LE DESSIN NEUROGRAPHIQUE OU NEUROGRAPHICA

**Dominique Ramos** - Psycho-praticienne - Psychogénéalogiste

**ALBI**

**Niveau 1 (6H)** : lundi de 10h à 12h les 18/11-02/12-16/12 ... code 1205

Le dessin neurographique créé par Pavel Piskarev allie les neurosciences, les psychanalyses jungiennes, l'effet des neurones miroirs... Formidable outil de régulation du stress, il peut être un outil artistique ou thérapeutique. Pas besoin de savoir dessiner. Du papier, quelques crayons et c'est parti !

**Niveau 2 (6H)** : lundi de 10h à 12h les 13/01-27/01-10/02 ... code 1206

Pré-requis : avoir participé au niveau 1 ou au cycle Neurographica de l'année précédente.

**Tarifs par niveau** : plein 48€ - réduit 33,60€

## ▶ LES ÉCONOMISTES ET L'ÉDUCATION (18H)

**Christian Branthomme** - Enseignant

**ALBI** mercredi de 9h à 12h

les 09/10-06/11-05/02-05/03-09/04-07/05 ..... code 1207

Les économistes d'Adam Smith à Philippe Aghion et les sociologues de Durkheim à Bourdieu ont attribué un rôle clé à l'éducation. Nos performances mesurées par les enquêtes PISA semblent décevantes : comment les améliorer ?

**Tarifs** : plein 144€ - réduit 100,80€



## ► INITIATION À LA PSYCHOLOGIE JUNGIEUNE ET À L'ANALYSE DES RÊVES (21H)

**Marie Chandelon** - Psychanalyste jungienne et conteuse

**ALBI** vendredi de 9h à 12h

les 18/10-15/11-13/12-17/01-14/02-14/03-11/04 ..... code 1208

Les rêves nous visitent tous, chaque nuit. J'écris «nous visitent» car ils sont l'irruption de l'inconscient vers le conscient : ils ne sont pas créés par le moi conscient et s'expriment dans leur propre langage symbolique. Il y a un sens caché derrière le premier sens...

**Tarifs** : plein 168€ - réduit 117,60€

## ► LE CON, LA BRUTE ET LE SALAUD (8H)

**Christophe Pacific** - Cadre de santé - Docteur en philosophie

**ALBI** mercredi de 18h à 20h les 06/11-11/12-15/01-12/02 .. code 1209

Nous avons vite fait d'affubler autrui d'une figure de con, d'abruti ou de salaud... Nous nous assurerons en premier lieu de ne pas en être un (ou une) soi-même puis nous nous intéresserons à ce qui les différencie l'un de l'autre sur les plans philo, psycho, peinture, cinéma, littérature...

**Tarifs** : plein 64€ - réduit 44,80€

### NOUVEAU

## ► LES FIGURES DU SALAUD (2H)

**Christophe Pacific** - Cadre de santé - Docteur en philosophie

**Yves Royer** - Enseignant

**ALBI** mercredi de 18h à 20h le 06/11 ..... code 1210

Nous avons tous croisé, fréquenté, houspillé ou fait l'expérience d'un salaud. Nous explorerons quelques figures archétypales à travers l'histoire, la peinture, la littérature, le cinéma et nous tenterons d'en dévoiler les ressorts philosophiques pour être certain de ne pas en être un soi-même... **Cours compris dans l'activité 1209.**

**Tarifs** : plein 16€ - réduit 11,20€

## ► LES CHEMINS DE LA RÉSIGNATION ET DE LA TRANSGRESSION (6H)

**Christophe Pacific** - Cadre de santé - Docteur en philosophie

**Marie Chandelon** - Psychanalyste jungienne et conteuse

**ALBI** jeudi de 9h à 12h les 13/03 et 10/04 ..... code 1212

Jusqu'à quel point doit-on obéir, se soumettre ? Le bonheur se cache-t-il dans la liberté, l'autonomie, les beaux risques ou bien dans la sécurité, le confort des remparts et la protection de l'autorité ? Entre Psychanalyse jungienne et Philosophie nous explorerons nos cauchemars, nos peurs en même temps que nos rêves de liberté et de nouveaux horizons.

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

### NOUVEAU

## ► LES ARCHERS DU SIDOBRE (10H)

**Claire Julia** - Présidente des archers du Sidobre

**CASTRES** mercredi de 15h à 16h30 du 15/01 au 22/01 ..... code 2203

Après une séance de découverte historique des différents arcs, place à l'expérimentation. Accessible à tous.

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€

**NOUVEAU****▶ BIOMIMÉTISME : FIL ET TOILES, QUAND LES ARAIGNÉES NOUS INSPIRENT (6H)****Louise Peckre** - Enseignante Chercheuse**Véronique Lambert** - Couturier Tailleur**ALBI** lundi de 14h à 17h les 10/03 et 07/04 ..... code 1214

Deux expertes, l'une éthologue et l'autre spécialiste du textile, parleront du fil et des toiles d'araignée, en explorant leurs formes et fonctions naturelles et la manière dont elles ont inspiré la recherche, l'art et les croyances tout au long de l'histoire.

**Tarifs** : plein 58€ - réduit 40,60€**▶ GÉOPOLITIQUE DE LA CHINE CONTEMPORAINE (3H)****Jean-Pierre Maurice** - Sous Préfet (h)**ALBI** mercredi de 17h à 18h30 les 06/11 et 20/11 ..... code 1215

Il s'agira de mettre en lumière - en allant à l'essentiel - les grands enjeux actuels de la Chine : sa stratégie économique (avec ses limites), quelques uns des problèmes internes rencontrés, la montée en puissance militaire et les grands défis internationaux auxquels elle se veut directement confrontée.

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€**NOUVEAU****▶ L'HOMME EST-IL UN ANIMAL COMME LES AUTRES ? (6H)****Patrick Vieu** - Haut fonctionnaire - Docteur en philosophie**ALBI** mardi de 14h30 à 16h30 du 12/11 au 26/11 ..... code 1216

Alors que les sciences du vivant ne cessent de souligner la proximité entre l'homme et l'animal, est-il vrai que l'homme est «un animal comme les autres» ? Quels sont les présupposés de cette affirmation ? Que dit-elle de l'antique partage entre nature et culture ?

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€**▶ L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE DÉPASSERA-T-ELLE L'INTELLIGENCE HUMAINE ? (9H)****Marie-Françoise Valax** - Enseignante Chercheuse**ALBI** jeudi de 17h30 à 19h du 05/12 au 23/01 ..... code 1217

Pour vous forger votre propre opinion sur le sujet, ne faudrait-il pas commencer par définir ce qu'est l'intelligence. Et par là même s'interroger sur ce que mesure réellement ce super outil qui classe les personnes et parfois détermine le cours de leur vie : le QI.

**Tarifs** : plein 72€ - réduit 50,40€**▶ L'ASTRONOMIE, LA PLUS SOPHISTIQUÉE ET POPULAIRE DES SCIENCES ! (9H)****Yves Le Ponner** - Astronome amateur**ALBI** jeudi de 14h à 15h30 du 09/01 au 13/02 ..... code 1218

Les éphémérides expliquées clairement, avec les dernières découvertes du télescope James Webb. Actualité scientifique.

**Tarifs** : plein 72€ - réduit 50,40€

► **LA PHYSIQUE AU SERVICE DE L'IMAGERIE MÉDICALE :**  
**Radiographie, échographie, endoscopie, scanner,**  
**scintigraphie, IRM, pet scan... Diagnostic et thérapie (8H)**

**Aurore Fauré** - Enseignante

**ALBI** mardi de 10h à 12h les 14/01-21/01-28-01-11-02 ..... **code 1219**

C'est un cours pour les curieux qui ont envie de connaître ce qui se cache derrière les sigles des techniques d'examen que nos thérapeutes nous prescrivent, et qui explique les principes fondamentaux de la physique mis en œuvre dans ces appareils.

**NOUVEAU**

**Tarifs :** plein 64€ - réduit 44,80€

► **QUE RESTE-T-IL DE LA GAUCHE ISRAËLIENNE ? (4H)**

**Karine Lamarche** - Chargée de recherche au CNRS

**ALBI** vendredi de 14h à 16h les 24/01 et 07/02 ..... **code 1220**

A quoi renvoie le qualificatif «de gauche» dans le contexte israélien ? Est-il toujours pertinent de l'utiliser ? A quoi ressemble aujourd'hui l'équilibre des forces politiques en Israël et quel rôle peut jouer «la gauche» israélienne si tant est qu'elle existe encore ?

**Tarifs :** plein 32€ - réduit 22,40€

► **ANATOMIE DE L'ESPRIT (8H)**

**Guy Fanjaud** - Neurologue

**CASTRES** mardi de 14h à 16h du 07/01 au 28/01 ..... **code 2202**

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**

► **LA COURSE AUX NEURONES : UN JEU SÉRIEUX**  
**POUR MIEUX VIVRE SA RETRAITE (12H)**

**Cédric Albinet** - Professeur des Universités

**ALBI** jeudi de 9h à 12h du 06/03 au 27/03 ..... **code 1221**

Atelier coopératif et ludique qui explique et illustre par le jeu et l'action un concept scientifique : «la réserve cognitive». Nous verrons comment toutes nos expériences de vie et notre environnement influencent notre vieillissement cérébral.

**Carsat** Retraite  
& Santé  
au travail  
Midi-Pyrénées

**Gratuit pour les adhérents de + de 60 ans.**

**NOUVEAU**

► **LA TERRE EST RONDE MAIS LA CARTE EST PLATE :**  
**UNE PETITE HISTOIRE DE LA CARTOGRAPHIE (4H)**

**Frédéric Martorell** - Chargé d'étude

**ALBI** jeudi de 17h30 à 19h30 les 06/03 et 20/03 ..... **code 1222**

Une histoire de la cartographie des origines antiques à nos jours dans ses aspects techniques, culturels et politiques pour comprendre les enjeux de la représentation du monde à l'heure des satellites et du GPS.

**Tarifs :** plein 32€ - réduit 22,40€

## ▶ AGROÉCOLOGIE ET SOLS VIVANTS, UNE NOUVELLE APPROCHE DU JARDIN ET DE L'AGRICULTURE (2H)

**Nicolas Maraval** - Forestier - Permaculteur

**CASTRES** samedi de 10h à 12h le 15/03 ..... code 2204

Depuis 10 000 ans, l'homme est en lutte contre le vivant pour produire sa nourriture. Comprendre l'écologie des sols et les découvertes récentes ouvre la porte à de nouvelles pratiques qui permettent d'œuvrer avec le vivant pour une nourriture saine et abondante. Cours préparatoire à la sortie, cf. code 9208 page 47.

**Tarifs** : plein 16€ - réduit 11,20€

## ▶ ÉCOLOGIE FORESTIÈRE ET SYLVICULTURE (2H)

**Nicolas Maraval** - Forestier - Permaculteur

**CASTRES** samedi de 10h à 12h le 17/05 ..... code 2208

Apaisantes, fascinantes, ressourçantes, les forêts attirent de manière irrésistible. Sous une apparente immobilité, elles regorgent de vie et de surprises. Découvrons l'incroyable réseau vivant de ces super-organismes, et réfléchissons ensemble sur les différentes manières d'interagir avec elles. Cours préparatoire à la sortie, cf. code 9216 page 48.

**Tarifs** : plein 16€ - réduit 11,20€

## ▶ L'ARBRE DANS LES PAYSAGES TARNAIS (2H)

**Patrick Urbano** - Géographe, paysage et environnement

**CASTRES** jeudi de 14h à 16h le 03/04 ..... code 2206

L'arbre se révèle comme une composante essentielle de la mosaïque paysagère tarnaise. Il participe à la construction des paysages en apportant une touche végétale essentielle ; en donnant son identité à chaque unité paysagère par la variété de ses essences, de ses formes, et de ses organisations.

**Tarifs** : plein 16€ - réduit 11,20€

### NOUVEAU

## ▶ GÉOPOLITIQUE DE LA TECHNOLOGIE (6H)

**Michel Reynes** - Directeur général Institut Aéronautique et Spatial

**ALBI** jeudi de 16h à 18h du 27/03 au 10/04 ..... code 1223

Introduire la géopolitique tel que le monde d'aujourd'hui en impose la prééminence. Avec la mise en avant de l'importance de la technologie dans cette analyse globale d'une évolution systémique de nos repères.

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

## ▶ INITIATION AU JEU DE GO (7H30)

**Julie Genna** - Animatrice

**CASTRES** lundi de 19h30 à 22h du 12/05 au 26/05 ..... code 2207

Il s'agit d'un jeu de réflexion et de conquête de territoires pour 2 joueurs. Il vous surprendra par son matériel épuré et sa profondeur stratégique. Venez découvrir ce jeu traditionnel asiatique millénaire qui n'a pas pris une ride !

**Tarifs** : plein 60€ - réduit 42€



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

**Stéphanie Garcel** - Naturopathe - Formatrice

**CASTRES** jeudi du 26/09 au 20/03 ..... code 2300

- 26/09 : Définir le « bien vieillir »
- 17/10 : Mieux manger pour bien vieillir
- 07/11 : Apprendre à chouchouter ses organes d'élimination (émonctoires)
- 28/11 : Conserver une activité physique
- 12/12 : Apprendre à reconnaître et à limiter les polluants environnementaux
- 09/01 : (Re)connaître ses émotions et apprendre à les gérer
- 30/01 : Atelier Do-In de relaxation
- 13/02 : Favoriser une bonne hygiène du sommeil
- 06/03 : Atelier « Mini-sieste »
- 20/03 : Bilan, échanges



Gratuit pour les adhérents de + de 60 ans.

### ► NATUROPATHIE, ASTUCES BIEN-ÊTRE POUR ÊTRE AU TOP AU FIL DES SAISONS (4H)

**Stéphanie Garcel** - Naturopathe - Formatrice

**CASTRES** mardi de 14h30 à 16h30 les 06/05 et 27/05 ..... code 2307

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 une année au top de sa forme ! Un programme complet et accessible pour tous, pour une année pleine de vitalité.

**Tarifs :** plein 32€ - réduit 22,40€

### ► LA MÉMOIRE (20H)

**Morgane Fuentes** - Psychologue

**CASTRES** mardi de 14h à 16h du 01/10 au 17/12 .... code 2301

Chaque séance aborde une des difficultés de mémoire rencontrées au quotidien. Grâce à des conseils et des stratégies, la méthode permet ainsi d'améliorer le fonctionnement de la mémoire.



Gratuit pour les adhérents de + de 60 ans.

## ► GYM DES FASCIAS, GYMNASTIQUE SENSORIELLE (2H)

**Sarah Avril** - Pédagogue de la danse et du mouvement - Fasciathérapeute  
**CASTRES** jeudi de 17h à 19h le 03/10 ..... code 2302

La gym des fascias (ou gymnastique sensorielle) est une mise en mouvement lente du corps qui, favorise une mobilité fluide des gestes et affine les perceptions. Les fascias sont des membranes/tissus présents dans tout notre corps, qui enveloppent muscles, organes, nerfs, os et vaisseaux sanguins, telle une grande toile d'araignée.

**Tarifs** : plein 16€ - réduit 11,20€

## ► DANSE MOUVEMENT THÉRAPIE : POUTOUNER SON CORPS, FURETER DANS SES MÉANDRES

**Katia Boyer-Sbardelott** - Danse Mouvement Thérapeute  
**ALBI**

**Groupe 1 (20H)** : lundi de 14h à 16h  
 du 07/10 au 13/01 ..... code 1300

**Groupe 2 (20H)** : lundi de 14h à 16h  
 du 20/01 au 07/04 ..... code 1301

Redécouvrir son corps, explorer ses capacités physiques par le mouvement et redéfinir le mouvement de façon consciente. Mieux respirer et mieux vivre. Mobiliser les axes du corps vers un bon équilibre. Apprivoiser les douleurs et s'exprimer de façon ludique. Créer du lien et s'inspirer du groupe.



Gratuit pour les adhérents de + de 60 ans.

## NOUVEAU

## ► DÉCOUVERTE ET EXPÉRIMENTATION DES FLEURS DE BACH (10H)

**Katia Boyer-Sbardelott** - Conseillère agréée Fleurs de Bach  
**ALBI** lundi de 10h à 12h du 10/03 au 07/04 ..... code 1302

Philosophie et méthode développée par le docteur Bach. Présentation des 38 Fleurs de Bach dans leurs différents groupes. Expérimentation des élixirs de Fleurs de Bach. Études de cas en groupe.

**Tarifs** : plein 80€ - réduit 56€

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



## ► INITIATION À LA MÉDITATION FONDAMENTALE

**Christophe Pacific** - Cadre de santé - Docteur en philosophie  
**ALBI**

**Cycle 1 (5H)** : mercredi de 12h30 à 13h30  
les 09/10-06/11-11/12-15/01-12/02 ..... code 1303

**Tarifs par cycle** : plein 40€ - réduit 28€

**Cycle 2 (3H)** : mercredi de 18h à 19h  
les 12/03-02/04-21/05 ..... code 1304

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

Ce cours reprend les fondamentaux de la méditation et est proposé en initiation ainsi qu'aux personnes déjà pratiquantes. Chaque cours fait l'objet d'une courte présentation d'un chakra et de son équilibre. Méditation assise sur Zafu ou sur tabouret - méditation Kinhin (marche très lente).

### **NOUVEAU**

## ► CAFÉ MORTEL «QUE FAISONS-NOUS DE NOS MORTS» (2H)

**Laëtitia Barbry** - Facilitatrice de discussions macabres  
**ALBI** samedi de 14h à 16h le 12/10 ..... code 1305

Parce qu'on ne meurt pas d'en parler, l'UPT et la Petite Faucheuse vous invitent à un Café mortel. Le Café mortel est un espace convivial pour échanger sur la mort autour d'un breuvage chaud, pour parler ou se taire, dire et/ou écouter, rire et pleurer...

**Tarif** : participation libre

### **NOUVEAU**

## ► L'ALIMENTATION SANTÉ HYPOTOXIQUE (6H)

**Morgane Trinque** - Naturopathe  
**ALBI** vendredi de 17h à 19h les 18/10-22/11-20/12 ..... code 1306

Reprenez en main votre santé avec les fondamentaux de l'alimentation hypotoxique (aussi appelée anti-inflammatoire). Comment manger sans gluten, réduire les mauvaises graisses, les glucides néfastes ou encore les aliments acidifiants ? Toutes les clés pour s'y retrouver facilement !

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

## ► DÉCOUVRIR LA SOPHROLOGIE POUR APAISER LE CORPS ET LE MENTAL (5H)

**Nadine Monnier** - Sophrologue  
**ALBI** mardi de 17h à 18h du 05/11 au 03/12 ..... code 1307

Apprendre à relâcher son corps et son mental grâce à la respiration, cultiver la bienveillance envers soi-même et renforcer les attitudes positives.

**Tarifs** : plein 40€ - réduit 28€

### ▶ ATELIER DE BIEN-ÊTRE POUR S'ENTRAÎNER À LA PSYCHOLOGIE POSITIVE (3H)

**Nadine Monnier** - Sophrologue

**ALBI** samedi de 13h30 à 16h30 le 16/11 ..... code 1308

Atelier ludique pour vous donner des clefs et s'entraîner à optimiser et développer vos capacités d'optimisme et de joie de vivre, cultiver la bienveillance envers vous-même, acquérir une philosophie de vie et trouver harmonie et sérénité dans votre quotidien.

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€

### ▶ LA SOPHROLOGIE UN ALLIÉ POUR AMÉLIORER VOTRE SOMMEIL (4H)

**Nadine Monnier** - Sophrologue

**ALBI** mardi de 17h à 18h du 07/01 au 28/01 ..... code 1309

Préparer son corps et son mental à un sommeil réparateur - Gérer ses insomnies pour un sommeil de qualité.

**Tarifs** : plein 32€ - réduit 22,40€

### ▶ DÉCOUVRIR LE YOGA SUR CHAISE, LE YOGA DES YEUX ET DU VISAGE (5H)

**Nadine Monnier** - Sophrologue

**ALBI** lundi de 17h à 18h du 03/03 au 31/03 ..... code 1310

Pratiquer le yoga des yeux et du visage pour venir relâcher, détendre, stimuler et tonifier les muscles de cette partie de notre corps et en découvrir les bienfaits.

**Tarifs** : plein 40€ - réduit 28€

#### **NOUVEAU**

### ▶ LÂCHER PRISE À TRAVERS LA SOPHROLOGIE ET LE COLLAGE PAPIER (3H)

**Nadine Monnier** - Sophrologue

**Olga Fernandez-Aucordier** - Enseignante

**ALBI** mercredi de 14h à 17h le 08/01 ..... code 1311

Atelier bien-être : expérimenter deux disciplines, la sophrologie et le collage, pour favoriser le lâcher prise et se reconnecter à sa joie de vivre, libérer sa créativité, cheminer vers plus de sérénité.

**Tarifs** : plein 30€ - réduit 21€

### ▶ VANNERIE SAUVAGE, TRESSER AVEC CE QUI NOUS ENTOURE (5H)

**Elisa Guillon** - Paysanne - Cueilleuse

**CASTRES** mardi de 14h à 16h30 les 12/11 et 26/11 ..... code 2303

Découverte des essences de plantes que l'on peut tresser avec la végétation qui nous entoure. Puis réalisation d'un objet avec quelques techniques apportées.

**Tarifs** : plein 40€ - réduit 28€



## ▶ LES PLANTES, NOS ALLIÉES AU QUOTIDIEN (9H)

**Elisa Guillon** - Paysanne - Cueilleuse

**CASTRES** mardi de 13h30 à 16h30 du 04/03 au 18/03 ..... code 2306

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 et travaux pratiques d'utilisation.

**Tarifs** : plein 72€ - réduit 50,40€

### **NOUVEAU**

## ▶ DÉCOUVERTE ET INITIATION À LA SONOTHÉRAPIE (10H)

**Thierry Fleury** - Sonothérapeute - Formateur en expression vocal

**ALBI** mercredi de 10h à 12h

les 13/11-27/11-11/12-08/01-22/01 ..... code 1312

Technique de bien-être très ancienne et holistique, la sonothérapie utilise les sons et leurs vibrations pour vivre un massage sonore intense avec les instruments et la voix pour rééquilibrer les énergies et soulager les douleurs physiques et émotionnelles.

**Tarifs** : plein 80€ - réduit 56€

## ▶ INITIATION AU MASSAGE JAPONAIS (SHIATSU-SOKUATSU)

**Damien Bénis** - Praticien Shiatsu

**CASTELNAU-DE-LÉVIS**

**Niveau 1 (4H)** : samedi de 14h à 18h le 23/11 ..... code 1313

Atelier d'initiation par la pratique des techniques de massage japonaises, principalement issues du Shiatsu et sokuatsu. Des techniques simples que vous pourrez appliquer chez vous pour prendre soin de vos proches.

**Niveau 2 (4H)** : samedi de 14h à 18h le 30/11 ..... code 1314

Consolidation des acquis et apprentissage de nouvelles techniques pour prendre soin de vos proches à la japonaise. Pré-requis : avoir participé au niveau 1 ou au cycle Initiation du Shiatsu de l'année précédente.

**Tarifs par niveau** : plein 32€ - réduit 22,40€

## ▶ AUTO-MASSAGE SHIATSU ET TAÏSO, PRENDRE SOIN DE SOI À LA JAPONAISE (3H)

**Damien Bénis** - Praticien Shiatsu

**CASTELNAU-DE-LÉVIS** samedi de 14h à 17h le 08/03 ..... code 1315

Un atelier où l'on prend soin de soi avec des techniques d'auto-massage issues du Shiatsu et des mouvements de gym douce japonaise. Un moment relaxant amenant des outils pour relâcher les articulations, les tensions, gagner en mobilité et en confort.

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€

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

**Caroline Lepinteur** - Naturopathe

**ALBI** lundi de 9h30 à 11h30 les 25/11-03/03-05/05 ..... code 1316

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€

**NOUVEAU****▶ QUELS SONT LES LIENS ENTRE NOTRE ENVIRONNEMENT ET NOTRE SANTÉ ? (4H)****Sophie Fleckenstein** - Formatrice conseil santé environnement**ALBI** lundi de 10h à 12h et 14h à 16h le 10/12 ..... **code 1317**

L'Organisation Mondiale de la Santé affirme : « Environnement d'aujourd'hui = santé de demain ». Nous découvrirons ensemble ce sujet, les enjeux, les politiques publiques et les moyens d'action qui sont à notre disposition aujourd'hui. Nous ferons ensuite un focus sur la qualité de l'air.

**Tarifs** : plein 32€ - réduit 22,40€**▶ SAVOIR RECONNAÎTRE LES PLANTES SAUVAGES COMESTIBLES****Pétunia** - Paysanne cueilleuse**ALBI****Niveau 1 (7H30)** : lundi de 13h à 15h30les 03/02-10/02-03/03 ..... **code 1318**

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 par niveau** : plein 60€ - réduit 42€**Niveau 2 (12H)** : mardi de 14h à 16h30 les 04/02-11/02et 09h30 à 16h30 le 11/03 ..... **code 1319**

Découverte des plantes sauvages comestibles ou médicinales, les reconnaître, les utiliser, les cuisiner, les transformer pour vous reconnecter à la nature, module 2. Pré-requis : avoir participé au niveau 1.

**Tarifs par niveau** : plein 96€ - réduit 67,20€**▶ CUISINER LES PLANTES SAUVAGES (7H)****Pétunia** - Paysanne cueilleuse**ALBI** mardi de 9h30 à 16h30 le 18/03 ..... **code 1320**

Nous irons à la rencontre des plantes sauvages comestibles dans la campagne pour les reconnaître et les cueillir, puis nous les cuisinerons pour les déguster ensemble (en extérieur et en salle).

**Tarifs** : plein 56€ - réduit 39,20€**▶ ATELIERS SOINS PAR LE TOUCHER-MASSAGE (7H)****Marie-Dominique Ponchel Spina** - Cadre de santé**ALBI** samedi de 9h à 12h30 et 13h30 à 17h le 15/03 ..... **code 1321**

Atelier interactif et pratique 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** : plein 56€ - réduit 39,20€



## ► ATELIERS D'ÉCRITURE DE CRÉATION (30H)

**Catherine Moreau Cassignol** - Animatrice d'ateliers d'écriture - Auteur  
**CASTRES** vendredi de 14h à 17h les 27/09-18/10-29/11-20/12-  
10/01-31/01-14/03-04/04-16/05-06/06 ..... code 2400

Découvrir ou affirmer sa propre écriture, jouer avec les mots et stimuler sa créativité dans une ambiance conviviale, mais également s'initier aux techniques de base, s'entraîner à réécrire, structurer ses écrits... Et rencontrer l'auteur qui est en vous.

**Tarifs** : plein 240€ - réduit 168€

## ► À LA RETRAITE, J'IMPROVISE (18H)

**Guillemette de la Vernhe** - Comédienne  
**ALBI** mercredi de 10h à 11h30 du 16/10 au 30/04 ..... code 1400

Travail du corps et de la voix, construction de personnages, 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

### ► LE SYMBOLISME DES ICÔNES (8H)

**Olga Astorg** - Artiste peintre  
**ALBI** mardi de 14h30 à 16h30 les 05/11-03/12-07/01-28/01 ..... code 1401

L'histoire des icônes de Byzance, Grèce, Russie et européennes à partir du VI<sup>e</sup> siècle. Des clés pour comprendre le symbolisme et la technique utilisée pour la lecture des icônes.

**Tarifs** : plein 64€ - réduit 44,80€

## NOUVEAU

### ► CRÉATION D'UN ICÔNE (4H)

**Olga Astorg** - Artiste peintre  
**ALBI** vendredi de 10h à 12h et de 14h à 16h le 28/03 ..... code 1402

Création d'un icône sur carton. Préparation de la peinture à la Tempera avec pigment naturel et jaune d'œuf et pose de feuille d'or. Matériel fourni par l'animatrice.

**Tarifs** : plein 32€ - réduit 22,40€  
(+20€ de frais pédagogiques à payer sur place)

### ▶ ATELIER D'ENLUMINURE ET CALLIGRAPHIE (12H)

**Joëlle Constans** - Enlumineur

**ALBI** jeudi de 14h30 à 16h30 du 07/11 au 12/12 ..... code 1403

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 à payer sur place)

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

**Sylviane Crabol** - Formatrice

**ALBI** jeudi de 14h à 17h du 07/11 au 12/12 ..... code 1404

Atelier de Communication Bienveillante et Consciente centré sur les ressources et le partage d'expérience. Des bases pour apprendre à communiquer de manière bienveillante et à développer une meilleure qualité relationnelle.



Gratuit pour les adhérents de + de 60 ans.

### ▶ ÉCRIRE : DU FAIT DIVERS À LA NOUVELLE (21H)

**Sylvie Anahory** - Historienne de l'Art - Romancière

**ALBI** vendredi de 9h30 à 12h30 du 08/11 au 20/12 ..... code 1405

L'atelier d'écriture propose la rédaction d'une nouvelle à partir de faits divers ou de début(s) de romans. L'atelier se déroule en trois temps : apports théoriques, écriture et retours de lecture. Les participants pourront aussi se lancer dans une écriture plus longue.

**Tarifs** : plein 168€ - réduit 117,60€

### ▶ ACCOMPAGNEMENT VERS L'ÉCRITURE LONGUE : ROMAN, RECUEIL, NOVELLA (18H)

**Sylvie Anahory** - Historienne de l'Art - Romancière

**ALBI** vendredi de 15h à 18h du 17/01 au 04/04 ..... code 1406

Les participants ont un projet d'écriture longue qu'ils souhaitent mettre en forme ou améliorer. Plusieurs méthodes seront utilisées pour établir un plan, une fiche personnage, élaborer des intrigues... La lecture des autres textes permet un partage constructif.

**Tarifs** : plein 144€ - réduit 100,80€

## NOUVEAU

### ► CALLIGRAPHIE JAPONAISE

**Noriko Higuchi** - Formatrice de japonais et de calligraphie

**ALBI**

**Cycle 1 (9H)** : jeudi de 9h à 10h30 du 14/11 au 19/12 ..... code 1407

**Cycle 2 (9H)** : jeudi de 9h à 10h30 du 09/01 au 13/02 ..... code 1408

Plongez dans l'art millénaire de la calligraphie et laissez-vous emporter dans un monde où chaque coup de pinceau raconte une histoire. Améliorez votre concentration et votre posture.

**Tarifs par cycle** : plein 72€ - réduit 50,40€  
(+30€ de frais pédagogiques à payer sur place)

## NOUVEAU

### ► ILLUSIONS D'OPTIQUE ET PARÉIDOLIE

**Philippe Penneman** - Formateur - Artiste plasticien

**ALBI**

**Cycle 1 (10H)** : samedi de 9h30 à 12h du 16/11 au 07/12 ..... code 1409

**Cycle 2 (10H)** : samedi de 9h30 à 12h du 18/01 au 08/02 ..... code 1411

Les illusions d'optique nous révèlent les cheminements par lesquels notre cerveau enregistre malgré lui, des images à contre courant de leur perception réelle. De la saisie des formes à leur reconnaissance, elles nous offrent la possibilité de mieux appréhender les différents échelons qui jalonnent nos voies visuelles.

**Tarifs par cycle** : plein 80€ - réduit 56€

## NOUVEAU

### ► ROUGH : LIGNES ET ESQUISSES

**Philippe Penneman** - Formateur - Artiste plasticien

**ALBI**

**Cycle 1 (10H)** : samedi de 14h à 16h30 du 16/11 au 07/12 ... code 1410

**Cycle 2 (10H)** : samedi de 14h à 16h30 du 18/01 au 08/02 ... code 1412

L'atelier ROUGH se propose de visiter les techniques graphiques utilisées pour illustrer un objet, un espace et décrire très schématiquement un concept ou une idée.

**Tarifs par cycle** : plein 80€ - réduit 56€  
(+10€ de frais pédagogiques à payer sur place)



**NOUVEAU****▶ GRAND-PARENTALITÉ ET COMMUNICATION BIENVEILLANTE : PARCE QUE SAVOIR PARLER NE VEUT PAS DIRE SAVOIR COMMUNIQUER (5H)****Agnès Mathon** - Formatrice petite enfance**ALBI** lundi de 9h30 à 12h les 20/01 et 03/02 ..... code 1413

Les ateliers permettent à un groupe de grands-parents de découvrir une autre façon de communiquer avec leurs petits-enfants (de 0 à 6 ans), dans le respect de tous. Il s'agit d'aider concrètement les adultes à accompagner les enfants, dans la bienveillance.

**Tarifs** : plein 40€ - réduit 28€**▶ POÉSIE, SLAM, ÉCRITURE POUR DIRE... (9H)****Blandine Bouisset** - Animatrice d'ateliers d'écriture**CASTRES** mardi de 14h à 17h du 04/02 au 04/03 ..... code 2401

Découvrir le poète qui sommeille en chacun de nous. Participation aux scènes ouvertes tarnaises de slam-poésie : Café Plum, les Ateliers, etc.

**Tarifs** : plein 72€ - réduit 50,40€**▶ DÉCOUVERTE ET INITIATION AU COLLAGE PAPIER (8H)****Olga Fernandez-Aucordier** - Enseignante**ALBI** mercredi de 14h à 16h du 05/03 au 26/03 ..... code 1414

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 (matériel fourni).

**Tarifs** : plein 64€ - réduit 44,80€**▶ CONFIANCE EN SOI ET COMMUNICATION : OSEZ VOUS AFFIRMER ! (9H)****Aude Brostin-Soto** - Coach professionnelle**ALBI** samedi de 13h30 à 16h30 les 08/03-22/03-05/04 ..... code 1415

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€

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



► **ORAL : SOYEZ CONVAINCANT ! (3H)**

**Aude Brostin-Soto** - Coach professionnelle

**ALBI** lundi de 17h30 à 19h les 07/04 et 28/04 ..... code 1416

L'art oratoire, ou, comment faire bonne impression et engager notre public lors d'une prestation orale ?

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€

**NOUVEAU**

► **L'AUTOBIOGRAPHIE DANS LE ROMAN (4H30)**

**Jean-François Mézil** - Écrivain

**CASTRES** mercredi de 10h30 à 12h les 09/04-30/04-14/05 .... code 2402

Montrer l'interpénétration entre autobiographie et fiction, mais aussi entre auteur et personnages, avec différents exemples : Yourcenar, Proust, Flaubert, Wolfe... et mes propres romans. En quoi l'œuvre de création est nécessairement autobiographique et pourquoi l'écriture littéraire impose à l'auteur de mentir.

**Tarifs** : plein 36€ - réduit 25,20€

**NOUVEAU**

► **MASTERCLASS JAMMIN'THE BLUES (3H)**

**Christophe Pacific & Thierry Fleury & Co**

**ALBI** mercredi de 14h à 17h le 19/03 ..... code 1417

Un groupe de Blues et un chef de chœur vous attendent pour partager cette Masterclass. Venez chanter le Blues sans complexe, sans niveau pré-requis, juste l'envie ! En une seule session, nous chanterons ensemble les chansons «Take this hammer» de Leadbelly ainsi «One love» de Bob Marley...

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€

**NOUVEAU**

► **LES BASES DU CONSEIL EN IMAGE, POUR UNE MEILLEURE CONFIANCE EN SOI ! (3H)**

**Caroline Cretin** - Conseillère en image et communication

**CASTRES** lundi de 14h à 17h le 26/05 ..... code 2405

Je me sers du conseil en image comme d'un moyen pour arriver à un but : être mieux avec soi et avec les autres (et ça marche) !

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€





## 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**

**Faux débutant**

lundi de 16h à 17h30 du 30/09 au 12/05 ..... code 1510

**Intermédiaire**

mardi de 14h à 15h30 du 01/10 au 06/05 ..... code 1511

**Confirmé**

lundi de 18h à 19h30 du 30/09 au 12/05 ..... code 1512

Martine Laurens - Formatrice

**Faux débutant**

mardi de 9h30 à 11h du 01/10 au 06/05 ..... code 1513

**Intermédiaire**

mardi de 11h à 12h30 du 01/10 au 06/05 ..... code 1514

**Confirmé**

mardi de 16h à 17h30 du 01/10 au 06/05 ..... code 1515

Kevin O'Neill - Formateur

**CASTRES**

**Débutant**

lundi de 15h30 à 17h du 30/09 au 12/05 ..... code 2501

**Intermédiaire**

lundi de 13h30 à 15h du 30/09 au 12/05 ..... code 2502

**Tarifs** : plein 250€ - réduit 175€ par niveau



► **ESPAGNOL (36H)**



**Rosa-Maria Herrero** - Enseignante

**ALBI**

**Débutant**

mercredi de 14h30 à 16h du 02/10 au 07/05 ..... code 1520

**Faux débutant**

mercredi de 16h à 17h30 du 02/10 au 07/05 ..... code 1521

**Intermédiaire 1**

mercredi de 10h30 à 12h du 02/10 au 07/05 ..... code 1522

**Intermédiaire 2**

mercredi de 9h à 10h30 du 02/10 au 07/05 ..... code 1523

**Intermédiaire 2**

jeudi de 13h30 à 15h du 03/10 au 22/05 ..... code 1524

**Intermédiaire 3**

mercredi de 18h à 19h30 du 02/10 au 07/05 ..... code 1525

**Confirmé**

jeudi de 15h à 16h30 du 03/10 au 22/05 ..... code 1526

**Esther Fraisse** - Formatrice

**CASTRES**

**Faux débutant**

jeudi de 14h30 à 16h du 03/10 au 22/05 ..... code 2503

**Intermédiaire**

jeudi de 10h30 à 12h du 03/10 au 22/05 ..... code 2504

**Tarifs** : plein 250€ - réduit 175€ par niveau

**NOUVEAU**

► **ITALIEN (36H)**



**Simona Denevi** - Enseignante

**ALBI**

**Débutant**

vendredi de 15h30 à 17h du 04/10 au 23/05 ..... code 1530

**Intermédiaire**

vendredi de 13h30 à 15h du 04/10 au 23/05 ..... code 1531

**Confirmé**

vendredi de 10h30 à 12h du 04/10 au 23/05 ..... code 1532

**Tarifs** : plein 250€ - réduit 175€ par niveau

► **LANGUE DES SIGNES**



**Richard Gonzalez** - Formateur

**ALBI**

**Débutant (15H)**

jeudi de 18h à 19h30 du 03/10 au 19/12 ..... code 1540

**Tarifs** : plein 120€ - réduit 84€

**Intermédiaire (21H)**

jeudi de 18h à 19h30 du 09/01 au 22/05 ..... code 1541

**Tarifs** : plein 168€ - réduit 117,60€

## ▶ ARABE (36H)



Wassila Moulay - Enseignante

ALBI

Débutant et faux débutant

mardi de 18h à 19h30 du 01/10 au 06/05 ..... code 1550

Tarifs : plein 250€ - réduit 175€

## NOUVEAU

## ▶ CATALAN (21H)



Esther Estrada Ventura - Formatrice

CASTRES

Débutant

vendredi de 10h30 à 12h du 15/11 au 14/03 ..... code 2506

Tarifs : plein 168€ - réduit 117,60€

## ▶ CORÉEN (36H)



Eunok Soupa - Formatrice

ALBI

Débutant

jeudi de 18h à 19h30 du 03/10 au 22/05 ..... code 1560

Intermédiaire

lundi de 18h à 19h30 du 30/09 au 12/05 ..... code 1561

Tarifs : plein 250€ - réduit 175€

## NOUVEAU

## ▶ FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE (36H)



Iuliia Boyer - Formatrice

ALBI

Débutant

jeudi de 10h30 à 12h du 03/10 au 22/05 ..... code 1570

Tarifs : plein 250€ - réduit 175€

## NOUVEAU

## ▶ SORTIE CULTURELLE EN LANGUE FRANÇAISE (15H)



Marie Glémain - Enseignante de FLE

ALBI &amp; ALENTOURS

jeudi de 14h à 17h les 07/11-05/12-09/01-06/02-06/03 ..... code 1571

(jours et horaires susceptibles d'être modifiés en fonction des sorties culturelles, prévoir un budget en plus).

Découvertes en langue française à travers des spectacles, expositions, films, monuments, etc. de la région. Prendre le temps pour échanger à l'oral ou à l'écrit suite à ces expériences.

Tarifs : plein 120€ - réduit 84€

## NOUVEAU

### ► PRÉSENTATION DU CYCLE LINGUA LATINA VIVA ! (3H)



**Valentin Pion** - Enseignant

**ALBI** jeudi de 18h à 19h30 le 05/12 et 12/12 ..... code 1580

Valentinus Albigensis propose un cours de latin vivant qui vous réconciliera avec la langue de Cicéron, de César et de Sénèque ! Une méthode active pour progresser rapidement et lire des textes sans traduire !

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€

## NOUVEAU

### ► COURS LINGUA LATINA VIVA ! (21H)



**Valentin Pion** - Enseignant

**ALBI** jeudi de 18h à 19h30 du 09/01 au 22/05 ..... code 1581

**Tarifs** : plein 168€ - réduit 117,60€

### ► RUSSE (36H)



**Iuliia Boyer** - Enseignante

**ALBI**

**Débutant**

jeudi de 17h à 18h30 du 03/10 au 22/05 ..... code 1590

**Faux débutant**

jeudi de 18h30 à 20h du 03/10 au 22/05 ..... code 1591

**Tarifs** : plein 250€ - réduit 175€



## 2 - CLUBS

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

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

### ▶ ALLEMAND



**Ulla Hater Thier & Mireille Urban**

**ALBI** mercredi de 18h à 19h30 du 02/10 au 07/05 ..... code 1500

### ▶ ANGLAIS



**Catherine Barrett**

**ALBI** mercredi de 18h à 19h30 du 02/10 au 07/05 ..... code 1501

**Nicholas Reidy**

**CASTRES** mardi de 10h à 11h30 du 01/10 au 06/05 ..... code 2500

### ▶ ESPAGNOL



**Orchidée Monferrer & Jacqueline Coutu**

**ALBI** mercredi de 18h à 19h30 du 02/10 au 07/05 ..... code 1502

**Antoine Cordente**

**ALBI** jeudi de 18h à 19h30 du 03/10 au 22/05 ..... code 1503

**Tarif unique : 40€ par club**

## 2 - ATELIERS

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

### ▶ LECTURE ET LITTÉRATURE HISPANIQUE (2H)

**Esther Fraisse** - Formatrice

**CASTRES** mercredi de 10h à 12h

le 27/11 ..... code 2507

le 29/01 ..... code 2508

le 19/03 ..... code 2509

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

### NOUVEAU

### ▶ FÊTES ET TRADITIONS POPULAIRES CATALANES (1H30)

**Esther Estrada Ventura** - Formatrice

**CASTRES** vendredi de 10h30 à 12h le 11/10 ..... code 2505

**Tarifs : plein 12€ - réduit 8,40€**



## SORTIES & VISITES

### ► CHÂTEAU ET ÉGLISE DE NAGES. FRESQUE DE GRESCHNY (5H)

**Marie-Christine Granier** - Responsable des équipements de loisirs

**Sandrine & Alain** - Guides accompagnateurs

**NAGES** mardi de 10h à 17h le 24/09 ..... code 9200

En matinée visite du château de Nages XV<sup>e</sup> et l'église de Nages - chapelle castrale du XV<sup>e</sup> prolongée au XVII<sup>e</sup>. Fresques réalisées par Michael Greschny. Après-midi suivi du sentier du patrimoine, balade commentée avec notamment la visite d'un four à chaux (avec pause méridienne, prévoir le déjeuner).

**Tarifs** : plein 40€ - réduit 28€

### ► MUSÉE DE LA VIE PAYSANNE ET DU MOULIN DE NARULLE (5H)

**Marie-Christine Granier** - Responsable des équipements de loisirs

**Sandrine & Alain** - Guides accompagnateurs

**NAGES** jeudi de 10h à 17h le 05/06 ..... code 9220

Visite commentée du moulin de Narulle, un des plus anciens moulins sur les monts de Lacaune dans le Tarn, cité dans les textes du XIV<sup>e</sup> siècle. Il fonctionne encore aujourd'hui. Après-midi, visite commentée du musée de la vie paysanne à Rieumontagné (avec pause méridienne, prévoir le déjeuner, voiture indispensable).

**Tarifs** : plein 40€ - réduit 28€

### ► VISITE AU MUSÉE

**Anne Nières** - Guide conférencière

**ALBI & ALENTOURS** vendredi de 14h à 16h

le 27/09 : exposition Deroubaix au Musée Goya

Castres ..... code 9100

le 11/10 : exposition Lucio Fontana au Musée Soulagès

Rodez ..... code 9101

le 08/11 : exposition Ingres-Delacroix au Musée Ingres Bourdelle

Montauban ..... code 9102

le 06/12 : exposition Maillol, Cavaillès, Matisse au musée Toulouse-Lautrec

Albi ..... code 9103

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

### ► VISITE DE L'ÉGLISE SAINTE-CATHERINE DE LABASTIDE-DÉNAT (2H)

**Jean-Pierre Lallée** - Restaurateur d'art

**LABASTIDE-DÉNAT** mardi de 14h30 à 16h30 le 08/10 ..... code 9104

L'église Sainte-Catherine cache des trésors très anciens et de grande valeur : un triptyque sacré du XV<sup>e</sup> siècle, une piéta... Visite commentée par le restaurateur de l'église.

**Tarifs** : plein 16€ - réduit 11,20€

## ▶ BALADES NATURALISTES

**Anne Crévillers** - Animatrice à la ligue de protection des oiseaux  
**CAMBOUNET SUR LE SOR** lundi de 9h30 à 12h

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

le 14/10 (2H30) : La migration des oiseaux ..... code 9202

le 07/04 (2H30) : Les comportements de reproduction chez les  
 oiseaux de printemps ..... code 9211

**Tarifs par balade** : plein 20€ - réduit 14€

## ▶ COMÈTE TSUCHINSHAN (4H)

**Christophe Baillet** - Médiateur scientifique  
**MONTREDON LABESSONNIE** mercredi de 17h à 22h

le 16/10 ..... code 9203

Conférence « astronomie » et soirée d'observation de la comète. Repas sorti du sac.

**Tarifs** : plein 32€ - réduit 22,40€

## ▶ DANS LES PAS DE JEAN JAURÈS (6H)

**Max Assié** - Auteur de livres historiques  
**ALBI & CASTRES** samedi de 8h30 à 17h30 le 22/01 ..... code 9105

Visite de l'exposition «Jaurès intime» à Albi. Visite du domaine de Bessoulet à Villefranche-d'Albigeois. La maison natale à Castres et à la maison familiale à La Fédial. Visite du Centre national et musée Jean Jaurès de Castres (avec pause méridienne, prévoir le déjeuner, voiture indispensable).

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

## ▶ MUSÉE DU PROTESTANTISME : « HISTOIRE DE L'ÉCOLE EN FRANCE » (3H)

**Claire-Lise Raynaud** - Professeur honoraire d'histoire  
**FERRIERES** vendredi de 15h à 17h + conférence à 18h  
 le 22/11 ..... code 9204

Du mythe de Charlemagne à Jules Ferry et Ferdinand Buisson, fondateur de l'école laïque, gratuite et obligatoire ; sans oublier les grands pédagogues : Oberlin, Comenius, Pauline Kergomard... L'histoire de l'école en France est un combat et un long cheminement jusqu'à la laïcité.

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€

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



## ► MUSÉE DU PROTESTANTISME : « LA LAÏCITÉ ET SON ACTUALITÉ » (3H)

**Denis Mangado et Michel Miaille** - Pdt du musée et Pr émérite de droit  
**FERRIERES** mardi de 15h à 17h + conférence à 18h  
le 27/05 ..... code 9219

La visite commentée parcourra les moments forts de l'histoire d'une minorité religieuse et de celle de notre pays appelé à imaginer la coexistence de l'État et de cette minorité. La politique doit-elle convoquer la religion ? Toute religion est aussi une esthétique, une politique, une économie...

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€

## ► MUSÉE MÉMORIAL POUR LA PAIX (3H)

**Jean-Claude Planes** - Secrétaire du Musée  
**BOISSEZON** jeudi de 14h à 17h le 16/01 ..... code 9205

Visite commentée du musée et conférence sur les services de santé pendant la 1<sup>re</sup> Guerre Mondiale.

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€

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

**Jean-Dominique Nogradat** - Passionné d'histoire et patrimoine  
**ALBI** mercredi de 14h à 16h15 le 22/01 ..... code 9106

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€

## ► NOUVEL AN CHINOIS AU RESTO (1H + SOIRÉE)

**Emma Cheng** - Formatrice  
**CASTRES** mardi de 17h30 à 18h30 + repas au restaurant à 19h  
le 28/01 ..... code 9206

Découverte du nouvel an chinois et de ses traditions culinaires suivie d'une dégustation des spécialités au restaurant.

**Tarif unique** : 8€ (+27€ le repas à payer sur place)

## ► LA PERMACULTURE, UNE NOUVELLE MANIÈRE D'HABITER LE MONDE (3H)

**Nicolas Maraval** - Forestier - Permaculteur  
**CAMBOUNES** samedi de 14h à 17h le 15/03 ..... code 9208

Pourrait-on enfin comprendre « l'économie de la nature » ? Prendre soin, partager, vivre plus simplement. C'est le pari de la permaculture, dont la vision et les outils tissent les liens harmonieux entre tous les domaines de notre vie : habitat, énergie, gestion de l'eau, autonomie alimentaire, cohabitation avec la vie sauvage. Sortie en complémentarité avec le cours, cf. code 2204 page 28).

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€

▶ **ÉCOLOGIE FORESTIÈRE ET SYLVICULTURE (3H)****Nicolas Maraval** - Forestier - Permaculteur**CAMBOUNES** samedi de 14h à 17h le 17/05 ..... code 9216

Apaisantes, fascinantes, ressourçantes, les forêts attirent de manière irrésistible. Sous une apparente immobilité, elles regorgent de vie et de surprises. Venez découvrir l'incroyable réseau vivant de ces super-organismes. Sortie en complémentarité avec le cours, cf. code 2208 page 28.

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€▶ **L'ÉDUCATION CANINE. LIRE ET COMPRENDRE LE CHIEN (3H)****Aurore Delas** - Éducatrice canine**VIVIERS LES MONTAGNES** samedi de 14h à 17h le 22/03 ..... code 9209

Rendez-vous au club canin pour observer, comprendre le langage du chien et découvrir les bonnes conduites à adopter.

**Tarifs** : plein 24€ - réduit 16,80€▶ **VENEZ DÉCOUVRIR LA GÉOLOGIE DU TARN (6H)****Frédérique Virol** - Géomorphologue**RÉALMONT** jeudi de 9h30 à 17h30 le 27/03 ..... code 9107

Géologie pour débutants : comprendre la mise en place des paysages du Tarn en fonction des composantes géologiques (avec pause méridienne, prévoir le déjeuner, voiture indispensable).

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€▶ **BALADE SUR LE CAUSSE (4H)****Patrick Urbano** - Géographe, paysages et environnement**CAUCALIERES** jeudi de 10h à 16h le 10/04 ..... code 9212

Le causse de Caucalières se révèle comme un véritable jardin naturel au cœur du sud-tarnais. Au rythme de la marche, se dévoile un éventail de séquences paysagères marquées par la richesse des milieux naturels, la présence des troupeaux, les ambiances forestières et ici et là, une perspective rare sur les reliefs environnants ou la petite chapelle de Notre Dame de Sanguinou (avec pause méridienne, prévoir le déjeuner).

**Tarifs** : plein 32€ - réduit 22,40€



## ► HISTOIRE DES PAYSAGES ET DES HOMMES EN SIDOBRE : ENTRE NATURE ET CULTURE DU GRANIT (4H)

**Patrick Urbano** - Géographe, paysages et environnement

**BURLATS** mardi de 10h à 16h le 13/05 ..... code 9215

Le chaos de la Rouquette dévale, en cascade de rocs, le vallon du Lézert... Remontant le cours de cette véritable «rivière de rochers», un paysage où la pierre génère l'insolite et transcende les ambiances ; le Sidobre surprend le visiteur, passionne le chercheur, captive le photographe, émerveille l'enfant (avec pause méridienne, prévoir le déjeuner).

**Tarifs** : plein 32€ - réduit 22,40€

## ► VISITE DE L'ABBAYE DE BEAULIEU-EN-ROUERGUE (6H)

**Sylvie Anahory** - Historienne de l'art

**GINALS** vendredi de 10h à 18h le 23/05 ..... code 9108

Visite des bâtiments cisterciens et du XVII<sup>e</sup>, des jardins et du vivier ; puis visite de la collection d'art contemporain et d'une éventuelle exposition (avec pause méridienne, prévoir le déjeuner, voiture indispensable).

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€

## ► LES MYSTÉRIEUSES STATUES-MENHIRS DU TARN (3H)

**Alain Rodrigue** - Préhistorien - Archéologue

**LACAUNE** mercredi de 14h à 17h le 21/05 ..... code 9217

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€

## ► CHÂTEAUX « RENAISSANCE » ET « MÉDIÉVAL » EN AVEYRON (6H)

**Thierry Sabin** - Architecte

vendredi de 11h à 17h le 23/05 ..... code 9218

Vous êtes invité à vous rendre sur les 2 sites «web+vidéos» du «château-jardins» de Bournazel et du «château-forteresse» de Belcastel. Vous pourrez ainsi, pour mieux vous inscrire, tout comprendre en préparation de cette journée unique de découvertes (avec pause méridienne, prévoir le déjeuner, voiture indispensable).

**Tarifs** : plein 48€ - réduit 33,60€



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



## VOYAGES

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

### ▶ FRANCE : ÉCHAPPÉE CULTURELLE EN CORRÈZE

accompagné par **Yves Royer**

Du 09 au 11 octobre 2024 ..... code 9120

Partez à la découverte de la Corrèze avec des visites surprenantes et des sites incontournables. Ce séjour fera la part belle aux villages parmi les plus beaux de France : Collonges-la-Rouge, Beaulieu-sur-Dordogne, Curemonte ; à des sites originaux comme les Jardins de Colette, l'Abbatiale de Souillac ou encore l'Abbaye d'Aubazine tout en découvrant la chaleureuse ville de Brive-la-Gaillarde.

### ▶ THAÏLANDE : TERRE DE SIAM

accompagné par **Yves Royer**

Du 04 au 16 février 2025 ..... code 9121

Aussi mystérieuse qu'insolite, la Thaïlande vous séduira avec ses paysages à couper le souffle, ses innombrables temples, ses délicieuses spécialités culinaires, mais surtout l'infinie gentillesse et l'accueil chaleureux de ce peuple souriant ! Partez à la découverte de ce merveilleux pays et sa capitale, en passant par les anciennes capitales royales d'Ayutthaya et de Sukhothai, les montagnes du Nord et la charmante Chiang Mai...

### ▶ FRANCE : BALADE À AVIGNON

accompagné par **Sophie Brouquet**

Du 12 au 16 mai 2025 ..... code 9122

Ce séjour à la découverte d'Avignon est une plongée historique au cœur de la Cité des Papes et de sa région. De son passé flamboyant de Capitale de la Chrétienté, Avignon a gardé un patrimoine d'exception dont une grande partie est inscrite au Patrimoine Mondial par l'Unesco. Les visites se poursuivront à Villeneuve-lès-Avignon et son abbaye, Châteauneuf-du-Pape entouré par ses vignes ou encore Carpentras, une ville d'Art et d'Histoire.

### ▶ MARRAKECH & LES PEINTURES RUPESTRES DE L'OUKAÏMEDEN

accompagné par **Alain Rodrigue**

Du 02 au 06 juin 2025 ..... code 9123

Parcourir les prairies fleuries du Haut Atlas de Marrakech, y découvrir les gravures rupestres inattendues d'éléphants ou encore de guerriers équipés d'armes parfois curieuses conçues par les Berbères de l'âge du Bronze, c'est ce que propose Alain Rodrigue, docteur en Préhistoire et spécialiste de l'expression rupestre préhistorique du Maroc, lors d'une excursion sans difficulté à l'Oukaïmeden, non loin de la «Ville Rouge».

## ► FRANCE : ESCAPADE ALSACIENNE

accompagné par **Yves Royer**

Du 23 au 27 juin 2025 ..... code 9124

Partez à la découverte de l'Alsace, ce territoire chargé d'Histoire, bordé par le massif des Vosges et par le Rhin. Avec Strasbourg, son centre économique et culturel mais aussi la romantique ville de Colmar, ses villages typiques. La célèbre Route des Vins offre des paysages magnifiques tandis que le musée Unterlinden de Colmar et le Musée de l'œuvre Notre-Dame à Strasbourg constituent des incontournables culturels de ce séjour.

## ► ESPAGNE : TERRE DE CASTILLE

accompagné par **Yves Royer**

Du 10 au 17 septembre 2025 ..... code 9125

Ce circuit vous permettra de sillonner le cœur de l'Espagne en découvrant la belle région de la Castille-Léon dans le prolongement de l'Aragon. Les étapes culturelles ne manquent pas : Salamanque, la ville dorée aux milles légendes ; la ville fortifiée d'Avila ; Burgos et ses vestiges médiévaux ou encore Ségovie et son impressionnant aqueduc sans oublier Tolède dans la région voisine et ses influences religieuses variées...

## ► SRI LANKA : L'ÎLE AUX TRÉSORS

accompagné par **Fabrice Delbarre**

Du 13 au 23 novembre 2025 ..... code 9126

D'abord on observe le Sri Lanka sur une carte avec le sentiment d'une goutte tombée de l'Inde et puis on visite ensuite un pays coloré et joyeux, diversifié et surprenant. L'ancien Ceylan, tient sa réputation de son célèbre thé et de ses plantations mais aussi de ses sites paisibles, de ses balades en train dans les collines, à dos d'éléphants ou simplement à pied pour un coucher de soleil sur la plage...

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



LE PROGRAMME PEUT ÊTRE MODIFIÉ,  
POUR PLUS DE DÉTAILS, VEUILLEZ CONSULTER  
LE SITE : [WWW.UNIVERSITEPOURTOUS81.FR](http://WWW.UNIVERSITEPOURTOUS81.FR)



Institut National  
Universitaire  
Champollion



## L'Université Pour Tous du Tarn remercie ses partenaires

- Albi Flamenco Pour Tous
- Archives Départementales du Tarn
- Associations étudiantes du campus universitaire
- 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
- Exploreurs : la science en circuit court
- Institut d'Études Occitanes du Tarn (IEO)
- Institut de Formation aux Métiers de la Santé (IFMS)
- Scène Nationale d'Albi-Tarn (SNA)
- 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 1<sup>er</sup> Mai 81100 **CASTRES** · **05 63 50 12 99**

Lundi, jeudi et vendredi de 13h à 17h

**contact@universitepourtous81.fr**  
**www.universitepourtous81.fr**