

**Saison 2024-2025**

**Université du Temps  
Libre du Grand  
Briançonnais**



**30 ans**  
**1994-2024**

**COURS**

**ATELIERS**

**CONFÉRENCES**

**UTL GB - 35 rue Pasteur - 05100 Briançon**  
**[www.utlbrianconnais.fr](http://www.utlbrianconnais.fr)**

**07 45 10 91 35**



Chers amis « Utelistes », anciens, actuels, et futurs adhérents,  
En cette année 2024, notre association a **30 ans** !

Tout d'abord, remercions toutes les personnes bénévoles qui assurent la vie de notre association.

Mais, d'où vient notre association ? Anciennement nommée « Centre Culturel le Grand Escarton », les statuts ont été signés le 6 décembre 1994.

Sa vie n'a pas été un long fleuve tranquille, elle a changé de nom, de lieux, connu des hauts et des bas, a même failli péricliter avec la période sombre du covid 19. Mais elle est toujours là avec des nouveaux projets.

Quel avenir maintenant ? Les orientations envisageables concernent l'élargissement du public de l'UTL GB, -faudrait-il devenir « université inter-âge » plutôt que « du temps libre » ? concernent aussi les lieux, en reprenant des activités dans les antennes de l'Argentière-la-Bessée, Vallouise-Pelvoux et concernent enfin les domaines d'activité, en les étendant notamment vers les arts, ou les sciences. Enfin, 21e siècle oblige, le site internet n'a pas fini de se développer !!

Venez donc nombreux participer et partager vos expériences lors de cette saison 2024-2025 à la poursuite de l'aventure de l'UTL GB ; vous y serez accueillis avec beaucoup de plaisir, et beaucoup d'égards.

L'équipe du Conseil d'Administration

## L'UTL EN QUELQUES CHIFFRES

Nos adhérents proviennent de l'ensemble des territoires :  
la CCB, la Vallouise, le Guillestrois et le Queyras.



250 à 300 adhérents



22 intervenants diplômés ou expérimentés



8 mois d'accès à la culture pour tous, avec 28 cours proposés



6 ateliers et 3 clubs



De 3 à 4 conférences par mois



Une brochure diffusée à plus de 1.000 exemplaires sur tous les territoires du Briançonnais

# AGENDA



## L'Argentière-la-Bessée

### FORUM DES ASSOCIATIONS

Samedi 7 septembre de 13h30 à 17h30

Centre Social Culturel (rue St Jean – Espace St Jean)

## Briançon

### FORUM DES SPORTS ET DES ASSOCIATIONS

Dimanche 8 septembre de 14h à 18h

Parc des sports - Terrain de rugby Bouchié Giraud



### PORTES OUVERTES

avec la présence des intervenants / professeurs

*Résidence Suite Home*

(avenue du Dauphiné – Grand Boucle)

**Mercredi 18 septembre de 16h à 19h**



### VENEZ VOUS INSCRIRE !

Nous vous accueillons pour vous guider dans vos choix.

**Briançon - 35 rue Pasteur - à l'UTL**

**Du Jeudi 19 au Mercredi 25 septembre  
de 15h à 18h et  
Samedi 21 septembre de 10h à 13h.**

## RENTRÉE de l'UTL - Lundi 7 octobre

- Vous pouvez assister au 1er cours / atelier d'un module à titre d'essai.
- Les cours de l'UTL n'auront pas lieu durant les congés scolaires de la zone B.
- Les cours et ateliers seront ouverts si le nombre d'inscrits est suffisant.
- Aucun remboursement ne sera effectué si annulation de votre part (sauf cas de force majeure).
- Des modifications peuvent intervenir après impression de cette brochure au cours de l'année scolaire.

## NOS ACTIVITÉS EN BREF

L'Université du Temps Libre du Grand Briançonnais – UTL GB – est membre de l'Association des Universités Populaires de France -AUPF-.

L'apprentissage tout au long de la vie, est un outil pour porter un regard sur la société et sur le monde.

Les activités au sein de l'UTL GB reflètent assez largement l'ouverture évoquée ci-dessus ; elles prennent la forme de cours, d'ateliers, de clubs, et de conférences.

Elles couvrent des champs variés : langues étrangères, mieux-être et santé, culture générale, sciences.

Forte de 250 adhérents en 2023-2024, l'UTL GB touche un public encore élargi par l'assistance aux 26 conférences données cette saison ; l'adhésion à l'UTL est d'un coût modeste et la participation aux activités est proposée à coût réduit aux moins aisés.

## BIENVENUE à l'UTL GB !

Association loi 1901

### Nos cours et ateliers

Nos cours et ateliers n'exigent pas de prérequis sauf pour les langues ; leur contenu est accessible à tous.

Donnés par des personnes titrées ou expérimentées, ils ont pour objectif de répondre simplement et clairement au désir de s'ouvrir à de nouveaux savoirs, à de nouvelles pratiques, à de nouvelles rencontres.



### Nos clubs et débats

Nos clubs et débats sont des moments de partage auxquels vous pourrez participer, tant pour le plaisir de confronter vos points de vue, que de celui de passer quelques heures en agréable compagnie et dans une ambiance sympathique.

### Nos moments de convivialité

Ceux-ci vous permettront d'acquérir de nouveaux savoirs et savoir-faire et d'élargir votre champ relationnel. Un apéritif convivial sera organisé pour nos adhérents et intervenants après la rentrée d'octobre.



### Nos conférences

*(accès gratuit pour nos adhérents)*

Elles ont lieu d'octobre à mai, à Briançon en partenariat avec les communes alentour. Elles sont annoncées via notre site web et Facebook, par un courriel aux adhérents de l'UTL et sont affichées dans différents lieux briançonnais.

Sur des sujets divers, elles sont animées par des personnes diplômées ou expérimentées et sont suivies d'un temps d'échange avec le conférencier.

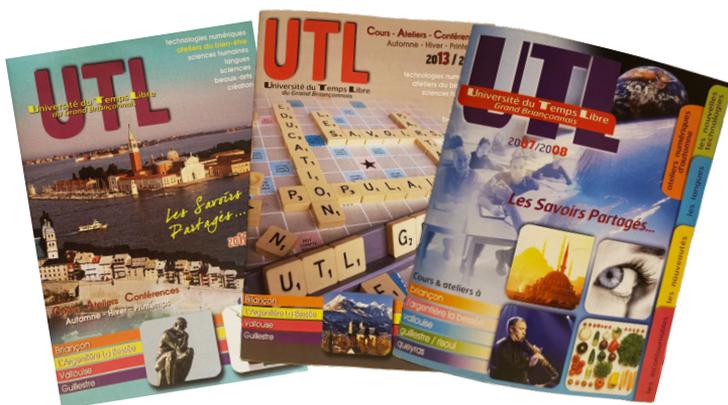
### CONFÉRENCE D'OUVERTURE

**Judi 3 octobre 2024 à 18h**

Par *Christian AUBERT*

**Montagnes sacrées du monde**  
À la rencontre de 7 montagnes mythiques

# L'UTL FÊTE SES 30 ANS en 2024 !



Nous en profitons pour remercier ses anciens Présidents :

**† Jean le COZ, Jean-Marie MÉRIGNAC,  
Jean-Pierre LAMIRAL et René BONNET.**

Ainsi que tous ses bénévoles / salariés  
depuis sa création en 1994.

Un événement sera organisé en novembre afin de célébrer ce trentenaire !

Nous ne manquerons pas d'y convier  
nos adhérents, intervenants / professeurs  
et nos anciens présidents.

Nous vous espérons nombreux à cet événement  
amical et festif !



# NOS COURS

## Culture générale



**HISTOIRE DE LA LITTÉRATURE FÉMININE : Femmes de lettres, histoire d'un combat séculaire ; perspectives historiques sur l'évolution des femmes dans les sociétés européennes**

3 séances de 2h 27 €  
Les VENDREDIS 22, 29 novembre et 6 décembre de 10h à 12h.

Comment les femmes de lettres sont-elles parvenues à la notoriété dans un monde des lettres longtemps réservé aux hommes ? Quelle place ont-elles occupée dans la littérature ? Comment leur œuvre était-elle perçue par la critique ?

Pour répondre à ces questions, vous serez présentés les éléments significatifs qui jalonnent l'histoire de la littérature féminine, de la Cité des dames au prix Fémina. Les portraits de quelques femmes de lettres illustreront ce cours.

**Marie REYNAUD-VERMUNT**, doctorat en psychologie sociale (retraîtée).



**HISTOIRE - LITTÉRATURE : 45 €**  
**Le siècle des lumières**

6 séances de 1h30  
Les VENDREDIS 11, 18 octobre - 8, 22, 29 novembre et 6 décembre de 14h30 à 16h.

Voltaire, issu de milieu aisé, s'accommode de la monarchie absolue ; Rousseau, fils du peuple prône la démocratie. Ils expriment tous les deux un mouvement réformateur en Europe à la recherche de la liberté et du bonheur. Ils sont le Siècle des Lumières qui préfigure la Révolution.

**Gérard AGNIAU**, professeur de lettres (retraité).



**PHILOSOPHIE : Le rire 72 €**

8 séances de 2h  
JEUDI de 14h à 16h.  
Du 10 octobre au 12 décembre.

Sujet sérieux, à ne pas prendre à la légère, incongru par les temps qui courent, possiblement bienfaisant.

Condamné par quelques pères de l'église comme manifestation diabolique, objet de « disputes » théologiques (*Jésus a-t-il pu rire ?*), déclaré par Rabelais « le propre de l'homme », qu'a-t-il de sale ou de propre ?

**Marie CAUDRON**, agrégée de philosophie (retraîtée).





## HISTOIRE DE LA PENSÉE ÉCONOMIQUE : *Son évolution*

27 €

Les MERCREDIS 16 octobre, 13 novembre et 11 décembre de 18h à 20h.

3 séances de 2h sont proposées comme suit :

- Les économistes classiques (de la fin du 18<sup>e</sup> jusqu'à la fin du 19<sup>e</sup> siècle).
- La révolution marginaliste et les néo-classiques (de la fin du 19<sup>e</sup> jusqu'à la fin du 20<sup>e</sup> siècle).
- La grande dépression de 1929 et la révolution Keynésienne.

La discipline économique est relativement récente dans notre histoire ; elle prend réellement son envol à partir du 18<sup>e</sup> siècle avec l'écosais Adam Smith et les débuts de la révolution industrielle.

Dès lors, les débats n'ont cessé d'alimenter cette discipline entre différents économistes et courants de pensée tout au long du 19<sup>e</sup> et du 20<sup>e</sup> siècle sur des phénomènes tels que les prix, le commerce international ou les crises économiques et financières.

Depuis Adam Smith, en passant par Ricardo, Marx, Keynes, jusqu'à plus récemment Stiglitz, l'histoire de l'économie est riche en auteurs et débats.

L'économie est aujourd'hui la discipline incontournable pour comprendre le monde dans lequel nous vivons.

**Rémi ROUX**, professeur d'économie-gestion.



## HISTOIRE DU CINÉMA : *De Méliès à Netflix !*

45 € la session

2 sessions de 2h chacune de 5 séances :

**1<sup>re</sup> session** - les MARDIS 15 octobre, 5, 19 novembre, 3, 17 décembre de 16h à 18h.

**2<sup>e</sup> session** : les dates seront précisées courant décembre 2024.

L'évolution technique et esthétique du cinéma de Méliès à Netflix avec à chaque cours des extraits de films, des analyses de séquences et la présentation des principales personnalités qui ont fait évoluer le 7<sup>e</sup> art. Une approche qui se veut à la fois chronologique et transversale.

Une partie de chaque cours sera réservée aux échanges avec les participants.

**Gérard GUIMBERT**, passionné de cinéma.



## PATRIMOINE : *Cultures transalpines civiles, militaires et religieuses entre Durance et Dora*

/ (6 participants au minimum)

25 € la demi-journée

- MERCREDI 9 octobre de 13h30 à 17h30

*Le Bunker à Val-des-Prés et  
le Musée du Chaberton à Clavière.*

- MERCREDI 16 octobre de 13h30 à 17h30

*L'abbaye de Boscodon.*

40 € la journée

- MERCREDI 11 juin, journée

*L'Abbazia Sacra di San Michele, les  
Fresques de San Antonio di Ranverso et  
l'Abbazia della Novalesa.*

- MERCREDI 18 juin, journée

*Le Musée départemental de Gap, la  
Roseraie de Charance, et la Cathédrale  
d'Embrun et son trésor.*

**Michel CHIVALIER**, guide-conférencier du service du Patrimoine de Briançon.



**ENERGIE : Quel nucléaire pour demain et après-demain ?** 20 € le module  
8 séances en 4 modules indépendants de 2 cours de 2h chacun  
(Une large place sera laissée au débat.)

## MODULE 1

**Le renouveau du nucléaire : une promesse durable ?**

Les MARDIS 15 octobre et 12 novembre de 11h à 13h.

Cauchemar pour certains, aubaine pour d'autres, à quelles conditions ce renouveau peut-il être acceptable ? Sûr ? Compatible avec la transition écologique ?

## MODULE 2

**Les effets du nucléaire sur la santé**

Les MARDIS 26 novembre et 3 décembre de 11h à 13h.

Des risques mal perçus, une communication difficile.

Tout est affaire de dose ; quels risques pour les travailleurs, le public, en situation normale ou accidentelle ? Et la radioactivité naturelle ? Les usages de médecine nucléaire ?

## MODULE 3

**Les dispositions prises en matière de sûreté et de sécurité**

Les MARDIS 17 décembre et 28 janvier de 11h à 13h.

L'autorité de sûreté est-elle vraiment indépendante ? Pourquoi des accidents se produisent malgré les précautions ?

La transparence est-elle compatible avec la protection contre les agressions externes ?

## MODULE 4

**La fusion nucléaire : ça marche quand ?**

Les MARDIS 4 février et 4 mars de 11h à 13h.

Certains en rêvent ; il y a soixante ans, on nous la promettait pour « dans quarante ans », c'est encore vrai ! Quelle compétition avec les réacteurs « surgénérateurs », qui, grâce au recyclage indéfini, utilisent tout l'uranium ?

*Jean-Louis NIGON, polytechnicien (retraité).*



**BIOLOGIE VÉGÉTALE :**  
**La vie mal connue des plantes**

20 €

2 séances de 2h

Les VENDREDIS 17 et 24 janvier de 14h30 à 16h30.

**La défense des végétaux :** bien qu'immobiles, les végétaux se défendent contre les agressions du milieu : sécheresse, froid par exemple, contre les prédateurs et même les maladies.

**L'évolution des végétaux :** la flore actuelle est le résultat d'une évolution qui a démarré il y a des milliards d'années et qui continue avec maintenant la possible intervention de l'homme.

*Marie-Hélène BOUCHET, enseignante en biologie végétale (retraitée).*





### **GEMMOTHÉRAPIE : Se soigner avec les bourgeons des plantes**

72 €

/ (Réduction de 50 % pour les participants de la saison 2023-2024, soit 36 €)

8 séances de 2h

**VENDREDI** de 11h à 13h

Les 11 octobre, 8, 15, 22, 29 novembre et les 6, 13 et 20 décembre.

La gemmothérapie est une branche de la phytothérapie : elle utilise les parties en croissance des plantes pour soutenir et maintenir un bon fonctionnement de l'organisme.

Ce module vous apportera les bases nécessaires pour conseiller le bourgeon approprié. Seront abordés, tour à tour, l'ensemble des systèmes composant le corps humain et les bourgeons correspondants.

**Anne MERRY**, praticienne en herboristerie.



### **PHYTOTHÉRAPIE : 4 saisons pour se soigner au naturel avec les plantes**

20 € par saison

/ (Les 4 saisons seront indépendantes)

4 cours de 4h de 14h à 18h :

2h de théorie et 2h de pratique.

Les **LUNDIS** :

**Automne** : 14 octobre / **Hiver** : 13 janvier / **Printemps** : 31 mars / **Été** : 16 juin

Afin de lutter préventivement ou soigner vos maux quotidiens, ces cours sont répartis tout au long de l'année pour vous indiquer les remèdes naturels utiles en hiver, printemps, été et automne. Nous étudierons ainsi à la fois les effets des plantes, des huiles essentielles et de l'alimentation.

À chaque saison, vous bénéficierez de cours théoriques et d'un atelier pratique pour mettre en œuvre les formules et synergies découvertes.

**Anne MERRY**, praticienne en herboristerie.



### **AROMATHÉRAPIE : Usages et pratiques des huiles essentielles**

90 € la session

2 sessions chacune de 10 séances :  
Les **MERCREDIS** de 10h à 12h.

**1<sup>re</sup> session** - Du 9 octobre au 8 janvier.

**2<sup>e</sup> session** - Du 12 mars au 28 mai.

Ce module complet présentera les usages et les pratiques quotidiennes des huiles essentielles afin de se concocter une pharmacopée familiale ; vous apprendrez ainsi à les utiliser sans danger tout au long des cours, afin de profiter de leurs multiples bienfaits et de découvrir leurs multiples propriétés médicinales.

**Anne MERRY**, praticienne en phyto-aromathérapie.



### **ALIMENTATION - NUTRITION : vraies et fausses idées sur la nutrition**

10 séances de 1h30 :

75 €

#### **L'Argentière-la-Bessée**

De 16h à 17h30,

les **MERCREDIS** 6, 20/11 - 4, 18/12 - 8, 22/01 - 5, 26/02 - 12, 26/03.

#### **Briançon**

De 14h à 15h30,

les **LUNDIS** 4, 18/11 - 2, 16/12 - 6, 20/01 - 3, 24/02 - / 10, 24/03.

Dans un monde où le marketing a autant de pouvoir que la science, il est devenu facile de se perdre entre les différentes affirmations en matière d'alimentation et de santé liées à ses nutriments.

Ces cours / ateliers vous apporteront, d'une part, des explications sur la vraie constitution des aliments et, d'autre part, en fonction de la connaissance des participants, nous affinerons le discours sur les conséquences d'un excès ou de carence d'aliments jusqu'à arriver aux pathologies qui y sont strictement liées. Questions ouvertes dans la deuxième partie du cours.

**Cristina ORLANDINI**, diététicienne – nutritionniste.



**COMMUNICATION** : 65 € la session

## MISE EN PRATIQUE DES NOTIONS APPRISSES LORS DES SAISONS PRÉCÉDENTES

7 séances de 2h pour chaque session  
De 18h30 à 20h30

### Session COM4

Du lundi 4 novembre au lundi 6 janvier.

Notions mises en pratique entre autres : écoute active, triangle dramatique, états du Moi (analyse transactionnelle), ennéagramme, CNV, etc.

#### !/ pré-requis session COM4 :

avoir suivi au minimum 2 sessions du module *Communication* lors des saisons précédentes à l'UTL.

### Session COM5

Du lundi 13 janvier au lundi 10 mars.

Notions mises en pratique entre autres : différence entre responsabilité et culpabilité, colère et frustration, influence de nos peurs dans nos échanges, transformer les jugements en besoins (techniques de communication non violente), etc.

### Session COM6

Du lundi 17 mars au lundi 19 mai.

Notions mises en pratique entre autres : les différents jeux psychologiques, votre niveau d'empathie, la fenêtre de Johari, gérer ses émotions, entraînement à la CNV = communication non violente.

## SESSIONS OUVERTES À TOUS

7 séances de 2h pour chaque session  
De 11h15 à 13h15

### Session COM1

Du lundi 4 novembre au lundi 6 janvier.

De la complexité des problèmes de communication : mettre en lumière les processus complexes inconscients qui polluent notre communication et les dépasser par la mise en place de techniques accessibles à tous. Théorie mise en pratique immédiatement par différents exercices et le décryptage de situations concrètes amenées par les participants.

### Session COM2

Du lundi 13 janvier au lundi 10 mars.

Les solutions pour mieux communiquer : présentation de nouveaux outils pour communiquer autrement avec leur mise en pratique directe par des exercices et le décryptage de situations vécues par les participants.

### Session COM3

Du lundi 17 mars au lundi 19 mai.

Connaissance, conscience et maîtrise de soi : débloquer nos problèmes de communication en faisant un travail intérieur tout en respectant nos limites pour les dépasser. Étude de nouveaux outils de communication issus de l'école « *Écoute ton Corps* » de Lise Bourbeau ou de la grille de lecture de personnalités de l'Ennéagramme avec mise en application concrète.



## EXPRESSION CRÉATIVE AVEC LES ARTS PLASTIQUES

2 sessions de 8 séances de 2h 72 €

LUNDI de 10h à 12h

Du 6/01 au 10/03 et du 17/03 au 26/05.

Rencontrer des couleurs, explorer des formes et des symboles pour exprimer sa sensibilité, son imagination par les arts plastiques.

L'attention mobilisée sur la respiration, le corps aidera les participants à trouver la confiance, l'inspiration dans ce laboratoire ludique et créatif.

Aucune connaissance préliminaire en dessin et en peinture n'est requise.

**Bénédicte DESCHOUX**, certificat Art-Thérapie Performatif 2004 et Spécialisation en « *Mouvement, Art, Thérapie* », intervenante à l'atelier « *Formes et Lumières* » à Embrun.



## EXPRESSION ORALE ET CORPORELLE

(Atelier limité par session à 14 personnes)

Session 1 - 9 séances de 2h 80 €

MARDI de 14h à 16h

Du 8 octobre au 17 décembre.

Session 2 - 10 séances de 2h 90 €

MARDI de 14h à 16h

Du 14 janvier au 1<sup>er</sup> avril

Cet atelier s'adresse à tous, débutant ou initié. Venez vous découvrir à travers cette activité ludique autour de la prise de parole en public. Échauffement en petits groupes sur des jeux de mots, des postures, puis ateliers d'improvisations théâtrales guidées.

Ces séances vous permettront de développer votre créativité ainsi que votre confiance en vous. Bienveillance et bonne ambiance garantie !

**Hélène PLANCKAERT**, Formatrice en Communication



## ÉCRITURE :

*Trouver sa voi(e)x d'écriture*

135 €

12 séances de 18h à 20h30

Les LUNDIS 7 octobre, 4 et 18 novembre,

2 et 16 décembre, 6 et 20 janvier,

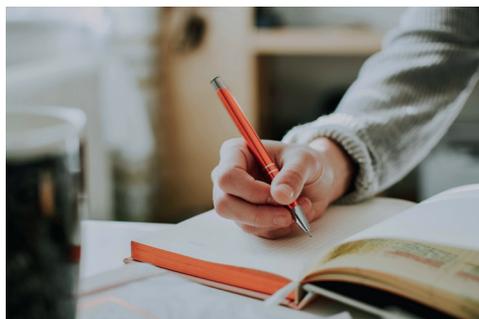
3 et 24 février, 10 et 24 mars, 28 avril.

L'atelier d'écriture c'est un lieu, comme un cocon, à l'intérieur duquel tout est fait pour se sentir en sécurité et se laisser guider par l'envie d'écrire.

Aucun bagage scolaire ni littéraire n'est nécessaire. Il suffit d'être porté(e) par cette envie d'écrire, en laissant de côté tout jugement sur sa capacité ou non à le faire.

Nous avons toutes et tous des histoires à raconter. Il ne sera pas question d'apprendre à écrire mais de partir à la recherche de sa propre langue par le jeu, la création, l'écoute, au cœur de l'énergie créative et bienveillante du groupe. Les thèmes proposés sont variés et permettent d'explorer différents registres d'écriture. Chaque atelier est une aventure à travers l'imaginaire.

**Brigitte SIMONET**, diplômée universitaire en animation d'atelier d'écriture.





## INTERPRÉTATION DES RÊVES 72 €

10 séances d'1h30 de 18h à 19h30  
Les MERCREDIS 9/10- 6/11- 4, 18/12 -  
8/01- 5/02- 5/03- 2/04- 7/05 et 4/06

Apprenez à décoder vos rêves, devenez autonomes dans la compréhension du langage de l'inconscient. Étude des symboles les plus fréquents, outils d'analyse et mise en pratique avec de nouveaux cas chaque séance. Découvrez les dimensions profondes de votre personnalité.

**Thomas VINAY**, thérapeute spécialiste des rêves et de l'intelligence émotionnelle.



## MÉDITATION DE PLEINE PRÉSENCE

8 séances d'1h30 54 €  
JEUDI du 9 janvier au 13 mars,  
de 16h à 17h30.

Venez pratiquer la méditation, loin des clichés que ce mot peut véhiculer. Ces ateliers vous permettront d'en apprécier les effets et de découvrir différentes façons de la pratiquer, et de la transposer dans votre vie, pour un quotidien plus présent, plus serein et plus joyeux !

**Catherine SCHMITT**, diététicienne –  
licence science de l'éducation promotion de  
la santé - certifiée en réflexologie plantaire,  
en EFT et en Mindfulness, coach certifiée, 4e  
degré Reiki.



## ATELIER CULINAIRE : *Retrouvez du goût, du sens et de la créativité dans votre cuisine*

65 € la session  
(incluant les ingrédients fournis)

**Session 1** - 5 séances d'1h30 chacune  
Les MERCREDIS 9 octobre, 6 et 20 novembre,  
4 et 18 décembre.

**Session 2** - le calendrier sera précisé mi-décembre 2024.

Divers ateliers seront proposés autour de thèmes de saison, les fêtes, la saisonnalité, les sens, les symbioses goûteuses, les régions, les B.A-BA.

Organiser sa semaine de repas (batch-cooking), notre ami le légume, les cuissons, les épices du monde, les indispensables.

**Alexia BURGER**, cheffe cuisinière créative, travaillant des produits de saison, raisonnés et dans la mesure du possible BIO.

## Atelier ADULTES

De 13h30 à 15h  
(limité à 6 personnes).



## Atelier ENFANTS - âge minimum 10 ans

De 15h30 à 17h  
(limité à 5 enfants accompagné d'un adulte).



# LANGUES

Du 7 octobre 2024 au 28 mars 2024 (selon les jours des cours)

Cours limités à 12 personnes



**ANGLAIS 220 €**

*Virginie GAU, DESS industrie des langues, formatrice trilingue pour adultes.*

## DÉBUTANTS

Les personnes n'ayant jamais étudié l'anglais (ou seulement quelques heures).

**18 séances de 2h - LUNDI de 14h à 16h.  
Du 7 octobre au 24 mars.**

Venez acquérir les compétences nécessaires à une communication de base en anglais dans une ambiance conviviale. Programme adapté aux besoins réels des stagiaires. Pédagogie non scolaire, ludique, chantée et théâtrale.



**Briançon**

## FAUX DÉBUTANTS

**18 séances de 2h - VENDREDI de 9h à 11h.  
Du 11 octobre au 21 mars.**

Pour toute personne ayant acquis les bases de l'anglais. Consolider ses connaissances de la langue anglaise de façon ludique, chantée et théâtrale (travail particulier sur la musicalité de la langue anglaise, de la prononciation et du système verbal).



**L'Argentière-la-Bessée**

## DÉBUTANTS – FAUX DÉBUTANTS

**18 séances de 2h - MERCREDI de 9h à 11h.  
Du 9 octobre au 19 mars.**

Que vous soyez débutant ou ayant déjà acquis quelques bases de l'anglais ; la pédagogie sera adaptée aux besoins réels des stagiaires.

**Nicky BIRT, Professeur d'anglais, diplôme d'Enseignement d'anglais.**

Les cours sont interactifs, conviviaux, stimulants et dotés d'objectifs bien précis qui contribuent à vous faire progresser vers la réalisation de vos objectifs.

Suivi d'une méthode « English File » qui vise à faire pratiquer la langue anglaise aux apprenants par l'utilisation d'un lexique courant, l'écoute d'extraits audio courts, favorise l'expression orale dans un cadre ludique, propose des devoirs / exercices à faire entre deux séances pour réviser les points de grammaire essentiels.

## NIVEAU PRÉ-INTERMÉDIAIRE

**18 séances de 2h - JEUDI de 10h à 12h.  
Du 10 octobre au 20 mars.**

Ces cours sont pour ceux qui ont étudié l'anglais à l'école mais qui ne l'ont pas étudié depuis - à l'exception de voyages à l'étranger de temps en temps -.

## NIVEAU INTERMÉDIAIRE

18 séances de 2h - JEUDI de 14h à 16h.  
Du 10 octobre au 20 mars.

Ces cours sont pour ceux qui peuvent faire des phrases simples et comprendre les points clés d'une conversation mais qui ont besoin de plus de vocabulaire et de réviser les points de grammaire essentiels.

## NIVEAU PERFECTIONNEMENT (B2+)

18 séances de 2h - MARDI de 14h à 16h.  
Du 8 octobre au 18 mars.

Ces cours sont pour ceux qui sont à l'aise en anglais et qui souhaitent continuer à se perfectionner.

## NIVEAU INTERMÉDIAIRE + (B2)

18 séances de 2h - LUNDI de 14h à 16h.  
Du 7 octobre au 24 mars.

Ces cours sont pour ceux qui peuvent parler et comprendre sans trop de difficultés mais qui font toujours des erreurs et ont des problèmes avec les points de grammaire plus complexes et le vocabulaire.



**ESPAGNOL 220 €**

*Patricia REINOSO, professeur d'espagnol.*



## NIVEAU DÉBUTANTS – FAUX DÉBUTANTS

18 séances de 2h -  
MARDI de 16h à 18h ou MERCREDI de 14h à 16h (le jour sera confirmé fin août)  
Du 8 octobre au 18 mars.

L'espagnol !! Pourquoi pas ? Cette langue vous ouvre ses portes pour entrer dans le cœur des gens qui le parlent. Venez découvrir cette langue et la richesse de sa culture.



**ITALIEN 220 €**

*(sauf pour l'atelier alla Scoperta dell'Italia)*

*Virginie GAU, DESS industrie des langues, formatrice trilingue pour adultes.*

## DÉBUTANTS – NIVEAU A0

*(Les personnes n'ayant jamais étudié l'italien ou seulement quelques heures)*

18 séances de 2h - LUNDI de 9h à 11h  
Du 7 octobre au 24 mars.

Venez acquérir les compétences nécessaires à une communication de base en italien dans une ambiance conviviale. Programme adapté aux besoins réels des stagiaires. Pédagogie non scolaire, ludique, chantée et théâtrale.

## INTERMÉDIAIRE – A1+ - A2

18 séances de 2h - JEUDI de 10h à 12h  
Du 10 octobre au 20 mars.

Pour toute personne ayant acquis les bases de la grammaire et du vocabulaire général et pouvant s'exprimer en formulant des phrases simples. Programme adapté au jour le jour aux besoins réels des stagiaires. Pédagogie ludique et conviviale (sketches, chants, humour).

**Cristina ORLANDINI**, formatrice en langue italienne pour adultes



**L'Argentière-la-Bessée**

### **DÉBUTANTS**

*(Les personnes n'ayant jamais étudié l'italien ou seulement quelques heures)*

**18 séances de 2h**

**MERCREDI de 13h30 à 15h30**

**Du 9 octobre au 19 mars.**

Ce cours a pour but de découvrir la langue italienne de manière ludique et décontractée afin de pouvoir assimiler les premières structures linguistiques pour interagir, lire et écouter.

### **ON S'APPROCHE DE L'EXCELLENCE (PERFECTIONNEMENT)**

**18 séances de 2h**

**MERCREDI de 10h à 12h**

**Du 9 octobre au 19 mars.**

Ces cours hebdomadaires s'adressent à un public qui a déjà traité la majeure partie des bases grammaticales et qui a besoin d'une part, d'entraîner ses connaissances et d'autre part, d'avancer dans l'apprentissage de la grammaire. Les participants peuvent d'ores et déjà au début de ce module tenir des dialogues simples en italien. Le but de l'apprentissage de la grammaire reste celui de l'exploiter avant tout dans l'expression orale.



**Briançon**

### **DE MOINS EN MOINS DÉBUTANT !**

**18 séances de 2h - MARDI de 9h à 11h**

**Du 8 octobre au 18 mars.**

Ce cours hebdomadaire s'adresse aux personnes qui ont déjà suivi le cours « débutant » et qui ont de ce fait des bases grammaticales et savent comprendre des phrases simples et les utiliser. Nous pourrions ainsi élargir les connaissances de la grammaire et aussi culturelles afin de pouvoir éventuellement développer les échanges avec les italiens et pourquoi pas, à commencer à lire des articles simples et visionner des vidéos.

### **ATELIER ALLA SCOPERTA DELL'ITALIA**

*(animé à 90 % en langue italienne)*

Envie de découvrir des lieux caractéristiques à travers leur vision et ses explications ? Ces ateliers seront animés majoritairement en italien. Vous découvrirez peut-être de fausses idées reçues ainsi que des endroits moins médiatisés mais tout autant riches de beautés culturelles et géographiques par rapport à d'autres lieux plus populaires.

- **Les 5 premiers ateliers** **45 €**  
*(déjà traités lors de la saison 2023-2024), sont conseillés à ceux qui possèdent de bonnes bases et seront animés en italien-français.*

**Les LUNDIS 14/10, 25/11, 9/12, 13/01, 24/02**  
**De 16h à 17h30**

- **Les 3 derniers ateliers** **27 €**  
seront animés uniquement en italien.

**Les LUNDIS 10, 31/03 et 28/04**  
**De 16h à 17h30**

## MODULES GRATUITS POUR LES ADHÉRENTS

En adhérant à l'UTL (25 euros) vous bénéficiez de ces modules ainsi qu'à l'ensemble de nos conférences.

### CLUB DE GÉOPOLITIQUE

6 séances de 2h,  
les VENDREDIS 18 octobre, 29 novembre, 20 décembre, 31 janvier, 28 février et 7 mars.  
De 11h à 13h

À partir de livre(s) et d'articles sélectionnés par les participants autour d'un sujet, échanges des points de vue de chacun, discussions, approfondissement, et si possible, rédaction d'un bref mémo concluant la séance.

Premier sujet suggéré : *Quelle échelle pour la démocratie européenne ?*

Supports : « No Demos » de Céline Spector, articles de journaux, de revues (par exemple Etudes), de think tanks (Le Grand Continent ; Confrontations Europe, etc.)

**Jean-Louis NIGON**, polytechnicien (retraité).

### CLUB DES LECTEURS

Le 2<sup>e</sup> JEUDI de chaque mois,  
du 10 octobre au 12 juin.  
De 10h à 12h

Lors de rencontres informelles et amicales, venez échanger et partager avec d'autres, les joies de la lecture, en toute simplicité.

**Anne-Marie MOLIÉ**, passionnée de littérature (retraîtée).



### CLUB POÉSIE

1 fois par trimestre,  
les VENDREDIS 15 novembre, 21 mars et 23 mai.  
De 14h à 16h.

Ce sont des rencontres poétiques trimestrielles proposées par Marie Reynaud-Vermont, femme de lettres et présidente de l'Académie Renée Vivien. Poètes, amateurs de poésie, curieux qui souhaitent découvrir ou redécouvrir la poésie, rencontrer des poètes sont les bienvenus.

**Marie REYNAUD-VERMONT**, diplômée de Littérature, Présidente de l'Académie Renée Vivien, sociétaire et lauréate de la Société des Poètes Français et membre de la Société des Gens de Lettres de France (retraîtée).



# SAISON 2024/2025 - PLANNING DES COURS

## LUNDI

 ITALIEN <i>Débutants</i>	7 octobre au 24 mars	9h - 11h
 EXPRESSION CRÉATIVE avec les arts plastiques	1 <sup>re</sup> session du 6 janvier au 10 mars 2 <sup>e</sup> session du 17 mars au 26 mai	10h - 12h
 COMMUNICATION	4 novembre au 19 mai	11h15 - 13h15
 ALIMENTATION - NUTRITION	10 séances : 4,18/11 - 2,16/10 - 6, 20 /01, 3, 24/02 - 10, 24/03	14h - 15h30
 ANGLAIS <i>intermédiaire + B2</i>	7 octobre au 24 mars	14h - 16h
 ANGLAIS <i>débutant A0</i>	7 octobre au 24 mars	14h - 16h
 PHYTOTHÉRAPIE	14 octobre, 13 janvier, 31 mars, 16 juin	14h - 18h
 Atelier alla scoperta dell'Italia	Niveau 1 : 14 octobre, 25 novembre, 9 décembre, 13 janvier et 24 février Niveau 2 : 10 et 31 mars, 28 avril	16h - 17h30
 ATELIER D'ÉCRITURE	7 octobre, 4 et 18 novembre, 2 et 16 décembre, 6 et 20 janvier, 3 et 24 février, 10 et 24 mars, 28 avril	18h - 20h30
 COMMUNICATION	4 novembre au 19 mai - 6 sessions	18h30 - 20h30

## MARDI

 ITALIEN <i>faux débutants</i>	8 octobre au 18 mars	9h - 11h
 ÉNERGIE	15/10 - 12, 26/11 - 3, 17/12 - 28/01 - 4/02 - 4/03	11h - 13h
 ANGLAIS <i>perfectionnement</i>	8 octobre au 18 mars	14h - 16h
 EXPRESSION ORALE ET CORPORELLE	9 séances de 2h : 8/10 au 17/12 10 séances de 2h : 14/01 au 31/03	14h - 16h
 ESPAGNOL	MARDI : 8 octobre au 18 mars ou MERCREDI 9 octobre au 19 mars (Jour et horaire confirmé fin Août)	16h - 18h 14h - 16h
 HISTOIRE DU CINÉMA	15/10 - 5, 19/11 - 3, 17/12	16h - 18h

## MERCREDI

■ L'Argentière-la-Bessée

 ANGLAIS <i>débutant / faux débutant</i>	9 octobre au 19 mars	9h - 11h
 ITALIEN <i>perfectionnement</i>	9 octobre au 19 mars	10h - 12h
 AROMATHÉRAPIE	1 <sup>re</sup> session du 9 octobre au 8 janvier 2 <sup>e</sup> session du 12 mars au 18 juin	10h - 12h
 ITALIEN <i>débutants</i>	9 octobre au 19 mars	13h30 - 15h30
 PATRIMOINE	9 et 16 octobre 11 et 18 juin	13h30 - 17h30 journée
 ATELIER CULINAIRE Adultes (6 pers. max)	Session 1 : 9/10 - 6, 20/11 - 4, 18/12 Session 2 : calendrier précisé mi-décembre	13h30 - 15h
 ATELIER CULINAIRE Enfant (5 enfants max)	Session 1 : 9/10 - 6, 20/11 - 4, 18/12 Session 2 : calendrier précisé mi-décembre	15h30 - 17h
 ALIMENTATION - NUTRITION	6, 20/11 - 4, 18/12 - 8, 22/01 - 5, 26/02 - 12, 26/03	16h - 17h30
 INTERPRÉTATION DES RÊVES	9/10 - 6/11 - 4, 18/12 - 8/01 - 5/02 - 5/03 - 2/04 - 7/05 et 4/06	18h - 19h30
 HISTOIRE DE LA PENSÉE ÉCONOMIQUE	16 octobre, 13 novembre, 11 décembre	18h - 20h

## JEUDI

 ITALIEN intermédiaire A1 + A2	10 octobre au 20 mars	10h - 12h
✓ CLUB DES LECTEURS	2 <sup>e</sup> jeudi de chaque mois du 10/10 au 12/08	10h - 12h
 ANGLAIS pré-intermédiaire	10 octobre au 20 mars	10h - 12h
 PHILOSOPHIE	10 octobre au 12 décembre	14h - 16h
 ANGLAIS intermédiaire	10 octobre au 20 mars	14h - 16h
 MÉDITATION de pleine présence	9 janvier au 13 mars	16h - 17h30

## VENREDI

 ANGLAIS <i>faux débutant</i>	11 octobre au 21 mars	9h - 11h
 HISTOIRE DE LA LITTÉRATURE FÉMININE	22, 29 novembre et 6 décembre	10h - 12h
✓ CLUB GÉOPOLITIQUE	18/10- 29/11- 20/12- 31/01- 28/02- 07/03	11h - 13h
 GÉMMOTHÉRAPIE	11/10 - 8, 15, 22, 29/11 - 6, 13, 20/12	11h - 13h
 HISTOIRE-LITTÉRATURE	11 octobre au 6 décembre	14h30 - 16h
 BIOLOGIE VÉGÉTALE	17 au 24 janvier	14h30 - 16h30
✓ CLUB POÉSIE	15 novembre, 21 mars et 23 mai	14h - 16h



**UNIVERSITÉ DU TEMPS LIBRE Grand Briannonnais - Saison 2024-2025**

Madame <input type="checkbox"/> Monsieur <input type="checkbox"/>	
NOM :	PRÉNOM :
DATE DE NAISSANCE :	Actif <input type="checkbox"/> Retraité <input type="checkbox"/>
ADRESSE :	
TÉLÉPHONE PORTABLE :	
E-MAIL :	
Si non imposable, réduction de 30% sur les tarifs cours	<input type="checkbox"/>
<b>ADHÉSION 2024-2025 à l'UTL</b>	
Membre actif : 25 €	Membre UTL Embrun : 12.50 €
<i>Votre adhésion pour la saison vous permet d'assister à toutes les conférences gratuitement et de participer aux différents clubs.</i>	
<b>Intitulé du (des) module(s) choisi(s) - Coût en €</b>	
Adhésion et chaque cours par chèques séparés à l'ordre de UTL - GB.	
DATE :	SIGNATURE :
DONS / SOUTIENS : si vous souhaitez soutenir l'UTL sans vous inscrire à ses activités, vous pouvez prendre une simple adhésion (25€) ou lui adresser un don (un reçu à usage fiscal vous sera alors délivré). Merci à vous !	
UTILISATION DE DROIT À L'IMAGE lors d'éventuelles prises de vues lors de conférences, cours et autres événements relatifs à l'association UTL.	
Cochez la case retenue      OUI <input type="checkbox"/> NON <input type="checkbox"/>	

**Inscription** : aux forums des associations de Briannon et de l'Argentière-la-Bessée, à la journée portes ouvertes du 18 septembre de 16h à 19h, aux permanences à l'UTL du 19 au 25 septembre de 15h à 18h et le samedi 21 septembre de 10h à 13h ou bulletin et règlement à envoyer au **35 rue Pasteur - 05100 Briannon** ou à déposer dans notre boîte aux lettres UTL dans le bâtiment CSI (hall d'entrée à droite).

## L'UTL GB à votre disposition c'est :



Une boîte aux lettres à votre disposition dans nos locaux

**UTL 35 rue Pasteur  
05100 Briançon**

Sur notre site web, vous pouvez télécharger **le programme de la saison 2024-2025, le calendrier des conférences et le bulletin d'inscription.**



[www.utlbrianconnais.fr](http://www.utlbrianconnais.fr)



**UTL GB 05100**

N'hésitez pas à nous contacter



[utl.information@gmail.com](mailto:utl.information@gmail.com)



**07 45 10 91 35**

**NOUS LES REMERCIONS POUR LEUR CONTRIBUTION  
RÉSERVEZ-LEUR VOS ACHATS**

