

UJATL

PROGRAMME 2026 DES 2027 ACTIVITES

Université Angevine du Temps Libre

14, rue Pocquet de Livonnnières - Angers



après
45
ans



3100
adhérents

330
activités
au choix

450
bénévoles
à votre
service

INSCRIPTION EN LIGNE
sur **www.uatl-eca.fr**



du **11 mai** au **11 juin**
et
du **14 juillet** au **14 septembre**

UNIVERSITÉ ANGEVINE DU TEMPS LIBRE

14 rue Pocquet de Livonnières Angers 02 41 88 96 41 www.uatl-eca.fr





Mot du président



L'Université Angevine du Temps Libre (dite UATL) est une association culturelle et de loisirs réunissant **3 100 angevins de plus de 45 ans**, disposant de temps libre en journée, en semaine et hors vacances scolaires. Les adhérents choisissent l'UATL pour se cultiver, se distraire et garder la forme.

En proposant aux adhérents une **offre de 330 activités avec 8 000 places disponibles** toutes dispensées par des bénévoles érudits ou passionnés, notre association dispose de la plus importante offre de services de la région angevine.

En adhérant, vous pourrez, en plus des activités, bénéficier d'une **salle de convivialité**, d'une **bibliothèque** de 2300 ouvrages, d'un **bureau des voyages**, de **conférences hebdomadaires**, de visites « découverte », d'aide individuelle en numérique... sans oublier des **animations les après-midis pendant huit semaines de vacances scolaires**.

Vous pourrez aussi participer aux nombreux **événements** et moments festifs mis en place par la commission Festivités dont la Fête, un Festival de Théâtre, des concerts, un pique-nique sans oublier le Printemps des Poètes, les Journées Européennes du Patrimoine...

Pour cela, **l'UATL a besoin de vous** car toutes nos activités sont dispensées par des bénévoles avec le concours de trois salariés. Ce sont ainsi **450 bénévoles** qui se dépensent sans compter pour transmettre leurs savoirs ou passions ou encore pour vous accueillir, gérer la comptabilité, assurer la promotion, gérer l'association... N'hésitez pas à sauter le pas et à proposer vos services, il y aura toujours quelque chose à entreprendre ou à vous confier, vous serez les bienvenus.

Cette année, **les inscriptions sont ouvertes du 11 mai au 11 juin** pour la première session puis **du 14 juillet au 14 septembre** pour la seconde session. Celle-ci permet de modifier vos vœux et de vous inscrire à de nouvelles activités si des bénévoles en proposent. Enfin, sachez qu'on peut aussi adhérer à tout moment au cours de l'année car la moitié environ des ateliers dispose de places disponibles.

Nous vous attendons toutes et tous les après-midis à partir du **1er septembre** où l'accueil est ouvert, ou pour **les animations du 7 au 25 septembre** et au plus tard le **jeudi 1er octobre** pour la rentrée des activités.

Je vous souhaite à toutes et tous, au nom du conseil d'administration, un bel été en famille et avec vos amis puis une excellente année 2026/27 où vous pourrez pratiquer vos activités favorites.

Bien amicalement

Philippe BROIX
Président



Une soirée-débat sur l'engagement des seniors en clôture du programme des 50 ans, le 6 octobre 2026 au Centre des Congrès de 17 à 20h

Idéalement située pendant la semaine bleue qui a pour ambition de valoriser la place des aînés et les liens intergénérationnels dans la société française, coorganisée avec le Conseil de Développement Loire Angers et animée par Olivier Samain -journaliste et adhérent-, cette table ronde a pour objectif de faire réfléchir ensemble les acteurs concernés par le sujet (seniors, associations, collectivités territoriales).

Que deviendrait le territoire sans l'engagement des seniors ? Qu'en pensent les politiques ? Que faire pour le développer ? Quels partenariats entre les acteurs concernés ? Quelle place et quel rôle pour l'UATL dans les années à venir ?

Cela vous intéresse alors inscrivez-vous sur <https://forms.office.com/e/jCvk48j8hk>

Informations pratiques



Pour bénéficier des services de l'association, il faut être adhérent.

Le montant de la cotisation 2026-2027 est de 110€⁽¹⁾.

Les activités sont accessibles gratuitement. Chaque adhérent peut pratiquer jusqu'à 4 activités, auxquelles peuvent s'ajouter des activités ponctuelles, des conférences ou encore des activités bénévoles.

Pour certaines activités, une participation financière est demandée afin de couvrir les frais spécifiques (transports, fournitures, modèles ...)

(1) Nota : Un adhérent peut renoncer à son inscription, si cette demande est faite avant le 31 octobre 2026, le montant de sa cotisation lui est intégralement remboursée.

Les adhérents peuvent aussi se proposer comme bénévoles car sans cette participation active il ne peut y avoir d'UATL !

Le bénévolat est l'un des fondements de l'UATL (les statuts de l'association sont disponibles sur le site www.uatl-eca.fr).

L'association fonctionne grâce aux personnes bénévoles, initiateurs d'activités ou soutien dans les services. Vous pouvez rejoindre, à votre tour, les 450 bénévoles en vous faisant connaître auprès du Président (president@uatl-eca.fr), de la directrice (directrice@uatl-eca.fr) ou des bénévoles à l'accueil.

Accueil → Téléphone 02 41 88 96 41
 → Adresse : 14 rue Pocquet de Livonnières, 49100 ANGERS
 → A votre écoute tous les jours du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h (hors vacances scolaires)

Les bénévoles peuvent contribuer aux services suivants :

- Accueil, administration, trésorerie, comptabilité, atelier
- Animation d'activités, conférences, visites découverte
- Communication (magazine Contact, Flash Info, promotion UATL ...)
- Organisation des festivités
- Bureau des voyages
- Bibliothèque
- Récréage
- UATL filmée
- Informatique, Aidotique

Le service administratif de l'UATL assiste en permanence les bénévoles :

Directrice : **Isabelle FOUIN**
directrice@uatl-eca.fr
 Attaché adm. : **Sébastien CESBRON**
administratif@uatl-eca.fr
 Régisseur : **Denis LAMBALLAIS**
regisseur@uatl-eca.fr

Retrouvez la description détaillée de ces services en pages 74 et 75, chapitre « LES SERVICES DE L'UATL ».

Jauges des salles

Salles 101 120 201 224 314 317 308 : 18 places

Salles 122 228 : 20 places

Salle 137 138 235 322 : 24 places

Salle 131 : 50 places

Salle 208 : 86 places

Salle reliure – dorure : 10 places

Salle informatique 320 : 16 places

Salle informatique 330 : 9 places

Rédaction : Isabelle FOUIN et Sébastien CESBRON / Mise en page : Sylvie BONAMY

Maquette Couverture et 4^{ème} de couverture : François LECHEVALLIER

Illustrations : œuvres produites dans les activités artistiques de l'UATL, exposition Curnonsky d'avril 2026

Vœux d'activités

Bien faire son choix ...



Comme tous les ans, vous allez vous interroger pour savoir comment classer vos vœux avec le maximum de chance de les voir exaucés. Nous vous expliquons le plus simplement possible le mode de fonctionnement du tri informatique des vœux pour que vous puissiez l'approivoiser.

En raison d'une forte demande pour certaines activités et du nombre limité de places disponibles, nous ne serons pas en mesure de répondre positivement à tous vos choix.

Le tri informatique des vœux (TIV)

Le tri informatique des vœux se fait après la fin de chaque période ; la date de formulation du vœu n'a donc pas d'impact sur le tri. Les vœux sont tous triés le même jour. 30% des places disponibles dans les activités sont réservées aux adhérents bénévoles, 55% aux adhérents actuels et 15% aux nouveaux adhérents. Lorsqu'une activité a été refusée l'année précédente, un bonus est attribué l'année suivante à une demande dans cette même activité.

Comment exprimer mes vœux ?

Certaines activités sont très demandées et d'autres moins. Quelques conseils vous seront utiles pour satisfaire vos vœux au mieux.

Pour cela, on vous invite à tenir compte des 3 critères explicités ci-dessous : N P P !!!

N c'est le Nombre de Vœux

Vous pouvez émettre jusqu'à 6 vœux ; 4 vœux maximum peuvent être retenus. **Nous vous conseillons d'en formuler 2 au minimum.**

P c'est la Pression sur une activité

C'est le rapport entre le nombre de demandes formulées et le nombre de places disponibles. Certaines activités sont très demandées. Nous vous recommandons de bien considérer la pression (indiquée à côté de l'activité lors de votre formulation de vœu) lors de votre choix.

Par exemple, pour une activité disposant de 20 places et s'il y a 20 demandes, la pression est de 100% et s'il y a 40 demandes, la pression est de 200%, etc.

Si la pression est inférieure à 100%, c'est qu'il reste encore des places disponibles. Nous vous recommandons de surveiller la pression des activités choisies qui va évoluer au fur et à mesure du déroulement des inscriptions. Il est donc conseillé de regarder sa page adhérent avant la fin de la période de formulation des vœux pour modifier éventuellement ses choix.

P c'est la priorité de chaque vœu

L'ordre de formulation des vœux est très important. Pour une activité à cycle, l'accession à l'année supérieure est automatique ; elle sera triée en priorité 1, même si elle est indiquée en priorité différente dans l'ordre des vœux exprimés. **Un vœu unique en juin pourrait ne pas être satisfait.**

Quand m'inscrire et émettre mes vœux ?

Il existe deux périodes de formulation des vœux : vous pouvez vous inscrire **du 11 mai au 11 juin** et **du 14 juillet au 14 septembre 2026.**

Pour chaque activité sollicitée, l'adhérent reçoit par mail le résultat du tri informatique à savoir : accepté, liste d'attente (liée aux désistements éventuels) ou refusé. Les vœux retenus en juin ne sont pas remis en cause en septembre. En revanche, chaque adhérent qui a formulé des vœux en juin peut les modifier en septembre. Plus tard, si un adhérent ne souhaite plus participer à une activité à laquelle il a été inscrit, il doit le signaler à l'accueil de l'UATL ou par mail uatl@uatl-eca.fr, afin de libérer la place pour un autre adhérent.

Rappelez-vous : N P P

Sommaire



Le mot du Président _____	3
Informations pratiques _____	4
Vœux d'activités : Bien faire son choix _____	5
Sommaire _____	6

Activités par thème :

Langues

Page **7**

Lettres

Page **13**

Sciences humaines

Page **19**

Informatique

Page **27**

Sciences

Page **33**

Arts et danses

Page **39**

Artisanat

Page **49**

Activités physiques

Page **55**

Jeux

Page **68**

Activités ponctuelles

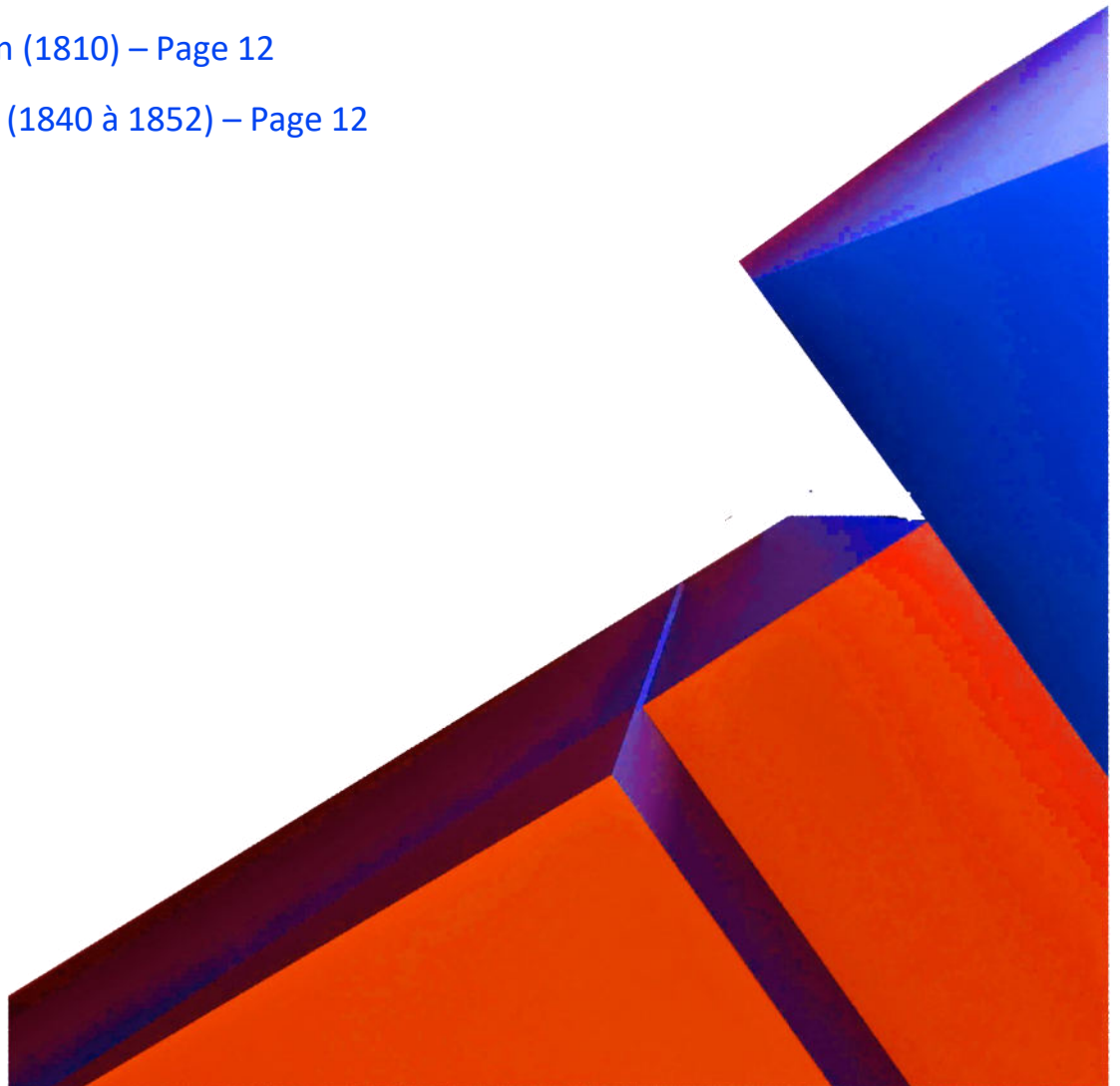
Page **72**

Les services de l'UATL _____	74
Administration _____	74
Animation et culture _____	74
Communication _____	75

LANGUES

36 activités

- Anglais (1010 à 1180) – Page 8
- Allemand (1310 à 1350) – Page 9
- Espagnol (1420 à 1492) – Page 9
- Italien (1600 à 1620) – Page 10
- Latin (1700) – Page 11
- Grec ancien (1710 et 1730) – Page 11
- Breton (1810) – Page 12
- Russe (1840 à 1852) – Page 12



1010 ▪ Conversation anglaise B2/C1

Animée par Yasmina NOUAR

Les 1er et 3ème mercredis du mois de 10h45 à 11h45

Salle 201

Niveau : intermédiaire et niveau avancé B2/C1

- *Conversation anglaise sur des sujets d'actualité avec ou sans support. Petits rappels de grammaire. Programme identique à l'activité 1015.*

1030 ▪ Anglais avancé B1, B2/C1 - 2ème année

Animée par Jean-Max TEISSIER

Mardi de 16h15 à 17h45

Salle 138

Niveau : bonne maîtrise de la langue anglaise à l'oral comme à l'écrit. Niveau B1, B2 ou C1

- *Cette activité s'adresse à des adhérents souhaitant améliorer leur capacité à communiquer en anglais grâce à des exercices, à des discussions entre participants et avec l'animateur, à l'acquisition de vocabulaire, à l'étude de textes et à l'écoute d'enregistrements liés à l'actualité.*

1041 ▪ Anglais - grammaire

Animée par Noëlle MASSA GAUDIN

Les 2ème, 3ème, 4ème et 5ème mardis du mois de 11h à 12h

Salle 317

Niveau : bon à avancé B2/C1

NOUVEAU

- *Approche des interférences grammaticales entre le français et l'anglais avec applications systématiques principalement sous forme de thème. Activité en 18 séances le mardi, sauf le 1^{er} mardi du mois.*

1043 ▪ Anglais - compréhension orale

Animée par Noëlle MASSA GAUDIN

Jeudi de 11h à 12h

Salle 317

Niveau : B - avoir suivi les activités 1040 et 1042

- *Activité en 22 séances à partir d'octobre 2026. Le cours s'appuie sur l'aspect oral de la langue anglaise - et quelques unes de ses variantes - tel que vu dans les activités 1040 et 1042 pour en améliorer la compréhension orale, au travers de supports variés. Avec implications grammaticales et communicatives.*

1015 ▪ Conversation anglaise B2/C1

Animée par Yasmina NOUAR

Les 2ème et 4ème mercredis du mois de 10h45 à 11h45

Salle 201

Niveau : intermédiaire et niveau avancé B2/C1

- *Conversation anglaise sur des sujets d'actualité avec ou sans support. Petits rappels de grammaire. Programme identique à l'activité 1010.*

1040 ▪ Anglais prononciation - niveau 2

Animée par Noëlle MASSA GAUDIN

Jeudi de 9h à 10h

Salle 317

Niveau : B - ayant suivi l'activité 1042 auparavant

- *Activité en 22 séances à partir d'octobre 2026. Approche pratique des éléments segmentaux de l'anglais oral faisant suite aux aspects abordés en niveau 1. Avec implications grammaticales et communicatives.*

1042 ▪ Anglais prononciation - niveau 1

Animée par Noëlle MASSA GAUDIN

Jeudi de 10h à 11h

Salle 317

Niveau : B - tous sauf débutant

- *Activité en 22 séances à partir d'octobre 2026. Présentation des difficultés de prononciation en anglais standard britannique et exercices d'entraînement (rythme et intonation). Avec implications grammaticales et communicatives.*

1122 ▪ Anglais intermédiaire - B1

Animée par Jeff BALL

Mardi de 9h15 à 10h30

Salle 314

Niveau : B1 - intermédiaire

- *Le cours est composé d'activités en anglais en petits groupes ce qui permet à chacun(e) de participer pleinement. Les activités sont très variées et souvent ludiques. L'objectif est de développer la confiance orale des participants. Il s'agit de "Task Based Learning" (apprentissage des langues basé sur la tâche).*



1124 ▪ Podcasts et activités en anglais - B2

Animée par Jeff BALL
Mardi de 10h50 à 12h
Salle 314
Niveau : B2

- *Ce cours est composé de podcasts et activités : avant le cours, le participant écoute un court podcast et, si nécessaire, en lit la transcription. Durant le cours, on en discute ensemble. Activités très variées et souvent ludiques. Organisées en petits groupes, où chacun(e) peut participer pleinement.*

1310 ▪ Allemand débutant 2ème année - A1

Animée par Jocelyne GRANDJEAN
Mercredi de 14h45 à 15h45
Salle 235
Niveau : avoir suivi la 1ère année en 2025/2026

- *Continuité du programme. Acquérir les bases grammaticales et lexicales. Être capable de s'exprimer et réagir dans des situations de la vie quotidienne (par thématiques).*

1320 ▪ Allemand échanges et débat - A2/B1

Animée par Brigitte DUBOIS
Vendredi de 10h40 à 12h
Salle 122
Niveau : A2/B1

- *Echanges et débat en allemand sur des thèmes d'actualité, politique, culturelle, sociétale... Améliorer la compréhension orale et écrite en s'intéressant à la société allemande contemporaine, les courants d'idées et débats qui la traversent, les traditions, la culture. Approfondir la qualité de l'expression orale et/ou écrite par des exercices en lien avec les intentions de communication.*

1420 ▪ Espagnol A1 - débutant 3ème année

Animée par Martine CARRE
Lundi de 9h30 à 10h30
Salle 138
Niveau : avoir suivi l'activité 1420 en 2025/2026

- *Suite des apprentissages de la deuxième année : sons, verbes, syntaxe. Supports variés pour apprendre et la langue et la culture espagnole. Motivation demandée ainsi que l'engagement à mémoriser et travailler pour progresser.*

1180 ▪ Anglais littérature - B2/C1

Animée par Kenneth THOMAS
Les 1er et 3ème mardis du mois de 10h35 à 12h
Salle 228

Niveau : un bon niveau de compréhension de l'écrit et d'expression orale. Ce cours est réservé aux personnes l'ayant suivi en 2025/2026

- *Il ne s'agit en aucun cas de cours magistraux, mais, plutôt, d'échanges informels (exclusivement en Anglais) autour de nouvelles sélectionnées du recueil intitulé "Stories Of Ourselves, Volume 2", publié par Cambridge University Press (ISBN 978 - 1 - 108 - 43619 - 9). Il sera demandé aux participants de se procurer cet ouvrage pour la rentrée.*

1311 ▪ Allemand débutant 3ème année - A1

Animée par Jocelyne GRANDJEAN
Mercredi de 15h45 à 16h45
Salle 235

Niveau : avoir suivi la 2ème année en 2025/2026

- *Réactivation rapide du déjà vu. Progression avec davantage d'autonomie, davantage d'efforts à l'oral. Etude de quelques textes littéraires, articles de presse et des poésies.*

1350 ▪ Allemand conversation - B2/C1

Animée par Doris BRUNTSCHWIG
Les 2ème et 4ème mardis du mois de 14h à 15h50
Salle 138
Niveau : confirmé - B2/C1

- *Acquérir de l'aisance à l'oral en commentant les actualités des pays germanophones vues par la télévision et les journaux allemands.*

1440 ▪ Espagnol pour le plaisir - A2 B1

Animée par Martine CARRE
Lundi de 10h30 à 11h30
Salle 138
Niveau : être autonome dans la langue - de A2 à B1

- *Cours "multitout" : divers supports, toutes thématiques, toutes révisions des essentiels de la langue pour entretenir son niveau (vocabulaire, grammaire, conjugaisons). Cours composé ensemble selon les besoins et les attentes du groupe tout au long de l'année.*

1450 ▪ Espagnol conversation "Tertulia" niveau 1

Animée par Michèle VERSINI

Jeudi de 14h à 15h

Salle 122

Niveau : avoir suivi l'activité 1450 en 2025-2026 ou pouvoir comprendre et s'exprimer

- *S'écouter, réagir et converser en petit groupe. Les thèmes et documents seront proposés et/ou choisis par les participants et l'animatrice.*

1480 ▪ Espagnol intermédiaire 3ème année - B1

Animée par Margaret BLOT

Mardi de 10h40 à 12h

Salle 122

Niveau : avoir suivi le cycle 1 les années précédentes

- *Comprendre, lire et s'exprimer pour améliorer le niveau des participants afin de leur permettre une plus grande aisance en Espagnol par le biais de textes courts écoutés en classe, de lecture de sujets variés, de révision de grammaire et de vocabulaire. Un bon niveau est nécessaire afin de profiter pleinement du cours dans la convivialité.*

1490 ▪ Espagnol débutant 2ème année - A2

Animée par Martine BAEZA

Mardi de 14h15 à 15h45

Salle 317

Niveau : avoir suivi l'activité 1489 en 2025/2026 ou niveau A1+

- *Acquérir les bases de grammaire, conjugaison et en vocabulaire pour comprendre et s'exprimer à l'oral dans des situations courantes de la vie quotidienne, lors d'un séjour touristique dans un pays hispanophone.*

1492 ▪ Espagnol intermédiaire - A2+

Animée par Martine BAEZA

Jeudi de 16h à 17h30

Salle 317

Niveau : avoir suivi l'activité 1491 en 2025/2026 ou niveau A2

- *Consolidation de tout ce qui a été abordé en conjugaison, en grammaire et en vocabulaire les années précédentes, pour aborder des thèmes culturels très divers à travers des textes, des vidéos, des enregistrements et des activités ludiques en mettant l'accent sur la prise de parole.*

1460 ▪ Espagnol conversation "Tertulia" niveau 2

Animée par Michèle VERSINI

Jeudi de 15h30 à 16h30

Salle 122

Niveau : avoir suivi l'activité 1460 en 2025-2026 ou être capable de comprendre et s'exprimer

- *Echanger et réagir sur des thèmes variés, proposés et choisis avec les participants. Se parler pour conserver et améliorer son espagnol.*

1489 ▪ Espagnol débutant 1ère année - A1

Animée par Martine BAEZA

Jeudi de 14h15 à 15h45

Salle 317

Niveau : vrais débutants/faux débutants, voulant reprendre les bases à zéro

- *Acquérir les bases en grammaire, conjugaison et en vocabulaire pour comprendre et s'exprimer à l'oral dans des situations courantes de la vie quotidienne, lors d'un séjour touristique dans un pays hispanophone.*

1491 ▪ Espagnol débutant 3ème année - A2

Animée par Martine BAEZA

Mardi de 16h à 17h30

Salle 317

Niveau : avoir suivi l'activité 1490 en 2025/2026 ou niveau A2

- *3ème année d'un cycle de 3 ans. Comprendre et s'exprimer à l'oral dans des situations courantes de la vie quotidienne, lors d'un séjour touristique dans un pays hispanophone.*

Assistant : José BAEZA

1600 ▪ Italiano via Zoom - B2

Animée par Patricia LORENZINI

Jeudi de 14h à 15h20

Activité en visioconférence

Niveau : B2

- *Activité en visioconférence à partir du domicile des participants. Acquérir de l'aisance à l'oral en discutant avec les habitants d'un village de Toscane, découvrir à l'aide de textes et de vidéos la culture et l'état d'esprit des Italiens.*

Assistante: Doris BRUNSCHWIG

Participation spécifique : 14 €

1601 ■ Italiano via Zoom - A2/B1

Animée par Patricia LORENZINI
 Jeudi de 15h30 à 16h50
 Activité en visioconférence
 Niveau : A2/B1

- *Activité en visioconférence à partir du domicile des participants. Découverte de la culture et du savoir-vivre italien à l'aide de petits textes. Rappel de points de grammaire essentiels. De courts exposés permettront d'approfondir les sujets traités et de progresser à l'oral.*

Assistante: Doris BRUNTSCHWIG

Participation spécifique : 14 €

1610 ■ Italien - débutant 3ème année

Animée par José GRANRY
 Jeudi de 11h à 12h
 Salle 138
 Niveau : débutant 3ème année du cycle
 (prioritairement réservé aux adhérents ayant suivi la deuxième année)

- *Approfondissement des éléments de grammaire acquis en 2ème année. Enrichissement du vocabulaire, lecture, traduction de textes et conversation courante, à partir de thèmes d'actualité.*

1700 ■ Latin

Animée par Geneviève MARIONNEAU
 Les 1er et 3ème mercredis du mois de 10h à 11h30
 Archives Départementales, 106 rue de Frémur à Angers
 Niveau : avoir fait un minimum d'initiation au latin

- *Il s'agit d'étudier la langue latine en vue de sa traduction au travers des textes antiques servant de support à une approche des différents aspects historiques (littérature, civilisation, société etc.). Ces textes sont choisis pour explorer un thème général suivi au long de l'année. Des parcours iconographiques et une observation de l'actualité archéologique peuvent venir appuyer et illustrer l'activité.*

Assistant : Jean-Michel CAUNEAU

1710 ■ Grec Ancien

Animée par Dominique LARTIGAUD
 Jeudi de 14h30 à 16h30
 Salle 138
 Niveau : confirmé ou reprise après pratique antérieure

- *Etude de textes de la littérature grecque de l'Antiquité : Traduction, commentaires. Travail sur la langue.*

1605 ■ Italien - débutant

Animée par Karine BRIDE
 Mercredi de 14h à 15h30
 Salle 228
 Niveau : débutant

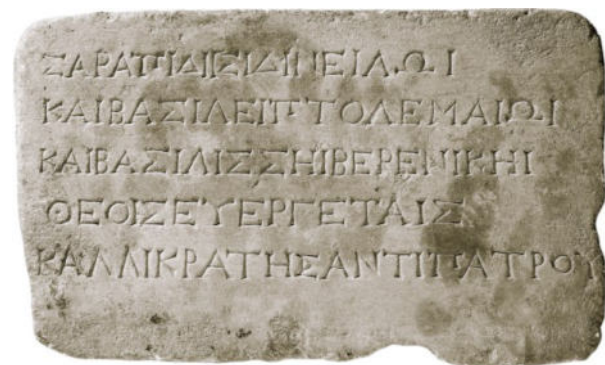
NOUVEAU

- *Dans l'objectif de préparer un voyage, connaître de nouvelles personnes et découvrir une langue et tout un patrimoine.*

1620 ■ Italien - intermédiaire 2ème année

Animée par José GRANRY
 Vendredi de 11h à 12h
 Salle 137
 Niveau : réservé aux adhérents ayant suivi le cycle niveau débutant

- *Révision des acquis grammaticaux, perfectionnement au niveau lexical et de l'expression orale, à partir de textes et d'articles de presse.*

**1730 ■ Grec ancien**

Animée par Claudine POULET
 Les 1er et 3ème jeudis du mois de 10h30 à 12h
 Salle 314
 Niveau : confirmé

NOUVEAU

- *Lecture de textes originaux de la littérature grecque ancienne : traduction, analyse, histoire littéraire, contextualisation historique.*

1810 ▪ Breton

Animée par Gildas CABON

Mercredi de 9h à 10h15

Salle 137

Niveau : ouvert à tous

- *Cette activité s'adresse à ceux qui ont autrefois entendu ou pratiqué la langue bretonne ou à des débutants motivés. En nous appuyant sur l'actualité ou les souvenirs de la vie d'autrefois, sur les compétences de chacun ou leurs questionnements, sur des textes variés écrits ou enregistrés, dans un climat convivial, nous enrichissons ensemble notre vocabulaire et nous abordons des points essentiels de grammaire, tout en découvrant plusieurs aspects de la culture bretonne. A ceux qui souhaitent progresser dans la pratique orale ou écrite, nous suggérons des ressources pédagogiques complémentaires.*

Assistantes : Yvette DENIS et Annie LE TYRANT

1840 ▪ Russe - approfondissement

Animée par Christine PEYRONIE

Jeudi de 14h à 15h25

Salle 235

Niveau : au moins 3 ans d'étude du russe

- *Cette activité se propose d'approfondir la connaissance et la compréhension de la langue, du mode de vie, de la culture et de l'histoire russe. C'est particulièrement important dans la situation tragique de la guerre en Ukraine. Cela se fera par l'étude de documents et supports variés : textes, films, blogs, chansons, poésie, etc...*

1851 ▪ Russe - conversation - russe pratique

Animée par Margarita GURDJIEFF

Mercredi de 10h40 à 12h

Salle 228

Niveau : avoir suivi l'activité 1851 en 2025/2026

- *Groupe destiné aux adhérents souhaitant pratiquer la communication orale dans des situations de la vie quotidienne et de voyage. Visionnage de courts extraits de films suivi d'une discussion. Chant avec analyse des paroles et du vocabulaire. Lecture et discussion de courts poèmes. Ces activités aident à développer la compréhension orale.*

1850 ▪ Russe - intermédiaire - fin du cycle

Animée par Margarita GURDJIEFF

Mercredi de 9h à 10h20

Salle 228

Niveau : avoir suivi précédemment le cycle Russe avancé

- *Groupe poursuivant l'apprentissage de la langue russe au niveau intermédiaire avec un travail approfondi de la grammaire et la communication. Exploration de la culture russe à travers chansons, poésie et textes d'auteurs.*

1852 ▪ Russe intermédiaire - début de cycle

Animée par Margarita GURDJIEFF

Mercredi de 15h45 à 17h15

Salle 228

Niveau : avoir suivi l'activité 1852 en 2025/2026

- *Groupe commençant l'apprentissage de la langue russe au niveau intermédiaire. Découverte de la Russie en chansons et poèmes pour s'amuser et apprendre.*



LETTRES

22 activités

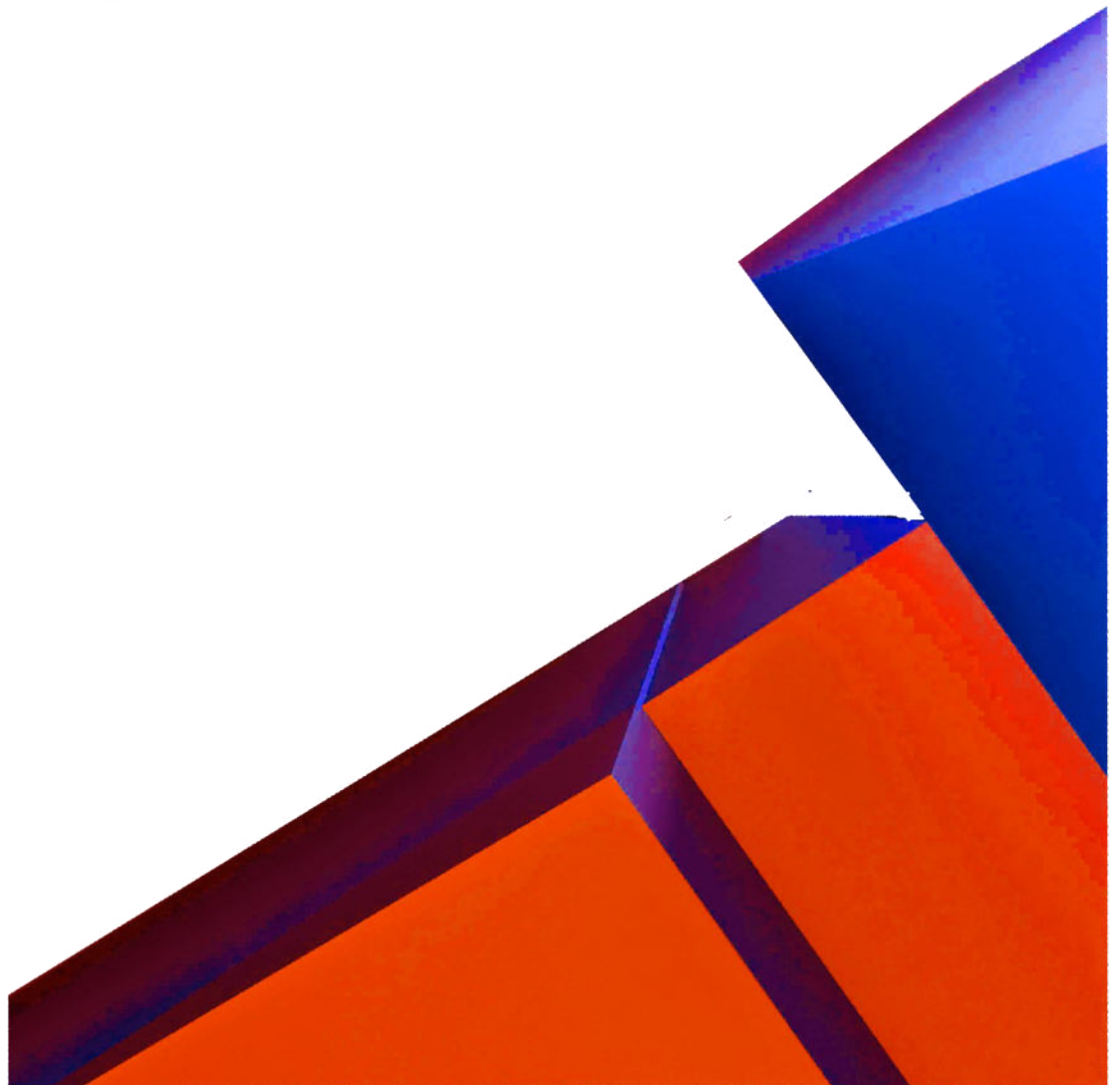
Ecrire

Conter

Lire

Conjuguer

...



2020 ■ Petite(s) Histoire(s) des Grands Prix Littéraires

Animée par Joël GLAZIOU

Le 2ème jeudi du mois de 9h à 10h30

Salle 137

Niveau : ouvert à tous

- *Histoire de découvrir ce qui se cache depuis plus d'un siècle derrière les prix qui chaque année agitent le petit monde littéraire des auteurs, des éditeurs, des lecteurs, des journalistes. Histoire aussi de montrer les fonctionnements et les dysfonctionnements des prix ainsi que l'envers de la médaille : scandales et ratages, primés et déprimés, oubliés...*

2026 ■ Cour(t)s toujours !

Animée par Joël GLAZIOU

Le 1er jeudi du mois de 9h à 10h30

Salle 137

Niveau : ouvert à tous

NOUVEAU

- *Faire cour(t)s... entre l'inventaire des formes brèves et l'atelier d'écriture. Dans un premier temps, ce cours ouvert à tous les amateurs de genres courts (de la nouvelle à la micro-nouvelle jusqu'à haïku ... en passant par les brèves de comptoirs, les épitaphes, les slogans publicitaires ou politiques...etc) qui courent depuis des siècles dans toutes les cultures. Dans un second temps, chacun est invité et incité à écrire des textes courts sur des modèles proposés puis éventuellement à les lire, les échanger et les commenter.*

2034 ■ Correspondances d'écrivains

Animée par Thierry JOFFREDO

Le 1er mardi du mois de 10h30 à 12h

Salle 137

Niveau : ouvert à tous

NOUVEAU

- *Atelier dédié à l'étude de la correspondance d'une douzaine d'écrivains et poètes - essentiellement français - des XIX^{ème} et XX^{ème} siècles ; sujets aussi variés que la valeur marchande des inédits, les difficultés de la publication, les lieux d'écriture des lettres, la civilité épistolaire, l'amitié, l'amour et l'érotisme, la gourmandise, la guerre, la relation avec les éditeurs. Une place importante est laissée à l'échange et à des exercices ludiques autour de "lettres mystères" manuscrites.*

2025 ■ Dialogues Littératures/Peintures

Animée par Joël GLAZIOU

Le 3ème jeudi du mois de 9h à 10h30

Salle 137

Niveau : ouvert à tous

- *Quels liens littérature et peinture entretiennent-ils ? L'analyse historique, des origines à nos jours, est complexe pour dire si l'une précède l'autre. Si dans certains cas, la peinture sert de pré-textes (comme dans les romans et nouvelles tirés des tableaux d'E. HOPPER) la littérature peut être un réservoir inépuisable d'images (comme dans les illustrations des mythes, de la Bible et des romans classiques). Enfin les mots et les images se répondent souvent : ne serait-ce que dans les titres et les légendes, chez MAGRITTE notamment, ou encore lorsque CENDRARS, CHAR et REVERDY échangent avec S.DELAUNAY, ZAO WOU-KI et PICASSO.*

2031 ■ Histoire littéraire

Animée par Claudine POULET

Les 2ème et 4ème mercredis du mois de 9h à 10h30

Salle 131

Niveau : ouvert à tous

NOUVEAU

- *Se réappropriier l'histoire littéraire française du Moyen-âge jusqu'aux années 1950, relier les oeuvres à leur contexte d'écriture, revisiter les mouvements littéraires, relire les textes à la lumière de cette culture, mais aussi se faire plaisir à retrouver les auteurs patrimoniaux et redonner leur place aux femmes écrivains.*

2040 ■ Ecriture ludique

Animée par Jean BROSSET

Les 2ème et 4ème mardis du mois de 9h30 à 12h

Salle 228

Niveau : ouvert à tous. Possibilité aux postulants d'envoyer les textes par e-mail.

- *Ces exercices sous contraintes viennent stimuler la créativité en obligeant le rédacteur à réaliser son texte en un temps très court. Très vite les participants se plient au jeu des contraintes qui deviennent des béquilles pour construire leur copie. Récréatif, amusant, divertissant, notre démarche s'inscrit dans la droite ligne du mouvement "Oulipien", initié par Raymond Queneau, Georges Perec. Les textes sont lus dans la foulée puis envoyés par e-mails tels quels, ou améliorés, à chacun des intervenants. De ces exercices spontanés, rapides, jaillit parfois, pour le plaisir de tous, par le seul déplacement de la plume sur la page, une prose flamboyante.*

Assistants : Eliane DELCOL, Philippe CAMADRO et Dominique PETIT

2045 ■ Atelier d'écriture

Animée par Henri POIZAT

Les 2ème et 4ème jeudis du mois de 16h à 17h45

Salle 314

Niveau : ouvert à tous

- *L'atelier est ludique et émotionnel. Il s'agit de libérer le stylo ! Nous démarrons par des petits jeux d'écriture puis écrivons plus longuement à partir d'un inducteur. Chacun est libre de lire ou non son texte. Confidentialité et bienveillance sont garanties.*

2050 ■ Ecriture poétique

Animée par Annick DANDEVILLE

Les 1er et 3ème lundis du mois de 14h à 16h30

Salle 314

Niveau : ouvert à tous

- *Des textes sont écrits en séance à partir de départs donnés par l'animatrice et sont lus. Ils sont ensuite réécrits ou écrits à domicile. Les textes définitifs sont envoyés à tous par internet pour être lus et commentés au début de chaque atelier.*

2062 ■ Gourmandises littéraires

Animée par Catherine MESNIL

Les 1er et 3ème mercredis du mois de 10h35 à 12h

Salle 122

Niveau : ouvert à tous les amoureux des livres

- *Pour savourer nos lectures préférées, partager nos coups de coeur littéraires, se donner les uns aux autres l'irrésistible envie d'y goûter, se délecter à la perspective d'en découvrir d'autres ... Des échanges placés sous le signe de la convivialité et fondés sur une approche sensible des livres et respectueuse de la parole de chacun.*

Assistante : Brigitte CHARRAUDEAU

2047 ■ Atelier d'écriture : Plumes en scène

Animée par Valérie AUBIN MANQUEST

Les 1er et 3ème jeudis du mois de 14h à 16h

Salle 314

Niveau : ouvert à tous

- *Donner vie à nos propres textes : créer collectivement ou individuellement des pièces originales, adaptées à nos envies, à nos comédiens et à nos publics. Les pièces créées dans ce cadre seraient mises à disposition de l'ensemble des ateliers théâtre de l'UATL qui souhaiteraient les travailler. Nous pourrions également envisager un fonctionnement en "aller-retour" : les ateliers pourraient soumettre des idées de thèmes, de situations ou de personnages, que l'atelier d'écriture se chargerait de développer.*

2060 ■ Atelier d'écriture

Animée par Jocelyne RENOUE

Les 2ème, 4ème et 5ème jeudis du mois de 9h à 12h

Salle 122

Niveau : ouvert à tous

- *On partage le plaisir d'écrire. A partir d'incitations diverses, on rédige chez soi des textes courts basés sur des éléments réels ou fictifs. Envoyés par e-mail, ils seront lus et analysés collectivement en atelier. Chacun progresse à son rythme.*

Assistante : Monique GERMAIN-RONSARD

2066 ■ Lexies et facéties

Animée par Marie-Hélène ROCHAIS

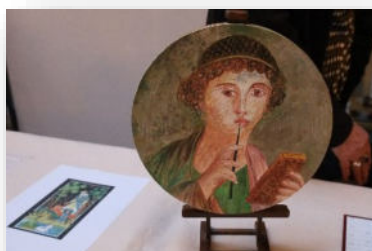
Le 2ème mardi du mois de 14h à 16h

Salle 131

Niveau : confirmé à expert

- *Vous êtes un crack en orthographe, vous aimez vous froter aux exceptions et aux curiosités de la langue française ? Venez sourire de vos erreurs dans une atmosphère studieuse et sympathique, grâce à un texte ludique. La dictée se présente sous la forme d'un texte logique, le plus souvent humoristique.*

Assistante : Jacqueline COMBREAU



2070 ■ L'art de conter - 1er cycle

Animée par Nicolas GARNIER

Les 2^{ème} et 4^{ème} mercredis du mois de 14h à 17h

Salle 229

Niveau : débutant

- *Découvrez l'art de conter ; des contes de la tradition, mais aussi des nouvelles, des poésies, des histoires drôles. Un travail basé sur l'improvisation et non l'apprentissage de texte. Cet atelier demande un réel investissement personnel, un peu comme un atelier théâtre. La formation est décomposée en deux ateliers, N°2070 : années 1 et 2, N° 2071 : années suivantes.*

Assistants : Pierre CHICOTEAU et Yves MORIN

2071 ■ Plaisir de conter - 2ème cycle

Animée par Nicole PELTIER

Les 1^{er} et 3^{ème} mercredis du mois de 14h30 à 17h

Salle 308

Niveau : atelier ouvert à toutes les personnes ayant suivi l'atelier 2070 pendant 2 ans

- *Cette activité est aussi ouverte aux personnes qui ont pratiqué les contes dans d'autres structures. Il permet d'approfondir le travail sur l'oralité des contes pour préparer des spectacles et des interventions à l'extérieur de l'UATL : Ehpad, foyer logement etc.*

Assistante : Elisabeth AMOUROUX

2080 ■ Habiter sa parole : le plaisir de dire - octobre 2026 à janvier 2027

Animée par Jan OLSZEWSKI

Le 1er lundi du mois de 9h30 à 12h

Salle 308

Niveau : ouvert à tous

NOUVEAU

- *Une séance par mois d'octobre 2026 à janvier 2027. La parole ne se résume pas à bien parler. Elle commence par être présent à ce que l'on dit. Cet atelier propose quelques expériences simples pour retrouver le plaisir de dire, d'écouter et de partager une parole personnelle. Il ne s'agit pas d'apprendre une technique d'éloquence, mais de redécouvrir une parole vivante. Programme identique à l'activité 2081.*

2081 ■ Habiter sa parole : le plaisir de dire - février à juin 2027

Animée par Jan OLSZEWSKI

Le 1er lundi du mois de 9h30 à 12h

Salle 308

Niveau : ouvert à tous

NOUVEAU

- *Une séance par mois de février à juin 2027. Programme identique à l'activité 2080.*

2090 ■ Cercle de lecture

Animée par Jean-Marc VIAU

Les 1er et 2ème lundis du mois de 14h à 15h45

Salle 208

Niveau : ouvert à tous

- *Le cercle de lecture, ouvert à tous, permet aux adhérents inscrits de choisir dans leurs lectures ou dans les ouvrages ou romans issus de magazines ou de prix littéraires un livre à présenter lors d'une des deux réunions mensuelles. La présentation, outre la biographie et bibliographie de l'auteur, se focalise sur les thèmes, situations et personnages de l'ouvrage. Les participants interviennent pour poser des questions ou donner leurs propres analyses. Il s'agit alors d'une discussion interactive. Objectif : que les personnes présentes puissent découvrir des nouveautés, faire part de leurs avis et analyses et ainsi enrichir le débat.*

Assistante : Monique VIMONT

2100 ■ Lire, écrire, se divertir

Animée par Annick DANDEVILLE

Les 1er et 3ème jeudis du mois de 9h à 12h

Salle 122

Niveau : ouvert à tous

- *Ecrire chez soi, à partir de départs donnés. Les textes envoyés à tous les participants sont lus et commentés en réunion.*

Assistants : Catherine ALIX et Jean-Baptiste de la BRETEQUE

2140 ■ Grammaire, orthographe, conjugaison

Animée par Martine LEMERCIER-GRANRY

Mardi de 15h à 16h

Salle 201

Niveau : collège, lycée, voire plus

- *Se réappropriier notre langue française à partir d'une étude simple mais approfondie des règles de grammaire, orthographe, conjugaison... (exercices, dictées d'écrivains, de Bruno Dewaele (champion du monde d'orthographe), analyse grammaticale et logique, poésies, compréhension de textes, procédés de style, nouvelle terminologie. Un moment riche en échanges, à la redécouverte de ses connaissances, le tout saupoudré de bonne humeur où toute énigme sera expliquée.*

2152 ■ Mythes et sagesses de l'Antiquité

Animée par Catherine MESNIL

Les 2ème et 4ème mercredis du mois de 10h30 à 12h

Salle 122

Niveau : débutant latin/grec ou ayant suivi l'activité

2150 en 2025/2026

NOUVEAU

- *Entre mythologie et philosophie, nous explorerons la manière dont Grecs et Romains pensaient la mort et l'au-delà. Une plongée dans des textes fondateurs qui continuent de nourrir notre langue, notre culture et éclairent notre regard sur la vie.*

2150 ■ Langue et culture de l'Antiquité

Animée par Catherine MESNIL

Les 1er et 3ème mercredis du mois de 9h à 10h25

Salle 122

Niveau : débutant en grec et latin

- *L'héritage linguistique et culturel légué par l'Antiquité gréco-romaine est bien vivant. L'activité permettra de s'initier au grec et au latin, d'explorer leurs liens avec notre langue mais surtout de découvrir combien les textes antiques nourrissent notre propre culture et font écho à nos préoccupations. Thème de l'année : Catastrophes naturelles, entre mythes et réalités.*

2360 ■ La mosaïque de l'existence

Animée par André VANHECKE

Les 1er et 3ème mardi du mois de 14h à 15h30

Salle 314

Niveau : ouvert à tous

- *Ecrire son récit de vie, celui d'une personne proche, d'une personne imaginaire. Raconter étape de vie par étape de vie. On écrit chez soi. L'atelier est un temps de lecture, de partage d'extraits achevés. Une charte de socialisation (confiance, bienveillance, respect) sera signée par les participants.*





SCIENCES HUMAINES

45 activités

Cinéma (3700 et 3702)

Géopolitique (3880 à 3902)

Généalogie (3850 à 3860)

Histoire (3020 à 3180, 3410 et 3430, 3570, 3580, 3710, 3720)

Linguistique (3971)

Psychologie (3370 et 3372)

Religion (3450 à 3560)

Sciences politiques (3940 à 3960)

Sociologie (3185, 3301, 3310, 3312, 3730)

Tourisme (3870 et 3872)



3020 ■ Le monde romain : l'intégration de la Gaule

Animée par Françoise DE LA CHAUSSEE
Les 2ème et 4ème lundis du mois de 10h30 à 12h
Salle 228
Niveau : baccalauréat

- 2ème année d'un cycle de 2 ans. Nous poursuivrons l'étude des caractères spécifiques du monde romain à son apogée.



3100 ■ La seconde guerre mondiale

Animée par Alain JACOBZONE
Les 1er et 3ème lundis du mois de 10h40 à 12h
Salle 208
Niveau : ouvert à tous

- Le conflit reste présent dans toutes les mémoires. Le regard porté par les historiens en modifie parfois la vision. Nous ferons le point en cherchant à montrer l'extraordinaire complexité d'un phénomène difficile à dominer.

3120 ■ L'Afrique subsaharienne - 2ème année

Animée par Armand DJIMET-BABOUN
Le 3ème mercredi du mois de 14h à 16h
Salle 208
Niveau : ouvert à tous

- En deuxième année, le programme sera davantage centré sur le développement économique, social et environnemental ainsi que l'analyse des faits démographiques et géopolitiques. Les questions d'actualité seront abordées de temps à autre.

3070 ■ Atelier de recherches historiques

Animée par Evelyne BALMETTE
Les 1er et 3ème mercredis du mois de 14h à 16h
Archives Départementales, 106 rue de Frémur à Angers
Niveau : inscription prioritaire des participants en 2025/2026

- L'atelier poursuivra ses recherches sur le seul bureau de bienfaisance d'Angers au XIXème siècle. Les bureaux de bienfaisance, créés en 1796, étaient destinés à aider ceux que l'on nommait les indigents. Pour connaître son fonctionnement, ses budgets, la nature des aides distribuées et par qui, pour tenter d'évaluer le niveau de pauvreté des indigents, etc, nous allons faire nos recherches aux Archives municipales d'Angers et nous nous retrouvons aux archives départementales pour les mises en commun. Nous travaillons en demi-groupe chacun sur une partie du sujet. Cet atelier demande de la disponibilité chaque semaine et aimer dépouiller des archives, il est préférable d'avoir un ordinateur portable.

Assistante : Huguette GUILLET

3110 ■ Israël - Palestine, une histoire très longue

Animée par Cécile PARENT
Jeudi de 10h à 12h
Salle 131
Niveau : bac, sans exclusion

- Le cours traitera en onze séances d'une heure et demie de l'histoire du conflit israélo-palestinien, des origines (fin XIXème siècle) à nos jours. Il montrera l'émergence de deux nationalismes concurrents dans la région de Palestine et étudiera les différentes étapes de leur affrontement. Cette activité en 11 séances débutera le jeudi 5 novembre 2026.

3130 ■ Le monde africain - décolonisations

Animée par Alain TIREFORT
Les 1er et 3ème mercredis du mois de 10h40 à 12h
Salle 131
Niveau : ouvert à tous

- Outre les rappels nécessaires sur les Colonisations et ceux qui concernent les Décolonisations, l'atelier abordera le rôle des 2 Guerres Mondiales, l'évolution de l'AOF de Brazzaville à la Communauté, la montée des nationalismes, avant la Françafrique ... En premier le domaine français.

3150 ■ Histoire du féminisme - 1ère année

Animée par Marie-Anne GUERY

Les 1er et 3ème mardis du mois de 9h à 10h20

Salle 131

Niveau : ouvert à tous

- *1ère année d'un cycle de deux ans. Histoire du féminisme du Moyen-âge à 1914. Etude d'un aspect de l'histoire de France longtemps laissé à l'écart des programmes scolaires. Il s'agira de présenter les pionnières et pionniers de la lutte pour l'égalité des sexes depuis Christine de Pizan au XVème siècle à la première vague des mouvements organisés fin XIX - début XX^{ème}.*

3180 ■ Le Maine et Loire et la guerre de 1870

Animée par Cécile BARTHET

Le 1er mardi du mois de 10h30 à 12h

Salle 317

Niveau : passionnés de recherches historiques

- *Recherches en archives sur la guerre de 1870 en Maine et Loire. Recherches personnelles et échanges entre chercheurs.*
PAS DE COURS, ACTIVITE TRES CHRONOPHAGE.

Assistant : Thierry CHOPLIN

3301 ■ Sociologie des identités

Animée par Norma MEVEL PLA

Mercredi de 10h35 à 12h

Salle 138

Niveau : ouvert à tous

- *Activité de mars à juin 2027. L'identité marque autant la ressemblance que la différence d'un individu ou d'un groupe. Telle est, d'entrée de jeu, son ambiguïté. En effet, l'identité se construit de manière dynamique et constante, avec un mouvement d'assimilation et de différenciation. C'est un phénomène complexe et multidimensionnel, propre à chaque être humain. Cette notion constitue un outil indispensable pour penser la place d'un individu à l'intérieur d'un groupe social ou de la société dans son ensemble.*

3160 ■ Histoire du féminisme - 2ème année

Animée par Marie-Anne GUERY

Les 2ème et 4ème mardis du mois de 9h à 10h20

Salle 131

Niveau : ouvert à tous

- *2ème année d'un cycle de deux ans. Histoire du féminisme en France de la fin du XIXème à la fin du XXème. Etude des différentes vagues des mouvements féministes depuis les années 1880 à nos jours.*

3185 ■ Sociologie de la famille

Animée par Norma MEVEL PLA

Mercredi de 10h35 à 12h

Salle 138

Niveau : ouvert à tous

- *Activité d'octobre 2026 à février 2027. Qui, de nos jours, est encore capable de définir la famille et d'en déterminer les contours ? Les réponses à cette question sont multiples, sans qu'aucun consensus ne se dégage. Les transformations qu'elle subit depuis les années 70 sont nombreuses et profondes, suscitant d'abondantes oppositions idéologiques et politiques. La famille intéresse de nombreuses sciences, telles l'histoire, le droit, la psychologie... C'est à partir d'une perspective sociologique que nous tenterons d'en comprendre sa réalité et son évolution.*

3310 ■ Atelier de sociologie appliquée

Animée par Patrick GUILHOU et Laure PERTUS

Les 1er et 3ème mardis du mois de 9h à 10h30

Salle 122

Niveau : intérêt pour la sociologie du XXIème siècle

- *De novembre 2026 à mars 2027. Dans un contexte de profondes mutations de tous ordres, comment évolueront les sociétés au cours du XXIème siècle ?*

Assistants : Claude BENHAMMOU et Maryvonne LAZAAR



3312 ■ Les grands auteurs de la pensée sociologique

Animée par Roger LE GUEN

Les 1er et 3ème jeudis du mois de 9h à 10h25

Salle 131

Niveau : ouvert à tous

NOUVEAU

1. introduction : ces cours, pourquoi, dans quel but et comment ; motivations des participants ; qu'est-ce que la sociologie ?
2. les approches de précurseurs : Montesquieu, Saint-Simon, Tocqueville, Comte, Marx
3. quatre grands auteurs de la sociologie : Durkheim, Weber, Elias, Bourdieu
4. synthèse : les grands types d'approche ; approfondissement d'un type : la sociologie interactionniste
5. pratiquer la sociologie ; une démarche menée depuis 40 ans : la recherche pour l'action

3372 ■ Cerveau, conscience, comportement

Animée par Pascal MESPOUILLE

Le 1er mardi du mois de 10h35 à 12h00

Salle 131

Niveau : aucun, sauf curiosité

- *Les neurosciences apportent un nouveau regard sur la conscience et les comportements humains. Informé par les sens, le cerveau se construit une représentation du monde en vue d'agir. Mais ce modèle dépend de processus largement non conscients, d'où des distorsions étonnantes que les ateliers, ouverts aux esprits curieux, exploreront sous des perspectives scientifiques, philosophiques, sociales et humaines.*

Assistante : Laurence POIRISSE

3430 ■ L'esprit des lumières et ses héritages - 3ème année

Animée par Colette FAUCHOUX

Les 2ème et 4ème jeudis du mois de 10h30 à 12h

Salle 137

Niveau : avoir assisté aux deux premières années du cycle

- *3ème année d'un cycle de 3 ans. Que devons-nous au XVIIIème siècle et à l'esprit des lumières ? Beaucoup plus qu'on ne pourrait le croire, car à travers leurs idéaux, leurs combats (sociaux, politiques, religieux...) émergent les valeurs qui nous sont essentielles aujourd'hui comme la liberté, l'égalité... Un héritage précieux que nous devons défendre.*

3370 ■ Panorama de la psychologie aujourd'hui

Animée par Dominique THOMAS

Le 1er lundi du mois de 14h à 16h

Salle 137

Niveau : intérêt pour la matière

- *Cycle pédagogique de 3 ans. La psychologie est omniprésente dans les médias. Elle intrigue, déroute et est victime de son succès. Nous ferons une approche élargie sans être simpliste en articulant théorie et pratique. Nous évoquerons aussi bien la psychanalyse que les neurosciences, les troubles mentaux, les psychothérapies, etc ... Objectif : donner des clés de compréhension. Cette approche se veut interactive entre les participants et est illustrée par des documents vidéo et des écrits qui suscitent la discussion. En janvier, cette activité se déroulera sur une journée entière.*

Assistant : Claude BENHAMMOU

3410 ■ L'esprit des lumières et ses héritages - 2ème année

Animée par Colette FAUCHOUX

Les 1er et 3ème mercredis du mois de 10h30 à 12h

Salle 137

Niveau : avoir suivi la 1ère année du cycle en 2025/2026

- *2ème année d'un cycle de 3 ans. Les lumières ont mené des luttes incessantes, religieuses, politiques, sociales, morales... Leurs combats ne sont-ils pas toujours les nôtres ?*

3450 ■ La laïcité , une valeur menacée en France

Animée par Colette FAUCHOUX

Les 1er et 3ème lundis du mois de 14h à 15h30

Salle 131

Niveau : ouvert à tous

- *La France, est en Europe, un pays d'exception. Un pays modelé par le Christianisme, qui a décidé de s'émanciper du religieux par la loi de 1905. Après une longue et difficile bataille pour installer la laïcité, celle-ci est aujourd'hui menacée par l'intolérance et le fanatisme...*

3500 ■ Histoire des religions monothéistes

Animée par Olivier POULET

Les 2ème et 4ème mercredis du mois de 14h à 15h25

Salle 208

Niveau : ouvert à tous

NOUVEAU

- *Le cours traitera de la naissance et du développement des trois religions du Livre ; Judaïsme, Christianisme et Islam à travers différentes thématiques : contenu des doctrines, formes de diffusions territoriales et encadrement des sociétés, mesures du temps (calendrier). La démarche sera essentiellement comparative.*

3540 ■ La Bible et sa culture

Animée par Jean GABEL

Les 2ème et 4ème lundis du mois de 14h à 15h55

Salle 201

Niveau : aimer lire et vérifier

- *Nous lirons les 12 petits prophètes de l'A.T. et nous serons en immersion dans plus de 3000 ans d'histoire. Ensuite nous regarderons l'émergence du christianisme avec Actes, Jacques, 1 et 2 Pierre ; 1, 2, et 3 Jean, puis Jude, pour le N.T. Le génie littéraire des scribes nous offre une documentation précise. Les scientifiques de cette écriture permettent de s'immerger dans le culturel du premier siècle de notre ère.*

Assistante : Irène DELIAS

3570 ■ D'un empire Russe à un autre ? XIX et XXème siècle

Animée par Chantal DUVERGER

Les 2ème et 4ème mardis du mois de 10h40 à 12h

Salle 131

Niveau : ouvert à tous

- *La Russie au XIXème siècle est parvenue à une étendue considérable. C'est alors une des grandes puissances mondiales, malgré certains retards. Entre 1917 et 1990 elle construit et prétend imposer au monde un tout autre modèle : un autre empire ?*

3530 ■ La Bible et sa culture

Animée par Jean GABEL

Lundi de 16h05 à 17h45

Salle 201

Niveau : aimer lire et vérifier

- *Ensemble nous lisons une oeuvre dans le respect de sa culture, de l'histoire de son origine et de l'auteur qui nous l'offre, suivie d'échanges. Nous ouvrons : Genèse, Job, Exode, Nombres, Hébreux, Apocalypse avec la pédagogie de la transmission propre à chaque scribe. Les quatre livres de l'A.T. instruisent-ils les deux livres du N.T, et comment ? L'activité priorise les souhaits des participants et utilise les connaissances récentes des scientifiques sur le sujet.*

Assistant : Guy ROBIN

3560 ■ La Bible et sa culture

Animée par Jean GABEL

Les 1er, 3ème et 5ème lundis du mois de 14h à 15h55

Salle 201

Niveau : aimer lire et vérifier

- *Nous lisons l'A.T. du Pentateuque à 2 Samuel, pour distinguer les fondements d'une culture en terre de Canaan. Ensuite nous lisons le N.T. avec Matthieu et Marc pour examiner leurs sources. Chaque scribe joue avec le vocabulaire et fait du neuf en utilisant les écrits qui précèdent. L'anthropologie donne accès au génie littéraire. Les scientifiques de cette écriture nous offrent l'intelligence du sujet.*

Assistante : Irène DELIAS

3580 ■ Histoire et civilisation du monde arabo-musulman

Animée par François DUMAS

Le 4ème lundi du mois de 14h à 15h20

Salle 208

Niveau : ouvert à tous

- *Les grandes périodes historiques des sociétés arabo-musulmanes de l'antiquité préislamique à nos jours, leurs caractéristiques culturelles (langue, arts, pensée, religion), leur place dans le monde.*

3700 ▪ A travers le cinéma

Animée par Dominique FRABOULET
Le 1er jeudi du mois de 10h35 à 12h
Salle 137
Niveau : ouvert à tous

- *Six séances d'octobre 2026 à avril 2027. A travers le cinéma, nous examinerons les questions actuelles que se pose notre société. Comment des cinéastes nous confrontent à des situations que nous n'avons pas imaginées ou nous montrent ce que nous ne voulons pas voir.*

3710 ▪ Personnages célèbres et leur maladie

Animée par Charles FOUSSARD
Le 3ème jeudi du mois de 14h à 15h30
Salle 131
Niveau : ouvert à tous

- *Personnages célèbres et leur maladie - incidence sur leur activité : peintres, musiciens, politiques.*

3730 ▪ Lire un tableau, une architecture

Animée par Claude BOISSENOT
Mardi de 16h15 à 17h45
Salle 137
Niveau : ouvert à tous

- *Activité d'octobre 2026 à mars 2027. Dépasser le stade "J'aime, j'aime pas".*

3855 ▪ Entraide informatique - généalogie

Animée par Gilbert BOUTRUCHE
Mardi de 10h30 à 12H
Salle 329
Niveau : ouvert à tous

NOUVEAU

- *Il s'agit plus d'un groupe d'échange et d'entraide que d'un cours à proprement parler. La généalogie reste l'objectif, avec les recherches dans les archives, les doutes, les intuitions, les actes. L'informatique est le moyen pour accéder, via Internet, à de nombreuses sources et bases de données, pour organiser, structurer et présenter les informations avec des applications variées, pour s'aider de l'intelligence artificielle, et pour rester en contact et collaborer. L'entraide est une méthode efficace pour avancer ensemble. Constituer des petits groupes de deux ou trois permet de garder le contact plus facilement pour continuer la collaboration en dehors des séances, quand chacun continue, chez lui, sur son ordinateur.*

3702 ▪ Cinéma italien histoire et personnages

Animée par Christian VIVIANI
Les 1er et 3ème vendredis du mois de 14h à 15h30
Salle 122
Niveau : ouvert à tous

- *Une histoire du cinéma italien et de ceux qui l'ont fait, cinéastes, techniciens, acteurs, et des personnages qui le peuplent.*

3720 ▪ Images/représentations - Histoire

Animée par Alain TIREFORT
Les 1er et 3ème jeudis du mois de 10h40 à 12h
Salle 208
Niveau : ouvert à tous

- *Tout en gardant à l'esprit le rapport aux images, cet atelier abordera quelques faits politiques, économiques et sociaux qui ont marqué le XIX siècle : Delacroix, Daumier, Dreyfus, Haussmann, les bagnes coloniaux, voire la guerre, la publicité des produits coloniaux, l'affirmation des stéréotypes féminins...*

3850 ▪ Généalogie pratique

Animée par Maryvonne PLOQUIEN
Mercredi de 9h30 à 12h
Archives Départementales, 106 rue de Frémur à Angers
Niveau : ouvert à tous

- *Ce cours d'initiation de 10 séances + 2 visites permet d'acquérir les bases nécessaires pour entreprendre sa généalogie familiale : les sources, leur exploitation, leur classement. Présentation des services d'archives gratuits, sur internet et en salles de lecture. Exercices pratiques. Cette activité demande temps, régularité, investissement personnel et curiosité pour l'histoire. Séances : 7 et 14 octobre, 4 novembre, 2 et 16 décembre, 6 et 20 janvier, 3 février, 10, 17 et 24 mars 2027.*

3860 ▪ Initiation à la généalogie

Animée par Françoise FERBEUF
Les 2ème et 4ème jeudis du mois de 14h à 15h30
Salle 131
Niveau : ouvert à tous

- *Activité du 8 octobre 2026 au 30 avril 2027. Donner des clés pour débiter sa généalogie. Connaître les règles de base de l'état civil mais aussi découvrir ce que internet et l'informatique apportent à ces recherches.*

3870 ▪ Tourisme en camping-car

Animée par Françoise FERBEUF

Les 2ème et 4ème jeudis du mois de 10h40 à 12h

Salle 208

Niveau : ouvert à tout public pratiquant le camping-car

- *Activité du 8 octobre 2026 au 30 avril 2027. Transmission de connaissances et d'expériences sur des aspects et/ou administratifs de la pratique du camping-car. Echange sur des séjours réalisés par les participants, intérêt, difficultés, projections de photos ou vidéos.*

Assistant : Daniel JOULAIN

3880 ▪ Echanges autour de la Géopolitique - 2ème année

Animée par Roger PILET

Les 2ème et 4ème mercredis du mois de 10h à 12h

Salle 101

Niveau : avoir suivi la 1ère année en 2025/2026 ou l'activité 3882

- *La géopolitique est fortement présente sur notre vie aujourd'hui. Cet outil d'analyse aide à comprendre la complexité du monde, les causes et les effets des crises et des conflits mondiaux. Après une séance d'échanges sur l'actualité géopolitique du moment, un sujet sera développé par les animateurs ou les participants suivant les demandes du groupe. Il s'agit de porter un autre regard sur l'actualité et sur notre environnement international.*

Assistante : Béatrice STEPHAN

3882 ▪ Introduction à la géopolitique

Animée par Roger PILET

5 jeudis dans l'année de 9h30 à 16h45

Salle 101

Niveau : ouvert à tous

- *Cinq séances dans l'année de 9h30 à 17h avec déjeuner convivial pour les participants. En partant d'une étude d'un article de presse, répondre à la question : qu'est-ce que la géopolitique, son histoire, ses acteurs. Maîtriser les notions de base. Identifier les méthodes d'analyses en géopolitique et travailler quelques exemples. Identifier les pistes pour penser et réagir en géopolitique. Gestion des conflits en analyse géopolitique. Calendrier des séances : 15/10/26, 19/11/26, 21/01/27, 18/03/27 et 08/04/27.*

Assistante : Béatrice STEPHAN

Participation spécifique : 130 € (5 repas à 26€, à régler auprès de l'animateur)

3872 ▪ Les lieux du tourisme

Animée par Philippe VIOLIER

Le 2ème jeudi du mois de 15h45 à 17h15

Salle 131

Niveau : ouvert à tous

- *Activité de novembre 2026 à février 2027. Le thème est différent chaque année. A noter que celui de cette année (les lieux du tourisme) se distingue de celui de 2024-2025, année pendant laquelle les espaces ont été abordés (mer, montagne, ville, campagne). L'échelle est différente : les lieux sont par définition à l'opposé des espaces qui sont des étendues. Pour être clair il y a des lieux dans des espaces. Nous aborderons donc les stations, les comptoirs, les sites et enfin les villes touristiques.*

3881 ▪ Mieux comprendre le monde

Animée par Gérard MEVEL

Le 1er lundi du mois de 10h35 à 12h

Salle 131

Niveau : ouvert à tous

- *Pour vous aider à mieux comprendre ce monde en pleine mutation, je vous ferai découvrir ou approfondir les fondamentaux qui sous-tendent son fonctionnement. Par une approche originale qui part des besoins fondamentaux de l'humanité, nous déroulerons le fil pour faire apparaître en quoi l'économie, les ressources, l'histoire, la culture, la religion, l'organisation des sociétés, les valeurs, l'éducation et les idéologies, impulsent la transformation du monde. Vous apprendrez à utiliser toutes ces notions pour décrypter les bouleversements auxquels nous assistons. Vous découvrirez aussi des sources d'information pour alimenter vos propres réflexions.*

3884 ▪ Café géopolitique

Animée par Pascal SZAPU

Les 2ème et 4ème mardis du mois de 10h à 11h30

Salle 138

Niveau : bonnes connaissances en géopolitique, se sentir à l'aise dans le débat

- *Le Café-géopolitique, dans l'esprit du Café-Philo, est un espace de discussion dans une démarche d'exploration et d'interrogation sur des questions géopolitiques. Ce n'est pas simplement un groupe d'échange d'idées, d'opinions car celles-ci seront analysées, questionnées, approfondies dans le respect de chacun. Je proposerai des sujets en lien avec l'actualité, un livre ou un texte. Cependant, quiconque souhaitant voir traiter une question peut en faire la suggestion et animer le débat.*

Assistants : Michel BREGEON, Patrick GUILHOU et Gabriel THOMAS

3900 ■ La Chine et le monde

Animée par Yves DOLAIS

Le 2ème lundi du mois de 10h35 à 12h

Salle 208

Niveau : ouvert à tous

- *Cet atelier abordera la Chine sous l'angle géopolitique et traitera des sujets : le système politique, le système juridique, l'expansionnisme chinois (la Chine et ses frontières), la mondialisation chinoise (les nouvelles routes de la soie), les relations franco-chinoises, et éventuellement d'autres thèmes en fonction de l'actualité.*

3940 ■ Les régimes politiques en Europe et dans le monde

Animée par Michel DERRAC

Le 1^{er} mercredi du mois de 14h30 à 16h

Salle 208

Niveau : ouvert à tous

- *Après une présentation générale des différents régimes politiques (octobre), nous aborderons tour à tour le régime présidentiel américain avec l'actualité des "mid term élections" (novembre), puis le régime parlementaire et ses différentes variantes avec le Royaume Uni, l'Allemagne, l'Espagne, l'Italie (de décembre à février/mars), le sujet du régime semi présidentiel en France et en Europe (avril), le régime conventionnel suisse et le système institutionnel de l'Union européenne (mai) et le cas des régimes non démocratiques tels que Russie et Chine (juin).*

3960 ■ Comment fonctionne l'Union Européenne ?

Animée par Abdeladim NADIFI

Lundi de 9h à 10h25

Salle 208

Niveau : ouvert à tous

- *Une introduction portera sur l'histoire de la création de l'Union Européenne (UE), les sources et particularités de son Droit. L'accent sera ensuite mis sur le mécanisme institutionnel de l'UE : composition et attributions de ses institutions. Enfin, seront abordés certains aspects matériels du droit qui régit l'UE.*

3902 ■ La Chine / la civilisation chinoise

Animée par Yves DOLAIS

Le 2ème mercredi du mois de 10h30 à 12h

Salle 208

Niveau : ouvert à tous

- *Cet atelier abordera la civilisation chinoise dans le but de comprendre la Chine d'hier et d'aujourd'hui et traitera les sujets suivants : l'histoire, la langue, la pensée, la famille, la jeunesse et les minorités.*

3950 ■ Comment fonctionne la Vème République?

Animée par Hervé RIHAL

Jeudi de 16h à 17h30

Salle 208

Niveau : ouvert à tous

- *Tout au long du cours, des points d'actualité permettront une mise en perspective. Après une étude de la mise en place des institutions, le cours abordera le statut et le rôle des deux têtes de l'exécutif (Président de la République et Premier ministre) ainsi que les pouvoirs de ces deux autorités. Sera ensuite étudié le Parlement (composition, statut de ses membres, pouvoirs d'élaboration des lois et de contrôle). Une place particulière sera donnée au Conseil constitutionnel dont l'importance est aujourd'hui primordiale.*

3971 ■ Langage et communication humaine et non humaine

Animée par Paul BOUCHER

Les 2ème et 4ème vendredis du mois de 10h30 à 12h

Salle 131

Niveau : ouvert à tous

NOUVEAU

Cette série de conférences abordera le double thème du langage et de la communication. Si le langage vise toujours la communication, la communication ne s'exprime pas toujours par le langage. C'est justement cette dichotomie qu'il s'agira d'explorer à travers une dizaine de thèmes, dont la communication animale, la communication humaine non linguistique, les origines du langage humain, le développement du langage chez l'enfant, la découverte de l'écriture, etc. Blog de l'intervenant que vous pouvez consulter : laboitealanguages.com

INFORMATIQUE

28 activités

Retouche photos (4080 à 4100) – Page 28

Comprendre le numérique et EXCEL (4174 et 4178) – Page 29

Codage, Linux, Aidotique, bricolage (4180 à 4350) – Pages 29 et 30

Montage vidéo et musique (4410 à 4451) – Page 30

Utiliser un MAC (4510 et 4520) – Page 31

Utiliser un iPhone (4540 à 4560) – Pages 31 et 32

Utiliser un Smartphone (4590 à 4596) – Page 32



4080 ■ Présentation photo, montage diaporama

Animée par Jean-Paul GIFFARD

Mardi de 9h à 10h30

Salle 330

Niveau : bonne connaissance des outils windows

- Cycle pédagogique de 2 ans. 1ère année : à l'aide du logiciel Photo Filtre 7 apprendre à retoucher une photo numérique, à la présenter pour la rendre attractive, à faire un pêle-mêle. 2ème année : à l'aide d'un logiciel Windows apprendre à monter un diaporama (photos, musiques, sons, textes, commentaires). Ces cours d'initiation sont partagés en une partie théorique et une autre pratique (possibilité de mettre en pratique chez soi). Programme identique à l'activité 4090.

Assistante : Annette FERRE

Participation spécifique : 14 €**4090 ■ Présentation photo, montage diaporama**

Animée par Jean-Paul GIFFARD

Mardi de 10h30 à 12h

Salle 330

Niveau : bonne connaissance des outils informatiques
Windows

- Cycle pédagogique de 2 ans. Idem texte activité 4080.

Assistante : Annette FERRE

Participation spécifique : 14 €**4095 ■ Présentation et retouche photos - 2ème année**

Animée par Jose BAEZA

Jeudi de 16h à 17h30

Salle 329

Niveau : Avoir suivi les cours de 1ère année ou pratiquer un logiciel photo avec des "calques"

- Pour participer à cette activité, il est nécessaire d'être à l'aise en bureautique pour le téléchargement des fichiers ou logiciels sur Internet. Apporter une clé USB uniquement lors des ateliers. L'ordinateur est fourni par l'UATL. A l'aide du logiciel Photo Filtre 7, poursuivre la réalisation de présentations et montages de photos numériques. Découverte de quelques fonctions de Paintshop Pro. Principes d'un diaporama avec Movie maker. Motivation demandée et engagement à travailler pour progresser.

Participation spécifique : 14 €**4094 ■ Présentation et retouches photos - 1ère année**

Animée par Jose BAEZA

Jeudi de 14h15 à 15h45

Salle 330

Niveau : aisance en bureautique sous Windows

- Pour participer à cette activité, il est nécessaire de savoir créer des dossiers et sous-dossiers sous Windows et d'être à l'aise avec le téléchargement de modules logiciels et fichiers sur internet. Apporter une clé USB uniquement lors des ateliers. L'ordinateur est fourni par l'UATL. A l'aide du logiciel Photo Filtre 7, apprendre à retoucher une photo numérique pour la rendre plus attractive, puis aborder la création et la présentation de montages originaux. Ce cours alterne théorie et mise en pratique en atelier. Chaque exercice est accompagné d'un tutoriel. Motivation demandée et engagement à travailler pour progresser.

Participation spécifique : 14 €**4100 ■ Perfectionnement présentation photos, diaporama**

Animée par Jean-Paul GIFFARD

Vendredi de 9h à 10h30

Salle 330

Niveau : avoir suivi les cours 4080 ou 4090

- Maîtriser Photo Filtre 7 afin de mieux présenter des photos, des montages photos, des pêle-mêles.

Participation spécifique : 14 €

4174 ■ Comprendre le numérique - 1

Animée par Jean-Michel CRAYE

Les 2ème et 4ème lundis du mois de 14h à 16h

Salle 131

Niveau : ouvert à tous

- *A quoi ça sert ? Comment ça marche ? Combien ça coûte ? Quelles sont les précautions à prendre ? Tout ce que vous avez voulu savoir sur le monde digital sans jamais avoir osé le demander... Contrairement à ce que vous pensez, ce n'est pas si difficile de se sentir à l'aise avec les principaux éléments qui constituent l'environnement numérique : les équipements (ordinateur, tablette, mobile, etc...), les réseaux (Internet, wi-fi, routeur/ box), les applications web ou mobile mais aussi les grands services tels que la recherche, la messagerie, la géolocalisation, les services administratifs. Tout cela, en répondant aux questions sur la sécurité, la protection de la vie privée et sur les bonnes pratiques pour en faire le meilleur usage.*

4176 ■ Initiation Excel

Animée par Andre DECARIS

Lundi de 10h30 à 12h

Salle 329

Niveau : connaissance de l'environnement Windows

- *Apprendre à manipuler le tableur Excel : environnement de travail, présentation et organisation des données, création de formules, fusion de cellules, filtres, tris et fonctions simples.*

**4178 ■ EXCEL pratique - 2ème année**

Animée par Michel DUGAST

Lundi de 10h30 à 12h

Salle 137

Niveau : avoir suivi l'activité 4177 en 2025/2026 ou avoir déjà travaillé sur un tableur

- *Activité d'octobre 2026 à fin avril 2027. Les premières séances sont consacrées à des rappels sur l'utilisation des principaux outils des tableurs : formatage, fonctions, contrôle de formulaires, enregistrement de macros basiques, tri, filtres, validité des données, tableau croisé dynamique. La suite du programme est consacrée à de nouvelles applications dans le prolongement du travail du module de 1ère année. Prévoir d'apporter son PC (sous Windows) à chaque cours (pas de tablette).*

4175 ■ Comprendre le numérique - 2

Animée par Jean-Michel CRAYE

Les 2ème et 4ème lundis du mois de 16h à 17h30

Salle 131

Niveau : ce cours est prioritairement destiné aux personnes ayant suivi la formation 4174 en 2025/2026

- *Maîtriser le cloud - Après avoir compris le fonctionnement du code numérique, des puces électroniques, de l'ordinateur, de son système d'exploitation et du cloud Internet, vous êtes prêt à utiliser toutes les ressources du net. Cette deuxième saison est destinée à découvrir toutes les ressources des services du cloud. Vous découvrirez comment travailler en sécurité et sans être captif des applications du net.*

4177 ■ EXCEL pratique - 1ère année

Animée par Michel DUGAST

Lundi de 9h à 10h30

Salle 137

Niveau : avoir manipulé un tableur et bien comprendre son fonctionnement dans un environnement Windows

- *Activité de octobre 2026 à fin avril 2027. Après les rappels de base sur la prise en main d'un tableur, les participants créent des applications utiles à la vie quotidienne : recettes de cuisine, check-list interactive, plannings, budget, gestion de cave, création d'un formulaire PDF remplissable ... Prévoir d'apporter son PC (sous Windows) à chaque cours (pas de tablette). Travail personnel demandé.*

4180 ■ Initiation au codage en VISIOCONFERENCE

Animée par François DISDIER

Lundi de 14h15 à 15h45

Activité en visioconférence

Niveau : savoir télécharger et archiver des fichiers

- *Activité en visioconférence. Découvrir les notions essentielles : variables, structures de contrôle (branchements, boucles, etc...).*

00111001101001

4190 ■ Linux expérience

Animée par Jacquelin CHARBONNEL

Vendredi de 10h30 à 12h

Salle 329

Niveau : pas de connaissance Linux requise, mais nécessité d'être opérationnel dans l'utilisation de son ordinateur

- *Activité d'octobre à décembre 2026. Les participants travaillent sous Linux sur leur propre ordinateur. L'activité aborde l'installation, l'utilisation et l'administration du système, et tout autre sujet en fonction des attentes : publication sur le web, fonctionnement des réseaux, outils collaboratifs, etc. Le partage d'expériences est privilégié.*

Assistant : Bruno MENAN

4350 ■ Bricolage informatique

Animée par Jean-Claude GUILBAULT

Jeudi de 14h à 15h30

Salle 329

Niveau : débutants en informatique s'abstenir

- *Atelier collaboratif pour échanger des pratiques, des solutions et des astuces. Savoir comment est faite sa machine et quelles sont ses possibilités. "Mettre les mains dedans" :- changer et vérifier disque, carte vidéo, mémoires, pilotes, etc, - bricoler les fichiers, la configuration, le système, - répondre aux problèmes posés. Fonctionnement participatif (chacun pourra préparer et présenter un sujet). Notions d'anglais souhaitables. Les participants doivent notamment savoir sauvegarder leurs données personnelles.*

Assistant : Bernard ANNIC

4450 ■ Initiation musique assistée par ordinateur(MAO)

Animée par Jean-Michel POUTIER

Mercredi de 10h30 à 12h

Salle 120

Niveau : débutant

- *L'atelier s'adresse aux amateurs de musique, même débutants, qui ne sont pas rebutés par l'utilisation d'un ordinateur. Une certaine aisance avec l'outil informatique est nécessaire pour progresser et composer ses propres morceaux. Logiciels gratuits utilisés : REAPER et MUESCORE.*

Assistant : Jean-Claude MEYER

Participation spécifique : 10 €**4340 ■ AIDOTIQUE : sécurité de mon système informatique**

Animée par Jean-Claude GUILBAULT

Lundi de 14h à 15h30

Salle 329

Niveau : utilisateur régulier et non débutant d'un PC et d'un équipement informatique ou numérique

- *Initier, mettre à jour ou compléter votre savoir-faire en sécurité informatique. Découvrir les règles de bases préventives de la sécurité Informatique. Utiliser Le Guide des bonnes pratiques pour se protéger. Démarrer tous ensemble, le MOOC nommé la « Sécurité Numérique, c'est l'affaire de tous ».*

Participation spécifique : 14 €**4410 ■ Montage vidéo sur PC**

Animée par Pierre COUPARD

Jeudi de 9h30 à 11h30

Salle 330

Niveau : utilisation régulière d'un ordinateur

- *Découvrir les principales fonctions d'un logiciel de montage vidéo : Pinnacle Studio 26 ou 27.*

Participation spécifique : 14 €**4451 ■ Atelier MAO - perfectionnement**

Animée par Jean-Michel POUTIER

Mercredi de 9h à 10h30

Salle 120

Niveau : personnes ayant participé à l'activité MAO 4450 en 2025/2026 ou connaissant bien le logiciel REAPER

- *L'activité est réservée aux membres connaissant les logiciels REAPER et MUESCORE, vus en "MAO initiation". L'activité perfectionnement MAO consiste à utiliser ses connaissances acquises sur les logiciels REAPER et MUESCORE pour créer tout type de morceaux de musique.*

Assistant : Jean-Claude MEYER

Participation spécifique : 10 €

4510 ■ Utiliser son MAC - initiation

Animée par Joëlle FOUCAULT

Les 1er et 3ème mardis du mois de 14h à 15h20

Salle 138

Niveau : débutants sur ordinateur MAC ou souhaitant consolider les bases

- *Apprendre à mieux connaître son ordinateur : l'écosystème Apple, les réglages, les principales applications. Nécessité de posséder un Mac (iMac ou MacBook) avec un système d'exploitation récent. Les séances commencent par une partie théorique en vidéoprojection sur grand écran et pourront se poursuivre avec de la pratique sur les ordinateurs disponibles (ceux des participants). Prévoir, donc, d'apporter un ordinateur portable (les réglages sont les mêmes sur l'iMac). Un ordinateur pour 3 participants est possible.*

Assistant : Paul KIRITZE-TOPOR

Participation spécifique : 10 €

4540 ■ iPhone et iPad (APPLE) - initiation

Animée par Daniel DAUTHIEU

Les 1er et 3ème mercredis du mois de 14h à 15h15

Salle 138

Niveau : utilisateurs de fraîche date iPhone ou iPad APPLE

- *Programme identique à l'activité 4541. Obligation de disposer d'appareils récents iPhone ou iPad APPLE (2 ans maximum) sous iOS 26 ou iPadOS26. Objectif : se débrouiller dans l'utilisation quotidienne courante de ces appareils. 1er trimestre : le Système Apple, iCloud, communication entre les appareils, sécurité et mots de passe, sauvegardes, chargements de fichiers. 2ème trimestre : les communications, téléphonie et contacts, messagerie, comptes mails et gestion des mails, internet, calendrier. 3ème trimestre : les applications, appareil photo, gestion des photos, notes, plans, et autres applications utiles. Chaque cours sera précédé de l'envoi d'une ou plusieurs vidéos thématiques du jour.*

Assistante : Joëlle FOUCAULT

Participation spécifique : 10 €

4520 ■ MAC - perfectionnement

Animée par Daniel DAUTHIEU

Les 1er et 3ème mardis du mois de 15h40 à 17h

Salle 208

Niveau : les bases de l'utilisation d'un MAC doivent être acquises

- *Les bases vues en 1ère Année (4510) sont approfondies. Il faut bien sûr disposer d'un Mac avec une version récente du système MacOS (Tahoe 26 est idéal sinon Séquoia 15, Sonoma 14). Les ateliers sont en vidéo projection de l'écran du Mac de l'animateur. Il est possible selon l'avancement que des ateliers pratiques avec les Mac des auditeurs aient lieu . Mais en début d'année il est déconseillé de venir avec son Macbook.*

Assistants : Joëlle FOUCAULT et Paul KIRITZE-TOPOR

Participation spécifique : 10 €

4541 ■ iPhone et iPad (APPLE) - initiation

Animée par Daniel DAUTHIEU

Les 1er et 3ème mercredis du mois de 15h45 à 17h

Salle 138

Niveau : Utilisateurs de fraîche date iPhone ou iPad APPLE

- *Programme identique à l'activité 4540. Obligation de disposer d'appareils récents iPhone ou iPad APPLE (2 ans maximum) sous iOS 26 ou iPadOS26. Chaque cours sera précédé de l'envoi d'une ou plusieurs vidéos thématiques du jour.*

Assistante : Joëlle FOUCAULT

Participation spécifique : 10 €



4550 ▪ iPhone et iPad (APPLE) - maîtrise

Animée par Daniel DAUTHIEU

Les 2ème et 4ème mercredis du mois de 14h à 15h15

Salle 138

Niveau : utilisateurs justifiant d'une expérience certaine iPhone iPad APPLE

- *Programme identique à l'activité 4551. Obligation de disposer d'appareils récents iPhone ou iPad APPLE (2 ans maximum) de préférence sous iOS 26 ou iPad os26. Destiné aux utilisateurs ayant suivi la 1ère année Initiation ou justifiant d'une expérience certaine dans l'utilisation de ces appareils exclusivement. Les thèmes sont les mêmes que pour la 1ère année mais traités de façon plus approfondie. Objectif : maîtriser l'utilisation de bon niveau de ces appareils. Chaque atelier sera précédé de l'envoi d'une ou plusieurs vidéos thématiques du jour.*

Participation spécifique : 10 €**4560 ▪ iPhone et iPad (APPLE) perfectionnement**

Animée par Daniel DAUTHIEU

Le 4ème mardi du mois de 14h à 15h30

Salle 208

Niveau : bonne utilisation iPhone et iPad APPLE

- *Obligation de disposer d'appareils récents iPhone ou iPad APPLE (2 ans maximum) sous iOS 26 ou iPad OS26. Destiné aux utilisateurs ayant suivi la 2ème année « Maîtrise » ou justifiant d'une expérience certaine dans l'utilisation de ces appareils exclusivement. Ils peuvent prouver qu'ils connaissent BIEN les fonctionnalités de base et le vocabulaire associé. En particulier ils sont à l'aise avec les notions d'iCloud et d'ID Apple. 1er trim. : le système APPLE IOS et IPADOS. 2ème trim. : les applications de communication. 3ème trim. : Photos vidéos et montages. Une ou plusieurs vidéos thématiques seront envoyées chaque semaine. Ces vidéos sont le support du cours et chaque atelier présentiel éclaircira les sujets mal compris et répondra aux questions des auditeurs. Cet atelier n'aura que 5 séances en présentiel dans l'année et nécessitera une attention aux vidéos toute particulière.*

Assistants : Joëlle FOUCAULT et Paul KIRITZE-TOPOR

Participation spécifique : 10 €**4596 ▪ Active ton Smartphone**

Animée par Jean-Louis VAREILLE

Les 2ème et 4ème vendredis du mois de 14h à 15h30 / Salle 137

Niveau : débutant

Faire connaissance avec son téléphone, le paramétrer, apprendre à utiliser les fonctionnalités et applications telles que la messagerie, le GPS, la photo, naviguer sur internet ou encore WhatsApp. Les participants devront venir avec un téléphone Android (les iPhone ne sont pas concernés par cette formation).

4551 ▪ iPhone et iPad (APPLE) - maîtrise

Animée par Daniel DAUTHIEU

Les 2ème et 4ème mercredis du mois de 15h45 à 17h

Salle 138

Niveau : utilisateurs justifiant d'une expérience certaine sur iPhone iPad APPLE

- *Programme identique à l'activité 4550.*

Participation spécifique : 10 €**4590 ▪ Adopte un Smartphone - débutant**

Animée par Jean-Marc MAUSSION

Mardi de 14h à 15h / Salle 329

Niveau : ouvert à tous

- *Activité en 10 séances à partir d'octobre 2026, les dates seront communiquées à la rentrée. « Adopte un Smarthphone » ou comment apprivoiser son téléphone. Les objectifs de cette activité : communiquer, gérer, photographier, voyager. Les participants devront venir avec leur téléphone Android (moins de 5 ans). Ces cours sont donnés sur un Samsung.*

4591 ▪ Adopte un Smartphone - débutant

Animée par Jean-Marc MAUSSION

Mardi de 15h15 à 16h15

Salle 329

Niveau : ouvert à tous

- *Activité en 10 séances à partir d'octobre 2026, les dates seront communiquées à la rentrée. Programme identique à l'activité 4590.*

4592 ▪ Adopte un Smartphone - niveau 1

Animée par Jean-Marc MAUSSION

Mardi de 16h30 à 17h30 / Salle 329

Niveau : avoir suivi le cours niveau débutant (4590 ou 4591)

- *Activité en 10 séances à partir d'octobre 2026, les dates seront communiquées à la rentrée. Pour les personnes qui savent téléphoner, envoyer des sms, des photos mais qui veulent approfondir le paramétrage du téléphone. Les participants devront venir avec leur téléphone Android (moins de 5 ans).*

SCIENCES

21 activités

Agriculture et développement durable (4620 et 4630) – Page 34

Géologie (4700) – Page 35

Architecture (4720 à 4723) – Page 35

Sciences du vivant (4752) – Page 36

Espace et astronomie (4640 à 4670) – Pages 34 et 35

Sciences physiques et technologies (4730 à 4750) – Page 35

Sciences cognitives et informatique (4840 à 4862) – Page 36

Sciences médicales (4900 à 4902) – Page 37



4620 ■ L'agriculture biologique, prototype de l'agriculture durable ?

Animée par Jean-Paul COUTARD
Les 1er, 3ème et 5ème lundis du mois de 14h à 16h
Salle 235
Niveau : ouvert à tous

Découvrir l'agriculture biologique : sa situation actuelle, son histoire, ses principes, ses règles et interdictions, les leviers agronomiques et zootechniques utilisés, ses atouts mais aussi ses limites. Mieux comprendre comment elle peut répondre aux enjeux du développement durable. Visiter une ferme expérimentale. Echanger sur un sujet occasionnant de nombreuses controverses.

4630 ■ Développement durable

Animée par Alain LASSERRE
Le 1er mercredi du mois de 14h à 16h30
Salle 131
Niveau : ouvert à tous

- *Découvrir ce qu'est réellement le développement durable, sa relation avec la protection de l'environnement, le progrès social et le développement économique. Quels sont les enjeux pour notre planète et pour les générations futures, les évolutions dans le temps. Comment agir à notre niveau, notamment pour réduire notre empreinte écologique. Comment agissent les institutions sur le territoire.*

Assistante : Colette LASSERRE

4640 ■ Cosmographie

Animée par Youri GAUTIER
Les 1er et 3ème jeudis de 9h à 10h25
Salle 208
Niveau : ouvert à tous

- *1ère année d'un cycle de deux ans. Exposition des mouvements des corps célestes et leurs conséquences. Séances de novembre 2026 à avril 2027.*

4660 ■ Notre système solaire

Animée par Jean-Luc JOVELIN
Les 2ème, 4ème et 5ème jeudis du mois de 9h à 10h25
Salle 131
Niveau : ouvert à tous

- *Les sondes spatiales ainsi que les engins robotisés lancés ces dernières décennies ont largement contribué à la connaissance des planètes et des lunes de notre système solaire. Pour mémoire, la découverte des anneaux de JUPITER par la sonde VOYAGER1 date de 1979. Nous détaillerons avec précision les caractéristiques physiques (vitesse, périodicité, masse, taille...) des huit planètes du système solaire et de leurs lunes associées.*

4665 ■ L'espace, quelle histoire ?

Animée par Pierre VERNIZZI
Les 1er et 3ème lundis du mois de 9h à 10h25
Salle 131
Niveau : ouvert à tous

- *La maîtrise de l'espace fut un attribut, pour quelques nations, de puissance et de souveraineté. Souveraineté mise à mal aujourd'hui par l'émergence du "New Space". L'installation d'armes spatiales faisant courir des risques croissants aux infrastructures terrestres inquiète la communauté internationale. L'atelier propose d'éclairer les enjeux actuels des activités spatiales tout en revisitant l'histoire d'une technique à laquelle l'Homme rêve depuis deux millénaires.*



4670 ■ Une histoire de la physique et de l'astronomie : les débuts

Animée par Jean-Luc GODET-LARTIGAUD
Les 1er et 3ème lundis du mois de 14h à 15h30
Salle 138
Niveau : ouvert à tous

NOUVEAU

- *Il s'agira de combiner une approche des cosmologies et astronomies et une histoire de la physique (mécanique, optique) pendant l'Antiquité et au Moyen-âge dans le bassin méditerranéen et en Europe afin de dégager les pistes qui ont pu conduire à la révolution galiléo-copernicienne.*

4720 ■ Construire avec la terre, le bois, le bambou...

Animée par Serge LAYCURAS DES ALLOIS
Les 2ème et 4ème vendredis du mois de 9h à 10h20
Salle 131
Niveau : ouvert à tous

La terre, le bois, la pierre, le bambou ont été les premiers matériaux naturels utilisés par l'homme pour construire son habitat. Comment l'usage de ces matériaux a-t-il évolué dans le temps ? Comment se fait-il qu'au XXIème siècle ils soient toujours reconnus comme matière d'architecture pour la construction ? Quels systèmes constructifs continuent de les associer ou de les mettre en concurrence à ceux plus modernes, issus de l'ère industrielle tels que le ciment et l'acier ?

4723 ■ Les ouvrages du génie civil contemporain 1/2

Animée par Serge LAYCURAS DES ALLOIS
Les 2ème et 4ème lundis du mois de 10h35 à 12h
Salle 131
Niveau : ouvert à tous

- *Chaque jour nous utilisons ou empruntons de grandes réalisations du génie civil des XX et XXI siècle sans s'interroger sur leur construction. Avec quelles techniques, quels moyens, quelles méthodes, quels hommes ont bâti cet environnement quotidien. Les grands barrages hydrauliques, leur construction, les risques générés, le tunnel sous la Manche, les grands ouvrages routiers en béton précontraint, la construction du métro parisien au XXème siècle, les ponts suspendus et les ponts à haubans, le renouveau des ponts routiers en bois, l'éolien offshore... C'est sur ces chantiers, dont la liste est non exhaustive et indépendante que je vous propose de vous conduire sans chronologie, si possible pour vous sur 2 ans (Power-point et diverses aides pédagogiques).*

4700 ■ VISIOCONFERENCE : Géologie de l'Anjou

Animée par Françoise MAROT
Le 1er mardi du mois de 14h à 15h30 / Visioconférence
Niveau : ouvert à tous - activité en visioconférence

- *Activité en visioconférence. La première séance, aura lieu en présentiel à l'uatl pour faire connaissance puis l'activité se déroulera en visioconférence au domicile de chacun. Faire découvrir la richesse géologique de l'Anjou en faisant parler les paysages et les roches, expliquer son histoire.*

4722 ■ Les grands chantiers de construction et du génie civil du passé 1/3

Animée par Serge LAYCURAS DES ALLOIS
Les 2ème et 4ème lundis du mois de 9h à 10h25
Salle 131
Niveau : ouvert à tous

- *Depuis Vitruve et le grand savoir-faire des Romains en matière de construction et de travaux hydrauliques, jusqu'à l'ouverture de l'isthme de Suez et de celui, un temps avorté de Panama, des hommes d'exception, trop souvent oubliés de l'histoire, se sont lancés, pour bon nombre au péril de leur vie, avec une intelligence et des moyens qui nous semblent aujourd'hui dérisoires, dans la construction d'ouvrages remarquables toujours présents au XXIème siècle : les cathédrales romanes et gothiques, les grands ponts de pierre du XVIII, les grands ouvrages métalliques du XIX, les premiers grands tunnels alpins, les voies ferrées à travers les immensités américaines et russes au XIX, sans oublier les forçats des mines de charbon depuis le XIII et surtout au XIX pour alimenter l'insatiable époque industrielle. C'est dans ces aventures, non exhaustives et indépendantes, que je vous propose de vous conduire sans chronologie, si possible sur 3 ans (power point et autres aides pédagogiques).*

4730 ■ La lumière dans tous ses éclats et tous ses états

Animée par Philippe SOURISSEAU
Lundi de 15h35 à 17h / Salle 317
Niveau : avoir quelques notions de sciences physiques et être curieux

- *La lumière est utilisée dans tous les aspects de notre vie : c'est l'éclairage, le soleil, les lasers, les moyens d'investigation pour notre santé (radio, IRM, scanner...), les moyens d'observation (du microscope électronique dans l'infiniment petit, au télescope dans l'infiniment grand), la photographie. Nous étudions leur histoire, leur principe de fonctionnement, leur évolution et leur impact sur notre société. C'est un moyen d'appréhender notre monde en perpétuelle transformation.*

4740 ▪ Notre usage du numérique

Animée par Philippe SOURISSEAU

Lundi de 14h à 15h25

Salle 317

Niveau : avoir quelques notions de sciences physiques ou être curieux

- *Du télégraphe au numérique, de l'évolution de l'informatique aux ordinateurs quantiques, de l'internet et de ses utilisations . L'évolution et le fonctionnement de ces applications techniques nous conduisent à nous interroger sur les mutations et les défis que traverse notre société. Quels sont les impacts du numérique sur notre vie et notre environnement ?*

4752 ▪ Evolution : comprendre le vivant

Animée par Hervé LE MORVAN

Le 3ème lundi du mois de 14h à 16h

Salle 208

Niveau : ouvert à tous

- *Nous aborderons le vivant d'après la théorie de l'évolution au moyen d'exemples tirés du monde animal, des plantes, des champignons et micro organismes. Pour cela nous utiliserons diverses disciplines scientifiques qui étayent la théorie de Darwin.*

4860 ▪ Mathématiques au collège

Animée par Martine LEMERCIER-GRANRY

Mardi de 14h à 15h

Salle 201

Niveau : ouvert à tous, niveau collège

- *Malgré la performance de nos outils informatiques: qu'est-ce qu'une fraction, un nombre premier ? Que me rappellent Thalès et Pythagore ? et la trigonométrie (sinus, cosinus, tangente) ? ... Les identités remarquables et les racines carrées ? ... Juste avoir envie de ... dans la joie de se retrouver et la bonne humeur.*

4750 ▪ Radioactivité : de l'atome à la centrale nucléaire

Animée par Hervé LE MORVAN

Le 3ème mardi du mois de 14h à 16h

Salle 137

Niveau : ouvert à tous

- *Le but est de présenter la radioactivité en tant que phénomène physique répondant aux lois de la physique et au travers de ses lois les effets sur la matière et par suite sur la santé. L'atelier est accessible à toute personne dotée de sa simple curiosité sans connaissance particulière préalable.*

4840 ▪ L'intelligence artificielle et nous

Animée par Christian PASCO

Les 1er et 3ème vendredis du mois de 9h à 10h30

Salle 137

Niveau : Avoir réellement envie de connaître

- *LIA est déjà présente dans nos vies et nous apporte un certain nombre de services. Les IA génératives ouvrent des perspectives impressionnantes. Venez découvrir ce qu'est l'IA aujourd'hui : comment ça marche, utilisations, les dangers, enjeux. Des séances pratiques vous permettront de mieux appréhender l'apprentissage machine et de vous entraîner à la conversation avec les IA génératives."*

4862 ▪ Les mathématiques autrement

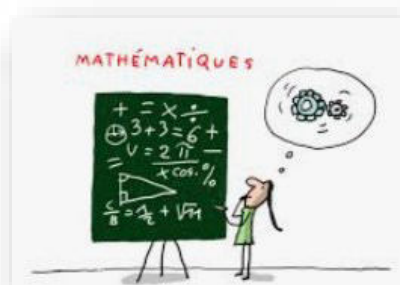
Animée par Isabelle VOILLEQUIN

Un lundi par mois de 14h à 15h30

Salle 137

Niveau : ouvert à tous

- *Renouer avec cette science à travers son histoire. Pour accompagner les petits, arrières petits-enfants, ou pour le plaisir, au cours d'une promenade mathématique de 2000 ans d'histoire, une autre façon de découvrir ou redécouvrir cette science en donnant du sens à ce qui vous a peut-être semblé obscur ... peut-être une occasion de se réconcilier avec les mathématiques !*



4900 ■ Histoire de la phytothérapie et l'aromathérapie

Animée par Didier FONTANEL

Le 1er mercredi du mois de 9h à 10h30

Salle 131

Niveau : ouvert à tous

- *Découvertes majeures et bien d'autres faits mêlant savoirs traditionnels et travaux scientifiques. Approche des étapes majeures ayant marqué la phytothérapie et l'aromathérapie : Origines, du Moyen-Age à la Renaissance, puis l'épopée de la chimie végétale avec la découverte des "principes actifs". Après les années 1960, retour au "naturel" et intérêt pour le "totum". Seront aussi évoqués : Les plantes et huiles essentielles phares, les effets thérapeutiques les plus convaincants, les difficultés Cette activité est animé par un pharmacien phytochimiste ayant exercé en laboratoires, en entreprises d'extraction végétale, en herboristerie, et en universités (Rennes, Tours, Angers). Séances d'octobre 2026 à mars 2027.*

4902 ■ Dessine-moi un système immunitaire

Animée par Gilles RENIER

Le 1er mardi du mois de 9h à 10h25

Salle 137

Niveau : ouvert à tous, même si quelques notions de biologie faciliteraient la compréhension

- *Comme dans le Petit Prince, partir à la découverte, en regardant ce qu'il y a derrière les mots et l'histoire de l'Immunologie et de la biologie, microbiote compris ; et s'en aller ainsi à la recherche du Système Immunitaire, avec en arrière-plan l'être vivant que nous sommes. "*

4903 ■ Construire un avenir plus sain

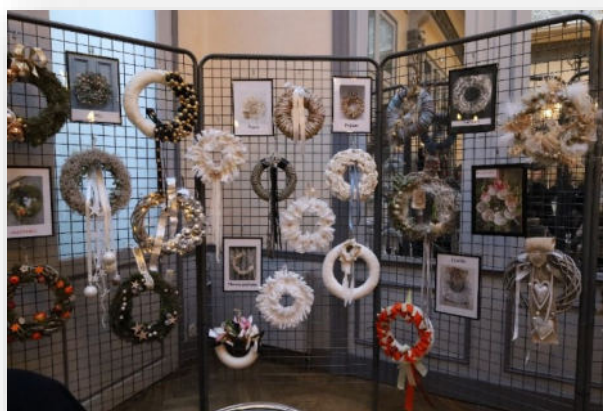
Animée par Loïc BOUCHER

Les 2ème et 4ème jeudis du mois de 9h à 10h25

Salle 208

Niveau : ouvert à tous

Ce module dédié à la santé explore les grands enjeux médicaux d'aujourd'hui et de demain. De l'action d'urgence (utilisation du défibrillateur, reconnaissance des AVC et infarctus) à la gestion des pathologies liées à l'âge (déclin cognitif, arthrose, ostéoporose), nous aborderons les clés d'une prévention efficace. Le programme intègre des recommandations concrètes spécifiquement adaptées aux seniors. Un focus sera également fait sur les troubles sensoriels (audition, DMLA), avant de conclure sur les révolutions de la médecine du futur et les thérapies de demain.





ARTS ET DANSES

57 activités

Photographie (5010 et 5020) – Page 40

Danses (5100 à 5260) – Page 40

Musique / Chants (5360 à 5491) – Page 43

Dessin / peinture (5500 à 5590) – Page 46

Théâtre (5700 à 5745) – Page 47

Arts du cirque (5650) – Page 47



5010 ■ Photographie : la technique et la composition photographiques

Animée par Claude DOMINAULT
Les 1er et 3ème mardis du mois de 14h à 15h50
Salle 228

Niveau : ouvert à tous, posséder un appareil photo et son manuel technique

- *Programme identique à l'activité 5020. Acquérir les techniques photographiques de base. Maîtriser les fonctionnalités de l'appareil photo. Sortir du tout automatique. Appliquer des réglages spécifiques via les fonctions P-A-S-M. Utiliser les modes Scènes. Connaître les bases de la composition photographique. Analyse et lecture de clichés des participants et des animateurs pour s'enrichir du regard des autres. Travaux pratiques lors de sorties.*

Assistante: Anik LE BARILLEC

5100 ■ Danses folk et traditionnelles

Animée par Léone PAPIN
Lundi de 10h30 à 12h
Salle 229

Niveau : moyen et avancé, sens du rythme et de l'orientation, pas de bases : valse, polka ...

- *Apprentissage de danses traditionnelles de France et d'ailleurs et danses pratiquées en bal Folk. OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.*

Assistant : Jack DRONIOU

5115 ■ Danses en lignes - débutant 3ème année

Animée par Henri LE BLOAS
Mardi de 14h à 15h30
Salle 322

Niveau : avoir suivi les 2 premières années du cycle de 3 ans

- *3ème année du cycle de 3 ans. Acquisitions de danses collectives en lignes sur des rythmes de Cha Cha, Rumba, Tango, Valses, Quickstep, Rock and Roll, Disco ... OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.*

Assistante : Jacqueline MARTIN

5020 ■ Photographie : la technique et la composition photographiques

Animée par Claude DOMINAULT
Les 2ème et 4ème mardis du mois de 14h à 15h50
Salle 228

Niveau : ouvert à tous, posséder un appareil photo et son manuel technique

- *Programme identique à l'activité 5010.*

Assistante : Anik LE BARILLEC



5110 ■ Danses de salon - avancé

Animée par Henri LE BLOAS
Vendredi de 14h à 15h45
Salle 322

Niveau : avoir de bonnes connaissances en danses de salon

- *Poursuivre les apprentissages des chorégraphies apprises pendant le cycle d'apprentissage sur des rythmes de Cha Cha, Tango, Paso Doble, Rumba, Samba, Valses, Quickstep, Rock and roll, Lindy Hop. OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.*

Assistante : Lydie LEROI

5120 ■ Danses en lignes - débutant 2ème année

Animée par Henri LE BLOAS
Vendredi de 16h à 17h30
Salle 322

Niveau : avoir suivi la 1ère année du cycle en 2025/2026

- *2ème année du cycle de 3 ans. Acquisitions de danses collectives en lignes sur des rythmes de Cha Cha, Rumba, Tango, Valses, Quickstep, Rock and Roll, Disco ... OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.*

Assistante : Jacqueline MARTIN

5130 ▪ Danses en lignes - niveau intermédiaire

Animée par Henri LE BLOAS

Mardi de 16h à 17h30

Salle 322

Niveau : avoir suivi la 3ème année du cycle débutant en 2025/2026

- *Acquisitions de danses collectives en lignes sur des rythmes de Cha Cha , Rumba, Tango, Valses, Rock and roll, Quickstep, Samba, Disco ...*
OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistante : Annette FERRE

5140 ▪ Danses de salon - débutant 2ème année

Animée par Henri LE BLOAS

Les 1er et 4ème jeudis du mois de 15h45 à 17h30

Salle 229

Niveau : avoir suivi la 1ère année du cours débutant

- *Ce cours est aussi ouvert aux personnes seules. Apprentissage en couples de chorégraphies de danses de société sur des rythmes de Cha-cha, Paso doble, Tango, Rumba, Valses ...*
OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistante : Catherine HUET

5160 ▪ Floridanse

Animée par Sylvie VANDEMOORTELE

Jeudi de 15h30 à 17h30

Salle 322

Niveau : intermédiaire

- *Florilège de "Belles danses anciennes". Apprentissage des pas et des chorégraphies de danses et contredanses de la Renaissance à la Belle Epoque. Présentation de spectacles dans divers lieux.*
OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistants : Jack DRONIOU et Isabelle HELMER

5135 ▪ Danses en lignes - niveau avancé

Animée par Henri LE BLOAS

Jeudi de 14h à 15h30

1^{er}, 3^{ème} et 5^{ème} jeudis du mois : Salle 322

2^{ème} et 4^{ème} jeudis du mois : Salle 229

Niveau : avoir suivi le niveau Intermédiaire et perfectionnement

- *Apprentissage et perfectionnement de nouvelles danses de niveau Avancé.*
OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistante : Catherine HUET

5150 ▪ Danses de salon - intermédiaire

Animée par Henri LE BLOAS

Lundi de 15h à 16h30

Salle 322

Niveau : avoir déjà participé à des cours de danses de salon

- *Ce cours est aussi ouvert aux personnes seules. Apprentissage en couples, de chorégraphies de danses de société sur des rythmes de Cha Cha, Paso Doble, Tango, Rumba, Valses, Rock and Roll....*
OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistante : Lydie LEROI

5168 ▪ Danses en lignes - débutant 1ère année

Animée par Jacqueline MARTIN

Jeudi de 16h à 17h30

Salle Jean Macé N°3, 106 à 110 rue du Pré Pigeon à Angers

Niveau : ouvert à tous

- 1^{ère} année d'un cycle de 3 ans. Apprentissage des chorégraphies des danses en ligne sur des rythmes de Cha Cha, Rumba, Rock, Fox Trot ... et acquisition des pas de base. *OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.*

Assistants : Ghislaine BANSARD et Catherine DELIMESLE

5170 ▪ Danses en lignes - débutant 2ème année

Animée par Jacqueline MARTIN
Jeudi de 14h à 15h30

NOUVEAU

Salle Jean Macé N°3, 106 à 110 rue du Pré Pigeon à Angers

Niveau : avoir suivi la 1ère année du cycle débutant

- *2ème année d'un cycle de 3 ans. Révision des danses apprises au cours de la 1ère année du cycle et acquisition de nouvelles chorégraphies.*
OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistants : Catherine DELIMESLE et Bettina WOLCKE

5190 ▪ Danses en lignes - 3ème année

Animée par Josiane THIBOLT
Mardi de 9h à 10h30
Maison de quartier des Hauts de St Aubin, 19 rue Marie Amélie Cambell à Angers
Niveau : avoir suivi les 2 premières années du cycle débutant

- *Révision des danses acquises les deux années précédentes et apprentissage de nouvelles danses.*
OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistants : Guy ROUILLARD et Bettina WOLCKE

5210 ▪ Pratique de danses en lignes

Animée par Josiane THIBOLT
Mercredi de 10h30 à 12h
Salle Jean Macé N°3, 106 à 110 rue du Pré Pigeon à Angers
Niveau : avoir participé aux niveaux 1, 2 et 3

- *Reprise des danses du cycle sur d'autres musiques et apprentissage de nouvelles danses.*
OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistant : Guy ROUILLARD

5180 ▪ Danses en lignes - débutant 1ère année

Animée par Josiane THIBOLT
Mardi de 10h30 à 12h
Maison de quartier des Hauts de St Aubin, 19 rue Marie Amélie Cambell à Angers
Niveau : débutant

- *Acquisition des pas de base sur différents rythmes.*
OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistant : Martine BILLARD et Guy ROUILLARD

5200 ▪ Danses en lignes - perfectionnement

Animée par Josiane THIBOLT
Lundi de 9h à 10h30
Salle Jean Macé N°3, 106 à 110 rue du Pré Pigeon à Angers
Niveau : avoir suivi les trois années du cycle débutant

- *Révision des danses apprises pendant les trois années du cycle d'apprentissage et acquisition de nouvelles danses.*
OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistants : Guy ROUILLARD et Martine BILLARD

5220 ▪ Danses USA

Animée par Josiane THIBOLT
Mercredi de 9h à 10h30
Salle Jean Macé N°3, 106 à 110 rue du Pré Pigeon à Angers
Niveau : connaître les pas de base : chassés, polka, valse

- *Deux parties au cours : danses traditionnelles et danses country par couple. Pour prendre plaisir à danser, il faut savoir se repérer dans l'espace.*
OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistant : Guy ROUILLARD

5230 ▪ Danses folk et traditionnelles

Animée par Léone PAPIN

Mardi de 16h10 à 17h30

Salle 229

Niveau : moyen et avancé

- *Apprentissage de danses traditionnelles de France et d'ailleurs et danses pratiquées en bal Folk.*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistants: Jack DRONIOU et Joël PAPIN

5250 ▪ Danses de couples - perfectionnement

Animée par Catherine ALIX

Lundi de 17h à 18h

Salle 229

Niveau : posséder obligatoirement des bases en danses en couple

- *S'inscrire OBLIGATOIREMENT à deux pour l'année entière. Révisions et perfectionnement des apprentissages de l'année précédente assurés par un couple d'enseignants (plus de vingt ans de pratique) et découverte de nouvelles chorégraphies sur des danses telles que la samba, le mambo salsa, la rumba, le tango argentin ...*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistant : Pierre-Yves DISANT

5360 ▪ Musique folk

Animée par Patrice GRIFFON

Vendredi de 9h45 à 12h

Salle 322

Niveau : maîtrise de l'instrument

- *Rencontre de musiciens désirant créer un répertoire de musique folk (France, Irlande, Israël) destiné à faire danser, chanter et animer : guitare, violon, flûte, accordéon, percussions.*

Assistants : Annie BARBISAN et Philippe CHALLIOL

5240 ▪ Danses de couples - débutant

Animée par Catherine ALIX

Lundi de 16h à 17h

Salle 229

Niveau : débutant ou faux débutant acceptant de reprendre les bases

- *S'inscrire OBLIGATOIREMENT à deux pour l'année entière. Apprentissages de chorégraphies simples de danses en couples proposés par un couple d'enseignants (plus de vingt ans de pratique). Travail sur des rythmes de valse, rock, paso doble, cha cha cha et tango standard. Puis découverte d'autres danses qui seront poursuivies les années suivantes. OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.*

Assistant : Pierre-Yves DISANT

5260 ▪ Contredanses anglaises

Animée par Nadia BOISSARD

Lundi de 14h à 15h45

Salle 229

Niveau : confirmé

- *Essentiellement danse de groupe, la contredanse anglaise doit son succès à son élégance, l'ingéniosité de ses figures et la beauté de ses musiques. Très ludique, elle est idéale pour pratiquer l'agilité du corps et de l'esprit.*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistants : Françoise BODIN et Marie BRUNET

5370 ▪ Rencontres guitaristes - instrumental

Animée par Alain BOURGEOIS

Les 2ème et 4ème mardis du mois de 10h30 à 12h

Salle 120

Niveau : avoir une certaine pratique de la guitare classique ou acoustique, savoir lire une partition ou une tablature simple

- *Permettre à chacun, par des rencontres d'un groupe de 8 à 10 guitaristes, d'améliorer sa technique instrumentale, d'élargir son répertoire, de jouer à plusieurs. Les styles musicaux (latino, classique, folk), et les techniques de jeu (main gauche, main droite) viennent des échanges entre les participants. Présentation publique en fin d'année.*

Assistant : Jean-Claude LECOQ

5372 ■ Rencontres guitaristes - accompagnement

Animée par Jean-Claude LECOQ

Les 1er et 3ème mardis du mois de 10h30 à 12h

Salle 120

Niveau : avoir une certaine pratique de la guitare d'accompagnement (accords de base, rythmes courants,...)

- Permettre à chacun par des rencontres d'un groupe de 8 à 10 guitaristes, d'améliorer sa technique, d'élargir son répertoire, de jouer à plusieurs. Les styles musicaux (chanson française, anglo-saxonne ...) et les techniques d'accompagnement (accords, rythmes) viennent des échanges entre les participants. Présentation publique en fin d'année.

Assistant : Alain BOURGEOIS

5380 ■ Atelier des chansonneurs

Animée par Paul MESLET

Les 2ème et 4ème lundis du mois de 10h30 à 12h

Salle 120

Niveau : ouvert à tous

- Programme identique à l'activité 5379.

Assistants : Eliane BONNAURE et Philippe CHALLIOL

5386 ■ La musique pour de rire

Animée par Serge AMALVI

Les 1er et 3ème lundis du mois de 15h à 16h

Salle 120

Niveau : débutant

- Permettre de se remettre au solfège ou de débiter, en douceur. Echanges de savoirs autour de la musique et préparation d'une animation à l'UATL ou en dehors.

Assistant : Pierre Ali PARE

5379 ■ Atelier des chansonneurs

Animée par Paul MESLET

Les 2ème et 4ème lundis du mois de 9h à 10h30

Salle 120

Niveau : ouvert à tous

NOUVEAU

- *Ecriture de chansons à partir d'un thème puis travail sur la mélodie et la composition (rimes, refrains, pieds, rythme, mélodie...). A partir d'un travail d'écriture à la maison, acquisition et approfondissement en atelier. Préparation à une interprétation publique et à l'enregistrement de morceaux sélectionnés. Programme identique à l'activité 5380.*

Assistants : Eliane BONNAURE et Philippe CHALLIOL

5382 ■ Interpréter des chansons

Animée par Veronique CHENET

Les 1er et 3ème lundis du mois de 10h à 12h

Salle 120

Niveau : aimer chanter

- *Partager le plaisir de chanter en permettant à chacun de mener à bien, avec d'autres, un projet d'évolution dans l'interprétation de chansons. Transmettre nos émotions aux auditeurs par le biais d'une chanson.*

Assistants : Philippe CHALLIOL et Lionel PAPOT

5450 ■ Chorale

Animée par Odile CHAUVIN

Vendredi de 9h15 à 11h30

Salle 208

Niveau : ouvert à tous

- *Préparation vocale. Déchiffrage de chants variés de la Renaissance à nos jours. Recherche de la musicalité et de l'homogénéité des pupitres. Bonne humeur et assiduité demandées.*

Assistants : Catherine FAUCHEUX et Sylvie VANDEMOORTELE



5455 ■ Atelier choral

Animée par Tinou LEGRAND
Mardi de 9h15 à 12h
Salle 208
Niveau : ouvert à tous

- *On ne chante pas seul ou pour soi, mais avec les autres et pour les autres. Une séance comporte un échauffement vocal suivi de l'apprentissage de chants à 3 ou 4 voix mixtes ou de la révision des chants acquis. Programme de variétés françaises produit dans le cadre d'évènements, de concerts (sans partition). De début novembre à fin mai, alternance entre des séances en Tutti (9h30 à 11h30) et des séances par pupitre Ténors & Sopranes et Altis & Basses (9h15 à 10h35) et (10h40 à 12h). Un planning prévisionnel est donné en début d'année.*

Assistants : Patricia ABNER (A), Marlène BAZIRE (S) et Daniel BERNARD (B)

Participation spécifique : 12 €

5459 ■ Technique vocale - choristes non inscrits à la chorale du vendredi

Animée par Odile CHAUVIN
Jeudi de 10h15 à 11h45
Salle 229
Niveau : ouvert à tous - Cycle de 2 ans

- *Travail vocal à partir de la respiration, exercices vocaux et prise de conscience des différents résonateurs corporels pour mieux utiliser sa voix. Prévoir : tenue confortable et tapis de sol. Le calendrier des séances sera communiqué à la rentrée.*

Assistant : Alain VELOCITER

5470 ■ Poursuite des écoutes de jazz comparées

Animée par Alain MOSNIER
Le 3ème lundi du mois de 10h30 à 12h
Salle 131
Niveau : ouvert à tous

- *Ecouter pour partager impressions, émotions, informations, descriptions, dans l'échange personnel convivial, éclairé et ouvert. Tous les styles et tous les musiciens seront à portée de nos oreilles ...*

Assistant : Emmanuel BERNAY

5458 ■ Technique vocale - Nouveaux choristes inscrits à la chorale du vendredi

Animée par Odile CHAUVIN
Jeudi de 10h15 à 11h45
Salle 229

Niveau : cette activité n'est pas un cycle et est réservée aux adhérents n'ayant pas suivi ce cours en 2025/2026

- *Travail vocal à partir de la respiration, exercices vocaux et prise de conscience des différents résonateurs corporels pour mieux utiliser sa voix. Prévoir : tenue confortable et tapis de sol. Les dates de ces cours seront communiquées à la rentrée.*

Assistant : Alain VELOCITER

5460 ■ Ecoutes musicales comparées - musique classique

Animée par Bruno MANTELLI
Les 1er, 3ème et 5ème vendredis du mois de 10h à 12h
Salle 131
Niveau : ouvert à tous

- *Ecoute comparative de plusieurs enregistrements d'une même oeuvre de musique classique, afin de prendre conscience de l'utilité de comparer et de trouver la version selon son coeur. Tous les genres sont abordés (opéra, musique de chambre, symphonies, concertos, etc...) chacun s'exprime à tour de rôle.*

5490 ■ Construction d'une flûte en bambou

Animée par Elisabeth RETHORE
Lundi de 10h30 à 12h
Salle 122

NOUVEAU

Niveau : grande dextérité manuelle

- *A partir d'une canne en bambou sélectionnée, avec un outillage simple mis à votre disposition, vous construirez votre première flûte (soit un soprano soit un alto soit un ténor) et apprendrez à en jouer, à l'appivoiser, à découvrir le solfège note après note, en appréciant le plaisir des sons qui se mêlent et s'ajustent.*

Participation spécifique : 18 €

5491 ■ Musique : flûte de bambou

Animée par Elisabeth RETHORE

Vendredi de 14h15 à 16h30

Salle 120

Niveau : avoir construit sa flûte en bambou

- *Poursuivre l'apprentissage du jeu de flûte de bambou et découvrir le plaisir de jouer seul et en petit groupe.*

5510 ■ Dessin et peinture

Animée par Raymonde PILARD

Les 1er, 3ème et 5ème jeudis du mois de 14h à 17h

Salle 229

Niveau : ouvert à tous, envie de chercher à créer...

- *Le dessin (la perspective- le trait- les valeurs- la composition) ; la couleur (les harmonies - la touche) ; approche de quelques mouvements dans la peinture (fin XIXème - XXème). Objectifs : savoir dégager l'essentiel, savoir interpréter, savoir travailler en autonomie. Sujets proposés : croquis et exercices préparatoires, natures mortes - portraits - modèle vivant (3 séances).*

Assistants : Eliane BONNAURE et Jacques FOUCAULT

Participation spécifique : 22 €**5530 ■ Modèle vivant**

Animée par Bérangère DUFOUR MARIOTAT

Mardi de 9h à 12h

Salle 229

Niveau : ouvert à tous

- *Cycle d'apprentissage. Observer et traduire le réel et utiliser différentes techniques.*

Assistants : Michel MANCEL et Jean-Pierre MONRIGAL

Participation spécifique : 160 €**5570 ■ Abstraction en peinture**

Animée par Gilles BRESSY

Mercredi de 9h à 12h / Salle 235

Niveau : confirmé en peinture, pas de débutant

- *Atelier recherche vers l'abstraction picturale. Etude des éléments de composition et principes d'une oeuvre picturale. Chaque participant prépare une séance à tour de rôle.*

Assistante : Cécile LEFORT.

Participation spécifique : 15 €**5500 ■ Aquarelle**

Animée par Michel DEBOTTE

Mardi de 14h à 16h

Salle 235

Niveau : bonne maîtrise de dessin

- *Réalisation de différents sujets en un temps donné en abordant différentes techniques de l'aquarelle. Les supports de référence privilégieront les croquis ou les photos personnelles. Une mise en commun à la fin de chaque période d'exécution permettra de mettre en évidence les difficultés rencontrées et les solutions pour y remédier.*

Assistants : Bruno BEVILIS et Sylvie PINEAU

5520 ■ Dessin, pastel, peinture

Animée par Roland CHRETIEN

Vendredi de 9h à 11h30

Salle 229

Niveau : bases de dessin souhaitées

- *Etude de techniques figuratives uniquement. Peinture, Pastel, Aquarelle, huile et toutes techniques sur papier. Travail d'après photos projetées, modèles, nature morte, sur le motif et 3 séances de modèle vivant. Connaissance minimum en dessin souhaitable.*

Assistants : Joël BOUDEAU, Jean-Pierre MONRIGAL et Jacques PEQUIGNOT

Participation spécifique : 22 €**5550 ■ Aquarelle**

Animée par Catherine HERAULT

Vendredi de 9h15 à 11h30

Salle 317

Niveau : maîtrise aquarelle et dessin

- *Dessiner et peindre d'après photos numériques, occasionnellement sur site. Echange de savoirs sur les techniques de l'aquarelle entre les membres participants à cette activité.*

Assistante : Françoise GOEPFERT

5571 ■ Abstraction picturale

Animée par Sophie MENUAU

Les 2ème et 4ème vendredis du mois de 14h à 16h30

Salle 235

Niveau : ouvert à tous

- *Histoire de l'art du XXème siècle. Etude éléments et principes de l'art pictural. Dessin, peinture acrylique et aquarelle. Collage.*

5580 ■ Dessin Aquarelle

Animée par Marie-Thérèse BLANC
Vendredi de 9h30 à 12h
Salle 308
Niveau : confirmé, avoir suivi la 1ère année 2025/26

- *Acquérir les bases techniques du dessin et de l'aquarelle afin de pouvoir exprimer ses émotions et sa sensibilité en toute liberté pour créer un tableau personnel reflet de sa créativité. Travail personnel demandé.*

Assistant : Jean BROSSET

5585 ■ Les pigments dans l'eau

Animée par Martine ASSIER
Mercredi de 9h à 12h
Salle 224

Niveau : débutant à confirmé (pour les débutants prévoir un budget de 200€ à 350€)

- *Atelier d'aquarelle pour débutants et confirmés. Prévoir un budget de 350€ maximum (tubes, pinceaux). Un atelier avec des cours clairs et détaillés, des démonstrations et explorations des 4 grandes techniques.*

Assistants : Michèle SIMONPIETRI et Dominique THOMAS

Participation spécifique : 35 €

5590 ■ Modèle vivant

Animée par Denis MAZET
Les 1er, 3ème et 5ème mercredis du mois de 14h à 16h
Salle 229
Niveau : ouvert à tous

- *A chaque séance, une courte présentation est faite sur le thème du jour : la ligne, la schématisation des volumes, les jeux d'ombres et de lumières, la composition, les raccourcis ... avec différents modes d'expression : le fusain, les pastels secs, le crayon aquarellable, le pinceau, le calame, la plume... Un temps de réflexion en commun sur les dessins de chacun est proposé en cours de séance.*

Assistante : Eliane BONNAURE

Participation spécifique : 80 €

5700 ■ Atelier théâtre

Animée par Georges BILLERAULT
Mardi de 14h à 16h
Salle 101
Niveau : débutant uniquement

- *Apprendre à jouer la comédie et apprendre un texte par coeur. Jouer un personnage. Donner la réplique.*

5581 ■ Aquarelle et recherche de la lumière

Animée par Raymonde PILARD
Vendredi de 9h30 à 11h30
Salle 224

Niveau : ouvert à tous, seulement de la curiosité et l'engagement de venir à toutes les séances

- *Rechercher via l'aquarelle à créer la lumière et l'émotion. Le travail se réalise à partir de croquis, de photos personnelles, de mises en scène : natures mortes ou sur le motif. Cela nécessite un peu de préparation à la maison. Les échanges entre participants permettent d'observer différents points de vue possibles et permettent aussi l'apprentissage ou la consolidation du travail en autonomie. Les thèmes de travail sont définis en début d'année avec chacun des participants.*

Assistante : Françoise de la CHAUSSEE

5587 ■ Aquarelle en autonomie

Animée par Annie DE GENTILE
Les 2ème et 4ème jeudis du mois
de 9h à 11h30 / Salle 314

NOUVEAU

Niveau : avoir suivi l'intégralité du cycle 5585

- *Réalisation en autonomie de la pratique de l'aquarelle, échanges d'expérience autour de travaux personnels.*

Assistante : Annie MOINET

5650 ■ Pratique des arts du cirque

Animée par Serge AMALVI
Les 1er et 3ème lundis du mois de 16h45 à 17h45
Salle 322
Niveau : ouvert à tous

- *Diverses possibilités de jonglage avec des balles, des massues, ou des anneaux mais aussi des assiettes chinoises, bâton du diable, échasses, rola bola, déguisements, réalisation de sketches individuels et collectifs. Bonne méthode pour conserver ses réflexes et se lancer des défis. Préparation d'une animation à l'UATL et en dehors.*

Assistants : Véronique CERTAIN, Maria GREGOIRE et Pierre Ali PARE



5710 ■ Atelier théâtre

Animée par Noëlle DARMAILLACQ et Jean-Patrick LAFON

Vendredi de 14h à 17h

Salle 229

Niveau : ouvert à tous

- *En début d'année le groupe choisit un texte plutôt sérieux sur les propositions des animateurs. Il permet de monter un spectacle, joué en mai ou juin, dans un théâtre de la ville et à l'occasion des événements culturels de l'UATL. A chaque séance, un cercle de parole est suivi d'exercices variés (méditation, gestuelle sensorielle, jeu dramatique, voix). Ils entraînent la confiance, la concentration et enrichissent l'expressivité des personnes. La présence de chacun est indispensable à chaque séance.*

5730 ■ En scène - atelier théâtre

Animée par Catherine ALIX

Mardi de 14h à 17h

Salle 308

Niveau : l'expérience de la scène même modeste, même lointaine, est souhaitable

L'objectif de cet atelier est, chaque année, de choisir un spectacle de nature plutôt comique (pièce ou montage de textes) à présenter fin mai début juin 2027 dans un théâtre devant un public large. Les séances du mardi sont donc dédiées à l'apprentissage du texte, au travail de diction, de jeu, et de mise en scène du spectacle. L'assiduité aux séances durant l'année et surtout aux répétitions de fin d'année sont indispensables à la réussite de ce projet où chacun s'implique et reste solidaire du groupe.

5738 ■ Théâtre, éclats de scène

Animée par Valérie AUBIN MANQUEST

Mardi de 14h à 16h

Salle 229

Niveau : ouvert à tous

- *Choisir la ou les pièces à mettre en scène pour représentation au Festival de théâtre de l'UATL. Aimer le jeu et l'envie de monter sur scène pour du théâtre comique.*

Assistante : Nadine DUBUISSON

5720 ■ Théâtre pour tous

Animée par Catherine ALIX

Vendredi de 14h à 17h

Salle 131

Niveau : expérience de la scène souhaitable

- *Cet atelier a deux objectifs : choisir, répéter et proposer à un public large sur une scène à Angers un spectacle nouveau chaque année, au mois de mai, composé de sketches dans un registre comique. Mais il propose aussi de se déplacer dans des foyers logements trois ou quatre fois par an pour offrir un autre spectacle, libre de droits, qui s'enrichit d'année en année de nouvelles propositions. L'atelier est donc ouvert à tous les amoureux du théâtre qui souhaitent s'amuser avec nous et amuser différents publics. Une petite expérience de la scène est la bienvenue mais l'assiduité aux séances de répétitions dans l'année est, elle, indispensable à la réussite d'un projet commun.*

Assistante : Janine ROUQUETTE

5735 ■ Atelier théâtre

Animée par Joël BROCHET

Jeudi de 14h à 17h

Salle 308

Niveau : ouvert à tous

- *Cet atelier se propose de mettre en lumière les potentialités théâtrales de chacun, avec également comme objectif, de présenter un spectacle de fin d'année. Cette année, une part importante du travail portera sur le jeu théâtral dans la comédie et dans le burlesque, en s'attachant aux travers et qualités de la nature humaine. Le spectacle se voudra l'aboutissement d'un véritable travail où chacune et chacun des participants aura puisé en elle ou en lui des ressources (parfois, voire souvent insoupçonnées) et, où l'ensemble du groupe aura oeuvré dans la plus grande convivialité.*

Assistant : Jean-Pierre SAUVAGE

5745 ■ Dire la poésie (lue et dite)

Animée par Noëlle DARMAILLACQ

Jeudi de 10h à 11h30 / Salle 101

Niveau : ouvert à tous

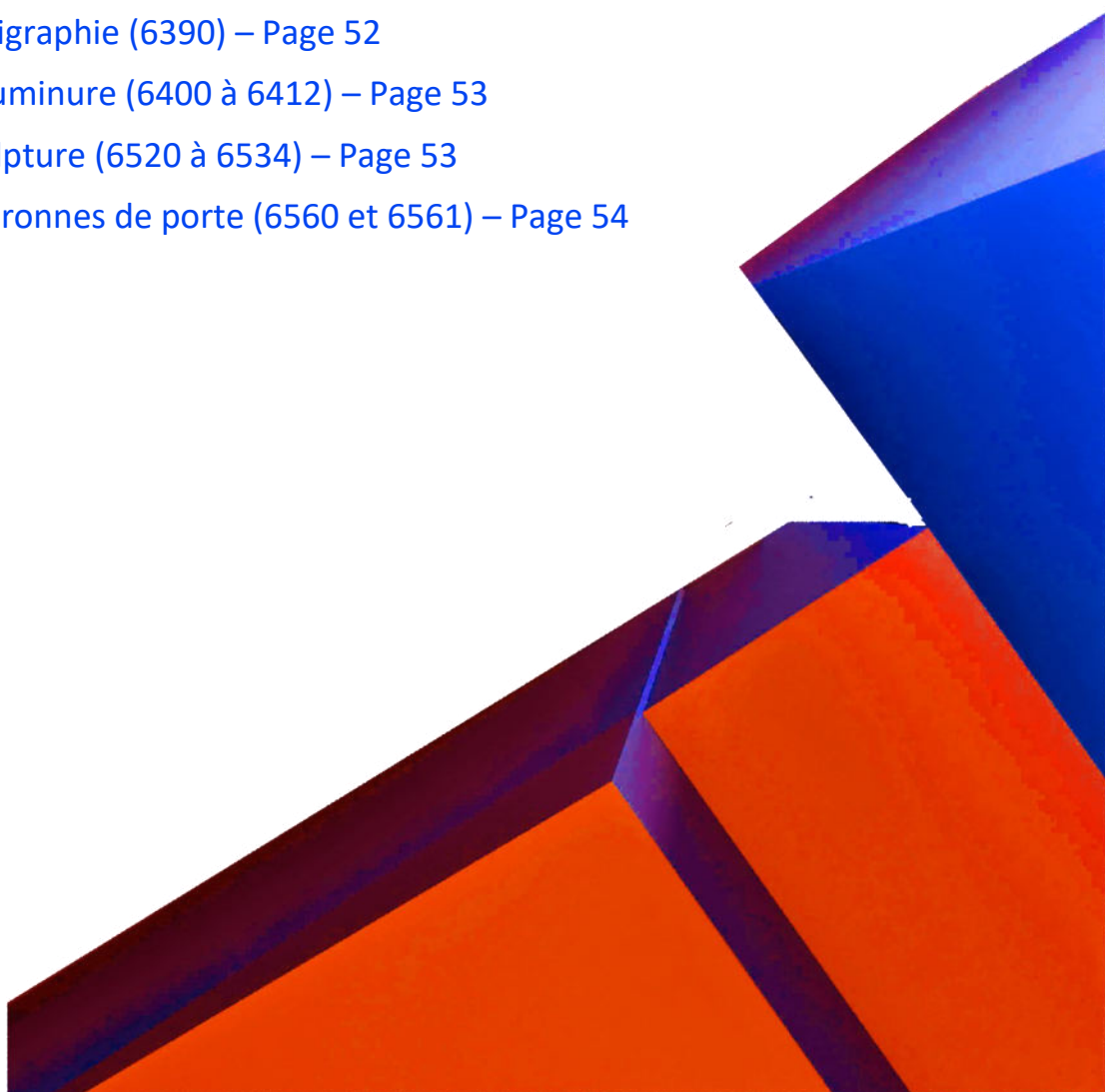
- *Atelier ouvert à tous, sensibles à la poésie. Rassembler des poèmes, les lire ou les lire lors de manifestations à l'UATL, notamment lors du Printemps des Poètes. Cette activité n'est pas un atelier d'écriture mais un apprentissage : diction, articulation, souffle, yeux, corps, voix. Musique, danse, chorale, conte, jonglage...pourront nous accompagner.*

Assistants : Françoise DELAUNAY et Maria SALMON

ARTISANAT

28 activités

- Peinture sur soie (6100) – Page 50
- Broderie (6110) – Page 50
- Dentelle aux fuseaux (6141 et 6160) – Page 50
- Patchwork (6170) – Page 50
- Reliure (6200 à 6285) – Page 51
- Dorure (6300 et 6310) – Page 52
- Cartonnage (6340 et 6341) – Page 52
- Calligraphie (6390) – Page 52
- Enluminure (6400 à 6412) – Page 53
- Sculpture (6520 à 6534) – Page 53
- Couronnes de porte (6560 et 6561) – Page 54





6100 ■ Peinture sur soie

Animée par Odile HAMEL

Les 2ème et 4ème vendredis du mois de 14h à 17h

Salle 308

Niveau : initié

- Créations artistiques : foulards, étoles, écharpes, coussins, tableaux, cadres. La soie est vendue en début de cours par mes soins.... Prévoir petit matériel personnel : pinceaux, punaises, gros sel, crayons, coton-tige, sopalin, gants, tablier, ficelle cuisine, ciseaux. Les peintures et fournitures sont fournies par l'uatl.

Assistantes : Claire GUILLEMET et Evelyne LOUIS

Participation spécifique : 20 €

6110 ■ Broderie

Animée par Jacqueline CESBRON

Mardi de 9h30 à 11h30

Salle 201

Niveau : ouvert à tous

- Cette activité vous propose, apprentissage des différents points de broderie, entraide et mise en commun de vos ouvrages. Apporter un tissu, un napperon ou autre à broder. Ciseaux, aiguilles, dé et cotons à broder.

Assistante : Lydie ROBREAU

6141 ■ Dentelle aux fuseaux

Animée par Liliane ORJUBIN

Jeudi de 14h à 17h

Salle 201

Niveau : ouvert à tous

- La dentelle aux fuseaux est une technique qui se pratique sur un carreau où est fixée la piquée sur laquelle les fuseaux et leurs fils viendront travailler le "croiser, tourner", mouvement de base de la dentelle. Matériel : carreau (peut se fabriquer), fuseaux (50), épingles, fils de coton, lin.

Assistante : Odile PHELIPPEAU

6160 ■ Dentelle aux fuseaux

Animée par Liliane ORJUBIN

Jeudi de 9h à 12h

Salle 201

Niveau : une certaine expérience requise

- Mise en application de modèles utilisant différentes techniques de la dentelle aux fuseaux. Partage des connaissances et aide réciproque entre dentellières.

Assistante : Françoise POUJOL

6170 ■ Patchwork

Animée par Pascale LAINE

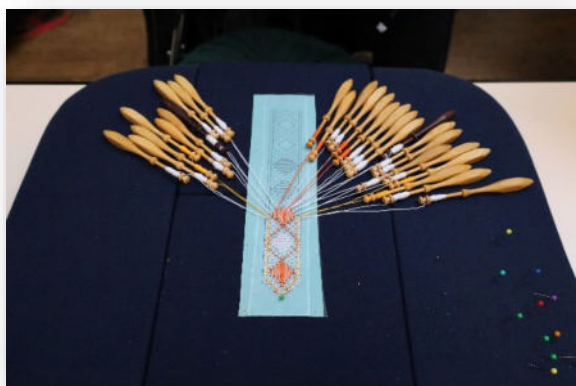
Lundi de 9h à 11h45

Salle 224

Niveau : débutant possible

- Technique de couture qui consiste à assembler des morceaux de tissus de tailles, formes et couleurs différentes pour réaliser divers types d'ouvrages (courtepointe, objets, ...). Venir à l'activité avec 2 tissus différents : imprimés et faux unis, plaque de découpe, règle graduée, ciseaux tissus, ciseaux papier, ciseaux cigogne, bristol petits carreaux, fils à gant (Chinois), fil à quilting, aiguilles à quilting, aiguilles à appliqué, enfile aiguille.

Assistante : Liliane BLAISONNEAU



6200 ■ Reliure

Animée par Martine CHAUVINEAU
Vendredi de 9h30 à 11h30
Salle 36
Niveau : ouvert à tous

- *Ces cours, du débutant au confirmé, dispensent une initiation à la reliure classique ou artistique : pleine reliure, demi-reliure, bradel, habillage du livre relié en cuir, en toile, en skivertex et papiers spéciaux. La reliure nécessite beaucoup de soin, de précision, de rigueur et de concentration. L'assiduité est nécessaire pour la progression et la cohérence du groupe.*

Participation spécifique : 27 €

6220 ■ Reliure

Animée par Daniel LANNOY
Lundi de 14h à 16h
Salle 36
Niveau : pas de débutants

- *Idem texte activité 6200.*

Assistant : Jacques MAUREL

Participation spécifique : 27 €

6250 ■ Reliure

Animée par Marie-Luce VAREILLE
Mardi de 14h à 16h
Salle 36
Niveau : ouvert à tous

- *Idem texte activité 6200.*

Assistant : Ludovic DE GENTILE

Participation spécifique : 27 €

6270 ■ Reliure

Animée par Martine CHAUVINEAU
Jeudi de 14h à 17h
Salle 36
Niveau : ouvert à tous

- *Idem texte activité 6200.*

Assistante : Laurence LACHAISE

Participation spécifique : 27 €

6210 ■ Reliure

Animée par Jean Louis FURMANEK
Lundi de 9h30 à 11h30
Salle 36

Niveau : ouvert à tous mais présence aux séances vivement recommandée

- *Idem texte activité 6200.*

Assistants : Daniel GOUILLIARD, Janine MEDA et Christian ROBIN

Participation spécifique : 27 €

6240 ■ Reliure

Animée par Marie-Luce VAREILLE
Mardi de 9h30 à 11h30
Salle 36
Niveau : ouvert à tous

- *Idem texte activité 6200.*

Assistant : Jacques MAUREL

Participation spécifique : 27 €

6260 ■ Reliure

Animée par Jean-Claude BEN-HABIA
Mardi de 16h à 17h45
Salle 36
Niveau : ouvert à tous

- *Idem texte activité 6200.*

Assistants : Ludovic DE GENTILE et Michelle LINARD

Participation spécifique : 27 €

6280 ■ Reliure

Animée par Marie-Luce VAREILLE
Vendredi de 14h à 17h
Salle 36
Niveau : ouvert à tous

- *Idem texte activité 6200.*

Assistante : Janine MEDA

Participation spécifique : 27 €

6285 ■ Restauration de livres

Animée par Marie-Luce VAREILLE

Le 2ème jeudi du mois de 9h30 à 11h30

Salle 36

Niveau : avoir fait au moins deux années de reliure et être inscrit à un cours de reliure en 2026/2027

- *L'année 2026/2027 sera réservée à la restauration de reliures plein cuir et demi cuir.*

6310 ■ Dorure

Animée par Jacques MAUREL

Mercredi de 14h à 16h

Salle 36

Niveau : avoir participé aux cours d'initiation du mercredi matin

- *Idem texte activité 6300.*

Assistant : Jacques ROUILLAUX

Participation spécifique : 15 €

6341 ■ Cartonnage

Animée par Marie-Françoise MOREAU

Les 2ème et 4ème jeudis du mois de 14h30 à 17h30

Salle 224

Niveau : ouvert à tous - Présence obligatoire à la 1ère séance

- *Cycle de 3 ans. Programme identique à l'activité 6340.*

Assistante : Annie MOINET

Participation spécifique : 10 €

**6300 ■ Dorure**

Animée par Jean-Claude BEN-HABIA

Mercredi de 9h30 à 11h30

Salle 36

Niveau : avoir pratiqué les cours de reliure pendant 3 ans minimum

- *Justifier de la pratique des cours de reliure pendant trois ans minimum. La dorure est l'art d'imprimer à chaud sur les dos et plats des livres reliés : titres, filets, dessins en or ou à l'oeser. Elle est le complément de la reliure. C'est un travail délicat où l'amateur peut arriver, avec de la pratique, de la patience et du goût, à des résultats réellement artistiques.*

Assistants : Thierry MINIER et Jean-Louis FURMANEK

Participation spécifique : 15 €

6340 ■ Cartonnage

Animée par Marie-Françoise MOREAU

Les 1er et 3ème jeudis du mois de 14h30 à 17h30

Salle 224

Niveau : ouvert à tous - Présence obligatoire à la 1ère séance

- *Cycle de 3 ans. Apprentissage des techniques de base. Réalisation de petits objets utiles et décoratifs pour la maison : boîte à couture, boîte à bijoux, petit matériel de bureau, pied de lampe etc... Programme identique à l'activité 6341.*

Assistante : Michèle LAMY

Participation spécifique : 10 €

6390 ■ Calligraphie latine

Animée par Nathalie GALURET

Les 1er et 3ème mercredis du mois de 14h à 16h30

Salle 224

Niveau : initié(e) ou débutant(e) motivé(e) et persévérant(e)

- *étude technique et apprentissage d'écritures latines historiques (romaines, Onciale, Caroline, gothiques, Renaissance, classiques,). Mise en pratique dans des compositions contemporaines. Expérimentation du geste, du tracé, du rythme et de la concentration.*

Assistante : Elisabeth HANAUER

Participation spécifique : 10 €

6400 ■ Enluminure - débutant

Animée par Thérèse DOREAU

Vendredi de 14h à 16h

Salle 224

Niveau : ouvert à tous avec ou sans expérience de dessin

- *Cycle de 2 ans. Initiation à la peinture médiévale. Acquisition des techniques de base de l'enluminure, de la dorure et de la préparation des couleurs à partir de pigments. Copie et interprétation de sujets médiévaux.*

Assistant : Joseph FRANC

Participation spécifique : 12 €

6412 ■ Pratique de l'enluminure en autonomie

Animée par Luc-Etienne BUYSE

Jeudi de 9h30 à 11h30

Salle 224

Niveau : avoir suivi l'intégralité des cycles 6400 6410 6411

- *Recherche de l'autonomie dans la pratique de l'enluminure médiévale par la copie, les interprétations et créations personnelles sur papier ou parchemin.*

Assistants : Sylvie AUDIER et Thérèse DOREAU

6530 ■ Sculpture : du fil de cuivre au papier mâché

Animée par Denis VIGNERON

Les 2ème et 4ème mardis du mois de 14h à 17h

Salle 224

Niveau : être intéressé par la création

- *Cycle de 3 années permettant une réelle autonomie et de créer sans limite. Venez vous initier à la technique du fil et du papier mâché. La sculpture papier mâché se décompose en 3 étapes : - création d'une structure en fil de cuivre soudé, - mise en place de bandes de papier et éventuellement de pâte à papier, - mise en couleur (papier ou acrylique) et vernis. Programme identique à l'activité 6520.*

Assistante : Catherine FAUCHEUX

Participation spécifique : 19 €

6410 ■ Enluminure - niveau confirmé

Animée par Thérèse DOREAU

Mardi de 9h30 à 11h30

Salle 224

Niveau : réservé à ceux qui ont suivi le cycle d'initiation 6400 : bases de la dorure à la feuille d'or et utilisation de la détrempe médiévale

- *Programme centré sur les enluminures médiévales, principalement recopiées avec de possibles variantes ou interprétations personnelles. Il s'agit d'affiner nos techniques de dorure, d'utilisation de pigments et détrempe médiévale, sur papier ou parchemin.*

Assistants : Armelle LE NINIVIN et Aleksandra BANNIKOVA

Participation spécifique : 12 €

6520 ■ Sculpture : du fil de cuivre au papier mâché

Animée par Denis VIGNERON

Les 1er et 3ème mardis du mois de 14h à 17h

Salle 224

Niveau : être intéressé par la création

- *Cycle de 3 années permettant une réelle autonomie et de créer sans limite. Venez vous initier à la technique du fil et du papier mâché. La sculpture papier mâché se décompose en 3 étapes : - création d'une structure en fil de cuivre soudé, - mise en place de bandes de papier et éventuellement de pâte à papier, - mise en couleur (papier ou acrylique) et vernis. Programme identique à l'activité 6530.*

Assistante : Nicole DELARUE

Participation spécifique : 19 €

6532 ■ Sculpture : du fil de cuivre au papier mâché - intermédiaire

Animée par Chantal ESNAULT

Les 2ème et 4ème lundis du mois de 14h à 17h

Salle 224

Niveau : avoir impérativement suivi le cursus de 3 années des activités 6520 ou 6530

- *Création en totale autonomie de structure en fil de cuivre soudé ; mise en place de bandes de papier et éventuellement de pâte à papier, mise en couleur (papier ou acrylique) et vernis.*

Assistante : Denise PRIE

Participation spécifique : 19 €

6534 ■ Sculpture : du fil de cuivre au papier mâché - intermédiaire

Animée par Muriel BACHA

Les 2ème et 4ème mercredis du mois de 14h à 17h

Salle 224

Niveau : avoir suivi impérativement le cursus de 3 années des activités 6520 ou 6530

- *Création en totale autonomie de structures en fil de cuivre soudé, mise en place des bandes de papier, et éventuellement de pâte à papier, mise en couleur (papier ou acrylique) et vernis.*

Assistante : Françoise HALLOPE-HUREL

Participation spécifique : 19 €

6560 ■ Couronnes de porte au gré des saisons

Animée par Liliane OUTIN

5 lundis dans l'année de 14h à 15h45

Salle 224

Niveau : ouvert à tous

- *Les couronnes de porte peuvent faire partie de votre décoration quotidienne tout au long de l'année. Nous vous proposons de réaliser des couronnes aux designs et inspirations les plus variés et selon les saisons. Vous avez l'esprit créatif, alors laissez place à votre envie et à votre imagination. Venez nous rejoindre cinq fois dans l'année : 16/11/2026, 14/12/2026, 15/02/2027, 15/03/2027 et 31/05/2027. Programme identique à l'activité 6561.*

Assistante : Nicole LEFIEVRE

Participation spécifique : 15 €

6561 ■ Couronnes de porte au gré des saisons

Animée par Liliane OUTIN

5 lundis dans l'année de 16h à 17h45

Salle 224

Niveau : ouvert à tous

- *Programme identique à l'activité 6560. 5 séances dans l'année : 16/11/2026, 14/12/2026, 15/02/2027, 15/03/2027 et 31/05/2027.*

Assistante : Nicole LEFIEVRE

Participation spécifique : 15 €



ACTIVITES PHYSIQUES

54 activités

- Gymnastique (7010 à 7160) – Page 56
- Yoga / Act. adaptée (7200 à 7414) – Page 57
- Sophrologie (7449 à 7452) – Page 58
- Taïchi Chuan (7460 à 7464) – Page 59
- Qi Gong / Do-in (7480 à 7490) – Page 59
- Natation (7600 et 7610) – Page 60
- Tennis (7700) – Page 61
- Tennis de table (7710 et 7712) – Page 61
- Randonnée (7795 à 7830) – Page 61
- Cyclotourisme (7840 à 7871) – Page 64
- Escrime (7890 à 7899) – Page 66
- Golf (7900 et 7910) – Page 67



7010 ▪ Gymnastique dynamique - 1

Animée par Evelyne CARAYON

Jeudi de 8h50 à 9h50

Salle 322

Niveau : bonne condition physique demandée

- *Au travers d'exercices ludiques adaptés aux capacités de chacun, et dans une ambiance conviviale, les cours seront axés sur le renforcement musculaire, l'amélioration de l'équilibre, des réflexes et de la coordination. Il est conseillé de prendre une serviette ou un linge pour poser sur les tapis de sol et de ne pas oublier de prendre une petite bouteille d'eau afin de pouvoir s'hydrater entre les exercices. Programme identique à l'activité 7012.*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistantes : Mireille COUREAU et François FAURE

7080 ▪ Gymnastique

Animée par Sylviane LEGAC

Mercredi de 9h à 10h

Salle 229

Niveau : ouvert à tous

- *Cette activité vous propose des exercices, avec ou sans matériel pour garder la forme, pour maintenir sa coordination, sa souplesse, sa mémoire, son équilibre, son tonus et sa bonne humeur. Programme identique à l'activité 7090.*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistante : Annick BOURIGAULT

7160 ▪ Gymnastique d'entretien

Animée par Catherine THULEAU

Lundi de 14h à 15h

Salle 322

Niveau : ouvert à tous

- *Détente et convivialité pour le bien-être physique et moral. - échauffement, repérage dans l'espace, équilibre, coordination et mémorisation - entretien des articulations, renforcement musculaire, souplesse et étirements - relaxation. OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.*

Assistantes : Monique HERIAU et Chantal HOUILLOT

7012 ▪ Gymnastique dynamique - 2

Animée par Jocelyne DENIS

Jeudi de 8h50 à 9h50

Salle 308

Niveau : bonne forme physique

- *Au travers d'exercices ludiques adaptés aux capacités de chacun, et dans une ambiance conviviale, les cours seront axés sur le renforcement musculaire, l'amélioration de l'équilibre, des réflexes et de la coordination. Il est conseillé de prendre une serviette ou un linge pour poser sur les tapis de sol et de ne pas oublier de prendre une petite bouteille d'eau afin de pouvoir s'hydrater entre les exercices. Programme identique à l'activité 7010.*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistante : Catherine TISSANDIER

7090 ▪ Gymnastique

Animée par Sylviane LEGAC

Mercredi de 10h15 à 11h15

Salle 229

Niveau : ouvert à tous

- *Programme identique à l'activité 7080. OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.*

Assistants : Sylvie FROGER et Michel HAUTOIS

7200 ■ Activité physique adaptée

Animée par Danielle ROUGER

Jeudi de 10h à 10h50

Salle 322

Niveau : ATTENTION l'animatrice aura la possibilité de refuser l'inscription à cet atelier spécifique si elle la juge non justifiée

Apprendre à connaître son corps en bougeant, en relaxant ses tensions grâce à la respiration. Séances réservées aux personnes éprouvant des difficultés physiques, psychiques chroniques ou temporaires et aux personnes vieillissantes. La relaxation termine la séance. Programme identique à l'activités 7201.

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

7340 ■ Autour du yoga

Animée par Claude PELTIER

Mardi de 9h30 à 10h30

Salle 308

Niveau : ouvert à tous

■ *Activité visant à libérer l'esprit par la maîtrise des mouvements et du souffle. Développer différentes pratiques telles que : gestion de sa respiration, travail sur la concentration, la capacité d'attention, d'intériorisation et d'écoute de son corps et de ses sensations au travers de postures adaptées à la capacité physique de chacun. Programme identique à l'activité 7341.*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistante : Nicole DELARUE

7345 ■ A l'écoute du souffle

Animée par Véronique AUBERT

Lundi de 15h30 à 16h30 / Salle 308

Niveau : ouvert à tous

■ *Après un échauffement, par des étirements, des visualisations, des postures d'inspiration Yoga et Qi Gong nous irons vers la détente du corps et de l'esprit. Travail sur l'équilibre. Relaxation en fin de séance.*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

7201 ■ Activité physique adaptée

Animée par Danielle ROUGER

Jeudi de 11h à 12h

Salle 322

Niveau : ATTENTION l'animatrice aura la possibilité de refuser l'inscription à cet atelier spécifique si elle la juge non justifiée

■ *Programme identique à l'activité 7200.*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

7341 ■ Autour du yoga

Animée par Claude PELTIER

Mardi de 10h45 à 11h45

Salle 308

Niveau : notions de pratique du Yoga

■ *Programme identique à l'activité 7340.*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.



7390 ■ Yoga Gym

Animée par Danielle ROUGER
Mardi de 10h45 à 11h45
Salle 322
Niveau : débutant et plus

- *Respiration, étirements, auto-massage, postures accessibles à tous. La séance se termine par la relaxation. Programme identique aux activités 7391 et 7410.*
OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

7410 ■ Yoga Gym

Animée par Danielle ROUGER
Mardi de 9h30 à 10h30
Salle 322
Niveau : débutant et plus

- *Programme identique aux activités 7390 et 7391.*
OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

7449 ■ Sophrologie - 1ère année du cycle 1

Animée par Rosella TONDINI
Les 2ème et 4ème mardis du mois de 16h à 17h
Salle Desjardins, 25 rue Villebois-Mareuil à Angers
Niveau : ouvert à tous

NOUVEAU

- *Programme identique à l'activité 7450. Etre plus serein dans son quotidien, pour un protocole "Amélioration de son quotidien". En sophrologie, on respire, on travaille la détente musculaire avec des mouvements doux. Elle s'adapte parfaitement à votre mode de vie. La sophrologie sert à vous guider sans jugement et en toute bienveillance avec un objectif de mieux être dans votre vie. Le sophrologue vous propose des exercices que vous refaites chez vous, vous restez conscient et pleinement acteur de votre évolution. Ensemble nous travaillerons sur chasser les tensions, installer le calme, se recentrer, stimuler la mémoire, améliorer et travailler la posture, apprivoiser son sommeil, etc... Apporter un tapis de sol, une serviette éponge et un plaid.*

Assistante : Marie-Claire ETIENNE

7391 ■ Yoga Gym

Animée par Danielle ROUGER
Jeudi de 9h à 9h50
Salle 229
Niveau : débutant et plus

- *Programme identique aux activités 7390 et 7410.*
OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

7414 ■ Yoga autour d'un thème

Animée par Michèle MIZAEL
Les 2ème et 4ème mercredis du mois de 9h à 12h
Salle Desjardins, 25 rue Villebois-Mareuil à Angers
Niveau : aucun mais présence régulière demandée

- *Les séances comportent : 1ère partie : postures, respiration, relaxation, pause puis 2ème partie "conférence" sur le thème choisi de l'année, relaxation profonde, méditation. Cette année, le thème sera les SAGESSES du yoga. Les séances jusqu'à décembre sont consacrées à la mise en route du groupe.*
OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

7450 ■ Sophrologie - 1ère année du cycle 1

Animée par Rosella TONDINI
Les 1er et 3ème mercredis du mois de 11h à 12h
Salle Desjardins, 25 rue Villebois-Mareuil à Angers
Niveau : ouvert à tous

- *Programme identique à l'activité 7449. Etre plus serein dans son quotidien, pour un protocole "Amélioration de son quotidien". En sophrologie, on respire, on travaille la détente musculaire avec des mouvements doux. Elle s'adapte parfaitement à votre quotidien. La sophrologie sert à vous guider sans jugement et en toute bienveillance avec un objectif de mieux être dans votre vie. Le sophrologue vous propose des exercices que vous refaites chez vous, vous restez conscient et pleinement acteur de votre évolution. Ensemble nous travaillerons sur chasser les tensions, installer le calme, se recentrer, stimuler la mémoire, améliorer et travailler la posture, apprivoiser son sommeil, etc... Apporter un tapis de sol, une serviette éponge et un plaid.*

Assistant : Jack DRONIOU

7451 ■ Sophrologie - 2ème année du cycle 1

Animée par Rosella TONDINI

Le 1er mardi du mois de 16h à 17h

Salle Desjardins, 25 rue Villebois-Mareuil à Angers

Niveau : avoir IMPERATIVEMENT suivi l'activité 7450 en 2025/2026

- *Une séance par mois pour entretenir et revoir les aptitudes de la première année. Essayer d'aller plus loin dans la pratique.*

Assistante : Christine CAPELLE GRENIE

7460 ■ Taïchi Chuan - débutant 2ème année

Animée par Françoise CAMENEN

Mardi de 9h à 10h20

Salle Desjardins, 25 rue Villebois-Mareuil à Angers

Niveau : avoir suivi le cours débutant 1ère année en 2025/2026

- *2ème année d'un cycle de 3 ans. Le Taïchi est un art martial interne d'inspiration taoïste qui privilégie la souplesse sur la force. L'apprentissage commence par la mémorisation de la forme composée de mouvements qui, enchaînés lentement et avec précision dessinent la chorégraphie. La lenteur des mouvements augmente le tonus musculaire, améliore la souplesse, l'équilibre, la coordination et la concentration. La mémorisation se fait patiemment, la rigueur est nécessaire pour relâcher les tensions et permettre une pratique paisible, relaxante et beaucoup plus énergisante.*

Assistante Edith BOUVET

7462 ■ Taïchi Chuan - débutant 1ère année

Animée par Françoise CAMENEN

Mardi de 10h40 à 12h

Salle Desjardins, 25 rue Villebois-Mareuil à Angers

Niveau : débutant

- *1ère année d'un cycle de 3 ans. Idem texte activité 7460.*

Assistante : Martine VIGNERON

7464 ■ Taïchi Chuan - approfondissement

Animée par Françoise CAMENEN

Mardi de 14h à 15h20

Salle Desjardins, 25 rue Villebois-Mareuil à Angers

Niveau : avoir suivi la totalité du cycle débutant

- *Idem texte activité 7460.*

Assistants : Edith BOUVET et Anne MOURMANNE

7452 ■ Sophrologie - cycle 2

Animée par Rosella TONDINI

Le 3ème mardi du mois de 16h à 17h

Salle Desjardins, 25 rue Villebois-Mareuil à Angers

Niveau : avoir IMPERATIVEMENT suivi les 2 années du cycle 1

- *Quelques séances pour pratiquer, revoir et approfondir les enseignements de l'année précédente.*

Assistante : Christine CAPELLE GRENIE

7461 ■ Taïchi Chuan - débutant 3ème année

Animée par Françoise CAMENEN

Jeudi de 9h à 10h20

Salle Desjardins, 25 rue Villebois-Mareuil à Angers

Niveau : avoir suivi les 2 premières années du cycle débutant

- *3ème année d'un cycle de 3 ans. Idem texte activité 7460.*

Assistante : Marie-Pierre de la BRETEQUE

7463 ■ Taïchi Chuan - approfondissement

Animée par Françoise CAMENEN

Jeudi de 10h40 à 12h

Salle Desjardins, 25 rue Villebois-Mareuil à Angers

Niveau : avoir suivi la totalité du cycle débutant

- *Approfondir sa pratique du TaiChi. Idem texte activité 7460.*

7480 ■ Qi Gong

Animée par Jeannine LINOL

Mercredi de 9h30 à 10h30

Salle 322

Niveau : bon équilibre requis

- *Programme identique aux activités 7481, 7482 et 7483. Le Qi Gong est une des branches de la médecine traditionnelle chinoise. Je vous propose de découvrir 6 formes classiques qui se pratiquent entièrement debout. Des mouvements amples, lents et fluides associés à la respiration favorisent la circulation du sang et de l'énergie dans l'ensemble du corps et apportent calme et sérénité.*

7481 ■ Qi Gong

Animée par Jeannine LINOL
 Mercredi de 10h45 à 11h45
 Salle 322
 Niveau : bon équilibre requis

- Programme identique aux activités 7480, 7482 et 7483.

7483 ■ Qi Gong

Animée par Jeannine LINOL
 Lundi de 10h45 à 11h45
 Salle 322
 Niveau : bon équilibre requis

- Programme identique aux activités 7480, 7481 et 7482.

7600 ■ Natation

Animée par Marie-Anne COTEREL
 Lundi de 12h à 13h
 Piscine Jean Bouin, Bld Pierre de Coubertin à Angers
 Niveau : savoir nager

- Nage libre sous la surveillance d'un maître-nageur diplômé, piscine Jean Bouin dans le bassin de 25m, 3m de profondeur. Se présenter à la cafétéria à droite de l'entrée.
 Les dates nous seront précisées ultérieurement par la piscine (mi-septembre à mi-juin).
 Programme identique à l'activité 7610.
 OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistant : Ernest DANG

Participation spécifique : 50 €

7482 ■ Qi Gong

Animée par Jeannine LINOL
 Lundi de 9h30 à 10h30
 Salle 322
 Niveau : bon équilibre requis

- Programme identique aux activités 7480, 7481 et 7483.

7490 ■ Do-in, étirements et relaxation

Animée par Sylviane RUFFIN
 Jeudi de 10h15 à 11h45
 Salle 308
 Niveau : ouvert à tous - station debout requise

- Cette activité propose une approche globale du bien-être à travers le Do-In, le Shiatsu, le Yoga et la relaxation. Par des mouvements doux, des étirements conscients et une respiration apaisée, elle vise à harmoniser le corps et l'esprit, favorisant souplesse, détente et énergie intérieure.

7610 ■ Natation

Animée par Marie-Anne COTEREL
 Vendredi de 12h à 13h
 Piscine Jean Bouin, Bld Pierre de Coubertin à Angers
 Niveau : savoir nager

- Se présenter à la cafétéria à droite de l'entrée.
 Les dates nous seront précisées ultérieurement par la piscine (mi-septembre à mi-juin).
 Programme identique à l'activité 7600.
 OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistant : Ernest DANG

Participation spécifique : 50 €



7700 ■ Tennis

Animée par Roger SAUDRAIS

Planning proposé à par l'animateur

Halle Jean Bouin, Bld Pierre de Coubertin à Angers

Niveau : non débutant : être capable de "servir" et tenir quelques échanges

- *Pratique du tennis en double, dans un esprit de loisir et convivialité. Les joueurs sont répartis en groupe du lundi au vendredi, hors petites vacances scolaires. Vous disposerez de deux créneaux maximum (2 heures) dont un seul après 10 heures. Les nouveaux inscrits pourront contacter directement les animateurs de l'activité : Roger SAUDRAIS au 07 67 98 18 43 ou Françoise DAVID au 06 62 27 56 04. Ils vous donneront les renseignements complémentaires utiles et répartiront les nouveaux joueurs dans les créneaux horaires attribués par la Mairie d'Angers. Réunion d'information le jeudi 24 septembre à 14h salle 131 à l'UATL, présence conseillée.*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistants : Françoise DAVID et Patrick BUQUEN

7712 ■ Initiation aux gestes du tennis de table

Animée par Franck DUMAS

Lundi de 13h30 à 16h30

Complexe sportif de Villoutreys, 39 rue des Vieilles Carrières à Angers

Niveau : débutant et joueurs voulant reprendre les bons gestes

- *Cette activité permettra aux joueurs, débutants ou non, d'apprendre les bons gestes pour la pratique du tennis de table. Une vidéo est en ligne sur le site internet de l'UATL dans la rubrique "L'UATL filmée". Séance: lundi de 13h30 à 16h30 et le vendredi de 14h à 15h30.*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

7796 ■ Marche nordique

Animée par Robert BANNIER

Mercredi de 9h30 à 11h / Activité en extérieur / Niveau : confirmé

- *Technique de base acquise et pouvoir marcher à 6 km/h pendant 1h. Réunion d'information le mercredi 23 septembre à 14h salle 131 à l'UATL, présence conseillée.*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistantes : Evelyne CARAYON et Marie-Martine THUMERELLE

7710 ■ Tennis de table

Animée par Hélène COTIER

Planning proposé à par l'animatrice

Complexe sportif de Villoutreys, 39 rue des Vieilles

Carrières à Angers

Niveau : non débutant

- *Lieu : Complexe sportif de Villoutreys, 39 rue des Vieilles Carrières à Angers. Cette activité fonctionnera de début septembre jusqu'à fin juin suivant, y compris pendant les vacances scolaires (sauf l'été). Mercredis et jeudis en simple principalement (9h à 12h), lundis et vendredis (13h30 à 16h30) jeux en double. Tournois organisés pour les participants intéressés durant l'année. Fournir une photo pour le trombinoscope. OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.*

Assistants : Marie-Madeleine ALESANDRINI, Brigitte CAMBOLY, Dominique LE ROY, Sylvie MOUGEY et André ROCHER

7795 ■ Marche nordique

Animée par Robert BANNIER

Mercredi de 14h30 à 16h30

Activité en extérieur

Niveau : débutant

- *Sortie d'1h30 environ en extérieur (avec échauffement et étirements), allure modérée. Réunion d'information le mercredi 23 septembre à 14h salle 131 à l'UATL, présence conseillée.*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistantes : Christine CHESNIER et Anne RAIMBAULT

7800 ■ Randonnée pédestre - 10 à 13 km

Animée par Jean-Pierre BONNEAU

Vendredi de 13h à 17h30

Activité en extérieur

Niveau : confirmé pour de bons randonneurs

- *Les randonnées, en moyenne annuelle de 11km environ, se déroulent sur des parcours variés : forêts, vallées, vignes, plaines ... dans la région (30 km environ autour d'Angers). Une variante allégée de près de 2 km est proposée à chaque sortie. Après trois années compliquées (disponibilités des cars) le groupe vient de retrouver des horaires antérieurs au COVID, qui nous permettront d'accéder à de beaux parcours. Lire le texte encadré ci-après "Pour tous les groupes RANDO 7800 à 7830".*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistants : Hubert BARTHELEMY, Marc FONTENEAU, Patrice LE MAITRE, Jacques LINARD, Francis MENARD, Alain PAIN et Jean-Yves RIOU

Participation spécifique : 81 €**7820 ■ Randonnée pédestre - 10 km**

Animée par Jean-Bernard LERAUT

Mercredi de 14h à 18h

Activité en extérieur

Niveau : allure soutenue

- *Randonnée : environ 10 km, allure soutenue. Départ : à 14h00 précises, retour vers 18h sauf dérogation négociée avec Transdev. Lire le texte encadré ci-après "Pour tous les groupes RANDO 7800 à 7830. OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.*

Assistants : Denis CORBINEAU, Jean-Pierre DUPONT, Jean-Paul GIFFARD, Francis LARGEAU, Alain LEGEAY, Armelle LE NINIVIN, Joëlle LERAUT, Chantal PESCHARD et Stéphane PLUCHET

Participation spécifique : 81 €**7810 ■ Randonnée pédestre - 8 km**

Animée par Annie BRINDEL

Mardi de 13h à 16h30

Activité en extérieur

Niveau : ouvert à tous

- *Activité co-animée par Annie BRINDEL et Joël BANSARD. Distance : 8 km environ. Départ : à 13h précises, retour vers 16h30. Lire le texte encadré ci-après "Pour tous les groupes RANDO 7800 à 7830". OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.*

Assistants : Marie-Annick BENTATA, Chantal BOUMIER, Michel BOUMIER, Véronique DUBREUIL, Daniel ESNAULT, Pascale LAINE et Jean-Yves OUTIN

Participation spécifique : 81 €**7830 ■ Randonnée pédestre - 6 km**

Animée par Geneviève GICQUEL

Mercredi de 14h à 17h30

Activité en extérieur

Niveau : allure modérée

- *Randonnée sur des parcours variés (plaines, forêts, vignes et coteaux avec ou sans dénivelés) environ 6 km en 2 heures. Départ : à 14h00 précises, retour vers 17h sauf dérogation négociée avec Transdev. Chaussures de randonnées exigées. Le programme des randonnées de l'année est établi par l'équipe d'encadrants. Lire le texte encadré ci-après "Pour tous les groupes RANDO 7800 à 7830.*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistants : Helen DESBRUGERES, Helen DUGAST, Viviane LASRY, Yves MILLOT, Philippe MOREL-CHEVILLET et Roselyne PERTRON

Participation spécifique : 81 €



Pour tous les groupes Rando (7800 à 7830) – Page 62
Coordinateur : Jean-Pierre BONNEAU

Départ : boulevard du Maréchal Joffre, côté Banque de France, au niveau des zébras pour le stationnement des bus, retour même lieu.

Engagement : Les participants s'engagent à respecter les consignes données au cours des sorties et en particulier celles relatives à la sécurité dans les cars et sur le terrain ; ils doivent signer et s'engager à respecter le memento du randonneur de l'UATL.

Participation forfaitaire : un complément financier est demandé pour couvrir les frais de transport par cars à s'acquitter à l'inscription même pour les randonneurs qui se rendraient au départ des rando par leurs propres moyens.

Une tenue adaptée est impérative : chaussures, vêtements, boisson et en-cas pour réhydratation au cours de l'effort.

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Pour toutes les activités Cyclo (7840 à 7871) – Pages suivantes
Coordinateur : Jacky HAERTY



Objectifs : une sortie de 3 jours première quinzaine en juin 2027.

Pour les sorties :

- Rassemblement à 13h30
- Départ à partir de 14h
- De 13h30 à 14h : transmission des consignes et recommandations sécurité
- Retour : en fonction de la distance parcourue et du rythme du groupe

Port du casque obligatoire et le gilet fluo est chaudement recommandé. (A avoir au minimum en réserve avec son matériel de réparation transporté dans le sac à dos ou sacoche)

Avoir un vélo route en très bon état : faire faire ou faire une révision avant la 1ère sortie.

Le certificat médical de moins de quatre mois est obligatoire, à fournir lors de la réunion de lancement ou à l'accueil de l'UATL avant le 15 octobre 2026.

Fournir également une attestation de responsabilité civile.

Vous pouvez également communiquer tous ces documents par messagerie au responsable de votre groupe.

Les points de départs sont communs à tous les groupes. Ces derniers ont lieu sur de grands parkings hors d'Angers (sécurité), ce qui impose à chacun de disposer d'un véhicule avec un dispositif de transport de vélo (en cas d'impossibilité, voir pour un covoiturage avec les obligations que cela impose).

M. HAERTY reste coordinateur mais en arrière-plan pour aider si besoin.

Réunion de lancement de l'activité : Vendredi 25/09/2026 à 14 heures, salle 131

Les documents complémentaires, qui seront transmis par la messagerie UATL courant septembre, seront à remettre par messagerie.

7840 ■ Cyclotourisme - groupe 1 - 60 à 70 km

Animée par Jacques TRICOT

Mardi de 14h à 17h

Activité en extérieur

Niveau : capacité à rouler en groupe à une vitesse régulière et soutenue (24-25 km/h de moyenne) en file indienne sur des routes à profils très divers

- Niveau : 60 à 70 km. Trajet à rythme soutenu (mais compétition exclue). Lire le texte dans l'encadré page 63. Randonnées encadrées d'environ 3h sur des parcours routiers à profils variés. Il faut disposer d'un vélo de type rando (ou cyclotourisme-route) en bon état et muni d'un éclairage (les vélos à assistance électrique ne sont acceptés que pour les groupes 3 et 4).

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistant : Daniel JOULAIN

7851 ■ Cyclotourisme - groupe 2bis - 50 à 60 km

Animée par Dominique ARSIGNY

Mardi de 14h à 17h

Activité en extérieur

Niveau : capacité à rouler en groupe à une vitesse régulière en file indienne sur des routes à profils très divers

- Niveau 50 à 60 km Trajet à rythme soutenu (18 à 20 km/h environ) (mais compétition exclue). Lire le texte dans l'encadré page 63. Randonnées encadrées d'environ 3h sur des parcours routiers à profils variés. Il faut disposer d'un vélo de type rando (ou cyclotourisme-route) en bon état et muni d'un éclairage (les vélos à assistance électrique ne sont acceptés que pour les groupes 3 et 4).

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistant : Georges-Pierre TOPIN

7850 ■ Cyclotourisme - groupe 2 - 50 à 60 km

Animée par Dominique JACOB

Mardi de 14h à 17h

Activité en extérieur

Niveau : capacité à rouler en groupe à une vitesse régulière en file indienne sur des routes à profils très divers

- Niveau : 50 à 60 km Trajet à rythme soutenu (20 à 22 km/h) (mais compétition exclue). Lire le texte dans l'encadré page 63. Descriptif : randonnées encadrées d'environ 3h sur des parcours routiers à profils variés. Il faut disposer d'un vélo de type rando (ou cyclotourisme-route) en bon état et muni d'un éclairage (les vélos à assistance électrique ne sont acceptés que pour les groupes 3 et 4).

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistant : Thierry GEORGET

7860 ■ Cyclotourisme - groupe 3 - 40 à 50 km

Animée par Yvonne PRIE

Mardi de 14h à 17h

Activité en extérieur

Niveau : capacité à rouler en groupe à vitesse régulière et modérée sur tous types de parcours (compétition exclue)

- Niveau 40 à 50 km Trajet à rythme modéré mais soutenu (16 à 18 km/h). Lire le texte dans l'encadré page 63. Randonnées encadrées d'environ 3h sur des parcours routiers à profils variés. Détails : il faut disposer d'un vélo de type rando (ou cyclotourisme-route)(vélo très léger) en bon état et muni d'un éclairage, les vélos à assistance électrique sont acceptés pour le groupe 3.

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistants : Dominique BAZIRE et François GAUCHARD



7861 ■ Cyclotourisme - groupe 3 bis - 40 à 50 km

Animée par Christian LAINE

Mardi de 14h à 17h

Activité en extérieur

Niveau : capacité à rouler en groupe à vitesse régulière et modérée sur tous types de parcours (compétition exclue).

- Niveau 40 à 50 km Trajet à rythme modéré mais soutenu (18 à 20 km/h). Lire le texte dans l'encadré page 63. Randonnées encadrées d'environ 3h sur des parcours routiers à profils variés. Détails : il faut disposer d'un vélo de type rando (ou cyclotourisme-route)(vélo très léger) en bon état et muni d'un éclairage, les vélos à assistance électrique sont acceptés pour le groupe 3.

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistant : Michel HAUTOIS

7871 ■ Cyclotourisme - groupe 4 bis - 30 à 40 km

Animée par Michel CALTIAU

Mardi de 14h à 17h

Activité en extérieur

Niveau : trajet à rythme régulier (ce n'est pas une promenade mais l'approche du cyclo en tant que sport)

- Niveau : 30 à 40 km Trajet à rythme régulier (ce n'est pas une promenade mais l'approche du cyclo en tant que sport). Lire le texte dans l'encadré page 63. Randonnées encadrées d'environ 3h sur des parcours routiers à profils variés en apprenant à rouler selon les prescriptions du cyclotourisme (FFCT). Détails : il faut disposer d'un vélo de type rando (ou cyclotourisme-route) en bon état et muni d'un éclairage, les vélos à assistance électrique sont acceptés pour le groupe 4. **OBLIGATOIRE** : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistants : François PARENT et Alain VELOCITER

7870 ■ Cyclotourisme - groupe 4 - 30 à 40 km

Animée par Jean-Claude DUCHEMIN

Mardi de 14h à 17h

Activité en extérieur

Niveau : trajet à rythme régulier (ce n'est pas une promenade mais l'approche du cyclo en tant que sport)

- Niveau 30 à 40 km Trajet à rythme régulier. Lire le texte dans l'encadré page 63.

Randonnées encadrées d'environ 3h sur des parcours routiers à profils variés en apprenant à rouler selon les prescriptions du cyclotourisme (FFCT). Il faut disposer d'un vélo de type rando (ou cyclotourisme-route) en bon état et muni d'un éclairage, les vélos à assistance électrique sont acceptés pour le groupe 4 (pas de vélos type ville).

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistants : Anne-Marie COUTANT et François HULIN



7890 ■ Escrime - débutant

Animée par François LECHEVALLIER

Mardi de 10h30 à 11h30

Salle d'armes SCO Escrime, Bld Pierre de Coubertin à Angers

Niveau : ouvert à tous

- *Dans le cadre sport santé, initiation à la pratique de l'escrime adaptée aux seniors quelle que soit sa condition physique. Une activité ludique adaptée à chacun qui développe souplesse, agilité, vivacité, coordination, prise de décision, courtoisie et respect, encadrée par des maîtres d'armes du SCO Escrime labellisée "SPORT SANTE FFE". Trois séances d'essai pour découvrir l'activité.*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026. Trois séances d'essai pour découvrir l'activité.

Assistante : Agnès MORICEAU

Participation spécifique : 150 €**7894 ■ Escrime loisir senior soutenu**

Animée par François LECHEVALLIER

Mardi de 15h30 à 17h

Salle d'armes SCO Escrime, Bld Pierre de Coubertin à Angers

Niveau : avoir pratiqué une année débutant

- *Avoir pratiqué une année de débutant et avec approbation des maîtres d'armes. Perfectionnement d'une pratique plus dynamique et plus intense de l'escrime loisir seniors.*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistante : Marie-Agnès MORICEAU

Participation spécifique : 180 €**7892 ■ Escrime après cancer du sein**

Animée par François LECHEVALLIER

Jeudi de 17h30 à 19h

Salle d'armes SCO Escrime, Bld Pierre de Coubertin à Angers

Niveau : ouvert à tous avec approbation des maîtres d'armes

- *R.I.P.O.S.T.E. reconnue par l'I.C.O. propose une pratique adaptée et sécurisée de l'escrime aux patientes atteintes de cancer ou opérées d'un cancer du sein, pratique dispensée par des Maîtres d'armes spécifiquement formés. Activité particulièrement bien adaptée à une reprise d'activité pendant et après un cancer du sein, l'escrime apporte de nombreux bienfaits : diminution de la fatigue, mobilisation réflexe de l'épaule opérée, développement de la combativité... En partenariat avec le SCO Escrime. OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.*

Assistante : Marie-Agnès MORICEAU

Participation spécifique : 150 €**7896 ■ Escrime loisir senior**

Animée par François LECHEVALLIER

Jeudi de 16h à 17h

Salle d'armes SCO Escrime, Bld Pierre de Coubertin à Angers

Niveau : avoir pratiqué une 1ère année débutant

- *Perfectionnement dans une pratique soutenue de l'escrime loisir senior.*

OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.

Assistante : Marie-Agnès MORICEAU

Participation spécifique : 150 €

7898 ■ Escrime loisir senior modéré

Animée par François LECHEVALLIER

Vendredi de 16h à 17h

Salle d'armes SCO Escrime, Bld Pierre de Coubertin à Angers

Niveau : avoir pratiqué une année débutant

- *Pratique modérée de l'escrime loisir senior. OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.*

Assistante : Marie-Agnès MORICEAU

Participation spécifique : 150 €

**7899 ■ Escrime santé**

Animée par François LECHEVALLIER

Mercredi de 10h à 11h30

Salle d'armes SCO Escrime, Bld Pierre de Coubertin à Angers

Niveau : ouvert à tous avec avis des maîtres d'armes

NOUVEAU

- *Escrime adaptée aux personnes atteintes de pathologies chroniques (diabète, hypertension, obésité, scléroses en plaque, handicap moteur ...). Cette activité développe l'adresse, la souplesse articulaire, la coordination motrice, la concentration, la prise de décision. Selon chacun, elle se pratique debout ou en fauteuil sous la conduite des maîtres d'armes. En partenariat avec le SCO Escrime. OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.*

Assistante : Marie-Agnès MORICEAU

Participation spécifique : 150 €

7900 ■ Golf - animations mensuelles

Animée par Jean-Paul PORTRON

Le 3ème jeudi du mois de 8h30 à 16h30

Activité en extérieur

Niveau : confirmé (carte verte et/ou index)

- *Titulaires de la carte verte (ou index) et de la licence FFGolf obligatoire, vous participerez selon vos souhaits: 1- aux sorties mensuelles organisées sur les golfs de la région : parcours/repas, trophée Carnet, pitchn putt, trackman... (à tarifs ""groupe""). 2- aux cours de perfectionnement payants, dispensés par les PROS des Golfs d'Angers. Vous bénéficierez des conditions particulières et réductions consenties par les clubs d'Angers la Perrière et Saint-Sylvain aux Golfeurs UATL. La présence à la réunion de rentrée prévue le mardi 22 septembre à 15h30 en salle 131 est souhaitable pour disposer de plus d'informations. OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.*

Assistants : Patrick AUTRAND, Kenneth BROWN, Jean-Pierre COTTEREAU, Judith HARPER, Evan LE GUILLOUZIC et Jean-Pierre MERIEL

7910 ■ Golf - débutant

Animée par Jean-Paul PORTRON

Planning de proposé à par l'animateur

Activité en extérieur

Niveau : activité destinée aux débutants (sans carte verte ni index)

- *Destinée aux débutants, cette activité vous permettra d'apprendre à jouer au golf. Pour cela, vous souscrirez une formule d'enseignement payante, auprès d'un golf d'Angers de votre choix, à des conditions négociées et convenues pour les adhérents de l'UATL aux Golfs de St Sylvain et Angers La Perrière. Progressivement, vous pourrez participer aux animations mensuelles (activité 7900). La présence à la réunion de rentrée prévue le mardi 22 septembre à 15h30 en salle 131, à l'UATL, est souhaitable pour disposer de plus d'informations. OBLIGATOIRE : un certificat médical de non contre-indication à la pratique de cette activité, datant de moins de quatre mois, est requis pour toute première inscription ou réinscription. Il devra être déposé à l'accueil avant le 15 octobre 2026.*

Assistants : Patrick AUTRAND, Kenneth BROWN, Jean-Pierre COTTEREAU, Judith HARPER, Evan LE GUILLOUZIC et Jean-Pierre MERIEL



JEUX

23 activités

Mémoire (8000 et 8002) – Page 69

Jeu des 1000 euros (8004) – Page 69

Scrabble (8010 à 8020) – Page 69

Mots croisés (8030) – Page 69

Echecs (8100 à 8132) – Page 69

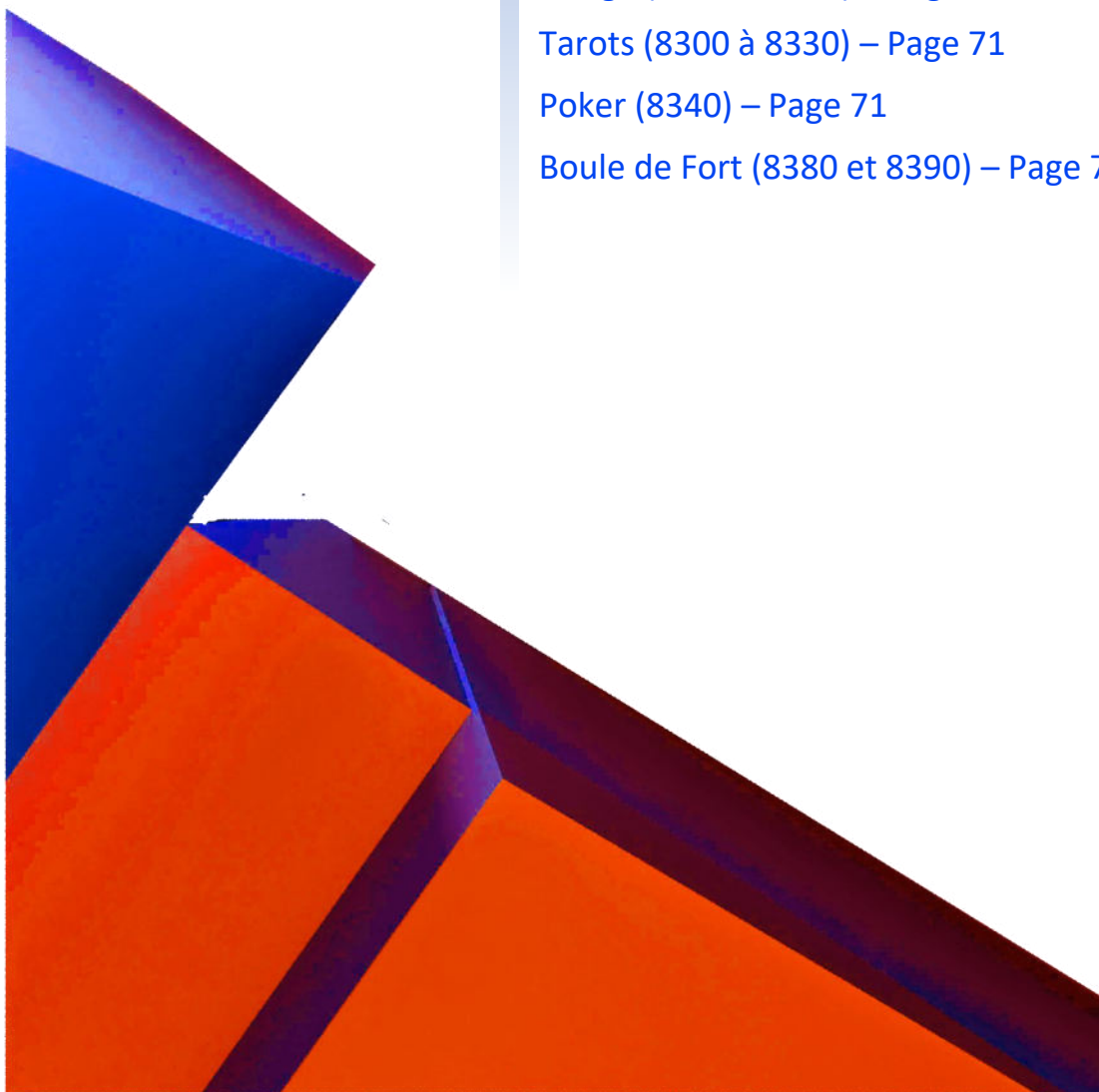
Jeu de Go (8200) – Page 70

Bridge (8220 à 8252) – Page 70

Tarots (8300 à 8330) – Page 71

Poker (8340) – Page 71

Boule de Fort (8380 et 8390) – Page 71



8000 ■ Jeux mémoire

Animée par Jean-Louis VAREILLE

Les 1er et 3ème vendredis du mois de 14h à 15h30

Salle 137

Niveau : ouvert à tous

- *Entretenir sa mémoire et faire travailler ses neurones à l'aide de jeux basés sur la mémoire visuelle ou auditive, la déduction, la logique et l'observation. Aucune compétition, ambiance conviviale.*

8004 ■ Jeu des 1000 euros

Animée par Jean-Marie LAUCOIN

Jeudi de 9h30 à 10h45

Salle 138

Niveau : ouvert à tous

- *Proposer des questions au jeu des mille euros de France Inter, tout en jouant pendant l'activité, sur différentes thématiques (culture générale, vie en société, histoire et géographie, sciences, sport, arts variés ...) et de niveaux différents. Participer, dans la mesure du possible, aux émissions qui se dérouleront sur le département.*

8012 ■ Scrabble

Animée par Isabelle DALIFARD

Mercredi de 14h30 à 17h

Salle 314

Niveau : avoir déjà un peu pratiqué

- *Parties conviviales.*

Assistantes : Priscille CHAILLOT et Françoise VETAUX

8030 ■ Mots croisés

Animée par Jean LEFEBVRE

Les 2ème et 4ème lundis du mois de 14h à 16h30

Salle 314

Niveau : ouvert à tous

- *Se rencontrer entre amateurs de mots croisés. On commencera par la résolution de grilles existantes. En deuxième partie, on en composera de nouvelles (travail de verbicruciste). L'aspect ludique et convivial est privilégié.*

Assistant : Marcel VENDE

8002 ■ Je ... de mémoire

Animée par Eric HENRY

Les 2ème et 4ème mardis du mois de 10h40 à 12h

Salle 137

Niveau : ouvert à tous

- *Pourquoi le Je...? Vous êtes les seuls à pouvoir entretenir votre mémoire. Comment l'entretenir? Comment fonctionne-t-elle? Pratiqués de manière régulière certains exercices permettent de stimuler, de faire travailler et d'entretenir sa mémoire. C'est le but de cet atelier qui, sous forme ludique, avec des jeux permettra de préserver et même renforcer les précieux neurones du cerveau.*

Assistante : Helen DESBRUGERES

Participation spécifique : 10 €

8010 ■ Scrabble

Animée par Noëlle POIROUX

Mercredi de 14h30 à 17h

Salle 322

Niveau : ouvert à tous

- *Parties conviviales.*

Assistants : Colette GIACOMINI et Marie RENOU

8020 ■ Scrabble duplicate

Animée par Evelyne LOUIS

Mercredi de 14h30 à 16h30

Salle 317

Niveau : ouvert à tous

- *Chacun apporte son jeu de Scrabble.*

Assistante : Geneviève LECOINTE

8100 ■ Echecs

Animée par Gérard LEFEBVRE

Lundi de 14h à 17h30

Salle 228

Niveau : joueurs initiés

- *Parties libres et conviviales en présentiel. Possibilité de rencontrer des joueurs expérimentés qui acceptent de conseiller pour progresser.*

Assistants : Patrick BUQUEN et Murielle DELEPIERRE

8110 ■ Echecs pour débutants - 1ère année

Animée par Jean-François CHAURANG
Vendredi de 14h à 17h
Salle 228
Niveau : vrais débutants

- *Découverte des échecs, assimilation des règles de base et explications de 14h à 16h. Puis après 4 à 5 séances mise en pratique en jouant, possibilité jusqu'à 17h si besoin, dans un esprit de convivialité. La deuxième année permettra d'approfondir ces connaissances.*

Assistants : Pierre MEANO et Jean-Michel COUVRAND

8132 ■ Echecs - perfectionnement

Animée par Jean-Philippe GOETHALS
Jeudi de 9h à 12h
Salle 228
Niveau : avoir suivi l'activité 8110 ou avoir déjà pratiqué. Connaître les règles de base

- *Chaque séance se divise en un exposé théorique et participatif sur la technique des échecs, puis d'une mise en application suivie de parties libres conviviales.*

Assistant : Dominique LE GAL

8220 ■ Bridge initiés

Animée par André ERBS
Mercredi de 14h à 17h
Salle 122
Niveau : joueurs initiés

- *Au moins deux ans de pratique.*

Assistants : Françoise de la CHAUSSEE et Daniel RAOUL

8250 ■ Bridge de loisir

Animée par Nicole LEFIEVRE-LIGONNIERE
Mercredi de 14h à 17h
Salle Desjardins, 25 rue Villebois-Mareuil à Angers
Niveau : joueurs initiés, pas de débutants

- *Parties libres avec aide à la demande dans un esprit convivial, révision des enchères avec exercices avec donnes d'application.*

Assistants : Eric DELAHAYE, Geneviève GUILLERME et Rolande MALINGE

8130 ■ Echecs - parties libres

Animée par Daniel BROSSARD
Jeudi de 14h à 16h30
Salle 228
Niveau : ouvert à tous

- *Parties libres et conviviales. Joueurs de tous niveaux se retrouvant pour s'améliorer en se confrontant à diverses techniques de jeu.*

Assistante : Patricia MARTIN

8200 ■ Jeu de Go

Animée par Jeff BALL
Mercredi de 10h30 à 12h
Salle 314
Niveau : ouvert à tous

NOUVEAU

- *Le go est un jeu d'origine asiatique vieux de plus de 2500 ans. Parties libres, ouvertes à tous les niveaux. Le système de handicap permet d'égaliser les chances entre deux joueurs de niveaux différents. Débutants bienvenus ! Pour favoriser la progression, nous échangerons parfois autour d'outils d'apprentissage (livres, applications) ou analyserons une partie à l'aide de l'IA.*

Assistant : Dominique BOUCARD

8240 ■ Bridge pour initiés

Animée par Dominique BROSSIER
Lundi de 14h à 17h
Salle 122
Niveau : joueurs avertis

- *Avant les parties libres une fiche de bridge sera remise et fera l'objet d'un examen commun pendant 30mn.*

Assistants : André ERBS et Daniel RAOUL

8252 ■ Bridge - apporter sa donne

Animée par Nicolas GARNIER
Les 1er et 3ème mercredis du mois de 14h à 17h
Salle 201

Niveau : avant l'inscription consulter la page sur le blog :
uatlbridedonnespreparees.blogspot.com

NOUVEAU

- *Chaque participant s'engage à amener une "donne préparée" issue de carnets de bridge imprimés après des tournois, ou des donnes de journaux. Il n'y a pas de formateur, ni de "professeur". Le rôle de l'animateur consistera à organiser les séances, avec des personnes "autonomes".*

8300 ▪ Tarot

Animée par François LEGAL
Mardi de 14h15 à 17h30
Salle 122
Niveau : initié

- *Appliquer les règles du tarot dans la convivialité.*

Assistant : Jean-Pierre NIVELEAU

8320 ▪ Tarot pour joueurs initiés

Animée par Patrick CHEVET
Mercredi de 14h à 17h30
Salle 137
Niveau : joueurs confirmés

- *Pratiquer le tarot dans une ambiance conviviale en accueillant chaque année 2 à 3 nouveaux joueurs.*

Assistante : Colette LE TRIONNAIRE

8340 ▪ Poker Texas Hold'em

Animée par Joël DAVID
Jeudi de 15h30 à 17h30
Salle 235
Niveau : ouvert à tous

- *Apprentissage en 2 ou 3 séances pour les débutants. Partie conviviale et ludique du poker texas Hold'em. (Sans aucun enjeu financier direct ou indirect).*

Assistants : Brigitte DANIN et Dominique LE ROY

8380 ▪ Boule de Fort

Animée par Gilbert FRANCOIS
Jeudi de 8h30 à 10h
Cercle Notre Dame, 5 rue de l'Aubrière à Angers
Niveau : ouvert à tous

- *Parties libres et conviviales, 10 séances du jeudi 21 janvier 2027 au jeudi 25 mars 2027.*

Participation spécifique : 35 €

8310 ▪ Tarot

Animée par Jeannine LAMBERT
Jeudi de 14h à 17h30
Salle 137
Niveau : confirmé

- *Pratiquer le tarot dans une ambiance conviviale.*

Assistant : Yannick PERCHER

8330 ▪ Tarot

Animée par Gabriel FAUQUEREAU
Vendredi de 9h à 11h30
Salle 138
Niveau : débutant et initié voulant se perfectionner

- *Ouvert aux débutants et aux initiés voulant se perfectionner.*

Assistants : Gérard BOUNEAU et Pierre HILLAIREAU

**8390 ▪ Boule de Fort**

Animée par Gilbert FRANCOIS
Jeudi de 10h à 11h30
Cercle Notre Dame, 5 rue de l'Aubrière à Angers
Niveau : ouvert à tous

- *Parties libres et conviviales, 10 séances du jeudi 21 janvier 2027 au jeudi 25 mars 2027.*

Participation spécifique : 35 €



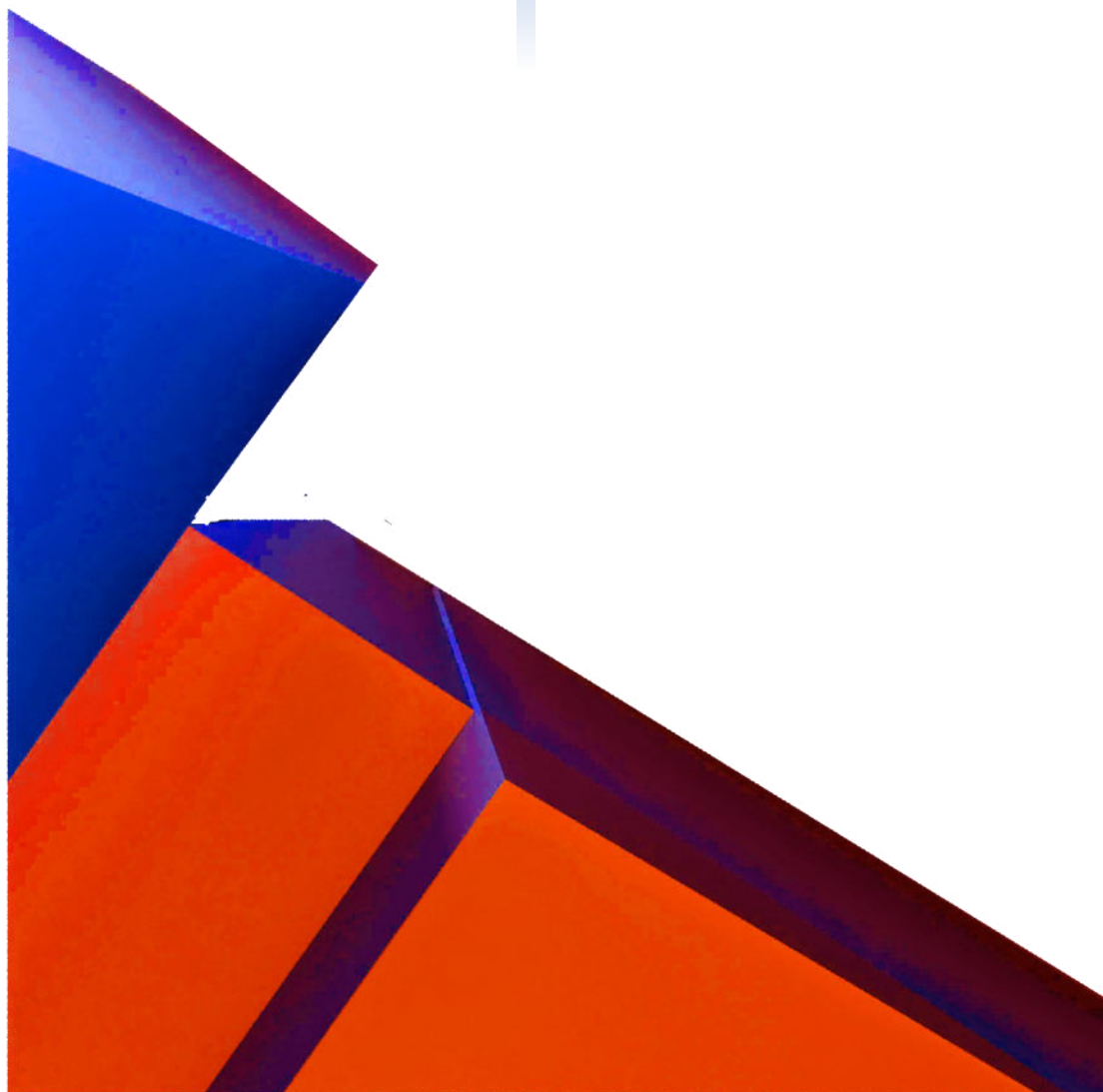
ACTIVITES PONCTUELLES

3 activités

Conférences

Confiserie

Visites « découverte »



Les activités présentées ci-après ne sont pas des ateliers comme les autres. Elles sont occasionnelles et ouvertes à tous les adhérents sous réserve qu'ils s'inscrivent à l'accueil et y retirent un ticket environ 15 jours avant.

La gratuité est totale.

IMPORTANT : Ces activités ne doivent pas faire l'objet d'un vœu. Elles peuvent donc être pratiquées en plus des 4 activités auxquelles vous pouvez prétendre.

Conférences

Animées par Béatrice STEPHAN

Les jeudis de 14h à 15h45

et les 1^{er} et 3^{ème} mercredis du mois de 10h30 à 12h

Salle 208

- *Les conférences sont organisées afin de vous permettre de venir écouter une personne sur une thématique scientifique, artistique ou culturelle qui lui tient à coeur. Vous pourrez enrichir vos connaissances ou apprendre de nouvelles choses lors d'un moment de dialogue, d'information et de débat autour de thèmes multiples. Réservation auprès des bénévoles de l'accueil, par mail « uatl@uatl-eca.fr » ou par téléphone : 02 41 88 96 41. Ces conférences sont réservées aux adhérents de l'UATL. Le programme est présenté dans les Flash info et sur le site de l'UATL. Il sera à votre disposition sous format papier à la rentrée.*

Assistants : Hervé CÔME et Eve JOURNET

Confiserie

Animée par Hélène COTIER

Mardi de 9h15 à 11h15

A L'Escale

Niveau : ouvert à tous

- *Seront abordés : la fabrication des pâtes de fruits, les caramels au beurre salé, les caramels au chocolat, la nougatine. Une participation financière sera demandée pour l'achat des produits de base (entre 2 et 4€). Les dates seront communiquées à la rentrée.*

Assistante : Agnès BOUYER

Visites « découverte »

Animées par Philippe BROIX avec le concours de Claude BOISSENOT et Alain ORIEUX

- *(Re)découvrez Angers à travers des visites commentées de sites historiques et culturels (monuments, quartiers, jardins remarquables, architecture, statuaire, botanique ...). En petits groupes d'une vingtaine de participants, laissez-vous conter l'histoire et les secrets de monuments incontournables. Visite d'une durée de 1h30 à 2h qui vous fera voyager à travers les époques et le patrimoine angevin. Une belle occasion de partager un moment convivial et enrichissant.*

Les dates et horaires seront communiqués à la rentrée.



Les Services de l'UATL



➤ ADMINISTRATION

Accueil

La directrice (directrice@uatl-eca.fr)

Accueillir, renseigner et orienter le public sont le quotidien des bénévoles de ce service. Les permanences de ces bénévoles sont organisées en demi-journées du lundi au vendredi.

Contacts : uatl@uatl-eca.fr ou 02 41 88 96 41

Atelier

Le régisseur (regisseur@uatl-eca.fr)

Ces bénévoles « bricoleurs » assurent les petits travaux de rénovation ou d'aménagement des locaux de l'UATL en fonction de leurs savoir-faire.

Comptabilité

JM Laucoin (UATLtresorerie@uatl-eca.fr)

Sous la responsabilité du trésorier et de la directrice, les bénévoles gèrent les recettes, les dépenses, assurent toutes les opérations d'écritures comptables dans le cadre des budgets votés et des décisions du Bureau.

➤ ANIMATION et CULTURE

Aidotique

Jean-Claude Guilbault (uatl@uatl-eca.fr)

C'est à dire aide au numérique, à l'informatique ou bien aide aux technologies de l'Information et de la communication.

Rendez-vous individuel de 30 mn sur inscription à l'accueil.

Bibliothèque

Marie-Alice Picantin et Marie-Anne Rivière (bibliotheque@uatl-eca.fr)

Une équipe de 16 bénévoles vous accueillent du lundi après-midi au vendredi matin, pour un prêt d'une durée de 3 semaines en période d'ouverture de 5 livres dont une nouveauté et de 10 livres pour l'été.

Dans un fond de 2500 ouvrages environ, principalement des romans, des romans policiers mais aussi des ouvrages historiques, des biographies, des contes, des poésies. Ce fond est renouvelé chaque année par l'achat d'environ quatre-vingt nouveautés.

Festivités

Marie-Chantal Derrey (mariechantalderrey@gmail.com)

Organisées avec le soutien du service administratif, ponctuellement ou régulièrement, vous pouvez participer à l'organisation de la Fête de l'UATL, de l'Exposition des ateliers artistiques, du Festival de théâtre, des Concerts ...

Bureau des voyages*Belén Jeanne (bureauvoyages@uatl-eca.fr)*

Propose aux adhérents des voyages culturels en France et à l'étranger.

En **France** : Des sorties à la journée une ou deux fois dans l'année (Expositions, châteaux, jardins ...) ou éventuellement des sorties à la demande d'autres ateliers (randonnée vélo, peinture ...) OU découverte des principales villes françaises sur 3/4 jours.

A **l'étranger** : Escapades dans une capitale européenne de 4/5 jours ou des croisières culturelles ou circuit de 12-13 jours en moyenne dans un pays d'Europe et/ou dans d'autres continents.

Une fois notre cahier des charges transmis aux agences, nous faisons une comparaison qualité/prix et choisissons l'agence qui satisfait au mieux notre cahier des charges.

Nous procédons ensuite à l'affichage dans la cour de l'UATL et sur la page web, rubrique Bureau des voyages.

Les voyages sont le moment privilégié pour créer des liens, se retrouver, échanger et s'ouvrir au monde.

Nous pouvons aussi prendre en compte vos suggestions, il suffit de nous le faire savoir, nous sommes à votre écoute ...

Récréâge*Sophie Guyot (recreage@uatl-eca.fr)*

Visites à domicile aux anciens de l'UATL et accueil hebdomadaire au Papotage.

➤ COMMUNICATION**Magazine « Contact »***Philippe Broix (president@uatl-eca.fr)*

Magazine trimestriel qui relate la vie de l'association. Une thématique spécifique est mise en lumière dans chaque numéro sur six pages. Tiré à 2 000 exemplaires dont 500 diffusés dans les équipements de la ville d'ANGERS et dans les communes de la métropole.

Contact recherche des rédacteurs pour étoffer son comité de rédaction. S'adresser au président ou à la Directrice.

Promotion UATL*Philippe Broix (president@uatl-eca.fr)*

Equipe en charge de la mise en œuvre des actions de promotion nécessaires au recrutement de nouveaux adhérents soit : Journées Portes Ouvertes, présence sur les marchés, animation des Journées du Patrimoine, réalisation et diffusion des outils de communication dédiés...

UATL Filmée*Valérie Aubin-Manquest (val.aubin0606@gmail.com)*

L'UATL Filmée a pour ambition de rendre compte de la vie de l'association par des reportages mis en ligne sur le site de l'UATL. Avec l'apport des présentations filmées des activités, le service veut contribuer à faire connaître l'UATL et aider les adhérents dans le choix de leurs activités.

L'UATL filmée est à la recherche de collaborateurs pour le tournage et le montage de films en complément direct des cours des ateliers de vidéo. S'adresser à la directrice.

3100 adhérents
330 activités
450 bénévoles
pour vous servir

à
partir
de
45 ans

se cultiver
se faire plaisir
garder la forme
s'engager

DATES À RETENIR

1er octobre : rentrée des activités
6 octobre : table-ronde prospective
en clôture des 50 ans
14, 15 octobre : accueil des nouveaux
adhérents
6 novembre : journée des bénévoles
mi-décembre : Assemblée Générale

**Université
Angevaine
du Temps
Libre**

14, rue Pocquet de Livonnières - 49100 Angers
02 41 88 96 41 uatl@uatl-eca.fr www.uatl-eca.fr

