

2026-2027

PROGRAMME D'ACTIVITÉS

Bien être et savoir, ensemble

Université Populaire du Chalonais



Université Populaire
du Chalonais



upc71.org




[Facebook](#)



[Instagram](#)

MOT DU PRÉSIDENT

Joseph SASSONIA



Après avoir eu l'opportunité d'accueillir plus de 800 adhérents en 2024-2025, ce sont **925 personnes** qui se sont inscrites à nos différentes activités en **2025-2026**.

Ainsi, notre croissance étant continue, il était temps de mieux structurer notre organisation. Nous avons donc recruté une salariée à temps complet qui a pour mission de coordonner toutes nos activités auprès des intervenants, des adhérents et des bénévoles.

Helga Gentien nous a rejoints le 1er juin 2026 pour assurer cette fonction. Helga est Franco-brésilienne, juriste de formation et psychanalyste. Elle est d'ailleurs déjà bien connue des nombreux élèves ayant suivi ses cours à l'UPC depuis 2020.

Cette année de nombreuses nouvelles activités avec leurs intervenants nous rejoignent aussi et vous permettront d'avoir plus de choix encore pour le bien-être, la formation ou la convivialité que vous recherchez.

**Découvrez-les,
sans tarder dans ce programme !**

Bienvenue à **Helga**, notre nouvelle coordinatrice des activités !

Avec son enthousiasme & sa créativité,
elle contribuera à faire vivre et
rayonner nos projets et l'Association.
Nous lui souhaitons la bienvenue parmi nous !



LES RENCONTRES DU MERCREDI SOIR

Tout au long de l'année, les mercredis à 18h30 dans nos locaux, nous vous convions à rencontrer des professionnels, experts ou passionnés, venus partager leurs connaissances & leurs analyses.

Ces rencontres sont ouvertes à toutes les personnes adhérentes ou non.

L'entrée est gratuite sur inscription obligatoire.

Le nombre de places étant limité à 40 participants, nous vous invitons à réserver votre place sur le site internet.

Pour être informé régulièrement des dates et des interventions de ces rencontres du mercredi, consultez nos actualités sur notre site internet & lisez nos newsletters envoyées par email !



**Thierry
LE PORS**



**Marion
PETIT**



**Laurent
VIGNAT**

SOMMAIRE

ATELIERS LINGUISTIQUES	page 3
ATELIERS ARTISTIQUES	page 8
ATELIERS TECHNIQUES	page 9
ATELIERS BIEN-ÊTRE	page 11
ACTIVITÉS CRÉATIVES	page 16
ACTIVITÉS RELATIONNELLES	page 18
ATELIERS CULTURELS	page 19



ATELIERS LINGUISTIQUES

ALLEMAND

**Participation annuelle
forfaitaire : 210€**

27 séances de 1h15

D'origine allemande, Petra San José enseigne depuis 1998 et à l'UPC depuis 2002.



Jeudi

Débutant 17h00 - code 100

Avancé 18h30 - code 101



Petra SAN JOSÉ



CHINOIS

**Participation annuelle
forfaitaire : 225€**

27 séances de 1h30

Lors d'un séjour en Chine, elle a obtenu une maîtrise en sinologie.

Elle pratique le mandarin et le Pinyin (système phonétique chinois).



Mercredi

Avancé 17h00 - code 106

Débutant 18h30 - code 105

PORTUGAIS

**Participation
annuelle forfaitaire :
210 €**

27 séances de 1h15



Lundi

Initié

16h00 - code 145



**Jean
MUNHOZ CONEGERO**



Brésilien, installé en France, et locuteur natif du portugais.

Jean a une réelle motivation pour transmettre sa langue maternelle et faire découvrir la richesse de la culture brésilienne.

Pédagogue, patient & à l'écoute.

ARABE

Participation annuelle forfaitaire : 210 €



Vendredi

Avancé

16h00 -code 142

Intermédiaire

17h15 - code 140

Débutant

18h30 - code 141



Safia DAFFRI

27 séances de 1h15

Safia est bilingue, née en Algérie et est arrivée en France en 2018.

Apprendre à lire et à écrire, découvrir phonétiquement et grammaire pour communiquer.

ANGLAIS CONVERSATION

Participation annuelle forfaitaire : 210 €

27 séances de
1h15



Annette THORNTON

Irlandaise née à Cork ,
en France (Paris) depuis près de 30 ans,
en Bourgogne depuis 10 ans où elle
enseigne l'Anglais.

Lundi
Conversation intermédiaire

15h30 - code 130

16h45- code 131

Conversation faux débutant

18h00 - code 132

Mardi

Conversation pré- intermédiaire

14h00 - code 133



Clément VOUILLOUX

Il est français bilingue, diplômé de
l'Université de Greenwich.
Pour encourager la conversation,
diverses méthodes et supports sont
utilisés.

Participation
annuelle
forfaitaire : 210 €
27 séances de
1h00



Lundi

Élémentaire

14h30 - code 120

Pré-intermédiaire

15h45 - code 121

Intermédiaire

17h - code 122

Intermédiaire confirmé

18h15 - code 123

Jeudi

Élémentaire

15h15 - code 124



Wendy SHARP

Britannique, Wendy a
plus de 15 ans
d'expérience de
formatrice en anglais,
pas d'exercices,
multimédia, pas de
livres, expression orale
avec des thèmes variés.



Mardi

Intermédiaire

15h30 - code 126

Jeudi

Avancé

15h30 - code 125

ANGLAIS

Participation annuelle forfaitaire : 210€

27 séances de 1h15



Laëtitia GROS

Laëtitia GROS a vécu plusieurs années aux États-Unis. Son objectif est que les participants se sentent suffisamment en confiance par conséquent capables de communiquer dans presque n'importe quel contexte.

Mardi

Débutant

14h00 - code 112

15h30 - code 110

Faux débutant

18h - code 111

Mercredi

Niveau à définir

09h00 - code 115

Intermédiaire

15h00 - code 114

ESPAGNOL

Participation annuelle forfaitaire : 210 €

27 séances de 1h15

Traductrice, français-espagnol, de livres, documents administratifs, sites, formulaires, catalogues.

Pour se débrouiller, commencer à communiquer et aborder des thèmes concrets...



Rosa LINÉ

Jeudi

Débutant

13h15 - code 153

Basique 2

14h30 - code 149

Intermédiaire 2

15h45 - code 154

Conversation

17h00 - code 150

Intermédiaire 1

18h15 - code 151

Basique 1

19h30 - code 152

ITALIEN

Participation annuelle forfaitaire : 210 €

27 séances de 1h15

Cristina Chrisment est vénitienne, traductrice, interprète, experte auprès des tribunaux.

Bien communiquer en italien avec une méthode ludique, loin des tracés scolaires.

Lundi 📅

Faux débutant

16h15 - code 177

Grand débutant

18h45 - code 172

Mardi

Conversation

16h15 - code 175

Intermédiaire

17h30 - code 173

Faux débutant

18h45 - code 170

Mercredi

Intermédiaire

16h15 - code 174

Expérimenté

17h30 - code 178

Débutant & faux débutant

18h45 - code 179

Vendredi

Faux débutant

16h15 - code 171

Conversation

17h30 - code 176



**Cristina
CHRISMENT**

FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE

Cristina est agréée formatrice de français langue étrangère (FLE).

Participation annuelle forfaitaire : 210 €

27 séances de 1h15

Lundi 📅

Intermédiaire

17h30 - code 155

📅 **Jeudi**

Débutant

16h15 - code 156

LANGUE ET CULTURE RUSSE

Zinaïda Vladimidorova Ostrovskaya, professeur, rédactrice de manuels littéraires en Russie propose d'apprendre la langue comme pour préparer un voyage dans son pays.

Samedi

Enfant 

10h00 - code 181



20 séances de 1h15

**Participation
annuelle
forfaitaire : 189 €**

RUSSE

**Participation
annuelle
forfaitaire : 225 €**

Vendredi

Avancé 

15h30 - code 180

**Zina
OSTROVSKAYA**

27 séances de 1h30

GREC ANCIEN

Participation annuelle forfaitaire : 225 €

Professeur de lettres classiques, Marguerite propose de mettre en valeur la fécondité remarquable de la pensée grecque dans les arts par la lecture de textes originaux et une lecture accompagnée des textes latins dans leur langue originale.

Mardi

Initié 

18h30 - code 160



**Marguerite
HARROUET**

27 séances de 1h30

ATELIERS ARTISTIQUES

GUITARE ACOUSTIQUE & ÉLECTRIQUE

Participation annuelle forfaitaire : 210 €

27 séances de 1h00

Diplômé du CRR du Grand
Chalon.

Titulaire d'un Master II de
Musicologie de la création
et de la performance,
spécialisé dans les
musiques actuelles (Heavy
Metal, mémoire sur Black
Sabbath)

Diplômé en technique du
son (cinéma, ARFIS Lyon)



Pierre François BAUDOIN



Tout public

Mardi

10h30 - code 260

11h30 - code 261

14h00 - code 262

Vendredi

19h15 - code 263

CHORALE

Musicienne, enseignante, chanteuse, professeure de chant et
cheffe de chœur. Chansons de musique actuelle et du monde
dans des styles très variés.

VOIX

**Participation
annuelle
forfaitaire : 135 €**

27 séances de 1h30



Tout public

Lundi

19h00 - code 245



Mélody FOURNIER

Au studio 70

**Participation
annuelle
forfaitaire : 225 €**

27 séances de 1h30



Tout public

Lundi

17h00 - code 240

NEW PIANO

Participation annuelle forfaitaire : 210 €

27 séances de 1h00

Cécile est violoniste
concertiste, issue des
plus hautes institutions
musicales
(Conservatoire de Dijon,
Hautes Écoles de
musique de Lausanne,
Bâle et Lugano).
Professeure diplômée et
enseignante en écoles de
musiques et
associations.



Cécile MULLER



Adultes

Lundi

14h00 - code 265 A *

Enfants

Mercredi

9h00 - code 264 **

10h00 - code 265 E*

*Piano ** Violon

THÉÂTRE

Participation annuelle forfaitaire : 255 €

27 séances de 2h00



Justine CHALOYARD

Samedi

09h00 - code275

Élève au conservatoire de théâtre, passionnée par le jeu, les émotions et tout ce que la scène peut révéler de nous. Elle aime créer un espace bienveillant où chacun peut s'exprimer, s'amuser et oser sans crainte. Le théâtre devient une aventure pleine d'énergie, de rires et de découvertes



Mercredi

19h45 - code276

Avec sa compagnie de théâtre "les Tournefols", Morgane développe, l'écriture, la création collective, l'art du clown de théâtre, un théâtre artisanal à l'imagination burlesque où tout peut se créer avec trois fois rien et avec ce que l'on a sous la main ; spectacles pour le jeune public.



Morgane LATRY

ATELIERS TECHNIQUES

AVIATION

Participation annuelle forfaitaire : 90 €

4 séances de 3h00



Tout public

Samedi
9h00
code 200

Thierry plus de 600 h de vol en France ou à l'étranger, vous fera découvrir les sports aériens, les commandes d'un appareil et la préparation d'un vol.



Thierry BERTRANDO

NEW JARDINAGE



**Clémence
PREVEL**

Participation forfaitaire : 189 €



**Mardi
Débutant**

17h00 - code 461

20 séances de 1h15

Participation forfaitaire par session : 100€

Approfondissement

18h15 - code 460 A

18h15 - code 460 B

**2 sessions de 10 séances
de septembre à décembre
& de janvier à avril**

À la suite d'une formation en botanique et de stages en horticulture et dans des fermes pédagogiques, Clémence a découvert l'envie d'apporter son aide et ses connaissances aux personnes désireuses de cultiver leurs propres fruits et légumes.

FORMATION NUMÉRIQUE

8 modules indépendants : de 4 x 2heures

Participation à un module : 90€



Mercredi : 18h00



**Christophe
VENIN**

Christophe & Marlène,
formateurs au
numérique depuis
2019,
au sein de la franchise
nationale
"MonAssistantNumeri
que.com"
ont le plaisir de vous
accompagner depuis la
rentrée 2020 au sein
de l'UPC.



**Marlène
VENIN**

Dompter son ordinateur sans stress - code 220

NEW Pratique numérique sereine et responsable - code 221

Smartphone, un allié au quotidien - code 222

NEW Maîtriser son quotidien avec les applications Google - code 223

NEW Booster sa créativité grâce à CANVA - code 224

Initiation à la bureautique - code 225

NEW Numérique ludique : Codage & petits robots - code 226

NEW Voyage au coeur de l'IA : De la curiosité à la pratique - code 227

ATELIERS BIEN-ÊTRE

Toutes les activités bien-être qui suivent sont accessibles pour tout public et nécessitent la présentation d'un certificat médical.

NEW TAI CHI

Participation annuelle forfaitaire : 210 €

27 séances de 1h



Florence PARODIE

Enseignante diplômée de l'école "Yang Family Tai Chi" dirigée par Maître Yang Jun où elle s'est formée pour l'enseignement du tai chi chuan du style Yang.



Lundi
10h00
code 309

QI GONG

Participation annuelle forfaitaire : 210 €

27 séances de 1h15



Wan LEUCA

Enseignante diplômée en danse traditionnelle chinoise (Licence Lettres et Arts – chorégraphie et danse chinoise). Elle aura le plaisir de partager sa culture natale et la pratique du Qi Gong.



Mercredi
15h00
code 349
Judi
16h00
code 348

BIODANZA

Participation annuelle forfaitaire : 255 €

27 séances de 2h00



Évelyne PERRAUD

Évelyne PERRAUD, formée à l'école de Lyon, est facilitatrice titulaire. Développer nos potentiels de vitalité, de joie, de connexion à soi et aux autres.



Judi
9h30
code 305

NEW

RELAXATION BIO-DYNAMIQUE

Participation annuelle forfaitaire : 210 €**27 séances de 1h00****Vendredi**

14h45

code 397

Praticienne en Sophrologie et Technicienne en relaxation bio dynamique Certifiée, Formée en Sophrologie (selon la méthode d'A. Caycedo) et la méthode expérimentale évolutive et Technicienne en Relaxation bio dynamique.

**Régine ROUSSEAU**

YOGA NIDRA

SOPHROLOGIE

Participation annuelle forfaitaire : 210 €**27 séances de 1h00**

Apprendre à mieux ressentir son corps dans des positions agréables, à respirer, à découvrir nos circuits énergétiques (points d'acupuncture), à se libérer de nos tensions physiques, psychologiques.

**Marie-Noëlle BERTHEAU**

Marie-Noëlle choisit d'enseigner une pratique douce, adaptée aux occidentaux.

**Lundi**

12h15 - code 335

15h - code 336

Mardi

09h00 - code 337

Mercredi

18h30 - code 338

**Lundi**

13h45 - code 330

Vendredi

17h15 - code 331

18h30 - code 332



YOGA INTÉGRAL

Participation annuelle
forfaitaire : 225 €

27 séances de 1h30

Participation annuelle
forfaitaire : 210 €

27 séances de 1h00

Jocelyne Michelot
retraîtée du secteur
social pratique le
yoga depuis
très longtemps.
Démarche
personnelle pour
rencontrer sa nature
profonde : « Deviens
qui tu es ».



Jocelyne
MICHELOT



Jeudi

12h30 - code 340

14h00 - code 341

YOGA CHAISE

Participation annuelle
forfaitaire : 195 €

27 séances
de 45''

Ce yoga convient à
tous les modes de vie.
Idéal pour soulager les
tensions dues aux
postures assises
prolongées (emplois
de bureaux, longs
voyages,
convalescences,
sédentarité...)



Mardi

15h15 - code 342

NEW HATHA YOGA

Participation annuelle forfaitaire : 210 €

Participation annuelle forfaitaire : 225 €

Formée à la psychologie et à
l'ergonomie. Clémence a toujours
été intéressée par l'humain et les
postures. Elle a voulu faire une
transition professionnelle en lien
avec le bien-être et s'est alors
formée au Yoga et à l'Ayurveda
en Inde du Nord et du Sud.
Clémence a acquis les
fondamentaux du Hatha yoga
traditionnel de Swami Sivananda
et de B.K.S Iyengar.



Mardi

12h15

code 350

13h30

code 345

Vendredi

9h00

code 351



Clémence 13
BLANCHET

YOGA VINYASA

Participation annuelle forfaitaire : 210 €

27 séances de 1h15



Laëtitia GROS

Laëtitia pratique le yoga depuis plus de dix ans Yoga Vinyasa, Hot Yoga et Yoga Bikram. Elle s'est formée aux Etats-Unis (Power Yoga, Sculpt Yoga).



Mercredi

12h30 - code 315

Jeudi

18h00 - code 316

BOXE FÉMININE

Participation annuelle forfaitaire : 210 €

27 séances de 1h00



David OLIGO

David a commencé par la boxe américaine il y a environ 30 ans, et est passé très vite à la boxe française. Titulaire d'un diplôme d'éducateur sportif boxe française.

Le cours est exclusivement consacré à la boxe féminine.



Lundi

18h30 - code 318

Au studio 70

NEW PILATES

Participation annuelle forfaitaire : 195 €

27 séances de 45"



Juliana WAETERLOOT

Formation : université de l'état de Para, Brésil. Licence complète d'éducation physique 4 années, équivalent STAPS. Professeur aquagym, musculation, de gym tonique, pilates au Brésil puis à Chalon sur Saône.



Mardi

10h00 - code 360

11h00 - code 361

Mercredi

09h00 - code 362

PILATES BODY ZEN

Participation annuelle forfaitaire : 210 €

Éducatrice spécialisée diplômée anime, Rosa enseigne, entraîne. Important travail d'enchaînement de postures et mobilisation articulaire.



Rosa OLLIER

PAUSE PILATES

Participation annuelle forfaitaire : 195 €

À mi-chemin entre la gym douce et le fitness, qui intègre un important travail d'enchaînement de postures, de mobilisation articulaire d'étirement, relaxation, méditation, pour des résultats bénéfiques à la fois pour le corps et l'esprit.

PILATES CHAISE

Participation annuelle forfaitaire : 210 €

Permettre à un public de tous niveaux de pratiquer le Pilates en toute sécurité, améliorer posture, mobilité, équilibre et bien-être général, même pour ceux ayant des difficultés à se mettre au sol.

STRETCHING

Participation annuelle forfaitaire : 210 €

Objectif : tendre, assouplir, étirer les muscles en douceur tout en travaillant la respiration.

RESPIRE ET RAYONNE

Participation annuelle forfaitaire : 195 €

Temps de recentrage, de gestion du stress et de développement du bien-être mental & émotionnel, accessible à tous.

GYMNASTIQUE DOUCE

Participation annuelle forfaitaire : 210 €

L'objectif premier de la gymnastique douce, est l'épanouissement physique et psychique de la personne, quel que soit son âge, en tenant compte de ses capacités physiques.

27 séances de 1h00



Lundi

18h00 - code 320

Mardi

18h00 - code 322

Mercredi

10h - code 321

13h30 - code 323

Jeudi

18h00 - code 324

27 séances de 45'



Mercredi

12h15 - code 325

27 séances de 1h00



Jeudi : 13h00 - code 329



27 séances de 1h00

Lundi : 17h00 - code 328

Mardi : 17h00 - code 327

Jeudi : 19h - code 326

Méditation

27 séances de 45''

Jeudi : 12h15 - code 312



27 séances de 1h00

Mardi

16h00 - code 311

Mercredi

11h - code 310

ACTIVITÉS CRÉATIVES

ÉCRITURE

Participation annuelle forfaitaire : 255 €

27 séances de 2h00



Priscille CROCE

Docteure en littérature, autrice, biographe, formatrice, je pratique l'écriture sous toutes ses formes depuis six ans et je navigue avec enthousiasme d'un genre à l'autre.



Tout public
Mardi

15h00 - code 510

MODE ET HAUTE TRICOUTURE

Participation annuelle forfaitaire : 270 €

20 séances de 2h00

Après une première année de préparation aux concours des écoles d'art, une école d'arts appliqués, suivie d'une licence en lettres et histoire de l'art à Lyon 2 puis à Florence, il a participé à des projets artistiques et fait de nombreuses expositions. Il souhaite vous inviter à errer dans vos histoires, vos rêveries et votre imagination afin de faire émerger votre créativité.

Confirmé

Vendredi

15h00 - code 502



Débutant

Samedi

10h00 - code 501



Frédéric MARABIENTE

NEW ARTS PLASTIQUES - PORTRAIT

Frédéric propose d'aborder le portrait non comme une simple représentation fidèle du visage, mais comme une trace, une apparition, un fragment de présence.

Participation annuelle forfaitaire : 270 €

20 séances de 2h00

Tout public

Mercredi

14h00 - code 503



DESSIN ZEN

Participation annuelle forfaitaire : 189 €

15 séances de 1h30



Tout public



Sylvie LEHAIRE

Sylvie Lehaire, certifiée de Zentangle®, invite qui ressent l'envie de dessiner à découvrir et pratiquer cette méthode qui guide pas à pas sans brider la création.

Lundi

Débutant

17h00- Code 269

Confirmé

18h30 - code 270

Mardi

Confirmé

10h00 - code 271

ORIGAMI & KIRIGAMI

Participation annuelle forfaitaire : 225 €

27 séances de 1h30



Tout public



Sylvie HOARAU

Sylvie est diplômée d'écoles des beaux-arts, en art, communication et design.

Elle pratique les arts asiatiques depuis plus de 20 ans (notamment l'origami : plier-papier et le kirigami : découper-papier...)

Jeudi

18h30

code 272

NEW ATELIER DE CRÉATIONS ORIGINALES

Participation annuelle forfaitaire : 225 €

27 séances de 1h30



Tout public



Belinda DELLA ROCCA

Fleuriste, puis photographe à Toulouse et galeriste à Narbonne. Originaire de Chalon sur Saône, elle revient y vivre à l'âge de 30ans, avec le besoin d'un ancrage et, d'y développer un projet humain et solidaire ; elle est autodidacte, solidaire et soucieuse du bien-être de ses élèves.

Mercredi

15h00

code 273

17

ACTIVITÉS RELATIONNELLES

LA RELATION BIENVEILLANTE À SOI & AUX AUTRES

Participation annuelle forfaitaire : 225 €

20 séances de 2h



Pierre BOUSQUET

Coach de vie certifié pour Adultes et Adolescents, passionné par les relations humaines et la communication intra et interpersonnelle, Pierre vous propose de partager les outils qui vous permettront de mieux vous connaître et de mieux communiquer avec les autres.



Tout public

Jeudi

18h00 -
code 256

NEW CONSEIL EN IMAGE



Maryam KAH

Conseillère en image certifiée et fondatrice de Sublim Relooking. Intervenante à travers l'animation d'ateliers axés sur le bien-être, l'estime de soi et la confiance en soi.

Séances de 3h
52€ le module

(voir les modules sur le site internet)

Tout public



Lundi

9h00 code 420

HAPPY CULTURE : UNE ATTITUDE CONSTRUCTIVE

Participation annuelle forfaitaire : 90 €

8 séances de 1h30



Nadine BERGIER

Retraitée du secteur médico-social. Grande optimiste, passionnée par le pouvoir de résilience et de changement de chaque personne. Sa devise : faire confiance à la vie : vivre les mains ouvertes !



Débutant

17h15 - code 426

Praticien

Cours réservés aux élèves présents en 2025/26

15h30 - code 425

Tous les premiers lundis du mois

CONSTELLATIONS FAMILIALES

Constellant 90 €
Figurant 45 € (par séance)
Séance bimestrielle de 3h



Céline DELÉCLUSE

Passionnée de lien humain, Céline accompagne depuis plus de 15 ans des enfants, des parents, des personnes âgées, des adultes en psychomotricité. Les interactions au sein d'un groupe sont fascinantes et elle se passionne pour les constellations familiales, outil de transformation personnelle et inter-personnel.



Tout public
Jeudi
19h00 à
22h00
Tous les
deux mois



Ingrid BOJCZUK

Kinésologue certifiée
Révélatrice de ressources a
pu trouver cette place où
accompagner l'Humain est
devenu une évidence.

ATELIERS CULTURELS

NEW

DÉCRYPTAGE DE LA PEINTURE RELIGIEUSE

Participation annuelle forfaitaire : 189 €
15 séances de 1h30



Mercredi
14h00
code 295

La Peinture que je pratique
au quotidien depuis plus de
40 ans est un domaine de
partage, de joie d'intelligence
et de fraternité.



Philippe GUERRY
19

Voir les informations mises à jour régulièrement sur notre site internet
www.upc71.org/

ASTRONOMIE

Participation annuelle forfaitaire : 225€

27 séances de 1h30



Bernard LACOUR

Retraité de l'éducation nationale (professeur de sciences physiques), astronome amateur depuis 45 ans.

Bernard propose une approche à la fois historique, thématique et pratique de l'astronomie.



Tout public

Mercredi

17h30

code 248

PRATIQUES NATURELLES DU QUOTIDIEN

Participation annuelle forfaitaire : 225 €

27 séances de 1h30



Mathilda BOISSOT

Sportive et profondément connectée à la nature, Mathilda est convaincue que la santé se cultive au quotidien.

Elle puise dans les bienfaits de la phyto-aroma, de la respiration et de la nutrition pour aider chacun à prendre soin de sa santé en toute autonomie.



Tout public

Mardi

18h00

code 450

ASTROLOGIE

Participation annuelle forfaitaire : 90€

10 séances de 1h00



Jocelyne MICHELOT

L'astrologie humaniste est centrée sur l'être humain par opposition à l'astrologie orientée sur les événements.

Nous explorerons ensemble la signification des signes, des planètes, des maisons, des aspects ...



Tout public

Mardi

14h00

code 249

20

OENOLOGIE

Les calendriers seront établis lors d'une réunion de prise de contact



Jean-Michel PACQUAUT

Jean-Michel est un passionné, dégustateur officiel dans des concours.

Apprendre à connaître son appareillage sensoriel par des exercices gradués.

Débutants

10 séances de 1h30
Samedi 10h00 - code 290
Forfait 195 €

Initiés

5 séances de 1h30
Samedi 10h00 - code 291
Forfait 225 €

PHILOSOPHIE



Cédric LACHASSE

Autodidacte pluri-disciplinaire, propose des lectures de différents auteurs, de Platon à Deleuze, pour éveiller à la curiosité et l'étonnement, suivie de discussions.

Participation annuelle forfaitaire : 240 €

27 séances de 1h45



Initié

Jeudi
18h30
code 285

GÉOPOLITIQUE

Participation annuelle forfaitaire : 240 €

24 séances de 1h30



Didier GROS

Enseignant (Sciences Po), chercheur (FRS) D. Gros, ancien colonel de l'armée française propose d'aider à comprendre les enjeux internationaux en matière de sécurité-défense.
Public intéressé par l'actualité internationale.



Lundi

18h30
code 250

Mardi

17h00
code 251

Cycle de 3 conférences

15 € l'une pour les non-inscrits au cours Géopolitique (1h30)

Tout public **19h00** **Maison des syndicats - 2 rue du parc à Chalon-Sur-Saône**

10 novembre 26 :

Géopolitique et nouvelles technologies. Enjeux et défis pour le monde de demain - code 521

21

26 janvier 27 : Les menaces hybrides et l'extension du champ de la conflictualité : vers la guerre permanente - code 522

30 mars 27 : Non défini - code 523

HISTOIRE DES IDÉES

Participation annuelle forfaitaire : 225 € **27 séances de 1h30**



Jean-Yves COSTE

Jean-Yves est professeur de philosophie.
Il propose de réfléchir sur la définition des idées et leur évolution en convoquant des disciplines qui se répondent : histoire, philosophie, littérature, science...
Il propose un travail de réflexion & de discussion autour d'enjeux contemporains, ce qu'il nomme de l'opinion à la réflexion.



Tout public
Mercredi
18h00
code 231

NEW ÉCRITURE SPONTANÉE

Participation annuelle forfaitaire : 210 € **15 séances 2h00**



Nicolas BEZIN

Concepteur & rédacteur de métier, poète dans sa vie quotidienne,
Nicolas Bezin utilise l'écriture de façon instinctive pour exprimer son ressenti et explorer les profondeurs de l'âme.



Samedi
18h00
code 298

HISTOIRE DE L'ART

Participation annuelle forfaitaire : 225 € **27 séances de 1h30**



Véronique BORDERREAU

Passionnée par l'art sous toutes ses formes,
Véronique propose une approche centrée principalement sur culture européenne et arts majeurs : peinture, sculpture, architecture.



Tout public
Mardi
18h30
code 280

SYMBOLISME DU CORPS HUMAIN

Participation annuelle forfaitaire : 210 €

15 séances de 2h00



Loïc CHAVENEAU

En retraite d'une vie de médecin, le regard au corps interpelle toujours: il livre ses informations. La souffrance des corps est questionnement... Depuis 1995, son outil est l'hébreu ancien.



Tout public
Mercredi
14h00
code 299

GÉNÉALOGIE

Participation annuelle forfaitaire : 210 €

27 séances de 1h15



Vincent DEGUERNE

Historien, & généalogiste à la recherche de ses ancêtres depuis l'âge de 10 ans, Vincent propose d'apprendre à maîtriser les outils numériques pour la généalogie.



Tout public
Vendredi
14h30
code 266

ESCALES LITTÉRAIRES

Participation annuelle forfaitaire : 225 €

27 séances de 1h30



Marion PETIT
Elle M lire

Diplômée en Histoire Contemporaine et en Communication, je vous propose des modules ludiques autour de la littérature, de l'écriture ainsi que plein de découvertes & surprises !



Lundi
"Nouveaux"
14h00
code 279
Passagers de l'Escale
2025-2026
17h30
code 278

Conditions générales d'inscription

Le versement de l'adhésion annuelle, 30€, est un soutien essentiel à notre association qui ne pourrait fonctionner sans cela. Les inscriptions peuvent se faire au secrétariat de notre Université, dans nos locaux ou par l'intermédiaire de notre site internet.

Les inscriptions ne sont effectives que si elles sont accompagnées du règlement complet de toutes les activités auxquelles l'adhérent désire participer. Après accord lors de l'inscription, les règlements seront faits de préférence par carte bancaire.

Le règlement de l'adhésion est encaissé dès réception par notre service comptable.

Une formation n'est ouverte que si le bureau juge le nombre d'inscrits suffisant pour la bonne tenue du cours.

Cette décision est généralement prise avant le début des cours ou au plus tard dans les deux semaines qui suivent.

Les séances d'essai, limitées à une seule et sur inscription ne nécessitent pas de règlement préalable de l'activité. Elles ne garantissent pas l'inscription à celle-ci si le nombre maximum d'inscrits avec paiement est atteint avant la décision définitive de l'adhérent.

CONDITIONS DE REMBOURSEMENT ÉVENTUEL

Les adhésions ne peuvent faire l'objet d'aucun remboursement compte tenu de leur qualité de soutien à l'association.

Le coût des activités est remboursé quand l'ouverture d'un cours est annulée sur décision de l'association.

En cas de désistement de l'adhérent pour une ou plusieurs activités, le remboursement peut être effectué si le désistement intervient dans la limite d'une semaine avant le début officiel de celles-ci.

Après le début des cours, aucun désistement ne pourra faire l'objet d'un remboursement, même partiel. En effet, toutes nos activités sont proposées à un prix qui représente moins de la moitié de leur coût réel grâce à l'intervention permanente de nos bénévoles dans les différentes tâches nécessaires au bon fonctionnement de notre association.

Exceptionnellement, en cas de circonstances graves pour l'adhérent, un remboursement partiel pourra être envisagé, après étude par le Bureau des éléments écrits et certificats présentés par l'adhérent.

NOS RENDEZ-VOUS

à ne pas manquer

Lundi
24
août

Début des inscriptions

Sur notre site internet :
<https://www.upc71.org/>

 Web

Mardi
01
Septembre

Début des inscriptions

En présentiel selon nos
horaires d'ouverture *

 Dans nos
locaux*

Samedi
5
Septembre

Forum des associations


Venez nous rencontrer
et découvrir nos activités !

 Parc des
expositions
Chalon

Samedi
12
Septembre

Porte ouverte

Venez nous rencontrer
et découvrir nos activités !

 Dans nos
locaux*
de 9h à 13h

Lundi
21
Septembre

Début des cours

Sauf certains cas
exceptionnels

 Dans nos
locaux*

Mardi
24
Novembre

Assemblée Générale

Bilan de l'année écoulée &
projets à venir.
Votre présence compte !

 Clos
Bourguignon
18h30



La date du repas annuel & de la représentation théâtrale seront communiquées ultérieurement.

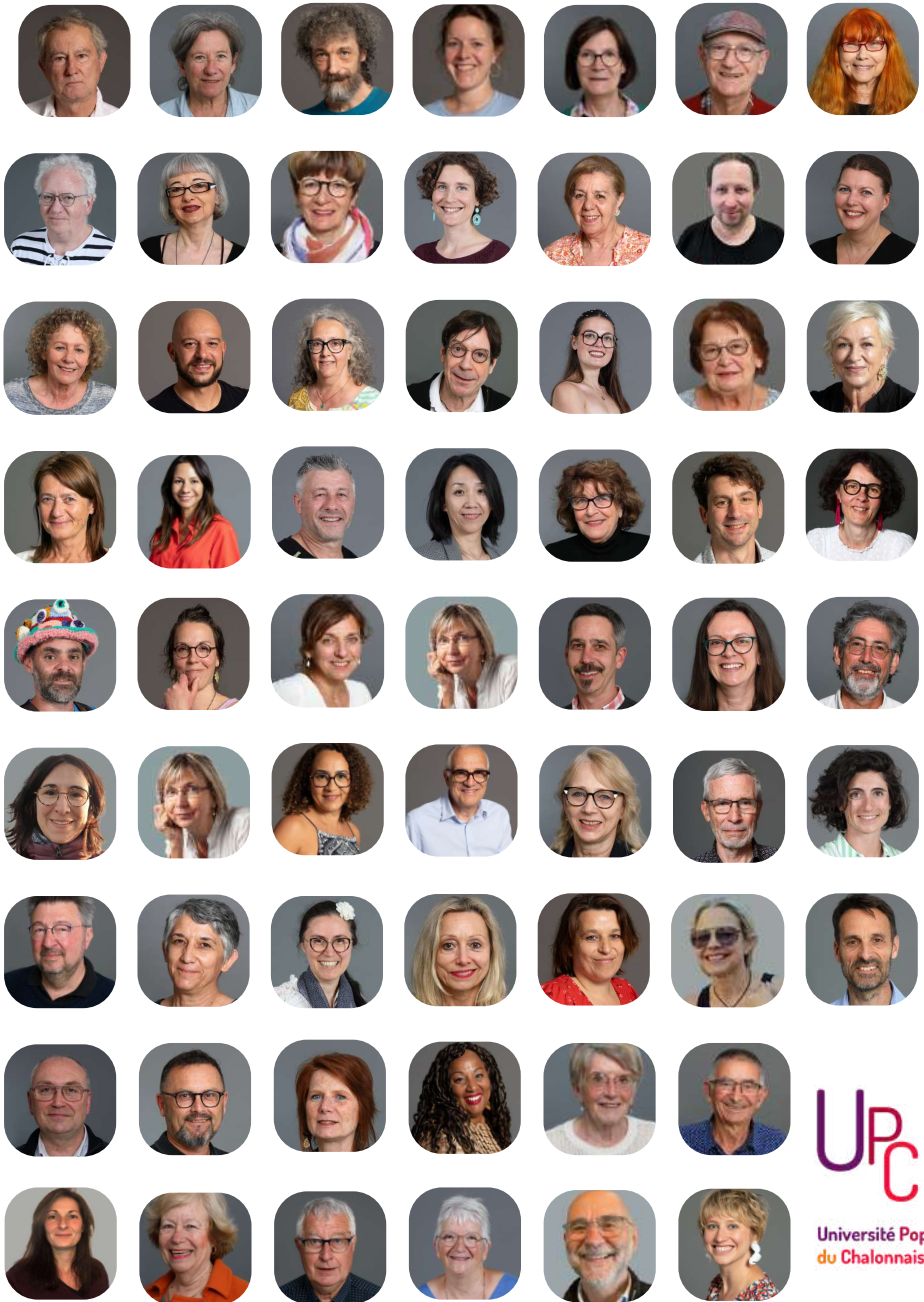
*Dans nos locaux : 40 Rue de Thiard à Chalon-Sur-Saône - 03 85 48 18 09 - upc71@orange.fr

Accueil : du lundi au jeudi de 10h à 12h30 et de 13h30 à 18h30

les vendredis de 10h à 12h30

Fermé pendant les vacances scolaires

ILS FONT L'UPC !



Université Populaire
du Chalonais