

# UNIVERSITE DU TEMPS LIBRE D'ORLEANS



## Catalogue 2024-2025



<http://www.univ-orleans.fr/fr/utlo>

**Ouverture des cours : lundi 30 septembre 2024**

**Inscriptions : à partir du 8 juillet 2024 jusqu'au 19 juillet 2024,  
puis du 26 août 2024 jusqu'au 30 septembre 2024**

Bâtiment Michel Royer - 1 rue de Chartres - 45 067 Orléans cedex

<http://www.univ-orleans.fr/fr/utlo/sinscrire-etudier/cours>

UNIVERSITE D'ORLEANS

Mise à jour le 04 décembre 2024

## Table des matières

Préambule.....	3
DROIT, ECONOMIE, GEOPOLIQUE.....	6
HISTOIRE .....	8
HISTOIRE DE L'ART.....	12
ANGLAIS.....	16
ALLEMAND.....	18
ITALIEN.....	19
ESPAGNOL.....	19
LANGUES ANCIENNES.....	20
PHILOSOPHIE.....	21
LITTERATURE.....	21
PSYCHOLOGIE .....	22
SOCIOLOGIE.....	24
SCIENCES.....	25
SCIENCES ET TECHNIQUES.....	27
CORPS SANTE ET ESPRIT.....	30

**De nouveaux cours sont susceptibles d'être ajoutés en cours d'année**

## Préambule

### Quels types de cours sont proposés à l'UTLO ?

Ce sont des enseignements proches dans la forme, le fond et la méthode, de ceux que nous donnons dans toutes nos formations diplômantes. A l'exception des cours de langue pour lesquels différents niveaux sont proposés, la presque totalité des cours ne nécessite **aucun prérequis**. Les cours sont conçus pour apporter le plaisir de la connaissance, pour des esprits curieux, en évitant de mobiliser des outils ou des techniques maîtrisés par les seuls professionnels.

### Qui sont les enseignants ?

Ce sont des universitaires (Professeurs des universités ou Maîtres de Conférences), des professeurs agrégés ou certifiés de l'enseignement secondaire (éventuellement détachés dans l'enseignement supérieur), des intervenants ayant un niveau de connaissances et de compétences acquis soit lors d'études sanctionnées par des diplômes décernés par un établissement d'enseignement supérieur accrédité par le ministère concerné, soit par une longue expérience professionnelle exercée dans le domaine de la discipline du ou des cours proposés.

## **Inscriptions :**

Droits d'inscription : **42 €** non remboursables.

Les inscriptions peuvent se faire sur place (au secrétariat, avec paiement exclusivement par chèque bancaire) ou par internet (site sécurisé avec paiement par carte bancaire) sur :

<https://www.univ-orleans.fr/fr/utlo/sinscrire-etudier/inscriptions>

Les cours notés « en attente » seront ouverts début septembre pour ceux qui commencent en octobre.

**Le nombre des places dans les cours est limité par le nombre des places dans les salles de cours. Une sélection des inscrits est donc nécessaire, elle se fera selon les modalités suivantes :**

- **85 % des places seront attribuées selon la logique du premier arrivé-premier servi**
- **15% des places sont réservés aux personnes qui ne maîtrisent pas l'outil informatique permettant de s'inscrire, et aux personnes qui ne peuvent pas se déplacer facilement.**

La carte d'étudiant de l'UTLO, sert de « laisser passer » sur le campus universitaire. Elle donne droit, aussi, à des réductions au même titre que la carte d'étudiant de l'université d'Orléans (cinéma, musée...), à des conférences organisées par les composantes de l'Université.

Les cartes d'étudiants sont remises lors du premier cours ou à votre disposition au secrétariat. Les cours se déroulent très majoritairement au bâtiment Michel Royer -1 rue de Chartres, Orléans la Source.

Les emplois du temps sont envoyés au début de chaque cours par mails, ou donnés directement lors de l'inscription.

**Remarque importante :** *certains cours ont lieu en visioconférence, les auditeurs sont à l'université, l'enseignant à distance. Cette option, qui permet de proposer des intervenants qui ne peuvent pas se déplacer, présente cependant un inconvénient : des incidents techniques se produisent inévitablement, imposant un report du cours, qui ne se révèle nécessaire qu'au tout dernier moment. Généralement l'information nous arrive trop tard pour informer les auditeurs qui viennent de loin. Il est donc recommandé, lorsque vous habitez loin de l'université, de préférer des cours pour lesquels les interventions sont assurées avec la présence du professeur. Vous reconnaîtrez les cours concernés dans ce catalogue, ce sont ceux dont le texte est surligné en jaune.*

### **Le secrétariat est ouvert :**

Lundi, mardi, jeudi, et vendredi de 9h30 à 12h00 et de 14h00 à 16h00

Mercredi de 9h30 à 12h00.

et Mme. **Chloé VIEILLARD** est joignable au 02 38 41 71 77 ou [secretariat.utlo@univ-orleans.fr](mailto:secretariat.utlo@univ-orleans.fr)

**Les séances de certaines séries de cours sont réparties de façon irrégulières dans l'année. Il est donc nécessaire de consulter régulièrement l'emploi du temps de l'UTL qui sera mis à votre disposition soit par affichage, soit par envoi régulier par courrier électronique.**

## DROIT, ECONOMIE, GEOPOLIQUE

### 01.01 - Droits et économie en Europe (110 places)

Depuis les grandes heures de la construction européenne, tout va vite, très vite au point qu'intégration, textes inflationnistes, décisions à la hussarde et motivations pouvant construire à un Brexit se succèdent.

La logique de l'exposé est d'apprécier sans concession les réalités. Les grandeurs et les faiblesses de ce "Machin" qu'avait qualifié le Général de Gaulle.

Cette année : La sécurité en Europe

ENSEIGNANT : Jean Philippe BAUR (Avocat au barreau d'Orléans)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Le jeudi à partir du 7 novembre, hebdomadaire	15h-16h30	Amphithéâtre Jean Zay Faculté des Lettres Langues et Sciences Humaine	14	67,20€

### 01.02 - Grands problèmes économiques culturels économiques juridiques et sociaux (110 places)

Partant d'une mondialisation à marche forcée, l'exposé rappelle thème par thème les faits, relations et grands problèmes contemporains tout en les reliant au passé.

À titre d'exemples, les parties politiques, les syndicats, les institutions religieuses, la monnaie : cette axe, c'est la Démographie.

ENSEIGNANT : Jean Philippe BAUR (Avocat au barreau d'Orléans)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Le jeudi à partir du 7 novembre, hebdomadaire	16h30- 18h00	Amphithéâtre Jean Zay Faculté des Lettres Langues et Sciences Humaine	14	67,20€

### 01.03 - Economie (22 places) (UFUTA)

**Ce cours se déroulera en direct sur site avec l'enseignant à distance**

Il s'agit d'étudier les mécanismes fondamentaux de l'économie en ayant une démarche scientifique rigoureuse. Il n'est pas nécessaire d'avoir déjà tout compris en économie ou de maîtriser des concepts mathématiques complexes (l'addition, la soustraction, la multiplication et la division seront parfois nécessaires). L'objectif est de comprendre le monde qui nous entoure, d'obtenir des clés de lecture de l'actualité économique, des discours politiques dans ce qui est dit... et non-dit. Ce cours est la poursuite du cours commencé en 2023-2024

Le cours abordera les éléments suivants : Introduction Quelques rappels essentiels sur la monnaie, la valeur ajoutée, le marché Le crédit et le financement de l'économie (sous réserve de temps) Les différentes modalités de financement de l'économie Le rôle spécifique du marché monétaire Rôle spécifique du marché financier (la Bourse et son fonctionnement) Comprendre les dysfonctionnements de l'économie de marché L'inflation Le Chômage Les politiques de luttés contre les dysfonctionnements de l'économie de marché Les différentes conceptions du rôle de l'état dans l'économie Politique de lutte contre l'inflation Politique de lutte contre le chômage.

ENSEIGNANT : Stéphane RAVAILLE (Professeur certifié d'économie)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mardi à partir d'octobre	13h30- 15h00	Salle UTLO	15	72,00€

#### 01.04 – Politique internationale dans une approche interculturelle (40 places)

À l'approche des grands conflits mondiaux, il est important d'avoir le recul suffisant. Ce recul n'est pas simple lorsqu'on est tributaire d'une éducation et d'une perception de voir le monde.

Le cours de géopolitique de cette année, va vous inviter à voir la géopolitique d'un autre œil, celui des prismes des différentes cultures. Comment un américain et un chinois, un afghan voient-ils le monde et les conflits qui nous entourent.

Se "décentrer" est un exercice compliqué, mais passionnant, car cela nous permet de mieux comprendre les conflits (peut-être pas nécessairement d'excuser). Nous proposons une géopolitique interculturelle qui consiste à penser la géopolitique à partir des cultures».

ENSEIGNANT : Sébastien MAUVE (enseignant chercheur, Université de Lille)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
vendredi à partir du 11 octobre	14h00- 15h30	Salle UTL S12	10	60 €

## HISTOIRE

### 10.101 Etre enfant à la Belle Epoque (50 places)

Travailler sur l'histoire de l'enfance implique de rassembler des données issues de sources très diverses. Les enfants ont peu laissé de traces écrites par eux-mêmes. Il nous faut donc observer les objets qui leur sont spécifiquement destinés, les images qui les représentent, ainsi que l'atmosphère familiale et sociale dans laquelle ils ont vécu. Nous allons poursuivre, cette année, le cours commencé l'an dernier en plaçant l'enfant au cœur d'une période qui a vu des bouleversements considérables. Adultes et enfants des villes et des campagnes, ont baigné dans un monde en pleine évolution dont les progrès technologiques, soutenus par les Etats et les industriels, se sont traduits par des innovations qui ont bouleversé le quotidien des populations, en transformant de manière durable leurs façons de se déplacer, de communiquer, de se divertir, en fait de vivre. Au milieu de ces profondes mutations qui transforment les mentalités, annonçant notre monde d'aujourd'hui, l'enfant commence à y occuper une place nouvelle.

ENSEIGNANT : Odile TRIOREAU (Maîtresse de Conférences émérite, Université d'Orléans)

Jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mardi à partir d'octobre bimensuel	9h30- 11h	Salle UTLO	12	57,60€

### 10.102 Colonisations et décolonisations dans le monde, une histoire longue et multiple (50 places)

Coloniser des territoires étrangers n'est pas une nouveauté de notre époque moderne, de même que décoloniser n'est pas un fait récent : parfois abandon pur et simple, souvent objet de conflits de tout type en forces et durée. On s'attachera à parcourir les colonisations de l'Antiquité et certaines de leurs conséquences encore actuelles. On abordera les colonisations venues de l'Asie et de l'Europe jusqu'aux « Grandes découvertes L'Inde, les Pays Bas ou le Portugal par exemples ...

Puis on dressera un panorama non exhaustif des colonisations principalement européennes et de leurs nombreuses conséquences encore actives de nos jours. Les décolonisations seront cernées à travers les faits passés liés et aux conséquences actuelles des échecs et réussites partielles. Les grands empires ex- coloniaux seront abordés dans le cadre des problèmes non résolus ou créés par des décolonisations mal conduites ou impossibles à accepter telles quelles. On notera systématiquement les issues différentes de points de vue souvent opposés. On fera des études à petite échelle continentale et des approfondissements à grande échelle locale voire micro locale Le Moyen Orient ou la zone océan pacifique pourront être vus dans le cadre de l'Histoire Globale.

ENSEIGNANT : Jean François LE BORGNE

Jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Lundi à partir d'octobre mensuel	14h - 16h	Salle UTLO	10	51,2€

### 10.103 Archéologie et patrimoine urbain d'Orléans (50 places)

Ce cycle est organisé en 7 parties. Il présente l'évolution de la ville d'Orléans de ses origines gauloises jusqu'au siège de 1428-1429. Ce parcours chronologique montrera les successions et l'organisation antique, la structuration de la ville dans et autour de ses remparts, son appartenance continue à la Loire. Ce cycle prendra corps à partir d'une analyse cartographique et iconographique enrichie par deux visites de sites en fin de cycle.

ENSEIGNANT : Laurent MAZUY

Jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mardi à partir du 8 octobre mensuel	14h30 -16h30 14h-17h	Salle UTLO Centre Orléans	7 2	64€

### 10.104 - Histoire et patrimoine urbain d'Orléans (40 places)

Ce cycle est organisé en 9 parties. Il présente les constituants et les caractéristiques architecturales et urbaines de la ville d'Orléans de la Renaissance à la reconstruction de l'après deuxième guerre mondiale. Les thèmes traités permettront de saisir des permanences et une continuité de formes au-delà les périodes et les bouleversements modernes et contemporains. Ce cycle prendra une forme originale : conférences sur site, promenades patrimoniales et architecturales

ENSEIGNANT : Laurent MAZUY

Jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Jeu di à partir du 3 octobre mensuel	14h -17h30	Centre Orléans 1 <sup>er</sup> rdv : place du chatelet	9	100,80€

### 10.105 - Histoire politique et culturelle de l'Europe au XIXème siècle à travers l'art et la caricature (50 places)

Le XIXème siècle est un siècle relativement borné et qui -chose rare en Histoire- compte près de 100 ans. Il a longtemps été pensé comme un siècle effacé entre un long ancien régime qui intégrerait la Révolution Française et ses suites jusqu'en 1848, et un XXème siècle qui débiterait dans la modernité économique, culturelle, politique des années 1880-90. Pourtant, les hommes du temps se sont perçus comme appartenant à ce XIXème siècle, adossé à la Révolution Française (crainte, adulée, fantasmée, rejetée) et projeté dans la catastrophe qui accouche du XXème. Dans le cadre du modèle dominant que devient la nation, les populations se construisent une histoire, se politisent par des expériences violentes ou pacifiques dans lesquelles s'opposent des modèles idéologiques inédits. Ces femmes et ces hommes se confrontent à un univers sensible bouleversé par la technologie dans des sociétés en effervescence qui hésitent entre sécularisation et mysticisme, articulent traditions et modernités, prennent conscience de l'épaisseur d'un monde qui déjà se rétrécit en se mondialisant par l'échange et la conquête : l'Histoire de l'Europe est aussi celle de l'Histoire mondiale de l'Europe.

ENSEIGNANT : Jérôme AUDOUARD

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
<b>Vendredi hebdomadaire à partir du 4 octobre</b>	11h30-13h00	Salle UTLO	10	48€

### 10.106 - Aspects de l'Histoire de France au XXe siècle (50 places)

L'Histoire est sans doute l'une des grandes passions françaises. Les médias ne s'y trompent pas entre émissions régulières et populaires, documentaires exigeants, chaînes dédiées, émissions de radio quotidiennes. L'une des explications est peut-être à chercher dans le fait que la France a concentré dans son destin les grands mouvements de ce que certains ont nommé le « siècle des excès ». Guerres totales, génocide des Juifs, colonisations et décolonisations, quasi guerres civiles, poussées de fièvres hexagonales, crises économiques mais aussi croissance inédite, accès à la modernité technologique, ouverture au monde, progrès du savoir et rayonnement culturel et -à l'exception des quatre ans de la dictature de Vichy- continuité républicaine et affirmation du modèle démocratique. En 1974, le politologue américain S. Hoffmann se demandait dans quelle mesure la nouvelle France pouvait entrer dans le moule de l'ancienne. Cette dernière s'est donc peut-être révélée plus plastique qu'on ne le pensait.

ENSEIGNANT : Jérôme AUDOUARD

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
<b>Vendredi hebdomadaire à partir du 4 octobre</b>	14h00-16h00	Salle UTLO	10	64€

**10.107 – Aspects de l’histoire des relations internationales depuis 1939. (50 places)**

L’Histoire des relations internationales a connu ces vingt dernières années de profonds bouleversements historiographiques. De nouvelles perspectives ont proposé une vision connectée et non plus occidentalocentrée des phénomènes. Cette histoire s’appuie dorénavant sur une vision globale des questions autour de la Deuxième guerre mondiale, de la Guerre froide, de la décolonisation, des conflits du Moyen Orient,.. en articulant et imbriquant non seulement les échelles géographiques mais aussi culturelles, sociales, politiques. Elle valorise dorénavant le poids des représentations dans la prise de décision, dans les clivages, les alliances, les affrontements entre et à l’intérieur des sociétés... Ce cours essaiera de remplir le rôle traditionnel dévolu à l’histoire-éclairer les problématiques du présent à l’aide des éléments du passé- mais il tentera aussi de montrer que les questions posées par le présent permettent de nourrir la reconstitution du passé, de tisser un lien entre ces deux temporalités.

ENSEIGNANT : Jérôme AUDOUARD

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
<b>Vendredi hebdomadaire à partir du 10 janvier 2025</b>	11h30-13h00	Salle UTLO	10	48€

**10.108 – Les cultures politiques françaises depuis la Révolution française. (50 places)**

Pour l’historien Pascal Ory, la France se distinguerait par "son anormalité politique". En effet, alors que la plupart des démocraties s’appuie sur des régimes qui désignent comme chef de gouvernement le leader de la majorité parlementaire, tandis qu’ils réservent la fonction de chef de l’Etat à une personnalité morale ou symbolique, les Français continuent d’élire un "monarque démocratique" dans le cadre d’institutions voulues par un homme providentiel dans un contexte de guerre coloniale et de quasi guerre civile. De même la France se distingue par ses "droites" et ses "gauches", ses partis révolutionnaires, ses mouvements anti-capitalistes alors que ses partenaires s’appuient sur une bipolarité qui ne remet que rarement le principe d’économie de marché. Pour comprendre cet état de fait, l’Histoire des cultures politiques permet d’entrer dans l’archéologie de ces spécificités qui remontent certes à l’événement révolutionnaire mais sans doute aussi à un passé plus lointain.

ENSEIGNANT : Jérôme AUDOUARD

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
<b>Vendredi hebdomadaire à partir du 10 janvier 2025</b>	14h00-16h00	Salle UTLO	6	30 €

**10.109 – Louis XIV et 20 millions de français (25 à 30 places)**

Reprenant le titre du célèbre ouvrage de l’historien Pierre Goubert, ce cours se propose de présenter la société de cour installée à Versailles par le monarque, les réformes et les innovations entreprises par Louis XIV et son contrôleur des finances Jean Baptiste Colbert mais aussi d’étudier les controverses religieuses du siècle, les crises démographiques des « années de misère » sans oublier de traiter le rayonnement artistique de la France entre Baroque et Classicisme.

ENSEIGNANT : Véronique BRIFFAULT (agrégée d’histoire)

Jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Jeudi à partir d’octobre bi mensuel	9h30 – 11h30	Salle UTLO	10	64€

**10.110 – Civilisation égyptienne (32 places)*****Ce cours se déroulera en direct sur site avec l'enseignant à distance***

Cette année, nous n'étudierons pas un seul thème sur l'ensemble des cours, mais un thème d'approfondissement par cours. A l'aide de mobilier archéologique, de monuments et de textes, nous découvrirons des points précis et souvent méconnus de la civilisation égyptienne.

ENSEIGNANT : Arnault DUHARD

Jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Jeudi à partir d'octobre	11h-13h	Salle UTLO	20	115,20€

**10.111 – La Bible : histoire, culture (50 places)**

Pourquoi un des plus importants documents de l'humanité est-il né chez un petit peuple occupant un territoire lilliputien au regard des grands empires voisins. Les universités françaises ont considéré et considèrent encore aujourd'hui l'étude de la Bible comme incongrue alors qu'étudier les textes babyloniens ou égyptiens ne leur posent aucun problème. Pourtant la culture occidentale est en majeure partie d'origine judéo-chrétienne et la Bible hébraïque est l'un des grands documents fondateurs de la culture ; elle est également un élément important pour saisir la naissance de l'islam et de la civilisation musulmane. Nos expressions quotidiennes l'art de nos musées, la musique de nos concerts sont très souvent issus du texte biblique. Nous verrons donc comment ce texte a été élaboré, par qui et pourquoi. Quel est le rapport de l'historien au texte biblique ? Que nous raconte la Bible ?

ENSEIGNANT : Christine Bousquet-Labouérie (Maîtresse de Conférences HDR émérite en histoire médiévale à l'université de Tours)

Jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Jeudi à partir du 10 octobre	14h30-16h30	Salle UTLO ou amphithéâtre à trouver	10	80 €

## HISTOIRE DE L'ART

### 20.201 – Histoire de la musique illustrée (18 places)

Ce cours prend le prétexte des principaux concerts classiques de la saison (Orchestre Symphonique d'Orléans, Scène Nationale, ...) pour explorer l'histoire de la musique de manière thématique. Selon les œuvres interprétées, on abordera leur contexte historique, les compositeurs, genres, langages et styles musicaux, les choix d'interprétations ...

ENSEIGNANT : Isabelle ROUARD (professeur au conservatoire d'Orléans)

Jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
mardi à partir du 8 octobre, mensuel	10h-12h	<b>Conservatoire, annexe de l'Hôtel des Créneaux (1 place de la République 45000 Orléans )</b>	8	51,20 €

### 20.202 – Histoire du cinéma : le cinéma français contemporain (50 places)

Il s'agit de revenir sur l'évolution du cinéma français depuis 1990 à travers des extraits empruntés à différents réalisateurs représentatifs de cette période. Généralement l'analyse complète des films sera proposée. Une place spéciale sera faite également au court métrage et au documentaire. « L'objectif de cet enseignement est de présenter à nos adhérents le jeune cinéma français contemporain. A travers un choix de réalisateurs marquants, il s'agit de comprendre pourquoi depuis les années 90 jusqu'à aujourd'hui, ils ont su faire partager leurs intentions esthétiques et thématiques et participer au renouveau de notre cinématographie. »

ENSEIGNANT : Fabien MORIZOT

Jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Jeudi à partir d'octobre Bi mensuel	9h45-12h15	Salle UTLO	7	56€

### 20.203 – Eléments d'histoire de la musique (30 places)

La démocratisation de la musique (14h00) :

- naissance de l'écriture à l'exacerbation des sentiments
- la période du Romantisme au Symbolisme
- la naissance et/ou améliorations des instruments, l'orchestre

De la musique noire aux pistes de danse (6h00)

- la culture *swing*, du blues aux jazz
- Naissances des différents styles du 20<sup>ème</sup> siècle
- Musiques actuelles et leur écriture

Ces leçons seront illustrées d'écoutes et d'études d'œuvres (non solfègiques ou très peu)

ENSEIGNANT : Thomas KIMPE (musicien et professeur de piano, saxophone et formation musicale, chef d'orchestre de la Société Musicale de Bellegarde)

Jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Vendredi à partir du 6 janvier 2025, bimensuel	10h15-12h15	Salle UTLO	10	70 €

### 20.204 – Du Futurisme au Bauhaus (32 places)

Le début du Xxe siècle voit de nombreux courants artistiques se succéder (futurisme, abstraction, De Stijl, Bauhaus, etc.), tous différents. Cette nouvelle génération dépoussière le passé, déconstruit leurs réflexes et explore un nouveau langage pictural, une nouvelle peinture de la non-représentation, dégagée de signification, dans un espace immatériel. Ces artistes mêlent art, architecture, artisanat et industrie, dans le but de créer des œuvres d'art totales. L'aventure moderne a offert de nouvelles aspirations : une attirance pour la technologie, une soif de nouvelles formes de spiritualité, un besoin de rapprocher l'art et la vie, d'inclure l'art dans le quotidien...

ENSEIGNANT : Sophie PAYEN (médiatrice pour la collection Pinault, intervenante à l'école du Louvre)

Jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mardi à partir d'octobre mensuel	13h-15h	Salle UTLO	6	38,40€

### 20.205 – Fin de l'académisme, début de la modernité (XVIII<sup>e</sup>-XIX<sup>e</sup> siècles) (32 places)

La société du 18<sup>e</sup> siècle est marquée par la naissance de la liberté individuelle. Les artistes remettent alors en cause l'autorité de l'Académie des Beaux-Arts : ils revendiquent leur art au même titre que les peintres académiques. Certains vont encore plus loin en voulant favoriser l'expression de l'intériorité de l'artiste. D'où l'émergence d'une succession de mouvements artistiques en « isme » qui définissent librement leurs propres règles : romantisme, réalisme, impressionnisme....

ENSEIGNANT : Sophie PAYEN (médiatrice pour la collection Pinault, intervenante à l'école du Louvre)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mardi à partir d'octobre mensuel	9h30 – 11h30	UTLO	6	38,40€

### 20.209 – Ouverture à l'art contemporain (30 places)

Cette série de conférences est conçue pour aider à se repérer dans une création contemporaine foisonnante et souvent incompréhensible pour le grand public. Chaque session s'appuiera sur des exemples précis pris indifféremment dans les domaines de la peinture, la sculpture, la vidéo, la performance, l'architecture etc. pour traiter les grands thèmes dont se saisissent les artistes aujourd'hui (climat, conflits, place des femmes dans la société, l'art non-européen etc.) Nous nous déplacerons sur les lieux de l'art contemporain de la ville d'Orléans (FRAC, musée des Beaux art, LPCTB...) en relation avec les expositions en cours et nous rencontrerons les artistes en résidence sur le campus de l'université.

- ✓ 5 Novembre 2024 : Art contemporain et les océans (Lien avec la résidence artistique à l'université)
- ✓ 3 Décembre 2024 : L'art contemporain et santé
- ✓ 14 Janvier 2025 : L'art contemporain : architecture (Lien avec l'exposition du FRAC)
- ✓ 4 Février 2025 : L'art contemporain et poésie – Lien avec le spectacle de Laurine Rousselet au Bouillon (poétesse en résidence à l'UO en 2019 – revient pour un spectacle créé avec des étudiants)
- ✓ 4 Mars 2025 : L'art contemporain et les femmes (lien avec le programme égalité-diversité de l'UO)
- ✓ 22 Avril 2025 : L'art contemporain dans un musée d'art ancien
- ✓ 6 mai 2025 : Une galerie d'art contemporain à Orléans <http://pocb.fr/>

ENSEIGNANT : Geneviève GUETEMME (Maîtresse de Conférence, Université d'Orléans)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mardi à partir de novembre mensuel	10h-12h	Salle UTLO 139 14/01/25 : FRAC 22/04/25 : Musée des Beaux-arts d'Orléans 06/05/25 : Le Pays ou le Ciel est Toujours Bleu (5 rue des grand champs - Orléans)	7	38,4€

### 20.210 – Histoire de l'architecture : L'Italie au Xve siècle. (50 places)

Panorama de l'histoire de l'architecture italienne au Xve siècle : Le langage classique de l'architecture, Les premiers traités d'architecture au Xve siècle, Filippo Brunelleschi, Michelozzo, Leon Battista Alberti, Agostino di Duccio, Bernardo Rossellino, Luciano Laurana, Giuliano & Benedetto da Maiano, Giuliano da Sangallo, Il Cronaca, Fra Giocondo, Biagio Rossetti.

ENSEIGNANT : ALEXANDRA SKLIAR-PIGUET

Jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mardi mi octobre- juin	10h-12h	S12	15	100 €

### 20.211 – Histoire de la peinture : Grands décors italiens, XIVE-XVIIIe siècles (varia) (50 places)

Florilège des grands décors italiens du XIVE siècle au XVIIIe siècle : Chapelle des Espagnols, Les Lorenzetti, Ghirlandaio, Pinturicchio, Chapelle Sixtine (Murs latéraux, Tapisseries, Voûte, Jugement Dernier), Le Corrège, Beccafumi, Giulio Romano, Véronèse, Pietro da Cortone, Pozzo, Tiepolo...

ENSEIGNANT : ALEXANDRA SKLIAR-PIGUET

Jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mardi mi octobre- juin	14h-16h	S12	15	100 €

### 20.212 – Divers peintres des XIXe et Xxe siècles... (32 places)

De tout temps l'art pictural a coloré et accompagné la vie. Des grottes de Lascaux à Picasso, Calder, Morizot en passant par l'art de la rue, la peinture rythme notre quotidien. Nous vous proposons une découverte de la vie de peintres de courants très différents, des plus connus aux plus discrets en lien avec leur présence encore aujourd'hui dans le monde de l'art et de leur actualité. De quoi mettre de la couleur et de la beauté dans ces moments de partage autour de l'art.

Degas, Mucha, Hoper, De Stael, Niki de Saint Phales, Frida Kahlo, Natalia Sergueievna Gontcharov, Vera Kober, Stanton Mac Donald-Write, Maria Izquierdo, Dorothea Tanning, Kitty Kiellard, Sydmev Goodman, Tom Benton, Helen Lundeberg, Klee, Juan Pablo Renzi

ENSEIGNANT : Chantal MACHICOANE

Jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Lundi bimensuel	10h15-12h15	S 08	15	100 €

### 20.213 Quelques maisons illustres du val de Loire ... (32 places)

En 2011, le ministère de la culture créait le label « Maisons des illustres » octroyé aux demeures de femmes et hommes qui se sont illustrés dans la musique, le théâtre, la littérature, les sciences, le cinéma, les arts. Ces maisons qu'ils ont habitées ouvertes au public permettent de conserver leur mémoire et de les découvrir « chez eux ». Des demeures qui reflètent aussi tout un patrimoine culturel, architectural et historique. Partons à leur découverte et à la rencontre de ces illustres.

Henri Duhamel Monceau, Pierre de Ronsard, Cassandre et Diane Salvati, Georges Sand, Ferdinand de Lesceps, Marcel Proust, Alain Fournier, Rene Descartes, Balzac, Francis Poulenc, Jean Felix Baptcrosses, Villa Charpentier, Henri Dutilleux

ENSEIGNANT : Chantal MACHICOANE

Jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Lundi bimensuel	10h30-12h00	S 08	12	75 €

### 20.214 – Divers parcs et jardins remarquables : La Bretagne (22 places)

En 2004, le ministère de la Culture a créé le label « Jardin Remarquable » afin d'assouvir l'envie grandissante de découverte et de partage de l'univers des jardins. Une distinction qui valorise et met sur le devant de la scène les jardins et parcs de qualité, qu'ils soient publics ou privés. Rares sont ceux que les jardins indiffèrent. Beaux, ressourçants, exaltants, chargés d'histoire pour certains, ils attirent tout autant les amateurs de fleurs ou de botanique, de jardinage, de paysage, d'histoire, de nature, chacun a un plaisir à s'immerger dans leurs univers. Des jardins qui sont l'expression d'une multitude de savoir-faire scientifiques et artisanaux. S'intéresser aux jardins, c'est s'intéresser au monde, à la géographie, au climat, aux plantes et à leur histoire, à la production agricole et botanique mais aussi à l'architecture, à la géométrie, à l'histoire de l'art du goût et des idées.

Parc botanique de Cornouaille, Parc botanique de Haute Bretagne, Domaine de la Roche-Jagu, Conservatoire botanique de Brest, Jardin de la Ballue, Jardin de Brocéliande, Jardin de Kerdalo, Domaine de Trévarez, le jardin du manoir de La Chaussée, Bois Orca

ENSEIGNANT : Chantal MACHICOANE

Jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Jeudi	10h30-12h00	S 143	10	60 €

## ANGLAIS

Tous les enseignements d'anglais sont sur le même format et limité à **22 personnes**

séances	durée	jour	Lieu	tarif
25	1h30	A partir d'octobre ou fin septembre	Salle UTLO	115,50€

### Récapitulatif des différents niveaux proposés

Code	intitulé	niveau	jour	heure	ENSEIGNANT
305	Elémentaire	A2/B1	mardi	13h30	Me C. Le Gouic
306	Pré intermédiaire renforcé	B1/B2	mardi	15h15	Me C. Le Gouic
307	Avancé	C1	mardi	17h	Me C. Le Gouic
301	Grammaire anglaise niveau 1	A2	mercredi	9h-10h30	M. O. Lefebvre
302	Grammaire anglaise niveau 2	B1	mercredi	10h45-12h45	M. O. Lefebvre
308	Intermédiaire	B1/B2	mercredi	10h45	M. M. Thiot
309	Avancé	B2/C1	mercredi	9H	M. M. Thiot
310	Conversation anglaise	B2/C1	jeudi	14h00	M. M. Thiot
304	Conversation	B2	jeudi	16h15	Me C. Genty
303	Débutant	A2	Vendredi	10h15	Me C. Genty

### Descriptif des cours proposés

#### 30.301 – Grammaire anglaise (niveau 1)

Ce cours de grammaire anglaise est dispensé en langue française afin que les étudiants maîtrisent un réel savoir sur ce qu'ils utilisent et pourquoi. Il permet une acquisition des temps partant des présents, des modaux, modaux composés jusqu'au début des temps passés à savoir les Preterits et Perfect simple. Des exercices d'application viennent renforcer l'acquisition des règles pour vous diriger vers la pratique de l'oral et la compréhension de textes anglais.

ENSEIGNANT : Olivier LEFEBVRE (professeur indépendant)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
lundi hebdomadaire	14h- 15h30	Salle UTLO	22	115,50€

#### 30.302 – Grammaire anglaise (niveau 2)

Ce cours de grammaire anglaise est dispensé en langue française afin que les étudiants maîtrisent un réel savoir sur ce qu'ils utilisent et pourquoi. Après une révision des différents temps simples de la langue, le cours se dirige vers l'acquisition des temps avancés à savoir l'ensemble des temps « Preterits, des Perfects, la voix passive, souhaits et regrets » et autres points grammaticaux complexes. Le cours alterne avec une partie orale et l'étude de textes ardues et des exercices d'application des règles.

ENSEIGNANT : Olivier LEFEBVRE (professeur indépendant)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mercredi hebdomadaire	10h45- 12h15	Salle UTLO	22	115,50€

### 30.303 – Niveau A2 (14 étudiants)

#### Prérequis cours A0 (2022/2023) et A1 (2023-2024)

A travers l'apprentissage de structures de grammaire simples et d'un vocabulaire un peu plus varié, nous poursuivrons les cours en interaction et veillerons également à travailler la prononciation. Nous favoriserons aussi une approche culturelle, à partir de supports variés – le but étant de communiquer de manière simple dans une langue la plus authentique possible et de gagner en automatismes par une pratique régulière.

ENSEIGNANT : Corinne GENTY (professeure certifiée d'anglais, Université d'Orléans)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Vendredi hebdomadaire	10h15-11h45	Salle UTLO	25	115,50€

### 30.304 – Conversation B2 (18 étudiants)

Cours de conversation basés sur des supports écrits, audio et vidéo. Des activités langagières variées seront proposées afin que les participants puissent interagir le plus authentiquement possible et prendre la parole en continu. Nous reverrons également des structures grammaticales complexes, enrichirons le vocabulaire idiomatique et travaillerons la prononciation.

ENSEIGNANT : Corinne GENTY (professeure certifiée d'anglais, Université d'Orléans)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
jeudi hebdomadaire	16h15-17h45	Salle UTLO	25	115,50€

### 30.305 – Élémentaire A2/B1 (18 étudiants)

Ce cours est adapté à celles et ceux qui étudient l'anglais avec assiduité depuis 2 ou 3 ans, ou pensent à tort avoir tout oublié de leurs études. Nous utiliserons **Evolve 2 Student's Book**, livre de l'élève, chez *Cambridge University Press*. La méthode propose de nombreux exercices pour développer vos compétences. Le cours sera ponctuellement « augmenté » à chaud par des thèmes d'actualité.

ENSEIGNANT : Claire LE GOUIC (professeure agrégée d'anglais, Université d'Orléans)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mardi hebdomadaire	13h30-15h	Salle UTLO	25	115,50€

### 30.306 – B1/B2 Intermédiaire renforcé (18 étudiants)

Le niveau B1 correspond au niveau à acquérir en fin de troisième. C'est le moment de consolider des connaissances désorganisées ou perdues de vue. Afin de garantir la progressivité des apprentissages, nous utiliserons **Evolve 4 Student's Book**, livre de l'élève, chez *Cambridge University Press*. Le cours sera ponctuellement « augmenté » à chaud par des thèmes d'actualité.

ENSEIGNANT : Claire LE GOUIC (professeure agrégée d'anglais, Université d'Orléans)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mardi hebdomadaire	15h15-16h45	Salle UTLO	25	115,50€

### 30.307 – Anglais avancé C1 (12 étudiants)

*Le monde tel qu'il va : armement, cours suprêmes, genre, politique, religion, santé ...* Au moyen de **supports de presse authentiques**, nous examinerons les **problèmes de société** grâce aux meilleurs journalistes de langue anglaise. Si vous avez poursuivi l'anglais au lycée, vous avez les outils : je vous accompagnerai et les problématiques abordées ne vous seront pas étrangères. Certains articles pourront être préparés en amont des séances, d'autres solliciteront votre réactivité.

ENSEIGNANT : Claire LE GOUIC (professeure agrégée d'anglais, Université d'Orléans)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mardi hebdomadaire	17h-18h30	Salle UTLO	25	115,50€

**30.308 – Niveau B1/B2- intermédiaire (22 étudiants)**

Ce cours propose l'étude d'un roman de Rachel Joyce, [The Unlikely Pilgrimage of Harold Fry](#), à travers une approche littéraire, civilisationnelle et linguistique. Des articles de presse, des documents audio et vidéo permettront d'aborder la compréhension écrite ainsi que la compréhension orale, et favoriseront l'interaction. Ces activités seront accompagnées de quelques rappels grammaticaux.

ENSEIGNANT : Marc THIROT (professeur certifié d'anglais)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mercredi hebdomadaire	10h45-12h15	Salle UTLO salle 143	25	115,50€

**30.309 – Anglais avancé (B2/C1) (22 étudiants)**

Ce cours propose l'étude d'un roman de Julian Fellowes, [Past Imperfect](#), à travers une approche littéraire, civilisationnelle et linguistique. Des articles récents issus de journaux et magazines, ainsi que des documents audio et vidéo, pourront être abordés. Quelques rappels grammaticaux accompagneront ces différentes activités dont la finalité est de permettre à chaque étudiant(e) de consolider ses compétences linguistiques.

ENSEIGNANT : Marc THIROT (professeur certifié d'anglais)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mercredi hebdomadaire	9h-10h30	Salle UTLO salle 143	25	115,50€

**30.310 – Cours de conversation anglaise (B2/C1) (22 étudiants)**

Ce cours s'adresse à des étudiant(e)s qui possèdent une bonne maîtrise de la langue anglaise écrite et orale. Lors de chaque séance, un thème spécifique sera présenté par un(e) ou plusieurs étudiant(e)s et fera l'objet d'un échange entre les membres du groupe sous la conduite du professeur.

L'accent sera mis sur la qualité de la syntaxe ainsi que la connaissance de la phonétique.

ENSEIGNANT : Marc THIROT (professeur certifié d'anglais)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Jeudi hebdomadaire	14h00-15h30	Salle UTLO	14	75,00€

**ALLEMAND****33.331 – Intermédiaire allemand (A2) (22 étudiants)**

Toutes les compétences linguistiques sont abordées : approfondissement des bases lexicales et grammaticales, compréhension et expression à l'oral et à l'écrit, élargissement de la connaissance des pays germanophones et de certains aspects culturels.

ENSEIGNANT : Christine THIROT (professeure certifiée ed'allemand)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mercredi hebdomadaire	14h-15h15	Salle UTLO	25	96,25€

**33.332 – Conversation allemande (B1/B2) (22 étudiants)**

Pratique de la langue, discussions et débats à l'aide de supports variés : textes, articles, vidéos et documents iconographiques. Révision de points de grammaire.

ENSEIGNANT : Christine THIROT (professeure certifiée d'allemand)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mercredi hebdomadaire	15h30 - 16h45	Salle UTLO	25	96,25€

## ITALIEN

### 34.341 – Débutant Italien A1 (22 étudiants)

Un cours pour les débutants qui ont peu ou pas de connaissances en italien. Les principaux objectifs sont de découvrir la langue et la culture italienne et d'acquérir les compétences de base pour pouvoir communiquer sur des sujets courants. Le cours sera basé sur le livre Nuovo Espresso A1.

ENSEIGNANT : Cristina GENNARI (professeure certifiée d'italien)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
lundi hebdomadaire	10h45-12h15	Salle UTLO	24	115,5€

### 34.342 – Intermédiaire A2 (22 étudiants)

Ce cours s'adresse aux personnes ayant des connaissances de base de la langue et de la grammaire italiennes. A partir d'une méthode multimédia basée sur le livre Nuovo Espresso A2, vous poursuivrez la découverte des fondamentaux de la langue et la réalité italienne de manière agréable en développant vos compétences en communication orale. De nombreux exercices vous permettront de découvrir et de mémoriser les structures de la langue.

ENSEIGNANT : Cristina GENNARI (professeure certifiée d'italien)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
mardi hebdomadaire	10h45-12h15	Salle UTLO	24	115,5€

### 34.343 – Conversation B1/B2 (22 étudiants)

Cours interactifs qui, à partir de supports variés et du livre Nuovo Espresso B1, vous permettront d'approfondir vos connaissances du monde italien, d'enrichir le lexique et de consolider vos acquis grammaticaux. L'objectif est d'améliorer la connaissance de la langue à travers des conversations intéressantes et agréables sur des sujets variés : histoire, géographie, culture, expériences personnelles, voyages, vie quotidienne, gastronomie, etc.

ENSEIGNANT : Cristina GENNARI (professeure certifiée d'italien)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Jeudi hebdomadaire	10h45-12h15	Salle UTLO	24	115,50€

## ESPAGNOL

### 35.351 – Intermédiaire A2 (22 étudiants)

L'espagnol est une langue mondiale qui connaît une croissance constante très importante. Ce cours d'espagnol A2 s'adresse aux débutants et intermédiaires qui veulent apprendre et renforcer les bases de l'espagnol. A travers les différentes thématiques culturelles abordées, ce cours vous permettra de travailler différemment la grammaire, le vocabulaire et la conjugaison. En effet, vous allez profiter d'un cadre d'apprentissage idéal afin de parvenir plus facilement et de façon ludique à vos attentes.

ENSEIGNANT : Norelis MARCANO BARRAZA (professeure certifiée d'espagnol)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mardi hebdomadaire	9h-10h30	Salle UTLO	25	115,5€

**35.352 – Post-Intermédiaire B1/B2 (20 étudiants)**

Ce cours propose de perfectionner, développer les compétences de réception, de production et d'interaction à travers des activités et des supports variés. Il a pour objectif d'enrichir les bases nécessaires à la communication en langue étrangère et en même temps d'appréhender des éléments de culture et de civilisation des pays de langue espagnole.

ENSEIGNANT : Ninoska JOLLIVET (professeure certifiée d'espagnol)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Lundi hebdomadaire	14h30-16h	Salle UTLO	23	115,50€

**35.353 – Conversation C1 (22 étudiants)**

Les cours de conversation en espagnol abordent les aspects simplement linguistiques de l'espagnol et les aspects socio-culturels concernant aussi bien l'Espagne que l'Amérique latine, très importants pour l'entière compréhension de la langue.

ENSEIGNANT : Norelis MARCANO BARRAZA (professeure certifiée d'espagnol)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mardi hebdomadaire	10h45-12h15	Salle UTLO	25	115,50€

**LANGUES ANCIENNES****39.391 – Egyptien hiéroglyphique (22 étudiants)**

*Ce cours se déroulera en direct sur site avec l'enseignant à distance*

Ce cours est composé de 3 niveaux d'apprentissage, et est une suite du cours de l'année 2023-2024, qu'il est nécessaire d'avoir suivi car il n'y aura pas de niveau débutant.

ENSEIGNANT : Arnault DUHARD

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
jeudi à partir d'octobre	9h15-10h45	UTL	20	94,5€

## PHILOSOPHIE

### 40.401 La nature de l'homme : analyses traditionnelles et enjeux contemporains (50 places)

Le cours de philosophie s'emploiera à questionner le propre de l'homme par l'étude de textes philosophiques de la tradition européenne ainsi que les apports des sciences dites dures et de l'anthropologie/ethnographie en la matière. L'objectif étant de s'exercer aux démarches philosophiques essentielles de la conceptualisation, la problématisation et l'argumentation afin de prolonger le questionnement de cette année jusqu'aux problèmes très contemporains que soulève le transhumanisme.

ENSEIGNANT : Aude-Marie ERTA (professeure certifiée de philosophie)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Vendredi à partir du 4 octobre	9h00- 10h30	Salle UTLO	7	40,00€

## LITTERATURE

### 50.501 N'oubliez pas les parolières (et paroliers) ! (32 places)

La chanson comporte trois aspects : un rythme, un « air » et un texte. C'est ce dernier qui intéresse la littérature. On peut lire une chanson comme un poème. Or il est toujours négligé ; d'abord parce qu'on ne le distingue pas toujours (derrière la batterie) mais aussi parce que dans les pochettes, le nom du parolier est effacé s'il (ou elle) n'est pas même temps l'interprète.

Ce cours veut mettre en lumière quelques dizaines de paroliers, hommes et femmes, des XXe et XXIe siècles et faire apprécier leur production. On laissera de côté, et pour cause, les ACI – auteurs-compositeurs interprètes, et on s'efforcera de recourir autant que possible à des interprètes variés.

ENSEIGNANT : François Le Guennec (professeur certifié de français)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Vendredi d'octobre à janvier	10h30-12h00	Salle UTLO	15	57,60€

### 50.502 Littérature et politique au XXe siècle (32 places)

Il s'agit non d'un cours d'histoire ni d'un débat idéologique, mais de voir comment les écrivains du XX<sup>e</sup> siècle (voire du XXI<sup>e</sup>) parlent des problèmes de politique –intérieure ou extérieure– de leur temps, notamment dans les romans dont l'objectif est ailleurs. On étudiera des pages de Charles Péguy, Romain Rolland, Martin du Gard, Paul Morand, Giraudoux, Drieu la Rochelle, Aragon, Malraux, J-P. Chabrol et d'autres.

ENSEIGNANT : François Le Guennec (professeur certifié de français)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Lundi à partir de mi- janvier	14h-15h30	Salle UTLO	12	57,60€

### 50.503 L'écriture poétique, de Ronsard à Péguy en passant par Hugo, Baudelaire, Apollinaire... (50 places)

Ce cours portera sur la spécificité de l'écriture poétique au travers du temps et de l'œuvre de nombreux poètes. L'écriture poétique est une « tapisserie » faite, indissociablement, de formes et de sens, jouant avec les rythmes, la syntaxe, le lexique, les rimes, etc, pour constituer le sens et créer les harmonies qui en font la force et la beauté.

ENSEIGNANT : Jean-Pierre Sueur (linguiste et homme politique français)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Lundi à partir du 7 octobre	10h-11h30	Salle UTLO S12	15	70,00€

## PSYCHOLOGIE

### 60.601 La régulation émotionnelle (10 places)

Ce cours est conçu pour sensibiliser les participants aux compétences émotionnelles et les aider à comprendre et améliorer leurs capacités en régulation émotionnelle. Grâce à des explications théoriques, des exercices pratiques et des discussions de groupe, les participants apprendront à identifier, comprendre et gérer leurs émotions de manière plus efficace en utilisant des outils de la thérapie cognitive et comportementale ainsi que des thérapies psycho-corporelles. Le cours inclura des activités à réaliser pendant et entre les séances, en autonomie. La présence à toutes les séances est essentielle car le contenu se construit sur les connaissances acquises lors des sessions précédentes

Principaux Thèmes du Cours

1. Présentation et définition de la régulation émotionnelle :  
Identification des principales émotions.
2. Le lien entre situations, émotions, sensations, pensées et comportements :  
Apprendre à les identifier et à réaliser le bulletin de météo intérieure.
3. L'utilité des émotions :  
Leur valeur adaptative et les stratégies problématiques de régulation émotionnelle.
4. L'importance de la tolérance aux émotions négatives :  
Développer la capacité à accepter et tolérer les émotions difficiles.
5. L'acceptation de nos émotions :  
Techniques pour accueillir et accepter nos émotions sans jugement.
6. La restructuration cognitive :  
Comment donner de la flexibilité à nos pensées pour mieux gérer l'intensité de nos émotions.

**Méthodologie** : Le cours alternera entre des présentations théoriques, des exercices pratiques, des discussions de groupe et des activités interactives. Les participants seront encouragés à partager leurs expériences et à appliquer les techniques apprises dans leur vie quotidienne. Ce cours est idéal pour toute personne souhaitant améliorer sa gestion des émotions, réduire le stress et renforcer son bien-être émotionnel.

ENSEIGNANT : Madalina COTIGA

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
lundi	17h30-19h30	Salle UTLO	5	35 €

## 60.602 La thérapie cognitive et comportementale (TCC), La psychothérapie EMDR par les mouvements oculaire. 2 séances de 2h00 (50 places)

### Cours 1 : La thérapie cognitive et comportementale (TCC)

Les TCC sont des psychothérapies avec une efficacité scientifiquement démontrée dans plusieurs troubles psychiatriques ou aux difficultés psychologiques. Ce cours de deux heures est conçu pour offrir une introduction concise et pratique à la thérapie cognitive et comportementale (TCC). Il vise à sensibiliser les participants aux principes de base de la TCC, à expliquer comment elle peut être utilisée pour améliorer la santé mentale et émotionnelle, et à fournir des techniques pratiques que les participants peuvent appliquer dans leur vie quotidienne.

#### Objectifs du Cours

Comprendre les concepts fondamentaux et scientifiques de la TCC.

Découvrir pourquoi on maintient certains de nos comportements malgré nous

Découvrir les principaux outils utilisés lors des séances de psychothérapie.

Découvrir comment donner plus de flexibilité à vos pensées.

#### Méthodologie

Le cours utilise un mélange de présentations théoriques, d'exercices pratiques et de discussions interactives. Les participants seront encouragés à participer activement, à poser des questions et à partager leurs propres expériences.

Des feuilles de travail et des outils pratiques seront fournis pour aider à l'application des techniques de TCC.

Le cours est idéal pour toute personne souhaitant comprendre rapidement les bases de la TCC.

### Cours 2 : La psychothérapie EMDR par les mouvements oculaires

La thérapie EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) a été créée par Francine Shapiro dans les années 1980. Cette approche thérapeutique a gagné en popularité grâce à son efficacité dans le traitement des personnes ayant vécu des événements traumatiques ou diagnostiquées avec un trouble de stress post-traumatique (TSPT). Mais comment fonctionne-t-elle concrètement ?

#### Objectifs du Cours

Comprendre les bases théoriques de l'EMDR.

Découvrir le processus et les phases de l'EMDR.

Identifier les applications cliniques de l'EMDR.

Apprendre une technique pratique pour la stabilisation émotionnelle

#### Méthodologie

Le cours est interactif et combine des présentations théoriques avec des discussions de groupe et des exercices pratiques. Les participants sont encouragés à poser des questions et à partager leurs expériences personnelles pour enrichir la compréhension collective de l'EMDR. Des supports visuels et des exemples concrets seront utilisés pour illustrer les concepts et les techniques abordés.

Ce cours est idéal pour toute personne intéressée par la compréhension de l'EMDR et son potentiel thérapeutique.

ENSEIGNANT : Madalina COTIGA (Psychologue, Établissement Public de Santé Mentale du Loiret Georges Daumezon)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Lundi 13/01/25 et 20/01/25	17h30-19h30	Salle UTLO	2	30 €

## 60.603 L'attachement. 2 séances de 2h00 (50 places)

L'attachement représente notre manière de créer le lien avec nous-même et dans d'autres types des relations avec les autres. Les premières figures de l'attachement sont nos parents ou nos caregivers. Tout au long de la vie nous pouvons apprendre à construire des relations plus profondes, plus saines, plus sécurisées.

#### Les objectifs de ce cours sont :

Comprendre les bases théoriques de l'attachement.

Explorer les différents styles d'attachement et leur impact sur les relations.

Apprendre à identifier son propre style d'attachement et développer des stratégies pour améliorer ses relations.

ENSEIGNANT : Madalina COTIGA (Psychologue, Établissement Public de Santé Mentale du Loiret Georges Daumezon)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Lundi 12/05/25 et 19/05/25	17h30-19h30	Salle UTLO	2	30 €

## SOCIOLOGIE

### 70.701 Importance de la diversité et du multiculturalisme dans la construction du savoir scientifique dans les sociétés occidentale et orientale (22 places)

Ce cours essaiera de présenter les notions de diversité et du multiculturalisme et leur impact dans les sociétés occidentales et orientales sera illustré par plusieurs exemples. On montrera en quoi on peut le différencier du polyculturalisme qui est plutôt un jeu d'influences. On verra comment le multiculturalisme et la diversité favorisent l'innovation et renforcent la construction du savoir scientifique dans les milieux industriels et académiques.

Le cours aura pour objectifs de :

- Comprendre les concepts de diversité et de multiculturalisme en s'appuyant sur les concepts tels que sociologiques de définissant plusieurs notions incontournables en sociologie : définition de la culture, sous-culture, contre-culture, du polyculturalisme et du multiculturalisme et comment elles conditionnent nos valeurs et les sociétés
- Définir la sociologie des sciences vue par Merton où le but de la science est la construction et production du savoir mais dont le périmètre est étroitement corrélé aux activités humaines et inégalités des sociétés
- Dresser le constat actuel des inégalités (richesse, santé, salaire, carrière professionnelle...) entre les différents groupes ethniques et entre hommes et femmes dans plusieurs pays modernes (USA, Japon)
- Décrire et comprendre l'origine des inégalités dans nos sociétés passées et actuelles (USA, pays européens, et Japon) qui s'ancrent dans les valeurs culturelles

ENSEIGNANT : Régis GUEGAN (Maître de Conférences des universités)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Vendredi à partir d'octobre	14h – 16h	Salle UTLO	10	50 €
Vendredi de janv à mars	13h30 – 15h30			
Bimensuel				

## SCIENCES

### 90.901 Espace, temps, lumière, gravité: de l'antiquité au XXIème siècle (22 places)

Depuis toujours, la lumière, l'espace, le temps, la communication à distance, l'attraction universelle ont fasciné les humains, et incité à la réflexion scientifique et philosophique, à la création artistique. Ce cours a pour but de montrer comment sciences et philosophie ont, depuis l'antiquité, permis la progression et la construction des idées qui nous aident à appréhender l'espace, le temps, la matière, inerte ou auto-organisée, et quelques autres interrogations plus vastes allant jusqu'à celles sur la vie. Cours actualisé

ENSEIGNANT : Yann VAILLS (Professeur des universités)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Lundi à partir d'octobre	10h45 – 12h15	Salle UTLO	12	57,60€

### 90.902 La relativité, la cosmologie et les grandes questions de la physique. (22 places)

1. Le concept du temps et longueur relatifs, la relation énergie-masse  $E=mc^2$
2. L'espace-temps plat et courbe.
3. Le principe d'équivalence : la chute des objets depuis la Tour de Pisa vers la Piazza dei Miracoli ou des étoiles vers les trous noirs.
4. Les équations d'Einstein affirment que la géométrie = la matière.  
Les trous noirs, l'univers en expansion et le Bing-Bang, le fond diffus cosmique (rayonnement à 3 kelvins), l'énergie et la matière sombres, la théorie de l'inflation
5. La crise potentielle de la cosmologie en face d'univers admis comme inconnu à 96%.
6. Les ondes gravitationnelles
7. La masse de la lumière.

ENSEIGNANT : Alessandro Spallicci (Professeur des universités)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Lundi à partir de février	10h15 – 12h15	Salle UTLO	5	30 €

### 90.903 Les mystères de l'univers (22 places)

1. Un peu d'histoire du Cosmos
2. Le ciel nocturne – les mythes et les constellations
3. Notre Système Solaire, sa composition et sa formation
4. Le Soleil – une étoile à nous
5. Notre planète natale-La Terre
6. La Lune, les découvertes, les hypothèses
7. Planète Mercure et Planète Venus
8. Planète Mars – les dernières découvertes
9. Jupiter et Saturne
10. Uranus et Neptune
11. Pluton et les planètes naines
12. Les astéroïdes, les comètes, les météores et les météorites
13. Les satellites artificiels, les débris cosmiques et les sondes spatiales
14. Les autres corps du Système Solaire et l'avenir du Système Solaire

ENSEIGNANT : Emma Bedjanian Kirakossian (chercheuse)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mardi à partir du 8 octobre	10h15 – 12h15	Salle UTLO	10	57,60€

### 90.904 Initiation à l'astronomie (30 places)

La mesure du système solaire au 17<sup>e</sup> siècle et forme de la Terre.  
 Les instruments d'observation, histoire de la lunette et du télescope  
 Spectroscopie et analyse de la lumière  
 Nébuleuses, amas et galaxies, les objets à observer  
 Structure de l'univers  
 (Accès parking INSPÉ, 49 quai du Roi)

ENSEIGNANT : Olivier MORAND

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mercredi à partir de novembre, mensuel	16h30 - 18h	Salle INSPE INSPE Faubourg Bourgogne, 57 quai du Roi 45000 Orléans	5	24,00€

### 90.905 A la découverte des insectes (entomologie niveau 3) semestre 1 (12 places) et semestre 2 (12 places)

Ce module de 5 enseignements (10 heures au total) est la suite des modules précédents (Niveaux I et II). Ce module est composé de deux cours théoriques et de trois séances de travaux pratiques. Ces séances sont destinées à approfondir la connaissance sur les insectes mais aussi à les observer de près.

Pour les séances théoriques, nous aborderons le sujet des invasions biologiques (insectes exotiques et envahissants) et une synthèse sur un groupe d'insectes à l'échelle régionale ou départementale (bourdons, coléoptères aquatiques, syrphes...).

En salle de TP (de biologie), nous verrons les différents ordres et familles d'insectes puis identifierons certaines familles de coléoptères. Enfin, la dernière séance sera dédiée aux méthodes de classement de insectes et aux techniques permettant de les conserver dans des collections de référence.

Pour illustrer les propos, nous présenterons des résultats d'études originales menées par le Laboratoire. Nous disposerons pour ce module de diaporamas de formation, de vidéos, de collections d'insectes en alcool et à sec et de petit matériel de laboratoire.

ENSEIGNANT : Jean David CHAPELIN-VISCARDI directeur du Laboratoire d'Eco-Entomologie

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Vendredi d'octobre à décembre	14h-16h	Salle UTLO	5	32€
Vendredi de février à avril	14h-16h	Salle UTLO	5	32 €

### 90.906 La beauté en mathématiques et en physique (22 places)

Le cours aborde au sens large la relation étroite entre mathématiques et physique, en particulier la relation entre les aspects esthétiques des expressions mathématiques décrivant des phénomènes physiques et leur importance pour la compréhension profonde de ces phénomènes. L'idée est de montrer que le rôle des mathématiques en physique, et des sciences exactes en général, n'est pas utilitaire et limité au calcul, mais peut mener, au contraire, à faire émerger sous forme d'équations "élégantes" l'essentiel dans des relations entre différents phénomènes liés. Dans le cours plusieurs exemples seront abordés, allant des équations de Maxwell qui décrivent l'ensemble de phénomènes électromagnétiques classiques jusqu'à la physique "des deux infinis", c.a.d. la physique quantique qui règne dans le monde subatomique et la physique des phénomènes de gravitation qui décrit l'univers à grande échelle.

Il ne s'agit pas d'un cours de physique théorique, mais d'un potpourri d'illustrations où tout sera expliqué.

ENSEIGNANT : Gerald KNELLER (Professeur des universités)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Vendredi à partir de février	10h-12h	Salle UTLO	10	57,60€

### 90.908 Cercle vicieux, triangle amoureux, esprit carré... dans quel espace géométrique vivons-nous ? (22 places)

D'un point de vue étymologique, la géométrie est la mesure de la Terre donc la science de la mesure du terrain : en effet, selon la définition courante, la géométrie est l'étude des formes et des grandeurs de figures, c'est donc le lieu où on apprend à appréhender l'espace.

Les origines de la géométrie remontent aux babyloniens et aux égyptiens (2000 ans avant notre ère) : c'est aux crues répétées du Nil (d'où la formule célèbre la géométrie est un don du Nil) qu'on attribue les origines de la géométrie car elles contraignent les arpenteurs égyptiens à retracer régulièrement les limites des propriétés agricoles afin de redistribuer les terrains de façon équitable.

Les premiers pas de la géométrie grecque se font avec Thalès de Milet, connu pour avoir calculé la hauteur de la pyramide de Kheops ; Euclide est considéré comme le père de la géométrie car il est l'auteur de textes fondateurs.

Ce cours est une promenade à travers quelques paysages géométriques célèbres : théorèmes de Pythagore et Thalès, géométrie du triangle, médiane/médiatrice/hauteur, droite d'Euler, parallélogramme, trapèze, rectangle, losange, carré, pentagone et nombre d'or, géométrie analytique, théorèmes de Viviani, de Napoléon, de Morley, de Varignon, de Heron, point de Fermat, angles et propriétés, cercle, conique, construction à la règle et au compas...

Dans l'enseignement, la géométrie est associée à la notion de rupture épistémologique car il y a plusieurs géométries : la géométrie perceptive en maternelle, la géométrie instrumentée en primaire puis la géométrie déductive basée sur des axiomes au collège/lycée d'où une recherche didactique très riche sur ces changements de paradigmes et aussi sur le rôle privilégié de la figure (espace graphique) qui apparaît comme une interface entre l'espace sensible (objets matériels) et l'espace géométrique (théorie axiomatique).

ENSEIGNANT : Emmanuel CEPA (Maître de Conférences des universités)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Lundi à partir d'octobre bimensuel	9h – 10h30	Salle UTLO	10	48,00€

### 90.910 Histoire de la Terre, de l'eau et du climat (22 places)

Il s'agira tout d'abord de comprendre comment la Terre s'est formée au sein du système solaire, donnant naissance à divers types de roches dont certaines reliques très (très) anciennes perdurent encore aux confins du monde.

Cela nous permettra ensuite de mieux appréhender l'évolution au cours des temps de la croûte terrestre (tectonique des plaques), de ses occupants (fossiles végétaux et animaux) et de ses reliefs (montagnes).

Nous en déduirons tout naturellement l'interprétation des paysages actuels, notamment à travers des exemples caractéristiques pris en France. Cela permettra de décrire la géologie de la France et, plus particulièrement, de l'Eure-et-Loir. Puis nous aborderons les grandes réalisations géologiques : mines et carrières, géothermie, stockages souterrains, tunnels, etc.

Nous passerons ensuite au cycle de l'eau, à commencer par ce qui se passe dans l'atmosphère : sa structure, les climats actuels du globe (avec un focus sur ceux de la France), ses climats passés et l'évolution prévisible du climat dans le futur.

De là, nous passerons à la météorologie ou l'étude du temps qu'il fait : la formation des nuages, de la pluie et du vent, les dépressions et les anticyclones, les fronts chauds et les fronts froids.

Nous traiterons enfin du cycle de l'eau, des eaux superficielles (celles qui ruissellent sur le sol et alimentent les cours d'eau et les lacs) et des eaux souterraines (celles qui s'infiltrent dans le sous-sol et alimentent les nappes et les sources).

ENSEIGNANT : Philippe GOMBERT, ingénieur hydrogéologue)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Lundi bimensuel d'octobre à février	14h00-16h00	Salle UTLO	9	51,2€

## SCIENCES ET TECHNIQUES

### 100.1001 Comprendre et maîtriser son ordinateur (22 places)

Notre ordinateur est devenu un outil de notre vie de tous les jours. Mais ignorant souvent beaucoup de son fonctionnement, on ne sollicite pas toutes ses possibilités, on fait parfois quelques erreurs, et la moindre difficulté d'utilisation devient problématique voire angoissante.

L'objectif de ce cours est de démystifier notre ordinateur :

- comprendre que dans l'ordinateur tout est en "binaire : un texte, une image, un son
- examiner sa composition physique et le rôle de ses principaux "organes" : la mémoire, le processeur, les périphériques, etc. S'intéresser au "chef d'orchestre" qu'est l'Operating System
- suivre le déroulement d'un programme ou logiciel pour mieux appréhender les fonctions de l'ordinateur
- voir vivre notre ordinateur dans son milieu, Internet, ce monde ouvert, lieu de tous les dangers pour lui....

Ce cours constitue un préambule au cours pratique "Maintenir son ordinateur en bonne santé", planifié à la suite.

Ce qui exposé est fait à partir de la version Windows 10 de Microsoft. Bien que des différences existent avec l'OS Windows 11 l'approche

est la même....

Ce cours bien que technique est ouvert à tous car accessible à tous.

ENSEIGNANT : Gérard DELACOUR (Ex-manager de l'équipe en charge de l'informatique interne d'IBM France et IBM Belgique)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
De mardi 1 <sup>er</sup> octobre à mi-janvier bimensuel en alternance avec 100.1003	14h00- 16h	Salle UTLO	6	38,40€

### 100.1002 Maintenir son ordinateur en bonne santé, suite non obligatoire du cours 100.1001 (32 places)

Nous serons invités à apporter nos ordinateurs, de préférence en Operating System Windows 10. Les paramètres ou options de Windows 11

sont quelque peu différents, mais nous ferons en sorte de nous adapter au fur et à mesure....

L'objectif de ce cours est de vérifier les options prises dans notre ordinateur afin de :

- comprendre à quoi servent tous les paramètres du système et comment les positionner
- en faire de même avec le Navigateur
- s'intéresser aux différentes options concernant le réseau
- choisir un anti-virus, pour quoi faire
- mettre en place les actions permettant d'assurer de bonnes performances
- réaliser des opérations de sauvegarde du système et de création d'un lecteur de récupération...., pour quoi faire. Les opérations de restauration, permettant d'assurer longue vie à notre ordinateur, seront expliquées.

Des recommandations seront faites quant au choix des logiciels indispensables au bon fonctionnement et à la protection de l'ordinateur. Le rôle de ces logiciels sera expliqué.

A l'issue de ce cours, vous aurez mis en place l'essentiel des paramètres et des actions permettant à votre ordinateur de vivre longtemps sans crainte de "dégradation".

Ce qui présenté l'est avec la version Windows 10 de Microsoft. Bien que des différences existent avec l'OS Windows 11, l'approche est la même....

Ce cours bien que technique est ouvert à tous car accessible à tous.

Sans faire un cours particulier pour chacun d'entre vous, toutes vos questions seront les bienvenues.

ENSEIGNANT : Gérard DELACOUR (Ex-manager de l'équipe en charge de l'informatique interne d'IBM France et IBM Belgique)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mardi à partir du 21 janvier après le cours 100.1001	14h00- 16h00	Salle UTLO	6	35€

### 100.1003 La révolution numérique à la portée de tous (32 places)

Nous voyons apparaître depuis un peu plus de deux décennies des domaines de haute-technologie qui envahissent notre vie quotidienne, et qui pourtant nous sont souvent étrangers !

Durant ce cours, très dense, ces domaines, rassemblés sous les termes de "révolution numérique", seront analysés sous un angle technique mais pas seulement, et le maximum sera fait pour les vulgariser : le Big Data, les Data centers et supercalculateurs, le Cloud, les Objets connectés, l'Intelligence Artificielle (le Machine Learning, le Deep Learning, et bien sûr ChatGPT, ce qu'on appelle les IA génératives), la robotique, la domotique, l'impression 3D, les nanotechnologies, la Blockchain applicative et celle des monnaies virtuelles (le Bitcoin), la 5G, l'ordinateur quantique, le futur actuel (sur quoi les chercheurs travaillent), et les métiers du numérique aujourd'hui.

De nombreux exemples et illustrations seront présentés sous forme de photos et vidéos. L'ambition de ce cours est de donner une vision plus accessible de tous ces sujets en comprenant le fonctionnement et la finalité de chacun de ces domaines technologiques.

ENSEIGNANT : Gérard DELACOUR (Ex-manager de l'équipe en charge de l'informatique interne d'IBM France et IBM Belgique)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Mardi à partir du 8 octobre, bimensuel en alternance avec 100.1001 et 100.1002	14h00 - 16h00	Salle UTLO	10	76,80€

### 100.1004 La sécurité informatique pour les particuliers (32 places)

La sécurité informatique est devenue une préoccupation quotidienne. Les médias en font parfois la "une". Nous connaissons toutes et tous quelqu'un qui a été victime d'un "pirate informatique" ou d'une arnaque. Nous avons tous besoin de l'informatique pour la déclaration d'impôts, nos achats en ligne, la consultation de sites Web, la mise en place éventuelle d'Objets connectés (ex : télévision, alarme), etc. Nous sommes donc tous concernés ! Même la guerre est maintenant celle de l'usage des moyens numériques....

Ce cours étant très orienté "particuliers", nous détaillerons moins les attaques dont les entreprises sont la cible, et en quoi elles sont plus ou moins bien préparées à les affronter.

L'objectif de ce cours est de :

- montrer toutes les formes de piratage qui nous concernent potentiellement, expliquer le pistage, effectuer une revue des "maillons faibles" que sont le smartphone, les Objets connectés et les réseaux sociaux. Seront également exposés toutes les formes d'arnaques....

- rassurer en décrivant les précautions à prendre pour réduire au maximum ("à zéro" si possible !) notre vulnérabilité et celle de nos moyens numériques. Les paramètres et outils (logiciels) recommandés pour assurer cette protection seront expliqués et détaillés dans leur mise en oeuvre. La plupart de ces actions sont réalisées dans le cours "Maintenir son ordinateur en bonne santé".

Ce cours bien que technique est accessible et donc ouvert à tous.

ENSEIGNANT : Gérard DELACOUR (Ex-manager de l'équipe en charge de l'informatique interne d'IBM France et IBM Belgique)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Jeudi à partir du 10 octobre, bimensuel	14h- 16h	Salle UTLO	5	21€

### 100.1005 Initiation pratique à l'informatique niveau débutant (6 places)

Ce cours s'adresse **débutants** par groupe de **6 personnes**,

Découvrir et gérer son ordinateur (l'ordinateur et ses périphériques, comprendre l'affichage sur écran, gérer l'arborescence, enregistrer et classer ses documents) – Découvrir internet (naviguer en sécurité, enregistrer les documents trouvés sur Internet) – Initiation Word.

ENSEIGNANT : Emerson BARBOSA (Maître de Conférences des universités)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Vendredi, hebdomadaire d'octobre à mai	9h30-10h45	Salle informatique UTLO	22	150€

### 100.1008 Informatique pratique niveau avancé (6 places)

Ce cours s'adresse aux étudiants un peu plus expérimentés par groupe **de 6 personnes**. Utilisation de Word, initiation Excel, ppt.... Cas pratiques proposés par le groupe.

ENSEIGNANT : : Joël CARTHAME (responsable du soutien informatique du camp militaire de Chanteau)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Vendredi d'octobre à mai	13h30-14h45	Salle informatique	20	150 €

## CORPS SANTE ET ESPRIT

### 110.1101 Bien vieillir (20 places)

Comment « Bien vieillir dans sa tête, dans son corps et avec les autres pour avancer en âge sereinement, et entretenir ses compétences motrices, cognitives et relationnelles » ?

Nous explorerons ensemble, sous l'angle intégratif de la psychomotricité, les mécanismes en jeu dans l'acquisition, le fonctionnement et le maintien de l'équilibre statique et dynamique, l'intégration des repères sensoriels qui nous permettent de nous ajuster au monde, et le fonctionnement des capacités cognitives (mémoire, langage, fonctions exécutives : planification, raisonnement, attention, etc...) Un éclairage théorique vous sera développé pour chacune des thématiques précitées, et en suivant, des exercices pratiques d'intégration des données théoriques vous seront proposés. Ainsi vous expérimenterez corporellement toutes les données en jeu dans l'équilibre statique, dynamique, vous explorerez les différents types de mémoire, et vous testerez vos capacités cognitives. Les cours seront structurés avec autant de théorie que de pratique. Les situations pratiques seront parfois individuelles, parfois en binôme, parfois en petits groupes. Vous conserverez à l'issue de la session de cours des fiches d'exercices pratiques à utiliser sans modération.

ENSEIGNANT : Tiphaine GRAIN, Psychomotricienne – Psycholinguiste au CHU d'Orléans

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Jeu de novembre à janvier	16h30-18h00	UTLO	8	31,5 €

### Récapitulatif des différents cours proposés

Intitulé du cours	Intervenant(s)	Jour	Horaire	Installation sportive
Renforcement postural et conditionnement physique 110.1002	Aymeric MARCADET	Lundi	10h -11h	Dojo GU STAPS
Stretching et amélioration de la posture 110.1003	Aymeric MARCADET	Lundi	11h – 12h	Dojo GU STAPS
Musculation 110.1004	Emerson BARBOSA et Aymeric MARCADET	Vendredi	16h – 17h	Salle de musculation GU STAPS
Musculation 110.1005	Emerson BARBOSA et Aymeric MARCADET	Vendredi	17h – 18h	Salle de musculation GU STAPS

### *Certificat médical obligatoire de moins de trois mois*

**A prévoir : Tapis individuel, serviette, bouteille d'eau**

### 110.1102 Renforcement postural et amélioration de la condition physique (15 places)

Cette activité physique et sportive a pour objectif d'explorer ses capacités physiques à son rythme afin d'améliorer sa posture et sa condition physique. Le travail se fera collectivement avec petit matériel ou sans matériel sous différentes formes de travail allant du circuit training à la relaxation. Elle sera complétée par 5 séances théoriques sur l'équilibre, le sport et la santé et la condition physique.

Ce cours s'adresse aussi bien aux débutants qu'aux initiés qui souhaitent explorer et améliorer leur condition physique et leur posture par la pratique régulière d'une activité adaptée. Au programme :

- Echauffement collectif (10 minutes).
- Activité encadrée sous formes d'ateliers, de circuit training, de séances collectives (40 minutes).
- Etirements et travail respiratoire (10 minutes).

Les activités encadrées (avec ou sans matériels) porteront sur l'équilibre, la coordination, la mobilité, la force et l'endurance.

Collaborations possibles avec les étudiants STAPS de la filière Activité Physique Adaptée et Santé (APAS) dans le cadre de projets pédagogiques.

N'oubliez pas votre bouteille d'eau, votre serviette et vos gants.

Une visite médicale d'absence de contre-indication est conseillée.

ENSEIGNANT : Aymeric MARCADET (kinésithérapeute, enseignant responsable de la Licence de STAPS, Université d'Orléans)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Lundi, hebdomadaire d'octobre à mi-juin	10h-11h	Dojo GU STAPS	30	100 €

### 110.1103 Stretching et mobilité afin d'améliorer le posture (15 places)

Cette activité physique et sportive a pour objectif d'explorer sa mobilité à son rythme afin d'améliorer sa posture. Le travail se fera collectivement avec des techniques douces. Elle sera complétée par 5 séances théoriques sur la posture, la mobilité et la santé, les troubles posturaux et articulaires.

Ce cours s'adresse aussi bien aux débutants qu'aux initiés qui souhaitent explorer et améliorer leur posture par la pratique régulière d'une activité adaptée. Au programme :

- Echauffement collectif (10 minutes).
- Travail de mobilité et postural en s'appuyant sur la respiration.

Collaborations possibles avec les étudiants STAPS de la filière Activité Physique Adaptée et Santé (APAS) dans le cadre de projets pédagogiques.

N'oubliez pas votre bouteille d'eau, votre serviette et un élastique (cela sera expliqué lors du premier cours).

Une visite médicale d'absence de contre-indication est conseillée

ENSEIGNANT : Aymeric MARCADET Aymeric MARCADET (kinésithérapeute, enseignant responsable de la Licence de STPAS, Université d'Orléans)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Lundi, hebdomadaire, d'octobre à mi-juin	11h-12h	Dojo GU STAPS	30	100 €

### 110.1105 Renforcement musculaire (20 places)

Cours n°1. Ce cours s'adresse aussi bien aux débutants qu'aux initiés qui souhaitent améliorer leur condition physique par la pratique régulière d'une activité adaptée. Au programme :

- Echauffement collectif (10 minutes).
- Accès libre aux appareils et équipements, suivi et conseils sur la posture et la respiration (40 minutes).
- Renforcement abdominal et des étirements (10 minutes).
- Plusieurs activités encadrées (avec ou sans matériels) pourront être proposées (collectivement ou individuellement) pendant les séances : travail de l'ensemble du corps avec bandes de résistance, renforcement et stretching postural, travail en circuits-training, cardio training.
- Collaborations possibles avec les étudiants STAPS de la filière Activité Physique Adaptée et Santé (APAS)

dans le cadre de projets pédagogiques.

La pratique sera complétée par 5 séances de cours théoriques. Supports de cours fournis.

Répartition des séances entre les deux intervenants : Emerson 20h, Aymeric 10h.

Répartition entre théorie et pratique : 5h de théorie pour 25h de pratique

La première séance est un cours théorique afin de préparer les premières séances pratiques qui suivront.

N'oubliez pas votre bouteille d'eau, votre serviette et vos gants.

Une visite médicale d'absence de contre-indication est conseillée.

ENSEIGNANTS : Aymeric MARCADET (kinésithérapeute, enseignant responsable de la Licence de STPAS, Université d'Orléans) et Emerson BARBOSA (Maître de Conférences- Université d'Orléans)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Vendredi, hebdomadaire du 4 octobre à mi-juin	16h-17h	Salle de musculation GU STAPS	30	100 €

### 110.1106 Renforcement musculaire (20 places)

Cours n°2 identique au cours n°1.

ENSEIGNANTS : Aymeric MARCADET (kinésithérapeute, enseignant responsable de la Licence de STPAS, Université d'Orléans) et Emerson BARBOSA (Maître de Conférences- Université d'Orléans)

jour	horaire	Lieu	Séances	tarif
Vendredi, hebdomadaire, du 4 octobre à mi-juin	17h-18h	Salle de musculation GU STAPS	30	100 €