

# L'Université du Temps Libre

## Livret des Activités



# SOMMAIRE

Découvrir l'UTL en Guadeloupe	page 2
UTL pour QUI ?	page 3
Règlement intérieur	page 4
Lieux d'enseignements	page 6
Renseignements accueil	page 7
Inscription et formalités	page 8
Congés universitaire des étudiants	page 9
Liste des enseignements	page 10
Présentation des programmes Grande-Terre	
1) Modules de connaissances	page 13
2) Modules loisirs et détente	page 28
Présentation des programmes Basse-Terre	page 33
Ateliers du Service Culturel du Pôle Guadeloupe	page 37



# DECOUVRIR L'UTL EN GUADELOUPE

## Le mot du Directeur du SUFC

Démocratiser l'accès aux études est un des objectifs majeurs de l'Université des Antilles. Le Service Universitaire de Formation Continue (SUFC), prolonge la formation initiale en permettant à chacun de se former tout au long de sa vie. L'Université du Temps Libre entre dans cette perspective en développant les aptitudes physiques et intellectuelles de celles et ceux qui souhaitent utiliser leur disponibilité pour renforcer leurs connaissances et compétences.

L'UTL ne délivre pas de diplôme mais son adossement à l'université est un gage d'un enseignement de qualité : nos intervenants sont enseignants, enseignants-chercheurs ou de professionnels spécialisés. Cette année ce ne sont pas moins de 30 modules qui sont proposés et qui tiennent compte du niveau et des aptitudes de chacun.

Ainsi, le Service Universitaire de Formation Continue offre à toute personne disposant de temps libre, la possibilité :

- ✚ d'enrichir ses connaissances et d'en acquérir de nouvelles,
- ✚ d'entretenir son patrimoine intellectuel, moral et physique,
- ✚ faciliter et promouvoir les échanges et les liens entre les générations.

Nicolas KEZIE



## L'UTL pour qui ?

Vous êtes pré-retraité, retraité, sans emploi, parent au foyer, salarié en congé d'invalidité ou en congé parental ..., vous disposez de temps libre et êtes désireux d'apprendre...alors l'UTL est pour vous ! Elle a pour objet l'épanouissement intellectuel, culturel, artistique et physique des personnes disposants de temps libre.

L'UTL ne s'organise pas selon un mode d'apprentissage scolaire, il ne faut pas détenir de diplômes pour y entrer, c'est une ouverture à tous, un accompagnement des personnes vers un savoir.

L'UTL Guadeloupe est gérée par le Service Universitaire de Formation Continue de l'Université des Antilles et fait partie du réseau national des Universités de Tous Ages. En mars 2015, la signature de la convention nationale pour le développement des universités du temps libre a officialisé le partenariat entre le Secrétariat d'Etat chargé de l'enseignement supérieur, le secrétariat d'Etat chargé de la famille, des personnes âgées et de l'autonomie, l'association des Maires de France, la conférence des présidents d'universités et l'agence Erasmus plus France Education formation.

C'est une avancée importante pour la reconnaissance de nos universités, ainsi intégrées dans un texte de Loi. Et pour contribuer au rayonnement des UTL, nous serons invités à participer en 2016 au prix national de la recherche.



# REGLEMENT INTERIEUR

## TITRE I : DE LA MISE EN APPLICATION

**ARTICLE 1 :** Le présent règlement intérieur arrête les modalités du fonctionnement de l'Université du Temps Libre (UTL), dans le cadre du Service Universitaire de Formation Continue.

**ARTICLE 2 :** Ce règlement intérieur est porté à la connaissance de tous les Etudiants du Temps Libre.

## TITRE II : DU PROGRAMME D'ACTIVITES DE L'UTL

**ARTICLE 3 :** Le Service Commun de Formation Continue dénommé : Service Universitaire de Formation Continue (SUFC), est chargé de la réalisation de ce programme d'activités qu'il arrête après avoir procédé à l'audit du public concerné.

**ARTICLE 4 :** Le Public concerné : Les activités de l'UTL sont destinées à toute personne sans activité professionnelle.

**ARTICLE 5 :** La vocation de l'UTL est : l'épanouissement des étudiants qui sont conduits :

✍ Alinéa 1 : A exploiter leurs propres ressources puisées dans leur vécu, afin de les utiliser comme supports dans la recherche d'une méthode de travail.

✍ Alinéa 2 : A se mettre ou se maintenir au fait de toute activité du corps et de l'esprit dans une démarche constamment axée sur la recherche appliquée.

**ARTICLE 6 :** Au démarrage de chaque activité et enseignement, l'intervenant communique aux étudiants son programme axé sur le thème directeur de l'année en cours.



### TITRE III - DE L'ORGANISATION PRATIQUE DE L'UTL

**ARTICLE 7 :** L'ouverture des cours dépend, selon les activités proposées par le service, du nombre d'étudiants inscrits qui doit être au minimum de 10 ou 20 en fonction des enseignements.

**ARTICLE 8 :** La création des groupes de niveau : Les groupes sont constitués de 20 à 22 personnes au maximum. Ce nombre est cependant modulable en fonction des enseignements. L'évaluation diagnostique, c'est-à-dire le niveau d'acquisition des connaissances dans la discipline est apprécié par l'étudiant sur la base des indications fournies par le SUFC. Les changements de groupes, une fois les cours commencés, sont exceptionnels et laissés à l'appréciation du Directeur du SUFC. Dès la rentrée, les professeurs feront procéder à l'élection de deux délégués de groupe, dont ils communiqueront les noms au coordonnateur pédagogique. Des fiches de présence sont prévues pour chaque module de formation.

**ARTICLE 9 :** Conférences : Trois conférences sont organisées dans l'année, soit une par trimestre sur chaque site. Les thèmes seront communiqués ultérieurement.

**ARTICLE 10 :** Les étudiants de Grande-Terre doivent obligatoirement choisir une activité dans le champ des modules de connaissance pour pouvoir suivre une activité de détente et loisirs. Toutefois ils peuvent choisir un seul module de connaissance. Les étudiants de Basse-Terre quant à eux ont la liberté de choisir leurs modules.



**ARTICLE 11 :** Les horaires de cours étant fixés en fonction de la disponibilité des intervenants, les Etudiants du Temps Libre doivent prendre en conséquence toutes dispositions utiles afin de pouvoir suivre les enseignements qu'ils ont choisis.

**ARTICLE 12 :** La formation se déroule dans le cadre du Service Universitaire de Formation Continue :

✍ Alinéa 1 : Les inscriptions : Aucun diplôme n'est exigé à l'inscription. Pour les étudiants de Grande-Terre et Basse-Terre, les inscriptions ont lieu du lundi 12 octobre 2015 au 07 novembre 2015 inclus au Boulevard Légitimus 1<sup>er</sup> étage Bâtiment de la MAE.

✍ Alinéa 2 : La rentrée de l'UTL est fixée début novembre de chaque année. La clôture des cours est fixée au 30 mai n+1

✍ Alinéa 3 : S'agissant des modules de connaissance les cours se dérouleront dans des locaux différents en fonction de la nature des modules et de la disponibilité des salles sur Grande Terre, ou sur Basse-Terre (voir page suivante).

✍ Alinéa 4 : Les cours se déroulent conformément au calendrier déterminé par l'Université et respectent les périodes fixées pour les « congés ».

**ARTICLE 13 :** Une attestation de participation sera délivrée sur demande des étudiants.

**ARTICLE 14 :** Le dossier comprend toutes les pièces énumérées lors de l'inscription.

**ARTICLE 15 :** Il ne sera procédé au remboursement des droits que si, d'une part, un cas de force majeure fait obstacle à la participation des étudiants aux activités de l'UTL et, d'autre part, que cet empêchement soit notifié à la direction du SUFC avant le début des cours.





## LIEUX D'ENSEIGNEMENTS

<u>Basse-Terre</u>	<u>Grande-Terre</u>
<ul style="list-style-type: none"><li>✂ Maison des Aînés (Basse-Terre)</li><li>✂ Campus de Saint-Claude</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✂ Boulevard Légitimus immeuble SUFC – MAE (Pointe à Pitre)</li><li>✂ Centre Amadeus (Pointe à Pitre)</li><li>✂ Campus Fouillole (Pointe à Pitre)</li><li>✂ Centre Sonis (Abymes)</li><li>✂ Croix-Rouge (Abymes)</li><li>✂ Plage de l'hôtel Callinago</li></ul>





## RENSEIGNEMENTS ACCUEIL

**Téléphone** : 0590 48 33 55

**Mail** : [formation.continue@univ-ag.fr](mailto:formation.continue@univ-ag.fr)

Horaires de réception du public :

Lundi, mardi et jeudi :  
de 8h30 à 11h30 et de 14h00 à 15h30

Mercredi et vendredi :  
de 8h30 à 11h00

**Directeur** :

Monsieur Nicolas KEZIE

**Coordinateur pédagogique** :

Madame Mireille CASAGRANDE

**Ingénieur Formation** :

Madame Katell OGOR

**Gestionnaire comptable** :

Monsieur Thierry DORINAS

**Secrétariat** :

Madame Marie-Laure JUMET





## INSCRIPTIONS ET FORMALITES

Les inscriptions à l'UTL pour l'année universitaire 2015/2016  
se dérouleront :

du **lundi 12 octobre 2015** au **07 novembre 2015**  
aux heures de réception du public

Début des cours le :  
**Mercredi 04 novembre 2015**

Les cours seront assurés si le minimum d'étudiants est atteint  
(10 - 12 personnes).





## CONGES UNIVERSITAIRES DES ETUDIANTS

**Toussaint** : du vendredi 30 octobre inclus au lundi 2 novembre 2015 inclus

**Armistice** : mercredi 11 novembre 2015

**Noël** : du samedi 19 décembre 2015 inclus au dimanche 3 janvier 2016

**Carnaval** : du lundi 8 février inclus au mercredi 10 février 2016 inclus

**Mi-Carême** : jeudi 3 mars 2016

**Pâques** : du jeudi 24 mars inclus au dimanche 3 avril 2016

**Fête du travail** : dimanche 1<sup>er</sup> mai 2016

**Ascension** : jeudi 5 mai 2016

**Victoire 1945** : dimanche 8 mai 2016

**Pentecôte** : lundi 16 mai 2016

**Abolition de l'esclavage**: vendredi 27 mai 2016

### Les bibliothèques universitaires seront fermées :

**Noël** : du samedi 19 décembre 2015 inclus au dimanche 3 janvier 2016

**Pâques** : du vendredi 25 mars inclus au mardi 29 avril 2016



# LISTE DES ENSEIGNEMENTS ET ACTIVITES

Langues	Anglais
	Espagnol
	Créole
Nouvelles Technologies	Informatique
	Photographie et retouche numérique
Arts et des Civilisations	Lecture musicale
	Histoire de l'Art
	Histoire de la Caraïbe
	Connaissance du monde contemporain
Lettres, Sciences Humaines et Sociales	Atelier de réflexion sur la société
	Expression orale
	Les manipulations mentales
	Droit au Quotidien
	Prévention du vieillissement cérébral
Bien-être	Sophrologie
	Aromathérapie et techniques anti-stress
Culture	Batterie
	Guitare
	Piano
	Groupe Musical
	Reportage audio-visuel
	Cinéma
	Théâtre
	Improvisation
	Percussion





Sport	Danse Gwo-Ka
	Chant choral
	Arts Plastiques / dessin
	Aquagym
	Natation
	Gym Douce

### *Etudiants de Grande-Terre :*

*Vous pouvez choisir entre un et plusieurs modules de connaissance. Toutefois, il est obligatoire de choisir au moins un module de connaissance afin d'accéder aux modules détente et loisirs.*

### *Etudiants de Basse-Terre :*

*Dans la mesure où il y a peu d'enseignements, vous avez le choix des modules.*

Chaque matière enseignée est organisée en groupe de niveau :

-  Débutant
-  Intermédiaire
-  Avancé

Lors de l'inscription, l'étudiant fera son choix ; toutefois il sera laissé à la discrétion de l'enseignant de déterminer le niveau souhaitable de l'étudiant.





## L'UTL Guadeloupe vous propose également :

Outre les modules d'enseignement :

-  Des ateliers
-  Des conférences d'actualité pour tout public
-  Des sorties culturelles
-  Une carte d'étudiant
-  L'accès à la Bibliothèque Universitaire
-  La possibilité d'adhérer à l'Association des Etudiants du Temps Libre (AETL)

### **Les Conférences de l'UTL**

Tous les 2 mois, des conférences sont organisées autour de thèmes d'actualité ou selon les souhaits de nos adhérents.

En 2014/2015, les thèmes abordés furent :

-  Actualités sur les fibromes ;
-  Impact des media et politiques sur l'opinion publique ;
-  Le jour où la Guadeloupe a déclaré la guerre aux Etats-Unis ;
-  L'impact du climat tropical sur les performances de longue durée ;
-  La Caraïbe face aux dégradations environnementales.

Les intervenants sont des enseignants-chercheurs de l'Université ou des professionnels spécialistes du domaine concerné.

Ces conférences s'adressent au grand public.



# PRESENTATION DES PROGRAMMES

## GRANDE TERRE

### 1/ LES MODULES DE CONNAISSANCES

#### LANGUES

#### ANGLAIS

Enseignant : M Claude DORVILLE

#### **Objectifs et contenu du module :**

*Groupe des intermédiaires :*

- ° Remise à niveau grammaticale
  -  Les Temps
  -  Les Auxiliaires
  -  Les Modaux (can, may, must)
  -  For – since – ago (comment situer une action dans le temps) cela - fait- il y a -depuis
- ° Ecoute de documents sonores mettant en scène des faits authentiques de la vie courante (Anglais et Américains)
- ° Mises en situation : communiquer en anglais
  -  A l'Aéroport
  -  A l'Hôtel
  -  Au Restaurant
  -  Demander son chemin
  -  Faire du shopping





*Groupe des avancés :*

Dans ce groupe, l'accent n'est plus mis sur la grammaire mais sur la compréhension et l'expression orales et écrites.

Pour ce faire, deux méthodes sont préconisées :

-  Conversations sur des sujets d'actualités locales, nationales et internationales
-  Utilisation de support papier / vidéo
-  Lecture et commentaire d'articles de presse (anglais / américains)
-  Ecoute de chansons

Enseignant : M Eric TURPIN

**Objectifs et contenu du module :**

*Groupe des avancés*

Ce niveau a pour but d'amener les étudiants à une plus grande autonomie langagière tout en les invitant à réfléchir sur la culture, la civilisation et l'actualité des pays anglophones.

Ce travail s'effectue essentiellement à travers l'étude de documents de presse et de documents sonores authentiques. Aucun sujet n'est écarté afin que le cours soit aussi proche que possible de la réalité quotidienne.

Enseignante : Mme Lucette THICOT

**Objectifs et contenu du module :**

Les cours s'adressent à toute personne désireuse :



- 
- ✚ D'acquérir les bases de la langue de manière à pouvoir s'exprimer en anglais et comprendre ses interlocuteurs dans des situations simples et courantes.
  - ✚ De perfectionner leur connaissance de la langue en approfondissant sa pratique
  - ✚ De renforcer leur pratique de la langue ou encore d'entretenir une maîtrise de langue.

Quel que soit le niveau de départ, il s'agira de s'initier ou de s'améliorer dans l'expression écrite et orale, la compréhension (écrite et orale), la grammaire, le vocabulaire. Les étudiants découvriront les aspects variés de la culture et de la civilisation anglo-saxonne au travers de documents sonores ou écrits puisés dans l'actualité.

Enseignant : M Richard CHANLOT

**Objectifs et contenu du module :**

Les cours proposés seront dans l'ensemble adaptés aux besoins pratiques du public adulte, avec un maximum d'activités centrées sur la compréhension orale d'une part et l'expression orale d'autre part (dialogue, conversation en groupe, jeux de rôle...)

- ✚ Les séquences seront basées sur des documents authentiques tirés de l'actualité (extraits de journaux, documents audio ou vidéo, sites internet).
- ✚ Chaque séquence comportera l'étude systématique de la grammaire et du vocabulaire avec leurs exercices correspondants.

Le but étant de former des étudiants capables de s'exprimer dans des situations concrètes et donner leur avis sur de sujets divers.



Enseignante : Mme Mireille CASAGRANDE

**Objectifs et contenu du module :**

Approche de la culture, civilisation et actualité hispano-américaines tout en développant l'autonomie langagière des étudiants.

Type de documents : presse, littérature, cinéma, peinture.

Activités langagières :

-  Compréhension orale : documents audio ou vidéo ;
-  Compréhension écrite : articles, extraits de documents d'auteurs, recherches internet ;
-  Expression orale : (compétence privilégiée de ce cours). Commentaires de documents écrits ou iconographiques, débats, jeux de rôle ;
-  Expression écrite : (sera peu abordée), si ce n'est en cours, sous forme de préparation aux débats ou exercices de grammaire et à la maison) sous forme de comptes rendus ou exercices, que les étudiants pourront remettre à corriger au professeur ;
-  Approfondissement grammatical : grammaire en situation, adaptée au document et aux besoins.

Enseignante : Mme Marie-Aimée COMPPER

**Objectifs et contenu du module :**

*Groupe des débutants*

\* Révision grammaticale de base





\* Communication langagière

A l'oral

-  Comprendre des mots familiers et des expressions très courantes ;
-  Utiliser des expressions et des phrases simples pour décrire son environnement et les gens que l'on connaît ;
-  Communiquer de façon simple : questions /réponses sur des sujets familiers, des besoins de la vie quotidienne.

A l'écrit

-  Comprendre des mots familiers, des phrases simples, des textes courts ;
-  Rédiger un texte court ;

*Groupe des débutants plus*

\* Communication Langagière (suite...)

\* Grammaire

\* Objectifs lexicaux et culturels :

-  les pièces de la maison ;
-  faire ses achats : demander le prix d'un objet ;
-  les vêtements ;
-  portrait physique/portrait moral la santé ;
-  les parties du corps.

*Groupe des intermédiaires*

\*Communication langagière

A l'oral

-  Comprendre les points essentiels d'une intervention énoncée dans un langage clair et standard ;



- 
- ✍️ Articuler des expressions de manière simple afin de raconter des expériences et des événements ; exprimer des sentiments, une opinion personnelle ; argumenter pour convaincre ;
  - ✍️ Faire face à la majorité des situations que l'on peut rencontrer au cours d'un voyage dans un pays où la langue est parlée.

#### A l'écrit

- ✍️ Comprendre des textes rédigés essentiellement dans une langue courante ;
- ✍️ Rédiger un texte articulé et cohérent sur des sujets concrets ou abstraits, relatif à des domaines familiers ;
- ✍️ Perfectionnement du programme.

## CREOLE

Enseignant : à définir

### **Objectifs et contenu du module :**

Le créole peut se transmettre par voie orale de génération en génération, mais il peut aussi s'apprendre de manière structurée en formation. L'UTL propose des cours d'initiation à la pratique orale et scripturale du créole. Il s'adresse :

- ✍️ à toute personne désireuse d'apprendre le créole ou de mieux communiquer avec les antillais,
- ✍️ à tout créolophone en général (personne parlant créole) souhaitant mieux connaître le créole et apprendre à l'écrire.



Enseignants : Mme Rosette JASMIN / Mme Micheline TISBA / M Rudy PHEMIUS / M Laurent BIBRAC

**Objectifs et contenu du module :**

*Groupe des débutants*

Ce cours s'adresse

-  Le matériel (Unité central périphérique)
-  Manipulation des fenêtres, gérer les dossiers
-  Le système d'exploitation (avant Windows 8) Bureau  
Menu démarrer & Barre des tâches, rechercher un fichier,  
exécuter un programme
-  Faire des recherches sur internet
-  Utiliser Word – mise en forme, insertion et mise en page
-  Utiliser Excel- Créer des tableaux
-  Utiliser les accessoires de Windows (Calculatrice, Capture  
d'écran, bloc-notes, Paint...)
-  Naviguer sur internet (site web)
-  Créer son email/courriel, envoyer et recevoir un message

*Groupe des intermédiaires*

-  Révision des acquis du cours débutant (Voir programme  
débutant)
-  Installer un logiciel



- 
- ✚ Utiliser Word Intermédiaire-Notes de bas de page, table des matières
  - ✚ Utiliser Excel Intermédiaire-
  - ✚ Utiliser les fonctions et construire un graphique
  - ✚ Utiliser PowerPoint
  - ✚ Utiliser Publisher
  - ✚ Naviguer sur internet (Page d'accueil, favoris, historique, télécharger) sur différents navigateurs

### *Groupe des avancés*

- ✚ Compresser et décompresser un dossier
- ✚ Le monde des logiciels gratuits (Opensource)
- ✚ Créer, utiliser et supprimer un compte Facebook
- ✚ Utiliser Word -Avancé- Publipostage
- ✚ Utiliser Excel- Analyser les données
- ✚ Tchater sur internet
- ✚ Acheter sur internet
- ✚ Utiliser un forum en ligne
- ✚ Regarder la Télévision sur internet
- ✚ Manipulations de vidéo + Construction de films
- ✚ Découverte de logiciels en ligne ERP & CRM



Enseignant : M François PIQUET

**Objectifs et contenu du module :**

Formation photographie et retouche pour débutants associant l'initiation à la prise de vue sur appareil photo numérique et l'initiation à la retouche photo.

Objectifs :

1/ Réaliser des prises de vues de bonne qualité en vue d'une édition des images réalisées.

Matériel pédagogique : Les appareils photo numériques utilisés seront ceux des participants.

- 🎨 Connaissance et réalisation d'images numériques
- 🎨 Taille d'image et résolution
- 🎨 Paramétrages de prises de vues numériques : explorer les menus
- 🎨 Profondeur de champ
- 🎨 Balance des blancs
- 🎨 Systèmes de couleurs
- 🎨 Vitesse d'obturation
- 🎨 Utilisation du flash

2/ S'initier à la retouche numérique sur les images réalisées. Apprentissage d'un logiciel de retouche numérique.

- 🎨 les différents types d'images numériques (caractéristiques et applications)



- 
-  les réglages colorimétriques (niveaux, courbes, contraste, saturation)
  -  les outils de sélection
  -  les outils de corrections
  -  Flou, netteté, accentuation
  -  Calques et couches
  -  filtres et trucages numériques
  -  exports, conversions et présentation d'images.

## ARTS ET CIVILISATIONS

### INITIATION A LA LECTURE MUSICALE

Enseignante : Mme Ysabel CHABELA

#### **Objectifs et contenu du module :**

Cette classe a pour objectif d'approcher le langage musical, comprendre sa notation, sa manière de l'écrire et de la lire, tel que l'apprentissage d'une langue étrangère. Les étudiants découvrirons de manière active les divers paramètres musicaux (hauteur, durée, dynamique...) et prendrons conscience des possibilités d'interactions de ces paramètres, pour les amener progressivement à utiliser les connaissances acquises et devenir indépendants devant une partition musicale.



## HISTOIRE DE L'ART

Enseignant : M Mathieu DUSSAUGE

### **Objectifs et contenu du module :**

*Groupe des débutants et intermédiaires*

Le cours s'intitule : Histoire de l'art de l'Antiquité à l'époque contemporaine.

Les cours sont dispensés dans le cadre d'un cycle chronologique allant de l'Antiquité à l'époque contemporaine. Le contenu des cours est donc différent chaque année. L'objectif de cette progression chronologique est d'appréhender les courants artistiques majeurs successifs de l'histoire de l'art, d'en comprendre l'évolution globale, les enchaînements, les réutilisations, les détournements ...

Des passerelles seront faites autant que possible vers les expressions artistiques de la Caraïbe, des Amérindiens à nos jours.

## HISTOIRE DE LA CARAÏBE

Enseignante : Mme Myrienne SEVERIN

### **Objectifs et contenu du module :**

Les thèmes qui seront abordés sont les suivants :

-  Les premiers peuples de la Caraïbe (Arawaks et Caraïbes avant l'arrivée de Christophe Colomb)
-  La découverte des Antilles par C. Colomb : les buts de ses voyages..., l'hégémonie hispanique...



- 
- ✚ Les rivalités européennes pour la conquête des îles de la caraïbe
  - ✚ Les débuts de la colonisation des petites et grandes Antilles (essor des habitations-sucreries.. .) avec le développement de la Traite Négrière et de l'Esclavage
  - ✚ La révolution de 1802 en Guadeloupe, Martinique et Saint-Domingue à travers des personnages qui ont marqué l'histoire de nos régions (Delgrès, Ignace, Toussaint Louverture, Dessaline...)
  - ✚ L'abolition de la traite
  - ✚ L'abolition de l'esclavage dans les colonies françaises et dans la caraïbe
  - ✚ L'évolution des sociétés après les abolitions diverses
  - ✚ Le XXème siècle
  - ✚ L'Evolution politique de la région en distinguant les îles anglophones des îles françaises, sans oublier Haïti.

## CONNAISSANCE DU MONDE CONTEMPORAIN

Enseignant : à définir

### **Objectifs et contenu du module :**

Vous voyagez, vous aimez vous intéresser à la géographie, la culture, l'actualité des autres pays, mais il vous manque certaines connaissances sur telle ou telle nation. Le module « connaissance du monde contemporain » propose une approche géographique, politique, économique d'un pays ou d'une région du monde qui sera évolutive selon l'actualité ou les besoins du public.



## REFLEXION SUR LA SOCIETE

Enseignante : Mme Patricia GOSSEC

### **Objectifs et contenu du module :**

Ce module propose une réflexion sur des thématiques en rapport avec des problèmes ou questions de société. La réflexion se fera en parallèle avec l'étude de grands courants philosophiques. Le but est d'offrir aux participants une initiation à la réflexion philosophique par le débat et par l'apprentissage de grands auteurs (Platon, Epicure, Hegel...)

-  Le corps: ne suis-je qu'un corps? Quelle est ma responsabilité face à ce corps?
-  L'art comme moyen d'expression: les pratiques artistiques offrent-elles une catharsis?
-  L'étranger: dois-je avoir peur de l'autre?
-  La souffrance: un bonheur est-il possible? Si non que m'est-il permis d'espérer? Si oui, que dois-je faire pour être heureux?

## LES MANIPULATIONS MENTALES

Enseignante : Mme Marie-Annick PIERROT

### **Objectifs et contenu du module :**

Problématique :

Les manipulations mentales



- 
1. Le terme de «manipulation mentale», vulgarisé notamment dans les médias, peut recouvrir des champs très différents en sciences humaines : champ sociologique, juridique, philosophique et psychologique notamment.
  2. Il permet d'appréhender un phénomène aux contours complexes, au centre duquel, les personnalités humaines, leurs constructions, leurs développements et leurs pathologies, apparaissent comme la problématique essentielle ;
  3. Les manipulations mentales, ainsi décrites, sont au cœur de la question de la « construction des groupes sociaux » qui tend selon toute logique à « uniformiser et /ou à aliéner les personnes...

#### Programme :

-  Etude de certaines personnalités courantes (narcissiques, perverses, dépressives, « border line »... paranoïaques...).
-  L'étude de ces personnalités sera illustrée à travers des médias contemporains (télévision, cinéma) et la littérature.
-  La problématique du narcissisme sera abordée.
-  Analyse des relations abuseur/abusé à travers des études de cas : les manipulations au sein du couple, de la famille, dans l'entreprise.
-  La question « Comment se fabrique les imposteurs ? » sera débattue à travers les notions suivantes : Les relations d'emprise, les violences psychologiques, le harcèlement moral, les phénomènes sectaires, les dérives des traitements psychologiques...



## DROIT AU QUOTIDIEN

Enseignante : Mme Stéphanie LERES-SABLON

### **Objectifs et contenu du module :**

Le droit est une matière qui intéresse notre vie quotidienne dans bien des aspects, aussi apparaît-il judicieux de fournir aux étudiants de l'Université du Temps Libre quelques notions de base qui leur permettraient de mieux appréhender certaines situations.

La démarche intellectuelle s'articulerait de la manière suivante :

- une partie théorique
- une analyse de cas pratique en interactivité avec le groupe
  - 🎨 Etude de l'article 1382 du Code Civil « Tout fait quelconque de l'homme qui cause un dommage à autrui oblige celui par le fait duquel il est arrivé à le réparer ».
  - 🎨 Les contrats
  - 🎨 Les successions
  - 🎨 Les procédures pour rester en justice
  - 🎨 Les élections

## EXPRESSION ORALE EN PUBLIC

Enseignante : Mme Micheline TISBA

### **Objectifs et contenu du module :**

Dans la vie de tous les jours, chacun d'entre nous est appelé à prendre la parole devant 2, 5, 10 20, ou même 50 personnes.





Savoir prendre la parole devant des amis, dans un débat, une conférence ou bien défendre son point de vue, c'est apprendre à surmonter sa peur et ne pas perdre sa voix. Tout cela demande du travail car dans l'expression orale tout compte: le regard, les silences, la tenue, le geste. La communication est une technique qui se maîtrise plus ou moins selon qu'on en connaisse les fondements. Dans une atmosphère de détente nous travaillerons avec vous : l'art oratoire, la diction, l'articulation, la prononciation, le volume, la respiration, le contrôle de la vitesse du débit, l'expression, l'interprétation, la couleur, le rythme, la tenue, la gestuelle, la gestion de ses émotions. Les séances peuvent être animées sous forme de jeux de rôles filmés.

 BIEN-ETRE

PREVENTION DU VIEILLISSEMENT CEREBRAL (PVC)

Enseignante : Mme Katia GALBAS

**Objectifs et contenu du module :**

La méthodologie se présente sous la forme d'atelier participatif destiné à un public de personne désirant comprendre et préserver leurs fonctions cognitives.

Les ateliers seront au nombre de 11 avec une évaluation au début et à la fin permettant de prendre conscience de l'intérêt du travail réalisé. Ils se destinent aux personnes ne souffrant pas de



troubles cognitifs de type maladie neurodégénérative, atteinte vasculaire cérébrale, etc.

## AROMATHERAPIE ET TECHNIQUES ANTI-STRESS

Enseignante : Mme Marie-Josée TEYSSIER

### **Objectifs et contenu du module :**

Ces cours permettent de fournir au public les outils pour préparer et accompagner une vie harmonieuse et en bonne santé. Ils s'inscrivent dans une démarche de bien-être, d'apaisement et de prévention mais aussi d'information.

### **L'AROMATHERAPIE**

- 🎨 Historique
- 🎨 Principes d'extraction et critères de qualité d'une huile essentielle
- 🎨 Précautions d'emploi des huiles essentielles
- 🎨 Comment utiliser les huiles essentielles
- 🎨 Pourquoi utiliser les huiles essentielles
- 🎨 Constitution d'une trousse d'urgence
- 🎨 L'aromathérapie dans le quotidien

### **LES TECHNIQUES ANTI-STRESS**

- 🎨 la réflexologie plantaire
- 🎨 La relaxation en réflexologie plantaire
- 🎨 La réflexologie et ses applications pour soulager les maux du quotidien
- 🎨 Les techniques d'automassage



- 
-  le training autogène
  -  La respiration
  -  Exercices pratiques

## 2/ LES MODULES LOISIRS ET DETENTE

 Art

### CHANT CHORAL

Enseignante : Mme Ysabel CHABELA

#### **Objectifs et contenu du module :**

L'enseignement de la technique vocale et de l'art polyphonique pour le plaisir de chanter ensemble des œuvres de la musique classique universelle ainsi que les standards de la musique populaire française, créole, caribéenne et du monde.

La classe de chant chorale est dirigée et animée par Ysabel Rosell Lam, plus connue par son nom d'artiste CHABELA. Elle est diplômée de direction d'orchestre, direction chorale et musicologie.

Contenu :

-  Partie théorico-pratique : la conscience de l'instrument vocal humain (synthèse sur les fonctions des appareils respiratoires, phonateur et résonateur) ;
-  Classement et dénominations de voix féminines et masculines ;



- 
-  Exercices de préparation (le bâillement, le mugissement, vocalises...);
  -  Pratique du chant.

## ARTS PLASTIQUES / DESSIN

Enseignant : M François PIQUET

### **Objectifs et contenu du module :**

Développer la créativité, acquérir des notions techniques et théoriques, expérimenter différents supports et modes de production artistiques, s'initier à la création contemporaine.

Contenus :

Découvrir et travailler différentes matières et supports afin d'ouvrir l'éventail des possibilités créatives des participants. Expérimenter les possibilités narratives des différents matériaux et supports (outils, techniques et mises en œuvre). Faire intervenir le hasard dans le processus créatif.

Il ne s'agira pas de cours académiques de dessin, de sculpture ou de peinture, mais d'ateliers créatifs orientés vers l'expérimentation au service des envies de chacun, de préférence au sein de dynamiques collectives.

Ces ateliers donneront la possibilité de créations collectives, orientées sur la réalisation rapide de moyens ou grands formats.

Les productions collectives pourront faire l'objet d'installations ou d'expositions dans l'espace public, en accord avec l'ensemble des participants concernés.



## DANSES TRADITIONNELLES

Enseignant : à définir

### **Objectifs et contenu du module :**

La danse traditionnelle «gwo ka» désigne des danses en groupe d'origine populaire. Elle est porteuse de nombreux messages et exprime une identité culturelle. Il s'agit d'une danse traditionnelle en mouvement qui laisse place au plaisir, au partage, à l'échange, à la rencontre, à la convivialité.

L'approche ici consiste à faire découvrir les 7 rythmes du ka aux étudiants et de visiter quelques danses de salon « biguine, quadrille et valse ».

## DANSES LATINES

Enseignant : à définir

### **Objectifs et contenu du module :**

Amener de l'assurance et du plaisir de danser ; renforcer ses capacités d'observation, de concentration de mémorisation à travers l'apprentissage de ces rythmes bien ancrés dans notre espace Guadeloupéen. L'offre qui sera proposée peut approcher les différents rythmes des îles Caraïbes tels que la Salsa, la Bachata, le Merengue, le Chachacha...



## GYM DOUCE

Enseignante : Mme Sabine GATIBELZA

### **Objectif et contenu :**

La pratique Educative Volontaire, de Proximité et en Groupe « EPGV », est un accompagnement pour entretenir, améliorer la santé, le bien-être et la qualité perçue de la vie ainsi que les relations sociales et citoyennes.

Les objectifs EPGV sont :

-  l'adaptation cardio-respiratoire, le renforcement musculaire et l'entretien de la souplesse
-  le perfectionnement moteur avec l'habileté motrice et l'équilibre mais également l'amélioration des relations interpersonnelles avec la communication motrice.

Celles-ci sont travaillées à l'aide d'Activités Physiques et Sportives diversifiées (Fitness, danse, gym douce, jeux collectifs, jeux d'opposition, jeux de raquettes, jeux traditionnels...), et en cours collectifs avec un éducateur qui aura une pédagogie différenciée pour selon ses licenciés.

## SOPHROLOGIE

Enseignante : Mme Nicole SELBONNE

### **Objectifs et contenu du module :**

Elle a pour objectif le renforcement des attitudes positives au quotidien; elle participe activement à la gestion du stress et des





émotions négatives qu'elles soient d'origines professionnelles ou personnelles. La pratique régulière de la sophrologie permet d'optimiser ses propres capacités au quotidien de façon autonome et dans le respect des personnalités de chacun. Elle favorise le développement de la perception positive du corps, de l'esprit, des états émotionnels et des valeurs personnelles. La pratique régulière de la sophrologie permet d'améliorer la qualité de vie.

Les techniques sophrologiques sont utilisées pour améliorer la concentration, la mémorisation et pour développer une attitude positive face aux difficultés.

## AQUAGYM

Enseignant : M Fred MORAND, Association « Les Dauphins de la Mer »

### **Objectifs et contenu du module :**

Cette école de natation est située sur la plage de l'hôtel Callinago et est encadrée par un maître-nageur-sauveteur breveté d'Etat. Un local est mis à la disposition des nageurs (change, dépose des affaires personnelles,...) et dispose des mesures de rigueur en matière de sécurité et sauvetage. Le matériel pédagogique peut être fourni.

Le préalable : Test d'évaluation et certificat médical. Les objectifs :

-  Renforcement musculaire et action préventive des pathologies articulaires et musculaires ;
-  Acquisition de tonicité, souplesse et coordination ;





 Activité anti-stress.

## NATATION

Enseignant : M Fred MORAND, Association « Les Dauphins de la Mer »

**Objectifs et contenu du module :**

Favoriser l'amplitude des articulations

Travailler sa respiration

Etre à l'aise dans le bain.

Apprendre à se déplacer progressivement vers les profondeurs.



# PRESENTATION DES PROGRAMMES

## BASSE TERRE

### LES LANGUES COURANTES

#### ANGLAIS

Enseignante : Mme POCHAL-DESPLAN

#### **Objectifs et contenu du module :**

Les cours s'adressent à toute personne désireuse :

-  D'acquérir les bases de la langue de manière à pouvoir s'exprimer en anglais et comprendre ses interlocuteurs dans des situations simples et courantes.
-  De perfectionner leur connaissance de la langue en approfondissant sa pratique
-  De renforcer leur pratique de la langue ou encore d'entretenir une maîtrise de langue.

Quel que soit le niveau de départ, il s'agira de s'initier ou de s'améliorer dans l'expression écrite et orale, la compréhension (écrite et orale), la grammaire, le vocabulaire. Les étudiants découvriront les aspects variés de la culture et de la civilisation anglo-saxonne au travers de documents sonores ou écrits puisés dans l'actualité.

Pour répondre à un public voyageur ou curieux de découvrir la culture anglo-saxonne, les thématiques abordées seront :



- 
- ✍ s'introduire et introduire quelqu'un d'autre
  - ✍ demander et donner des informations personnelles
  - ✍ les cultures caribéenne, anglo-saxon et américaine
  - ✍ voyages, hôtels, restaurants, les moyens de transport, shopping.... vocabulaire
  - ✍ chants et sketches
  - ✍ décrire la routine de la semaine et du weekend
  - ✍ décrire les événements et les fêtes
  - ✍ parler de lieux et des choses à faire dans une ville
  - ✍ demander une direction
  - ✍ décrire ce qu'on fait pour aider l'environnement
  - ✍ le langage internet, facebook, twitter...etc

Enseignant : M Richard CHANLOT

**Objectifs et contenu du module :**

Les cours proposés seront dans l'ensemble adaptés aux besoins pratiques du public adulte, avec un maximum d'activités centrées sur la compréhension orale d'une part et l'expression orale d'autre part (dialogue, conversation en groupe, jeux de rôle...)

- ✍ Les séquences seront basées sur des documents authentiques tirés de l'actualité (extraits de journaux, documents audio ou vidéo, sites internet).
- ✍ Chaque séquence comportera l'étude systématique de la grammaire et du vocabulaire avec leurs exercices correspondants.

Le but étant de former des étudiants capables de s'exprimer dans des situations concrètes et donner leur avis sur de sujets divers.





## ESPAGNOL

Enseignant : M Régis MAULOIS

### **Objectifs et contenu du module :**

Groupe des débutants et intermédiaires

Remise à niveau des bases grammaticales.

Acquisition du vocabulaire axé sur les voyages touristiques, les loisirs, la culture et la connaissance des peuples et régions hispaniques, caribéennes, et latines.

Découvertes de pays (Argentine, Colombie, Venezuela, Cuba, République Dominicaine, Porto Rico, Mexique, Panama, etc.) ou contrées d'un point de vue historique, géographique, sociologique, culinaire, musicale.

Visionnage de documents vidéo sur des thématiques actuelles.

Cours interactif avec mise en situation orale.



## AQUAGYM

Enseignant : M Nick NOYON

### **Objectifs et contenu du module :**

L'aquagym est, comme son nom l'indique, une activité qui consiste à pratiquer de la gymnastique dans un milieu aquatique.

Les bienfaits de l'aquagym :



- 
- Effet drainant : les mouvements de l'eau permettent de drainer les tissus musculaires en profondeur. Ainsi, la silhouette gagne en tonicité.
  - Activation de la circulation sanguine : idéal pour les personnes sujettes aux jambes lourdes.
  - Travail cardio-vasculaire.
  - Sollicitation de tous les muscles du corps.

L'aquagym est un excellent sport pour les débutants : l'eau amortit les mouvements et permet de limiter les risques de blessures. Les mouvements pratiqués sont doux, et il existe très peu de contre-indications à l'exercice de ce sport.

## GYM DOUCE

Enseignante : Mme Nadine GERNIGON

### **Objectifs et contenu du module :**

L'activité physique gymnastique douce est adaptée aux problématiques des seniors.

- 🎨 entretien des capacités physiques
- 🎨 travail de la mémoire
- 🎨 travail de l'équilibre
- 🎨 travail de la coordination motrice (exercices en musique)
- 🎨 renforcement musculaire (membres supérieurs et inférieurs)
- 🎨 stretching (étirements musculaires)
- 🎨 relaxation (apprendre à se détendre à respirer)





Les bienfaits de l'activité physique :

- 🎨 repousser la sédentarité
- 🎨 être en relation avec d'autres personnes (échanges)
- 🎨 prendre plaisir à se faire du bien
- 🎨 apprendre des nouveaux exercices
- 🎨 se renforcer musculairement
- 🎨 acquérir une souplesse articulaire



# ATELIERS DU SERVICE CULTUREL DU POLE GUADELOUPE

Cette année nous donnons la possibilité à nos étudiants de s'inscrire également sur les ateliers du Service Culturel du Pôle Guadeloupe. Ces ateliers étaient jusqu'à présent ouverts aux étudiants en Formation Initiale ainsi qu'au personnel de l'université des Antilles.

Les Etudiants du Temps Libre pour choisir entre:

-  Batterie
-  Guitare
-  Piano
-  Groupe Musical
-  Reportage Audio-Visuel
-  Cinéma
-  Théâtre
-  Improvisation
-  Percussion Ka
-  Dans Gwo-ka
-  Art Contemporain

Ces ateliers sont déjà généralement proposés sur le campus de Fouillole et seront ouverts prochainement sur le campus de Saint-Claude en fonction de la demande.





*Contactez-nous, inscrivez-vous !*

*Service Universitaire de Formation Continue*

*Boulevard Legitimus*

*Bâtiment de la MAE*

*1<sup>er</sup> étage*

*BP 250*

*97157 POINTE A PITRE Cédex*

*Tél : 0590 48 33 55*

*Mail : [formation.continue@univ-ag.fr](mailto:formation.continue@univ-ag.fr)*

*Site web : [www.sufc971.univ-ag.fr](http://www.sufc971.univ-ag.fr)*