

STAGES

DE L'UNIVERSITÉ INTER- ÂGES DE CRÉTEIL
ET DU VAL DE MARNE



France BOESCH

Diplômée de l'École Nationale Supérieure
des Beaux Arts de Paris



LE PORTRAIT

Mettre en place un portrait d'après un modèle de buste
en plâtre, avec la technique du fusain.

Ce stage est pour tous les niveaux, même débutants.

TARIF : 22€

**LUNDI 17 FÉVRIER 2025
AU JEUDI 20 FÉVRIER 2025
DE 10H A 12H**

**MPT POMPIDOU
Salle peinture
12 rue Georges Gaume
Maisons - Alfort**

**Métro : Les juilliottes
Bus : 104-217
arrêt les juilliottes**

Michiko WATANABE

Professeur de japonais, Michiko a travaillé pendant
15 ans à la télévision japonaise



**LUNDI 17 FÉVRIER 2025
AU MERCREDI 19 FÉVRIER 2025
DE 10H A 12H**

**Maison des associations
1 Rue François Mauriac
Créteil**

Créer une lampe originale En papier calligraphié et Hanko

Réaliser une calligraphie japonaise, ce n'est pas simple
mais c'est tout à fait réalisable!

Pour réaliser et être satisfait d'une calligraphie,
nous devons l'écrire plusieurs fois.

Afin d'éviter de jeter les essais de calligraphie,
vous pouvez fabriquer une lampe originale
à partir de ces papiers.

Pour la personnaliser encore plus, vous créez votre
propre Hanko (sceau)

TARIF : 33€

**Métro : Créteil université
Bus : TVM - 117-181-217-
281-308-317**

Michiko WATANABE

Professeur de japonais, Michiko a travaillé pendant 15 ans à la télévision japonaise



**MERCREDI 19 FÉVRIER 2025
DE 14H A 16H**

**Maison des associations
1 Rue François Mauriac
Créteil**

L'ART DU FUROSHIKI

L'emballage japonais éco-responsable et élégant

L'art du Furoshiki : Utiliser le furoshiki est aussi une manière de préserver et de transmettre une partie précieuse de la culture japonaise.

En adoptant cette pratique, on participe à la conservation d'une tradition ancienne tout en l'adaptant aux besoins modernes. Cela offre également une opportunité d'éducation et de sensibilisation, en partageant l'histoire et les techniques du furoshiki avec les générations futures.

En somme, le furoshiki est bien plus qu'un simple morceau de tissu.

C'est une pratique riche de sens, respectueuse de l'environnement et dotée d'une grande beauté. Adopter le furoshiki dans notre quotidien, c'est faire un choix conscient pour un mode de vie plus durable et esthétique, tout en honorant une tradition ancestrale japonaise.

TARIF : 11€

**Métro : Créteil université
Bus : TVM - 117-181-217-
281-308-317**

Tarita ALIOUAT

Master Spécialiste en Sophrologie Caycédienne. Diplôme Universitaire de Sophrologie Professionnelle (Université Lille Droit et Santé) Cours de Psychothérapeute . Programme de Pleine Conscience et certificats EFT



**LUNDI 24 FÉVRIER 2025 AU
VENDREDI 28 FÉVRIER 2025
DE 10H A 12H**

**Espace Jean Ferrat - Les Bleuets
Salle saturne
21, rue Charles Beuvin
CRETEIL**

SOPHROLOGIE , MEDITATION

Accessible à tous, la sophrologie conduit à l'harmonie du corps et de l'esprit.

Avec des exercices respiratoires et corporels simples, avec la relaxation musculaire et dynamique, avec la détente mentale, la méthode du Docteur Caycedo (créée en 1960) agit en douceur et s'adresse à tous ceux qui souhaitent améliorer leur qualité de vie.

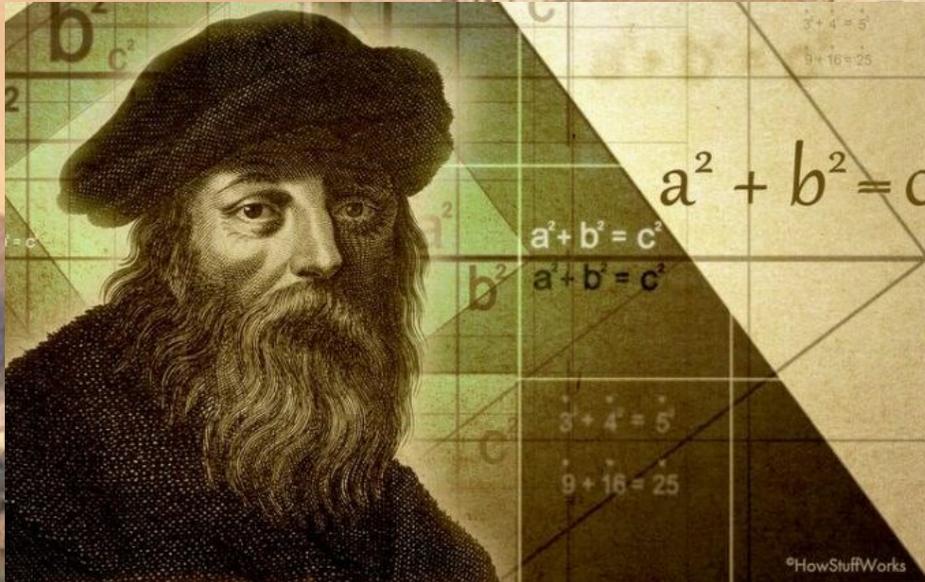
Détente musculaire, renforcement de la mémoire, de la concentration, de l'attention, de la qualité du sommeil, meilleure gestion du stress et des émotions, accroissement du dynamisme, la sophrologie permet à chacun de trouver de nouvelles ressources en lui-même afin d'accéder à un état de bien-être global.

TARIF : 55€

Métro : Les juilliottes
Bus 104 et 217 - Arrêt : Viet
Bus 281 - Arrêts : Collège Plaisance

Christiane KAST

Professeure certifiée de Lettres et de Philosophie.



**LUNDI 17 FÉVRIER 2025 AU
VENDREDI 21 FÉVRIER 2025
DE 14H A 16H**

**Maison du Combattant
27, rue Jouët
Salle saturne
Maisons—Alfort**

NIETZSCHE -HEIDEGGER ET LES PREPLATONICIENS

Les Préplatoniciens, ces grands penseurs (avant Platon) à la pensée souvent méconnue dont seul parfois le nom a été retenu : Thalès, Pythagore, Héraclite, Parménide, Empédocle, Démocrite...occupent cependant une place prééminente en philosophie ; à la charnière entre le mythe et la pensée rationnelle, ils vont donner naissance à la science et la philosophie.

Exemplaires par leur vie et leur pensée, à la fois artistes, savants, penseurs, hommes politiques, couronnés parfois aux jeux Olympiques, Ils sont les produits de la culture grecque à son apogée, celle des Grandes tragédies.

On les appelle « Physiciens » - leur sujet d'étude est la « Phusis » au sein de laquelle l'homme doit trouver un accord harmonieux.

Leur oubli correspond à une déviation prise par la culture occidentale avec pour résultat la dévastation planétaire par une technique ayant oublié son origine et son sens. Aussi, Le retour à leur vision unifiante offrirait pour Nietzsche et Heidegger de nouvelles perspectives et un renouveau salutaire à notre culture.

TARIF : 55€

**Métro : Les Juilliottes
Bus 104 arrêt Maisons-Alfort les Juilliottes
Bus 217 et 372 arrêt Jouët**

Lyli DONG

Artiste internationale d'origine chinoise
Enseignante aux centres d'animation à Paris



**LUNDI 24 FÉVRIER 2025 AU
VENDREDI 28 FÉVRIER 2025
DE 9H00 A 11H30**

**Maison des solidarités
1, Rue Albert Doyen
CRETEIL**

PASTEL ET MULTI MATERIAUX

Explorer les techniques du pastel et de ses dérivés avec Liping. Que vous soyez débutant ou avancé, ces cours vous permettront de maîtriser le pastel sec, le pastel à l'huile et d'autres matériaux dérivés.

Découvertes :

- Techniques de base et avancées du pastel sec et du pastel à l'huile
- Mélange et superposition des couleurs
- Ombres, lumières et textures
- Création de paysages, portraits et natures mortes
- Utilisation des supports et fixatifs
- Exploration des autres matériaux

TARIF : 55€

**Métro : Créteil—Préfecture
Bus 104-117-181-217-308**

Lyli DONG

Artiste internationale d'origine chinoise
Enseignante aux centres d'animation à Paris



**MERCREDI 24 FÉVRIER 2025 AU
VENDREDI 28 FÉVRIER 2025
DE 13H30 A 16H**

**Maison des solidarités
1, Rue Albert Doyen
CRETEIL**

PAYSAGE EN ACRYLIQUE

Créer des oeuvres originales en atelier
et en plein air.

Par la pratique de l'esquisse et de l'observation,
vous aborderez des notions de composition,
de cadrage et de perspective.

Vous expérimenterez quelques techniques
acrylique au couteau , au lavis ... dans le but de bien
saisir le paysage que vous aurez choisi de peindre.
À travers des moment en pleine
nature vous aurez l'occasion de laisser vivre
pleinement l'artiste qui est en vous.

Ce stage est ouvert aux participants de tous les ni-
veaux. Que vous soyez artiste ou débutant,
le stage sera adapté.

TARIF : 55€

**Métro : Créteil—Préfecture
Bus 104-117-181-217-308**

Celine NOULIN

Conférencière spécialiste des arts et traditions magiques.
Responsable de projets culturels et événementiels



MERCREDI 24 FÉVRIER 2025

DE 10H00 A 12H00

DE 14H30 A 16H30

**Médiathèque Nelson Mandela
1 place de l'abbaye
CRETEIL**

MAGIE

**Devenez un apprenti(e) magicien(ne) et découvrez
les bases de l'art magique :**

**La manipulation, le détournement d'attention, le boniment et la mise en scène des tours
que vous apprendrez à maîtriser.**

**Vous approcherez également le langage spécifique
de la magie et les mystères des accessoires simples
que vous utiliserez !**

**Un atelier accessible à tous, dans le partage
et la convivialité !**

Ce stage est ouvert avec vos enfants et petits-enfants

TARIF : 22€

Métro : Créteil-Préfecture

Bus : 104-117-181-217-281-308

Christian CHARTIER

TRAITEMENT DES PHOTOS VIDEOS



**LUNDI 24 FÉVRIER 2025 AU
JEUDI JEUDI 27 FÉVRIER
DE 14H00 A 16H00**

**UIA 94
6 place de l'abbaye
CRETEIL**

Transférer ses données de son Smartphone vers son PC
Classer, ranger : création de dossiers et de sous-dossiers
Nommer et renommer ses dossiers.

Classements : alphabétique, historique. alphanumérique.
Traitement des photos avec PHOTOS :

Redresser les horizons,

Modifier : La lumière, les couleurs, recadrer.

Aller plus loin avec : ACDSee en version gratuite. ADOBE
Photoshop élément 12. DARKTABLE en programme open
source.

Et pour finir : avec un câble HDMI projeter ses souvenirs
sur un écran TV pour une soirée inoubliable !

TARIF : 44€

**Métro : Créteil-Préfecture
Bus : 104-117-181-217-281-308**

UIA DE CRÉTEIL ET DU VAL-DE-MARNE

6, place de l'Abbaye—BP 41

94002 Créteil Cedex

☎ 01 45 13 24 45

@ accueil@uia94.fr

💻 www.uia94.fr



Association d'animation socioculturelle sans but lucratif

Agréée Jeunesse - Education Populaire

Membre de l'Union Française des Universités Tous Âges (UFUTA)

Liée par convention à l'Université Paris-Est Créteil Val-de-Marne

et à l'École nationale vétérinaire d'Alfort

Lien vers notre site internet
<https://www.uia94.fr/stages/>

Ce programme n'est pas contractuel, il peut être modifié en fonction d'éléments nouveaux . Consultez notre site internet www.uia94.fr