

WISSEMBOURG Université populaire européenne

# Un nouveau cours de sophrologie

L'Université populaire européenne de Wissembourg fera sa rentrée lundi 25 septembre. Aux activités déjà proposées par le passé s'ajoute cette année un cours de sophrologie. Les inscriptions auront lieu à partir du 1<sup>er</sup> septembre à l'hôtel de ville.

À l'écoute des demandes de ses inscrits, l'Université populaire européenne de Wissembourg (UPE) a décidé de proposer, pour cette année 2017-2018, une nouvelle activité : la sophrologie caycédienne. Pendant une heure et demie, le mercredi de 18 h 30 à 20 h et le samedi de 10 h à 11 h 30, la sophrologue installée à Wissembourg Florence Guidat fera découvrir cette discipline à des groupes de dix personnes maximum. La sophrologie caycédienne, qui se pratique assis ou debout, est basée sur des exercices de respiration, de concentration de perception de ses sensations corporelles et permet d'aller à la rencontre de soi pour trouver un équilibre physique et mental.



**La sophrologue Florence Guidat (ci-dessus) enseignera cette discipline basée sur la conscience de soi, et les amateurs de vin pourront bénéficier d'un second cours d'œnologie.** DOCUMENT REMIS ET PHOTO ARCHIVES DNA

## » Un second cours d'œnologie

Par ailleurs, face au succès rencontré par le cours d'œnologie de Frank Mairine, l'UPE a décidé d'ajouter un créneau. Les débutants pourront s'initier à la dégustation, découvrir le vignoble et comprendre la vinification le samedi de 8 h 30 à 10 h 30, tandis que les personnes ayant déjà suivi le cours en 2016-2017 pourront approfondir leurs connaissances le samedi de 10 h 30 à 12 h 30. Un supplément de 30 € est demandé pour participation aux frais.

## » Le retour de l'espagnol avec un voyage à la clé

Quant au cours d'espagnol, qui n'avait pas pu se faire l'année dernière en raison d'un nombre insuffisant d'inscrits, il aura à nouveau lieu et sera redynamisé : les élèves du cours avancé (le mercredi de 19 h à 20 h 30) pourront participer à un voyage en Espagne durant les vacances

scolaires – une immersion qui favorisera encore l'apprentissage de la langue et la découverte de la culture du pays. Les débutants pourront quant à eux s'initier à l'espagnol le mercredi de 17 h 30 à 19 h.

## » Anglais

Débutants et intermédiaires 2 (deux groupes) le mardi de 18 h à 19 h 30, niveau intermédiaire 1 le jeudi de 18 h à 19 h 30, renforcement le lundi de 18 h à 19 h 30 et niveau avancé – conversation le mardi de 18 h 30 à 20 h.

## » Allemand

Niveau débutant le vendredi de 18 h 30 à 20 h et niveaux intermédiaires le jeudi de 18 h 30 à 20 h.

## » Italien

Niveaux moyens 1 et 2 le mer-



credi de 17 h à 18 h 30, niveaux moyen 2 et avancé le mercredi de 18 h 30 à 20 h.

## » Français langue étrangère

Niveau débutants 2 le jeudi de 18 h à 19 h 30, conversation et pratique du français le vendredi de 18 h à 20 h et grammair – conversation (niveau avancé) le mardi de 9 h à 10 h 30.

## » Aquarelle

L'aquarelliste de Lampertsloch Théo Sauer permettra d'approfondir ses bases en aquarelle le vendredi de 9 h à 12 h, de 14 h à 17 h et de 17 h à 20 h (tous niveaux).

## » Peinture (huile et acrylique)

Le lundi de 9 h à 12 h (tous niveaux). Les initiés effectueront un travail de recherche autour d'un sujet donné tandis que les débutants (l'acrylique est recommandée) seront guidés par des consignes simples.

## » Céramique

Élaboration d'objets le vendredi de 19 h 30 à 22 h 30.

## » Botanique

Michel Schulliar apprendra à mieux connaître la flore et la végétation de Wissembourg entre travaux pratiques (le ven-

dredi à 18 h au lycée Stanislas, neuf séances) et sorties sur le terrain le samedi matin (sept séances). Le calendrier sera communiqué lors de la première réunion, vendredi 22 septembre à 18 h sur le parking du lycée (première sortie sur le terrain le 30 septembre). Supplément de 30 € pour participations aux frais.

## » Philosophie

Deux cours pour tous les niveaux permettront de découvrir la philosophie à travers des questions, textes d'auteurs et thématiques variées : le lundi de 18 h 30 à 20 h et jeudi de 14 h à 15 h 30.

## » Informatique

Débutants le samedi de 8 h à 10 h et perfectionnement le samedi de 10 h à 12 h au lycée Stanislas – supplément de 30 euros pour participation aux frais.

## » Hatha yoga

Pour tous niveaux le mercredi de 16 h à 18 h ou de 18 h 10 à 19 h 50.

## » Marche nordique

Le mercredi de 14 h à 15 h 30. Attention : Édith Riedinger proposera une séance de découverte mercredi 13 septembre (et non le 6 septembre comme indiqué dans la plaquette). Prière de s'inscrire au ☎03 88 54 25 15 ou par mail à erie6670@gmail.com.

## » Cinéma

Au programme cette année figure la réalisation d'un court-métrage, le mardi de 18 h à 20 h – calendrier défini avec les participants, supplément de 30 € pour participation aux frais. ■

» Les inscriptions auront lieu du 1<sup>er</sup> au 23 septembre, du lundi au vendredi de 14 h à 16 h et les samedis de 9 h 30 à 11 h 30 dans la salle Jean-Monnet de l'hôtel de ville, place de la République à Wissembourg. Tarif : cours simple 100 €, cours double 220 €, en plus de la cotisation annuelle de 40 €. Les futurs participants pourront rencontrer les professeurs samedi 9 septembre de 9 h 30 à 11 h 30 à l'hôtel de ville. Début des cours lundi 25 septembre (vendredi 22 pour la botanique). Contact : Nicole Habermecher, ☎06 08 27 42 29, up.wissembourg@gmail.com @up.wissembourg.fr