

## CENTRE DE FORMATION UELAS - ETE 2020 - FORMATIONS

## CENTRE DE FORMATION UELAS - ETE 2020 - FORMATIONS

JUILLET 2020

AOÛT 2020

PROGRAMME DE L'ÉTÉ

PROGRAMME DE L'ÉTÉ

PROGRAMME DE L'ÉTÉ							PROGRAMME DE L'ÉTÉ						
JEUDI	9	Inscriptions pour les stages d'été	Inscriptions pour les modules de fin septembre ENFANTS	Inscriptions pour les modules de novembre ADULTES			LUNDI	3	SCULPTURE SUR BOIS EN SOIREE 17H30-20H30	CHILDREN'MONDAY - Après-midi	TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	COURS DU SOIR - ADULTES	AUTRES LANGUES - ANGLAIS/ ESPAGNOL/ ITALIEN/ ALLEMAND/ RUSSE/ NEERLANDAIS/ POLONAIS/ARABE (one to one)
							MARDI	4	SCULPTURE SUR BOIS EN SOIREE 17H30-20H30		TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	COURS DU SOIR - ADULTES	
							MERCREDI	5	SCULPTURE SUR BOIS EN SOIREE 17H30-20H30		TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	COURS DU SOIR - ADULTES	
LUNDI	13		CHILDREN'MONDAY - Après-midi	TEEN'S WEEK - MATIN OU AM		AUTRES LANGUES - ANGLAIS/ ESPAGNOL/ ITALIEN/ ALLEMAND/ RUSSE/ NEERLANDAIS/ POLONAIS/ARABE (one to one)	JEUDI	6	SCULPTURE SUR BOIS EN SOIREE 17H30-20H30		TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	COURS DU SOIR - ADULTES	
MARDI	14			TEEN'S WEEK - MATIN OU AM			VENDREDI	7	PRATIQUES ARTISTIQUES - DESSIN&BOIS&DECO POUR LES ENFANTS	SOPHROLOGIE CYCLE 4	TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	COURS DU SOIR - ADULTES	
MERCREDI	15			TEEN'S WEEK - MATIN OU AM			SAMEDI	8					
JEUDI	16			TEEN'S WEEK - MATIN OU AM			DIMANCHE	9					
VENDREDI	17		SOPHROLOGIE CYCLE 3	TEEN'S WEEK - MATIN OU AM									
SAMEDI	18						LUNDI	10	SCULPTURE SUR BOIS EN MATINEE DE 8H-11H	CHILDREN'MONDAY - Après-midi	TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	STAGES FLE - AM	AUTRES LANGUES - ANGLAIS/ ESPAGNOL/ ITALIEN/ ALLEMAND/ RUSSE/ NEERLANDAIS/ POLONAIS/ARABE (one to one)
DIMANCHE	19						MARDI	11	SCULPTURE SUR BOIS EN MATINEE DE 8H-11H		TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	STAGES FLE - AM	
							MERCREDI	12	SCULPTURE SUR BOIS EN MATINEE DE 8H-11H		TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	STAGES FLE - AM	
LUNDI	20	SCULPTURE SUR BOIS EN MATINEE DE 8H-11H	CHILDREN'MONDAY - Après-midi	TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	STAGES FLE - AM	AUTRES LANGUES - ANGLAIS/ ESPAGNOL/ ITALIEN/ ALLEMAND/ RUSSE/ NEERLANDAIS/ POLONAIS/ARABE (one to one)	JEUDI	13	SCULPTURE SUR BOIS EN MATINEE DE 8H-11H		TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	STAGES FLE - AM	
MARDI	21	SCULPTURE SUR BOIS EN MATINEE DE 8H-11H		TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	STAGES FLE - AM		VENDREDI	14	PRATIQUES ARTISTIQUES - DESSIN&BOIS&DECO POUR LES ENFANTS		TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	STAGES FLE - AM	
MERCREDI	22	SCULPTURE SUR BOIS EN MATINEE DE 8H-11H		TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	STAGES FLE - AM		SAMEDI	15					
JEUDI	23	SCULPTURE SUR BOIS EN MATINEE DE 8H-11H		TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	STAGES FLE - AM		DIMANCHE	16					
VENDREDI	24	PRATIQUES ARTISTIQUES - DESSIN&BOIS&DECO POUR LES ENFANTS	SOPHROLOGIE CYCLE 4	TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	STAGES FLE - AM								
SAMEDI	25						LUNDI	12	SCULPTURE SUR BOIS EN SOIREE 17H30-20H30	CHILDREN'MONDAY - Après-midi	TEEN'S WEEK - MATIN OU AM		AUTRES LANGUES - ANGLAIS/ ESPAGNOL/ ITALIEN/ ALLEMAND/ RUSSE/ NEERLANDAIS/ POLONAIS/ARABE (one to one)
DIMANCHE	26						MARDI	13	SCULPTURE SUR BOIS EN SOIREE 17H30-20H30		TEEN'S WEEK - MATIN OU AM		
							MERCREDI	14	SCULPTURE SUR BOIS EN SOIREE 17H30-20H30		TEEN'S WEEK - MATIN OU AM		
LUNDI	27	SCULPTURE SUR BOIS EN SOIREE 17H30 ou 18H -20H30/21H	CHILDREN'MONDAY - Après-midi	TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	COURS DU SOIR - ADULTES	STAGES FLE - AM	JEUDI	15	SCULPTURE SUR BOIS EN SOIREE 17H30-20H30		TEEN'S WEEK - MATIN OU AM		
MARDI	28	SCULPTURE SUR BOIS EN SOIREE 17H30 ou 18H -20H30/21H		TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	COURS DU SOIR - ADULTES	STAGES FLE - AM	VENDREDI	16	PRATIQUES ARTISTIQUES - DESSIN&BOIS&DECO POUR LES ENFANTS		TEEN'S WEEK - MATIN OU AM		
MERCREDI	29	SCULPTURE SUR BOIS EN SOIREE 17H30 ou 18H -20H30/21H		TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	COURS DU SOIR - ADULTES	STAGES FLE - AM	SAMEDI	17					
JEUDI	30	SCULPTURE SUR BOIS EN SOIREE 17H30 ou 18H -20H30/21H		TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	COURS DU SOIR - ADULTES	STAGES FLE - AM	DIMANCHE	18					
VENDREDI	31	PRATIQUES ARTISTIQUES - DESSIN&BOIS&DECO POUR LES ENFANTS	SOPHROLOGIE CYCLE 2	TEEN'S WEEK - MATIN OU AM	COURS DU SOIR - ADULTES	STAGES FLE - AM	SEPTEMBRE 2020						
SAMEDI	01						Dès le mardi, reprise progressive	1	Reprise des one to one dès le 01/09	REPRISE DES COURS POUR LES ENFANTS - RATTRAPAGE PRINTEMPS	REPRISE DES COURS POUR LES ADULTES RATTRAPAGE PRINTEMPS	Inscriptions pour les modules de fin septembre ENFANTS - SUITE	Inscriptions pour les modules de novembre ADULTES - SUITE
DIMANCHE	02						VENDREDI	11		SOPHROLOGIE CYCLE 1 - J1			
							VENDREDI	18		SOPHROLOGIE CYCLE 1 - J2			
							VENDREDI	25		SOPHROLOGIE CYCLE à déterminer			

## CENTRE DE FORMATION UELAS

**Bâtiment Aurora, à gauche de l'Armée où se trouve le panneau "Micropolis" - 1er étage, bureau 105, dit le QG.**

**PRUDENCE ET CONVIVIALITE SERONT NOS MAITRES MOTS !**

**Port du masque ou visière obligatoire à l'UELAS**

**CENTRE DE FORMATION UELAS - ÉTÉ 2020**

Pour la moindre question sur votre inscription et l'organisation du stage, contactez Betty FAURE : 04 92 51 57 97 / 06 10 77 34 01

### ANGLAIS - SPECIAL CHILDREN - MONDAY

LE LUNDI APRES-MIDI - 14H-17H

Vocabulaire, structuration et beaucoup de jeux !

De 6-8 ans / 8,5-10,5 ans

60 euros / AM

### ANGLAIS - SPECIAL TEENS - WEEK

2 HEURES PAR JOUR, EN FIN D'APRES-MIDI (17H-19H) OU EN MATINEE (10H-12H), du lundi au vendredi = 10 heures

Vocabulaire, structuration et beaucoup d'exercices d'expression orale

Entrée 6e / 5e-4e / 4-3e

210 euros la semaine (groupe de 3 à 6)

### ANGLAIS - ADULTES ou ETUDIANTS - EN SOIREE SUR UNE SEMAINE

Sur une semaine, consacrez vos débuts de soirée à l'ANGLAIS = 10 HEURES (de 17H30 à 19H30 ou de 18H à 20H)

Remise à niveau - A2/B1 (structuration + situations de la vie quotidienne, au restaurant, les transports en commun...) ou programmes spécifiques pour les étudiants

210 euros la semaine (groupe de 3 à 6)

### SCULPTURE SUR BOIS

Dès 14 ans et sans limite d'âge (mais attention, activité nécessitant une posture debout prolongée)

En raison de l'interdiction d'utiliser des ventilateurs dans la salle dédiée à l'activité, les horaires estivaux ont été modifiés : sessions le matin ou en fin d'après-midi

8H-11H SUR 4 MATINEES (pour les sessions matinales) ou 17H30/18H-20H30/21H SUR 4 JOURS (pour les sessions de la fin d'après-midi)

Selon le niveau dans la discipline, chacun aura un sujet différent à réaliser après un exercice d'échauffement, révision des bases ou pas pour les plus avancés. Pour les débutants, la prise en main des outils, règles de sécurité et exercices de base seront réalisés avant le démarrage du sujet.

Prévoir : chaussures très confortables, vêtements adaptés, lunettes si besoin, crayon gris, bloc notes + eau

180 euros

## PRATIQUES ARTISTIQUES POUR LES ENFANTS (dessin&bois&déco)

6-11 ans - Micro-groupe 3-7 enfants

En raison de l'interdiction d'utiliser des ventilateurs dans la salle dédiée à l'activité, les horaires estivaux ont été modifiés : 16h30-19h30

60 EUROS / AM

Prévoir : vêtements adaptés + eau

Fabrication d'objets en bois et décorés (un sujet par vendredi)

## SOPHROLOGIE

S'offrir une parenthèse de quiétude en renouant avec ses ressources personnelles, public adulte ou pré-adulte selon besoins spécifiques

8 HEURES (pauses incluses) de bonheur !

9H-17H en extérieur sur les pelouses à l'arrière de notre bâtiment ! Une super et nouvelle expérience qui va stimuler vos sens !

Découvrir une autre approche de la santé, les bases de la discipline, respirer, bouger en pleine conscience (relaxation dynamique), avancer en confiance, apprendre à lâcher prise, exercice de détachement pour chasser les soucis, installer de la douceur et de la plénitude en associant la visualisation positive

Prévoir : tenue confortable, un tapis ou 2 tapis de type yoga, un coussin, une veste, un bloc notes, un crayon gris + eau + votre pique-nique pour manger sur place

120 euros/personne (de 3 à 6 personnes)

## COURS À L'ANNÉE - 2020/2021

### 1-SCULPTURE SUR BOIS - FORMULE PETIT GROUPE - 2H/SEMAINE

Cours particuliers, à la carte, le jeudi ou le vendredi, le jeudi matin de 9H-11H (toute l'année, possibilité de choisir ses dates) et le vendredi soir de 18h-20h

### 2-HISTOIRE DE L'ART (théorie et quelques exercices de pratique)

Petit groupe (4-8 personnes)

### 3-SOPHROLOGIE - FORMULE PETIT GROUPE

Pour jeunes et/ou adultes - 4 cycles vous sont proposés pour une progression tout en douceur. Et une formule totalement en distanciel est maintenant possible.

### 4-COURS DE LANGUES (EN FORMULE PETIT GROUPE OU EN ONE TO ONE)

**ANGLAIS - ESPAGNOL - ITALIEN - PORTUGAIS - FLE - ALLEMAND - ARABE - RUSSE - NEERLANDAIS - POLONAIS - CHINOIS - ARMENIEN-JAPONAIS**

A l'UELAS, on peut "oser", on peut "se tromper" donc on parle ; on apprend dans le respect et toujours avec le sourire ! Petit groupe (5-8 personnes) par groupe de niveau.

Cours en soirée et en journée - en présentiel ou en distanciel ou les deux ! Tout est possible à l'UELAS !

Pensez à utiliser vos heures DIF/CPF

### 5- TOUTES LANGUES : one to one / Binôme / Trio - à la carte - au rythme que vous souhaitez

### 6-L'ANGLAIS POUR LES ENFANTS : reprise en septembre (inscriptions déjà en cours)

### 7-MANAGEMENT & COACHING - pour les professionnels - à la carte

### 8-INFORMATIQUE - à la carte (en partenariat avec ALPES CONSEIL INFORMATIQUE)

### 9-LES ECRITS PROFESSIONNELS - Remise à niveau en français - Préparation de concours...

### 10-LA PHILOSOPHIE (2 heures tous les 15 jours, le mardi de 14h à 16h dès novembre)