



Sommaire



© LC UDA

6 Conférences



© LC UDA

10 Formations



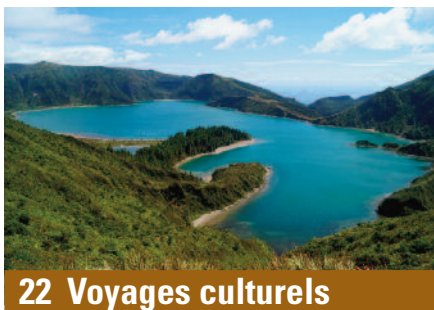
© Michel Cooreman

11 Culture & Découvertes



© LC UDA

21 Préparation à la retraite



22 Voyages culturels



Degré de difficulté de l'activité et accessibilité aux personnes à mobilité réduite (♿).



Couverture :
Culture & Découvertes "Saint-Gilles, réalisations sculpturales et architecturales"
photo@Luc Chaufoureau
Annonces :
Altis (p. 8), Audibilis (p. 8), La Libre Belgique (p. 5), Télévie (p. 4), UCL-Fondation Louvain (p. 9), Vitatel (p. 8)

Édito

Un nouveau souffle

Et voilà... Daniel Cohn-Bendit est finalement venu, ce 23 janvier (au moment d'écrire cet éditto, nous sommes le 24, littéralement le lendemain de la veille...). Vous y étiez aussi : plus de 600 personnes dans l'auditoire Simonart de Bruxelles pour entendre, de la bouche d'un tout récent grand-père, des craintes mais surtout des mots d'espoir, d'enthousiasme et de l'énergie.

Un souffle d'air frais

71 ans et une énergie, une volonté intacte de transmettre des idées et des idéaux. Une source d'inspiration et de motivation pour nous tous.

Un souffle d'air qui se fait plus doux

Voici notre programme de printemps. Des Culture & Découvertes variés, d'une autre vision des classiques de la peinture au travers du costume et le bijou à la découverte de ce magnifique patrimoine que sont les béguinages.

Un souffle d'air chaud

Celui qui vous emmène vers la beauté, la nature, la géologie des Açores et la recherche de la sérénité. Ilios Kotsou accompagnera en effet un voyage dans l'archipel pendant lequel il vous fera partager son cheminement philosophique sur le thème de la sérénité.

Un souffle d'énergie

Une énergie dont nous avons bien besoin puisque nous sommes repartis pour la programmation des activités de l'année 2017-2018. 46 conférences, plus de 300 formations et ateliers, des voyages et sorties culturelles, le CinéParCours, le séminaire de préparation à la retraite. Chaque année, c'est une réelle gageure que de réunir tous les éléments d'une bonne programmation.

C'est votre enthousiasme et vos envies qui nous guident. Ce que vous nous insufflez.

Nous vous souhaitons un beau printemps, plein de courants d'air vivifiants !

Diane Platteeuw
Directrice



© LC UDA



© LC UDA



Madame, Monsieur,

L'opération Télévie mobilise chaque année des millions de personnes enthousiastes et permet de récolter des fonds pour aider la recherche scientifique dans sa lutte contre le cancer et, plus particulièrement, contre la leucémie des enfants.

Ces fonds sont versés au FRS-FNRS (Fonds de la Recherche Scientifique) qui les redistribue intégralement aux universités porteuses de projets de recherche Télévie.

Depuis plus de 20 ans, l'UCL et les Cliniques universitaires du Réseau santé Louvain s'unissent pour soutenir cette opération au travers de nombreuses actions :

- ♥ les dons ;
- ♥ les activités sportives et culturelles ;
- ♥ les ventes de produits Télévie.

La recherche ne peut vivre sans notre soutien à tous. C'est pourquoi, c'est à vous, membres du personnel, étudiants, amis de l'UCL et des Cliniques, que nous nous adressons aujourd'hui. L'année dernière vous nous avez aidés à récolter 57 000 €.

Soutenez la recherche UCL en faisant un don sur le compte bancaire du FRS-FNRS/ TELEVIE-UCL, rue d'Egmont, 5, 1000 Bruxelles, IBAN BE23-2100-0819-0791 avec la mention FRS-FNRS/Télévie UCL.

Au nom des chercheurs qui se sont fixé pour objectif de lutter contre cette maladie, et au nom de celles et ceux que leurs recherches permettront de guérir, nous vous remercions d'avance pour votre geste.

Vincent Blondel,
Recteur de l'UCL

Renaud Mazy,
Administrateur
délégué Cliniques
universitaires
Saint-Luc

Benoît Libert,
Directeur général,
CHU UCL Namur

Patrick De Coster,
Directeur général
associé, CHU UCL
Namur

Tout don de 40 € minimum donne lieu à une attestation fiscale, adressée par le FRS-FNRS



© LC UDA

ABONNEMENT WEEK-END



Le journal papier
chaque samedi
livré chez vous



Le numérique
toute la semaine



12,99€ ~~19,90€~~
PAR MOIS

Inscrivez-vous en ligne sur
<http://abo.lalibre.be/weekend>

**Abonnez-vous dès aujourd'hui,
notre offre est limitée !**

Offre valable pour un nouvel abonné (nouveau nom-nouvelle adresse) en Belgique.

Notre service clientèle est à votre disposition en semaine de 8h à 17h
et le samedi jusqu'à 13h au 02/744 44 44

Les conférences à Louvain-la-Neuve



© LC UDA

CONFÉRENCES OUVERTES À TOUS, PAS DE RÉSERVATION.

À LA SÉANCE: membres UDA 6 € - non membres 10 € - étudiants: gratuit

MARDI à 14h15

AUDITOIRE Socrate 10, place du Cardinal Mercier - 1348 LLN

21/02/17

Le musée entre art et science

Jean Demunck

Professeur ordinaire à l'UCL (ESPO/lacchos)



© CGF UDA

28/03/17

Big Data: le gouvernement des hommes par la donnée

Dominique Deprins

Professeure de statistique et de probabilités, Université Saint-Louis Bruxelles et UCL



07/03/17

Le crowdfunding: vers la « réjuvenation » de l'économie belge?

José Zurstrassen

Executive president et co-founder de MyMicroInvest



18/04/17

La marche des ombres, ou migration philosophiquement

François De Smet

Docteur en philosophie ULB, directeur du Centre fédéral Migration



14/03/17

Une finance responsable et solidaire: utopie ou anticipation?

Bernard Bayot

Directeur du Réseau Financité et président de la coopérative NewB



25/04/17

L'école de l'égalité: entre fatalisme et espoir!

Pierre Pirard

Juriste et économiste, dirigeant d'entreprises, enseignant, fondateur de l'asbl Teach For Belgium



21/03/17

Le jour où mon robot m'aimera, vers l'empathie artificielle

Serge Tisseron

Psychiatre, Dr en psychologie, chercheur associé à Paris VII, membre de l'Académie des technologies



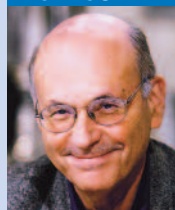
© Bertini

02/05/17

Séance de clôture
Héros bénéfiques, héros maléfiques

Boris Cyrulnik

Neuro-psychiatre, directeur d'enseignement Université Toulon-Sud



Les conférences à Bruxelles



© LC UDA

CONFÉRENCES OUVERTES À TOUS, PAS DE RÉSERVATION.

À LA SÉANCE: membres UDA 6 € - non membres 10 € - étudiants: gratuit

JEUDI à 14h00

AUDITOIRE UCL Woluwe, Auditorios Centraux, av. Mounier 51 - 1200 Bxl (Metro Alma, bus 42 et 79)

23/02/17

Les risques des pesticides et le marketing de la peur

Alfred Bernard

Directeur de recherches FNRS et professeur UCL



© LC UDA

30/03/17

Le cancer, une maladie métabolique!

Pierre Sonveaux

Professeur UCL, chercheur qualifié du FRS-FNRS



09/03/17

La transition: vers une économie systémique?

Michel De Kemmeter

Expert en transition économique, ingénieur civil et commercial, entrepreneur, auteur et conférencier



20/04/17

La place de l'Église dans la société actuelle

Cardinal Jozef De Kesel

Archevêque de Malines-Bruxelles, président de la Conférence épiscopale de Belgique



© Luc Hilderson

16/03/17

Perspectives financières et boursières en Europe

Alain Siaens

Président honoraire de la Banque Degroof, professeur extraordinaire émérite UCL



27/04/17

L'Odyssée du violoncelle

Jean-Marc Onkelinx

Musicologue, conférencier



23/03/17

La médecine régénérative à base de cellules souches adultes

Étienne Sokal

Prof UCL, Chef de service clin. St. Luc, dir. de la banque de tissus et cellules souches hépatiques



04/05/17

La Chapelle Musicale, une ambition renouvelée!

Bernard de Launoit

Président du comité exécutif de la Chapelle Musicale Reine Elisabeth



Profitez de la vie, Vitatel veille sur vous !

Vous vivez seul(e) à la maison ou votre conjoint(e) doit s'absenter ? De jour comme de nuit, nous sommes à vos côtés. Malaise, chute, intrusion, prise de médicaments ou tout simplement besoin d'un contact ? Vitatel est là quand vous en avez besoin car la télé-assistance, c'est notre métier.



Contactez-nous !

078 15 12 12

www.vitatel.be



Partenaire Mutualité chrétienne



Autant savoir où on va.



Tél. 010 40 12 30



Place Albert 1^{er}, 20 • B-1300 Limal
www.altis.be • info@altis.be • Agréé IPI



La technologie au service de l'audition

Une audition de qualité pour tous les budgets



- Essais sans engagement
- Tests auditifs
- Garantie 5 ans
- Service personnalisé
- Piles auditives et accessoires
- Bouchons de protection

info@audibilis.be
www.audibilis.be

Ottignies

Av. Provinciale, 28
010/61 61 97

Louvain-La-Neuve

Optique Scalliet
Galerie des Halles, 2
010/45 62 12

Corroy-le-Château

Av. J. Marvel, 22
081/73 70 52

W555094012-R

UN **INFARCTUS** FRAPPE UN BELGE TOUTES LES HEURES



Aidez les chercheurs de l'UCL
à mieux dépister les risques et prévenir les récurrences
FAITES BATTRE LES CŒURS. FAITES UN DON.

www.fondationlouvain-cardio2017.be

**FONDATION
LOUVAIN**

S'ENGAGER
POUR
L'AVENIR

UCL
Université
catholique
de Louvain



- ▶ **POUR PARTICIPER** aux formations et aux voyages de l'UDA, vous devez être membre
- ▶ **LA CARTE DE MEMBRE** coûte 25 €/an et présente de nombreux avantages qui sont repris sur notre site web. Elle est parfois reconnue à l'étranger et donne droit à des réductions « étudiants » à l'entrée de certains musées.
- ▶ **BON À SAVOIR** : vous trouverez toutes les informations sur les formations dans notre programme général 2016-2017, sur notre site Web www.universitedesaines.be ou dans nos bureaux, chaque matin de 9h à 12h.

Formations à venir à Louvain-la-Neuve

La botanique au printemps



Françoise Baus
LLN
10 séances code 7410

Biologie

Par l'étude systématique de quelques familles particulièrement observables au printemps et en été, ce cours vous propose une approche intuitive de la botanique. Les associations végétales et les

stratégies fascinantes de survie des plantes vous intéressent ? Ce cours vous propose une approche pratique et progressive de l'étude des plantes sauvages de chez nous.

L'approche intuitive sera privilégiée avec la sollicitation constante de nos sens afin d'arriver à la maîtrise des rudiments d'étude floristique. Certaines séances de cours exclusivement pratiques seront dispensées sur le terrain.

Etant donné qu'il constitue le deuxième

volet du cours d'initiation pratique à la botanique, quelques connaissances préalables de botanique seront utiles pour la participation à ce cours.

Mercredi de 9h à 11h

Dates: 26/4 – 3/5 – 10/5 – 17/5 – 24/5 – 31/5 – 7/6 – 14/6 – 21/6 – 28/6

Prix: 120 €

Françoise Baus, guide-nature (CNB) formée en éthologie, en herboristerie et plantes médicinales

Travailler sa voix, un art bénéfique



Patrick Van den Eede
LLN
8 séances code 7412

Mental et santé

Respirer, c'est la vie et votre voix est le miroir de votre âme.

Savez-vous que vous n'utilisez qu'une infime partie de votre capacité pulmonaire ? Avec le concept « Just like That »

développé par un chanteur d'opéra, vous allez sans aucun doute augmenter cette capacité de 30 %.

Cela vous aidera au quotidien :

à mieux respirer lors de la pratique de votre sport, de discuter de façon plus sereine lors d'échanges difficiles et également à gagner en confiance lors de la prise de parole en public,

Ce concept qui donne un nouveau souffle à votre voix se travaille en petit groupe.

Samedi de 9h30 à 11h30

Dates: 11/3 – 18/3 – 25/3 – 15/4 – 22/4 – 29/4 – 13/5 – 20/5

Prix: 155 €

Patrick Van den Eede, chanteur d'opéra

Création d'un buste, d'un bas-relief ou d'un animal en terre. Atelier libre d'une journée



Nathalie Toussaint
LLN 2Q
1 journée code 7414

Expression artistique

Au cours d'une journée, j'irai avec les participants à la découverte de la terre et de ses multiples possibilités. Au moyen de techniques simples et structurées, nous aborderons les questions de vo-

lume et la mise en œuvre des différentes parties d'un bas-relief, d'un buste ou encore d'une création animalière. Les participants pourront apporter leurs photographies afin de pouvoir créer une œuvre très personnelle. Seule l'envie de donner libre cours à sa créativité s'impose.

Aucun prérequis

Jeudi de 9h00 à 16h00

Date: 2/3

Prix: 90 €

Prévoir 9 € pour un pain de terre et un tablier

Nathalie Toussaint, docteur en archéologie et histoire de l'art, guide-conférencière et plasticienne

Culture & Découvertes

■ **En même temps que s'achève notre cycle "Bruxelles: son patrimoine sculptural et architectural"** avec les visites des quartiers des squares et de Schaerbeek, nous vous proposons une nouvelle expérience artistique. Au travers des tableaux des maîtres de l'Art ancien, nous allons apprendre à décrypter comment les costumes et les bijoux nous parlent de l'histoire et de l'identité des personnages représentés.

Ensuite, nous irons vers la sobriété et la piété en nous intéressant pendant une journée entière à l'histoire belge du mouvement béguinal par la visite de trois sites témoins de ce passé: Sint-Truiden, Diest et Lier.

Pour terminer cette programmation: place à la musique !

Les conférences de Messieurs Onkelinx et de Launoit qui clôtureront le cycle des conférences UDA à Bruxelles permettront d'introduire, avec élégance, cette journée découverte de la Chapelle Musicale Reine Elisabeth.

Ce lieu mythique, animé par un récital de violoncellistes, nous immergera dans l'univers confidentiel de la « grande musique ».

Soyez tous les bienvenus, membres et non membres de l'UDA !

Attention: si I-Club annonce l'activité COMPLET, n'hésitez pas à contacter les secrétariats de l'UDA, pour vous inscrire sur une liste d'attente. Grâce à cela un dédoublement pourra s'envisager.



Récapitulatif des activités Culture & Découvertes

Activités	Page	Dates	Horaires des rendez-vous	Prix membres	Prix non membres	Codes	Dates limites de paiement
1. MRBAB – L'art du costume	11	Vendredi 24 mars	10h45	25 €	28,50 €	7822	08/03/17
2. MRBAB – L'art des bijoux	11	Vendredi 21 avril	10h45	25 €	28,50 €	7824	05/04/17
3. Le Quartier des Squares	13	Dimanche 26 mars	13h15	20 €	23,50 €	7826	15/03/17
4. Schaerbeek	13	Dimanche 30 avril	13h15	20 €	23,50 €	7828	19/04/17
5. Aventure béguinale	16	Jeudi 1 ^{er} juin	LLN 07h45 BXL 08h15	80 €	87 €	7830	17/05/17
6. Chapelle Musicale Reine Elisabeth	14	Jeudi 8 juin	10h45	70 €	77 €	7832	24/05/17

■ Vanitas vanitatum

Costumes et bijoux, révélateurs d'identité aux Musées Royaux des Beaux-Arts

Belle ou rebelle, consciente ou non, l'apparence que donnent les costumes et les bijoux contribue puissamment à l'image sociale et morale d'une personne.

À l'origine, utilitaires, les éléments de la parure ont tôt fait de dépasser leur simple fonction pour contribuer à distinguer ou normaliser leur propriétaire. L'histoire des modes et des accessoires est probablement aussi ancienne que l'humanité.

De tout temps, les costumes et les bijoux ont été utilisés pour entretenir un jeu ambigu avec les codes.

Accepter ou rejeter les normes de la bienséance, c'est se situer, c'est signaler l'image que l'on veut - ou que l'on peut - donner de soi.

Avec ce cycle de deux séances, Geneviève Lacroix nous invite à une lecture à

la fois historique, sociologique et artistique, des tableaux des maîtres de l'Art Ancien aux Musées Royaux des Beaux-Arts de Belgique (MRBAB) avec les costumes et les bijoux comme fils conducteurs. Ces promenades guidées dans certaines salles du musée nous permettront de redécouvrir avec étonnement des œuvres qui nous semblaient connues, chacun des détails sera révélé. Après cet exercice, le regard que nous poserons sur les œuvres intemporelles, ne sera plus jamais le même!

Chaque visite dure deux heures. Chacune peut être suivie individuellement et nécessite une inscription particulière. Pour votre confort, des cannes sièges sont disponibles au vestiaire du musée.



Geneviève Lacroix
historienne et guide-
conférencière, professeur
UDA



© Musées Royaux des Beaux-Arts de Belgique, Bruxelles/Photo: J. Geleyns-Ro scan



© Musées Royaux des Beaux-Arts de Belgique, Bruxelles/Photo: J. Geleyns-Ro scan

Vendredi 24 mars 2017

L'art du costume


La très belle collection de tableaux des collections permanentes des maîtres de l'Art Ancien des Musées Royaux des Beaux-Arts de Belgique nous livre une superbe galerie de personnalités vêtues de leurs plus somptueux atours du XV^e au XIX^e siècle.

Étoffes chatoyantes, coupes élaborées, silhouettes stylées. Mais aussi... simplicité des couleurs naturelles, des textiles pauvres et des vêtements de travail ordinaires et pratiques. Et parfois, une échancrure, un décolleté, un peu de peau. Au gré des modes et des statuts, le vêtement peut dévoiler un peu de l'intimité d'une personne. De la robe de bure aux fastes de l'élégance de cour, quelques décryptages des messages cachés et explicites des costumes.

PRIX ET CODE

- **Prix membre**: 25 €
- **Prix non membre**: 28,50 €
- **Ce prix comprend**: la visite guidée, l'entrée au musée et l'assurance
- **Ce prix ne comprend pas**: les dépenses personnelles
- **Code**: 7822

INFORMATIONS PRATIQUES

- **Nombre**: 12 min - 15 max
- **Degré de difficulté**: 
- **Rendez-vous** 10h45 précises au Point Rencontre du grand hall du musée, rue de la Régence, 3 à 1000 Bruxelles
- **En cas d'imprévu le jour de l'activité**: 0485 86 06 11
- **Date limite d'inscription et de paiement**: le mercredi 8 mars 2017



© Musées Royaux des Beaux-Arts de Belgique, Bruxelles/Photo: J. Geleyns-Ro scan

Vendredi 21 avril 2017

L'art des bijoux


Sous l'angle des bijoux, nous observerons les collections d'œuvres que nous ont livrées les maîtres des XV^e au XIX^e siècle.

Qu'ils participent à la toilette de leur propriétaire, cousus ou brodés sur les étoffes, ou qu'ils structurent une allure en définissant les articulations du corps – cou, poignet, taille, phalanges – les bijoux doivent avant tout briller. Ils font parfois encore référence à la pensée magique des premiers talismans. Ils ont parfois aussi conservé une utilité vestimentaire, comme les sceaux, les fibules et les chaînes. Mais surtout, ils permettent de se démarquer de la monotonie, de signaler un statut, de pratiquer sa foi et de l'afficher. Du simple cabochon en pâte de verre aux rivières de diamants, petite incursion dans le monde de la splendeur et de l'orfèvrerie.

PRIX ET CODE

- **Prix membre**: 25 €
- **Prix non membre**: 28,50 €
- **Ce prix comprend**: la visite guidée, l'entrée au musée et l'assurance
- **Ce prix ne comprend pas**: les dépenses personnelles
- **Code**: 7824

INFORMATIONS PRATIQUES

- **Nombre**: 12 min - 15 max
- **Degré de difficulté**: 
- **Rendez-vous** 10h45 précises au Point Rencontre du grand hall du musée, rue de la Régence, 3 à 1000 Bruxelles
- **En cas d'imprévu le jour de l'activité**: 0485 86 06 11
- **Date limite d'inscription et de paiement**: le mercredi 5 avril 2017



© Musées Royaux des Beaux-Arts de Belgique, Bruxelles/Photo: J. Geleyns-Ro scan

■ Bruxelles : son patrimoine Art Nouveau et sculptural

Dans notre capitale, les squares, les parcs et les avenues recèlent un grand nombre de sculptures et de bâtiments réalisés par des artistes et des architectes dans la mouvance « Art Nouveau ».

Notre guide, Nathalie Toussaint, après nous avoir déjà guidés dans les quartiers de Saint-Gilles, du Cinquantenaire et des Étangs d'Ixelles, poursuivra et terminera son cycle de promenades à la découverte du patrimoine sculptural et architectural en nous proposant cette fois de

revisiter le Quartier des Squares et Schaerbeek. L'idée qui sous-tend ces balades originales est d'inviter le promeneur à poser un regard nouveau sur ce patrimoine culturel et artistique.

Une pause dans un établissement représentatif de l'atmosphère du quartier sera à chaque fois prévue. Chacun y consommera librement selon son envie du moment.

Ces sorties sont proposées les dimanches de 13h30 à 17h.



Nathalie Toussaint
Docteur en archéologie et
histoire de l'art et
plasticienne



Dimanche 26 mars 2017

Le Quartier des squares

La balade débutera avenue Palmerston à l'angle du square Marie-Louise devant l'Hôtel Van Eetvelde.

Cette maison de maître fut édifée par Victor Horta dès 1895 pour Edmond Van Eetvelde alors Secrétaire général de l'État indépendant du Congo. Celui-ci laissa carte blanche à Victor Horta qui, selon ses dires « lui présentait le plan le plus audacieux qu'il avait fait jusque-là ». Un peu plus loin, nous admirerons les harmonieux volumes de l'Hôtel Deprez-Van de Velde que Victor Horta réalisa pour le directeur des Cristalleries du Val Saint-Lambert. Le groupe sculptural « La folle chanson » de Jef Lambeaux retiendra notre attention. Au détour des squares, nous aurons l'occasion d'admirer la grotte du square Marie-Louise, un des exemples les plus remarquables de rocailles à Bruxelles et de découvrir d'autres sculptures et bâtiments Art Nouveau conçus par des architectes moins connus. La maison Saint-Cyr, édifée par Gustave Strauven, avec

son florilège d'arabesques tiendra lieu de point d'orgue de cette balade où l'art et l'architecture se côtoient dans un écrin de verdure unique.

PRIX ET CODE

- **Prix membre :** 20 €
- **Prix non membre :** 23,50 €
- **Ce prix comprend :** la balade guidée et l'assurance
- **Ce prix ne comprend pas :** les consommations lors du passage dans un café et les dépenses personnelles
- **Code :** 7826

INFORMATIONS PRATIQUES

- **Nombre :** 12 min – 18 max
- **Degré de difficulté :** ⤴ ⤴
- **Rendez-vous 13h15 précises** devant l'Hôtel Van Eetvelde, 4 avenue Palmerston, à 1000 Bruxelles
- **En cas d'imprévu le jour de l'activité :** 0485 86 06 11
- **Date limite d'inscription et de paiement :** le mercredi 15 mars 2017



Dimanche 30 avril 2017

Schaerbeek

C'est en 1893 que Victor Horta construisit la Maison Autrique pour son ami Eugène Autrique.

Il s'agit du premier hôtel particulier réalisé par le grand architecte et dans lequel on décèle déjà des éléments qui feront l'objet de recherches continues de sa part. Nous visiterons la maison, nouvellement restaurée, au sein de laquelle nous pourrions admirer les scénographies des auteurs de bandes dessinées François Schuiten et Benoît Peeters qui sont à l'origine du projet de réhabilitation de cette œuvre majeure de Victor Horta. Après cette visite, nous nous rendrons vers ce « florilège Art Nouveau » que constitue à elle seule l'avenue Louis Bertrand. Nous admirerons les réalisations d'architectes aussi créatifs que Gustave Strauven, Frans Hemelsoet et Henri Jacobs. Nous nous évaderons ensuite dans le cadre bucolique du Parc Josaphat. Nous nous émerveillerons, entre autres, devant la sculpture « Cendrillon » d'Ed-

mond Lefever, de « la Maternité » de Maurice De Korte ou encore d'« Eve et le serpent » d'Albert Desenfants.

PRIX ET CODE

- **Prix membre :** 20 €
- **Prix non membre :** 23,50 €
- **Ce prix comprend :** la balade guidée, l'entrée à la Maison Autrique et l'assurance
- **Ce prix ne comprend pas :** les consommations lors du passage dans un café et les dépenses personnelles
- **Code :** 7828

INFORMATIONS PRATIQUES

- **Nombre :** 12 min – 18 max
- **Degré de difficulté :** ⤴ ⤴
- **Rendez-vous 13h15 précises** devant la Maison Autrique, 266 chaussée de Haecht à 1030 Bruxelles
- **En cas d'imprévu le jour de l'activité :** 0485 86 06 11
- **Date limite d'inscription et de paiement :** le mercredi 19 avril 2017



Et maintenant, place à la musique !

Cette année, l'UDA vous offre le plaisir de conclure à la fois son programme de sorties Culture & Découvertes et son cycle de conférences en mettant la musique à l'honneur.

Avec *Intermezzo*, l'UDA vous propose à Bruxelles deux conférences :

27/04/17



L'ODYSSÉE DU VIOLONCELLE

Jean-Marc Onkelinx

Musicologue, conférencier

À la veille de la première session de violoncelle au Concours musical Reine Élisabeth de Belgique, il est sans doute utile de revenir sur l'histoire et le répertoire d'un instrument de musique dont on affirme qu'il exprime la quintessence de la voix humaine. À travers un parcours d'écoute active, je vous propose de redécouvrir l'émotion que les compositeurs ont placée sous les doigts et l'archet de ces musiciens exceptionnels, les violoncellistes.

04/05/17



LA CHAPELLE MUSICALE, UNE AMBITION RENOUVELÉE !

Bernard de Launoit

Président du comité exécutif de la Chapelle Musicale Reine Elisabeth

Le rêve visionnaire de transmission musicale de la Reine Elisabeth et d'Eugène Ysaye bat son plein. Artistes en résidence, des musiciens de tous âges, jeunes talents, artistes associés et maîtres expérimentés y travaillent ensemble dans un esprit de compagnonnage. Formation de haut niveau et insertion professionnelle pour les artistes. Ouverture à un public plus large. Outre les aides publiques, fiançailles entre le monde de l'entreprise et de la culture par un soutien financier aux artistes comme du temps des grands mécènes.



© M. Roobaert



Après avoir entendu Jean-Marc Onkelinx évoquer les émotions que les compositeurs ont placées sous les doigts et l'archet des violoncellistes, après la rencontre avec Bernard de Launoit, Directeur Exécutif et catalyseur dynamique de ce « laboratoire de vie et de créativité musicale », il restait une chose essentielle à vous proposer : l'expérience d'une journée à la Chapelle Musicale Reine Elisabeth. C'est que nous vous proposons de vivre le jeudi 8 juin 2017.

Un nouveau partenariat entre l'UDA et La Chapelle Musicale Reine Élisabeth a été établi cette année académique 2016/2017.

Tarif réduit à tous les concerts à la Chapelle Musicale :

- Série Laboratory 5 € à la place de 15 €
- Série Discovery 10 € à la place de 15 €
- Série Guest 15 € à la place de 20 €

www.musicchapel.org

Jeudi 8 juin 2017

La Chapelle Musicale – Récital final de violoncelle

La Chapelle Musicale Reine Elisabeth, lieu mythique, s'est métamorphosée en quelques années.

Grâce à son extension de verre de plus de 80 mètres de long inaugurée en 2015, elle peut désormais accueillir soixante jeunes talents belges et étrangers en résidence et leur offrir une infrastructure idéale pour développer l'étude de leur passion, entourés de maîtres de grande qualité.

Du bâtiment classé des années 30, rien n'a changé extérieurement; à l'arrière, la nouvelle Aile de Launoit joue avec le verre et la pierre bleue pour offrir à la nature omniprésente une invitation à pénétrer les lieux.

Après la visite en matinée du parc et des installations, nous irons déjeuner au restaurant Le Chapel, endroit cosy où les solistes de la Chapelle Musicale aiment venir se détendre. Le chef nous proposera son menu gastronomique du jour.

À 14h, dans la salle flambant neuve et ouverte par de grandes baies sur la forêt, nous assisterons au récital de fin d'année des solistes du département de violoncelle:

Camille Berthollet, Elia Cohen-Weissert, Ori Epstein, Natania Hoffman, Jeong Hyoun Lee, Justine Metral, Kacper Nowak,

Julie Sevilla-Fraysse, Astrig Siranossian, Han Bin Yoon, Ella Van Poucke et Dana Protopopescu, piano.

Ce laboratoire musical, ouvert au public, est une belle occasion de s'immerger dans un foisonnement artistique en découvrant les jeunes artistes avant qu'ils ne se lancent dans leurs carrières internationales.

PRIX ET CODE

- **Prix membre:** 70 €
- **Prix non membre:** 77 €
- **Ce prix comprend:** la visite guidée de la Chapelle R.E, le déjeuner, le concert et l'assurance
- **Ce prix ne comprend pas:** les dépenses personnelles
- **Code:** 7832

INFORMATIONS PRATIQUES

- **Nombre:** 20 min - 25 max
- **Degré de difficulté:**  
- **Rendez-vous** 10h45 précises à l'entrée de la Chapelle Reine Elisabeth, 445 chaussée de Tervuren à 1410 Waterloo
- **Parking** accessible gratuitement. GPS chemin de la Chapelle
- **En cas d'imprévu le jour de l'activité:** 0485 86 06 11
- **Date limite d'inscription et de paiement:** le mercredi 24 mai 2017



Jeudi 1^{er} juin 2017

Aventure béguinale des origines à nos jours: Sint-Truiden, Diest et Lier Trois joyaux qui méritent largement d'être mieux connus...



Rita Fenendael
diplômée en philologie
germanique, agrégation,
philosophie et théologie
UCL



© Rita Fenendael



© Rita Fenendael

Lors de la visite de ces trois enclos d'exception, c'est toute l'épopée du mouvement béguinal, typiquement belge, qui sera présentée.

Son origine remonte à la fin du XII^e siècle dans l'évêché de Liège qui s'étendait alors jusqu'à Nivelles et Oignies. Ces deux lieux, ainsi que Liège, sont considérés comme les foyers où a pris naissance ce mouvement unique en son genre. Les béguines n'étaient ni religieuses ni laïques, mais plutôt les deux à la fois. On les nommerait aujourd'hui laïques consacrées. Les béguines travaillaient pour leur subsistance, une grande nouveauté à l'époque. Elles vivaient, au début, de façon isolée ou se regroupaient en maisons partagées. Peu à peu, notamment sous la pression de l'Église, elles vont édifier des enclos, sortes de villages dans les villes. Nous pouvons encore en admirer plusieurs dans la partie flamande de notre pays, treize d'entre eux faisant désormais partie du patrimoine universel de l'UNESCO, parmi lesquels les trois que nous aurons l'occasion de visiter.

Le béguinage de Sint-Truiden, fondé en 1258, paraît bien anodin, mais il renferme un trésor inestimable dont nous ne dirons mot ici afin de garder la surprise intacte. Celui de Diest datant de 1245 a gardé toute son aura mystique et a retrouvé un nouvel élan artistique et culturel. Lui aussi nous dévoilera son trésor propre: une splendide porte baroque en pierre blanche surmontée d'une Vierge à l'Enfant trônant au-dessus d'un cartouche au texte éloquent. Enfin, le béguinage de Lier dont l'origine remonte à 1258 est un magnifique dédale de rues aux 156 maisons, qui a inspiré maints poètes, écrivains et artistes. Il est niché en écrin dans une ville aux dimensions modestes mais tout aussi remarquable et méconnue que son bel enclos.

Certes, ces superbes béguinages emmurés sont des reconstructions, fin du XVI^e, XVII^e siècle, et

début du XVIII^e siècle mais ils ont vu le jour dès 1232. Nous verrons pourquoi la Wallonie actuelle, où cependant le mouvement béguinal est né, ne compte pas de ces magnifiques ensembles architecturaux, nommés à juste titre des « cités de dames », et pourquoi la branche masculine (les bégards ou béguins) n'a pas eu la même fortune que son plus ou moins équivalent féminin. Bien d'autres questions seront abordées: comment s'organisait concrètement la vie dans un béguinage, quelle était leur mystique, comment le mouvement béguinal a-t-il évolué au cours des âges, a-t-il connu des phases difficiles et pourquoi, qu'en est-il du charisme béguinal aujourd'hui, renaît-il de ses cendres...

PRIX ET CODE

- **Prix membre:** 80 €
- **Prix non membre:** 87 €
- **Ce prix comprend:** le car, la journée guidée par Mme Rita Fenendael, le déjeuner (plat – dessert), le pourboire au chauffeur et l'assurance
- **Ce prix ne comprend pas:** les boissons au restaurant et les dépenses personnelles
- **Code:** 7830

INFORMATIONS PRATIQUES

- **Nombre:** 25 min – 30 max
- **Degré de difficulté:** 🚶 🚶 🚶
- **Louvain-la-Neuve:** rendez-vous 07h45 – départ 08h00 – retour ± 19h00
Lieu de départ: arrêt de Bus à 50 m du parking Malin (gratuit) du boulevard Baudouin 1^{er}
- **Bruxelles:** rendez-vous 08h15 – départ 08h30 – retour ± 18h30
Lieu de départ: devant la station de métro Kraainem, avenue de Wezembeek
- **Déjeuner** à Diest, restaurant: plat – dessert. Attention: plat à choisir à l'inscription. Boissons non comprises
- **En cas d'imprévu le jour de l'activité:** 0485 86 06 11
- **Date limite d'inscription et de paiement:** le mercredi 17 mai 2017

Comment s'inscrire à nos Formations et à Culture & Découvertes ?

ATTENTION : l'inscription précède le paiement et le paiement doit se faire au plus tard 15 jours avant le premier cours ou avant la date limite d'inscription et de paiement pour les sorties Culture & Découvertes !

Il faut être membre (cotisation de 25 €), pour pouvoir s'inscrire aux formations de l'UDA mais les sorties Culture & Découvertes sont accessibles aux non-membres moyennant une majoration de prix.

▶ **SOIT en ligne sur le site de l'UDA**

www.universitedesaines.be
via l'onglet « Inscription en ligne (Mon iClub UDA) ».
Demandez-nous vos identifiant et mot de passe !
Attention : à chaque inscription son paiement et sa communication structurée.

▶ **SOIT en envoyant le bulletin d'inscription**

ci-dessous par courrier à l'une de nos adresses :
- UDA sentier du Gorla 8-10, 1348 Louvain-la-Neuve
- UDA avenue de l'Assomption 73, 1200 Bruxelles
Bulletins disponibles également sur
www.universitedesaines.be

▶ **SOIT en vous rendant dans l'un de nos bureaux**
(secrétariat ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h).

Bulletin d'inscription

Merci de compléter en **LETTRES CAPITALES**

Nom Prénom

Adresse n° Bte

Code postal Localité

Date de naissance / /

Compte bancaire IBAN BE Titulaire.....

Tél. GSM

e-mail (en CAPITALES)

Je désire recevoir les Nouvelles Brèves de l'UDA par courrier électronique (1 X par mois)

Cotisation annuelle 2016-2017		Réservé UDA				
		Code	IC	MC/L	date	carte
<input type="checkbox"/>	25 €	1				

Formations			Réservé UDA		
Code	Intitulé	Prix € membre	IC	MC/L	date

Culture & Découvertes					Réservé UDA			
Code	Intitulé	Départ		Prix €		IC	MC/L	date
		LLN	BXL	membre	non membre			
7830	Béguinages <input type="checkbox"/> carbonnades flamandes <input type="checkbox"/> filets de sole enroulés							

Conditions générales d'inscription connues et acceptées par le participant: www.universitedesaines.be. En participant aux activités, je suis informé que certaines photos prises lors de celles-ci peuvent être diffusées sur le site de l'UDA. En cas de désaccord, je le signalerai au photographe.

La présente inscription implique que je suis définitivement et irrévocablement redevable à l'UDA du (des) montant(s) correspondant à (aux) activité(s) choisie(s).

Compte bancaire de l'UDA

BIC GEBABEBB/IBAN BE90 2710 6126 5232

Date et signature :

LOUVAIN-LA-NEUVE

sentier du Goria 8-10
1348 Louvain-la-Neuve
Tél.: 010 47 41 81 - 47 41 96
lln@universitedesaines.be

BRUXELLES

avenue de l'Assomption 73
1200 Bruxelles
Tél.: 02 764 46 96 - 764 46 95
bxl@universitedesaines.be

► Nos bureaux sont ouverts du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00
Permanence voyages à LLN les mardis et jeudis matins

■ CONDITIONS GÉNÉRALES D'INSCRIPTION 2016-2017

Toute inscription implique un bulletin d'inscription écrit ou via Internet.

Le bulletin d'inscription précède le paiement. Le paiement seul ne suffit pas.

Aucune inscription ni aucune réservation ne se fait par téléphone.

Dès votre inscription à une activité, vous êtes définitivement et irrévocablement redevable à l'UDA du montant correspondant à l'activité choisie.

En cas d'annulation de tout ou partie d'une activité, vous serez prévenu. Nous privilégions la communication par e-mails. Soyez donc attentif à relever régulièrement votre boîte de courrier électronique. Veuillez à nous communiquer tout changement d'adresse de courrier électronique.

Les paiements peuvent se faire soit par virement, soit au sein des bureaux de l'UDA en liquide ou par terminal bancaire.

Votre paiement doit nous parvenir au plus tard 15 jours avant la date de votre premier cours.

Toute personne se présentant le jour de l'activité ou de la session sans avoir payé se verra refuser l'accès à celle-ci (NB: l'organisation de certaines activités peut nécessiter un paiement plus précoce. Si c'est le cas, cette date est notée dans les informations pratiques).

Tout désistement ou annulation, avant ou après paiement, devra être signifié le plus rapidement possible par écrit et moyennant des pénalités s'élevant à:

- 30 % du montant dû s'il intervient entre le 14^e et le 5^e jour précédant l'activité,
- 100 % du montant dû s'il intervient à moins de 5 jours de l'activité.

La cotisation annuelle de 25 € est payable une seule fois quels que soient le type et le nombre d'activités choisies. Elle vous fait membre de l'UDA. Elle est obligatoire préalablement à l'inscription à toute formation, abonnement ou voyage.

La cotisation n'est jamais remboursable.

Carte d'étudiant de l'UDA: toute cotisation prise et réglée en nos bureaux vous permettra de recevoir directement votre carte d'étudiant de l'UDA (valable de juillet 2016 jusqu'à fin août 2017). Dans les autres cas, celle-ci sera envoyée dans les 15 jours suivant la réception du bulletin d'inscription et du paiement.

La carte d'étudiant de l'UDA est personnelle. Elle donne droit à de nombreux avantages (voir programme).

Voir également <http://www.universitedesaines.be>.

Assurance: la cotisation vous permet de bénéficier d'une assurance dommages corporels lors de toute activité de l'UDA (à l'exclusion des voyages) ainsi que sur le trajet pour vous y rendre.

Ceci implique que les non-membres qui assistent aux conférences ne bénéficient pas de cette couverture.

Par contre, les non-membres participant à Culture & Découvertes en règle de paiement incluant une majoration en bénéficient.

Voyages: les présentes conditions générales ne s'appliquent pas aux voyages organisés par l'UDA, lesquels font l'objet de conditions générales et particulières propres à chaque voyage.

Compte bancaire de l'UDA

BIC GEBABEBB IBAN BE90 2710 6126 5232

Préparation à la retraite

UN DÉPART À LA RETRAITE EN PERSPECTIVE? POUR VOUS-MÊME? VOTRE CONJOINT? UN AMI?

Le moment est propice pour s'arrêter et prendre un temps de réflexion.

Considérons avec quels soins nous organisons nos vacances, n'est-il pas évident que la retraite nécessite, elle aussi, d'être soigneusement préparée?



SÉMINAIRE RÉSIDENTIEL DE « PRÉPARATION À LA RETRAITE »

Le passage de la vie professionnelle à la pension ne se fait jamais sans changements importants, plus ou moins faciles à accepter. Ces changements touchent principalement: les revenus, l'organisation du temps, la relation avec le conjoint, l'identité sociale, le réseau de relations,... Par conséquent, l'organisation de la vie est bousculée. Chaque personne, chaque couple, qui se trouve confronté à ce moment charnière, devra reconstruire un nouvel équilibre dans lequel il pourra, ils pourront, s'épanouir. Thèmes abordés par des personnes ressources qualifiées: le système des pensions en Belgique; l'avance en âge et la santé; donations et succession; gestion de patrimoine; les aspects psychosociologiques du passage à la retraite;... Ces séminaires sont résidentiels, durent 4 jours, du mardi matin 10h au vendredi après midi 16h

Informations pratiques

Date et codes

- du mardi 25 au vendredi 28 avril 2017
- du mardi 10 au vendredi 13 octobre 2017

Prix

par personne pour le séminaire de 4 jours

1250 € entreprise

950 € membre UDA

Ce prix comprend:

- l'accompagnement d'un formateur en relations humaines.
- la participation d'experts: médecin, avocat, psychologue, guide nature, nutritionniste,...
- un dossier contenant: le programme, des informations utiles, une bibliographie,...
- la pension complète (4 jours/3 nuits tout compris) à l'Hostellerie « Le charme de la Semois*** », rue de Liboichant, 12, 5550 Alle sur Semois (www.charmesdelasemois.be)

Le nombre de participants: limité à 18 pour garantir la qualité des échanges.

La participation du conjoint est vivement souhaitée.

En cas d'annulation, les prestations ne seront pas facturées pour autant que l'UDA en soit informée par écrit au plus tard quinze jours avant le début de la session. Passé ce délai, 50 % des montants prévus seront facturés.

Renseignements et inscriptions

Université des Aînés ASBL

Chantal Declerck

Coordonnatrice Préparation à la retraite

sentier du Goría, 8 à 1348 Louvain-la-Neuve

Tél. : 010 47 41 88 - 81

chantal.declerck@universitedesaines.be

www.preparationalaretraite.be

www.youtube.com/universitedesaines

Escapade estivale au Tyrol

Art et randonnée autour d'Alpbach, le plus beau village d'Autriche

Du dimanche 2 au dimanche 9 juillet 2017

Il reste quelques places



Difficulté: 

Agence Cultura International
Licence A1892

Voici un concept de voyage inédit à l'UDA, conjuguant culture et découverte, randonnée et bien-être, confort et gastronomie, que nous sommes fiers de vous présenter. Pour cette première édition, nous vous invitons à nous accompagner au Tyrol autrichien en juillet prochain.

Nous séjurerons à Alpbach, qui s'enorgueillit des titres de « plus beau village d'Autriche » et de « plus beau village fleuri d'Europe ».

Programme & itinéraire

J.1. DIMANCHE 2 JUILLET BRUXELLES-MÜNICH-ALPBACH

Vol direct Lufthansa Bruxelles 09h10 - Munich 10h30. Transfert en car à Alpbach (2 heures de route). Installation et déjeuner de fondue à l'hôtel.

L'après-midi, promenade à la découverte d'Alpbach, « le plus beau village d'Autriche » qui sera le cadre de notre séjour. Montée en téléphérique pour admirer le panorama et visite de la brasserie locale !
Dîner et nuit à l'hôtel.

J.2. LUNDI 3 JUILLET PREMIÈRE JOURNÉE DE RANDONNÉE À ALPBACH

Promenade du Wiedersberghorn avec dé-

jeuner pique-nique en cours de promenade. Dîner et nuit à l'hôtel.

J.3. MARDI 4 JUILLET INNSBRUCK, VILLE IMPÉRIALE

Journée complète de découverte d'Innsbruck : nous emprunterons d'abord la célèbre rue Marie-Thérèse, dont nous découvrirons l'arc de triomphe (1765), les maisons aux façades colorées, les palais aux cours Renaissance, la maison Helbling et l'ancien hôtel de ville (extérieur). Ensuite, visite de la cathédrale baroque Saint-Jacques qui recèle un chef-d'œuvre de Lucas Cranach l'Ancien, « la Vierge du Bon Secours ».

L'après-midi sera dédié au passé impérial d'Innsbruck. Nous passerons devant la loggia au « Petit Toit d'Or » (visite extérieure), l'un des emblèmes de la ville construit à l'occasion du mariage de Maximilien I^{er} (XV^e siècle). Puis, visite du palais impérial reconstruit en 1770 dans le style rococo à l'initiative de l'Impératrice Marie-Thérèse. Nous découvrirons ses salons et appartements, la salle d'apparat consacrée à la monarchie des Habsbourg ainsi que la grande salle des fêtes. Enfin, à la Hofkirche, découverte de l'étonnant monument funéraire de Maximilien I^{er} qui est veillé par ses célèbres « Bonshommes noirs ».
Déjeuner libre en excursion. Dîner et nuit à l'hôtel.



J.4. MERCREDI 5 JUILLET

DEUXIÈME JOURNÉE DE RANDONNÉE : STANS

Transfert à Stans au cœur de la « Silber région ». Randonnée à la découverte des « Gorges du Loup » qui passent pour être parmi les plus belles gorges des Alpes. Au retour, arrêt au château de Tratzberg, bel édifice gothique aux influences renaissance et maniériste.

Déjeuner pique-nique en excursion. Dîner et nuit à l'hôtel.

J.5. JEUDI 6 JUILLET

SALZBOURG, MOZART ET LES PRINCES-ÈVÈQUES

Départ pour Salzbourg. Passant par la célèbre Getreidegasse où se dresse toujours la maison natale de Mozart, nous gagnerons le funiculaire qui conduit à la forteresse de Hohensalzburg, d'où s'ouvre une vue panoramique sur les dômes des églises baroques de la vieille ville. Nous visiterons ensuite l'église des Franciscains, la cathédrale et l'église de la Trinité. La visite de la Résidence de style renaissance conclura cette journée de visite.

Déjeuner libre en excursion. Dîner et nuit à l'hôtel.

J.6. VENDREDI 7 JUILLET

TROISIÈME JOURNÉE DE RANDONNÉE : LE ZILLERTAL

Découverte du Zillertal une des régions d'Autriche les plus riches en sentiers de randonnée.

Déjeuner pique-nique en excursion. Dîner et nuit à l'hôtel.

J.7. SAMEDI 8 JUILLET

LE CHÂTEAU DE KUFSTEIN ET RANDONNÉE

Ville tyrolienne arrosée par l'Inn. Visite du château médiéval et dernière promenade-randonnée.

Déjeuner pique-nique en excursion. Dîner et nuit à l'hôtel.

J.8. DIMANCHE 9 JUILLET

ALPBACH-MÜNICH-BRUXELLES

Tour de ville panoramique: l'hôtel de ville, l'église Asam, la Rezindenz,... Déjeuner libre et après-midi libre pour musarder à votre guise à Munich.

Transfert à l'aéroport et vol de retour direct: Munich 21h40 – Bruxelles 23h00

Déjeuner en ville. Dîner libre.

HÔTEL

LE BÖGLERHOF: <http://www.boeglerhof.at/fr/>

Un établissement 5***** de tout confort. Spa merveilleux, restaurant gastronomique. Accueil francophone. Logement en chambre standard.

PRIX

Prix du voyage:	2.145 €
Supplément single:	130 €

CE PRIX COMPREND

- les vols Lufthansa A/R Bruxelles-Münich
- les transferts en car
- les excursions et randonnées guidées en français
- les droits d'entrée aux musées, monuments et sites visités
- 4 déjeuners pique-nique (lunch packet) et 1 déjeuner à l'hôtel.
- la demi-pension à l'hôtel
- les softs drinks du mini bar de la chambre
- l'accès libre à la piscine (intérieure et extérieure), au sauna, et à la salle de fitness.
- les taxes
- l'accompagnateur UDA

CE PRIX NE COMPREND PAS

- les boissons et les dépenses personnelles (GSM/ Internet/ buanderie/droits de photo & de vidéo/ etc...)
- le déjeuner et le dîner libres mentionnés dans la description du voyage
- les pourboires
- les assurances de voyage
- les suppléments de taxes et de fuel éventuels

ASSURANCES

L'UDA ne propose plus d'assurances voyage mais il est vivement recommandé de vous couvrir en annulation et rapatriement et d'assurer vos bagages.

Veillez consulter votre courtier ou une compagnie spécialisée. Nous vous demandons de nous adresser avant le départ les coordonnées de votre police d'assurance assistance/ rapatriement (nom/ N° de police et tel d'urgence).

DIFFICULTÉ

Ce voyage nécessite d'être capable de marcher des distances d'environ une dizaine de kilomètres par randonnée. Il convient donc de pouvoir se déplacer sans problème pour y participer, en ayant en tête que nous sommes en montagne. Cependant, le wellness représente aussi une opportunité pour tous ceux qui ne souhaiteraient pas participer aux journées de randonnées !

Nature et sérénité dans l'Archipel des Açores

Du samedi 9 au samedi 16 septembre 2017



Un voyage sur quatre îles à la découverte des multiples facettes de l'Archipel des Açores. Des « sauts de puce » d'île en île pour goûter aux charmes de chacune.

Sao Miguel, ses paysages époustouffants et l'observation des baleines; **Faial**, tournée vers la navigation car elle a été une escale connue des marins du monde entier; **Pico** dominée par son volcan; **Terceira**, bucolique et chargée d'histoire avec Angra do Heroísmo classée au patrimoine mondial de l'UNESCO. Nous serons accompagnés par Ilios Kotsou qui chaque jour proposera à ceux qui le souhaitent le matin une session de méditation pleine conscience, au cœur d'une nature inspirante et de paysages à couper le souffle mais également des échanges autour des thèmes repris ci-dessous.

Voyage-conférences : les chemins de la sérénité



Le conférencier :
Ilios Kotsou

Difficulté: 🚶🚶🚶

Agence Waouw
Licence A5936

Docteur en psychologie à l'Université Libre de Bruxelles, il est titulaire d'un master en sciences du travail, formé à l'approche de Palo Alto et à la mindfulness (MBSR et MBCT). Il a travaillé pendant 4 ans comme chercheur au sein de la Faculté de psychologie de l'UCL et continue d'intervenir dans plusieurs universités (ULB à Bruxelles, Université de Savoie).

Expert et formateur dans le domaine du management, il a travaillé pour de nombreuses organisations belges et internationales et a notamment collaboré avec Médecins Sans

Frontières pour la formation des coordinateurs de terrain.

Passionné par tout ce qui touche à l'humain, et plus particulièrement par la richesse que donnent à nos vies les émotions, Ilios Kotsou intervient sur les thèmes de l'intelligence émotionnelle, du changement et de la pleine conscience.

Ce voyage aux Açores est pensé comme un cheminement philosophique sur le thème de la sérénité. Tout comme nous ne contrôlons pas le temps qu'il fait, nous avons de fait peu de prise sur un grand nombre de circons-



tances de la vie (difficultés, maladies, conflits), nous pouvons seulement changer notre manière d’y faire face. Chaque session est construite à partir d’une citation d’un philosophe de la Grèce antique qui nous permettra d’explorer ensemble différentes perspectives sur la sérénité. Nous verrons à chaque session les liens avec les recherches récentes en psychologie et en neurosciences. Les philosophes de la Grèce antique avaient ceci de particulier qu’ils ne proposaient pas seulement une réflexion intellectuelle mais des exercices pratiques par nous engager sur le « chemin de la vie bonne », les sessions de conférences interactives aborderont donc aussi quelques pistes concrètes pour vivre plus sereinement.

JOUR 1:

« Ce qui trouble les hommes, ce ne sont pas les choses, mais les jugements relatifs aux choses »

Epictète

Le regard que nous portons sur les choses, le monde, n’a-t-il pas un impact décisif sur la manière dont nous les ressentons ? Cette conférence se penchera sur les jugements, interprétations et croyances que nous avons à propos de nous-mêmes, des autres, de la vie. Quels sont leurs effets ? Est-il possible de s’en libérer ?

JOUR 2:

« Pendant qu’on la diffère, la vie passe en courant. »

Sénèque

Notre esprit a pour habitude de nous entraîner dans le passé (et les regrets) ou dans le futur (et l’anticipation et les projets). Il est souvent plus ardu d’être présent au moment. Quels sont les effets du vagabondage mental ? Comment cultiver sa capacité à revenir au présent ? Quelles sont les pistes pour y parvenir ?

JOUR 4:

« N’attends pas que les événements arrivent comme tu le souhaites; décide de vouloir ce qui arrive et tu seras heureux »

Epictète

Nous désirons tous être heureux, mais ce n’est pas une tâche aisée au vu des difficultés inhérentes à la vie. Nos résistances à ce qui nous arrive provoquent des émotions, auxquelles nous résistons également. Quel chemin tracer pour aborder les difficultés avec davantage de sérénité ?

JOUR 5:

« De tous les biens que la sagesse nous procure pour le bonheur de la vie tout entière, le plus grand, de très loin, est l’amitié. »

Epicure

Confirmant les intuitions d’Epicure, les recherches scientifiques contemporaines pointent les relations sociales comme le premier prédicteur du bonheur et de la santé. Quel est le lien entre relations et bien-être ? Comment cultiver des relations plus fluides ?

JOUR 7:

« Qui vit en paix avec lui-même, vit en paix avec tout l’univers. »

Marc Aurèle

La recherche de la connaissance de soi est souvent vue comme un repli ou même une coupure de la dimension d’engagement social et solidaire. Ces deux dimensions sont-elles réellement séparées ? Comment lier vie intérieure et engagement social ou politique ?

Programme & itinéraire

J.1. SAMEDI 9 SEPTEMBRE

BRUXELLES – PONTA DELGADA – FENAIS DA LUZ

Envol depuis Bruxelles pour l'île de Sao Miguel, via Lisbonne avec la compagnie TAP Portugal (06h20 - 08h05 et 10h55 - 12h20).

Arrivée à l'aéroport de Ponta Delgada où nous serons accueillis par notre guide, expert en biologie et géologie. Transfert vers l'hôtel 5 ***** Pedras do Mar, situé à Fenais da Luz. Installation à l'hôtel suivi d'un moment de détente.

Et fin d'après-midi, session d'introduction au thème du voyage par Ilios Kotsou

Dîner à l'hôtel.

J.2. DIMANCHE 10 SEPTEMBRE

FURNAS – LAC, CALDEIRAS & TERRA NOSTRA GARDEN

Découverte de Furnas et des origines volcaniques de l'île de Sao Miguel. En guise d'introduction, notre guide nous emmènera au centre d'interprétation du lac de Furnas.

Une balade nous donnera le loisir d'apprécier une grande variété d'espèces florales endémiques, puis nous rejoindrons les Caldeiras du lac, là où sont préparées les fameuses « cozido das Furnas » (un plat typique cuit au cœur de la terre) que nous goûterons dans un restaurant local.

La visite du village de Furnas, avec ses fumeroles et ses sources d'eau chaude sera suivie d'une visite du jardin botanique Terra Nostra réputé pour son extraordinaire collection des plantes.

Nous serons invités à nous baigner dans la piscine d'eau chaude (35 à 40°C) riche en fer. Fin d'après-midi, retour à l'hôtel et conférence d'Ilios Kotsou. Dîner à l'hôtel.

J.3. LUNDI 11 SEPTEMBRE

SETE CIDADES & OBSERVATION DES BALEINES

Le matin dans un véhicule adapté aux chemins de terre, nous partons vers l'ouest de l'île, vers les montagnes et les lacs de Sete Cidades. Nous longerons la côte parsemée de verts pâturages, nous nous arrêterons à différents belvédères offrant des vues à couper le souffle.

Nous rejoindrons les lacs de Sete Cidades - lac vert et lac bleu - formés dans un énorme cratère de volcan, puis plongerons vers Ponta da Ferraria et sa piscine naturelle.

Déjeuner, puis temps libre et pour ceux qui le désirent, baignade dans cette piscine naturelle formée par les roches volcaniques tombées dans l'océan.

Ensuite départ pour l'observation des baleines et dîner à l'hôtel.

J.4. MARDI 12 SEPTEMBRE

LAC DE FOGO & CALDEIRA VELHA & DÉTENTE

Le matin, nous terminerons notre visite de l'île en montant au sommet de la montagne Fogo d'où nous aurons une vue impressionnante sur le lac de Fogo au fond du cratère, et bénéficierons d'un panorama et d'un dernier cliché de toute l'île et l'océan.

En nous y rendant, nous nous arrêterons à différents points de vue, plus beaux les uns que les autres, ainsi qu'à l'unique plantation de thé d'Europe, où nous visiterons l'usine de production et ferons une dégustation. Nous passerons également par Caldeira Velha où nous visiterons le centre d'interprétation et prendrons le temps de nous relaxer dans une piscine thermale naturelle entourée d'une faune et d'une flore endémiques.

Lunch en cours de route. De retour à l'hôtel, après-midi libre pour profiter de ses installations et de ses environs.

Dîner à l'hôtel.

J.5. MERCREDI 13 SEPTEMBRE

ÎLE DE FAIAL

Le matin transfert à l'aéroport de Ponta Delgada

Envol vers l'île de Faial dont nous entamerons immédiatement la visite. Nous débiterons par son jardin botanique, puis monterons au sommet de Caldeira, un cratère de 2 km de diamètre et 400 m de profondeur entouré d'hortensias et d'une végétation luxuriante. Nous continuerons par la côte nord qui offre une multitude de panoramas, nous arrêterons pour un lunch à Praia do Norte, puis parviendrons à Ponta dos Capelinhos, la principale attraction de l'île. Située à l'extrême ouest de l'île, nous pourrions y voir les effets de l'éruption de 1957/58, lorsqu'une considérable zone de terre fut créée par les cendres du volcan aujourd'hui éteint.

Nous y visiterons le centre d'interprétation du volcan puis, en passant par de nouveaux belvédères, rejoindrons Horta, la capitale de l'île, réputée pour son port de plaisance cosmopolite, point de ralliement de nombreux voiliers du monde entier dans leurs voyages transatlantiques. Nous nous installerons dans l'hôtel 4**** Horta.

Dîner à l'hôtel.

J.6. jeudi 14 septembre

ILE DE PICO

Après le petit-déjeuner, nous prendrons le ferry pour rejoindre l'île de Pico toute proche. Arrivés à Madalena, nous débiterons par les vignobles typiques de Pico, un site classé au patrimoine mondial de l'UNESCO, longerons la côte sud de l'île pour rejoindre le village de Lajes do Pico, premier lieu de peuplement de l'île, et centre traditionnel de la chasse à la baleine. Nous y déjeunerons dans un restaurant local, puis visiterons le musée des baleiniers. Nous traverserons ensuite l'île jusqu'au port commercial de Cais do Pico, lié à l'industrie baleinière, où nous visiterons le musée de l'usine de la chasse à la baleine, avec ses outils et équipements utilisés pour la transformation des cétacés.

Nous terminerons notre tour de l'île de Pico par Arcos do Cachorro, d'impressionnantes formations rocheuses où l'océan nous offre un étonnant et passionnant show sonore et coloré. Ensuite nous reprendrons le ferry pour Horta et notre hôtel. Dîner dans un restaurant typique à Horta.

J.7. VENDREDI 15 SEPTEMBRE

ILE DE TERCEIRA

Le matin transfert à l'aéroport pour un bref vol vers Terceira, nous entamerons immédiatement la visite en longeant les côtes ouest et sud de l'île et leurs belvédères, pour nous rendre à la Quinta do Martelo, où nous remonterons dans le temps !

Après le lunch, départ pour la capitale de l'île, Angra do Heroísmo.

Installation à l'hôtel 4**** Caracol, puis temps libre.

Ensuite, nous partons à la découverte du centre de la ville d'Angra do Heroísmo, reconnue comme patrimoine mondial par l'UNESCO en 1983. Principaux centres d'intérêt: Jardim Duque da Terceira, Praça Velha, Paços do Concelho, Palácio dos Capitães Generais, Igreja da Sé, et bien d'autres.

Dîner de clôture à l'hôtel.

J.8. SAMEDI 16 SEPTEMBRE

ANGRA DO HEROISMO – BRUXELLES

Après le petit-déjeuner, transfert à l'aéroport et envol pour Bruxelles via Lisbonne

(10h00 - 13h15 et 14h30 - 18h10).



HÔTELS

Hôtel Pedras do Mar Resort 5***** (J1, J2, J3, J4)
 Hôtel Horta 4**** (J5 et J6)
 Hôtel Caracol 4**** (J7 et J8).

PRIX

Prix du voyage :	2.460 €
Supplément single :	300 €

CE PRIX COMPREND

- les vols internationaux Bruxelles – Ponta Delgada et Terceira – Bruxelles via Lisbonne avec TAP Portugal,
- les vols intérieurs entre Sao Miguel et Faial et entre Faial et Terceira,
- les traversées entre Faial et Pico en ferry,
- les transferts et excursions en autocar de luxe,
- le logement en chambre double au Pedras do Mar Resort 5*****, Hôtel Horta 4**** et Hôtel Caracol 4****

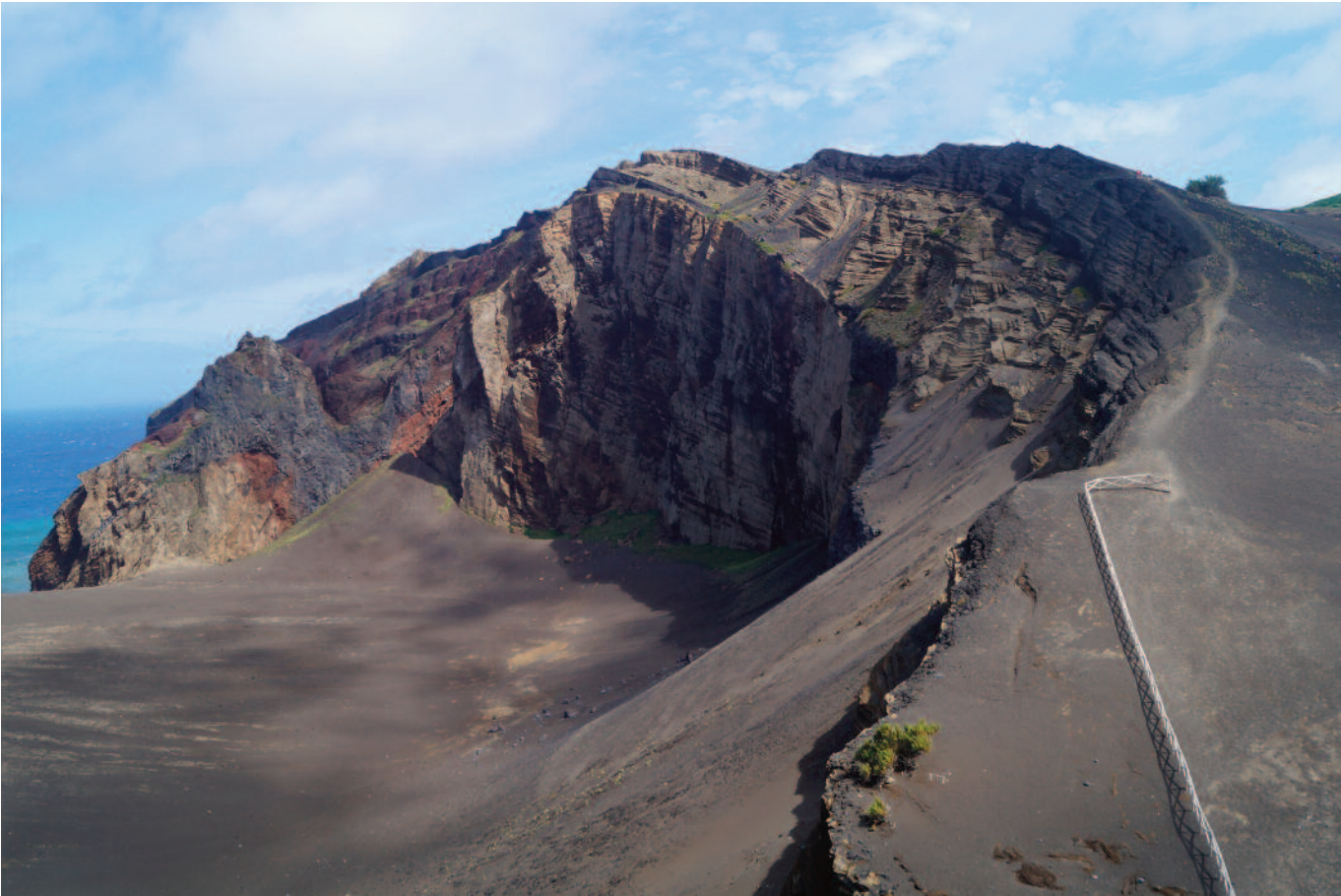
- les repas mentionnés dans le programme; boissons (vin et eau) comprises,
- les visites mentionnées avec un guide local francophone (entrées comprises),
- les conférences données par Ilios Kotsou,
- l'accompagnateur UDA

CE PRIX NE COMPREND PAS

- les dépenses personnelles,
- les pourboires,
- les assurances annulation et all-in

ASSURANCES

L'UDA ne propose plus d'assurances voyage mais il est vivement recommandé de vous couvrir en annulation et rapatriement et d'assurer vos bagages. Veuillez consulter votre courtier ou une compagnie spécialisée. Nous vous demandons de nous adresser avant le départ les coordonnées de votre police d'assurance assistance/rapatriement (nom/N° de police et tel d'urgence).



BULLETIN D'INSCRIPTION VOYAGES CULTURELS • Université des Aînés

COORDONNÉES DU (DES) VOYAGEUR(S)

Monsieur	Madame
Nom	Nom de jeune fille
Prénom	Nom d'épouse
	Prénom
GSM et tél	GSM et tél
e-mail@.....	e-mail@.....
date de naissance	date de naissance
compte bancaire	compte bancaire
nationalité	nationalité

Rue	N°	Bte
Code postal	Localité	

DESTINATION/DATES	Code	Type de chambre	acompte	solde	PRIX TOTAL/pers
AUTRICHE 02 au 09 juillet 2017	1900	double grand lit <input type="checkbox"/> lits jumeaux <input type="checkbox"/>	685 €	1460 € (01/05/2017)	2145 €
		single <input type="checkbox"/>	815 €	1460 € (01/05/2017)	2275 €
AÇORES 09 au 16 sept. 2017	1903	double grand lit <input type="checkbox"/> lits jumeaux <input type="checkbox"/>	900 €	1560 € (10/07/2017)	2460 €
		single <input type="checkbox"/>	1200 €	1560 € (10/07/2017)	2760 €

* les prix sont calculés sur base d'un groupe de 25 personnes et peuvent être réajustés (+100 €) si le nombre de participants n'atteint pas ce quota

ASSURANCES

L'UDA ne propose plus d'assurances voyages mais il est vivement recommandé de vous couvrir en annulation et rapatriement et d'assurer vos bagages.

Si vous entreprenez le voyage sans être couvert ou sans nous avoir communiqué les coordonnées de l'organisme qui vous assure, vous dégagez l'UDA de toute responsabilité en cas de sinistre

Signature(s) obligatoire(s)

PAIEMENTS

Ce jour, je paie un acompte de	€
+ carte de membre (si pas encore affilié)	(+ 25 €)
Solde à payer pour le de	€
TOTAL	€

Je m'engage (nous nous engageons) à payer le solde, comme indiqué, 45 jours avant la date de départ.

Je déclare (nous déclarons) avoir pris connaissance des conditions générales et particulières et je dégage (nous dégageons) l'UDA de toute responsabilité en cas d'accident ou de dommage subi au cours du voyage.

« Lu et approuvé » (mention manuscrite)

« Lu et approuvé » (mention manuscrite)

Date et signature MONSIEUR

Date et signature MADAME

Réservé UDA	
MC/L	date

CONDITIONS GÉNÉRALES ET PARTICULIÈRES D'INSCRIPTION AUX VOYAGES UDA

Toute inscription implique un bulletin d'inscription complété, daté et signé.

Les paiements peuvent se faire soit par virement sur le compte unique de l'UDA

BIC GEBEBEBB/IBAN BE90 2710 6126 5232 en mentionnant votre nom complet et la destination, soit au sein des bureaux de l'UDA.

L'acompte doit impérativement être versé au moment de l'envoi ou du dépôt du bulletin d'inscription.

La cotisation annuelle de 25 € est payable une seule fois quel que soit le nombre de voyages choisis. Une personne déjà membre n'est pas redevable d'une nouvelle cotisation pour autant que celle-ci couvre la période durant laquelle le voyage se déroule.

AUGMENTATION ÉVENTUELLE DES PRIX

Jusqu'à 20 jours du départ, le prix peut être révisé jusqu'à 10 % à la hausse suite à la modification des taux de change, à la hausse du coût des transports (y compris le coût du carburant et les taxes aériennes), et à la hausse des redevances et taxes afférentes à certains services. Si la majoration excédait 10 % du prix global, le voyageur peut résilier le contrat sans indemnité.

ANNULATION

L'annulation par le voyageur doit se faire par lettre recommandée adressée à UDA asbl, sentier du Gorla, 8 a 1348 Louvain-la-Neuve.

Les frais sont fixes comme suit :

- AUTRICHE jusqu'au 30/01: 100 € de frais du 31/01 au 27/02: 25 % de frais du 28/02 au 30/03: 50 % de frais
 du 31/03 au 02/05: 75 % de frais à pd 03/05 ou « no show » : 100 % de frais
- AÇORES Entre la confirmation du voyage et 61 jours avant le début du séjour: 25 %
 Entre 60 et 31 jours avant le début du séjour: 50 %
 A 30 jours et moins du début du séjour: 100 %

ASSURANCES

- L'UDA ne propose plus d'assurances voyage mais il est vivement recommandé de vous couvrir en annulation et rapatriement et d'assurer vos bagages.
- Veuillez consulter votre courtier ou une compagnie spécialisée. Nous vous demandons de nous adresser avant le départ les coordonnées de votre police d'assurance assistance/rapatriement (nom/N° de police et tel d'urgence).

En participant aux activités, je suis informé(e) que certaines photos prises lors de celles-ci peuvent être diffusées sur le site de l'UDA. En cas de désaccord, je le signalerai au photographe.

« Lu et approuvé » (mention manuscrite)

« Lu et approuvé » (mention manuscrite)

.....

.....

Date et signature MONSIEUR

Date et signature MADAME

.....

.....







< www.universitedesaines.be >

LOUVAIN-LA-NEUVE

Sentier du Gorla 8-10 • 1348 Louvain-la-Neuve

Tél. : 010 47 41 96

e-mail : lln@universitedesaines.be

BRUXELLES

Avenue de l'Assomption 73 • 1200 Bruxelles

Tél. : 02 764 46 95 - 764 46.96

e-mail : bxl@universitedesaines.be

Nos secrétariats sont ouverts du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00