Hainaut Seniors

Université du Temps libre de Mons

Pour vous permettre de rester actif...

Province de HAINAUT

Seniors Hainaut

I ♥ Mons 2015

Saison 2013 - 2014
de mai à août 2014 N°3

Sommaire UTL

Prague & la Bohème
P. 10-11

Marche dans la forêt de Mormal
P. 19

Plein feux sur le Portugal
P. 14

Conférences ..... P. 4
Repas «Les Gourmands» ..... P. 5
Séminaires ..... P. 6
Agenda des randonnées ..... P. 18
Marche nordique ..... P. 20
Cours de guides naturalistes ..... P. 21
Modalités d'inscription ..... P. 23

Excursions
P. 8-9

Université du Temps Libre de Mons organisée par la Direction Générale des Affaires Sociales de la Province de Hainaut et l'Institut Europeen Interuniversitaire de l'Action sociale. Une initiative de la Province de Hainaut.

Editeur responsable :
UTL Mons
45, avenue d'Hyon - 7000 Mons
Tél./fax : 065/31.15.70 - GSM : 0477/45.36.44
www.utlmons.be - utl.mons@hainaut.be

Contact :
Frédéric Patty - 065 31 15 70 - 0477/45.36.44 - frederic.patty@hainaut.be

Crédit photos :
EFFICIANCE.COM (p. 1-3-), Frederic PATTY (p. 1-5-17), Grand Hornu Images (p. 15), Le Manège.Mons (p. 43), Sophie JODOIN (p.), Club Montois du Fait Main (p. 9), Bastin & Evrard (p. 8), Musée des Années 30 (p. 8)

Conception & réalisation :
EFFICIANCE.COM 065 220 112

Conférences UTL

2014

08 et 15 avril
Congés de Pâques

Mardi 22 avril
Le monde du travail au XXIème siècle. Supercapitalisme, Multinationales. Créativité, Migration. Le rôle des syndicats?
Conférencier : **BLANPAIN Roger**
Professeur KULeuven, Président Honoraire de l'Association Internationale du Travail et de Sécurité Sociale (Genève)

Mardi 29 avril
Cancer du sein, témoignage engagé
Conférencier : **MEERT Marie-Paule**
Porte-parole de Wilfried Martens, aujourd'hui consultante et écrivaine

Petites règles de bien-être :
- couper votre GSM lors de la conférence
- arriver à l'heure
- si vous quittez avant la fin de la conférence, quitter la salle par l'arrière.

Merci de votre compréhension

INFOS

Ces conférences se déroulent dans la salle académique de la Faculté Polytechnique (UMONS), Boulevard Dolez, 31 à 7000 Mons.

Les conférences commencent à 14h15 au premier étage (un ascenseur est à votre disposition).

Un café vous est offert après chaque conférence.

Inscription :
- si vous êtes en règle de cotisation et que vous n'avez pas pris d'abonnement, la séance reviendra à 4 euros;
- si vous n'êtes pas membre, la séance reviendra à 6 euros

Le numéro de compte est le IBAN :
BE50 0680 6534 8018 - BIC : GKCCBEBB

Mardi 6 mai
Le nouveau consentement belge
Conférencier : **VERJANS Pierre**
Université de Liège, Faculté à Mons de Droit et de Sciences politiques, professeur

Mardi 13 mai
Mons 2015, un projet mobilisateur pour la capitale du Hainaut
Conférencier : **MARTIN Nicolas**
Bourgmestre faisant fonction

NB : il arrive malheureusement qu'un conférencier annule sa conférence en dernière minute pour des raisons indépendantes de notre volonté. Veuillez nous en excuser.

Dîner des membres de l'UTL

Les Gourmands
Restaurant

Jeudi
26 juin
à 12h30

Menu

Apéritif

Fraicheur de crevettes grises,
chou-fleur et cresson

Marbré de foie gras de canard
au moût de vin
ou Raviolis de crabe jus bisqué,
légumes croquants

Volaille fermière du Gers,
asperges du pays
ou Cabillaud en croustillant provençale

Fromages frais et affinés
ou Fraises, rhubarbe, glace chocolat blanc

café

Menu à 70 euros pp
Boissons comprises

Rue de Sars,15 7040 Blaregnies Tél : 065 56 86 32 Fax : 065 56 74 40
info@les-gourmands.be www.les-gourmands.be
Ouvert du mercredi au samedi midi et soir & dimanche midi

A verser avant fin mai sur le compte BE50 0680 6534 8018. Communication : DINER
A titre exceptionnel, vous pouvez prendre des gens non-membre pour ce dîner.

1 étoile Guide Michelin
17/20 Gault & Millau

Le restaurant «LES GOURMANDS» est la combinaison d'un endroit contemporain, d'une équipe qui incarne la simplicité, la rigueur et d'une cuisine régionale revisitée pour atteindre un niveau gastronomique.

OENOLOGIE

Par Monsieur Melchiorre

LOCAL :
Salle calva, rue Pecher à 7000 Mons

DATES :
Le mercredi de 9h30 à 12h le 23 avril et le 4 juin (salle calva de Mons), le mercredi 7 mai de 9h30 à 12h (salle calva de cuesmes, Rue Ferrer , juste à côté de l'Eglise)

COÛT :
Être en règle de cotisation. Une quote-part vous sera demandée en fonction des vins dégustés.

CERCLE HERALDUS
DE MONS

L'héraldique a pour buts l'étude et l'enseignement de la science et de l'art du blason.

LOCAL :
Athénée Jean d'Avesnes, bâtiment Pierre Coran, 2e étage, avenue Gouverneur Cornez, 1 à Mons (parking aisé).

DATES :
Les mardis de 10 à 12 h (sauf congés scolaires).
Dernier cours le 17 juin. Reprise le 16 septembre.

SUJETS :
Le Cercle Heraldus de Mons existe depuis près de 20 ans. Chaque membre participe aux travaux communs en y apportant ses compétences dans son domaine de prédilection: histoire, généalogie, recherches sur terrain ou bibliothèques, photos et même compétences sur ordinateur. Aucun pré-acquis en héraldique n'est nécessaire. Les membres du cercle se font un plaisir de transmettre leurs connaissances aux nouveaux. Voir le site : http://www.heraldus.be

COÛT :
Être en règle de cotisation. Les 3 premières séances sont gratuites ensuite payer 25 euros de cotisation annuelle au cercle.

CLUB MONTOIS du «FAIT MAIN»

Que vous aimiez créer ou que vous avez tout simplement envie de tester une activité manuelle ludique et créative, vous êtes bienvenu aux ateliers à la carte du Club Montois du Fait main

QUAND ET OÙ ? Selon vos disponibilités:
- soit tous les mardis de 9h à 12h au 4e étage – rue des Canonniers 3 à 7000 Mons – Frais de participation : 3 euros la séance (dernière date le 24 juin).
- soit tous les mercredis de 13h30 à 17h à la Salle Oasis – rue de Bertaimont 22 à 7000 Mons – Frais de participation: 4 euros la séance (vacances comprises).

La participation peut être ponctuelle. Le club reste ouvert les mercredis pendant les congés scolaires même pour les personnes qui ne participent pas habituellement.

Le 1er atelier découverte est gratuit.
L'inscription ou des informations complémentaires peuvent se faire par téléphone au 0475/351045 de préférence entre 19h et 21h ou par courriel : mtlernould@scarlet.be.

Être en règle de cotisation

SCRAPBOOKING

Par Madame Fontana Mirka

LOCAL:
UTLMONS AVENUE D'HYON 45 (3 ème étage) 7000 Mons

DATES:
Un lundi sur deux de 14h00 à 17h00.
Dernier cours le 23 juin. Reprise le 15 septembre.

COÛT:
Une quote-part de 16 euros par atelier (pour les fournitures) est à payer directement au professeur et être en règle de cotisation.

Atelier PATCHWORK et ART TEXTILE

POURQUOI : pour le plaisir de pratiquer un passe-temps créatif selon des méthodes traditionnelles ou contemporaines mais aussi une occasion de découvrir les multiples possibilités du piqué libre et de l'art du textile...
QUAND : Le lundi de 9h30 à 12h aux dates suivantes:
28/4 - 12/5 – 26/5 – 2/6 - 23/6

OÙ : UTL Mons – Avenue d'Hyon 45 au 3e étage à 7000 Mons
COÛT : 5 euros par séance.
En vue d'organiser au mieux le cours, il est utile de s'inscrire au préalable auprès de la responsable: M-Th Lernould- Popeler soit par mail : mtlernould@scarlet.be ou par téléphone au 0475/35 10 45 de préférence après 19h.

GRAND-HORNU IMAGES

le jeudi 22 mai

Rendez-vous devant le Grand-Hornu à 10h15

● **à 10h30**
Visite guidée.
«L'image suivante…» - Collection de la Fédération Wallonie-Bruxelles

La Fédération Wallonie-Bruxelles et le MAC's organisent conjointement l'exposition **«L'image suivante...»**.
L'ambition de cette manifestation est de donner aux visiteurs l'occasion de découvrir des œuvres de ces deux collections publiques rassemblant des artistes belges et internationaux remarquables.

● **Vers midi**
Dîner sur place au restaurant l'Ubiquité (plat, dessert, café, 1/3 vin et eau)

● **à 14h30**
Visite guidée
«Tranches de vie» Sofie Lachaert & Luc d'Hanis

Impossible de dissocier vie et travail dans le vécu quotidien du tandem de créateurs Sofie Lachaert et Luc d'Hanis. Voilà plus de 20 ans qu'ils développent ensemble du mobilier, des objets, des installations contextuelles. Ils ont recréé, pour l'exposition, une rue du coron du Grand-Hornu où les portes et fenêtres s'ouvrent sur des scènes de vie, des moments de réflexion, de silence, d'interrogation… une expérience poétique.

le prix est de 39 euros pp
à verser sur le compte BE 5006806534 8018
communication : MAC

Belfius Pays de Mons SCRL
Avenue Jean d'Avesnes 9 – 7000 MONS
Tél : 065/394650 Fax : 065/394669

Une équipe professionnelle à votre écoute et à votre service du lundi au samedi chez vous ou chez nous !

COMPTES • CRÉDITS • ASSURANCES & PLACEMENTS pour les privés et les professionnels.

Nos agences :
Mons – Hyon – Havré – Cuesmes – Ghlin – Jurbise – Nimy

Belfius
Banque & Assurances

© WBT - J.P. Remy

le jeudi 24 avril

Les SERRES DE LAEKEN ....

Départ en car de la Place Nervienne à 8h30

- **à 10h15 : visite guidée de l'exposition**

LE PORTRAIT NEO-IMPRESSIONNISTE

ING présente le portrait néo-impressionniste: une nouvelle facette, jamais montrée de cette façon dans une exposition, du mouvement qui a révolutionné la peinture de la fin du 19 ème siècle.
Partant des théories de la couleur et de la lumière, les peintres français transmettent leurs idées progressistes à leur collègues belges.
Vous découvrirez des chefs d' oeuvres notamment influencés par l'innovateur du mouvement, Georges Seurat, par les artistes français Paul Signac, Achille Laugé...
Ensuite vous aller découvrir studio couleurs.Mais qu'est-ce que la couleur ? elle est lumière, matière, sensation, code… Par des jeux, des expériences interactives, des observations scientifiques vous plongerez dans l'univers fascinant de la couleur.

- **Vers midi :** temps libre pour le repas
- **départ vers 13h45**
- **à 14h15 :** visite libre (vu l'affluence) des Serres de Laeken .
- **vers 16h :** fin et retour sur Mons

Le prix est de 34 euros pp
à verser sur le compte BE 50 0680 6534 8018
Communication : LAEKEN

Le jeudi 8 mai

MUSEE FIN DE SIECLE BXL

Départ de la place Nervienne à 8h40

- **à 10h30 visite guidée du musée Fin de Siècle**

Ces oeuvres témoignent de la multitude des disciplinaires artistiques entre 1868, date de la fondation de la Société libre des Beaux -Arts et 1914.
Des peintres et sculpteurs aussi renommés que Constantin Meunier, James Ensor, Henri Evenepoel, Fernand Khnopff, Georges Minne témoignent de l'effervescence de cette période, qui s'est aussi manifestée dans tous lles autres domaines de la création: littérature, opéra, photographie.....L'Architecture Art Nouveau est également évoquée, grâce à la reconstitution 3D de 6 bâtiments Art nouveau.

- **vers 12h15 :** départ vers le Parc du Cinquantenaire
- **à 13h :** repas plat -dessert-café (hors boissons)
- **à 15h : visite guidée de**

l'exposition 14-18, c'est notre histoire!

Cette exposition, grâce aux très riches et uniques collections du musée, permettra au public de comprendre toutes les facettes d'un conflit qui a laissé l'Europe entière exsangue et affaiblie.L'histoire du conflit a été replacée dans un contexte large où une place est laissée à tous les acteurs de ce drame.La guerre et la vie quotidienne en Belgique occupée constituent une part importante du parcours mais le public sera amené à redécouvrir l'histoire de la mobilistaion des Etats européens qui ont cherché à secourir la Belgique, devenue un enjeu central du conflit.

- **vers 17h :** fin et retour sur Mons

Le prix est de 59 euros pp
(repas compris)
à verser sur le compte BE 50 0680 6534 8018
Communication : MUSEE

Le mercredi 28 mai

LENS-LOUVRE-LAM

Départ de la place Nervienne à 8h30

- **à 10h visite guidée de la rétrospective Meret Oppenheim au Lam (Villeneuve d'Ascq)**

Meret Oppenheim (1913, Berlin - 1985, paris) a marqué l'art du XXe siècle de manière aussi importante que secrète. Alors qu'elle n'est âgée que d'une vingtaine d'années, son assemblage "Le Déjeuner en fourrure" (1936) la fit passer du statut de muse scandaleuse du surréalisme à celui d'artiste majeure du mouvement. En 2013, Meret Oppenheim aurait eu 100 ans. À cette occasion, le LaM accueille une rétrospective de cette artiste inclassable, qui n'a pas été montrée en france depuis 1984.

Tout au long de son parcours artistique, Meret Oppenheim a exploré le thème de l'indétermination des genres faisant son miel aussi bien des mythes, rêves et jeux, que de la littérature de son temps et des écrits du psychiatre Carl Gustav Jung. Artiste surréaliste protéiforme, elle participa à la redéfinition des marges de l'art, inspirant de nombreux artistes, de Louise Bourgeois à Birgit Jürgenssen.

L'exposition propose une approche thématique du travail de Meret Oppenheim à travers un parcours en huit sections et près de 200 oeuvres, mises en regard de celles des artistes surréalistes dont elle fut la plus proche : Marcel Duchamp, Max Ernst et Man Ray.

- **vers 12h :** départ pour LENS
- **temps libre** pour le repas sur la place de LENS
- **à 14h45 :** visite guidée de l'exposition au Lens-Louvre : Les Désastres de la Guerre

L'exposition présentera un riche ensemble de représentations nées du désenchantement face à la guerre avant tout considérée comme pourvoyeuse de malheurs depuis le début du 19ème siècle jusqu'à nos jours.
L'exposition s'intéresse à une vingtaine de conflits comme à autant de tournants , qui génèrent des problèmes nouveaux en matière de technique et de politique de représentation. Près de 170 artistes son représentés, à travers tous les supports.

- **vers 17h :** fin et retour sur Mons.

Le prix est de 54 euros pp
à verser sur le compte BE 50 0680 6534 8018
Communication : LENS

EXCURSIONS UTL

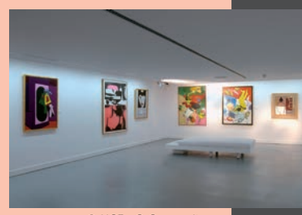
En partenariat avec
le Club de la Presse du Hainaut-Mons

Le jeudi 19 juin

BAM à Mons

- **à 10h15 :** rendez- vous devant le BAM
- **10h30 : Visite guidée de**

ABSTRACTIONS GÉOMÉTRIQUES BELGES DE 1945 À NOS JOURS



© HCT - C.Carpentier

L'exposition invite à la découverte de l'abstraction géométrique belge à travers ses multiples manifestations après 1945. À l'issue de la Seconde Guerre mondiale, l'abstraction refait son apparition, se déployant selon deux sensibilités distinctes : lyrique et géométrique. L'abstraction géométrique est adoptée par une série d'artistes partageant un idéal de structure et de mesure qui s'unissent dès le milieu des années '40 pour défendre leur moyen d'expression basé sur la géométrie.

Les joyaux présentés proviennent des collections de la Ville de Mons et de nombreuses collections publiques et privées. Le parcours thématique révèle les différentes spécificités de l'un des courants majeurs de l'art belge à l'activité toujours foisonnante, aujourd'hui encore trop souvent méconnu.

Avec, entre autres, les œuvres de Jo Delahaut, Pol Bury, Marthe Wéry, Dan Van Severen, Amédée Cortier, Jean Rets, Gaston Bertrand, Luc Peire et Walter Leblanc

- **Vers midi :** fin

Départ à pied au restaurant (rue de Nimy) Vilaine Fille, Mauvais Garçon pour le repas (info: se trouve à 500m du musée)

- **repas :** mise en bouche, plat, dessert,2 verres de vin et café
- **14h30 :** fin de la journée

Le prix est de 47euros pp
à verser sur le compte BE 50 0680 6534 8018
Communication : BAM

CITY TRIP DE NOËL ET DU SOUVENIR

Prix : 999 euros/pp

PRAGUE & LA BOHEME

5 JOURS

LUNDI 01/12 au VENDREDI 05/12/14

Au cœur de l'Europe, Prague, «capitale magique de l'Europe», comme disait André Breton, a la capacité de transporter celui qui la découvre au sommet d'une exaltation romantique, proche de la douleur parfois. C'est en effet une ville magique, non seulement par la présence légendaire des alchimistes au XVI^e siècle, mais surtout par la persistance des témoignages de plusieurs cultures qui se sont interpénétrées en ses murs.
Blottie dans les méandres de la Vltava, tour à tour ville royale, cité impériale, bourgade provinciale assoupie, puis capitale renaissante d'un État moderne, Prague s'est façonné une image de «mère des villes», accumulant en couches successives un patrimoine architectural et artistique incomparable.

PROGRAMME :

1^er jour : Mons – Bruxelles - Prague.

Transfert de groupe à l'aéroport de Bruxelles. Envol pour Prague.
Accueil et installation à l'hôtel. Verre de bienvenue, présentation du séjour. Déjeuner à l'hôtel. Après le repas, en compagnie de votre guide découverte de Prague par le métro/tram : première visite en commençant par le centre historique : place de vielle ville avec l' hôtel de ville, horloge astronomique.. Dîner, logement.

2^e jour : Visite de Prague. Quartier du château.

Petit-déjeuner. Départ pour la visite du quartier du château de Hradczany. Monument caractéristique de Prague, cet ensemble situé sur les hauteurs de la ville abrite un ensemble de bâtiments somptueux : l'ancien palais royal, la cathédrale Saint-Guy et la basilique Saint-Georges la ruelle dorée. Déjeuner sur place. Après-midi poursuite de la visite par le fameux pont Charles : Edifice emblématique de Prague, bondé de touristes, le Pont Charles a été bâti en style gothique en 1347. Il est encadré par deux tours sombres de style gothique également et bordé de statues de pierre de style baroque. Dîner, logement.

3^e jour : Excursion : La Bohème – Nizbor – le château de Karlstejn.

Petit-déjeuner. Départ pour la visite d'une cristallerie. Fondée en 1903 dans la ville de Nižbor en Bohême centrale, la cristallerie familiale Rück fut comme beaucoup d'autres nationalisée en 1945. Exportant dans le monde entier et employant quelques 175 employés, la cristallerie a cependant conservé son caractère artisanal. Elle fabrique un large assortiment de produits en cristal de plomb soufflé, taillé, gravé ou peint à la main. Déjeuner. Puis visite du château de Karlsztejn. l'un des sites les plus importants du patrimoine tchèque: symbole de la puissance du royaume de Bohême au 14è siècle, le château-fort de Karlštejn fut construit par l'empereur Charles IV pour y garder les reliques les plus précieuses et les joyaux de

la couronne. Déjeuner sur place. Retour à Prague pour le dîner.

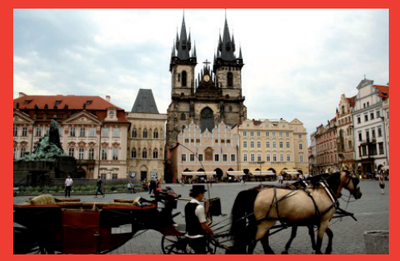
Soir : soirée au Théâtre Noir retour de nuit à l'hôtel.

4^e jour : Excursion au camp de concentration de Terezin.

Petit déjeuner. Départ pur la ville fortifiée de Terezin. En 1941, la population entière de Terezín est expulsée par la Gestapo, et la ville est transformée en camps de concentration notamment pour les juifs du territoire tchèque mais aussi, vers la fin de la guerre, des autres pays européens. Environ 150 000 juifs y furent déportés, un quart d'entre eux y périt, principalement à cause de conditions de vie très difficiles. 88 000 furent finalement déportés à Auschwitz et dans d'autres camps d'extermination. À la fin de la guerre, seulement 17 000 juifs qui sont passés par le ghetto de Terezín auront survécu. La visite de la petite forteresse et du musée du ghetto permettent d'appréhender toute l'horreur de cette tragédie. Déjeuner sur place. Après-midi retour à Prague. Temps libre sur la Marché de Noël de la vielle ville(féerique moment) Retour a l'hôtel ensuite dîner croisière sur la Moldau (Vltava) Logement.

5e jour : Prague – Bruxelles- Mons.

Petit-déjeuner. Matinée et repas libres. Suivant horaires Après-midi transfert à l'aéroport de Prague. Envol pour Bruxelles. Retour à Mons.



Le prix comprend :
- Transfert à l'aéroport de Bruxelles
- Vols a/r Bruxelles- Prague
- Verre de bienvenue.
- Logement en hôtel Jurys Inn ****
- Pension complète (hors boisson) du déjeuner de l'arrivée au petit-déjeuner du départ selon le programme.
- Repas sur le bateau croisière apéritif inclus.
- Guide local durant le séjour
- Entrées quartier du château
- Entrées Nizbor et Karlstejn
- Entrée au Camp de Terezin
- Spectacle au théâtre Noir
- Tickets de métro/tram
- Autocar pour les déplacements du programme
- Taxes d'aéroports (128 euros)
- TVA

Du 01/12 au 05/12/14 5 jours
Prix :
999 euros pp sur base de 20 personnes
une réduction de 50 euros pp sera accordée sur base de 30 personnes

Suppléments :
Chambres individuelles : 75 euros
Assurance annulation+assistance : 55 euros

à verser sur le compte BE 50 0680 6534 8018
COMMUNICATION PRAGUE

Acompte de 300 euros à verser sur le compte
BE 50 0680 6534 8018
Communication : Prague

Découvrez les meilleurs plans, les meilleures adresses, et toute l'actu de votre région.

PROXIMAG

Médi Confort

N'achetez plus sans nous consulter !

Service à domicile et LIVRAISON GRATUITE
Contact : Cathy Hallez
0473 / 57 46 58

Tout le matériel médical, le moins cher de la région !

3 magasins pour vous servir.
Bientôt 4 !

Ouverture prochaine à :
6060 Gilly
Rue de la Discipline 45A
071 / 41 26 86

7301 HORNU
Rue de la chapelle 13
065 / 60 16 89

7110 HOUDENG-GOEGNIES
Chaussée Paul Houtart 287
064 / 84 76 00

5060 TAMINES
Avenue des Français 7
071 / 74 42 20

www.mediconfort.be info@mediconfort.be

Pour les particuliers

SHIATSU

Le shiatsu est un art thérapeutique japonais qui permet à l'énergie de circuler de façon harmonieuse dans tout le corps. Il se pratique couché et habillé. Le praticien effectue principalement des pressions avec les paumes et les pouces sur les circuits d'énergie (méridiens), mais aussi des tractions, des secousses et des mobilisations sur le corps.

Ce travail envisage l'être humain dans toutes ses dimensions physique, émotionnelle, mentale et spirituelle. L'un des aspects du traitement est de procurer détente, bien-être.
Au-delà, un réel travail thérapeutique va stimuler les capacités naturelles d'auto-guérison, d'harmonisation et de régénération du corps, dans toutes ses dimensions.

Le shiatsu, pourquoi ?

- Douleurs au dos, à la nuque, aux épaules.
- Dépression, angoisse, stress
- Désordres digestifs
- Insomnie
- ...

Pour les entreprises

Différents services sont proposés aux entreprises

Massage assis - Cours de yoga - Cours de taï chi - Shiatsu - Do-in - coaching professionnel

Visitez notre site ou contactez nous pour recevoir plus d'informations

Quentin Van Hecke est praticien-thérapeute en shiatsu reconnu par la Fédération Belge de Shiatsu et la Fédération Européenne de Shiatsu

tanShi

www.tanShi.be
info@tanShi.be
+32 85 255 414
+32 477 515 014

PLEIN FEUX SUR LE PORTUGAL

Prix : 1.568 euros

Reste quelques places !

Renseignez-vous !

Dates du 22/09 au 29/09/2014

8 JOURS / 7 NUITS

PROGRAMME : sur demande ou via le site

Prix : 1.568 euros
Taxes d'aéroports de 112 euros comprises
Suppl. chambre Individuelle : + 220 euros

Acompte de 470 euros pp
à verser sur le compte BE 50 0680 6534 8018
COMMUNICATION : PORTUGAL

LE LOGEMENT INTERGÉNÉRATIONNEL

UNE RICHESSE POUR TOUS

SENIORS : NE RESTEZ PLUS SEULS, RECEVEZ UN ÉTUDIANT...

Mons: 0478 77 76 44 / www.1toit2ages.be

L'ASBL 1 TOIT 2 ÂGES PROPOSE :

- DE VOUS RENCONTRER PERSONNELLEMENT.
- DE SÉLECTIONNER LES CANDIDATS.
- DE METTRE EN RELATION DES SENIORS ET DES JEUNES DONT LES ATTENTES SONT COMPATIBLES.
- DE SUIVRE TOUT AU LONG DE L'ANNÉE CHACUN DES BINÔMES.

2 FORMULES
SONT À VOTRE DISPOSITION

FORMULE 1

LOGEMENT ÉCONOMIQUE. L'ÉTUDIANT VERSE 180 EUROS/MOIS
PRÉSENCE RÉGULIÈRE DE L'ÉTUDIANT LE SOIR, LA NUIT ET SERVICES RENDUS : FAIRE DES COURSES, FERMER LES VOLETS, INITIER AUX NOUVELLES TECHNOLOGIES...

FORMULE 2

LOGEMENT AVEC LOYER . L'ÉTUDIANT VERSE 200 À 300 EUROS/MOIS
AUCUN ENGAGEMENT DE LA PART DE L'ÉTUDIANT, SI CE N'EST UNE PRÉSENCE RASSURANTE DANS LA MAISON...

UNE ADHÉSION ANNUELLE À L'ASBL (DE 200 À 300 EUROS EN FONCTION DE LA FORMULE CHOISIE) EST DEMANDÉE POUR COUVRIR LES FRAIS DE FONCTIONNEMENT.

europe direct Hainaut

Relais d'information officiel des Institutions européennes en Hainaut

Vous recherchez des informations et de la documentation sur l'Union européenne?

Vous désirez vous abonner à notre Lettre d'information gratuite « Rencontre avec l'Europe » ?

Vous désirez visiter et découvrir le Quartier européen à Bruxelles. Chaque année, à l'occasion de la journée portes ouvertes des Institutions européennes, nous organisons au mois de mai un déplacement en car au départ d'une ville en Hainaut. Vous êtes intéressés?

Europe Direct Hainaut
rue de Nimy 46 - 7000 MONS
0800 90 274 (n° gratuit) - europedirect@hainaut-developpement.be
www.europedirecthainaut.be - www.hainaut-developpement.be

Rejoignez nous sur Facebook: www.facebook.com/europedirecthainaut

CONTACTEZ NOUS! 0800 090 274
Tous nos services sont gratuits!

avec le soutien financier et du SPF affaires étrangères de la Commission européenne

Chaussée du Roi Baudouin 276c, à 7030 Saint-Symphorien 065. 31.60.65 www.bc-relax.com

Business Center BC Relax

Centre de Bien-être Spécialisé

Equilibre Harmonie Mieux-être

Jeunesse – Esthétique – Santé – Sérénité

En partenariat avec l'UTL Mons, le BC-Relax vous propose :

une découverte multi-sensorielle dans les **seules grottes de sel** de la région

séances de détente, ateliers anti-stress, soins esthétiques, massages,

25% de réduction sur nos tarifs (hors promo) aux membres UTL Mons

TESTEZ UNE
RELAXATION EN CAVERNE SALINE ET FAUTEUILS MASSANT à MAX 4 PERSONNES : 50€/4pers

Infos tél 065.31.60.65 site www.bc-relax.com

Osez franchir le pas POUR VOTRE SANTÉ AU QUOTIDIEN

Mons événement
INTERNATIONAL de la Santé

Venez découvrir ces exercices millénaires chinois de santé, enseignés gratuitement les jeudis midis par deux professeurs diplômés, au Domaine Provincial du Bois d'Havré. (Hainaut Sports)

Journée Mondiale du Taichi et Qigong à Mons
. Dimanche 4 mai – **Entre 10h et 16h.**
Initiations, démonstrations, conférences...
OUVERT À TOUS

Forum Européen Qigong de Santé à Mons
> 10 au 15 juillet 2014.
. Jeudi 10
Conférences : Le Qigong, la culture chinoise, la santé
(Avec la participation de l'Observatoire de la Santé du Hainaut et de l'UMONS)
. Vendredi 11
Grande journée d'initiations et de démonstrations publiques
. Samedi 12
Rencontres indviduelles
. Dimanche 13
Rencontres de groupes - Soirée de GALA
. Lundi 14
Journée des Communautés Européennes
. Mardi 15
Passage des examens officiels

Avec le soutien de
Province de HAINAUT

www.healthqigongbelgium.be **INFOS** www.taichi-qigong.be

MONS

European Tournament and Exchange
Mons 10-15 July 2014

NB: Les cartes achetées hors UTL ne vous couvrent pas en cas d'accident.

NOUVEAU !

STRETCHING POSTURAL ET MOUVEMENTS LENTS

Le lundi, cours donné par Monsieur Florent Thiry (entraineur sportif) et le jeudi par Monsieur Eddy Mazlout (éducateur spécialisé en activités socio-sportives)

Lieu : Maison Provinciale des Sports,
Domaine provincial du Bois d'Havré,
rue St Antoine, 1 - 7000 Havré (Mons)

Dates : tous les lundis et jeudis ouvrables de 16h30 à 17h30 en dehors des congés et vacances scolaires. Fin des cours le 26 et le 30 juin. Reprise en septembre.

Sujet : méthode personnelle de gym douce alternant les postures et les mouvements lents avec prise de conscience de la respiration pour un relâchement optimal.

Pour qui : toute personne de 45 ans et (beaucoup) plus qui souhaite retrouver, maintenir ou améliorer son élasticité musculaire et son amplitude articulaire.

Comment : pieds nus ou sandales souples vêtements amples pour ne pas entraver certains mouvements.

YOGA

Par Madame Cornez Agnès, professeur

Lieu : Dance Center, avenue Maistriau 56 à 7000 Mons

Dates : Tous les mercredis de 9h30 à 10h30.
Fin des cours le 25 juin. Reprise en septembre.
La première séance est gratuite.

Ces deux activités sont accessibles **à tous les membres en règle de cotisation** moyennant l'achat d'une carte de 10 séances pour la somme de 30 euros à payer sur le compte UTL : BE 50 0680 6534 8018 indiquant le nom, le prénom et l'activité : Yoga ou Stretching

ACTIVITÉS SPORTIVES

TAI CHI CHUAN et QI GONG

ARTS DE SANTÉ ET DE BIEN-ÊTRE CHINOIS,

Par Madame Pascale Ruelle, Diplomée de L'université des Sports de Pékin et de l'Ecole Belge DYSG, par la Fédération Internationale de Qi Gong de la Santé et par la Fédération Chinoise de Wushu en Tai Chi.

Lieu : Maison Provinciale des Sports,
Domaine provincial du Bois d'Havré,
rue Sainte- Antoine,1 - 7000 Mons
Cours séparés, débutants et avancés

Dates : les jeudis de 12 à 13 h.
Fin des cours le 26 juin. Reprise le 18 septembre.

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN

Par Madame Cherifi

Lieu: Maison Provinciale des Sports, Domaine provincial du Bois d'Havré, rue Sainte- Antoine, 1 - 7000 Mons

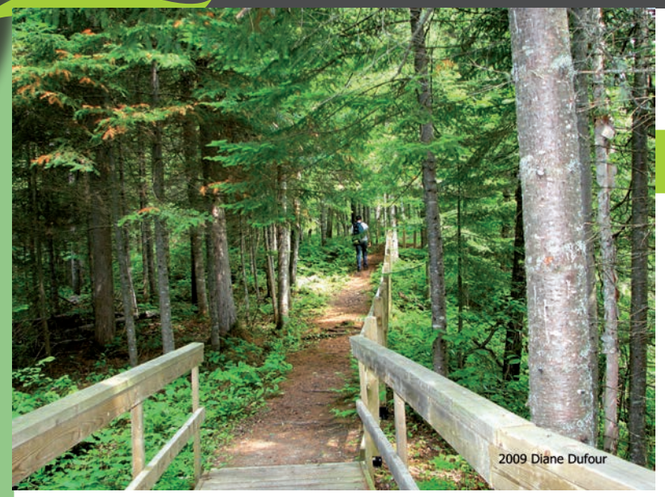
Dates : les jeudis de 14h45 à 16h00.
Fin des cours le 26 juin. Reprise en septembre.

Ces deux activités font l'objet d'une convention avec la Maison Provinciale des Sports donc accessibles gratuitement à tous les membres en règle de cotisation.
NB : entre les deux activités, possibilité de se restaurer au mess situé sur le site avec plat à 5 euros plus boisson.

Tenue pour ces 2 cours : un simple training ou un collant avec un tee-shirt et des chaussures de sport à semelles blanches qui n'ont pas été à l'extérieur afin de protéger le parquet du hall omnisports.

Agenda des randonnées

- 7 mai
  ECAUSSINNES LALAING
  Rue du Moulin 1 (après Café Moulin du Fief)
- 14-mai
  LOCQUIGNOL (FR) F 59530
  Forêt de Mormale D 33, Route du Quesnoy
- 21-mai
  EXCURSION
- 28-mai
  QUEVY LE GRAND
  Parking du cimetière, rue G. Tondeur
- 4-juin
  GHLIN Moulineau
  rue du Festy (Chapelle)
- 11-juin
  STAMBRUGES
  Eglise, rue J. Taulet
- 18-juin
  LE ROEULX
  Place, Hôtel de Ville
- 25-juin
  POMMEROEUL
  Eglise, Place des Hautchamps
- 2-juil
  THIEUSIES
  Eglise et Place
- 9-juil
  SAINT-DENIS
  Rue de la Filature 12
- 16-juil
  THORICOURT
  Eglise, Place Obert de Thieusies
- 23-juil
  HARVENG
  Place et église, rue de la Commune
- 30-juil
  HAVRE
  Place d'Havré et église
- 6-août
  SILLY
  Place communale et église
- 13-août
  CAMBRON ST VINCENT
  Place de Cambron St Vincent et église
- 20-août
  BONNE ESPERANCE Abbaye
  à Vellereille les Brayeux
- 27-août
  BRAY Village
  Rue des Combattants



RANDONNÉES PÉDESTRES

3 circuits proposés :

- 5 kms Monsieur Laloux (0479/36.62.42)
- 8 kms avec Monsieur Crépin (0478/53.16.08)
- 10 kms avec Messieurs Dujacquier (0472/48.13.32) et Pirenne (0498/50.78.41)

ATTENTION : Nous rappelons qu'il est important de respecter le CODE DE LA ROUTE, panneaux de signalisation, signaux lumineux, injonctions des agents qualifiés pour participer à ces randonnées pédestres, et ce, pour votre propre sécurité, mais aussi pour être couvert par notre assurance en cas de problème et notamment en ce qui concerne l'article suivant:
ART 42 : les groupes de piétons conduits par un guide peuvent circuler sur la chaussée, ils doivent dans ce cas emprunter le côté droit. Toutefois, les groupes de piétons composés de cinq personnes et plus accompagnés d'un guide peuvent également emprunter le côté gauche de la voirie, dans ce cas, ils doivent marcher en file indienne.

Tous les départs ont lieu à 14h30
Être en ordre de cotisation et présenter sa carte de membres sur demande.

Journée Inter-UTD du Hainaut au pays des Collines

Lundi 12 mai

Le Pays des Collines est un pays de légende, de bocage et de bosquets qui rehausse le plat pays qu'est la Wallonie picarde.
On y croise des sorcières et on y produit du lait d'ânesse et des fromages savoureux…

AU PROGRAMME :

Rendez-vous à **10h** Place de Buissenal (7911 Buissenal) pour une promenade de 6km dans un paysage vallonné et bucolique.

Frasnes-lez-Buissenal est un village au relief accidenté, situé au sud des Collines et adossé au Pays Vert. Il offre une succession permanente de points de vue superbes et invite à la découverte de multiples facettes de la région : fermes dispersées, bois, sentiers, chapelles, paysages des collines et bocagers.

12h15 : Déjeuner au restaurant «Au p'tit Rieu» (Rue Grandieu, 19A 7911 Frasnes-lez-Anvaing)

Au Menu :
Apéritif Maison
Salade de Scampis
Rôti de dinde, légumes de saison, croquettes
Profiteroles
Café
¼ de vin et eau à table

15h : promenade digestive à Anvaing
Rendez-vous à la maison du village d'Anvaing (Drève du Château, 1A à 7910 Anvaing)
Cette promenade est un véritable moment de détente qui vous invite à découvrir de beaux points de vue sur le château d'Anvaing, château du XVIème siècle et propriété du comte Philippe de Lannoy.
A la fin de la promenade, les organisateurs de la maison du village d'Anvaing vous accueilleront pour y prendre un verre.

Coût : 28 euros par personne
à verser sur le compte de l'UTL BE50 0680 6534 8018

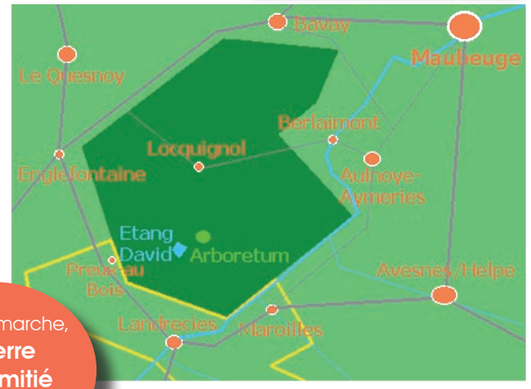
MARCHE dans la Forêt de Mormal LOCQUIGNOL (France)

PARTENARIAT
dans le cadre de
avec UTL Maubeuge
Mons 2015

Le 14 mai

- **RENDEZ VOUS A L'AEDEC HYON PARKING**
  (entrée rue du BY) **à 13h20**
- **départ à 13h30** (distance vers le rendez vous +-70 km)
- le covoiturage est possible
- le rendez-vous en France : Pâtures d'Haisne à Locquignol (rue du Quesnoy) sur le parking
- le départ des marches est à 14h30
- 3 circuits possibles : 5-8-10 km

Nous espérons vous y voir nombreux !



Après la marche, **le verre de l'amitié** sera offert par l'UTL MAUBEUGE

Marche nordique

Envie de bouger autrement ?

Pratiquez la

Marche nordique
au parcours santé du bois d'Havré

La marche nordique vous apporte :
- un bien être pour le corps et l'esprit
- une remise en forme
- une amélioration de la posture
- un renforcement de la musculature
- une amélioration du système cardio-vasculaire
- un meilleur équilibre...

Que de bienfaits !
Avec **Anne Lallemand** diplômée par la Ligue Francophone Belge de Marche Nordique
Licenciée en éducation physique et en kinésithérapie

Les cours se donnent dans la convivialité au sein d'un petit groupe afin de vous donner un enseignement de qualité.

Prochaines séances :
- la séance découverte peut être suivie par un cycle de 6 séances d'initiation
- la durée de la séance est d'environ 1h30
- les bâtons vous sont prêtés
- animations et groupes sur demande

Le prix pour la séance découverte est de 5 euros pour 1h30.

Nouvelle initiation :
- **dès le samedi 26 avril sur Bon-Secours,**
- **le 4 mai sur Mons-Havré.**

Inscription obligatoire.
Découvertes et initiations régulières

Par après, le cycle de 6 séances d'initiation (1h30) est de 60 euros pour les 6 séances.

NB : Être en règle de cotisation.

Renseignements : GSM: 0498 74 89 10 - Fixe : 065 34 87 22
lallemand.anne@yahoo.fr - www.anne-marchenordique.be

Cours de guide nature

COURS à la carte

Lieu : sauf avis contraire, les cours théoriques se donnent à la Faculté polytechnique de Mons.
En ce qui concerne les cours pratiques, des déplacements sont prévus tant en Belgique qu'à l'étranger.

Dates : les samedis hors vacances scolaires de 9h30 à +/- 15h.

Sujets: botanique, sylviculture, ornithologie, mammalogie, mycologie, géologie, préhistoire locale, pédologie, herpétologie, entomologie, législation forestière, cartologie, bryologie, lichenologie, malacologie,...
Vous désirez suivre les cours à la carte, prévenez à l'avance au 0475/34.54.78.

Coût : 10 euros la séance à payer sur place.

L'asbl Malogne hébergée par le service de géologie Fondamentale et appliquée de l'Umons vous propose une formation de deux années en sciences naturelles et géologiques.
Ces cours de guides-natures peuvent déboucher sur une connaissanceau niveau de la région wallonne comme Guide Découverte de la Nature.

Dates	Thèmes	Intervenants
10/05/2014	Micropaléontologie (cours) + Héribus (terrain)	Th. Mortier, C. Cornet
17/05/2014	Hydrogéologie	L. Licour
24/05/2014	Géologie stratigraphique (terrain, région de Couvin)	Th. Mortier
OU	Géologie du Borinage et du Bois de Colfontaine	N. Dupont
7/062014	Botanique (organographie, travaux pratiques)	P. Martin
OU	Sylviculture	D. Stradiot
14/06/2014	Le Tertiaire du Mont-Saint-Aubert (terrain)	Th. Mortier
21/06/2014	Législation forestière (cours + terrain)	Y. Thiempont, P. Martin, Th. Mortier
OU	Le Dévonien de la vallée de la Trouille (après-midi)	Th. Mortier
28/06/2014	Tectonique de la région de l'Abbaye d'Aulne	Th. Mortier
25/08 au 29/08/2014	Bourgogne centrale	Th. Mortier

RÉSERVEZ EN SÉCURITÉ

Modalités pour voyages, excursions :

- le paiement de l'excursion ou de l'acompte pour un voyage fait office de réservation
- le pourboire du chauffeur n'est pas compris dans le prix des excursions et voyages. Pour votre information, il est coutume de prévoir un forfait de 1,25 euros/pers/jour. (cela reste facultatif et à votre libre appréciation).
- les heures peuvent parfois varier.
- pour les voyages, une réunion d'information sera organisée avant chaque départ pour les personnes inscrites.
- les acomptes à payer sont toujours par personne.
- merci de mettre votre ceinture dans le car.
- les conditions relatives aux désistements sont disponibles en nos bureaux.
- lors du paiement d'un acompte pour un voyage, veuillez nous signaler si vous désirez une chambre single.
- si la personne qui partage votre chambre annule son voyage et/ou qu'on ne trouve personne, il sera demandé de payer le supplément single.
- la 1° place dans le car est toujours réservée pour l'accompagnant.
- pour les voyages, il est possible qu'une tournante dans le car soit mise en place (hors accompagnant).

Réglement en matière d'inscription aux excursions:

Lors d'un désistement :

- le jour même : aucun remboursement
- dans la semaine qui précède le déplacement : remboursement à 100% si liste d'attente, dans les autres cas, pas de remboursement
- si vous avez du retard le jour de l'excursion (panne, trafic...), merci de nous prévenir afin de ne pas retarder le groupe.

Sans nouvelles de votre part, le car part automatiquement après 5 minutes. Aucun remboursement possible.

NB : en prenant, un voyage, une excursion avec nous, c'est pour voyager en groupe et non pour nous quitter à un certain moment de la journée.
Si vous quittez le groupe, vous ne serez pas couvert par l'assurance. D'autre part, le groupe n'attendra pas votre éventuel retard pour poursuivre le programme prévu

Possibilité de souscrire

UNE ASSURANCE POUR CHAQUE VOYAGE

(à souscrire dès le paiement de l'acompte pas après).

Modalités pour les cours, séminaires, conférences :
Merci de laisser l'endroit et les commodités propres à votre départ. Merci de ranger votre chaise.

Modalités générales :
Si vous n'êtes pas membres de l'UTL et/ou achetez des cartes en dehors de l'UTL, vous ne serez pas couvert en cas d'accident.

Valable pour tous les voyages :
Une fois votre acompte payé, vous recevrez une fiche d'inscription (à nous renvoyer complétée et signée). Par après, nous confirmerons(ou non) votre voyage suivant la place disponible.

En cas de surbooking, nous nous baserons sur l'ordre d'arrivée des paiements d'acompte

MODALITÉS D'INSCRIPTION

1. DROIT D'INSCRIPTION MEMBRE :
- 12 euros ou 20 euros (couple)
- 10 euros demandeur d'emploi, AWIPH, étudiant
- Accès à toutes les activités payantes ou non, possibilité d'assister aux conférences les mardis après-midi moyennant 4 euros d'entrée

2. ACCÈS À UNE CONFÉRENCE (mardi après-midi) SANS ÊTRE MEMBRE : 6 EUROS

NB : tous nos prix sont donnés par personne, la carte de membres est valable jusque fin août 2014

**CES DROITS COMPRENNENT UNE ASSURANCE RESPONSABILITE CIVILE ET ACCIDENT CORPOREL.
L'ENVOI DES BULLETINS D'INFORMATION ET LA DELIVRANCE D'UNE CARTE D'ETUDIANT.**

Vous devez être membre pour participer à nos activités sauf mentions contraires.

N° du compte UTL :

Iban : BE50 0680 6534 8018 – Bic : GKCCBEBB

Coordinateur : Frédéric Patty – Email : frederic.patty@hainaut.be
Secrétaire : Julie Furet – Email : julie.furet@hainaut.be

UTL Mons
45, Avenue d'Hyon – 7000 Mons
Tél/fax : 065/31.15.70
GSM: 0477/45.36.44 (Mr. Patty) – 0470/03.98.95 (Mlle. Furet)
Email: utl.mons@hainaut.be
www.utlmons.be

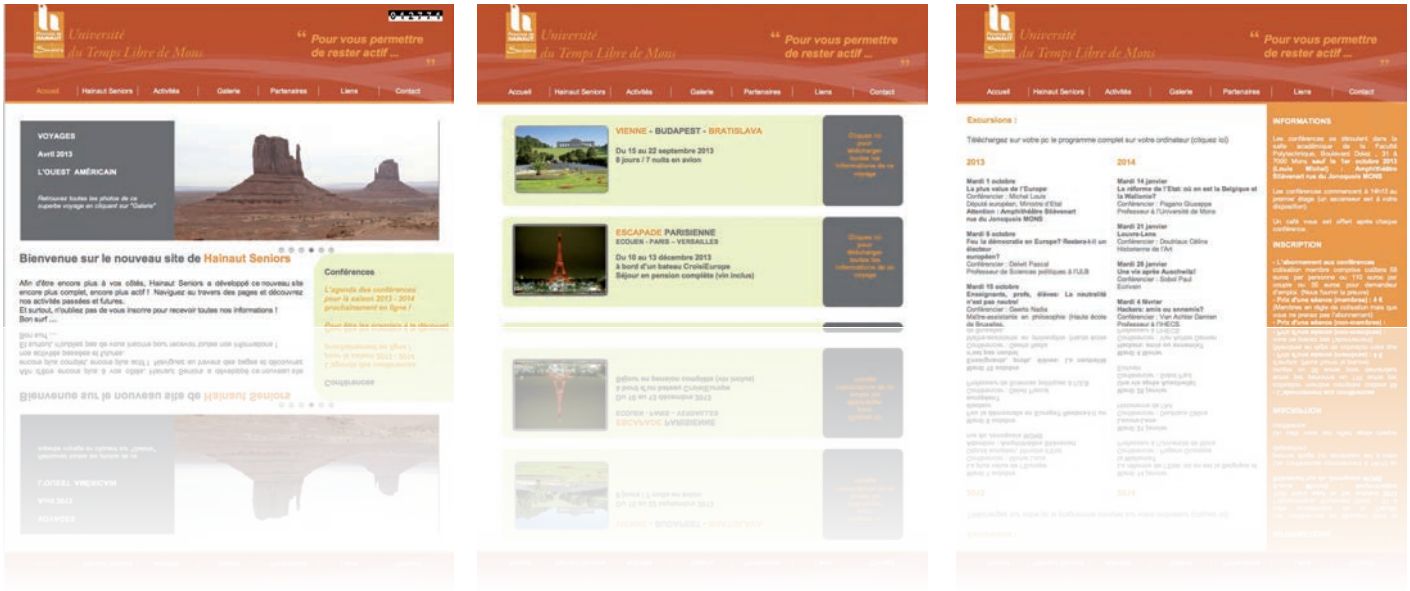
Pour votre information, la prochaine brochure sortira en septembre 2014

**Suite à de nombreux abus, des contrôles réguliers sont mis en place.
Toute personne en défaut de cotisations devra automatiquement payer 30 euros.**

DÉCOUVREZ LE NOUVEAU SITE
de UTL Mons Hainaut Seniors

Inscrivez-vous pour connaître toutes nos activités

www.utlmons.be



Téléchargez & imprimez notre magazine
et le détail de nos activités pour plus de facilité !

Université du Temps Libre de Mons organisée par la Direction Générale des Affaires Sociales de la Province de Hainaut et l'Institut Europeen Interuniversitaire de l'Action sociale.

Une initiative de la Province de Hainaut