



UNIVERSITÉ MARTÉGALE DU TEMPS LIBRE

NEWSLETTER OCTOBRE 2018

### INFOS SAISON 2018-2019

La majorité de nos activités démarre la première semaine d'octobre. Vous pouvez encore vous inscrire ! Le détail de chaque atelier est directement consultable sur [www.umtl.fr](http://www.umtl.fr)



© Folémour - TCM - 2010

### CINÉMA

**Cinémathèque Prosper Gnidzaz**  
4, rue du Colonel Denfert - Ferrières  
15 h - entrée libre

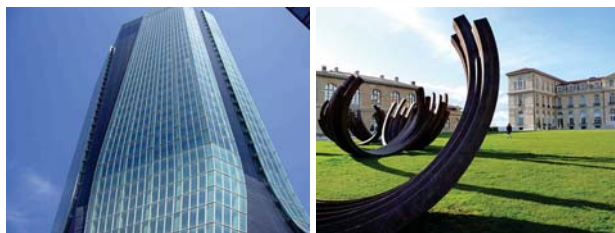
#### Cycle « Silence, on rit ! »

Présenté par Laura Vichi, docteur en Histoire du cinéma, intervenante UMTL

**vendredi 5 octobre 2018**

« Il était une fois... le petit monde de Don Camillo » de Hubert Niogret (2010)

PARTENARIAT



### SORTIE

Départ en bus de tourisme : 9 h  
Maison du Tourisme Martigues

#### ■ Archéologie provençale

avec Dominique Berthout, archéologue et spécialiste du patrimoine provençal, intervenant UMTL

**vendredi 12 octobre 2018**

**Marseille** (journée)

Tarif : 34 € (repas non compris)

Le siège d'EuroMéditerranée et la maquette de la ville, Les Catalans, le parc et le palais du Pharo, les proches alentours : une visite de Marseille sous le signe du développement historique !



### STAGES

#### ■ Yoga et relaxation

**23/25/26 octobre 2018**

Intervenante : Gaël Le Bellegui

**Kyusho Dojo - 4, bd Édouard Herriot - Jonquières**

15 h 30 à 17 h 30 ou 18 h 30 à 20 h 30

Tarif : 42 € (3 séances)

Vous pratiquerez des postures de yoga permettant des étirements doux, des respirations lentes et profondes, des concentrations à partir des sens (vue, ouïe, toucher) et des exercices issus d'autres techniques de relaxation comme la méthode Jacobson ou la méthode Vittoz. Vous expérimenterez le yoga nidra, véritable voyage intérieur. Pour une pratique autonome chez soi, des exercices simples vous seront transmis (supports fournis).

#### ■ Danse de salon : tango / paso-doble

**samedi 17 novembre 2018**

Intervenante : Lydie Chabeaudie

**Maison des Associations - Ferrières**

**Matin : 9 h à 12 h / Après-midi : 14 h à 17 h**

Tarifs : 25 € (demie journée) / 40 € (journée)



### CONFÉRENCE

**mercredi**

**21 novembre 2018**

**Salle des conférences**

**Hôtel de ville**

18 h - entrée libre

#### « Ça pète, ça canonne, ça chantonne... »

**Paysages musicaux de la Grande Guerre**

Présentée par Françoise Espitalier, professeure de musique

Dans le fracas des bombes qui rend sourd, le poilu, terré dans sa tranchée, chante, écrit des chansons, fabrique des instruments de musique, tandis que dans la capitale on se délecte de récitals de chansonniers, d'opérettes, d'opéras et que les compositeurs savants produisent beaucoup pour un public pas toujours concerné par la Grande Guerre. Deux mondes cohabitent sans se connaître.

Rejoignez-nous sur Facebook !

