



Programme des cours de l'Unipop Hérens



Artisanat et créativité

DÉCO NATURE : Pâques ambiance nature

Chaque saison la nature nous offre ses couleurs et ses différents végétaux!
Donnons-leur une deuxième vie à travers des créations personnalisées!

Réalisation d'une déco pascale avec la magie du printemps.

Date du cours	Jeudi, 5 avril 2012 à 19h30
Durée	1 cours de 2h30
Prix	25 CHF
Date limite d'inscription	09.09.2011
Salle	Salle de Cartonnage CO Hérens Rez 1982 EUSEIGNE
Animateur(s)	Rey Rita (027 458 42 53)

Céramique (Février)

Venez découvrir les joies de la céramique.

Du bol à la théière, en passant par la sculpture figurative ou abstraite, si vous souhaitez exprimer votre créativité, Mathilde, céramiste diplômée, vous attend pour découvrir les joies du travail de l'argile, dans un cadre sympathique et chaleureux.

Elle vous propose des cours pour tous les niveaux, basés sur les techniques de modelage (colombins – plaques – pinching - estampage) où vous vous familiariserez avec la terre et créerez des pièces uniques issues de votre imagination.

Deux tours sont à la disposition de ceux et celles qui le souhaitent.

Son objectif est d'apporter la solution technique la mieux adaptée à la réalisation de l'objet imaginé par chacun que cela soit dans le façonnage ou dans le décor."

www.atelier-pied-a-terre.com

Date du cours	Lundi, 13 fév. 2012 à 13h30
Durée	10 cours de 2h30
Prix	200 CHF (10 cours)
Date limite d'inscription	27.01.2012
Salle	Salle de céramique CO Hérens 1982 Euseigne
Animateur(s)	Roux Mathilde (078 674 54 77)
Personne responsable	UNIPOP HERENS (027/281.20.04)

Culture

Cor des Alpes

- 1 - Initiation au cor des alpes (même sans connaissance de solfège ni d'instrument)
- 2 - Perfectionnement (pour ceux qui jouent déjà).

Ce cours fait partie de la formation prévue dans le cadre du Groupement du Valais romand.

Date du cours	Jeudi, 2 fév. 2012 à 19h30 (Soirée d'information et de planification des cours)
Durée	10 cours de 1h00
Prix	100 CHF ((matériel non compris))
Date limite d'inscription	25.01.2012
Salle	Salle de gymnastique Ancienne Ecole primaire Centre médico-social 1982 Euseigne
Animateur(s)	Dayer Placide

Informatique

Informatique - Avancés -

Approfondissement des logiciels Word, Excel et PowerPoint ainsi que le "surf" sur internet.

Date du cours	Mercredi, 14 mars 2012 à 19h30
Durée	6 cours de 2h30
Prix	120 CHF
Date limite d'inscription	09.09.2011
Salle	Salle d'informatique Sous-sol CO Hérens 1982 EUSEIGNE
Animateur(s)	Carruzzo Mathieu (079 288 22 15)
Personne responsable	UNIPOP HERENS (027/281.20.04)

Nature

Taille d'Hiver

Théorie et pratique concernant la taille des arbres fruitiers, arbustes, rosiers. Les participants possédant des arbres et acceptant d'accueillir le groupe sont priés de le mentionner sur le bulletin d'inscription. Rendez-vous à Vex sur la place de la salle de Gymnastique. Prenez un pique-nique.

Date du cours	Samedi, 31 mars 2012 à 09h00
Durée	1 cours de 7h00
Prix	50 CHF
Date limite d'inscription	09.09.2011
Animateur(s)	Thurre Benoît (027 398 18 41)
Personne responsable	UNIPOP HERENS (027/281.20.04)

Santé et Bien-être

L'autre monde

Le monde invisible est invisible parce que nous utilisons seulement nos yeux. Les présences ne sont que des entités que nous avons aimées. Vous pouvez aider une âme qui habite un corps, pourquoi pas une qui n'en a plus ? La plupart des âmes vont dans la Lumière. Il y en a toutefois qui ne la trouvent pas. Nous avons alors le sommeil difficile, des objets se déplacent parfois. Guider une âme dans la Lumière c'est acte d'amour. Par l'observation du ressenti de son corps : Comment approcher une âme ? Ressentir la présence d'entités divines. Comment utiliser un lieu sacré ? Initiation au passage d'âmes dans la Lumière. La mémoire des murs et les objets chargés.

Le cours est d'un niveau facile.

Date du cours	Lundi, 23 avril 2012 à 19h30
Durée	2 cours de 2h00
Prix	45 CHF
Date limite d'inscription	09.09.2011
Salle	Salle 12 1er étage CO Hérens 1982 EUSEIGNE
Animateur(s)	Evéquoz Damien Jérôme (079 612 20 50)
Personne responsable	UNIPOP HERENS (027/281.20.04)

Saveurs et senteurs

Atelier : Créer son parfum

En quelques minutes,

-Vous pénétrez dans le monde magique de la parfumerie.

-Vous découvrez son histoire millénaire et ses dernières tendances.

-Vous faites connaissance avec le monde des fragrances, des matières premières naturelles et synthétiques et vous apprenez leurs provenances et la manière de les récolter.

-Vous voyez comment se construit un accord de fragrances, comment naît un parfum.

-Vous exercez votre odorat et vous entrez dans la peau d'un parfumeur.

-Enfin, vous créez et rentrez chez vous avec un parfum (15 mL) original, unique.

Date du cours	Samedi, 28 avril 2012 à 09h00
Durée	1 cours de 3h00
Prix	50 CHF (+ 10 fr. pour la bouteille de parfum à payer sur place.)
Date limite d'inscription	09.09.2011
Animateur(s)	Goebbels Dietmar

Confection d'un repas printanier familial tout en saveurs et simplicité

Lors de ce cours vous apprendrez à confectionner un repas familial complet, de la salade au dessert, tout en respectant les quantités et la qualité des aliments mais aussi les bonnes associations dans l'assiette. Ce menu aura une note printanière avec les bons produits de nos vergers.

Date du cours	Mardi, 15 mai 2012 à 19h00
Durée	1 cours de 3h00
Prix	45 CHF (Frais de nourriture payés sur place)
Date limite d'inscription	09.09.2011
Salle	Réfectoire sous-sol CO Hérens 1982 EUSEIGNE
Animateur(s)	Délèze Fabienne (079 778 96 04)

Sports

Escrime, qui es tu ? De la théorie à la pratique.

L'escrime sous toutes ces coutures avec Jean-Pierre Torda Maître d'Armes de la S.E.SION et Tiffany Géroutet Championne du monde junior 2006 et numéro une suisse.

Après une mise en jambe théorique, vous aurez l'occasion de vous les dégourdir par une partie pratique en salle de gym.

Inscription obligatoire

Date du cours

Un samedi matin au printemps 2012

Durée

2h00

Date limite d'inscription

09.09.2011

Salle

Salle de Gymnastique

Rez

CO Hérens

1982 EUSEIGNE

Animateur(s)

Torda Jean-Pierre

Visites et randonnées

Visite du CERN

Visite du laboratoire européen pour la physique des particules, plus connue sous l'acronyme CERN .

Nous aurons l'occasion de pouvoir bénéficier d'une visite guidée qui nous permettra d'explorer des sites expérimentaux en surface afin de découvrir la recherche fondamentale au cœur du plus grand laboratoire de physique des particules du monde.

De plus nous pourrons visiter l'exposition l'Univers de particules qui nous fera explorer le monde des particules en nous plongeant dans une ambiance unique et spectaculaire.

L'exposition Microcosm nous proposera elle des animations « drôle de physique ».

Date du cours	Samedi, 24 mars 2012 à 08h00 (Départ de Vex à 8 h)
Durée	1 cours de 9h00
Prix	50 CHF (Y compris le repas de midi)
Date limite d'inscription	09.09.2011