



Programme des cours de l'Unipop Leytron



Artisanat et créativité

Porcelaine froide

Venez découvrir cette pâte magique appelée porcelaine froide. On la prépare soi-même avec de la colle et de la Maïzena. On peut la teinter selon son envie, et le modelage une fois terminé, sèche à l'air libre. Il est possible de modeler des objets décoratifs et utilitaires. Dans ce cours vous apprendrez à préparer et à utiliser la porcelaine froide et découvrirez les différentes techniques de modelage afin de préparer une jolie création de Noël !

Date du cours	Jeudi, 15 déc. 2011 à 19h00
Durée	2 cours de 3h00
Prix	70 CHF (adulte et ado)
Salle	Salle ACM Ecole primaire Route Romaine 1912 Leytron
Animateur(s)	Andenmatten Marie-Claude (027 323 53 39)
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Remarques	Matériel non compris: env. Fr. 15.--

Meubles en carton

Du projet jusqu'à la finition d'un meuble ou d'une table basse.

Date du cours	Mercredi, 11 jan. 2012 à 19h00 (adulte)
Durée	10 cours de 3h00
Prix	300 CHF
Salle	Salle ACM Ecole primaire Route Romaine 1912 Leytron
Animateur(s)	Egloff Rachel (079 681 57 04)
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Remarques	A prendre : un crayon, quelques feuilles A4 et une paire de ciseaux Matériel non compris : env. Fr. 35.--. Les papiers de finition ou peinture ne sont pas compris dans l'écolage.

Conférences

Les Dons d'organe

--

Date du cours	Jeudi, 24 nov. 2011 à 20h00
Durée	1 cours de 2h00
Prix	12 CHF
Date limite d'inscription	26.08.2011
Salle	Ancienne Eglise Route de Chamoson 2 1912 Leytron
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)

Les Energies renouvelables

--

Date du cours	Mercredi, 2 mai 2012 à 20h00
Durée	1 cours
Salle	Ancienne Eglise Route de Chamoson 2 1912 Leytron
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)

Culture

Toponymie : les lieux-dits de Leytron

Première approche des 900 noms de lieux de notre commune, situation et signification

Date du cours	Jeudi, 17 nov. 2011 à 20h00 (ado et adulte)
Durée	1 cours de 2h00
Prix	30 CHF
Salle	Salle du pavillon école primaire Route Romaine 1912 Leytron
Animateur(s)	Chatriand Théo (027 306 38 18)
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)

Divers

Présentation du métier de croupier professionnel

1er soir : visite et histoire du Casino, présentation du métier de croupier, travaux pratiques sur la dextérité
2ème soir : pratique du métier de croupier, présentation des règles et pratique du Black Jack et de la Roulette Anglaise

Date du cours	Mardi, 11 oct. 2011 à 19h00
Durée	2 cours de 3h00
Prix	70 CHF
Salle	Casino de Saxon
Animateur(s)	Idéal Events Sa Casino Formation
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)

Sachez défendre vos droits lors d'incapacités de travail, de licenciement

Exercices pratiques, explications

Date du cours	Mercredi, 9 nov. 2011 à 18h30 (adulte)
Durée	2 cours de 2h00
Prix	50 CHF
Salle	Salle du pavillon école primaire Route Romaine 1912 Leytron
Animateur(s)	Lovey Gérard (027 722 45 86)
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Remarques	Support de cours non compris: env. Fr. 5.--

Comment fonctionnent les différentes assurances privées et sociales

Module 1 - RC mobilier - ménage

Module 2 - Véhicules

Module 3 - AVS - AI - LPP - 3è Pilier

Module 4 - Protection juridique - rapatriement - annulation

Chaque module peut être suivi séparément

Date du cours	Mercredi, 11 jan. 2012 à 18h30 (adulte)
Durée	4 cours de 2h00
Prix	90 CHF (Chaque module CHF 35.--)
Salle	Salle du pavillon école primaire Route Romaine 1912 Leytron
Animateur(s)	Lovey Gérard (027 722 45 86)
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Remarques	Support de cours non compris: env. CHF 10.--

Réalisation documentaire HD. De la conception à la diffusion

Au moyen des équipements de la commission de Sauvegarde du Patrimoine de Leytron (SPL), le cours donne une formation de base à la réalisation documentaire en vidéo HD, de la conception d'un projet à sa diffusion en passant par le tournage et la post-production. Après une introduction, les participants regroupés en équipes de 2 ou 3 personnes, réalisent un projet documentaire en rapport avec le patrimoine, naturel ou culturel, de la commune de Leytron

Date du cours	Mardi, 17 avril 2012 à 20h00 (dernier cours 26 juin 2012)
Durée	11 cours de 2h00
Prix	400 CHF
Salle	Maison de Commune

Animateur(s)
Personne responsable
Remarques

Leytron
Salle de la SPL - 1er étage
1912 Leytron
Blanc Jean-François (079 643 26 48)
Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Cours de 20 x 2 heures - Les cours restants auront lieu entre septembre et novembre 2012

Informatique

B.a.ba de l'informatique : Windows et Internet

Environnement Windows et Internet.
Cours destinés aux vrais débutants.

Les 3 modules B.a.ba de l'informatique peuvent être suivis ensemble ou séparément.

Date du cours	Mercredi, 9 nov. 2011 à 16h00 (adulte)
Durée	2 cours de 2h00
Prix	50 CHF
Salle	Informatique Cycle d'orientation Route du Collège 5 A l'étage n°16 1912 Leytron
Animateur(s)	Roduit Chappaz Brigitte (027 746 24 59)
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Remarques	Matériel non compris : environ CHF 3.-

B.a.ba de l'informatique : Word

Apprendre à écrire une lettre, mettre en page un texte, insérer une image, changer de polices, copier/coller. Cours destiné aux vrais débutants.

Les 3 modules B.a.ba de l'informatique peuvent être suivis ensemble ou séparément.

Date du cours	Mercredi, 25 jan. 2012 à 16h00 (adulte)
Durée	2 cours de 2h00
Prix	50 CHF
Salle	Informatique Cycle d'orientation Route du Collège 5 A l'étage n°16 1912 Leytron
Animateur(s)	Roduit Chappaz Brigitte (027 746 24 59)
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Remarques	Matériel non-compris : Environ CHF 3.-

B.a.ba de l'informatique : Excel

Calculer : additionner, soustraire, multiplier, diviser.

Comment réaliser et présenter une facture avec plusieurs ventes. Préparer un budget, contrôler ses dépenses. Cours destiné aux vrais débutants.

Les 3 modules B.a.ba de l'informatique peuvent être suivis ensemble ou séparément.

Date du cours	Mercredi, 8 fév. 2012 à 16h00 (adulte)
Durée	2 cours de 2h00
Prix	50 CHF
Salle	Informatique Cycle d'orientation Route du Collège 5 A l'étage n°16 1912 Leytron
Animateur(s)	Roduit Chappaz Brigitte (027 746 24 59)
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Remarques	Matériel non-compris : environ CHF 3.--

Langues

Anglais II

Pre-Intermediate. Suite du cours Anglais I, pour élèves avec des bases CF level A2.

Date du cours	Mardi, 4 oct. 2011 à 18h30 (etc....dernier cours 3 avril 2012. Cours adulte)
Durée	20 cours de 1h30
Prix	300 CHF
Salle	Salle d'étude cycle d'orientation Route du Collège 5 Au rez n°19 1912 Leytron
Animateur(s)	Tamarcaz Karen
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Remarques	Matériel non compris : env. CHF. 60.00

Anglais Conversation - European level B1-B2 CEF level

Utilisez votre anglais dans une ambiance amicale. Bonnes bases nécessaires.

Date du cours	Mardi, 4 oct. 2011 à 20h00 (etc....dernier cours 3 avril 2012. Cours adulte)
Durée	20 cours de 1h30
Prix	300 CHF
Salle	Salle d'étude cycle d'orientation Route du Collège 5 Au rez n°19 1912 Leytron
Animateur(s)	Tamarcaz Karen
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Remarques	Support de cours non compris: env. CHF 60.--

Arabe

Initiation à la langue arabe avec objectif d'être capable de comprendre et d'utiliser des phrases faciles à lire et à écrire.

Date du cours	Jeudi, 10 nov. 2011 à 19h00
Durée	5 cours de 1h00
Prix	70 CHF
Salle	Salle d'étude cycle d'orientation Route du Collège 5 Au rez n°19 1912 Leytron
Animateur(s)	Hleihel Lina (079 579 24 38)
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Remarques	A prendre: crayon, stylo, cahier Support de cours non compris: env. CHF 85.--

La langue des signes

Comportement à avoir avec les personnes atteintes de surdité, alphabet manuel, les mimiques du visage, apprendre quelques phrases basiques.

Date du cours	Mardi, 28 fév. 2012 � 19h00
Durée	5 cours de 1h00

Prix **60 CHF**
Salle **Salle du pavillon école primaire**
Route Romaine
1912 Leytron
Animateur(s) **Fournier Leticia (079 586 91 04)**
Personne responsable **Chatriant Nathalie (027 346 36 33)**
Remarques **A prendre : de quoi prendre des notes**
Matériel non-compris : environ CHF 10.-

Suisse-allemand

Was hesch xeit ? Introduction dans le suisse-allemand.

Je pars 3 jours en Suisse-Allemande et j'aimerais me débrouiller dans la langue de nos compatriotes.

Date du cours **Mardi, 3 avril 2012 à 20h00 (ado et adulte)**
Durée **5 cours de 1h30**
Prix **85 CHF**
Salle **Salle d'étude cycle d'orientation**
Route du Collège 5
Au rez n°19
1912 Leytron
Animateur(s) **Sigrist Daniela (027 746 47 64)**
Personne responsable **Chatriant Nathalie (027 346 36 33)**
Remarques **A prendre: de quoi écrire**
Non-compris dans le prix du cours : évent. quelques photocopies

Plaisirs et détente

Apithérapie par le massage

Les bienfaits des produits de la ruche par le massage

Date du cours **Mercredi, 14 mars 2012 à 19h30 (ado et adulte)**

Durée **1 cours de 2h00**

Prix **30 CHF**

Salle **Salle du pavillon école primaire**

Route Romaine

1912 Leytron

Animateur(s) **Roduit Marylise (079 514 10 43)**

Personne responsable **Chatriant Nathalie (027 346 36 33)**

Santé et Bien-être

Étude géobiologique de votre habitat

Vous avez un projet de construction ou souhaiteriez savoir si votre habitat est sain au niveau des rayonnements telluriques. C'est l'occasion d'avoir l'analyse de celui-ci : ondes nuisants à la santé, courants d'eau, failles, réseaux Hartmann; vous apprendrez à les détecter déjà sur plans puis en pratique. Je vous apprendrai une méthode efficace pour harmoniser vous-même votre habitat.

Date du cours	Mercredi, 8 fév. 2012 à 19h30 (adulte)
Durée	3 cours de 2h00
Prix	70 CHF (niveau facile)
Salle	Salle du pavillon école primaire Route Romaine 1912 Leytron
Animateur(s)	Évéquoz Damien (079 612 20 50)
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Remarques	Pendules et baguettes de détection à disposition des participants. Les participants peuvent prendre le plan de leur habitat s'ils en ont un, sinon ils feront un croquis au cours.

Découverte du yoga

Le yoga est une des voies permettant l'épanouissement de l'être humain grâce à ses exercices spécifiques. Les objectifs sont de fortifier en dialoguant avec le corps, de s'éduquer à la respiration, d'être attentif à soi-même.

Date du cours	Vendredi, 28 oct. 2011 à 20h00 (ado et adulte)
Durée	5 cours de 1h00
Prix	70 CHF
Salle	Salle de yoga Route de Riddes 12 bât. TV Bridy 1912 Leytron
Animateur(s)	Rey Fabienne
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Remarques	A prendre: habits confortables et amples et une couverture

Les cinq Tibétains No 2

Reprise du cours No 1 et autres exercices de bien-être.

Date du cours	Mardi, 24 jan. 2012 à 19h00 (ado et adulte)
Durée	3 cours de 1h00
Prix	70 CHF
Salle	Salle de chant Cycle d'orientation Route du Collège 5 Au sous-sol n°23 1912 Leytron
Animateur(s)	Fäh Ursi (077 413 68 70)
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Remarques	Matériel pour le participant : vêtements confortables

Les cinq Tibétains No 1

Quelques minutes par jour pour cinq exercices physiques qui augmentent notre énergie vitale, agissent sur tous les chakras ou centre énergétique du corps. L'âge et l'état de santé ne sont pas importants.

Date du cours	Mardi, 7 fév. 2012 à 19h00 (ado et adulte)
Durée	3 cours de 1h00
Prix	70 CHF
Salle	Salle de chant Cycle d'orientation Route du Collège 5 Au sous-sol n°23 1912 Leytron
Animateur(s)	Fäh Ursi (077 413 68 70)
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Remarques	Matériel pour le participant : vêtements confortables

Le yoga des yeux

Les yeux peuvent être "rééduqués" comme d'autres parties du corps. Amélioration de la vue, "disparition" de migraines, irritations et d'autres problèmes liés aux yeux, fatigue oculaire en cas de "stress" visuels (ordinateurs, lumière artificielle, ...). Quelques exercices à apprendre et à pratiquer souvent !

Date du cours	Vendredi, 30 mars 2012 à 19h00 (ado et adulte)
Durée	1 cours de 2h00
Prix	30 CHF
Salle	Salle de yoga Route de Riddes 12 bât. TV Bridy 1912 Leytron
Animateur(s)	Rey Fabienne
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Remarques	A prendre: habits confortables et amples, une couverture (enlever verres de contact et maquillage).

Le yoga des yeux (suite et révision)

Revoir pour mieux intégrer les exercices du cours "le yoga des yeux"

Date du cours	Vendredi, 27 avril 2012 à 20h00 (ado et adulte)
Durée	1 cours de 1h00
Prix	20 CHF
Salle	Salle de yoga Route de Riddes 12 bât. TV Bridy 1912 Leytron
Animateur(s)	Rey Fabienne
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Remarques	A prendre: habits confortables et amples, une couverture (enlever verres de contact et maquillage).

Saveurs et senteurs

Cuisine chinoise

Buffets d'apéritifs chinois :

- Toast de crevettes aux sésames
- Ailerons de poulet au miel
- Salade "Mandarin"
- Salade de nouilles aux crevettes et aux légumes
- Salade de fruits à l'orientale

- Salade de poissons frits
- Filet de porc laqué à la Cantonaise
- Filet de poulet croustillant et riz créole
- Feuilleté à l'ananas

Date du cours	Lundi, 24 oct. 2011 à 18h30 (adulte)
Durée	2 cours de 3h00
Prix	70 CHF
Salle	Cuisine
	Cycle d'orientation
	Route du Collège 5
	1912 Leytron
Animateur(s)	Tinguely Kim Minh (027 395 35 49)
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Remarques	A prendre: un tablier, des linges de cuisine et des récipients Marchandise non comprise: env. CHF 15.- /cours

Cuisine thaïlandaise

Buffets d'apéritifs thaïlandais :

- Salade de canard aigre-piquante
- Rouleaux de crevettes pimentés aux cacahouètes
- Porc au Satay
- Nouilles de riz sautées (Pad thai)
- Flan à la noix de coco

- Salade de papaye aux crevettes
- Poisson au curry vert
- Cuisses de poulet rôties au cognac
- Boeuf sauté au curry de Panang
- Crêpes fourrées à la banane

Date du cours	Lundi, 21 nov. 2011 à 18h30 (ado et adulte)
Durée	2 cours de 3h00
Prix	70 CHF
Salle	Cuisine
	Cycle d'orientation
	Route du Collège 5
	1912 Leytron
Animateur(s)	Tinguely Kim Minh (027 395 35 49)
Remarques	Matériel pour le participant : un tablier Matériel non compris env. CHF 35.-/cours

Cuisine vietnamienne

- Soupe Tonkinoise "Pho" au boeuf
- Brochette de poulet à la citronnelle

- Travers de porc aux 5 épices et riz créole
- Beignets d'ananas

- Salade de choux au poulet
- Calamars frits et chip de banane plantin
- Nouilles de riz sautées au boeuf
- Flan à la noix de coco

Date du cours **Lundi, 16 avril 2012 à 18h30 (adulte)**
 Durée **2 cours de 3h00**
 Prix **70 CHF**
 Salle **Cuisine**
Cycle d'orientation
Route du Collège 5
1912 Leytron

Animateur(s) **Tinguely Kim Minh (027 395 35 49)**
 Personne responsable **Chatriant Nathalie (027 346 36 33)**
 Remarques **A prendre: un tablier, des linges de cuisine et des récipients**
Marchandise non comprise: env. Fr. 15.-/cours

Cuisine japonaise & indonésienne

Cuisine japonaise :

- Raviolis frits aux crevettes
- Saumon au Teriyaki
- Roulé de boeuf aux légumes et riz
- Salade de fruits exotiques au Saké

Cuisine indonésienne :

- Poisson au curry à la mode de Sumatra
- Brochettes de boeuf à la Balinaise
- Canard à la Balinaise
- Légumes sautés aux cacahuètes et riz
- Salade de fruits en papillotes

Date du cours **Lundi, 7 mai 2012 à 18h30 (ado et adulte)**
 Durée **2 cours de 3h00**
 Prix **70 CHF**
 Salle **Cuisine**
Cycle d'orientation
Route du Collège 5
1912 Leytron

Animateur(s) **Tinguely Kim Minh (027 395 35 49)**
 Remarques **Matériel pour le participant : un tablier**
Matériel non compris entre CHF 15 et 20.-/cours

Le poisson

Préparation de terrine, tartare, carpaccio, vélines, papillotes....

Date du cours **Jeudi, 1 déc. 2011 à 19h00**
 Durée **1 cours de 2h00**
 Prix **30.00 CHF**
 Salle **Cuisine**
Cycle d'orientation
Route du Collège 5
1912 Leytron

Animateur(s) **Cleusix Fabien (079 305 86 48)**

Personne responsable
Remarques

Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
**A prendre: un tablier, des linges de cuisine, papier alu et sulfurisé, des
verrines, un plat ou assiette, une terrine**
Marchandise non comprise: env. Fr. 40.-

Cuisine savoyarde

Tartiflettes, diots etc....

Date du cours

Mercredi, 25 jan. 2012 à 18h30

Durée

2 cours de 2h00

Prix

60 CHF

Salle

Cuisine

Cycle d'orientation

Route du Collège 5

1912 Leytron

Animateur(s)

Ringgenberg Christian (079 225 09 53)

Personne responsable

Chatriant Nathalie (027 346 36 33)

Remarques

Prévoir un montant pour la marchandise. Sera précisé à la confirmation.

A prendre : tablier de cuisine

Les ateliers du chocolat

1er soir : truffes et pralinés

2ème soir : confection et moulage

Date du cours

Mercredi, 21 mars 2012 à 19h30 (adulte)

Durée

2 cours de 1h30

Prix

40 CHF

Salle

Chemin du Stand 7

Animateur(s)

Bovier Marilyn (079 685 26 09)

Personne responsable

Chatriant Nathalie (027 346 36 33)

Remarques

Marchandise non comprise: env. Fr. 40.--

Education

STEP - Parents...un vrai défi !

Vous souhaitez : établir avec vos enfants une relation basée sur le respect mutuel, la collaboration et l'encouragement ; apprendre à vos enfants à coopérer, à prendre leurs responsabilités et ainsi développer leur confiance en eux ; aider vos enfants à devenir des adultes responsables ; les amener à se sentir aimés et à être capables de démontrer leur amour

Date du cours	Mercredi, 21 sept. 2011 à 20h00
Durée	7 cours de 2h00
Prix	250.00 CHF (adulte)
Salle	Salle du pavillon école primaire Route Romaine 1912 Leytron
Animateur(s)	Jaggy Bruttin Joëlle (027 744 21 66)
Personne responsable	Chatriant Nathalie (027 346 36 33)
Remarques	A prendre: de quoi écrire Fr. 320.-- pour les couples