

L'association UTL "Arts et Découvertes" organise un après-midi

**"portes ouvertes" le samedi 31 août** de 14h à 17 h30 au foyer rural de Pujols sur Ciron.

De nombreux ateliers sont proposés dans le but de se cultiver, éveiller sa curiosité, entretenir sa forme physique, s'adonner à des activités artistiques, développer et cultiver son bien-être, se distraire, et aussi créer.

En outre l'association programme des cycles de conférences diverses, des sorties culturelles et des voyages.

### **Programme après-midi du 31 août**

**Venez tester gratuitement...**

14h15 : Yoga

15h00 : Sophrologie

16h30 : Musicothérapie énergétique

17h15 : Connaissance de soi par l'activité artistique

Nous espérons que vous viendrez nombreux découvrir, vous renseigner, tester, et peut-être vous inscrire dans notre association.

Cet après-midi « portes ouvertes » sera clôturée par une **conférence à 18 h**, (entrée 3€) pendant laquelle Madame Catherine VILLEGER, conseillère chez Ondorama, nous parlera de **"Pourquoi et comment réduire son exposition aux ondes électromagnétiques"**. "Nos modes de vie actuels sont façonnés par la technologie. Il est vital de prendre le temps d'évaluer l'impact de ces nouvelles technologies sur nos vies et notre santé afin de déterminer le niveau d'exposition acceptable. Solution : pratiquer l'hygiène électromagnétique. "

A l'issue de la conférence et pour des échanges chaleureux, nous terminerons avec des friandises offertes par l'association.

Ci-joint le flyer de la conférence.

### **Les activités de L'UTL Arts et Découvertes se déclinent en 3 pôles :**

- 1) **Le pôle culturel** : histoire de l'art, écoute de la musique, initiation à la physique quantique, astronomie, conférences et cycle de conférences à thème, philosophie, voyage, sorties culturelles concert et théâtre, aquarelle, atelier culinaire, rencontres littéraires pour tous, troc de plantes, atelier jardinage...

Renseignements : 06 83 37 00 67 ou 06 82 01 39 09

- 2) **Le pôle bien-être, environnement et solidarité** : yoga du rire, méditation, musicothérapie énergétique, yoga, sophrologie, Qi Gong, création artistique, ateliers « mieux-être et environnement », conférences, mémoire en jeu, journée « gratuité ».

Renseignements : 06 07 79 61 85 ou 06 76 00 09 95 ou 06 07 03 96 70

3) **Le pôle petite enfance** : dédié aux enfants de moins de 3 ans accompagnés d'un adulte.

Partage et amusement pour s'éveiller à la musique, le chant, les contes et comptines ainsi que la découverte de l'anglais.

Renseignements : 06 98 84 87 76 ou 06 75 18 53 54