



Programme des cours de l'Unipop Chamoson



Artisanat et créativité

Customiser vos habits

Par une nouvelle technique de sérigraphie, vous apprendrez à customiser vos habits avec des pochoirs et peintures pour tissus.

Date du cours	Mercredi, 25 avril 2012 à 19h30
Durée	1 cours de 3h00
Prix	35.00 CHF (+ matériel entre Fr 25.-)
Date limite d'inscription	25.03.2012
Salle	Chamoson
Animateur(s)	Baumgartner Christine (027 346 62 40)
Personne responsable	Monnet Danièle (027 306 19 06)

Poupée Gorguss en porcelaine sur un cadre

Réalisation d'un cadre avec une poupée en porcelaine froide pour un cadeau de naissance ou une décoration d'intérieur

Pour suivre ce cours il faut avoir fait le cours débutant

Date du cours	Lundi, 6 fév. 2012 à 19h00
Durée	1 cours de 3h00
Prix	30.00 CHF (+ matériel Fr 10.-)
Salle	Chamoson
Animateur(s)	Andenmatten Marie-Claude (027 323 53 39)
Personne responsable	Monnet Danièle (027 306 19 06)

Arrangement exotique

Evasion garantie avec cet arrangement exotique en fleurs fraîches

Date du cours	Mardi, 17 avril 2012 à 20h00
Durée	1 cours de 2h00
Prix	20.00 CHF (+ matériel Fr. 30.00)
Date limite d'inscription	10.02.2012
Salle	LAE p'Tites Fleurs à Chamoson
Animateur(s)	Oggier-Carruzzo Laetitia (027 306 35 67)
Personne responsable	Monnet Danièle (027 306 19 06)

Découverte des enduits stucs italiens B

Ce cours a pour but de vous initier à la préparation et l'application d'enduits muraux à l'aspect de marbre, à partir de produits traditionnels : chaux, poudre de marbre, et pigments.

Date du cours	Mardi, 8 mai 2012 à 20h00
Durée	1 cours de 2h00
Prix	25.00 CHF (+ matériel Fr 25.- environ)
Salle	Chamoson
Animateur(s)	Pottier Hasselsweiler Christelle (079 377 84 91)
Personne responsable	Monnet Danièle (027 306 19 06)

Réalisation d'un tableau décoratif en tadelakt marocain B

Découverte du travail avec enduit de chaux de Marrakech spécialement adapté aux salles d'eau
Travail sur échantillon brique de terre cuite

Le tadelakt est un enduit fait uniquement de chaux de Marrakech, généralement appliqué dans les salles de bain car imperméable. Pour cette initiation, nous travaillerons sur un support fermacell et préparerons un tableau décoratif. Le 2ème jour, serrage au savon noir à l'huile d'olive. Technique du sgraphitto : incision au ciseau à bois, dessin au choix. Rénovation possible de vos murs avec cette méthode

Date du cours	Mardi, 24 avril 2012 à 20h00 (1 cours de 2 h et 1 cours de 1 h 30)
Durée	2 cours de 2h00
Prix	50.00 CHF (+ matériel Fr 30.- environ)
Salle	Chamoson
Animateur(s)	Pottier Hasselsweiler Christelle (079 377 84 91)
Personne responsable	Monnet Danièle (027 306 19 06)

Langues

Anglais 1ère année B

Niveau A1. Débutants.
Apprentissage avec accent sur l'oral.

Date du cours	Mercredi, 14 déc. 2011 à 19h00 (tous les mercredis)
Durée	10 cours de 1h00
Prix	170.00 CHF (par série de 10 cours +Fr 15.- (livres et CD))
Salle	Ecole St-Pierre-de-Clages
Animateur(s)	Bolomey Jane (027 306 80 18)
Personne responsable	Maillard-Koller Sandra (027 306 71 19)

Anglais 2ème année B

Niveau A1. Suite de la 1ère année.
Apprentissage et exercices avec accent sur l'oral.

Date du cours	Jeudi, 15 déc. 2011 à 20h00 (tous les jeudis)
Durée	10 cours de 1h00
Prix	170.00 CHF (par série de 10 cours + Fr 15.- livre et CD)
Salle	Ecole St-Pierre-de-Clages
Animateur(s)	Bolomey Jane (027 306 80 18)
Personne responsable	Maillard-Koller Sandra (027 306 71 19)

Anglais 3 ème année B

Niveau A2. Suite de la 2ème année.
Apprentissage et exercices avec accent sur l'oral.

Date du cours	Jeudi, 15 déc. 2011 à 19h00 (tous les jeudis)
Durée	10 cours de 1h00
Prix	170.00 CHF (par série de 10 cours + Fr 15.- livre et CD)
Salle	Ecole St-Pierre-de-Clages
Animateur(s)	Bolomey Jane (027 306 80 18)
Personne responsable	Maillard-Koller Sandra (027 306 71 19)

Anglais 4 ème année B

Niveau B1. Suite de la 3ème année.
Apprentissage et exercices avec accent sur l'oral.

Date du cours	Lundi, 5 déc. 2011 à 19h15
Durée	10 cours de 1h00
Prix	170.00 CHF (+ matériel Fr 15.- livre et CD)
Date limite d'inscription	01.09.2011
Salle	Ecole St-Pierre-de-Clages
Animateur(s)	Bolomey Jane (027 306 80 18)
Personne responsable	Maillard-Koller Sandra (027 306 71 19)

Anglais 5 ème année B

Niveau B1/B2. Suite de la 4ème année.
Apprentissage et exercices avec accent sur l'oral.

Date du cours	Mardi, 6 déc. 2011 à 19h30
Durée	10 cours de 1h00
Prix	170.00 CHF (+ matériel Fr 15.- livre et CD)
Salle	Ecole St-Pierre-de-Clages
Animateur(s)	Bolomey Jane (027 306 80 18)
Personne responsable	Maillard-Koller Sandra (027 306 71 19)

Espagnol 1 ère année B

Suite de la série A

Niveau A1. Débutants- aucun prérequis nécessaire.

Vocabulaire ciblé autour des vacances. Présentations, voyages, hôtel, restaurant, au garage, chez le médecin etc...

Date du cours	Mercredi, 11 jan. 2012 à 20h30
Durée	10 cours de 1h00
Prix	170.00 CHF (/série de 10 cours + matériel Fr. 10.00)
Salle	Chamoson
Animateur(s)	Ledo Susana (027 321 26 17)
Personne responsable	Milici-Cleusix Géraldine (079 405 41 59)

Saveurs et senteurs

Cuisine créative

Menu 1 : Roulée de courgettes à la truite fumée – Feuilletée de lapin à la sauge et graines de moutardes – Moelleux au chocolat et coulis de fruits.

Menu 2 : St-Jacques grillés au thym – Filet de Bœuf sauce café – Poire et sa crème d'amandes aux pistaches.

Menu 3 : Paupiettes de poissons aux 3 poivrons – Filet de dinde aux asperges et morilles – Fraises au vin et à l'orange

Date du cours	Lundi, 12 mars 2012 à 19h00
Durée	3 cours de 4h00
Prix	125.00 CHF (+ matériel Frs 90.- environ)
Date limite d'inscription	20.02.2012
Salle	CO Leytron
Animateur(s)	Chatriant Dominique (027 744 12 29)
Personne responsable	Maillard-Koller Sandra (027 306 71 19)

Verrines salées d'été A

Capuccino méditerranéen – Melon dans tous ses états – Quinoa aux poivrons et les 3 autres verrines très rafraîchissantes seront une surprise de notre prof....

Date du cours	Lundi, 23 avril 2012 à 19h30
Durée	1 cours de 3h00
Prix	30.00 CHF (+ matériel 15.-)
Date limite d'inscription	20.03.2012
Salle	Foyer Pierre-Olivier à Chamoson
Animateur(s)	Chatriant Dominique (027 744 12 29)
Personne responsable	Crittin Brigitte (079 362 63 62)

Les poissons B

Papillote de filet de truite – Tresse de sole au muscat – Nage de loup safrané – Tartare de saumon.

Date du cours	Lundi, 16 avril 2012 à 19h30
Durée	1 cours de 3h00
Prix	30.00 CHF (+ matériel Fr 15.-)
Date limite d'inscription	20.03.2012
Salle	Foyer Pierre-Olivier à Chamoson
Animateur(s)	Chatriant Dominique (027 744 12 29)
Personne responsable	Crittin Brigitte (079 362 63 62)

Les salades un vrai repas A

Pour des journées caniculaires un repas rafraîchissant et complet comme par-exemple

La salade de poulet et ses herbes ou la salade de roulade de saumon et toujours les surprises de notre cheffe.

Date du cours	Lundi, 7 mai 2012 à 19h30
Durée	1 cours de 3h00
Prix	30.00 CHF (+ matériel Fr 15.-)
Date limite d'inscription	07.04.2012
Salle	Foyer Pierre-Olivier à Chamoson
Animateur(s)	Chatriant Dominique (027 744 12 29)
Personne responsable	Crittin Brigitte (079 362 63 62)

Les salades un vrai repas B

Pour des journées caniculaires un repas rafraîchissant et complet comme par-exemple

La salade de poulet et ses herbettes ou la salade de roulade de saumon et toujours les surprises de notre cheffe.

Date du cours	Lundi, 4 juin 2012 à 19h30
Durée	1 cours de 3h00
Prix	30.00 CHF (+ matériel Fr 15.-)
Date limite d'inscription	04.05.2012
Salle	Foyer Pierre-Olivier à Chamoson
Animateur(s)	Chatriant Dominique (027 744 12 29)
Personne responsable	Crittin Brigitte (079 362 63 62)

Buffet d'apéritif thaïlandais

Chou farci au poulet à la vapeur – Rouleaux de crevettes pimentés aux cacahuètes – Agneau au Satay – Salade de canard aigre-piquante

Date du cours	Lundi, 30 avril 2012 à 19h30
Durée	1 cours de 3h00
Prix	27.00 CHF (+ matériel Fr 15.-)
Date limite d'inscription	20.03.2012
Salle	Foyer Pierre-Olivier à Chamoson
Animateur(s)	Tinguely Kim Minh (027 395 35 49)
Personne responsable	Crittin Brigitte (079 362 63 62)

Cuisine Thaï A

Menu : Salade de poisson aigre-piquante – Crevettes et calamars au riz – Viande sautée aux nouilles de riz (Pad thai) – Crêpes fourrées à la banane

Date du cours	Lundi, 11 juin 2012 à 19h30
Durée	1 cours de 3h00
Prix	27.00 CHF (+ matériel Fr 15.-)
Date limite d'inscription	10.05.2012
Salle	Foyer Pierre-Olivier à Chamoson
Animateur(s)	Tinguely Kim Minh (027 395 35 49)
Personne responsable	Crittin Brigitte (079 362 63 62)

Cuisine Thaï B

Menu : Soupe de crevettes aux nouilles – Poisson à la mangue et aux légumes – Bœuf sauté aux pak-choi – Bananes à la noix de coco râpées

Date du cours	Lundi, 18 juin 2012 à 19h30
Durée	1 cours de 3h00
Prix	27.00 CHF (+ matériel Fr 15.-)
Date limite d'inscription	15.05.2012
Salle	Foyer Pierre-Olivier à Chamoson
Animateur(s)	Tinguely Kim Minh (027 395 35 49)
Personne responsable	Crittin Brigitte (079 362 63 62)

Accords mets et vins

Dégustations de bouchées gourmandes en accords avec les vins

Cette soirée est ouverte à tous, du dégustateur novice au dégustateur confirmé.

Date du cours	Mercredi, 16 mai 2012 à 19h00
---------------	--------------------------------------

Durée	1 cours de 2h00
Prix	20.00 CHF (+ matériel Fr 40.-)
Date limite d'inscription	15.10.2011
Salle	Chamoson
Animateur(s)	Linder Marie (078 673 66 00)
Personne responsable	Milici-Cleusix Géraldine (079 405 41 59)

Sciences

Quel avenir pour les oiseaux des Alpes ?

On vient à la montagne rechercher le contact avec une nature sauvage et intacte. Pourtant, même dans ces lieux soi-disant préservés, les oiseaux sont souvent confrontés aux marques de notre civilisation. Qui sont ces oiseaux? Quelles sont leurs exigences? Comment cohabitent-ils avec nous? A la lumière de quelques exemples, nous tracerons les principaux enjeux de la protection des oiseaux de montagne, plus que jamais d'actualité.

Date du cours	Mardi, 17 avril 2012 à 20h00
Durée	1 cours de 1h30
Prix	15.00 CHF
Date limite d'inscription	04.05.2011
Salle	Chamoson
Animateur(s)	Posse Bertrand (027 723 17 22)
Personne responsable	Milici-Cleusix Géraldine (079 405 41 59)

Sports

Pilates A

Les participants (hommes ou femmes) pratiquent des exercices couchés, à plat ventre... assez lent en prenant conscience des muscles profonds. La ceinture abdominale est bien travaillée, ainsi que la souplesse.

Date du cours	Lundi, 26 sept. 2011 à 18h00
Durée	10 cours de 1h00
Prix	100.00 CHF
Salle	Chamoson
Animateur(s)	Marmy Stéphanie (027 746 18 79)
Personne responsable	Monnet Danièle (027 306 19 06)

Zumba A

Il faut l'admettre : faire de l'exercice a des effets bénéfiques sur la santé et est enrichissant. On peut faire de l'exercice de nombreuses manières, mais personne n'a jamais trouvé cela très exaltant... jusqu'à aujourd'hui !

Entretenez votre forme et votre vitalité grâce à la Zumba, savant mélange de cours de Fitness et de danse latine. Ce programme euphorisant allie des mouvements d'aérobic à des musiques latines endiablées, dans le seul but de vous donner l'envie de bouger. Telle est la raison de ce succès !
C'est tout simplement le programme le plus fun qui soit !

Date du cours	Jeudi, 22 sept. 2011 à 19h00 (10 cours)
Durée	10 cours de 1h00
Prix	100.00 CHF (/par série de 10 cours)
Salle	Chamoson
Animateur(s)	Francey-Teti Ornella (079 370 18 13)
Personne responsable	Milici-Cleusix Géraldine (079 405 41 59)

zumba suite

Venez découvrir la façon de faire du sport en dansant sur des musiques

Date du cours	Jeudi, 15 mars 2012 à 19h00
Durée	7 cours de 1h00
Date limite d'inscription	10.03.2012
Salle	Chamoson
Animateur(s)	Liguori Eléonore (076 586 28 03)
Personne responsable	Milici-Cleusix Géraldine (079 405 41 59)

Unipop Juniors

Décoration de la Fête des Mères (12-16 ans)

Réalisation d'une décoration originale pour la Fête des Mères

Date du cours	Mercredi, 2 mai 2012 à 13h30
Durée	1 cours de 1h30
Prix	15.00 CHF (+ matériel Fr 20.-)
Salle	LAE p'Tites Fleurs à Chamoson
Personne responsable	Maillard-Koller Sandra (027 306 71 19)

Décoration pour l'entrée (6 à 11 ans)

Cette décoration pour la porte d'entrée incluant le nom de la famille habitant les lieux sera réalisée par votre enfant et pourrait faire l'objet d'un cadeau aux grands-parents.

Les enfants jusqu'à la 3ème primaire y compris doivent être accompagnés d'un adulte

Date du cours	Mercredi, 21 mars 2012 à 16h30
Durée	1 cours de 1h30
Prix	15.00 CHF (+ matériel Fr 15.-)
Salle	LAE p'Tites Fleurs à Chamoson
Animateur(s)	Oggier-Carruzzo Laetitia (027 306 35 67)
Personne responsable	Maillard-Koller Sandra (027 306 71 19)

Peinture arborigène dès la 3ème primaire

Votre enfant fabriquera la peinture qu'il utilisera ensuite pour réaliser une peinture arborigène

Date du cours	Mercredi, 8 fév. 2012 à 14h00
Durée	1 cours de 2h00
Prix	20.00 CHF (+ matériel Fr 10.- environ)
Date limite d'inscription	14.04.2011
Salle	Chamoson
Animateur(s)	Pottier Hasselsweiler Christelle (079 377 84 91)
Personne responsable	Monnet Danièle (027 306 19 06)