

## **APR-UQAM**

### **Programme des activités sociales pour le trimestre d'hiver 2008**

1. L'inscription aux activités se fait auprès du Bureau de diplômés, au 514-987-3098.
2. En vous inscrivant à une activité, mentionner que vous êtes membre de l'APR-UQAM, ce qui vous donnera droit au tarif des membres de Synergies 50+.
3. L'inscription n'est officielle que lorsque payée. Une annulation n'entraînera un remboursement que si une autre personne sur la liste d'attente peut assister à l'activité.
4. Pour les derniers renseignements, aller sur Internet à l'adresse [http://www.diplomes.uqam.ca/uqam\\_generations/activites\\_generations\\_2008.htm](http://www.diplomes.uqam.ca/uqam_generations/activites_generations_2008.htm)

#### **»»»» Atelier d'écriture spontanée : Explorer les genres littéraires**

L'atelier d'écriture spontanée est une activité de loisir qui stimule la production de textes courts pour le plaisir d'écrire, de s'affirmer et de se faire connaître de façon originale. Il vise le développement de la créativité dans un climat convivial. Chacun des 8 ateliers explore des genres littéraires différents et est constitué de trois ou quatre exercices d'écriture spontanée.

Seul préalable : Aimer écrire.

Animatrice : **Marie Dupuis**

Date : du 29 janvier au 18 mars 2008, de 9 h à 12 h

Endroit : UQAM  
Pavillon Maisonneuve, salle B-3180  
405, boulevard de Maisonneuve Est, Montréal

Nombre de participants : 12 personnes (max.)

Prix : 120 \$ membres de Synergie 50+, diplômés  
150 \$ non membres

#### **»»»» Conférence : Immigrant dans son propre pays**

La retraite a été perçue pour moi, comme pour beaucoup d'autres, semblable à l'arrivée d'un immigrant en pays étranger. La perte des liens professionnels et des liens affectifs survenus rapidement m'a plongé dans un monde jusqu'alors inconnu. Nous avons dû faire face à plusieurs attitudes sociales dont nous n'avions jamais entendu parler : préjugés, indifférence, infantilisation, sentiments d'inutilité, autant de stéréotypes qui constituent les bases de l'âgisme, fléau de notre société. Le but de notre conférence sera de décrire notre expérience ainsi que la lutte entreprise contre ce mal social, en fondant l'Observatoire Vieillesse et Société.

Conférencier : **André Davignon**, MD, FRCD, Professeur émérite, Univ. de Montréal  
Directeur de l'Observatoire Vieillesse et Société

Date : le 30 janvier 2008, de 13 h 30 à 16 h

Endroit : UQAM -- Salle des Boiseries (salle J-2805), Pavillon Judith-Jasmin  
405, rue Sainte-Catherine Est, Montréal

Prix : 10 \$ membres de Synergie 50+, diplômés  
15 \$ non membres

### »»» Opéra : Le Barbier de Séville

Sur une même scène : la crème de la génération lyrique montante et l'un des plus grands rossiniens de l'heure !

Le barbier Figaro doit aider le comte Almaviva à gagner le coeur de la belle Rosine, sauf que.....  
Du Rossini à son meilleur : pétillant, désopilant, rebondissant. un contrepoint de finesse et d'humour qui reprend vie dans cette production de l'Opéra de Montréal.

*Il barbiere di Siviglia* - Opéra bouffe en deux actes, livret de Cessare Sterbini, d'après la comédie de Pierre de Beaumarchais. -- En italien, avec surtitres français et anglais.

Date : le 6 février 2008  
Cocktail : 19 h, Foyer Lapalme  
Concert : 20 h

Endroit : Salle Wilfrid-Pelletier, Place des Arts  
175, rue Sainte-Catherine Ouest, Montréal

Prix : 39 \$ (taxes incluses)

### »»» Concert : Récital Karina Gauvin et Marie-Nicole Lemieux

Un des points culminants de la 10<sup>e</sup> saison de la société musicale André-Turp réunit les deux grandes vedettes actuelles de la scène lyrique québécoise, la soprano Karina Gauvin et la contralto Marie-Nicole Lemieux. Elles seront accompagnées, sur la scène historique du Monument-National, par le pianiste Michael McMahon. Le programme offre une sélection d'œuvres de Claude Debussy et Gabriel Fauré et des lieder de Hahn Schumann, interprétés en solo ou en duo.

Date : le 10 février 2008 à 14 h 30  
Endroit : Salle Ludger-Duvernay  
Monument National  
1182, boul. Saint-Laurent, Montréal  
Tél. : 514-871-9883

Prix : 25 \$ membres de Synergie 50+, diplômés  
40 \$ non membres  
34 \$ aînés 65 ou plus

### »»» Conférence : Les grandes étapes de l'évolution de l'humanité

Le développement de l'urbanisation à travers l'histoire de l'humanité a suivi des étapes très précises et il a été marqué par l'existence de trois grands corridors de développement. Le conférencier retracera l'évolution du phénomène urbain suivant ses grands axes et ses moments charnières.

Conférencier : **Luc-Normand Tellier**  
Professeur, Département d'études urbaines et touristiques de l'UQAM

Date : le 27 février 2008, de 13 h 30 à 16 h  
Endroit : UQAM -- Salle des Boiseries, J-2805, Pavillon Judith-Jasmin  
405 rue Sainte-Catherine Est, Montréal

Prix : 10 \$ membres de Synergie 50+, diplômés  
5 \$ non membres

## »»» Concert : Musique en Apéro -- Le Berlin des années 20

Concert suivi d'une dégustation de vins et fromages

Programme : Oeuvres de Paul Hindemith, Friedrich Holländer, Fritz Kreisler et Kurt Weill

Artistes invités : **Stéphane Aubin**, piano; **Marc Denis**, contrebasse; **Martin Foster**, violon; **Dominique Primeau**, chant.

Date : le 13 mars 2008 à 18 h

Endroit : UQAM -- Salle Pierre-Mercure, Centre Pierre-Péladeau  
300, boulevard de Maisonneuve Est, Montréal

Prix : Concert et dégustation : 40 \$ par personne  
60 \$ pour deux personnes  
30 \$ étudiants et aînés  
Concert seulement : 20 \$ par personne  
15 \$ étudiants et aînés

## »»» Journée Mieux-être : Le plaisir

De nos jours, de plus en plus de gens sont insatisfaits, frustrés et même violents. Le manque de plaisir ou la difficulté d'en ressentir est souvent à la base de ces émotions négatives. D'où l'importance de comprendre les liens existants entre le plaisir et la santé, l'absence de plaisir et la maladie et ce, tant du point de vue physique que mental. Au cours de cette journée, vous recevrez de l'information sur le plaisir et la place qu'il occupe dans la recherche du bonheur et de l'équilibre ainsi que les effets néfastes du déplaisir. Vous aurez à réfléchir sur de courts extraits de textes et à en discuter. Des exercices axés sur la découverte de soi ainsi que le visionnement d'un documentaire sont également au programme, le tout se déroulant sous le signe du plaisir et de la bonne humeur.

Conférencière et formatrice : **Linda Massie**

Date : le 19 mars 2008, de 10 h à 16 h 30

Endroit : UQAM -- Pavillon Maisonneuve, salle B-3140  
405, boulevard de Maisonneuve Est, Montréal

Prix : 25 \$ membres de Synergie 50+, diplômés  
35 \$ non membres

## »»» Conférence : La santé et la beauté

La conférence portera sur deux sujets qui sont d'actualité, soit, comment éviter l'obésité et comment conserver si possible son teint de jeunesse. Dans la première partie portant sur la santé, l'entretien portera plus précisément sur l'embonpoint et sur les besoins en sucres et en corps gras. Dans une seconde partie, l'entretien portera sur les divers moyens pour lutter ou effacer la présence de rides. Le peeling et l'utilisation de Botox seront particulièrement discutés. Le tout sera présenté dans un langage accessible à tous.

Conférencier : **Daniel Vocelle**, professeur retraité de chimie, UQAM

Date : le 26 mars 2008, de 13 h 30 à 16 h

Endroit : UQAM -- Salle des Boiseries, J-2805, Pavillon Judith-Jasmin  
405 rue Sainte-Catherine Est, Montréal

Prix : 10 \$ membres de Synergie 50+, diplômés  
15 \$ non membres

### »»»» Journée philosophique

La journée philosophique est nourrie par la pensée grecque (épicurisme et stoïcisme) : une réflexion sur l'art de vivre et la quête du bonheur. À travers la lecture de textes choisis, de périodes de réflexion personnelle, d'échanges entre les participants, de commentaires des animateurs, différents thèmes sont abordés : le souci de soi (réussir sa vie ou réussir dans la vie; égoïsme ou quête d'un idéal); le souci des autres (amitié, amour, compassion, bienveillance universelle); les enseignements de la philosophie antique et les valeurs dans le monde d'aujourd'hui. Le tout est ponctué de moments de détente au son de la musique. Les échanges se poursuivent de façon informelle à l'heure du lunch, pris sur place (chacun apporte son goûter).

Animateurs : **Yvon Simard**, professeur retraité de philosophie et  
**Réginald Trépanier**, cadre retraité de l'UQAM.

Date : 11 avril 2008, de 10 h à 16 h

Endroit : UQAM -- Pavillon Maisonneuve, salle B-3180  
405, boulevard de Maisonneuve Est, Montréal

Prix : 25 \$ membres de Synergie 50+, diplômés  
35 \$ non membres

### »»»» Sortie : Les Esprits de la Montagne -- Balade contée

Site incontournable de Montréal, le mont Royal est bien plus qu'un lieu de verdure qui nous enchante. L'histoire étonnante et fabuleuse de ce lieu, des sites qui le dessinent et des sept géants qui le protègent, mérite d'être connue. C'est à cette balade de découverte que vous invitent le gardien de la mémoire des lieux, Bernard Vallée, de l'Autre Montréal, et son complice de la Maison internationale du conte.

Date : 14 mai 2008, de 13 h à 16 h

Endroit : Arrivée pour enregistrement : 12 h 30 à l'entrée du pavillon Maisonneuve,  
405, boul. de Maisonneuve Est, Montréal.

Départ : 13 h, coin nord-ouest du boulevard de Maisonneuve Est,  
devant la Grande Bibliothèque.

Prix : 25 \$ membres de Synergie 50+, diplômés  
35 \$ non membres

### »»»» Activité : Origami

C'est une activité qui dévoile des capacités insoupçonnées et réveille l'excitation de la découverte. C'est un moyen de savourer la fierté de fabriquer quelque chose de ses mains. C'est la satisfaction de créer des objets et de développer vos talents et vos capacités manuelles. C'est un plaisir simple de pouvoir transformer la matière en objet. C'est aussi une façon de comprendre et d'entrer dans une autre culture. Venez développer votre créativité en manipulant du « washi », un matériau d'une grande beauté, résistant et polyvalent. Vous repartirez le sourire aux lèvres.

Date : le 28 mai 2008 de 13 h à 16 h

Endroit : UQAM -- Pavillon Maisonneuve, salle B-3180  
405, boulevard de Maisonneuve Est, Montréal

Prix : 25 \$ membres de Synergie 50+, diplômés  
35 \$ non membres

### »»»» Sortie : Les tulipes à Ottawa

Date : Mai -- Date à confirmer

Endroit : Ottawa