

LETTRE D'INFORMATION DE L'UTL n° 191

15/01/2016

1. **CONFÉRENCE** mardi 19 janvier à 15h précises au Théâtre

Le Docteur Jean Michel LECERF, Chef du Service de Nutrition à l'Institut Pasteur de Lille, interviendra sur

Nutrition et santé

Nos apports nutritionnels finissent par avoir un impact important sur notre santé grâce aux effets qu'ils ont sur notre corps. Aujourd'hui on sait beaucoup de choses sur l'alimentation qui est source d'effets positifs. Les principes reposent sur la variété alimentaire et la modération. Tout ceci n'est pas incompatible avec le plaisir et la convivialité. Nous en donnerons les clés, loin des exclusions, des interdits, des dogmes et des idées reçues. Bien-sûr il n'y a pas de certitude mais cependant beaucoup de bon sens, alimenté par la prudence. L'activité physique est le partenaire obligatoire d'une bonne nutrition. [En savoir +](#)



2. **AUTRES ACTIVITÉS**

Lundi 18 à 10h, Jean Charles DÉCAUDIN traitera des **Troubles du sommeil** et des **plantes médicinales**. **L'accès est libre pour les seuls** adhérents. [En savoir +](#)

Jeudi 21 à 15h dans le cadre de l'atelier **Architecture Urbanisme**, Jean BÉZU et Annie LEFEBVRE vous invitent à découvrir : **Le Corbusier**. [En savoir +](#)



Vendredi 22 Jean-Pierre CAPPOEN animera la 3^{ème} séance d'**histoire de l'art** avec pour thème : **La place du Paysage dans la peinture**, depuis le XIVE siècle jusqu'aux impressionnistes. Il est possible de s'inscrire sur place (5€). [En savoir +](#)

L'**enregistrement** de la conférence de **JM DECROLY** est disponible. [En savoir +](#)
Pour retrouver toutes ses projections, [cliquer ici](#)

La Roumanie et le Delta du Danube restent ouverts aux inscriptions pendant quelques semaines encore. C'est l'un des voyages qui vous est proposé dont le prix à la journée est le plus faible. [En savoir +](#)

Le Misanthrope sera joué le **29/01** à Cambrai, avec **Arnaud DENIS**, un jeune acteur parmi les plus prometteurs de sa génération. [En savoir +](#)

La 2^{ème} session de **formation informatique** débute en mars. Nous vous conseillons de **vous inscrire dès maintenant**. [En savoir +](#)

A bientôt

Le Président

Pascal LASSELIN