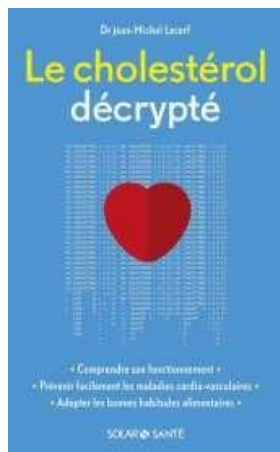


LETTRE D'INFORMATION DE L'UTL n° 259 du 17 février 2018

CONFÉRENCE : le Lundi 19 février 2018 à 15 h 00 au Théâtre.

Le **Docteur Jean Michel LECERF** vient pour la 3^{ème} année consécutive à l'UTL. Après ses conférences « Nutrition et santé » et « A chacun son vrai poids », il nous présentera son dernier ouvrage :

«*Le cholestérol décrypté*»



« D'où vient le cholestérol ? Est-il utile ? Comment interpréter une analyse ? Faut-il le faire baisser ? Le cholestérol peut-il boucher les artères ? Que penser des statines ? La diététique est-elle utile ? Que faut-il changer dans ses habitudes ? Y a-t-il un âge où il faut arrêter de s'en occuper ? Et chez la femme enceinte, l'enfant, la personne âgée... ? Quels sont les bons aliments contre le cholestérol ? Les laboratoires pharmaceutiques ont-ils un rôle positif ou négatif en incitant à la prescription ? Que penser des margarines anti cholestérol ? Le beurre est-il si mauvais ? Peut-on combattre le cholestérol par le sport ? A quoi servent les Oméga 3 ? Les acides gras saturés sont-ils tous mauvais ? Et la génétique dans tout cela ? »

Autant de questions auxquelles le Dr Jean Michel Lecerf essaiera de répondre avec clarté et précision dans la limite du temps qui lui est imparti.

[En savoir +](#)

Ateliers et Cercles :

- [Philo](#), le **mercredi 21 février** : « Le Travail rend il heureux ? » avec E. MOUSSET, Au lycée FENELON, Place Fénelon (entre le Théâtre et l'Eglise St Géry), le mercredi à 16h précises.
- [Club finance](#), le **mercredi 21 février** à 9h30 au Centre Social du Centre-Ville de Cambrai, 9 quai St-Lazare : Les différents supports de placement avec Gilbert DOUCEDAME.
- [Cercle histoire locale](#) : Jeudi **22 février** : Histoire de l'hôtel de Ville de Cambrai, avec Annie Lefebvre.
[En savoir +](#)
- [Atelier code de la route](#) : vendredi **23 février** à 9 heures, salle de la République de la Mairie, sensibilisation, mise à jour des connaissances sur le code de la route et sur la législation relative aux infractions.

Voyages :

- Le solde pour la croisière sur le [DOURO](#) est à payer pour le 19 février.
- Il reste des places pour l'escapade dans les [ARAVIS](#) du 10 au 14 septembre 2018, Michel MONTAY est à votre disposition avant chaque conférence.
- Le voyage de Renée WNEK sur le séjour en catalogne est annulé, et remplacé par une escapade à LONDRES du 14 au 16 juin 2018. [En savoir +](#)



Après les vacances scolaires de février, l'UTL reprendra ses activités **le lundi 12 mars 2018** par une conférence de **Bernard PEUGNIEZ « ITINERRANCES CISTERCIENNES »**

50 ans de fréquentation du patrimoine cistercien, témoignage d'un gyrovague passionné par l'esprit et le génie de ces lieux d'exception.

[En savoir +](#)

Compte tenu des vacances, la prochaine lettre d'information sera diffusée le 10 mars 2018.

Bonnes vacances et à bientôt

Le Président

Patrick ROUSSEL