

# Ateliers du centre culturel Jean-Cocteau

activités saison  
2015-2016

Musique

arts plastiques

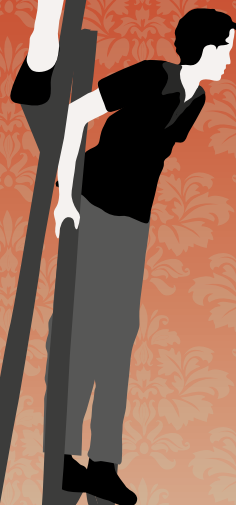
activités de l'esprit

théâtre

expression corporelle

danse

informatique



## sommaire

PRÉSENTATION .....	1
ARTS DE LA SCÈNE .....	2
• Musique .....	2
• Théâtre .....	4
• Danse .....	4
EXPRESSION CORPORELLE .....	6
ARTS PLASTIQUES .....	7
ACTIVITÉS DE L'ESPRIT .....	9
INFORMATIQUE .....	10
INFORMATIONS PRATIQUES .....	11
TABLEAUX HORAIRES .....	12
• Arts de la scène .....	12-14
• Expressions corporelles .....	14
• Arts plastiques .....	16
• Activités de l'esprit .....	16

# Ateliers du centre culturel Jean-Cocteau

Le centre culturel Jean-Cocteau se déploie sur deux structures : l'espace d'Anglemont et l'espace Louise-Michel. Ouverts à tous, les ateliers de pratiques artistiques et culturelles sont regroupés en quatre secteurs : les arts de la scène qui comprennent la musique, le théâtre et la danse ; les arts plastiques (photo, dessin, peinture sculpture, céramique, mosaïque, BD) ; l'expression corporelle (yoga, tai-chi-chuan, gymnastique, stretching...) ; les activités de l'esprit (cours de langues, informatique, généalogie...).

Ces activités, annuelles pour la plupart, sont animées par des professeurs qualifiés. Il est demandé aux adhérents à la fois investissement et assiduité. Les ateliers se déroulent de la mi-septembre à la fin juin. Certaines disciplines aboutissent à des représentations, des concerts ou à des expositions permettant aux élèves de présenter leur travail au public.

Le centre culturel programme des expositions tout au long de l'année à l'espace culturel d'Anglemont et à l'espace Louise-Michel et mène un travail de sensibilisation auprès du public à travers des rencontres régulières entre les artistes programmés au cours de la saison et les établissements scolaires. Un professeur anime des ateliers d'arts plastiques dans toutes les écoles primaires de la ville. Afin de créer les conditions d'une rencontre entre les artistes et le public lilasien, des résidences artistiques ou projets culturels sont régulièrement organisés. Enfin, des ciné-conférences autour des cultures du monde sont organisées tous les mois en collaboration avec l'Observatoire de la Diversité Culturelle.

# arts de la scène

## { musique }

**Ateliers de pratique individuelle à partir de 12 ans.** *L'apprentissage de la musique nécessite une pratique régulière ; il est donc indispensable de disposer d'un instrument personnel.*

### → Accordéon

Découverte de l'accordéon chromatique (touches boutons) à travers ses styles traditionnels ou moins connus : chanson, accompagnement, musiques du monde, tango, musique classique. Le but est d'acquérir rapidement une autonomie, ou d'approfondir sa technique et de diversifier le répertoire abordé. L'apprentissage se fait essentiellement sur des partitions écrites, des notions basiques de lecture sont requises.

### → Batterie

Apprentissage de la technique de tenue des baguettes, puis celle de l'instrument : coordination, indépendance et rythmes variés.

### → Chant individuel

Pour toute personne souhaitant découvrir et/ou approfondir sa technique vocale : respiration, placement de la voix, puissance, résistance... Travail d'interprétation à partir d'un répertoire varié. Pour adultes et ados débutants ou confirmés.

### → Guitare classique

Initiation et perfectionnement de l'instrument. Ce cours s'adresse aux élèves souhaitant travailler la musique écrite. Différents styles peuvent être abordés (musique ancienne, baroque, sud américaine, classique et contemporaine). L'apprentissage du solfège est indispensable.

### → Guitare moderne

Apprentissage de différentes techniques à partir de morceaux issus des répertoires populaires du XX<sup>e</sup> siècle : jazz, blues, rock, bossa nova, tango, chanson française.

### → Ensemble de guitare classique

Cet atelier d'une durée d'une heure s'adresse aux guitaristes de tous niveaux. Il est nécessaire toutefois, d'avoir un niveau instrumental et de solfège minimum (une à deux années de pratique). Les musiques classique, sud-américaine et traditionnelle constituent le cœur du répertoire.

### → Piano classique à contemporain

Étude de la technique instrumentale et découverte des différents styles et œuvres du répertoire baroque, classique, romantique, moderne, contemporain mais aussi jazz, musiques

de films et chansons. Initiation à l'arrangement musical et à l'accompagnement pour les niveaux plus avancés. Participation aux divers projets du centre culturel et de la Ville. Solo, quatre mains, piano-chant, piano-instrument et projets transversaux avec les divers ateliers du centre culturel et du conservatoire.

### → Piano tous styles

Apprentissage du piano à travers des styles et époques diversifiés (tango, jazz, classique, musique contemporaine, etc.). La formation porte notamment sur l'expression musicale, la détente corporelle, l'acquisition d'une pulsation. L'improvisation tient également une place importante dans cet atelier. Un niveau de formation musicale élémentaire est souhaité.

### → Saxophone improvisation jazz

Initiation à la pratique de l'instrument à travers l'étude d'un répertoire varié (classique, jazz, pop...). Cours d'improvisation jazz ouvert à tous les instrumentistes. Niveau de solfège élémentaire souhaité.

### → Formation musicale / solfège

Initiation et perfectionnement à la lecture des notes et du rythme. La formation musicale est un complément essentiel pour une progression dans la pratique d'un instrument.

## ateliers de pratique collective pour adultes

### → Ensemble accordéon

Accessible à partir de la 4<sup>e</sup> année de pratique instrumentale, l'ensemble accordéon développe le rythme, l'écoute collective, l'initiative, l'autonomie, dans une ambiance de travail conviviale et dans des répertoires variés : arrangements de pièces connues ou de chansons, répertoire original pour ensemble d'accordéons... L'accompagnement est également pratiqué, autour de chansons traditionnelles ou de variétés. Participations régulières à différents événements musicaux de la ville.

### → Ensemble rock

Apprentissage en ensemble de standards du rock et de thèmes originaux. Niveau moyen et avancé.

### → Grand Soul Band

Apprentissage, en ensemble de 20 musicien(ne)s et chanteur(se)s, d'un répertoire de standards de la Soul Music (Marvin Gaye, Otis Redding, Aretha Franklin, Stevie Wonder, ...) et de standards de Jazz. Travail de groupe axé sur la recherche des qualités d'interprétation et d'implication de chaque musicien dans le collectif. Niveau avancé.

**Les choristes du Grand Soul Band** se réunissent une fois par mois le jeudi avec l'orchestre au complet ; ainsi qu'une fois par mois le samedi, uniquement voix et accompagnement guitare.

### → Chant individuel

Cours individuel du débutant au confirmé. Apprentissage de la respiration, du placement et de la puissance de la voix. Travail de l'interprétation sur un répertoire varié (chanson, jazz, gospel). Possibilité de « goûter » à la scène deux fois dans l'année. Pour adultes.

**NOUVEAU ! :** **Les liens du chœur :** Cet atelier propose de participer de A à Z à l'élaboration d'un spectacle de chansons. Accompagnement de solistes et choristes sur divers événements, travail scénographique en direction des musiciens inscrits aux cours de musique. Une dose de créativité, de joie et d'imagination est bienvenue ! Atelier une fois par mois et durant certaines vacances scolaires.

#### → Les Zépiglottes

Ensemble vocal actuellement composé de sept personnes. A partir d'un répertoire varié (chanson, jazz, gospel...) souvent chanté *a capella*, cet atelier a pour objectif le perfectionnement du travail polyphonique au service d'une interprétation ludique. Il est fortement conseillé d'avoir l'oreille musicale, le sens du rythme et l'ouverture aux langues étrangères. Assiduité, travail personnel entre deux cours, patience, souplesse et humour sont les ingrédients indispensables à l'intégration du groupe. Maîtrise du sofège facultative. Plusieurs représentations dans l'année (répétitions supplémentaires à prévoir).

L'atelier recherche prioritairement des voix féminines altistes, ainsi que des voix masculines barytons et/ou bassistes/contrebassistes. Sur audition, pour adultes avancés.

## { théâtre }

### à partir de 5 ans / ados / adultes

Les ateliers de théâtre proposent l'apprentissage et le perfectionnement de l'art théâtral, art de l'artifice. Le travail théâtral se fait aussi bien en grands ou petits groupes, à deux ou même individuellement. Durant les séances, on aborde aussi bien l'échauffement vocal et gestuel, que la prise de conscience de l'espace dans le jeu dramatique, la mise en scène, le maquillage, à travers l'improvisation et le travail de textes. Des présentations, des spectacles ou bien des projets intergroupes ou pluridisciplinaires, permettent dans l'année de mettre en pratique les acquis des élèves face à un public.

## { danse }

### à partir de 7 ans / enfants / pré-ados

*Pour les ateliers de danse Jazz et de comédie musicale, une participation aux frais de costumes est à prévoir.*

#### → Danse Jazz

Familiarisation avec les fondamentaux de la danse Jazz et construction du corps à travers des exercices de base de la danse. Découverte et travail du rythme, progression technique, connaissance de l'univers artistique et du travail scénique grâce à la préparation du spectacle « Jazz dance ». Celui-ci se tient, en fin de saison, au Théâtre du Garde-Chasse.

### à partir de 15 ans / ados / adultes

#### → Danse Jazz

Les cours se déclinent en trois niveaux :

> Le niveau débutant rassemble des adultes ayant déjà pratiqué la danse (classique, contemporaine) mais souhaitant s'initier à la danse Jazz, aimant le rythme, la coordination, l'expression artistique.

> Le niveau intermédiaire s'adresse aux ados et adultes de 15 à 25 ans ayant déjà une pratique de la danse Jazz (travail corporel complet, exercices techniques, enchaînements chorégraphiques).

> Le niveau avancé s'adresse aux adultes et ados ayant une très solide maîtrise de la danse Jazz.

### à partir de 6 ans / ados / adultes

#### → Comédie musicale / Cabaret

Les cours s'adressent à un large public, des plus jeunes aux retraités. L'objectif principal est de réaliser une comédie musicale, c'est-à-dire de monter sur scène en maîtrisant 3 disciplines : la danse, le chant et le théâtre. En cours sont étudiés différents styles de danses et de chants (selon la musique abordée), l'interprétation dansée et chantée, l'improvisation théâtrale, la confiance en soi, la coordination et l'esprit d'équipe. Un atelier d'écriture du spectacle (facultatif) est mis en place pendant l'année, pour que les élèves puissent apporter leurs idées. Une motivation importante est indispensable. Les cours demandent du suivi et un minimum de travail personnel. Prévoir des répétitions supplémentaires en mai et juin pour le bon déroulé du spectacle.

### adultes

#### → Danse de salon

Les danses de salon regroupent la salsa, le rock, le cha-cha, la rumba, le tango, la samba, le paso-doble, la valse et le madison. L'apprentissage commence par l'acquisition des pas de base puis par des figures de plus en plus complexes. Chaque trimestre, un temps fort permet à tous les élèves de se rencontrer. En fin de saison, une sortie dans une guinguette est proposée aux élèves. Le cours débutant est majoritairement axé sur les danses latines. Inscription en couple souhaitée.

# expression corporelle

## adultes

### → Gymnastique californienne

Cette gymnastique a pour objectif de prendre conscience de son corps en travaillant sa musculature avec justesse, en développant la coordination, le gainage et l'équilibre.

Échauffement avec steps : développement de l'endurance aérobie, renforcement des membres inférieurs, coordination, gainage et équilibre grâce à des enchaînements ludiques en musique. Travail des bras (avec élastique ou poids) des abdominaux et des fessiers.

Cours mixte nécessitant une bonne condition physique.

### → Gymnastique douce

Exercices physiques principalement destinés aux personnes qui souhaitent se maintenir en forme. Le cours propose un travail de coordination, de réflexe et d'équilibre. Il aborde également les situations de chutes pour apprendre à se relever en douceur et sans panique. Les cours se déroulent sur un support musical : le rythme aide à l'exécution du geste et les mélodies contribuent à la bonne humeur.

### → Gymnastique énergétique

Cet atelier envisage le corps dans sa globalité (anatomique, physiologique, énergétique, émotionnel). Travail sur la posture interne et les muscles profonds en lien avec la respiration.

### → Gymnastique d'entretien

Cours pluridisciplinaire où l'on trouve des exercices de renforcement musculaire, des étirements et de la relaxation en musique.

### → Stretching

Forme de gymnastique douce ayant pour objectif d'étirer et d'assouplir l'ensemble du corps, de prévenir des douleurs de dos, de compléter une pratique sportive et de conserver une bonne mobilité articulaire.

Les étirements se font en douceur grâce à la respiration qui commande le geste et à un fond sonore apaisant.

### → Tai Chi Chuan et Wutao

L'étude du Tai Chi Chuan (art martial interne) passe par l'apprentissage de séquences de mouvements visant l'harmonisation corps-esprit autour de la respiration et du souffle interne (travail seul ou à deux). Adultes. Cours 1 : style Yang (épuré) - cours 2 : style Chen (spiralé).

La pratique du Wutao est fondée sur la prise de conscience du mouvement ondulatoire primordial de la colonne vertébrale. Conçu par Pol Charoy et Imanou Risselard, le Wutao repose sur l'union de deux idéogrammes : « Wu » pour danse ou « Eveil » ; et « Tao », la voie.

### → Yoga

Nul besoin d'être souple pour pratiquer le yoga... c'est le yoga qui rend souple !

Grâce aux postures et la respiration profonde, les zones tendues se remettent en mouvement, la relaxation apaise le mental et la méditation ressource profondément.

Les cours de Hatha Yoga, adaptés selon vos besoin et capacités, sont une invitation à se réconcilier avec soi-même dans une ambiance joyeuse et authentique.

# arts plastiques

*Les ateliers d'arts plastiques nécessitent un investissement personnel et une présence régulière pour aboutir à un résultat concret.*

## à partir de 6 ans

### → BD / Illustration

Pratique du dessin, de l'image narrative et séquentielle grâce à une approche ludique en privilégiant l'intérêt, le rythme et le plaisir de chacun. Observation, construction, couleur, étude du personnage, découpage, cadrage, mise en scène, croquis... Réalisation d'illustrations pour un calendrier avec un thème commun (1<sup>er</sup> trimestre) ; participation au concours de la BD scolaire d'Angoulême (<http://blog.espritbd.fr/> – rubrique « A l'École de la BD ») ; présentation en fin d'année de BD et d'illustrations dans le cadre de l'exposition « Expressions plurielles ».

À partir de 6 ans (le mercredi) ou de 8 ans (le mardi). Groupe de douze élèves, mixité des âges. Activité demandant de la concentration, de la tenue et de l'esprit créatif. Outils utilisés : plume, pinceau, feutre, crayon... Vaste iconothèque à disposition des élèves pour la réalisation de leurs travaux.

## à partir de 6 ans / ados / adultes

### → Dessin / Peinture

Initiation incluant un travail d'observation, l'apprentissage des proportions, de la construction, des couleurs, du cadrage, de la composition ; utilisation de différents outils : crayon carbone, crayon graphite, fusain, pastels, crayons de couleurs, gouaches, encres. Chaque séance est l'occasion de découvrir la pratique du dessin ou de la couleur autour d'un thème choisi.

### → Poterie / Céramique

Initiation et perfectionnement au travail de la terre : façonnage, émaillage, décor, tournage ; modelage, volume-sculpture céramique ; créations d'objets, créations libres.

Certains cours sont ouverts aux enfants accompagnés de leurs parents pour expérimenter une pratique partagée.

## à partir de 8 ans / ados / adultes

### → Assemblage couleurs volumes

Apprentissage du volume en carton, polystyrène, papier mâché à façonner ou transformer en objets, figures animales, humaines ou imaginaires. Mise en couleurs et collage de matières naturelles sur supports en relief : verre, bois, plastique.

## à partir de 11 ans / ados / adultes

### → Labo/photo argentique noir & blanc

Initiation aux techniques de prise de vue, de développement et de tirage noir et blanc sur support papier. Il est nécessaire de disposer d'un appareil reflex argentique 24x36 ou moyen format. En raison de coûts importants, une participation aux frais d'achats de papier et de films est à prévoir pour les adultes. Les sorties pour les prises de vues ont lieu certains samedis après-midi, selon les disponibilités de chacun. Les élèves présentent une partie de leurs travaux lors de l'exposition de fin d'année « Expressions plurielles » qui a lieu à l'espace culturel d'Anglemont.

## adultes

### → Sculpture / Mosaïque

Étude des volumes figuratifs (corps humain, portrait, animaux, formes végétales et architecturales) et abstraits (éléments géométriques), réalisation de maquettes en terre, initiation aux techniques de taille de pierre. Apprentissage de la manipulation des outils, colles, supports, matériaux et des techniques de découpe d'assemblage et de collage sur revêtement mural et sur objets.

# activités de l'esprit

## adultes

### → Anglais

Apprentissage progressif des structures fondamentales de la langue en trois niveaux. Entraînement à la compréhension et à l'expression orale, écrite. Le niveau 4 est axé sur l'entrée en conversation lorsque les bases de la langue sont acquises.

- **Niveau 1** : initiation, débutant.
- **Niveau 2** : faux débutant – Retour à l'anglais, remise à niveau.
- **Niveau 3** : moyen – consolidation.
- **Niveau 4** : moyen stabilisé – développement et activation des connaissances par l'échange et la communication.

### → Espagnol

L'atelier comporte trois niveaux d'apprentissage.

- **Niveau 1** : débutant – découverte de l'espagnol (apprentissage de la langue à l'oral et à l'écrit, apprentissage des temps de base : présent, futur, imparfait).
- **Niveau 2** : Intermédiaire / avancé  
Approfondissement de l'apprentissage de l'espagnol oral et écrit.
- **Niveau 3** : Avancé  
Perfectionnement – approfondissement de l'apprentissage de la langue pour une utilisation en conversation courante.

### → Généalogie et histoire familiale

Venez chasser vos ancêtres avec nous ! Suivez nos conseils pour découvrir votre famille comme vous ne la connaissiez peut-être pas encore. Des secrets de famille ? Parfois, mais plus sûrement des histoires que les plus âgés aimeraient pouvoir encore raconter. Et, sur les traces d'un arrière grand parent, vous découvrirez peut être l'existence d'une cousine « issue de germain » toujours en vie.

A chacune de nos deux réunions mensuelles, vous serez entourés des autres membres pour avancer avec méthode et ne pas vous laisser submerger. L'abondance des sources ne doit quand même pas se transformer en handicap ! Alors... Quels sites internet privilégier ? Que peut-on trouver d'utilisable dans les services d'archives (départementales, communales, notariales) ? Comment lire un acte manuscrit écrit voici 300 ans ? Que veut dire votre nom ? Pourquoi portez-vous ce prénom ? Quels métiers exerçaient vos ancêtres ? Vous apprendrez au fil de vos recherches à aiguïser vos talents d'enquêteur, avec patience et ténacité. Et nos vingt rendez-vous de l'année, avec les focus sur les points les plus utiles à tous, les échanges sur vos nouvelles découvertes ou la suggestion de pistes inhabituelles vous feront de toute façon partager d'excellents moments avec nous.

# Informatique

*pour l'ensemble des activités informatiques, il est recommandé de disposer à domicile d'un équipement personnel.*

## adultes

### → Bureautique / Traitement de texte / Tableur

Besoin de pratiquer un tableur (LibreOffice Calc ou Excel), ainsi qu'un traitement de texte (LibreOffice Writer ou Word) ? Ce cours vous permettra de maîtriser ces précieux outils.

### → Internet initiation

Apprenez les fondements d'Internet et devenez autonomes ! Connaissance des outils et techniques de base : le navigateur, le moteur de recherche, le fournisseur d'accès, etc.

### → Internet avancé

Pratiquez plus en avant le web et familiarisez-vous avec la « culture Internet » moderne : les réseaux sociaux, le commerce en ligne, la sécurité, les logiciels libres, les espaces de partage, etc. Nécessité d'avoir une connaissance minimum de la navigation sur Internet.

### → Infographie

Prenez en main un logiciel de retouche d'image libre, performant et gratuit : Gimp ! L'atelier participe en fin d'année à l'exposition « Expressions plurielles » à l'espace culturel d'Anglemont.

### → Informatique

Familiarisez-vous avec le monde des technologies numériques et utilisez au quotidien votre ordinateur personnel ; la culture de base de l'informatique ; résolution de problèmes.

# informations pratiques

## inscriptions nouveaux adhérents

- Les adhérents peuvent s'inscrire à partir du samedi 29 août 2015 aux jours et horaires d'ouverture du secrétariat et lors du Forum des associations des 5 et 6 septembre 2015. Pièces à fournir : photo d'identité, justificatif de domicile, certificat médical obligatoire au moment de l'inscription pour les activités physiques, carte du centre culturel pour les anciens adhérents et justificatif pour les personnes bénéficiant d'un tarif préférentiel. **Seuls les dossiers complets pourront être traités.** La cotisation est annuelle.
- Début des cours : à partir du lundi 14 septembre 2015.
- Fin des cours : jeudi 30 juin 2016.
- Les activités sont maintenues durant les vacances de la Toussaint, de février, et une semaine à Pâques.

## Tarifs

TARIFS		LES LILAS		HORS LILAS	
<b>DROIT D'ADHÉSION ANNUEL</b>		14,50€		43€	
<b>COTISATIONS ANNUELLES</b>		Activité collective	Activité ind. ou semi ind.	Activité collective	Activité ind. ou semi ind.
	Tarif plein	93€	116€	272€	299€
	Tarif - 18 ans	85€	101€	-	-
	Tarif accès culture	53€	56€	158€	170€

**Tarif moins de 18 ans :** pour les adhérents lilasiens âgés de moins de 18 ans au moment de l'inscription.

**Tarif accès culture :** pour les bénéficiaires du RMI, les demandeurs d'emploi, les titulaires de la carte d'invalidité et de l'allocation aux adultes handicapés.

**Les retraités Lilasiens à partir de 60 ans,** paient le droit d'adhésion annuel et ont accès gratuitement à deux activités ; au-delà, ils doivent s'acquitter de la cotisation annuelle.

**Les liens du chœur + formation musicale :** les élèves des cours de musique peuvent s'inscrire au cours de formation musicale et à l'atelier Les liens du chœur gratuitement.

**Généalogie et histoire familiale :** un seul tarif pour tous les adhérents lilasiens et hors Lilas : 62€ pour l'année.



## { musique }

Activité	Public	LUNDI	MARDI
Accordéon	À PARTIR DE 12 ANS		
Ensemble accordéon	ADULTE		
Batterie	À PARTIR DE 12 ANS	CL 19h30-21h30	
Ensemble rock	ADO ADULTE		T 19h-21h
Guitare classique	À PARTIR DE 12 ANS		
Guitare moderne	À PARTIR DE 12 ANS		CCLM 18h-21h (cours individuel d'1/2h)
Ensemble guitare classique	ADULTE		
Piano classique	À PARTIR DE 12 ANS		CCLM 14h30-21h (cours individuel d'1/2h)
Piano tous styles	À PARTIR DE 12 ANS		
Saxophone	À PARTIR DE 12 ANS		CCJC 17h-21h (cours individuel d'1/2h)
Chant individuel	ADULTE	CCJC S1 : 17h-20h (1h, une semaine sur deux) CCJC S2 : 16h-20h (1h, une semaine sur deux)	CCJC S1 : 16h-19h (1h, une semaine sur deux)
Les liens du chœur	ADO-ADULTE		
Les Zépiglottes	ADULTE	CCJC 20h15-22h15 (Avancé)	
Grand Soul Band	ADULTE		
Les choristes de Grand Soul Band	ADULTE		
Formation musicale	À PARTIR DE 12 ANS		

MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
		CCJC 13h15-16h15 (cours individuel d'1/2h) ; 17h30-20h (cours individuel d'1/2h) CCJC 20h-21h30	
CL 19h30-22h30			
CCJC 9h30-12h ; 13h30-16h ; 16h45-18h45	CCJC 17h-19h		
CCLM 16h30-21h30 (cours individuel d'1/2h)			
	CCJC 19h-20h		
CCJC 12h-16h30 ; 17h30-21h (cours individuel d'1/2h)	CCJC 12h-16h30 ; 17h30-21h (cours individuel d'1/2h)		
	CCJC 16h30-21h (cours individuel d'1/2h)	CCJC 14h à 21h (cours individuel d'1/2h)	
	CCJC S1 : 12h30-14h30 (1h, une semaine sur deux) TN CCLM S2 : 16h30-19h30 (1h, une semaine sur deux) TN		
			CCLM 10h-12h et 13h-15h (1 fois par mois) TN
	CCJC 20h-22h (sur audition)		
	CCJC 20h-22h (1 fois par mois)		CCJC 14h-16h (1 fois par mois)
CCJC 18h45-19h45			

CCJC Centre-Culturel Jean-Cocteau  
 CCLM Centre-Culturel Louise-Michel  
 SM Salle des mariages (Hôtel de Ville)  
 FL Centre sportif Floréal  
 CAL Ecole Calmette  
 CL Centre de loisirs  
 T le Triton



**ARTS DE LA SCÈNE**
**TN = Tout niveau**

Activité { théâtre }	Public	LUNDI	MARDI
	5 ANS		
	6-7 ANS	<b>CCLM</b> 17h-18h30	
	8-9 ANS		<b>CCLM</b> 17h-18h30 Débutant
	10-13 ANS	<b>CCLM</b> 18h30-20h Débutant	
	14-18 ANS		<b>CCLM</b> 18h30-20h Débutant
	ADULTE	<b>CCLM</b> 20h-22h30 Interm./Avancé	<b>CCLM</b> 20h-22h30 Débutant

**{ danse }**

<b>Danse Jazz</b>	7-8 ANS		<b>CCJC</b> 17h-18h
	9-10 ANS		<b>CCJC</b> 18h-19h15
	11-13 ANS		
	14-17 ANS / ADOS INTERM.		
	ADULTE		<b>CCJC</b> 20h30-22h
<b>Comédie musicale</b>	6-9 ANS		
	10-12 ANS		
	13-15 ANS		
	16-25 ANS		
	ADULTE		<b>CCJC</b> 20h30-22h30 Avancé
<b>Comédie musicale séniors</b>	ADULTE		
<b>Danse de salon</b>	ADULTE		

**EXPRESSION CORPORELLE**

Activité	Public	LUNDI	MARDI
<b>Gymnastique d'entretien</b>	ADULTE		<b>CCJC</b> 10h15-11h15 ; 11h15-12h15 ; 12h15-13h15 TN
<b>Gymnastique énergétique</b>	ADULTE		<b>CAL</b> 19h-20h ; 20h-21h TN
<b>Gymnastique californienne</b>	ADULTE	<b>CCJC</b> 10h-11h TN	<b>CCJC</b> 19h30-20h30 TN
<b>Gymnastique douce</b>	ADULTE		<b>CCJC</b> 14h30-15h30 Séniors ; 15h30-16h30 Séniors
<b>Stretching</b>	ADULTE	<b>CCJC</b> 11h-12h TN	
<b>Tai chi chuan et Wutao</b>	ADULTE		
<b>Yoga</b>	À PARTIR DE 12 ANS	<b>FL</b> 19h-20h30 ; 20h30-21h50	

MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
<b>CCLM</b> 14h15-15h15			
<b>CCLM</b> 16h15-18h15 Interm./Avancé			
<b>CCLM</b> 18h15-20h15 Interm./Avancé			
<b>CCJC</b> 14h-15h30			
<b>CCJC</b> 15h30-17h			
<b>CCJC</b> 20h-22h Ados-adultes, avancé	<b>CCJC</b> 20h30-22h, 15-25 ans, Intermédiaire		
		<b>CCJC</b> 17h30-18h30	
		<b>CCJC</b> 18h30-19h30	
		<b>CCJC</b> 19h30-20h45	
		<b>CCJC</b> 20h45-22h30	
	<b>CCJC</b> 20h30-22h30 (25 ans et +)		
	<b>CCJC</b> 11h-12h		
	<b>SM</b> 19h-20h Intermédiaire <b>SM</b> 20h-21h Débutant (orientation danses latines) <b>SM</b> 21h-22h Avancé		
MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
<b>CCJC</b> 10h15-11h15 TN			
	<b>CCJC</b> 12h15-13h15 ; 14h15-15h15 ; 15h15-16h15 TN		
	<b>CCJC</b> 10h-11h Séniors		
<b>CCJC</b> 19h-20h TN			
			<b>CCJC</b> 09h30-11h (fondamentaux) 11h-12h30 (approfondissement)
	<b>FL</b> 16h30-18h ; 18h-19h30 ; 19h30-21h		

- CCJC** Centre-Culturel Jean-Cocteau
- CCLM** Centre-Culturel Louise-Michel
- SM** Salle des mariages (Hôtel de Ville)
- FL** Centre sportif Floréal
- CAL** Ecole Calmette
- CL** Centre de loisirs
- T** le Triton

**ARTS PLASTIQUES**
**TN = Tout niveau**

Activité	Public	LUNDI	MARDI
<b>BD / Illustration</b>	À PARTIR DE 6 ANS		CCJC 17h30-19h
<b>Dessin / Peinture</b>	6-10 ANS		
	11-17 ANS		
	ADO-ADULTE		
<b>Couleurs/assemblages volumes</b>	ADULTE		CCLM 14h30-17h
	ENFANT (DÈS 8 ANS) - ADULTE		
<b>Photo argentique N&amp;B</b>	À PARTIR DE 11 ANS		CCJC 18h30-20h
	ADULTE		CCJC 20h-22h
<b>Poterie Céramique 1 (B. Pelletier)</b>	6-10 ANS		
	7-11 ANS		
	13 ANS ET +		
	7 ANS ET + (PARENTS-ENFANTS)		
	ADO-ADULTE		
	ADULTE		
<b>Poterie Céramique 2 (A. Viers)</b>	7 ANS ET +		
	ADO-ADULTE		
<b>Sculpture / Mosaïque</b>	ADO-ADULTE		CCJC 18h-20h ; 20h-22h

**ACTIVITÉS DE L'ESPRIT**

Activité	Public	LUNDI	MARDI
<b>Anglais</b>	ADULTE	CCJC 17h45-19h30 Conversation ; 19h30-21h N3	CCJC 18h15-19h45 N1 ; 19h45-21h15 N2
<b>Espagnol</b>	ADULTE		
<b>Internet initiation</b>	ADULTE		CCJC 19h-21h
<b>Internet avancé</b>	ADULTE	CCJC 19h-21h	
<b>Bureautique/Traitement de texte/Tableur</b>	ADULTE		
<b>Infographie</b>	ADULTE		
<b>Informatique</b>	ADULTE		CCJC 16h-18h
<b>Généalogie et histoire familiale</b>	ADULTE		

MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
CCJC 14h-15h30 ; 15h30-17h ; 17h-18h30 CCLM 14h-15h15 CCJC 16h-17h30			
		CCLM 17h-19h30 ; 19h30-21h30	
CCJC 17h45-19h			
CCJC 16h-17h30 ; 17h30-19h CCJC 19h-21h		CCJC 20h-22h	
		CCJC 20h-22h	
			CCJC 10h30-12h
CCJC 15h30-17h CCJC 17h-18h30			CCJC 13h30-15h
			CCJC 15h-16h30
			CCJC 16h30-18h
CCJC 19h30-21h30 CCLM 14h-15h30 ; 15h30-17h CCLM 17h-18h30 ; 19h15-21h15 CCJC 19h-21h (uniquement mosaïque)			
MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
CCJC 15h-17h			
CCJC 19h-21h			
		CCJC 18h-20h	
CCJC 18h-20h (1 fois par mois)			CCJC 14h-16h (1 fois par mois)

- CCJC Centre-Culturel Jean-Cocteau
- CCLM Centre-Culturel Louise-Michel
- SM Salle des mariages (Hôtel de Ville)
- FL Centre sportif Floréal
- CRAL Ecole Calmette
- CL Centre de loisirs
- T le Triton

# *centre culturel Jean-Cocteau*

---

Espace d'Anglemont

35, Place Charles-de-Gaulle – 93260 Les Lilas

Secrétariat (Renseignements et inscriptions)

Tél. : 01 48 46 87 80

Mardi et mercredi de 9h30 à 12h et de 14h à 19h

Jeudi et vendredi de 14h à 19h

Samedi de 9h30 à 12h et de 14h à 18h

## *antenne du centre culturel espace louise-michel*

36-38, Boulevard du Général-Leclerc – 93260 Les Lilas

Tél. : 01 43 60 86 00

Du lundi au vendredi aux heures d'activités

## *adresses utiles*

---

### *le triton*

11 bis, rue du Coq-Français

93260 Les Lilas

Tél. : 01 49 72 83 13

### *centre sportif Floréal*

202, avenue du Maréchal-de-Lattre-de-Tassigny

93260 Les Lilas

Tél. : 01 48 91 06 77

### *école élémentaire Calmette*

Allée du Docteur Calmette

93260 Les Lilas

Tel. 01 43 63 65 72

### *centre de loisirs Jean-Jack-salles*

Avenue du Président Robert-Schuman

93260 Les Lilas

Tél. : 01 41 83 00 45

### *salle des mariages à l'hôtel de ville*

96, rue de Paris

93260 Les Lilas

Tél. : 01 43 62 82 02