ATELIERS DU CENTRE CULTUREL JEAN-COCTEAU

SAISON 2017.2018

Informatique - Arts plastiques - Musique - Danse -
Expression corporelle - Activités de l'esprit - Théâtre

Les Lilas Centre culturel Jean-Cocteau

ville des Lilas

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 la création et le public lilasien, des résidences artistiques ou projets culturels sont régulièrement programmés. 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 XXe 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

Apprentissage du saxophone 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 4e 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.

Les liens du chœur
Cet atelier intergénérationnel propose l'élaboration d'un spectacle de chansons. Les intervenants s'exercent au rôle de choriste et/ou de figurant, en accompagnement de solistes. Les musiciens et chanteurs déjà inscrits dans d'autres cours du centre culturel sont plus que bienvenus pour participer à l'aventure (un accès gratuit à l'atelier leur est réservé) !
Écoute, patience, partage, auto-dérision et créativité sont les ingrédients de cette recette !.

➔ Les Zépiglottes
Sur audition, pour adultes avancés.
Petit ensemble vocal privilégiant un répertoire varié (chanson, jazz, gospel…) parfois 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 et humour sont les ingrédients indispensables à l'intégration du groupe. Maîtrise du solfège facultative. Plusieurs représentations dans l'année (répétitions supplémentaires à prévoir).

L'atelier recherche prioritairement des voix masculines : basses, barytons et/ou bassistes/ contrebassistes.

{ théâtre }

à partir de 6 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 }

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

à partir de 7 ans / ados / adultes

➔ Comédie musicale / Cabaret
Les cours s'adressent à un large public, des plus jeunes aux retraités. L'objectif principal Les cours s'adressent à un large public, des plus jeunes aux retraités. Les cours de comédie musicale proposent un apprentissage de la danse, du chant et du théâtre afin de réunir ces trois disciplines sur scène en fin de saison. Un atelier d'écriture du spectacle (facultatif) est mis en place pendant l'année afin que les élèves puissent apporter leurs idées.

Une motivation importante est indispensable, car les cours demandent du suivi et un minimum de travail personnel.
En mai et juin, il y a des répétitions supplémentaires afin d'assurer la mise en place du spectacle qui se déroule au Théâtre du Garde-Chasse.

à partir de 7 ans / ados / adultes

NOUVEAU ! Danse Hip Hop

Au-delà des images acrobatiques que véhicule le Hip Hop, ce nouveau cours propose une initiation pour adolescents et adultes aux différents courants de cette branche très riche de la danse. Les cours donnent lieu à la réalisation de spectacles en fin d'année.

à partir de 7 ans / enfants / pré-ados

➔ 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.

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 enchainements 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.

➔ NOUVEAU ! Pilates

Méthode douce mais efficace renforçant la zone abdominale, le dos et les muscles profonds. On obtient une silhouette affinée et gracieuse. Accessible à tous, toutes corpulences et tous âges confondus.

➔ 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 besoins 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 (1er 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 entouré des autres membres pour avancer avec méthode et ne pas vous laisser submerger. L'abondance des sources ne doit 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 aiguiser 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 passer d'excellents moments avec nous.

informatique / ateliers multimédia

Pour l'ensemble des ateliers, il est recommandé de disposer à domicile d'un ordinateur personnel.

Adultes

➔ Prise en main des outils numériques
Familiarisez-vous avec l'usage des technologies numériques et devenez autonome dans la pratique quotidienne de votre ordinateur, votre tablette ou votre smartphone. Intégrez la culture de base informatique en apprenant les méthodes de résolution de problèmes.

➔ Culture numérique
Geek, Hashtag, QR Code... le jargon numérique vous échappe et vous souhaitez le maîtriser ? Alors cet atelier est fait pour vous ! Vous y découvrirez aussi comment comprendre nombre d'enjeux citoyens induits par l'omniprésence du numérique.

➔ Pratique d'Internet
Apprenez les bases de la pratique du web. Maîtrisez votre navigateur, les moteurs de recherche, la messagerie électronique. Familiarisez-vous avec les outils et les méthodes permettant d'acquérir une navigation autonome, responsable et sécurisée sur le web.

➔ Photomontage
À l'aide du logiciel libre de retouche d'image Gimp, réalisez vos propres photomontages dans une démarche ludique et créative. Les réalisations sont présentées en fin de saison à l'exposition « Expressions plurielles » du centre culturel, à l'espace Anglemont.

➔ atelier personnalisé
Réalisation d'un blog, création d'un compte sur les réseaux sociaux, maîtrise des outils de bureautique, prise en main d'un logiciel de traitement du son… Vous avez un projet numérique et vous souhaitez être accompagné en atelier pour le mettre en place.

informations pratiques

Inscriptions nouveaux adhérents

- Les adhérents peuvent s'inscrire à partir du 2 septembre 2017 aux jours et horaires d'ouverture du secrétariat et lors du Forum des Associations les 9 et 10 septembre 2017. 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 : lundi 18 septembre 2017.
- Fin des cours : samedi 30 juin 2018.
- Certaines activités sont maintenues durant les vacances de la Toussaint, de février, et une semaine à Pâques.

Tarifs

TARIFS		LES LILAS		HORS LILAS	
DROIT D'ADHÉSION ANNUEL		14,50€		43€	
COTISATIONS ANNUELLES		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 RSA, 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.

Formation musicale : les élèves des cours de musique peuvent s'inscrire au cours de formation musicale gratuitement.

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

ARTS DE LA SCÈNE

TN = Tout niveau

{ musique }

Activité	Public	LUNDI	MARDI
Cours individuels			
Accordéon	12 ANS ET +		
Batterie	12 ANS ET +	CL 19h30-21h30	
Guitare classique	12 ANS ET +		
Guitare moderne	12 ANS ET +		CCLM 18h-21h
Piano classique	12 ANS ET +		CCLM 14h-21h
Piano tous styles	12 ANS ET +		
Saxophone	12 ANS ET +		CCJC 17h-21h
Chant individuel	ADULTE	CCJC S1 : 16h-20h (1h, une semaine sur deux) CCJC S2 : 16h-20h (1h, une semaine sur deux)	CCJC S1 : 15h30-20h30 (1h, une semaine sur deux)
Cours collectifs			
Ensemble accordéon	ADULTE		
Ensemble rock	ADO ADULTE		T 19h-21h
Ensemble guitare classique	ADULTE		
Les liens du choeur	ADO-ADULTE		
Les Zépiglottes	ADULTE	CCJC 20h15-22h15 (Avancé)	
Grand Soul Band	ADULTE		
Les choristes de Grand Soul Band	ADULTE		
Formation musicale	12 ANS ET +		

Tous les cours individuels de musique durent 1/2h (sauf mention contraire)

MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
		CCJC 17h-21h30	
CL 19h30-22h30			
CCJC 10h-12h ; 14h-16h30 ; 17h-19h	CCJC 16h30-19h		
CCLM 16h30-21h30			
CCJC 12h-16h ; 16h30-20h30	CCJC 12h-16h ; 16h30-20h30		
	CCJC 16h30-21h	CCJC 14h à 21h	
	CCJC S1 : 12h30-14h30 (1h, une semaine sur deux) TN		CCJC S1 : 10h-11h TN
		CCJC 20h-21h30	
	CCJC 19h-20h		
			CCJC 11h-13h (18 séances dans l'année) TN
	CCJC 20h-22h (sur audition)		
	CCJC 20h-22h (1 fois par mois)		CCJC 14h-16h (1 fois par mois)
CCJC 19h-20h			

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	Public	LUNDI	MARDI
{ théâtre}			
	6-7 ANS	CCLM 17h-18h30	
	8-9 ANS		CCLM 17h-18h30 Débutant
	10-13 ANS	CCLM 18h30-20h Débutant	
	14-18 ANS		CCLM 18h30-20h Débutant
	ADULTE	CCLM 20h-22h30 Interm./Avancé	CCLM 20h-22h30 Débutant
{ danse}			
Danse Jazz	7-8 ANS		CCJC 17h-18h
	9-10 ANS		CCJC 18h-19h15
	11-13 ANS		
	14-17 ANS / ADO INTERM.		
	ADULTE		CCJC 20h30-22h
Comédie musicale	7-9 ANS		
	10-12 ANS		
	13-15 ANS		
	16-25 ANS		
	ADULTE		
Comédie musicale séniors	ADULTE		
Danse de salon	ADULTE		
Danse Hip Hop Nouveau	7-14 ANS		
Nouveau	15 ANS ET +		

EXPRESSION CORPORELLE

Activité	Public	LUNDI	MARDI
Gymnastique d'entretien	ADULTE		CCJC 10h15-11h15 ; 11h15-12h15 ; 12h15-13h15 TN
Pilates Nouveau !	ADULTE		
Gymnastique énergétique	ADULTE		
Gymnastique californienne	ADULTE	CCJC 10h-11h TN	CCJC 19h30-20h30 TN
Gymnastique douce	ADULTE		
Stretching	ADULTE	CCJC 11h-12h TN	
Tai chi chuan et Wutao	ADULTE		
Yoga	À PARTIR DE 12 ANS	FL 19h-20h30 ; 20h30-21h50	

MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
CCLM 16h15-18h15 Interm./ Avancé			
CCLM 18h15-20h15 Interm./ Avancé			
CCJC 14h-15h30			
CCJC 15h30-17h			
CCJC 20h-22h Ado-adulte, avancé	CCJC 19h-20h30, Ado-adulte (25 ans max.), Intermédiaire		
		CCJC 17h30-18h30	
		CCJC 18h30-19h30	
		CCJC 19h30-20h45	
		CCJC 20h45-22h30	
	CCJC 20h30-22h30 (25 ans et +)		
	CCJC 11h-12h		
	SM 19h-20h Intermédiaire SM 20h-21h Débutant (orientation danses latines) SM 21h-22h Avancé		
	CCLM 19h-20h		
	CCLM 20h-21h		

MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
CCJC 10h15-11h15 TN			
	CAL 19h-20h TN		
	CCJC 12h15-13h15 ; 14h15-15h15 ; 15h15-16h15 TN CAL 20h-21h TN		
	CCJC 10h-11h Séniors	CCJC 10h15-11h15 Séniors ; 11h15-12h15 Séniors	
CCJC 19h-20h TN			
			CCJC 09h30-11h (fondamentaux) 11h-12h30 (approfondissement)
	FL 16h30-18h ; 18h-19h30 ; 19h30-21h		

ARTS PLASTIQUES

TN = Tout niveau

Activité	Public	LUNDI	MARDI
BD / Illustration	6 ANS ET +		CCJC 17h30-19h
Dessin / Peinture	6-10 ANS		
	11-17 ANS		
	ADO-ADULTE		
	ADULTE		CCLM 14h30-17h
Couleurs/assemblages volumes	ENFANT (DÈS 8 ANS) - ADULTE	CCJC 17h-18h15	
Photo argentique N&B	11 ANS ET +		CCJC 18h30-20h
	ADULTE		CCJC 20h-22h
Poterie Céramique 1 (B. Pelletier)	6-10 ANS		
	7-11 ANS		
	13 ANS ET +		
	7 ANS ET + (PARENTS-ENFANTS)		
	ADO-ADULTE		
	ADULTE		
Poterie Céramique 2 (A. Viers)	7 ANS ET +		
	ADO-ADULTE		
Sculpture / Mosaïque	ADO-ADULTE		CCJC 18h-20h ; 20h-22h
Mosaïque	ADO-ADULTE		

ACTIVITÉS DE L'ESPRIT

Activité	Public	LUNDI	MARDI
Anglais	ADULTE	CCJC 17h30-19h N3 ; 19h-20h30 N3	CCJC 18h15-19h45 N1 ; 19h45-21h15 N2
Espagnol	ADULTE		
Généalogie et histoire familiale	ADULTE		

INFORMATIQUE

Activité	Public	LUNDI	MARDI
Prise en main des outils numériques	ADULTE		CCJC 15h-17h
Culture numérique	ADULTE	CCJC 19h-21h	
Pratique d'Internet	ADULTE		CCJC 18h-20h
Atelier personnalisé	ADULTE		
Photomontage	ADULTE		

MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
CCJC 14h-15h30 ; 15h30-17h ; 17h-18h30			
CCLM 14h-15h30			
CCLM 16h-17h30			
	CCLM 17h-19h30 ; 19h30-21h30		
CCJC 16h-17h30 ; 17h30-19h			
CCJC 19h-21h	CCJC 20h-22h	CCJC 20h-22h	
			CCJC 11h-12h30
CCJC 15h30-17h			CCJC 14h-15h30
CCJC 17h-18h30			
			CCJC 15h30-17h
			CCJC 17h-18h30
CCJC 19h30-21h30			
CCLM 14h-15h30 ; 15h30-17h			
CCLM 17h-18h30 ; 19h15-21h15			
CCJC 19h15-21h (uniquement mosaïque)			

MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	CCJC 17h45-19h30 Conversation ; 19h30-21H N3		
	CCJC 17h30-18h30 Débutant ; 18h30-19h30 Interm. ; 19h30-20h30 Avancé		
CCJC 18h-20h (1 fois par mois)			CCJC 14h-16h (1 fois par mois)

MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
CCJC 15h-17h			
		CCJC 18h-20h	
CCJC 19h-21h			

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

Autres lieux d'activités :

Le Triton

11 bis, rue du Coq-Français
93260 Les Lilas
Tel. : 01 49 72 83 13

Centre sportif Floréal

202, avenue du Maréchal-de-Lattre-de-Tassigny
93260 Les Lilas
Tel. : 01 48 91 25 08

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
Tel. : 01 41 83 00 45

Hôtel de Ville (salle du Conseil et des mariages, au 1er étage)

96, rue de Paris
93260 Les Lilas
Tel. : 01 43 62 82 02

ville des Lilas