



cael
2019
2020

CAEL

Maison des Jeunes
et de la Culture
Centre Social



6, villa Maurice
92340 Bourg-la-Reine
Tél. : 01 46 63 76 96

accueil@caelmjc.com
www.caelmjc.com

Saison 2019-2020

ÉDITO



Attention, ça déménage !

Ça y est, pour cette saison 2019-2020,
ça va déménager !

Nous y sommes, l'année à venir est synonyme de changement.

Le CAEL est dans les cartons, **on déménage** ! Mais seul le lieu change, car le CAEL tel que vous le connaissez, lui, ne changera pas : on embarque notre bonne humeur et on emballe toute nos activités et nos actions. Comme prévu, **on change tout sans rien changer** !

Pour cette nouvelle saison, le CAEL vous propose également de nouvelles activités : **la danse selon Lester Horton** (page 31) ; jamais trop tard pour développer **l'équilibre et la mémoire en mouvement** (page 38) ; et, avec le **yoga et la sophrologie** on apprend à se détendre, même pour les plus petits (pages 43-44). Et de très, très nombreuses autres activités de qualité que vous pourrez découvrir ou redécouvrir.

Comme toujours, l'équipe du CAEL a plein d'énergie pour ses adhérents. Des activités pour tous, des actions ancrées dans le partage, la rencontre de l'autre, la solidarité entre tous, notre mot d'ordre c'est **ENSEMBLE** !

C'est l'occasion de vous proposer ce nouveau guide des activités, une entrée en matière annonciatrice de ce départ imminent.

L'équipe du CAEL



SOM

MAIRE

| | |
|----------------------------------|----|
| Présentation de la structure | 6 |
| Le CAEL Centre Social | 14 |
| Manifestations 2019-2020 | 24 |
| Activités physiques & danses | 27 |
| Arts créatifs | 47 |
| Musique & théâtre | 63 |
| Langues & nouvelles technologies | 73 |
| Tarifs des activités | 84 |
| Renseignements pratiques | 86 |
| Les lieux d'activités | 87 |

PRÉSENTATION

DE LA STRUCTURE



Une association dont la politique est conduite par un conseil d'administration qui comprend des membres élus, des membres de droits et des membres associés. Elle est gérée par une équipe de professionnels assistée de bénévoles.

LE CENTRE D'ANIMATION D'EXPRESSION ET DE LOISIRS

C'EST... Une Maison des Jeunes et de la Culture
et un Centre Social, ouvert à tous dans
le respect des différences de chacun.

Un lieu de partage et de convivialité où sont organisés
des évènements collectifs et festifs.

Un lieu d'épanouissement personnel et de découverte,
à travers la pratique d'ateliers artistiques, ludiques,
sportifs ou éducatifs.

Un lieu d'accueil et d'information, de rencontres
et d'échanges entre les générations, qui favorise des
liens familiaux, sociaux, la solidarité et la lutte
contre toutes les formes d'exclusion et d'isolement.

Une association qui encourage, facilite et soutient les
initiatives et les projets, l'implication des habitants,
adhérents ou collectifs dans la vie locale.

NOS ACTIONS

DÉNOMINATEUR COMMUN DE NOS ACTIONS : « ÊTRE ET FAIRE ENSEMBLE » ET TISSER AINSI DU LIEN SOCIAL.

Loisirs

Avec une offre de plus de 70 ateliers hebdomadaires (arts créatifs, langues, activités corporelles, musique, théâtre, cirque, danses...) le CAEL favorise la pratique d'activités culturelles et de loisirs pour tous et pour tous les âges.

Culture

Le CAEL participe à la diffusion culturelle de la ville et propose de nombreuses manifestations conviviales et festives. Avec plus de 50 rendez-vous annuels, spectacles d'humour, concerts, expositions, conférences, sorties..., elles contribuent à la découverte, l'ouverture culturelle, et favorisent des moments de rencontre entre des publics d'âges différents.

Animations

Le CAEL contribue à l'animation de la vie locale en participant à différentes manifestations : fête de la ville, Semaine Bleue, rencontres musicales de Bourgl-la-Reine, la Journée internationale des droits femmes...

Le CAEL

en quelques chiffres

9 salariés permanents,
63 animateurs d'activités,
32 bénévoles,
et 2 volontaires en service civique.

Plus de 70 activités hebdomadaires
et 50 stages ponctuels qui regroupent
plus de 2 000 adhérents.

50 manifestations accueillent
près de 7 000 participants.

3 000 heures d'ouverture au public
sur 5 lieux d'activités différents.

1,2 million de budget
dont 78% de masse salariale.



DEVENIR BÉNÉVOLE

AU CAEL

« NOTRE ASSOCIATION FONCTIONNE GRÂCE À L'INVESTISSEMENT DE BÉNÉVOLES AU CÔTÉ DES PROFESSIONNELS ».

Nous recherchons des bénévoles pour animer et conduire différentes actions dédiées aux enfants, jeunes et adultes, de façon ponctuelle ou régulière. Si vous souhaitez donner un peu de votre temps, vous rendre utile, échanger et créer des liens avec d'autres personnes, rejoignez l'équipe de bénévoles du CAEL.

Adhérer au CAEL, c'est :

Avoir la possibilité de participer à toutes ses activités et se sentir concerné par la vie de l'association.

Contribuer directement à la construction et à l'application du projet de la MJC Centre Social.

Pouvoir s'exprimer sur le fonctionnement de l'association, les orientations, les activités... et ainsi pouvoir voter lors des assemblées générales.

Pouvoir s'engager activement et participer aux instances délibératives et décisionnelles de la structure (conseil d'administration, bureau, commissions...).

Garantir le fonctionnement démocratique de l'association.

Le CAEL, c'est surtout une façon de défendre des valeurs partagées pour une vie solidaire autour de la mixité sociale, du vivre-ensemble, du respect, de l'accueil, de l'écoute et du partage.



Le CAEL est soutenu par :

La municipalité de Bourglala-Reine.

La Caisse d'Allocations Familiales des Hauts-de-Seine.

La Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse.

L'État, dans le cadre de la politique Jeunesse et Sport et de la Cohésion Sociale.

Le Fond Jeunesse et Éducation Populaire.

Le Conseil Départemental des Hauts-de-Seine.

Renseignez-vous
au 6, villa Maurice
01 46 63 76 96



Le conseil d'administration

Membres de droit : **Patrick Donath**, maire de Bourg-la-Reine ;
Carole Sprang, présidente de la Fédération Régionale des
MJC en Ile-de-France

Président : **Jacques Yvars**

Vice présidente : **Catherine Gilbert**

Trésorier : **Daniel David**

Trésorier adjoint : **Andrée Mizrahi**

Secrétaire : **Dominique Blondel**

Secrétaire adjoint : **Pierre Richard**

Membre du bureau : **Bruno Massin**

Membres du CA : **Mariam Danwily, Marinette Maignan, Sophie
Schneider, Florence Maurice, Sophie Auric, Muriel Altabef, Jacques
Bernon et Robert Pichard.**

L'équipe salariée

Directeur : **Thibaud Defrace**

Directeurs adjoints : **Justine Duong et Yoann Lecouillard**

Animatrice référente famille : **Tiphaine Bée**

Comptable : **Valérie Boittin**

Accueil : **Cathy Lorenzo et Nabila Reghis**

Agent de maintenance : **Philippe Bignaud**

Animatrice socioculturelle : **Mélanie Eschoua**

LE CAEL

CENTRE SOCIAL

UN PROJET SOCIAL : POUR LA RENCONTRE ET L'ÉCHANGE, TISSER DES LIENS ET CONSTRUIRE DES PROJETS AVEC LES HABITANTS POUR MIEUX VIVRE DANS SA VILLE.

Historiquement Maison des Jeunes et de la Culture, et souhaitant renouveler et élargir ses missions pour mieux répondre aux attentes des habitants, le CAEL continue son évolution et devient en juin 2010 Centre Social, agréé par la Caisse d'Allocations Familiales. Dans le cadre de l'agrément Centre Social et pour formaliser ses actions, le CAEL a défini un projet social. Renouvelé en 2019 pour une durée de 4 ans, ce projet fixe plusieurs priorités à partir des attentes et perceptions identifiées lors d'un diagnostic local partagé.



Un projet famille :

Lieu de rencontres et d'échanges entre les générations, le CAEL met en place, tout au long de l'année, des projets avec et pour les familles. Nos actions, qu'elles soient culturelles, éducatives, citoyennes... visent à renforcer les liens au sein de la famille et les solidarités entre les familles. Ces actions sont formalisées par un projet spécifique aux familles, agréé et soutenu par la Caisse d'Allocations Familiales.

La référente famille :

Son rôle est d'accueillir, d'écouter, d'informer les familles ; elle anime différents projets de soutien à la parentalité. Contactez Tiphaine pour plus d'informations.

Stages en famille :

Partez en famille à la découverte d'activités aussi créatives que ludiques. Entre ateliers manuels, musicaux ou corporels, les enfants accompagnés de leurs parents ou grands-parents vivent un moment de partage exceptionnel.

Le temps du midi est également propice aux échanges. Deux stages vous seront proposés pendant les vacances scolaires.

Sorties :

Partagez seul ou en famille des moments conviviaux, d'échanges, de découvertes, lors de sorties proposées pendant les vacances scolaires. Vous avez un projet de sortie ? N'hésitez pas à nous en parler.

Pauses parent[h]é :

Des temps conviviaux et participatifs dédiés aux parents pour échanger et partager leurs expériences sur les questions d'éducation et de parentalité. Ces rencontres sont construites de façon collective afin de s'adapter au mieux aux besoins et aux attentes des participants. C'est également l'occasion de se situer dans sa posture parentale. Une psychologue est présente sur certaines rencontres pour nourrir les échanges. Des idées de sujets à aborder ? N'hésitez pas à en parler à Tiphaine.

Soirées jeux :

Une fois par trimestre, en famille, seul ou entre amis, venez partager une soirée axée autour du jeu. Découvertes, rencontres et échanges sont au rendez-vous. N'hésitez pas à nous faire découvrir vos propres jeux.

Séjours en famille :

Nous accompagnons un groupe de familles dans la construction d'un projet vacances avec des animations variées. À la mer, à la montagne, à la campagne, partagez vos idées de projets.



PASSER SON

BAFA

AU CAEL

Le CAEL, en tant que Maison des Jeunes et de la Culture et Centre Social, s'inscrit dans le domaine de l'animation et dans un mouvement d'éducation populaire. La formation et l'insertion professionnelle font partie de nos engagements.

Depuis maintenant quelques années, nous soutenons les jeunes réginaburgiens dans leur démarche de formation en proposant un BAFA citoyen.

Le BAFA, c'est quoi ?

Le BAFA est le Brevet d'Aptitudes à la Fonction d'Animateur. Il permet aux jeunes de s'investir dans l'animation volontaire en exerçant la fonction d'animateur dans les différents Accueils Collectifs de Mineurs (séjours de vacances, accueils de loisirs, accueils de jeunes...). Il est « destiné à permettre d'encadrer à titre non professionnel, de façon occasionnelle, des mineurs en accueils collectifs dans le cadre d'un engagement social et citoyen et d'une mission éducative » (Code de l'action sociale et familiale). Etudiants, jeunes travailleurs ou moins jeunes en réorientation, le BAFA est accessible à toute personne de plus de 17 ans. Il peut être une première porte vers l'animation professionnelle.

Et le BAFA citoyen ?

Le BAFA est un engagement éducatif et une formation citoyenne. Le CAEL accompagne les stagiaires BAFA sur l'ensemble de leur parcours: les deux sessions théoriques et le stage pratique, sur la durée des 30 mois maximum de formation. En tant qu'association d'éducation populaire, nous apportons une aide financière aux stagiaires, et leur proposons de s'investir dans l'association en signant un contrat d'engagement. Les stagiaires agiront en tant que bénévoles pendant quelques heures lors d'événements ou de temps d'animation spécifiques de l'association (festivals, squares d'été, bals...).



Pour toute information supplémentaire, ou si vous souhaitez commencer votre formation BAFA, vous pouvez contacter le CAEL.

Un rendez-vous individuel vous sera proposé. Cette première rencontre permet de clarifier les différentes étapes de la formation et de commencer à réfléchir ensemble à votre parcours et à votre engagement.



LAEP

LA « PASSERELLE »

Il s'agit d'un **lieu d'accueil enfants-parents**, qui a pour objectifs de permettre aux parents et aux enfants de partager un temps de jeu et de partage, de préparer l'enfant de moins de 4 ans à la vie en collectivité, de permettre aux parents d'échanger avec d'autres parents et/ou des professionnels de la petite enfance, et de participer à l'éveil de l'enfant.

RELAIS PETITE ENFANCE



18 bis, av. de Montrouge
92340 Bourg-la-Reine
jeudi 14h30 > 17h30
hors vacances scolaires
sans inscription

PROJET

INTERGÉNÉRATIONNEL :

« PASSAGES »

En 2015, salariés et bénévoles du CAEL ont mené un travail de terrain afin de connaître les besoins des seniors sur le territoire. Soutenu par la Caisse Nationale d'Allocation Vieillesse, dans l'objectif de lutter contre l'isolement, de favoriser le lien social et de soutenir les actions culturelles et intergénérationnelles, le CAEL met en place plusieurs actions.

Pauses café :



Un mardi par mois, nous vous proposons de venir échanger et de vous retrouver autour d'un café. Différentes animations peuvent vous être proposées par l'équipe du CAEL accompagnée de ses bénévoles (espaces jeux, lectures, surprises gustatives, etc.).

Entrée libre et sans inscription.

Promenades : Grand air et forme physique



Tout au long de l'année, nous vous proposons un temps de partage et de détente pour entretenir la forme et profiter de la nature.

Les promenades sont adaptées aux rythmes de chacun avec des temps de marches et des temps axés sur la respiration, la redécouverte des sens, le renforcement musculaire, la relaxation... .

Ateliers équilibre en mouvement et prévention des chutes :



En partenariat avec le PRIF (Prévention retraite Ile-de-France), des sessions de l'atelier « Equilibre en mouvement et prévention des chutes » sont proposées aux seniors. Ces ateliers visent à mieux appréhender les chutes au quotidien, réaffirmer la confiance en soi, développer l'autonomie.

Les sessions sont composées de 12 séances dont deux tests initiaux et finaux afin d'adapter au mieux les ateliers et évaluer votre progression. Pour participer à ces ateliers il suffit de vous inscrire à l'accueil du CAEL.

LES GRANDS RENDEZ-VOUS DU CAEL

MANIFESTATIONS 2019-2020

Tous les évènements culturels de la saison 2019-2020 du CAEL seront présentés dans le programme de saison qui sera disponible à partir du mois de septembre 2019.

**FESTIVAL
DE L'HUMOUR**
de Bourg-la-Reine

musica[e]l

Le festival de musique
de Bourg-la-Reine

Activités physiques & danses .

Le plus petit cirque du monde

| | |
|----------------------|----|
| Circomotricité _____ | 28 |
| Cirque | |
| Hip cirq' hop _____ | 29 |

Danses

| | |
|----------------------------------|----|
| Claquettes | |
| Barre au sol _____ | 30 |
| Danse Horton | |
| Danse classique _____ | 31 |
| Danse moderne jazz | |
| Danse moderne _____ | 32 |
| Danse orientale _____ | 33 |
| Atelier chorégraphique | |
| Initiation à la danse | |
| Atelier d'éveil à la danse _____ | 34 |
| Hip-hop | |
| Zumba _____ | 35 |
| Tango _____ | 36 |

Gymnastique

| | |
|------------------------------|----|
| Body gym | |
| Gym bien-être _____ | 37 |
| Gymnastique | |
| Gym sénior | |
| Gym mémoéquilibre _____ | 38 |
| Gym tonic | |
| Gym tonic stretching _____ | 39 |
| Gym douce | |
| Pilates/Garuda | |
| Training postural _____ | 40 |
| Taï chi chuan chi gong _____ | 41 |

Bien-être

| | |
|---|----|
| Méditation de pleine conscience ou mindfulness _____ | 42 |
| Yoga | |
| Yoga enfant _____ | 43 |
| Sophrologie/yoga | |
| Sophrologie _____ | 45 |

LE PLUS

PETIT CIRQUE

DU MONDE



4 à 5 ans

mercredi 15h > 16h *

CIRCOMOTRICITÉ

Les ateliers de circomotricité permettent aux tous petits d'explorer en toute sécurité leurs compétences motrices, leurs expressions corporelles et leur coordination dans l'espace.

* Ces cours ont lieu au 12, place de la Gare

** Ces cours ont lieu au Gymnase des Bas-Coquarts, 8 av. de Montrouge



6/8 ans

mercredi 13h30-15h *

9 ans +

mercredi 16h-17h30 *

CIRQUE

Acrobatie > vous pourrez expérimenter le mouvement de votre corps dans l'espace.

Jonglerie > balles, massues et diabolos, apprenez à jongler avec tous ces objets.

Équilibre > essayez l'équilibre sur boule, rolla bolla et monocycle.



7 à 12 ans

samedi 11h > 12h30 **

samedi 12h30 > 14h **

HIP CIRQ' HOP

Travail sur le rythme et le corps en jonglant.

Développement corporel et coordination des mouvements en musique. Pratique des mouvements dansés et de l'écoute musicale. Approche des techniques de jonglage mixées avec le hip-hop.

DANSES



Intermédiaires

lundi 18h30 > 20h

Débutants

lundi 20h > 21h30

CLAQUETTES

Philou

Enchaînement, coordination, pas de danse, techniques, le shuffle, le puddle, le maxi ford, les riffs... ce cours permet de s'initier aux fondamentaux des claquettes mais aussi d'approfondir ses connaissances et de les pratiquer. Les claquettes sont connues dans le monde entier pour leur technique ancestrale faite de rigueur et de coordination des mouvements. Les claquettes c'est aussi un excellent moyen de faire travailler son corps et de se muscler.



Adultes & ados

jeudi 19h > 20h

BARRE AU SOL

Annelise Vincent

C'est un cours inspiré des exercices d'échauffement des danseuses classiques debout à la barre mais adaptés au sol. Ces assouplissements donnent à votre corps : musculature, tonification et meilleure posture. Ouvert aux adultes.



Horton 1

mercredi 17h > 18h30

Horton 2

mercredi 18h30 > 20h

Horton 3 & 4

vendredi 19h30 > 21h

DANSE HORTON



Annelise Vincent

Apprentissage de variations. Technique Horton : technique de danse moderne qui vient des Etats-Unis. Nécessite une base classique. Spectacle en fin d'année.

DANSE CLASSIQUE

Annelise Vincent

À travers la technique classique, l'élève s'exprimera à l'aide d'histoires et des chorégraphies du répertoire classique. Spectacle en fin d'année.



Niveau 1

mercredi 10h > 11h

Niveau 2

mercredi 11h > 12h

Niveau 3

mercredi 12h30 > 13h30

Niveau 4

Mercredi 13h30 > 14h30

Niveau 5

jeudi 17h > 18h

Niveau 6

vendredi 17h > 18h

Niveau 7

jeudi 18h > 19h

Niveau 8

mercredi 14h30 > 15h30

Niveau 9

mercredi 15h30 > 17h

Niveau 10

vendredi 18h > 19h30

Niveau SUP

jeudi 20h > 21h30

Nouveau

Adolescents - adultes

lundi 21h > 22h30



DANSE MODERNE JAZZ

Samtou Kidabili

Arrivé en même temps que la musique jazz aux Etats-Unis, le Modern' Jazz est une danse du monde née grâce à la rencontre des cultures africaines et européennes. C'est une danse qui permet une grande liberté de mouvements et ainsi d'exprimer son sens artistique. La diversité des danses que pratique Samtou vous fera voyager à travers différentes cultures.

DANSE MODERNE

Nadia Hasa

Le cours consiste en un échauffement, des exercices et des chorégraphies qui allient aussi bien la technique, le travail au sol, les qualités du mouvement lié ou saccadé, les lignes et enfin les courbes. J'utilise différents styles de musique afin d'atteindre une précision, une qualité et l'épanouissement des élèves.



6 à 7 ans

mercredi 10h30 > 11h30

samedi 15h15 > 16h15

7 à 9 ans

mardi 17h > 18h

mercredi 13h > 14h

vendredi 17h > 18h

samedi 17h15 > 18h15

10 à 12 ans

mardi 18h > 19h

mercredi 14h > 15h

mercredi 15h > 16h30

samedi 16h15 > 17h15

12 à 14 ans

vendredi 18h > 19h30

samedi 11h30 > 13h

13 à 15 ans

samedi 13h > 14h30

Perfectionnement de 15 à 18 ans

mardi 19h > 20h30

vendredi 19h30 > 21h

Adultes tous niveaux

mardi 20h30 > 22h

DANSE ORIENTALE

Sarah Rhea

Sarah Rhea enseigne la danse orientale égyptienne et ses différents styles. Les cours sont dédiés à la technique et à l'apprentissage d'enchaînements et de chorégraphies. Elle sensibilise également les élèves aux rythmes, aux grandes voix égyptiennes vibrantes d'émotions et à l'histoire du «raqs sharqi», véritable patrimoine culturel égyptien.



Adultes tous niveaux (à partir de 16 ans)

mercredi 19h30 > 21h*

Atelier chorégraphique :

1 dimanche par mois

15h > 18h :

dimanche 13/10

dimanche 10/11

dimanche 15/12

dimanche 12/01

dimanche 02/02

dimanche 08/03

dimanche 05/04

dimanche 17/05

dimanche 31/05

Tarifs : BLR > 21€ la séance HBLR > 32€

* Ces cours ont lieu au 12, place de la Gare



samedi 18h15 > 19h45

ATELIER CHORÉGRAPHIQUE

Nadia Hasa

L'atelier chorégraphique est la préparation d'un ballet contemporain. La technique, l'interprétation et l'improvisation sont indispensables. Cet atelier aboutit à un spectacle.



5 ans

samedi 10h30 > 11h30

5 à 6 ans

mercredi 11h30 > 12h30

INITIATION À LA DANSE

Nadia Hasa

Préparation ludique à la danse en apprenant à coordonner des mouvements techniques de bras et de jambes, à la barre et au centre de la salle, pour arriver à un enchaînement. Les cours débutent toujours par un échauffement et se terminent par des étirements.



4 à 5 ans

mercredi 9h30 > 10h30

4 à 5 ans

samedi 9h30 > 10h30

ATELIER D'ÉVEIL À LA DANSE

Nadia Hasa

Le cours consiste en une connaissance et un éveil des capacités du corps de l'enfant. Des parcours de motricité sont mis en place par le biais d'accessoires, de parcours afin d'aboutir à une bonne coordination des mouvements d'équilibre et de souplesse.



12-14 ans

lundi 18h > 19h30

15-17 ans

lundi 19h30 > 21h

7-10 ans

samedi 14h > 15h

11-14 ans

samedi 15h > 16h30



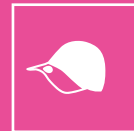
Adultes

à partir de 16 ans

samedi 14h30 > 15h30 *

samedi 15h30 > 16h30 *

* Ces cours ont lieu
au Gymnase des Bas-
Coquarts, 8 av. de
Montrouge



HIP-HOP

Association « Uni'son »

La danse, une passion contagieuse...

Pourquoi le Hip-hop ? Vous comprendrez si vous tentez !

Venez respirer et voyager à travers la culture Hip-hop.

ZUMBA

Séverine Le Gros

Activité physique alliant le fitness et la danse de façon ludique et entraînant sur des musiques latines mais aussi funk, swing, orientales, etc. Un moment sportif plein de bonne humeur !



A partir de 15 ans & adultes
Tous niveaux
dimanche (tous les 15
jours) 15h > 18h

Il n'est pas indispensable de
venir en couple.

Des chaussures plates et
souples sont conseillées.

TANGO

Alain-Moïse Arbib

Dans un cycle de 15 séances de trois heures, nous explorerons plusieurs notions qui nous relient aux fondements du tango argentin : confiance, musicalité, écoute...

Le tango nous invite à évoluer ensemble dans l'espace collectif du bal. Il nous amène à développer une écoute sensible et consciente de la présence de l'autre, dans l'acceptation et le respect de qui nous sommes, là où nous sommes.

Chaque séance sera l'occasion d'explorer un élément essentiel de la pratique de cette danse à partir des expériences de chacun grâce à des leviers créés et expérimentés au cours de ces dernières années.

GYMNASTIQUE



lundi 9h > 10h15
mardi 18h30 > 20h
jeudi 11h15 > 12h30
vendredi 9h > 10h15

BODY GYM

Carole Grémy

Séance visant la tonification musculaire de l'ensemble du corps à l'aide d'exercices ciblant chaque groupe musculaire avec, en fin de séance, un travail d'étirement, d'assouplissement et de détente.

En fin de cours 30 minutes de stretching



lundi 11h15 > 12h30
mardi 17h15 > 18h30
jeudi 9h > 10h15

GYMNASTIQUE BIEN-ÊTRE

Carole Grémy

Un cours de gym adapté, permettant de préserver et d'améliorer les capacités de chacun. Une séance alliant travail respiratoire, tonification musculaire, assouplissement et mobilité.



mardi 10h30 > 11h30

GYMNASTIQUE

Anna Chapira

Les exercices constitués de mouvements globaux s'attachent au bon fonctionnement des chaînes musculaires sur un tempo modéré.

En fin de cours 30 minutes de stretching.



lundi 10h15 > 11h15

jeudi 10h15 > 11h15

vendredi 10h15 > 11h15

GYMNASTIQUE SÉNIOR

Carole Grémy

Ce cours a pour objectif de développer la tonicité musculaire, la mobilité articulaire, la coordination, la souplesse et la stabilité (équilibre).



vendredi 11h15 > 12h15

GYMNASTIQUE SÉNIOR MÉMO ÉQUILIBRE

Carole Grémy

Séance axée sur le travail de l'équilibre et la mémoire en mouvement.



 Nouveau



mardi 20h > 21h30

GYM TONIC

Carole Grémy

Séance axée sur un travail cardio-vasculaire, un renforcement musculaire, qui se termine en douceur par un travail de stretching et de retour au calme.



mardi 9h > 10h30

mercredi 18h30 > 20h

mercredi 20h > 21h30

jeudi 18h30 > 20h

jeudi 20h > 21h30

samedi 9h > 10h30

samedi 10h30 > 12h

GYM TONIC STRETCHING

Anna Chapira

Tonification et endurance musculaire, assouplissement des muscles et articulations. Différentes techniques (culture physique, body sculpt, hatha yoga, pilates). Exercices avec haltères, rubber bands, médecine balls, balles lestées.



lundi 15h > 16h

lundi 16h > 17h

lundi 18h > 19h*

lundi 19h > 20h*

vendredi 9h15 > 10h15

vendredi 18h > 19h*

Atelier

vendredi 19h > 20h*

GYMNASTIQUE DOUCE

Nathalie Rongier

Travail respiratoire, cardio-vasculaire, musculaire et articulaire. Recherche de coordination et équilibre du corps. Restructuration de tout l'organisme. Respect des possibilités de chacun avec une extrême attention et précaution pour que chaque élève y trouve son intérêt.



mercredi 17h > 18h

PILATES / GARUDA

Anna Chapira

Avec les méthodes et matériel du pilates et du garuda. Améliorer la posture, acquérir la force (abdominaux et dos), la souplesse et la précision du mouvement. Des exercices variés dont l'origine est le pilates, le yoga et la respiration.



mardi 11h30 > 13h

TRAINING POSTURAL

Anna Chapira

En plus de la détente et du bien-être, le training postural agit sur les articulations dont l'usure au quotidien est évidente. Les exercices intenses alternent avec des exercices de récupération tendant vers un alignement juste de l'appareil musculo-squelettique. En quelques mois, vous constaterez un véritable confort physiologique..

* Ces cours ont lieu
au 12 place de la
Gare

TAI CHI CHUAN ET CHI GONG

Lionel Seite



Le Tai Chi Chuan et le Chi Gong sont deux gymnastiques chinoises issues de la médecine traditionnelle. Avec douceur, la pratique met l'accent sur le développement de la respiration, sur l'équilibre du geste, sa coordination, sa souplesse, et réactive le circuit de l'énergie qui est en chacun de nous. Idéal pour une remise en forme en profondeur, une stimulation du système immunitaire et une réelle détente nerveuse. Des séquences de Méditation de pleine conscience permettent d'ancrer plus encore les bienfaits des mouvements. S'allonger, se laisser guider et se reconnecter avec son corps en portant son attention sur l'instant présent. Il suffit de quelques minutes pour développer un calme profond et durable. A vous d'essayer !



Débutants & Intermédiaires

jeudi 12h -13h30

Chi gong / Tai-chi-gong

Tai-chi-chuan : 108 Yang
(parties 1et 2)

Eventail / méditation de
pleine conscience (toutes
les 3 semaines)

Contenus Avancés 2

jeudi 13h30-15h30

Eventail, Epée, Sabre

Chi Gong / Tai Chi Gong

Tai Chi Chuan : 108 Yang, 24

Yang de Pékin

Méditation de pleine
conscience (toutes les 3
semaines)

Contenus Avancés 1

jeudi 14h-15h30

Chi Gong / Tai Chi Gong

Tai Chi Chuan : 108 Yang et
24 Yang de Pékin

Méditation de pleine
conscience (toutes les 3
semaines)

BIEN-ÊTRE



lundi 11h30 > 12h30

lundi 12h30 > 13h30

lundi 20h10 > 21h10*

MÉDITATION DE PLEINE CONSCIENCE OU MINDFULNESS

Elisabeth Allier

Pratique laïque

Exercices d'entraînement de l'attention

Bénéfices :

- réduction du stress
- meilleur sommeil
- meilleure régulation des émotions
- augmentation de la concentration
- meilleure gestion des pensées parasites :
ruminations, anticipations anxieuses

*Ces cours ont lieu
au 12 place de la
Gare



mardi 18h > 19h30*
mardi 19h30 > 21h*
mercredi 9h > 10h30*
samedi 9h > 10h30*
samedi 10h30 > 12h*

YOGA

Caroline Pradeau

Véritable science de la vie, plusieurs fois millénaire.

Le yoga est accessible à tous et s'adapte à tous. Le cours se compose : d'asanas (postures), de pranayamas (respirations) et de relaxation/méditation. Un ensemble de « techniques » visant à unifier l'être et à développer ses potentialités sur les plans physique, psychique et spirituel.



De 6 à 8 ans
mercredi 10h30 >
11h30*

YOGA ENFANT



Caroline Pradeau

Le yoga pour enfant est présenté de façon ludique et pédagogique. Les séances se composent de : postures dynamiques de yoga, de moments calmes, de respirations, de concentration, de jeux de groupe, de dessins, de musique et d'échanges. Les bienfaits : souplesse, équilibre, détente, concentration, confiance en soi, créativité, ouverture aux autres, respect.

C'est un art de vivre qui permet à l'enfant de se découvrir, d'évoluer en confiance et de s'épanouir en toute sérénité.

* Ces cours ont lieu
au 12 place de la
Gare



Nouveau

YOGA

Freia Sicre et Erika Gobillot

Enseignement du Yoga de l'Énergie (mouvements préliminaires, salutation au soleil et à la lune. Asanas, Naropas, Tibétains). Pranayama, Concentration, relaxation (T.A Schultz, Yoga Nidra). Initiation à la méditation.

Freia Sicre

Tous niveaux

mardi 9h > 10h30

mardi 10h30 > 12h

jeudi 9h > 10h30

jeudi 10h30 > 12h

Erika Gobillot

Tous niveaux

jeudi 19h15 > 20h15





Tous niveaux
lundi 10h - 11h30

SOPHROLOGIE / YOGA



Caroline Pradeau

Un mélange de Yoga (postures, étirements) et de sophrologie (respiration, visualisation).
Avoir les outils pour mieux affronter les défis du quotidien avec sérénité, retrouver un état de bien être et activer son potentiel.



Tous niveaux
lundi 11h30 - 12h30

SOPHROLOGIE



Caroline Pradeau

Session de 10 séances
mardi 12h30 - 13h30

Une philosophie de vie, une méthode pour vivre en harmonie au quotidien. Créée par le Dr Caycedo, médecin neuropsychiatre, il s'inspire des techniques occidentales comme orientales et met au point un ensemble de techniques qui vont à la fois agir sur le corps et le mental. Des exercices qui travaillent sur la respiration, la décontraction musculaire et la visualisation.

Tous niveaux :
du 1/10 au 17/12
du 7/01 au 24/03
sénior :
du 21/04 au 23/06

Tarifs session :
BLR : 75€
HBLR : 85 €

 Nouveau

Beaux-arts, arts décoratifs & Artisanat .

Ateliers d'arts

Aquarelle _____ 48

Arts plastiques

Éveil aux arts plastiques _____ 52

Atelier de création

Arts graphiques _____ 53

Dessin, peinture _____ 54

Illustration

Croquis _____ 55

Sculpture _____ 56

Arts décoratifs & artisanat

Club patchwork

Coupe couture _____ 57

Réfection fauteuils _____ 58

Encadrement

Mosaïque _____ 59

Peinture sur bois,

peinture décor

Peinture sur porcelaine _____ 60

Poterie, modelage, céramique _____ 61



AQUARELLE STAGES

Nelly Playe André

Des stages d'aquarelle autour de thèmes variés, pour découvrir ou parfaire sa technique, sa créativité. Un atelier avec des démonstrations et un accompagnement individualisé, en groupe de 7 à 10 personnes, les débutants sont les bienvenus.

Stages du vendredi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h30

Tarif : BLR > 55€ / HBLR > 60€

et en week-end, le samedi de 14h à 18h30 et le dimanche de 9h30 à 18h

Tarif : BLR > 95€ / HBLR > 100€ (avec le repas)

*Réduction de 5% à partir du 6ème stage

| vendredi | week-end | thèmes |
|----------|---------------|----------------------------|
| 20 sept. | 21 & 22 sept. | Paysage à la manière de... |
| 11 oct. | 12 & 13 oct. | Scène d'intérieur |
| 15 nov. | 16 & 17 nov. | Petites et grosses bête |
| 6 déc. | 7 & 8 déc. | Objet à la loupe |
| 17 janv. | 18 & 19 janv. | Silhouette |
| 20 mars | 21 & 22 mars | La ville |
| 24 avril | 25 & 26 avril | La lumière dans le verre |
| 8 mai | 9 & 10 mai | Stage en Anjou |
| 12 juin | 13 & 14 juin | Carnet de voyage à Paris |

Stages vacances du lundi
au vendredi de 14h à 18h.

Tarif : BLR > 140€ /
HBLR > 145€

Du 21 au 25 octobre
Carnet de voyage
Du 17 au 21 février
Eclat de lumière dans
un paysage, un personnage

Hors CAEL
Fin juin : stage dans les
Côtes d'Armor
Fin août : stage en Anjou

Pour les
inscriptions,
prendre contact
avec l'animatrice.
Nelly Playe André
nellyplayeandre
@gmail.com
06 50 02 64 57

AQUARELLE



samedi 14h > 19h
dimanche 10h > 18h

Tarifs : BLR > 110€ /
HBLR > 120€*

*Réduction de 5% à
partir du 6^e stage

AQUARELLE STAGE D' INITIATION

Isabelle Gagneux

Le stage d'initiation est le préalable fondamental pour pouvoir intégrer au mieux les stages ou les cours. Enseignement des bases du travail avec l'eau et du mélange des couleurs (nombreux exercices et démonstrations).

2 dates en septembre et octobre
Calendrier à voir à l'accueil du CAEL



samedi 14h > 19h
dimanche 10h > 18h

Tarifs : BLR > 110€ /
HBLR > 120€*

*Réduction de 5% à
partir du 6^e stage

AQUARELLE STAGE DE PERFECTIONNEMENT

Isabelle Gagneux

Réservé aux personnes ayant déjà participé à un stage d'initiation au CAEL

6 stages de novembre à juin
Thèmes : La couleur – Interpréter – Intimité – La rue Végétal – Extérieur

Calendrier à voir à l'accueil du CAEL



mercredi 9h30 > 12h30
Tous les 15 jours

AQUARELLE TECHNIQUE

Isabelle Gagneux

Travail autour de la technique de l'aquarelle et de la couleur.
(session de 15 séances)

AQUARELLE RECHERCHE

Isabelle Gagneux

Chaque participant apporte son travail personnel afin de
bénéficier de conseils personnalisés.
(session de 15 séances)



lundi 14h30 > 17h30
lundi 18h > 21h
mercredi 18h30 > 21h30
jeudi 14h30 > 17h30
jeudi 18h > 21h

AQUARELLE

Isabelle Gagneux

Différentes thématiques sont proposées en cours d'année
comme support d'évolution dans la technique de l'aquarelle.
Il n'y a pas de niveau, les cours sont «mixtes», c'est-à-dire
composés de personnes nouvelles et de participants de
longue date. Chacun bénéficie d'un accompagnement
personnel, à son rythme, au sein du groupe.



5 à 11 ans

samedi 9h30 > 11h

11 à 15 ans

samedi 11h > 12h30

ARTS PLASTIQUES

Anne-Élisabeth Hamelle

Atelier d'arts et de loisirs créatifs dédié au plaisir de réaliser par soi-même et en petit groupe, des objets durables ou éphémères, des créations ludiques ou pratiques, des idées décoratives grandioses ou minuscules, des œuvres en somme. Tirer parti des matériaux pour expérimenter des techniques variées, se diversifier pour faire découvrir à vos enfants ce qu'ils hésitent à faire à la maison. Peinture, collage, matériaux de recyclages, modelage, bricolage, cartonnage, tissus...



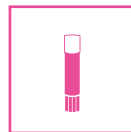
3 à 5 ans

mercredi 14h30 > 15h30

ÉVEIL AUX ARTS PLASTIQUES

Anne Aubert

Guider l'enfant dans la découverte de différentes techniques (encre, peinture, poterie...).



5 à 12 ans

mercredi 9h30 > 11h

mercredi 11h > 12h30

7 à 14 ans

mercredi 13h > 14h30

ATELIER DE CRÉATION

Anne Aubert

Faire fonctionner l'imaginaire de l'enfant, lui permettre de développer ses capacités personnelles par la réalisation de divers projets. Dessiner, peindre, créer des marionnettes, inventer des décors, réaliser des masques...



mardi 18h > 20h30

jeudi 10h > 12h30

vendredi 10h > 12h30

vendredi 15h > 17h30

vendredi 18h > 20h30

ARTS GRAPHIQUES

Rémy Le Goistre

Cours de dessin et de peinture. Toutes les techniques souhaitées peuvent être abordées. Du débutant à l'amateur confirmé, l'atelier se déroule au rythme de chacun.

DESSIN



6 à 11 ans

mercredi 14h > 16h

vendredi 17h30 > 19h

12 à 16 ans

mercredi 16h > 18h

DESSIN PEINTURE

Jaime Raddatz

Deux ateliers sont proposés selon l'âge de l'enfant.
Pour les 6 à 11 ans – Dessiner et créer, peindre et imaginer. À l'aide de techniques diverses (pastels, gouache, encres...), chaque élève travaillera son coup de crayon et son sens de l'observation, tout en développant un style personnel.
Pour les 12 à 16 ans – Recherche d'expression plastique à travers la mise en œuvre de différentes techniques à s'approprier, en particulier celle du dessin (perspective, volume, ombre et lumière...)



Tous niveaux

jeudi 18h > 20h30

ILLUSTRATION

Rémy Le Goistre

Comment créer des personnages, des lieux imaginaires, des créatures réalistes ou non, comment mettre en images les récits, les souvenirs, les idées et toutes les envies qui nous passent par la tête? Rémy, illustrateur professionnel, nous livre ses secrets de fabrication, pour mieux dessiner et concrétiser toutes nos fantaisies sur le papier, en noir et blanc ou en couleur.



Tous niveaux

mardi 19h30 > 21h30

CROQUIS

Ludovic de Valon

Croquis d'après modèle vivant. Capturer l'instant dans la fluidité du geste à travers différentes techniques : encre, fusain, brou de noix... Pour les personnes inscrites à un cours d'arts graphiques, possibilité de travail à la séance.



Tous niveaux

lundi 15h > 18h

lundi 19h > 22h

mardi 15h > 18h

mercredi 15h > 18h

mardi 19h > 22h *

mercredi 10h > 13h *

Ces cours hebdomadaires proposent 2 séances consécutives tous les 2 mois avec modèle vivant.



* Ces cours ont lieu au 13 avenue de Montrouge Bât. 18

SCULPTURE ARTISANAT

Pierre Mouchet

L'atelier de sculpture est ouvert à toutes les personnes désireuses de découvrir l'art du volume, de la lumière et du toucher, à travers différents modes d'expression : modelage (terre, plâtre), taille directe (bois, pierre), assemblage (tous matériaux).

Cet atelier s'adresse aux débutants comme aux personnes plus confirmées et propose un accompagnement et une guidance tout au long des réalisations qu'elles soient d'inspiration figurative, symbolique ou abstraite.

Les séances de modelage avec modèle vivant privilégient un travail sur l'observation de l'anatomie, la compréhension des volumes dans l'espace, les proportions et la morphologie.

Mercredi 10h > 13h :

2 séances tous les deux mois avec modèle vivant

Mercredi 2 octobre 2019

Mercredi 9 octobre 2019

Mercredi 27 novembre 2019

Mercredi 4 décembre 2019

Mercredi 29 janvier

Mercredi 5 février

Mercredi 25 mars

Mercredi 1er avril

Mercredi 27 mai

Mercredi 3 juin

ARTS DÉCORATIFS & ARTISANAT



Tous niveaux

jeudi 13h30 > 16h30

Tous les 15 jours

CLUB PATCHWORK

Nicole Schmieder

Le club est ouvert à tous les passionnés du patchwork, même aux presque débutants. Nous tirons l'aiguille dans la bonne humeur en échangeant nos idées et nos styles, nos tissus, etc.



Tous niveaux

mardi 14h > 17h

Possibilité de session
de 5 cours

COUPE COUTURE

Sylvette Lantier

Évènements exceptionnels (mariage, baptême, réveillon...) ou simplement costumes pour les enfants, venez réaliser votre modèle. L'atelier couture vous aidera en quelques cours.



Tous niveaux

lundi 9h30-12h30

lundi 14h-17h

lundi 18h30-21h30

RÉFECTION FAUTEUILS

Martine Pilot

La réfection de fauteuils dans la décoration intérieure. Redonner vie à un fauteuil de style ou contemporain, à l'aide de matériaux traditionnels (ressorts, crin...) ou modernes (profilés, mousse...) demande temps, réflexion et patience. Quelle que soit la technique, vous serez accompagné dans la réalisation de votre projet et guidé dans le contexte plus global de la décoration intérieure (conseils en matières, couleurs...).

Cours hebdomadaires, ou une semaine sur deux, ou session de cinq cours :

Possibilité de stages pendant les week-end et vacances scolaires : prendre contact avec l'animatrice.



Tous niveaux

lundi 9h30 > 12h30

Tous les 15 jours

jeudi 9h30 > 12h30

Groupe A

jeudi 9h30 > 12h30

Groupe B

ENCADREMENT

Géraldine Couderc

Mise en valeur des documents (photo, gravure, carte...) à encadrer, en employant des techniques traditionnelles et contemporaines (Passe-partout, biseaux à 45°, biseaux à la française...)

Possibilité de session de 5 séances



Tous niveaux

samedi 9h > 13h *

Tous les 15 jours

Débute le samedi 30
septembre

MOSAÏQUE ADULTE

Johanna Klarsfeld

Une mosaïque est une œuvre composée de fragments ne possédant pas d'identité particulière. Ces fragments de verre, coquillage, pierre ou céramique sont juxtaposés et maintenus par un mortier. Lorsqu'elle est terminée, la mosaïque dessine une image figurative ou abstraite, véritable tableau, qui lui confère enfin une identité propre.

Belle et pratique, robuste et merveilleuse, durable et majestueuse, la mosaïque est tout cela à la fois, mais elle séduit par-dessus tout parce qu'elle suscite l'admiration et la naissance de nouvelles vocations.

Mon atelier accueille des adultes depuis plusieurs années, chacun exprime ses talents dans la création de mosaïque, selon son inspiration.

* Ce cours a lieu au
12 place de la Gare



Tous niveaux

mardi 9h15 > 12h15

Tous les 15 jours

mardi 13h15 > 16h15

tous les 15 jours)



Tous niveaux

mardi 14h > 17h

jeudi 18h30 > 21h30

PEINTURE SUR BOIS, PEINTURE DÉCOR

Jean-François Houberdon

Nos ateliers de peinture décorative vous proposent une gamme de techniques les plus complètes, classiques ou contemporaines, appliquées aux supports les plus diversifiés de votre choix : objets, mobilier, décor intérieur, tissus, métal.

Peinture sur bois

Études de styles de décoration artisanale sur objets et petit mobilier.

Peinture décor

Études de techniques décoratives sur tout support : ornementation classique et contemporaine, trompe-l'œil, paysages, fresques, peinture en relief, au couteau, sur feuille d'or.

PEINTURE SUR PORCELAINÉ

Laurence Macherez

Le décor sur porcelaine relève d'une haute tradition. Nous vous proposons de réaliser vos propres décors classiques ou modernes selon vos goûts, de créer vos collections et services de table, d'apprendre les différentes techniques.



POTERIE , MODELAGE , CÉRAMIQUE

Johanna Klarsfeld

Découverte ou perfectionnement de l'art de la terre par des exercices simples, Ouais ludiques et créatifs.

Adultes *

lundi 13h30 > 16h30

vendredi 19h30 > 22h30

5 à 8 ans *

mercredi 13h > 14h30

samedi 13h > 14h30

(tous les 15 jours) > Débute

le samedi 21 septembre

à partir de 9 ans *

mercredi 16h30 > 18h30

7 à 10 ans *

mercredi 14h30 > 16h30

samedi 14h30 > 16h30*

(tous les 15 jours) > Débute

le samedi 21 septembre

à partir de 9 ans *

samedi 16h30 > 18h30

(tous les 15 jours) > Débute

le samedi 21 septembre

Stages pour adultes :

dimanche 9h > 18h *

13 octobre

15 décembre

19 janvier

22 mars

17 mai

14 juin

Stage en famille :

samedi 14h > 18h30 *

12 octobre

14 décembre

18 janvier

21 mars

16 mai

* Ces cours ont lieu
au 12, place de la
Gare

Tarifs : BLR > 70€ /
HBLR > 80€

Tarifs : BLR > 45€ / HBLR > 50€
(10€ supplémentaires par
enfant à partir du 2^e enfant)

Musique & Théâtre .

Musique

| | | |
|-------------------------------|----|--------------------------------------|
| Guitare _____ | 64 | Ensemble vocal et travail individuel |
| Atelier lutherie | | |
| Ukulélé _____ | 65 | Chant et technique vocale _____ |
| Flûte traversière | | |
| Clavecin _____ | 66 | |
| Piano _____ | 67 | |
| Éveil musical | | |
| Clarinette _____ | 68 | |
| Initiation à la guitare | | |
| Ensemble de musiques | | |
| « d'ici et d'ailleurs » _____ | 69 | |

Théâtre

| | |
|-----------------------|----|
| Théâtre sans texte | |
| Théâtre jeunes | |
| Théâtre adultes _____ | 71 |

MUSIQUE



Tous niveaux

Avec John Chappuis

mercredi 12h > 21h

Avec Arnaud Copinet

lundi 17h > 21h

jeudi 17h > 21h

Cours collectifs : groupes
homogènes de trois élèves
vendredi 16h30 > 20h30

GUITARE

Ces cours s'adressent aux débutants comme aux confirmés, venez vous initier aux premiers accords avec des professeurs qui vous apprendront technique et méthode pour acquérir des bases solides et ensuite développer votre propre style, pour les plus confirmés venez pratiquer et renforcer vos compétences.

Avec Gautier Revillod

samedi 10h > 18h



mardi 16h30 > 20h30

GUITARE (CLASSIQUE, FOLK, ÉLECTRIQUE), OUD, BASSE ET MANDOLINE

Julien Coulon

Apprentissage de l'instrument de manière orale et écrite afin d'acquérir l'autonomie nécessaire pour pouvoir jouer les morceaux abordés en cours. Styles variés en fonction des envies de l'élève et de son niveau (classique, folk, pop, rock, oriental, celtique, brésilien...).



Tous niveaux

samedi 9h > 12h

ATELIER LUTHERIE

Robert Foch

Passionnés de musique, novices ou curieux peuvent venir s'inscrire à ces ateliers passionnants. La lutherie est la fabrication d'instruments à cordes frottées ou pincées, de l'élaboration de l'instrument aux différentes étapes de fabrication, vous serez accompagné lors de toute la conception par un professionnel. Ces ateliers sont ouverts à tous et n'exigent aucune connaissance technique ou de savoir-faire associé.



Débutants

lundi 10h > 11h

Faux débutants

samedi 10h > 11h

samedi 11h > 12h

UKULÉLÉ

Rémy Le Goistre

Pour ceux qui n'en seraient pas encore convaincus, c'est un instrument à cordes à part entière, idéal pour s'accompagner en toutes circonstances. Il évoque les îles lointaines du Pacifique, les comédies musicales américaines d'avant-guerre, mais il peut aussi permettre de se familiariser assez vite avec tous les principes harmoniques de la musique d'aujourd'hui. Pour les débutants ou les joueurs plus confirmés, son enseignement à été confié à Rémy Le Goistre, qui n'est autre que le fameux Tonton Rémy, pédagogue bien connu dans l'univers de l'ukulélé.



Actuellement le samedi matin et le lundi matin sont consacrés aux cours, à partir de 10 h. *Aloha jacta est !*



Tous niveaux

mercredi 9h > 19h30

FLÛTE TRAVERSIÈRE

Lucie Frémont

Apprentissage de la flûte traversière et du langage musical au moyen de méthodes adaptées à l'âge et au projet de chacun. Le plaisir de jouer et l'épanouissement personnel sont au centre des apprentissages.

Cours individuels d'une ½ heure ou possibilité de cours collectifs (groupes homogènes de trois élèves)



Tous niveaux

jeudi 11h45 > 12h30

jeudi 17h > 19h

samedi 9h > 16h

CLAVECIN

Elizabeth Hehr-Desi

Niveau de débutant à avancé

Ce cours est idéal pour les débutants qui souhaitent acquérir une bonne base et technique au clavier. Il est idéal aussi pour les pianistes qui souhaitent connaître l'approche de la musique du XVI^e au XVIII^e siècles (Bach, Scarlatti, Haendel...). Il n'est pas nécessaire d'avoir un clavecin, cette approche peut se faire avec un clavier électronique ou piano. Possibilité de cours de violon ou flûte pour se perfectionner dans le style "musique ancienne".



Tous niveaux

PIANO

Elizabeth Hehr-Desi

mercredi 10h > 18h

jeudi 10h > 11h45

jeudi 13h > 17h

Eric Hiret

mardi 17h > 21h30

jeudi 17h > 21h

Elizabeth Hehr-Desi et Eric Hiret

Recherche de la qualité, de la rigueur de l'apprentissage du piano et surtout du plaisir de jouer sans la pression des examens ou une progression imposée d'une année sur l'autre. Pour les élèves ne suivant pas de cours de solfège, il est proposé un apprentissage appliqué à l'instrument de la lecture de notes et du rythme.





4 ans

mercredi 15h > 16h

5 ans

mercredi 14h > 15h

6-7 ans

mercredi 13h > 14h

ÉVEIL MUSICAL

Jean-Marc Zelwer

Prise de conscience de l'importance de l'écoute mutuelle et de la place du silence dans la musique.

Jeux musicaux et approche corporelle. Découverte des instruments du monde à vents, cordes, percussions par une prise en main ludique : les enfants peuvent tenir, toucher, essayer, entendre divers instruments de la collection de l'animateur multi-instrumentiste, des plus classiques comme la guitare aux plus rares comme le theremin, le santour ou le nyckelharpa.



À partir de 8 ans

(cours collectif)

mercredi 11h30 > 12h

Adultes

(individuel)

mercredi 16h30 > 18h30

CLARINETTE

Jean-Marc Zelwer

De la famille des bois, la clarinette est l'instrument de musique à vent qui a la plus grande tessiture et qui permet de jouer les plus larges répertoires, du Concerto pour clarinette de Mozart (Klarinettenkonzert), à la Petite Fleur du "jazzman cosmopolite" Sidney Bechet. Toutes les bases pour aborder cet instrument à anche simple : maîtrise du souffle, production du son et tenue de l'instrument jusqu'au techniques avancées pour une pédagogie adaptée.



À partir de 6 ans

(cours collectif)

mercredi 10h > 11h30

INITIATION À LA GUITARE

Jean-Marc Zelwer

Les enfants pourront aller à la découverte de cet instrument, de ses sons, de ses notes et faire leurs premiers accords. Grâce aux cours collectifs les enfants apprennent ensemble.



à partir de 14 ans.

mardi 20h30 > 22h

ENSEMBLE DE MUSIQUE D'ICI ET D'AILLEURS

Julien Coulon

Ouvert aux musiciens jouant d'un instrument acoustique « moderne » de type violon, alto, violoncelle, contrebasse, guitare (classique, folk), mandoline, oud, flûte (à bec, traversière), clarinette, accordéon, harpe(...)et désirant jouer en petit ensemble (4 à 8 personnes) un répertoire éclectique allant de la musique classique à la musique ancienne, de la musique orientale à la musique celtique, tout en flirtant avec l'improvisation.

Bon niveau solfégique et instrumental requis.



Tous niveaux

mercredi 20h30 > 22h30

Pour tous renseignements,

M-H. Jamet :

06 66 37 16 61

ENSEMBLE VOCAL ET TRAVAIL INDIVIDUEL

Marie-Hélène Jamet

Travail d'ensemble vocal sur un répertoire varié : Poulenc, Mozart, chants élisabéthains ou plus contemporains...

Travail individuel sur des duos, trios ou quatuors a capella. S'adresse à des personnes ayant déjà une pratique vocale.

CHANT ET TECHNIQUE VOCALE « CHANTER POUR LE PLAISIR »

Marie-Hélène Jamet

Approfondir sa voix dans ses différents registres, trouver et renforcer les appuis corporels, libérer l'énergie par la respiration et la détente. Développer l'écoute et la justesse par la pratique de chants à plusieurs voix, toujours « a cappella ». Le chant comme source d'équilibre et d'énergie. Répertoire traditionnel et classique, français, italien, anglais, russe...

Deux ateliers tous niveaux

jeudi 20h30 > 22h30

ou dimanche 10h > 13h

Tous les 15 jour

THÉÂTRE



6 à 8 ans

mercredi 16h30 > 17h30

THÉÂTRE SANS TEXTE

Serge Mora

Atelier d'improvisation et de création d'histoire, sans texte écrit.



8 à 12 ans

mercredi 17h30 > 19h

12 à 15 ans

mercredi 19h > 20h30

À partir de 15 ans

vendredi 19h > 21h

THÉÂTRE JEUNE

Serge Mora

Pour les jeunes et les enfants, le théâtre c'est jouer à être un autre pour mieux se connaître, sur les territoires de l'émotionnel et du corporel. Les apprentis comédiens montent sur les planches dans notre atelier de théâtre ou règne la bonne humeur et convivialité.



Tous niveaux

vendredi 21h > 23h30

THÉÂTRE ADULTE

Céline Roux

Le théâtre c'est l'art de la communication, il renforce assurance et estime de soi à travers un répertoire contemporain et plus classique, venez vous initier ou pratiquer le théâtre dans un espace dédié à la liberté et à la créativité.

Langues & nouvelles technologies .

| | | | |
|--|----|---|----|
| Langues | | Nouvelles technologies | |
| Allemand _____ | 74 | Découverte et prise en main de mon smartphone _____ | 82 |
| Anglais conversation | | Club info | |
| Anglais | | Tablettes | |
| Anglais enfants _____ | 75 | Les services Internet au quotidien _____ | 83 |
| Arabe | | | |
| Chinois _____ | 76 | | |
| Chinois enfants _____ | 77 | | |
| Japonais | | | |
| Japonais enfants _____ | 78 | | |
| | | | |
| Les ateliers de Français | | | |
| Ateliers Sociolinguistiques | | | |
| Français langue étrangère _____ | 79 | | |
| Chant interculturel | | | |
| Vivre en France _____ | 80 | | |
| Le jardin des mots : atelier sociolinguistique parents/enfants _____ | 81 | | |

ENSEIGNEMENT DES LANGUES



Intermédiaires

mardi 9h30 > 11h

Faux débutants

Lundi 18h30 > 20h

ALLEMAND

Christiane Ledig

Dialoguer en Allemand sur des sujets d'actualité avec une animatrice germanophone. Conversation en Allemand et révision des structures de base (grammaire, lexique) dans une atmosphère conviviale.

Pour les faux débutants, apprentissage et révision des bases (grammaire, structures, lexique) et entraînement à l'expression orale dialoguée en Allemand. Mises en situation concrètes et adaptées à la vie courante. Idéal pour réactiver vos bases scolaires oubliées, préparer un voyage ou un jumelage.

DE

Adultes

mardi 9h > 10h30
mardi 10h30 > 12h
mardi 17h30 > 19h
mardi 19h > 20h30

ANGLAIS CONVERSATION

Edwina Pennequin

Dialoguer en anglais sur des sujets d'actualité avec une animatrice de langue anglaise.
Intermédiaires et avancés.

Débutants

lundi 18h30 > 20h

Pré-intermédiaires

lundi 20h > 21h30

Intermédiaires

jeudi 9h > 10h30

jeudi 10h30 > 12h

Avancés - conversation

vendredi 9h > 10h30

vendredi 10h30 > 12h

ANGLAIS

Christine Dixmier

Apprentissage et révision des structures de base (grammaire, vocabulaire) et initiation à la conversation par l'étude de textes d'actualité.



Maternelle - CP

mercredi 13h30 > 14h30

CE1 - CE2

mercredi 14h30 > 15h30

Mat - CP/CE1

mercredi 15h30 > 16h30

CM1 - CM2

mercredi 17h > 18h

Collège

mercredi 18h > 19h

Collège avancés

mercredi 19h > 20h

ANGLAIS ENFANT

June O'Connel

Cours d'anglais pour les enfants par une professeure irlandaise. Découverte de la culture anglophone, échanges, approfondissement et discussions. Atelier d'initiation pour les tout petits à travers des jeux et des comptines.



Avec Rym Zeghimi
à partir de 8 ans

samedi 14h à 15h

ARABE

Rym Zeghimi et Bakhta Jomni

Cours de langue arabe. Les jeunes, des plus petits aux plus grands, vont s'éveiller à la culture arabe en apprenant à communiquer dans cette langue parlée du Moyen-Orient à l'Afrique du Nord. Apprentissage des bases de l'écriture et de la lecture.

Avec Bakhta Jomni
de 5 à 7 ans

samedi 14h à 15h



Faux débutants

jeudi 18h30 > 19h30

5^e année

jeudi 19h30 > 20h30

Intermédiaires

jeudi 20h30 > 21h30

Avancés

samedi 9h > 10h

Forts

samedi 10h > 11h

4^e année

samedi 11h > 12h

CHINOIS

Jin Chen

Renforcer votre pratique du chinois et du dialogue avec des cours dédiés à l'écrit et à l'oral.

AECFC

M^{me} YANG Yang

mail : aecfcparissud@gmail.com

Portable : 06 21 82 11 48

WeChat: aecfc92



* Ces cours ont lieu à la salle Passage du Marché à Bourg-la-Reine

CHINOIS ENFANTS

Ce cours est destiné à ceux qui parlent chinois ou pas du tout. L'Ecole Chinoise Paris-Sud de l'Association franco-chinoise AECFC à comme principe de s'adapter à tous les élèves suivant leurs besoins. C'est pourquoi nous avons 9 classes différentes et quatre niveaux d'apprentissage : les Débutants, les Moyens, les Supérieurs et le Bac.

Les Débutants : le jeu, l'écoute, la répétition et l'initiation à l'écriture.

Les Moyens : la reconnaissance des caractères et des mots et leur réutilisation à l'écrit et à l'oral.

Les Supérieurs et le Bac : la lecture, l'écriture, la capacité à écrire un texte personnel et à exprimer son point de vue dans une conversation.



Classe d'éveil A

samedi 17h > 18h30

Classe d'éveil B

samedi 15h15 > 16h45

Classe des Débutants A

samedi 13h30 > 15h

Classe des Débutant B

samedi 15h45 > 17h15

Classe des Moyens A

samedi 14h > 15h30

Classe des Moyens B

samedi 17h30 > 19h

Classe des Supérieurs 1*

samedi 15h45 > 17h15

Classe des Supérieurs 2*

samedi 14h > 15h30

Classe des Supérieurs 3 &

BAC *

samedi 17h30 > 19h



Ados/adultes

Niveau A2

mercredi 18h > 19h

Niveau B1

intermédiaires

Ados/adultes

mercredi 19h > 20h30

Niveau A1

débutants

mercredi 20h30 > 21h30

JAPONAIS

Yuka Hosokawa

Initiation à la langue japonaise ou renforcement de la pratique, ces cours s'adressent à tous, enseignement des bases et de la prononciation.



Japonais enfants

afjps

L'association franco-japonaise Paris-Sud, organise des cours d'apprentissage de la langue japonaise aux enfants en âge scolaire (de 3 à 10 ans).

Il y a 6 classes selon leur âge le samedi matin.

Pour plus d'informations : contact@afjps.fr — www.afjps.fr

LES ATELIERS DE FRANÇAIS



Comprendre pour mieux communiquer. Ces ateliers accueillent tous ceux qui souhaitent progresser en français. Groupes en fonction des niveaux. Possibilité de préparer et présenter le DILF et le DELF A1, A2, B1 et B2. Un test de positionnement sera effectué lors de l'inscription.

ATELIERS SOCIOLINGUISTIQUES

Mathilde Leclercq

Communication orale (débutants)

jeudi 14h > 16h

Alphabétisation & post-alphabétisation :

lundi 9h30 > 11h30 et jeudi 14h > 16h

FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE

Niveau A1/A2

mardi 14h > 16h vendredi 9h30 > 11h30

Niveau B1/B2

lundi et jeudi

9h30 > 11h30

Soutien écrit

mardi 9h30 > 11h30



Tous niveaux

vendredi 14h > 16h

CHANT INTERCULTUREL

Marianne Feder & Mathilde Leclercq

Un moment de partage et d'échange, pour pratiquer le français autour du chant.



mercredi 9h30 > 11h30

VIVRE EN FRANCE

Monique Mauduit

Citoyenneté, culture et vivre la France au quotidien, mieux comprendre notre société et sa civilisation.

Un mercredi matin par mois, l'atelier participe aux pauses parent(h)é, des temps d'échanges autour de la parentalité permettant de partager les expériences et de travailler l'expression orale. Les thématiques abordées seront en lien avec celles évoquées pendant les autres séances.



mardi & vendredi *
9h30 > 11h30

**LE JARDIN DES MOTS :
ATELIER SOCIOLINGUISTIQUE
PARENTS/ENFANTS**

Mathilde Leclercq & Tiphaine Bée

Cet atelier de français s'adresse aux parents et à leurs enfants âgés de 18 mois à 4 ans. Echange, partage, jeu, complicité : parents et enfants pourront pratiquer le français et échanger autour de questions liées à la parentalité.

Inscriptions au Trois Mâts avec Mathilde Leclercq formatrice, la semaine du 9 au 13 septembre :
lundi 14h-16h, jeudi 9h30-11h30 et 14h-16h
vendredi 9h30-11h30

* Ces cours ont lieu au
Trois-mâts, 18 avenue de
Montrouge

Inscriptions en cours d'année dans la limite des places disponibles, tous les mardis entre 11h30 et 12h30 au Trois Mâts.

NOUVELLES TECHNOLOGIES

Eric Khiat



Sessions de 5 cours d'1h30

Session 1 : Lundi 4 novembre 2019 au lundi 2 décembre 2019

Session 2 : Lundi 9 décembre 2019 au lundi 20 janvier 2020

Session 3 : Lundi 27 janvier 2020 au lundi 9 mars 2020

Session 4 : Lundi 16 mars 2020 au lundi 27 avril 2020

Session 5 : Lundi 4 mai 2020 au lundi 8 juin 2020



Tous niveaux

lundi 11h15 > 12h45

**DÉCOUVERTE ET PRISE
EN MAIN DE MON SMARTPHONE**

Ce stage est fait pour enlever toute appréhension que l'on peut avoir avec ce petit appareil qui devient indispensable (télécharger l'application, SMS/MMS, lire ses mails, consulter des sites...).



Tous niveaux

CLUB INFO

lundi 13h30 > 15h

mardi 13h30 > 15h

mardi 15h > 16h30

Bienvenue dans le XXI^e siècle. Les nouvelles technologies font partie de notre quotidien. Ces ateliers permettent d'appréhender au mieux les besoins de chacun et de se perfectionner à ces pratiques en groupe.



Tous niveaux

TABLETTES

lundi 9h30 > 11h

mardi 11h15 > 12h45

Qu'est-ce qu'une tablette, quels sont les usages et possibilités de cet appareil, comment l'utiliser et en tirer le maximum ?



Tous niveaux

LES SERVICES INTERNET AU QUOTIDIEN

lundi 15h30 > 16h

mardi 9h30 > 11h

Création et consultation d'espaces personnels (CPAM, mutuelle...), réservation de billets (avion, train, théâtre...), création de commande d'un album photo, transfert des photos, mise en page..., formation en ligne.

| Bourg la Reine Moins de 18 ans | Coef. 1 | Coef. 2 | Coef. 3 | Coef. 4 | Coef. 5 | coût HBLR |
|--|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------------|
| Cours d'1h30/15 jours | 41€ | 66€ | 94€ | 126€ | 148€ | 163€ |
| Cours d'1h ou 2h/15 jours | 55€ | 88€ | 126€ | 168€ | 197€ | 217€ |
| Cours d'1h15 | 68€ | 110€ | 157€ | 210€ | 247€ | 271€ |
| Cours de 1h30 ou 3h/15 jours | 82€ | 132€ | 189€ | 251€ | 296€ | 325€ |
| Cours de 2h ou 4h/15 jours | 109€ | 176€ | 251€ | 335€ | 394€ | 434€ |
| Cours de 2h30 | 136€ | 220€ | 314€ | 419€ | 493€ | 542€ |
| Cours de 3h | 164€ | 264€ | 377€ | 503€ | 592€ | 651€ |
| Musique d'ensemble Atelier Chant Dimanche | 82€ | 132€ | 189€ | 251€ | 296€ | 325€ |
| Musique atelier collectif 1h | 109€ | 176€ | 251€ | 335€ | 394€ | 434€ |

| Bourg la Reine Plus de 18 ans | Coef. 1 | Coef. 2 | Coef. 3 | Coef. 4 | Coef. 5 | coût HBLR |
|--|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------------|
| Cours d'1h ou 2h/15 jours | 59€ | 96€ | 137€ | 182€ | 214€ | 236€ |
| Cours d'1h15 | 74€ | 119€ | 171€ | 228€ | 268€ | 295€ |
| Cours de 1h30 ou 3h/15 jours | 89€ | 143€ | 205€ | 273€ | 321€ | 353€ |
| Cours de 2h ou 4h/15 jours | 119€ | 191€ | 273€ | 364€ | 428€ | 471€ |
| Cours de 2h30 | 148€ | 239€ | 341€ | 455€ | 536€ | 589€ |
| Cours de 3h | 178€ | 287€ | 410€ | 546€ | 643€ | 707€ |
| Musique d'ensemble Atelier Chant Dimanche | 89€ | 143€ | 205€ | 273€ | 321€ | 353€ |
| Musique atelier collectif 1h | 127 € | 206 € | 294 € | 391 € | 461 € | 507 € |

LES TARIIFS

Atelier de français

| | Coef. 1 | Coef. 2 | Coef. 3 | Coef. 4 | Coef. 5 |
|--------------------------|---------|---------|---------|---------|---------|
| Alpha FLE | 44€ | 72€ | 102€ | 137€ | 161€ |
| Alpha FLE + conservation | 59€ | 96€ | 137€ | 182€ | 214€ |

Activités musicales

| Réginaburgiens | moins de 18 ans | plus de 18 ans |
|--------------------|-----------------|----------------|
| 30 min | 617 € | 762 € |
| 45 min | 879 € | 1 086 € |
| 1h | 1 111 € | 1 372 € |
| Non réginaburgiens | moins de 18 ans | plus de 18 ans |
| 30 min | 679 € | 840 € |
| 45 min | 968 € | 1 197 € |
| 1h | 1 222 € | 1 512 € |

Autres

| | Réginaburgiens | Non réginaburgiens |
|--|----------------|--------------------|
| Informatique - 5 séances | 110 € | 120 € |
| Club Patchwork | 100 € | 110 € |
| Croquis - 1 séance de 2h | 21 € | 25 € |
| Sculpture - 10 séances | 189 € | 207 € |
| Aquarelle - 15 séances | 285 € | 310 € |
| Cuisson poterie | 60 € | 60 € |
| Matériel mosaïque | 50 € | 50 € |
| Sessions couture/ encadrement/fauteuil/ porcelaine - 5 séances | 105 € | 110 € |

RENSEIGNEMENTS

PRATIQUES .



Le CAEL
vous accueille

. PRÉ-RENTRÉE :

du 26/08 au 06/09 :
du lundi au vendredi
de 10h à 12h et de 15h à 18h

. À PARTIR DU 09/09 :

le matin :

lundi, mercredi, jeudi et
samedi de 10h à 12h30
L'accueil administratif sera fermé
le mardi et le vendredi

l'après-midi :

lundi de 14h à 18h30
mardi au vendredi de 14h à 21h
le samedi de 14h à 18h

. FERMETURE :

Lundi 2, mardi 3, mercredi 4 septembre
Pendant les vacances scolaires :
lundi au vendredi de 10h à 12h30
et de 14h à 18h

NOUS CONTACTER

MAIL : accueil@caelmjc.com

WEB : www.caelmjc.com

TÉLÉPHONE : 01 46 63 76 96

CAEL, 6, villa Maurice,
92340 Bourg-la-Reine

. CALENDRIER

Reprise des activités
le lundi 9 septembre

Périodes d'activités :

du 09/09/19 au 19/10/19
du 04/11/19 au 21/12/19
du 06/01/20 au 08/02/20
du 24/02/20 au 04/04/20
du 20/04/20 au 27/06/20



. LES LIEUX D'ACTIVITÉS

CAEL
6, villa Maurice

Salle de la Gare et atelier poterie
12, place de la Gare

Atelier sculpture
13, avenue de Montrouge (bât. 18)

Maison de quartier « Le Trois-Mâts »
18, avenue de Montrouge

Gymnase des Bas-Coquarts
8, avenue de Montrouge

CONDITIONS GÉNÉRALES .

Adhésion CAEL

L'adhésion individuelle est obligatoire pour toute personne participant aux ateliers du CAEL. Elle vous permet d'avoir accès aux activités, de bénéficier du tarif adhérent lors des manifestations culturelles organisées par les autres MJC de la Fédération Régionale, et surtout de pouvoir participer à la vie et aux décisions concernant l'association au travers de son Assemblée Générale et de son Conseil d'Administration.

L'adhésion est valable jusqu'au 31 août de l'année scolaire, quelle que soit la date à laquelle elle a été prise. Elle n'est pas remboursable.

Son montant est de:

– de 18 ans: 10 € + de 18 ans: 16 €

Païement des cotisations

Outre l'adhésion, une tarification est appliquée pour les frais de participation aux activités.

- Possibilité de paiement en trois fois par chèques (frais de dossier 5€). Date d'encaissement: 1^e chèque à l'inscription, 2 chèques fin de mois suivants.
- Tout règlement est ferme et définitif. Aucun remboursement ne sera effectué.
- Compte tenu des vacances scolaires et des jours fériés, l'inscription à une activité assure un minimum de 30 séances à l'année. Si le nombre d'inscrits est insuffisant, le CAEL se réserve le droit d'annuler un cours.
- Adhérents domiciliés à Bourg-la-Reine : Pour bénéficier du tarif « Bourg-la-Reine » un justificatif de domicile est exigé à l'inscription. De plus, pour bénéficier du quotient familial se munir de l'avis d'imposition.
- Si 1 mois après le début de votre activité le règlement n'a toujours pas été effectué, le CAEL se réserve le droit de vous exclure de l'atelier concerné.

Documents à fournir lors de l'inscription

- Une fiche d'adhésion à retirer à l'accueil du CAEL
- Pour les adhérents domiciliés à Bourg-la-Reine: un justificatif de domicile (facture EDF, téléphone, quittance de loyer)
- Le dernier avis d'imposition complet pour le calcul du quotient familial
- Un moyen de paiement: le CAEL accepte vos règlements par chèque, espèces, Chèques Vacances, Chèques Culture, Coupon Sport, bons CAF et P@ss 92.

Convention formation

Le CAEL est agréé Centre de formation. Votre activité peut être prise en charge au titre de la Formation Continue, dans le cadre du plan de formation de votre entreprise ou du DIF. Renseignez-vous à l'accueil.

Bons CAF et P@ss 92

La CAF favorise les loisirs des enfants et des jeunes en participant financièrement à leurs activités de loisir. Le ticket « temps libres enfant » (d'un montant de 130 € ou 80€ par an et par enfant en fonction des ressources de la famille) peut être utilisé pour l'inscription à une activité du CAEL. Le CAEL est partenaire du dispositif P@ss 92 du Conseil Général des Hauts-de-Seine qui permet aux élèves de la 6e à la 3e de tous les collèges du département de bénéficier d'un P@ss 92 afin de participer au financement des activités de loisirs proposées par les associations partenaires.

Réductions

Sous certaines conditions vous pouvez bénéficier sur vos cotisations des réductions suivantes:

Fratrie : - 5 % par enfant

Multi-activités :

Enfants : - 5% par activité

Adultes : - 10% par activité

Les clubs et les sessions de moins de 15 séances n'ouvrent droit à aucune réduction.

Aucune réduction ne se fera sur la musique.

Guide édité par le CAEL
Maison des Jeunes et de la Culture
Centre Social

6, villa Maurice 92340 Bourg-la-Reine
Association déclarée Siret : 78531146500013

Conception et Réalisation graphique : A&DG

cael

A&DG
Arts et Design Graphique

Impression :

Chez l'imprimerie Edgar

80, rue Andre Karman — 93532 Aubervilliers cedex

EDGAR
IMPRIMERIE

Papiers :

Chez Fredigoni

Couverture : Woodstock noces 260gr./m²

Page intérieures : Freeliffe Vellum Ivory 100gr./m²

FEDRIGONI

Encres :

Pantone 462 U ■ Pantone Rodhamine Red ■



Crédits

Ensemble des pictogrammes : A&DG

Polices de caractère

Courier New - Howard Kettler - 2001 pour Microsoft Windows
d'après "Courier" d'Adrian Frutiger & Howard Kettler - 1955
Museo Sans - Jos Buivenga - 2008 - exljbris Font Foundry



En partenariat avec

la ville de Bourg-la-Reine

Bourg-la-Reine
Ville et Université

