



STAGES

JUILLET - AOÛT 2023

INFORMATIONS PRATIQUES

Ouverture des inscriptions le 1^{er} juin

NOUVEAU ! Inscrivez-vous depuis chez vous ! Pour cela, vous avez la possibilité d'utiliser le télé service mis à votre disposition. En cas de difficultés, un accompagnement est possible :

- en prenant rendez-vous directement à partir du téléservice,
- en téléphonant à l'un des agents d'accueil dans les Centres culturels,
- en écrivant à l'adresse suivante : inscriptionsDASC@mairie-toulouse.fr.

L'inscription vaut pour l'ensemble du stage.

Seules les demandes de remboursement pour des raisons médicales avec un certificat à l'appui pourront être prises en compte.

.....

STAGES

JUILLET - AOÛT 2023



Centre culturel **Théâtre des Mazades**

Centre culturel **Espace Job**

Centre culturel de quartier **Renan**

Maison de quartier **Lalande**



JUILLET

STAGE D'INITIATION ET DE PERFECTIONNEMENT EN HIP-HOP

Du mardi 11 au jeudi 13 juillet 2023

Mardi : de 14h à 16h

Mercredi et jeudi : de 10h à 12h & de 14h à 16h

8 - 12 ans

Lieu Salle de danse & parvis du Centre culturel - Théâtre des Mazades

Découvrez le Hip-Hop, son travail au sol et la notion de « phrase dansée », de freezes et de tracks. Apprenez à composer votre propre style de figures et expérimentez les *Battles* et les jeux dansés. Ce stage mixte s'adresse autant aux débutants qu'à ceux qui ont déjà un certain niveau. Possibilité de manger sur place, prenez votre pique-nique et une bouteille d'eau. Tenue de sport confortable et chaussures adaptées.

Tarif unique à 19€ pour les 3 journées de stage

Inscription sur metropole.toulouse.fr

Dans la limite des places disponibles (15 personnes)

Renseignements 05 31 22 98 00

STAGES

JUILLET - AOÛT 2023



Centre culturel **Bellegarde**

Centre culturel de quartier **La Brique Rouge**



ATELIERS CRÉATIFS

ATELIERS CRÉATIFS



© Marie Carré



© Marta Espinos

Ateliers carnets créatifs

Yaksa Productions

Samedi 1er juillet

10h > 12h / 13h30 > 15h30

Tout public

Réalisation d'un carnet créatif, un moment pour soi, mêlant propositions d'écriture et arts plastiques dans le cadre de l'exposition des ateliers de Quentin Jouret à l'isdaT. Des mots clés : créativité, inspiration, sensations, ressenti, élan, expression, mouvement, transformation. Des propositions invitant à l'intuition et à l'imagination nous guideront.

Tarif : 8 €

8 places

Atelier terre

Détournements

Nolwenn Bruneau

Lundi 3 > Jeudi 6 juillet

10h > 17h

Public adulte averti

Tarif : 190 € (40 €/j + 30€ de participation au matériel)

12 places

**Île du Ramier, 16 ch. de la loge
31400 Toulouse**

Leporello, pop-up, pliage et autres œuvres de papier

Les Mirettes

Mardi 11 juillet

14h > 17h30

7/10 ans

Le temps d'un après-midi, les enfants créent leur propre livre d'artiste - de la reliure à l'illustration - en s'inspirant de l'exposition d'art plastique contemporain des ateliers de Quentin Jouret à l'isdaT.

Tarif : 5 €

8 places

Dans un premier temps, un détournement graphique permettra aux participants d'aiguiser leurs messages. Viendront ensuite des précisions concernant la technique de coulage, les assemblages et les collages.

La progression se fera en fonction des temps de séchage, en deux modules.

Le premier sera destiné à la réalisation d'une production personnelle. Le second, collectif, visera à faire fusionner les coulages à la manière de cadavres exquis.



STAGES ASSOCIATIES

BIEN-ÊTRE

Taï Chi Chuan

Long River Taï Chi

Lundi 3 juillet : 10h > 12h

Mardi 4 juillet : 16h > 18h

Adulte

Découvrez l'art de « méditation dans le mouvement », pour améliorer l'équilibre, développer l'énergie vitale et le calme intérieur par le relâchement physique et mental.

Tarif : 15 € - 10 places

Renseignements et inscriptions :

06 68 82 17 39 / nico.tirard@gmail.com

06 76 55 33 82 / ecloosterman@free.fr

Méthode Feldenkrais™

Movement Refinery

Sharon Munro

Samedi 8 juillet : 9h30 > 12h30

Adulte

Votre dos est douloureux (mauvaise posture, mouvements répétitifs), essayez ce cours de Feldenkrais. Découvrez des moyens de soulager la tension dans les muscles du dos, pour retrouver mobilité et apprendre à bouger plus confortablement.

Tarif : 40 € - 14 places

Renseignements et inscriptions :

06 43 25 01 27

info@movement-refinery.com

SPORTS

Gymnastique douce, bien-être corporel

Association AROC retraités
d'Occitanie

Mardis 4 & 11 juillet

Jeudis 6 & 13 juillet

9h30 > 10h30 ou 10h45 > 11h45

Adulte

Venez renforcer vos muscles, travailler équilibre, coordination et souplesse articulaire, tout cela dans une ambiance conviviale et bienveillante.

Tarif : 6€ - 10 places

Renseignements et inscriptions :

06 70 14 93 73

mariejosee.higadere@gmail.com

Prendre une serviette

SPORTS

Barre à terre

Contrescarpe
Alice Maurissanne

Tous les jours :

Mardi 4 > Vendredi 7 juillet

12h30 > 14h

Adulte, dès 16 ans, niveau intermédiaire

Au sol , étirements et travail de renforcement de la musculature profonde en musique et dans la bonne humeur !

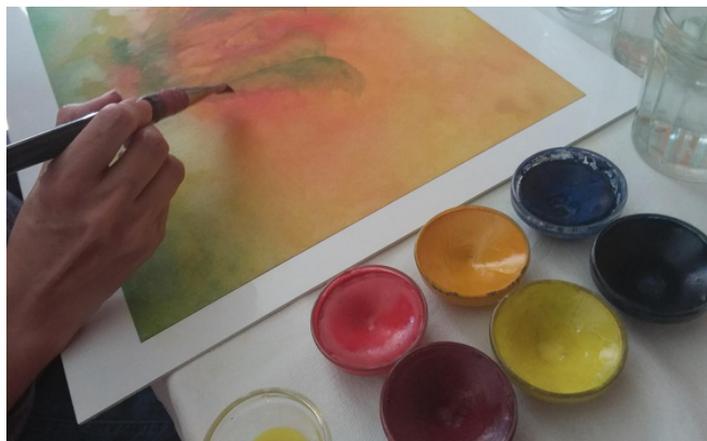
Tarif : 12 €/séance - 12 places

Renseignements et inscriptions :

06 25 17 50 61

alice.maurissanne@gmail.com

ARTS PLATIQUES



© Express Yourself

Osons créer !

Association Express Yourself

Mardi 4 juillet

Jeudi 6 juillet

10h > 12h

Adulte, dès 13 ans

Lâchons ce qui peut l'être... Et faisons place au nouveau... Grâce aux couleurs !
Aquarelle méthode Margarethe Hauschka.

Tarif : 25 €/séance - 8 places

Renseignements et inscriptions :

06 50 76 40 82

isa.morales@yahoo.fr

Aucun pré-requis.

Matériel fourni

DANSE ORIENTALE



© Ibtissem



© Phat Tran

Initiation

Taksim Oriental

Mercredi 5 juillet

14h > 16h

Jeudi 6 juillet

12h15 > 13h45

Adulte

Initiation à la danse orientale égyptienne, le raks sharqi. Échauffement, placement du corps en douceur puis découverte des isolations et mouvements de base en musique.

Tarif : 30€/26€ - 12 places

Renseignements et inscriptions :

06 33 32 71 97

taksimoriental@gmail.com

Danser avec les rythmes égyptiens

Ibtissem Bennaïm

Jeudi 6 juillet

14h > 16h

Adulte

Découverte des rythmes égyptiens utilisés pour la danse orientale. Percussions corporelles pour ancrer la musicalité puis technique et enchainements de danse en rythme et musique.

Tarif : 30€/26€ - 15 places

Renseignements et inscriptions :

06 33 32 71 97

taksimoriental@gmail.com

Grâce, fluidité et sensualité

Taksim Oriental

Mercredi 5 juillet

16h > 18h

Adulte

Travail en profondeur de la ceinture abdominale et scapulaire pour les niveaux intermédiaires et confirmés. Une utilisation en finesse de ses muscles pour développer une danse majestueuse.

Tarif : 30€/26€ - 12 places

Renseignements et inscriptions :

06 33 32 71 97

taksimoriental@gmail.com

DANSE ORIENTALE



© Phat Tran



© Phat Tran

Danser avec le samai

Taksim Oriental

Vendredi 7 juillet

14h > 16h

Adulte

Pratique dansée sur le rythme samai en 6 et 10 temps. Enchaînements sur les styles Mouachahat (poésie de Al Andalus) et Samai (instrumental). Travail sur l'utilisation de l'espace et la musicalité.

Tarif : 30€/26€ - 12 places

Renseignements et inscriptions :

06 33 32 71 97

taksimoriental@gmail.com

Le folklore saïdi

Taksim Oriental

Samedi 8 juillet

14h > 16h

Adulte

Découverte du folklore saïdi de Haute-Egypte. Pas de base et enchaînements de danse. Le maniement du bâton en dansant est mis à l'honneur, avec prise en main et technique.

Accessoire fourni.

Tarif : 30€/26€ - 15 places

Renseignements et inscriptions :

06 33 32 71 97

taksimoriental@gmail.com

Danser au sol

Taksim Oriental

Vendredi 7 juillet

16h > 18h

Adulte

Technique et enchaînements pour passer d'une danse debout à une danse au sol, et se relever avec élégance. C'est un stage physique pour se déplacer au sol en dansant et travailler sa souplesse.

Tarif : 30€/26€ - 12 places

Renseignements et inscriptions :

06 33 32 71 97

taksimoriental@gmail.com

DANSE ORIENTALE

Danse de la péninsule arabique

Taksim Oriental

Samedi 8 juillet

16h > 18h

Adulte

Découverte du khaligi, danse moderne des pays de la péninsule arabique. Sur un simple pas de base, cette danse joyeuse est développée avec des jeux de mains et un relâché du dos.

Tarif : 30€/26€ - 15 places

Renseignements et inscriptions :

06 33 32 71 97

taksimoriental@gmail.com

DANSE CONTEMPORAINE

Floorwork Summer intensive

Peter Agardi / Florian Perez

Lundi 3 > Jeudi 6 juillet

10h > 12h / 14h > 16h

Adulte, dès 15 ans

Summer intensif de 4 jours en danse contemporaine et floorwork avec Peter Agardi et Florian.

Tarif : 220€ les 4 jours/60€ la journée - 15 places

Renseignements et inscriptions :

06 27 26 77 59

compagniepeteragardi@gmail.com



© Amélie Paulmier



ATELIERS PARENTS-ENFANTS

ATELIERS PARENTS-ENFANTS



© droits réservés



© droits réservés

Senséa, éveil des sens pour bébés

Marie-Aude Pierrat

Samedi 8 juillet

9h45 > 10h25

De 1 à 9 mois

Un temps suspendu pour partager, apprendre, expérimenter et proposer aux tout-petits et à leurs parents de venir se poser dans une bulle. Une approche originale et créative autour de l'éveil des sens par la musique, la marionnette, la danse, le chant, le toucher, le massage... Amener une grande serviette (huile de calendula fournie, les familles peuvent cependant prendre leur propre huile).

Tarif : 3€ par duo parent/enfant

Éveil musical

Virginie Peyras

Samedi 8 juillet

9h45 > 10h25

De 2 à 4 ans

11h > 11h25

De 1 à 2 ans

Appréhension de la musique par une approche colorée et joviale, où les enfants découvriront de nombreux instruments. L'atelier s'adapte au fil de la séance pour être au plus près des envies des enfants présents, créant ainsi un moment privilégié de partage.

Tarif : 3€ par duo parent/enfant



© droits réservés

ATELIERS PARENT/ENFANT

Découverte de la marionnette

Friiix Club

Samedi 8 juillet

11h > 11h45

Dès 3 ans

Dans un contexte de proximité, les enfants découvrent la grande famille de la marionnette. De l'autruche à fil à la marionnette sac, en passant par Pulcinella et le muppet, les enfants sont approchés par des marionnettes de formes et de tailles très variées. Ils ont ainsi tout le loisir de les toucher, ou de les observer à distance puis de les approcher en toute tranquillité.

Tarif : 3€ par duo parent/enfant

Danza

Marie-Aude Pierrat

Samedi 8 juillet

16h15 > 17h

Dimanche 9 juillet

9h45 > 10h30

De 3 à 5 ans



© droits réservés

Atelier pluridisciplinaire pour faire bouger le corps, ressentir le rythme, explorer l'espace, écouter sa respiration... et partager une aventure collective musicale et dansée!

Tarif : 3€ par duo parent/enfant

STAGES

JUILLET - AOÛT 2023



Centre culturel **Saint-Cyprien**
Centre culturel **Henri-Desbals**

JUILLET



Danse afro-modern

Du lundi 3 au mercredi 5 juillet - 18h/20h

Public adulte.

Marie-Claude Zordan propose un stage de **danse afro-modern** empreinte des danses d'Afrique de l'ouest, afro-brésiliennes et afro-cubaines. Une danse métissée qui réconcilie la tête, le corps et le cœur aux sons des percussions de Cyril Decubber dans un partage chaleureux.

Rendez-vous au Jardin Raymond VI - Musée des Abattoirs.

Centre culturel Saint-Cyprien.

Tarif : 18 €



Hip Hop et graffiti avec Ben

Du lundi 10 juillet au mercredi 12 juillet - 10h/12h puis 14h/-16h

6-12 ans : tous niveaux.

Née à New York au début 70's, **le hip hop est une danse physique, ludique et combative, rythmée et accompagnée de son expression musicale, le rap**, ainsi que le mouvement graphique du TAG et du GRAFFITI. Il s'agira ici d'une **initiation** à partir de techniques de base.

Pause conviviale à partager avec l'intervenant.

Centre culturel Henri-Desbals.

Tarif : 25 €

JUILLET



Musique instrumentale

Du lundi 10 au mercredi 12 juillet - 14h/16h30

Dès 8 ans - tous niveaux.

Ces stages de pratique instrumentale permettront à l'enfant de découvrir **la joie de jouer de la musique** avec d'autres musiciens en herbe, venant de tous horizons et cultures, partageant la même passion.

Chaque enfant aura ainsi l'occasion de s'initier aussi bien au clavier qu'à la batterie, à la basse ainsi qu'au ukulélé, etc.

Centre culturel Henri-Desbals.

Tarif : 15 €

AOÛT



Peinture gestuelle

Du mercredi 23 au vendredi 25 août - 13h30/16h30

Tout public.

Ce temps sera consacré à la **découverte et à la création de dessins et de peintures** dans un cadre convivial adapté aux envies de chacun en fonction de son niveau.

Grâce aux conseils de Marika, le public pourra approfondir et compléter ses connaissances et techniques.

Centre culturel Henri-Desbals.

Tarif : 20 €

STAGES

JUILLET - AOÛT 2023



Centre culturel **Bonnefoy**

Centre culturel de quartier **Soupetard**

Centre municipal des arts du cirque **Le Lido**

CENTRE CULTUREL BONNEFOY

DUO PARENTS/ENFANTS



Confection d'un ciel étoilé en peinture

Samedi 8 juillet

De 10h à 12h

Dès 6 ans

Salle d'arts plastiques

Un moment créatif en famille pour la confection d'un ciel étoilé avec différentes techniques : aquarelle, gouache, papiers et collages, ainsi qu'un jeu sur les brillances et les transparences.

En lien avec le temps fort « **Vers les étoiles** » (cinémas plein air, ateliers, sorties).

Avec Louise Friedrich

Tarif : 10€/binôme

Inscription en ligne ou à l'accueil du Centre culturel

Cirque en duo

Samedi 29 juillet

De 10h à 12h

De 4 à 6 ans

La Piste

De manière ludique et par une prise de conscience corporelle en duo, parents et enfants appréhendent les différentes disciplines des arts du cirque : jonglage, acrobaties et équilibre.

Prévoir une tenue de sport et une gourde.

Tarif : 10€/binôme

Inscription en ligne ou à l'accueil du Centre culturel

ENFANTS ET ADOS



Stage cirque

**Du lundi 17 au vendredi 21
juillet**

De 5 à 7 ans : 10h - 12h

De 8 à 13 ans : 14h - 17h

La Piste

Lors de cette semaine, les enfants seront amenés à découvrir les différentes disciplines des arts du cirque : équilibre, aérien, jonglerie.

Prévoir une tenue de sport et une gourde.

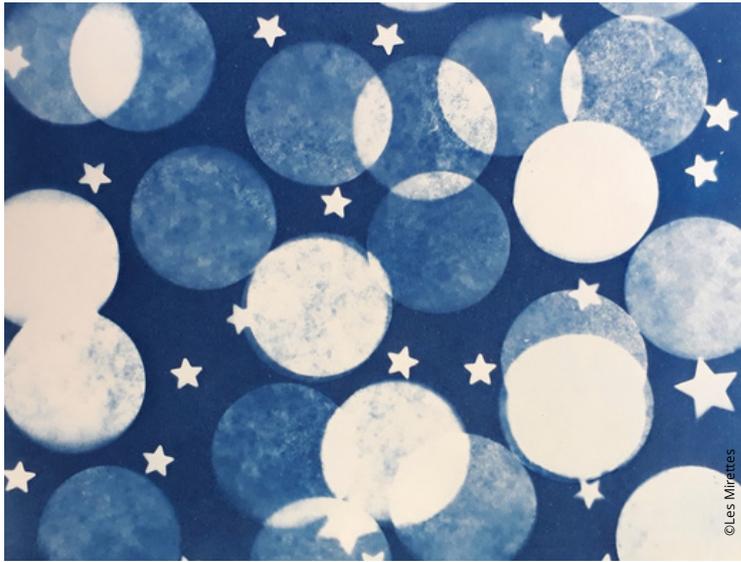
Tarif semaine :

De 5 à 7 ans : 25€/personne

De 8 à 13 ans : 35€/personne

Inscription en ligne ou à l'accueil du Centre culturel

CENTRE CULTUREL BONNEFOY



Initiation au cyanotype

Samedi 22 juillet

De 10h à 12h

Dès 7 ans

Salle d'arts plastiques

Ce stage propose la découverte d'une technique ancienne : Le cyanotype. Révélation d'une empreinte bleue sous le soleil d'été, les participants seront amenés à réaliser leur propres images, revenant aux sources de la photographie.

En lien avec le temps fort « **Vers les étoiles** » (cinémas plein air, ateliers, sorties).

Avec Janis Roblès

Tarif : 5€/personne

Inscription en ligne ou à l'accueil du Centre culturel

Éveil sportif

Mercredi 26 juillet

Mercredi 30 août

De 10h30 à 12h

De 4 à 7 ans

Studio Musique

À travers différents jeux, gymniques, de déplacement et de motricité, les enfants développeront agilité, équilibre et coordination afin de mieux appréhender la perception de leur corps dans leur environnement.

Avec Paul Boudou

Tarif : 5€/personne

Inscription en ligne ou à l'accueil du Centre culturel



Escape game sur table

Mercredi 26 juillet

Mercredi 30 août

De 14h à 16h

Dès 10 ans

Salle de conférence

Une heure, pas une minute de plus, c'est le temps imparti afin de résoudre une énigme digne des plus grands enquêteurs ! Sens de déduction, travail en équipe et réflexion sont indispensables pour réussir cette enquête sous forme de jeu de carte. Le goûter sera pris en charge par le Centre Culturel.

Avec Paul Boudou

Tarif : gratuit

Inscription en ligne ou à l'accueil du Centre culturel



Danse Hip-Hop

Samedi 26 août

De 14h à 17h

De 8 à 12 ans

La Piste

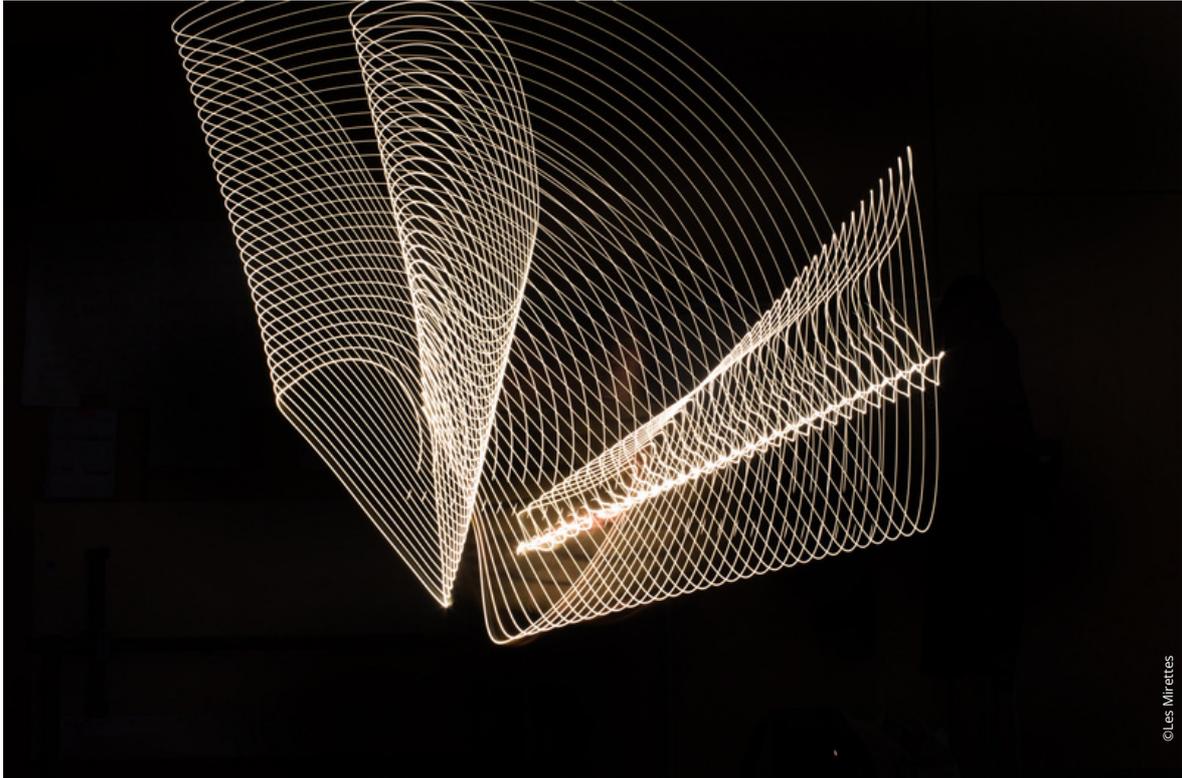
Un stage de danse hip-hop qui se concentre sur le travail chorégraphique et la notion de « phrase dansée ». Les participants apprennent à composer leur propre style à partir des types de danse vus durant le stage. Pour débutants et niveaux intermédiaires.

Prévoir une tenue confortable et une gourde.

Avec Adrien Fabiani

Tarif : 5€/personne

Inscription en ligne ou à l'accueil du Centre culturel



Le Mouvement

Journée Danse et Dessins de lumière

Mercredi 30 août

De 10h à 16h

Dès 8 ans

La Piste et Salle d'arts plastiques

Une journée sur le thème du Mouvement : danse le matin et lightpainting l'après midi. La technique du lightpainting permet de photographier un geste ou un dessin réalisé dans les airs.

Durant cette journée , les enfants seront à tour de rôle photographe, danseuse, danseur et chorégraphe.

Prévoir une tenue de sport, gourde et pique-nique.

Intervenante lightpainting : Audrey Mompo

Tarif : 10€/personne

Inscription en ligne ou à l'accueil du Centre culturel

ADOS ET ADULTES



Journée inclusive

Danse et Cirque

Mercredi 26 juillet

De 10h à 16h

Dès 13 ans

La Piste

Une journée de découverte de la danse et des arts du cirque, ouverte à toutes et tous, adaptée aux personnes à besoins spécifiques et aux besoins de chacun et chacune. Des ateliers permettant à toute personne de trouver sa singularité et son plaisir dans le mouvement.

Intervenante Danse : Alice Maurissanne

Tarif : 10€/personne

Accompagnants bienvenus

Prévoir une tenue confortable, gourde et pique-nique.

En cas de besoin spécifique, merci de contacter le Centre Culturel :

accueil.bonnefoy@mairie-toulouse.fr ou [05 67 73 83 60](tel:0567738360)

Inscription en ligne ou à l'accueil du Centre culturel

ADULTES



Pilates

Lundis 3, 10, 17, 24 juillet et 21, 28 août

Jeudis 6, 13, 20, 27 juillet et 24, 31 août

De 12h30 à 13h30

Jardin Michelet

Un cours pour développer les muscles profonds, améliorer l'équilibre musculaire et assouplir les articulations, pour un entretien ou une amélioration des fonctions physiques.

Avec Paul Boudou

Tarif : 5€/personne

Inscription en ligne ou à l'accueil du Centre culturel

CENTRE CULTUREL BONNEFOY

ADULTES



Parcours Training

**Lundis 3, 17 juillet et
21 août**

De 18h à 19h

Jardin Michelet

Entraînement intense pour améliorer la performance du cœur et des poumons avec une meilleure distribution de l'oxygène. Effort à intensité progressive.

Avec Paul Boudou

Tarif : 5€/personne

*Inscription en ligne ou à l'accueil
du Centre culturel*



Stretching Relaxation

**Mercredis 5, 12, 19, 26 juillet
et 23, 30 août**

De 18h à 19h

Jardin Michelet

Pratique dite « douce » qui consiste à s'étirer et s'assouplir. Basée sur des mouvements lents alliés à une respiration profonde, le stretching aide à relâcher les tensions.

Avec Paul Boudou

Tarif : 5€/personne

*Inscription en ligne ou à l'accueil
du Centre culturel*



Renforcement Musculaire

**Jeudis 6, 13, 20, 27 juillet
et 24, 31 août
De 18h à 19h**

Jardin Michelet

Le renforcement musculaire sert à améliorer sa posture, maintenir la colonne vertébrale et prévenir les douleurs. Les exercices proposés vont permettre de renforcer le corps, exercer les muscles, articulations et tendons.

Les mouvements sont adaptés à tous les niveaux.

Avec Paul Boudou

Tarif : 5€/personne

*Inscription en ligne ou à l'accueil
du Centre culturel*

Abdos-Fessiers

**Lundis 10, 24 juillet et
28 août
De 18h à 19h**

Jardin des Plantes

Exercices de renforcement musculaire spécifiques afin de tonifier la sangle abdominale et les fessiers, améliorer sa posture et sa souplesse.

Avec Paul Boudou

Tarif : 5€/personne

*Inscription en ligne ou à l'accueil
du Centre culturel*



Danse et Émotions

Samedi 8 juillet

10h à 12h puis 14h à 17h

La Piste

Un atelier danse qui joue sur la relation entre l'individu et le collectif. Après une partie d'échauffement physique et un échange collectif sur le thème des émotions, une écriture chorégraphique transformera la parole en geste.

Prévoir une tenue de sport et une gourde.

Avec Anne-Lise Parisset,
professeure de danse

Avec Vincent Bresson, *docteur en philosophie*

Tarif : 10€/personne

Inscription en ligne ou à l'accueil du Centre culturel

Séance de Hatha-Yoga en plein air

Mardi 11 juillet

Mardi 18 juillet

De 9h30 à 10h30

Jardin Michelet

Un cours collectif de hatha-yoga en plein air destiné à tous, pour se relier à son corps, dans le respect de soi et de l'autre.

Prévoir un tapis de yoga, une tenue de sport et une gourde.

Avec Christelle Simonet

Tarif par stage : 5€/personne

Inscription en ligne ou à l'accueil du Centre culturel



S'initier à l'improvisation théâtrale

Samedi 22 juillet

De 9h à 13h

Atelier 1

Une matinée pour découvrir l'improvisation théâtrale sous diverses formes, par des explorations en groupe, dans un cadre ludique et bienveillant. Se détendre et être à l'écoute, se laisser surprendre par soi-même.

Prévoir une gourde et une tenue confortable

Avec Hélène Harmat

Tarif : 35€ (adhésion comprise)

Inscription :

atelierstheatrebonnefoy@gmail.com

06 45 79 46 74

Initiation au cyanotype

Samedi 22 juillet

De 14h à 17h

Salle d'arts plastiques

Ce stage propose la découverte d'une technique ancienne : Le Cyanotype. Révélation d'une empreinte bleue sous le soleil d'été, les participants seront amenés à réaliser leur propres images, revenant aux sources de la photographie.

*En lien avec le temps fort « **Vers les étoiles** » (cinémas plein air, ateliers, sorties).*

Avec Janis Roblès

Tarif : 5€/personne

*Inscription en ligne ou à l'accueil
du Centre culturel*

ENFANTS ET ADOS



Stage Hip-Hop FURY

Lundi 24 juillet de 14h à 16h

**Mardi 25 et mercredi 26
juillet de 10h à 16h**

De 8 à 12 ans

Découverte de l'univers du hip-hop et du break dance.

Apprentissage des styles de danses variés, debout, au sol, des freezes ou tracks, des figures.

Débutants acceptés

Prévoir un pique-nique.

Avec Adrien Fabiani

Tarif : 19€/personne

*Inscription en ligne ou à l'accueil
du Centre culturel*



Découverte de la danse classique

Lundi 17 et mardi 18 juillet

De 10h à 16h

De 7 à 10 ans

Lors de ce stage, l'accent est mis sur la coordination, l'observation, la mémorisation, le sens de l'espace et du rythme, la musicalité pour allier découverte de la technique, plaisir et sens artistique.

Prévoir un pique-nique.

Avec Angelina Rakova

Tarif : 14€/personne

*Inscription en ligne ou à l'accueil
du Centre culturel*

ENFANTS ET ADOS



Stage Modelage argile

Jeudi 20 et lundi 24 juillet

De 11h à 15h

De 5 à 9 ans

Lors de ce stage de modelage, les enfants battront l'argile, s'amuseront avec les techniques d'ajout, de taille, de colombin, de pincé, d'estampage ou à la plaque. Ils y ajouteront ensuite du décor et de la couleur.

Prévoir un pique-nique

Avec Marion de l'association Les Mirettes

Tarif : 14€/personne

Inscription en ligne ou à l'accueil du Centre culturel



Initiation au Théâtre

Du lundi 17 au vendredi 21 juillet

De 10h à 12h

De 7 à 12 ans

À travers des jeux et des improvisations guidées, les enfants découvrent de manière ludique et créative différentes approches du théâtre. Ils expérimentent la joie de se mettre en jeu et de créer ensemble.

Avec Isabelle Molina

15€ la matinée ou 70€ la semaine

+4€ d'adhésion pour les non-adhérents à l'association

Infos et inscriptions :

ciemolisetti@yahoo.fr / 07 79 49 26 28



“Pass Créa Danse Été

Lundi 10 juillet et Mardi 11 juillet

De 10h à 16h

De 7 à 14 ans

À travers différents ateliers et expériences dansées, créez votre propre univers de danse, inventez ou réinventez votre style, créez vos propres chorégraphies !

Des ateliers ludiques pour développer votre danse.

Prévoir un pique-nique

Avec Pascal Mest

Tarif : 14€/personne les 2 jours

Inscription en ligne ou à l'accueil du Centre culturel

ADULTES



Pilates et détente

Samedi 15 et Samedi 22 juillet

De 10h à 11h30

Jeudi 27 juillet

De 18h30 à 20h

À travers des exercices simples de renforcement des muscles profonds, vous contribuez à votre bien-être global. Des exercices de détente au sol participeront également à relâcher les tensions de la vie quotidienne.

Avec Pascal Mest

Tarif : 6€ la séance/personne

Inscription en ligne ou à l'accueil du Centre culturel

CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD

CENTRE MUNICIPALE DES ARTS DU CIRQUE LE LIDO



Stages d'initiation cirque

Du 17 au 21 juillet

De 10h à 17h

De 6 ans et demi à 8 ans et demi

Sous le chapiteau du Lido

Une semaine à la découverte du cirque, encadrée par des animateurs professionnels.

Une belle occasion pour les plus jeunes de s'initier à différentes techniques circassiennes et de cultiver leur créativité à travers des parcours ludiques et collectifs. Le dernier jour, les artistes en herbe entrent en scène pour une présentation de leur travail.

Tarif : 100€ pour la semaine

Repas du midi et goûter inclus

Inscription par mail : accueil.lido@mairie-toulouse.fr

STAGES

JUILLET - AOÛT 2023



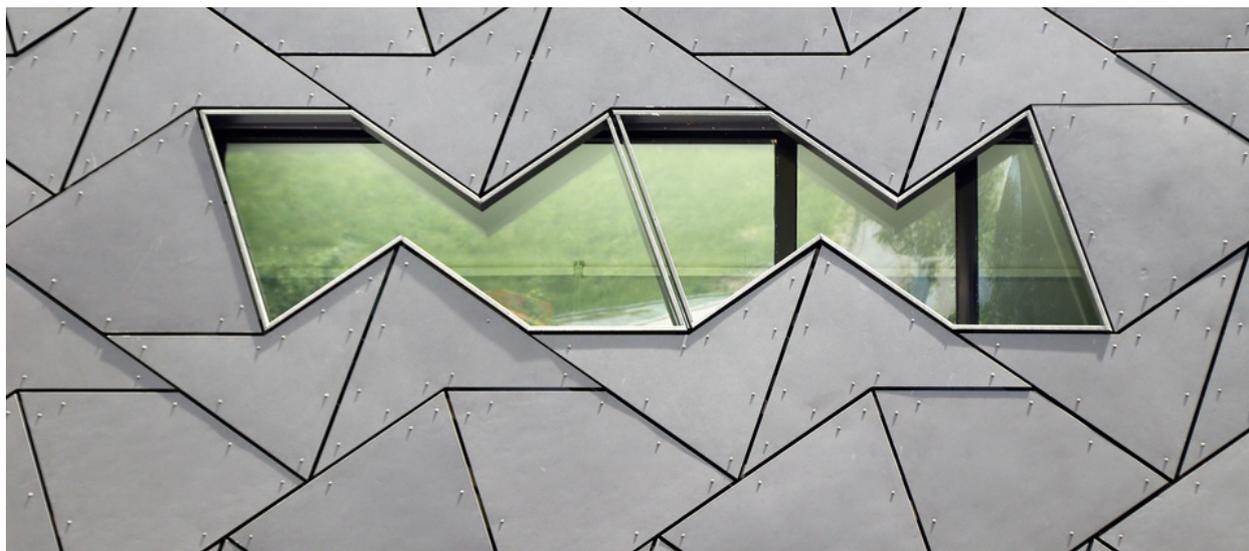
Centre culturel **Alban-Minville**

Centre culturel de quartier **Reynerie**

Centre culturel de quartier **Saint-Simon**

Centre culturel de quartier **Bordeblanche**

ARTS PLASTIQUES



Vitrail - Glass Spinner

Du 4 au 6 juillet

De 10h à 17h

Ados/Adultes - Dès 15 ans

Tous niveaux

Durant ce stage, vous découvrirez la méthode de vitrail, dite "Tiffany", et vous l'utiliserez pour réaliser un Glass Spinner, sorte de girouette suspendue ou d'attrape soleil en verre.

Vous apprendrez à découper le verre, à préparer des gabarits, à sertir au cuivre, à souder à l'étain et à monter un vitrail en 3 dimensions.

Un stage de découverte, mais aussi de perfectionnement pour les initiés.

Tarif 21€

Intervenante : Mathilde DU MESNILDOT

Informations : Centre culturel Alban-Minville 05.67.73.87.60

Inscriptions en ligne sur metropole.toulouse.fr

JUILLET - UN ÉTÉ AU BORD DU LAC

AUDIOVISUEL- RÉSEAUX SOCIAUX



La vidéo comme des pros

Du 18 au 21 juillet

De 17h à 20h

Ados/Adultes - Dès 11 ans

Découvrez le monde de l'audiovisuel avec des professionnels du milieu ! Ce stage vous apprendra le monde bien particulier du cinéma.

Vous allez pouvoir utiliser une caméra et du matériel professionnel et créer des vidéos sensationnelles de l'événement. Ce stage offrira une expérience pratique pour ceux qui s'intéressent à la création de contenu vidéo, ainsi que pour ceux qui cherchent à acquérir une expérience dans ce domaine.

Communication vidéo & digitale

Du 25 au 28 juillet

De 17h à 20h

Ados/Adultes - Dès 11 ans

Apprenez à transmettre de l'émotion grâce à la vidéo et la communication au cours d'un stage ludique et captivant !

Développez vos compétences en matière de création de contenu vidéo tout en participant à la promotion du festival "Un été au bord du Lac" !

Vous aurez l'opportunité de travailler avec une équipe professionnelle sur les différents aspects de la création de vidéos, ainsi que sur la communication digitale.

ACTIVITÉS GRATUITES DANS LE CADRE D'UN ÉTÉ AU BORD DU LAC

Intervenants : "Perdus de Vue Prod"

Informations / réservations : Centre culturel Alban-Minville - 05.67.73.87.60

ARTS PLASTIQUES



Terre & Modelage

"Viens, on va à la plage!"

Du 18 au 21 juillet

"Iles Imaginaires"

Du 25 au 28 juillet

De 17h à 20h

Enfants/Ados - De 6 à 17 ans

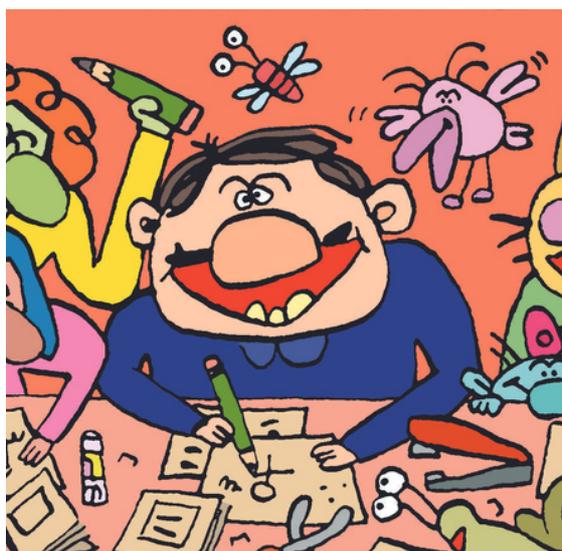
"Viens, on va à la plage!"

Projet collectif. Sur une grande plaque d'argile, les enfants sont invités à modeler en argile et se rassembler autour de l'univers de la plage. des baigneurs, des parasols, des serviettes, des vagues...

"Iles Imaginaires"

Pièces collectives. Chaque enfant modèle l'argile et façonne une île, celle qui lui ressemble. Un projet suivi d'une exposition.

Intervenante : Claire Michel



BD - Fanzine

Du 22 août au 2 septembre

Du mardi au samedi

De 17h à 20h

Enfants - De 6 à 12 ans

Un Fanzine, qu'est ce que c'est?!

Il s'agit d'une pratique d'autoédition qui consiste à réaliser soi-même son propre magazine avec les moyens du bord! Un crayon, une feuille, on plie, on coupe, on agrafe et le tour est joué!

Durant ce stage, tu apprendras plusieurs méthodes pour réaliser des fanzines sous plein de formes différentes et dans lesquels tu pourras parler de ce qui te passionne, que ce soit avec des dessins, du texte, de la BD ou encore des collages.

Intervenant : Alexandre Géraudie

ACTIVITÉS GRATUITES DANS LE CADRE D'UN ÉTÉ AU BORD DU LAC

Informations / réservations : Centre culturel Alban-Minville - 05.67.73.87.60

AOÛT - UN ÉTÉ AU BORD DU LAC

DANSE



Danse numérique

Du 22 au 25 août

De 17h à 20h

Tout public

Des sessions d'improvisation pour explorer son propre corps à partir de mouvements subtils destinés à se connecter avec soi, les autres et à partir de là, avec l'environnement.

Mêlant capteurs et technologie numérique d'une part, mouvement corporel et structures physiques d'autre part, cette expérience en plein air vise à retrouver un sentiment de connexion avec le monde et avec son propre corps, en activant collectivement la multi sensorialité et le mouvement.

ACTIVITÉS GRATUITES DANS LE CADRE D'UN ÉTÉ AU BORD DU LAC

Intervenants : Compagnie K'Danse

Informations / réservations : Centre culturel Alban-Minville - 05.67.73.87.60

ART DE LA RUE



Cirque

Du 8 au 19 août

Du mardi au samedi

De 17h à 20h

Enfants/Ados - De 6 à 17 ans

Dans le cadre de ce stage de Cirque ; 2 temps :

La 1ère heure propose un stage évolutif sur les 5 jours de la semaine pour une découverte du cirque plus en profondeur, avec une réelle progression et un engagement des inscrits.

Les 2 autres heures, plus libres, les participantes et participants sont amenés à découvrir les arts du cirque sous toutes ses formes : acrobatie au sol, jonglerie, rola bola, équilibre... et parfaire les exercices vus en première heure.

Intervenante : Angèle Charton

ÉCRITURE



Rap & poésie urbaine

Du 16 au 18 août &

du 22 au 25 août &

du 29 août au 31 août

De 17h à 20h

Enfants/Ados/Adultes

Atelier découverte de l'écriture slam, poésie, rap. Oser écrire son quotidien et partager ses écrits sur une musique composée en direct. Pouvoir rendre accessible à toutes et à tous le slam appelé aussi poésie urbaine, et l'envie de participer, d'écrire et de partager ses écrits.

Sur votre thème choisi ou sur une thématique donnée... et lui donner vie sur scène, accompagnée par la guitare de l'intervenant !

Intervenante : Saïd Nifeur

ACTIVITÉS GRATUITES DANS LE CADRE D'UN ÉTÉ AU BORD DU LAC

Informations / réservations : Centre culturel Alban-Minville - 05.67.73.87.60

INFORMATIONS

CENTRE CULTUREL ALBAN-MINVILLE

1, place Martin Luther King
Tél : 05 67 73 87 60
Métro ligne A : Bellefontaine – Bus n° 14
accueil.a.minville@mairie-toulouse.fr

CENTRE CULTUREL BELLEGARDE

17, rue Bellegarde
Tél : 05 62 27 44 88
Métro ligne B : Jeanne d'Arc
accueil.bellegarde@mairie-toulouse.fr

CENTRE CULTUREL BONNEFOY

4, rue du Faubourg Bonnefoy
Tél : 05 67 73 83 60
Métro ligne A – Marengo SNCF
Bus n°39 – Arrêt Arago
accueil.bonnefoy@culture-toulouse.fr

CENTRE CULTUREL DE QUARTIER BORDEBLANCHE

5, rue Yves Rouquette
Tél : 05 61 40 40 98
Bus n° 18 – Arrêt Pradettes
Bus n° 87 – Arrêt Bibliothèque
accueil.bordeblanche@mairie-toulouse.fr

CENTRE CULTUREL DE QUARTIER LA BRIQUE ROUGE

9, rue Maria Mombiola
Tél : 05 36 24 54 62
Métro ligne B : Empalot
labriqueroUGE@mairie-toulouse.fr

CENTRE CULTUREL HENRI-DESBALS

128, rue Henri-Desbals
Tél : 05 36 25 25 73
Métro ligne A – Bagatelle
accueil.desbals@mairie-toulouse.fr

CENTRE CULTUREL ESPACE JOB

105, route de Blagnac
Tél : 05 31 22 98 72
Bus L1, n° 70 – Arrêt Soleil d'Or
accueil.job@mairie-toulouse.fr

CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES

10, avenue des Mazades
Tél : 05 31 22 98 00
Métro ligne B – Minimes Claude-Nougaro
accueil.mazades@mairie-toulouse.fr

CENTRE CULTUREL DE QUARTIER RENAN

5, chemin d'Audibert
Tél : 05 34 24 58 06
Métro ligne B – Trois Cocus
accueil.renan@mairie-toulouse.fr

CENTRE CULTUREL DE QUARTIER REYNERIE

1, place Conchita Grange Ramos
Tél : 05 31 22 99 23
Métro ligne A : Reynerie
accueil.reynerie@mairie-toulouse.fr

CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN

56, allée Charles de Fitte
Tél : 05 61 22 27 77
Métro ligne A – Saint-Cyprien République
accueil.stcyprien@mairie-toulouse.fr

CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SAINT-SIMON

10, chemin de Liffard
Tél : 05 31 22 96 81
Bus n° 87 – Arrêt Charpy
Bus n° 53 – Arrêt Liffard
accueil.stsimon@mairie-toulouse.fr

CENTRE CULTUREL DE QUARTIER SOUPETARD

63, chemin de Hérédia
Tél : 05 31 22 99 70
Métro ligne A – Roseraie
Bus n°19 – Arrêt Dinetard
accueil.soupetard@mairie-toulouse.fr

CENTRE MUNICIPAL DES ARTS DU CIRQUE DU LIDO

14, rue de Gaillac
Tél : 05 36 25 22 20
Métro ligne A – Argoulets
accueil.lido@mairie-toulouse.fr



CENTRES
CULTURELS

<http://metropole.toulouse.fr>



Centres culturels de Toulouse