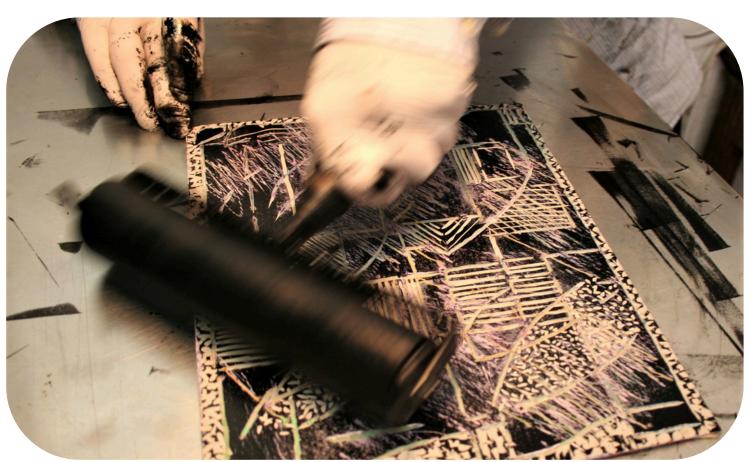


STAGES & EXCURSIONS CULTURELLES

JUILLET, AOÛT, SEPTEMBRE 2024



© Droits réservés



SOMMAIRE

STAGES	
DANSE	p. 03
PHOTOGRAPHIE	p. 04
ARTS PLASTIQUES	p. 05
INFOS PRATIQUES	p. 06
EXCURSIONS CULTURELLES	p. 08
INFOS PRATIQUES	p. 10

STAGES DANSE





Pilates pour danseuses et danseurs

Du mercredi 11 au vendredi 13 septembre 18h - 19h15 au Centre culturel Saint-Cyprien avec Lila Pizzutto

Le Pilâtes est une technique de renforcement musculaire et d'étirements pour les danseurs et les danseuses, il permet de renforcer le centre et de perfectionner le placement des axes. Lila propose des séances adaptées qui s'enchaînent comme une variation.

Pré-requis : bonne connaissance corporelle.

Tarif A - 15 places Public Adulte

Barre à terre

Lundi 16 **et/ou** jeudi 19 septembre 18h - 19h15 au Centre culturel Saint-Cyprien avec Melina Avgoustianou

Melina propose une suite d'exercices : pré-échauffement, pliés, dégagés, battements, port de bras. La barre à terre offre un bon soutien, la position allongée protège des blessures du dos tout en permettant de travailler son alignement. Enfin, cette discipline développe la tonicité musculaire et la souplesse.

Tarif A - 15 places
Public Adulte

Remise en forme argentique Développement/ planche

Vendredi 20 septembre • 10h - 13h | 14h - 18h • Centre culturel Saint-Cyprien • avec Yutharie Gal-Ong

Une journée destinée à revoir les bases du développement d'une pellicule noir et blanc et la réalisation d'une planche contact.

Matériel nécessaire : se munir d'une pellicule noir et blanc à développer.

Tarif D - 6 places - Public Adulte

Remise en forme argentique - Tirage n&b

Samedi 21 septembre • 10h - 13h | 14h - 18h • Centre culturel Saint-Cyprien • avec Yutharie Gal-Ong

Une journée destinée à revoir les bases du tirage papier noir et blanc.

Matériel nécessaire : se munir d'une pellicule noir et blanc développée.

Tarif D - 6 places - Public Adulte

Initiation à la photographie argentique

Du samedi 28 au dimanche 29 septembre • 9h30 - 13h l 14h - 18h30 • Centre culturel Saint-Cyprien • avec Yutharie Gal-Ong

Il s'agit d'acquérir les bases techniques de la photographie noir et blanc. Les stagiaires alterneront entre théorie (notions de bases de l'appareil photographique : vitesse, diaphragme, sensibilité), prises de vue (cadrage, lumière, point de vue), développement film et tirages papier en chambre noire.

Matériel nécessaire : se munir d'un appareil argentique reflex (24*36) / Film, chimie, papier inclus.

Inscription à partir du 26 août - 7 places - Public Adulte

STAGES PHOTOGRAPHIE

Initiation à la photographie numérique

Du samedi 28 au dimanche 29 septembre • 9h30 - 13h | 14h - 18h30 • Centre culturel Saint-Cyprien • avec 0mar Boukandil

Acquérir les bases techniques et artistiques en photographie numérique, en insistant sur les liens fondamentaux entre prise de vue, interprétation, traitement de l'image et tirage. Seront abordées les notions de bases de l'appareil photographique (vitesse, diaphragme, résolution, sensibilité, balance des couleurs, formats d'enregistrement), de prise de vue (cadrage, lumière, point de vue), et d'analyse d'images.

Pré-requis: maîtriser l'environnement informatique.

Matériel nécessaire : se munir d'un appareil reflex ou hybride.

Inscription à partir du 26 août - 7 places - Public Adulte

STAGE ARTS PLASTIQUES

Gaufrage

Samedi 28 septembre 10h30 - 13h | 14h - 17h30 au Centre culturel Saint-Cyprien avec Kitty Sabatier

Le gaufrage est une technique qui permet d'obtenir une image en relief sur un support papier. Elle se pratique à l'aide d'une presse ou de petits outils qui seront disponibles pour le stage.



Chaque participant réalisera un monogramme ou autre dessin parmi un choix de propositions d'images et de lettrages.

Tarif D - 12 places - Public Adulte

INFOS PRATIQUES STAGES

Ouverture des inscriptions en ligne le 3 juin.

Inscrivez-vous depuis chez vous ! Pour cela, vous avez la possibilité d'utiliser le téléservice mis à votre disposition sur <u>montoulouse.fr.</u>

En cas de difficultés, un accompagnement est possible :

- 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. Les tarifs et règles de remboursement sont consultables en ligne.

Découvrez sur <u>metropole.toulouse.fr</u> toute l'offre des stages proposée par l'ensemble des Centres culturels de Toulouse.

TARIFS STAGES

Une nouvelle tarification solidaire en 2024 : une facturation plus juste de vos services, un pouvoir d'achat protégé!

Les tarifs des activités sont désormais adaptés aux revenus de chacun grâce à la prise en compte du Revenu Fiscal de Référence. Cette nouvelle tarification tient compte de la situation financière de l'usager : les publics aux revenus les plus modestes bénéficient de tarifs encore plus bas qu'aujourd'hui pour faciliter leur accès aux activités socioculturelles.

	TARIF A par 1/2 JOURNEE	TARIF B par JOURNEE	TARIF C par 1/2 JOURNEE	TARIF D par JOURNEE
TOULOUSE	2,70 € à 6 €	5,40 € à 12 €	4,60 € à 10,20 €	9,20 € à 20,40 €
HORS TOULOUSE	9€	18 €	15 €	30€

Que dois-je faire? Une seule chose : mettre à jour votre Dossier Unique Interactif (DUI) en renseignant votre Revenu Fiscal de Référence qui se trouve sur la première page de votre dernier avis d'impôt sur le revenu. Ce document est disponible dans votre espace Particuliers sur impots.gouv.fr

A savoir : un simulateur de tarifs est également disponible dans la rubrique Mes démarches sur métropole.toulouse.fr.

EXCURSIONS CULTURELLES





Visite commentée de l'abbaye et de Moissac (82)

Jeudi 11 juillet 8h30 - 18h RDV au Centre culturel Saint-Cyprien

La matinée sera consacrée à la visite du cloître de Moissac avec une visite commentée.

L'après-midi sera une découverte de la ville en autonomie.

Tarif D
10 places
Famille - à partir de 12 ans ***
Prévoir un pique-nique ou restauration sur place (à vos frais).

Jeux à Toulouse Plage

Mardi 23 juillet 10h - 12h RDV au Centre culturel Saint-Cyprien

Une matinée pour découvrir ensemble les jeux de société à Ludoplage.

Gratuit
10 places
Famille - à partir de 10 ans

EXCURSIONS CULTURELLES





Parc à thème: Au pays des traces à Saint-Lizier (09)

Mercredi 21 août 8h15 - 18h

RDV: Centre culturel Saint-Cyprien

Venez découvrir un site dédié à l'ichnologie : la science des traces.
Au programme : découvrir la faune et la flore sauvage des Pyrénées.
Deux ateliers seront proposés dont un autour du bois, l'autre autour de la nature.

Tarif D

16 places

Famille - à partir de 6 ans

Prévoir un pique-nique.

Visite commentée du Centre d'art et de photographie, Lectoure (32)

Mardi 27 août 8h - 18h

RDV: Centre culturel Saint-Cyprien

Intitulée "Terra Nostra", cette nouvelle édition de l'été photographique de Lectoure nous invite à la découverte de sept expositions explorant différents points de vue des relations entre nos vies quotidiennes et la planète Terre.

Tarif D

16 places

Famille - à partir de 12 ans Prévoir un pique-nique.

INFOS PRATIQUES EXCURSIONS

Ouverture des inscriptions en ligne le 3 juin.

Inscrivez-vous depuis chez vous ! Pour cela, vous avez la possibilité d'utiliser le téléservice mis à votre disposition sur montoulouse.fr.

En cas de difficultés, un accompagnement est possible :

- en téléphonant à l'un des agents d'accueil dans les Centres culturels,
- en écrivant à l'adresse suivante : <u>inscriptionsDASC@mairie-toulouse.fr</u>

Seules les demandes de remboursement pour des raisons médicales avec un certificat à l'appui pourront être prises en compte. Les tarifs et règles de remboursement sont consultables <u>en ligne</u>.

- Chaque personne peut s'inscrire à 3 excursions par mois (2 payantes + 1 parmi l'offre gratuite). Les autres choix seront portés sur une liste d'attente.
- La clôture des inscriptions se fait la veille de chaque excursion à 12h.
- Certaines excursions nécessitent de prévoir un pique-nique ou des tenues adaptées.
- Aucun objet volumineux n'est autorisé dans le bus. Ainsi glacière, poussette, trottinette, gros sacs,... sont interdits.
- L'âge minimum requis pour participer aux sorties en bus est de 3 ans.
- Les mineurs restent sous la responsabilité de leurs accompagnants (parents).



Excursions en famille : les excursions en famille sont identifiées avec ce pictogramme.



Découvrez en ligne sur <u>metropole.toulouse.fr</u> toute l'offre des excursions culturelles ou sportives proposée par l'ensemble des Centres culturels de Toulouse

TARIFS EXCURSIONS

Une nouvelle tarification solidaire en 2024 :

Une facturation plus juste de vos services, un pouvoir d'achat protégé!

Les tarifs des activités sont désormais adaptés aux revenus de chacun grâce à la prise en compte du Revenu Fiscal de Référence. Cette nouvelle tarification tient compte de la situation financière de l'usager : les publics aux revenus les plus modestes bénéficient de tarifs encore plus bas qu'aujourd'hui pour faciliter leur accès aux activités socioculturelles.

Que dois-je faire?

Une seule chose : mettre à jour votre Dossier Unique Interactif (DUI) en renseignant votre Revenu Fiscal de Référence qui se trouve sur la première page de votre dernier avis d'impôt sur le revenu. Ce document est disponible dans votre espace Particuliers sur impots.gouv.fr

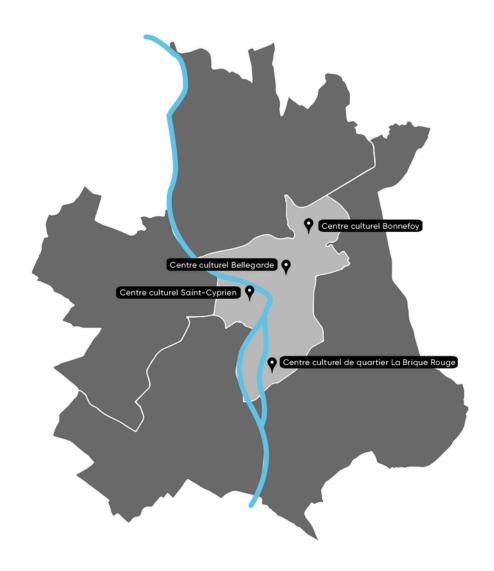
	Tarif A	Tarif B	Tarif C	Tarif D
Toulouse	1,80€ à 4€	3,40€ à 7,50€	4,50€ à 10,00€	7,00€ à 15,50€
Hors Toulouse	6,00€	11,50€	15,00€	23,00€

N.B.: Pour les moins de 6 ans une autorisation du responsable légal est obligatoire.

(*) Référence Recueil des tarifs des services publics de la Mairie de Toulouse, décembre 2023.

Tarif A: sans prestation complémentaire I 50 km max. aller-retour Tarif B: avec prestation complémentaire I 50 km max. aller-retour Tarif C: sans prestation complémentaire I + 50 km max. aller-retour Tarif D: avec prestation complémentaire I + 50 km max. aller-retour





CENTRE CULTUREL SAINT-CYPRIEN

56 allées Charles de Fitte

31300 Toulouse

Tél: 05 61 22 27 77

Métro : ligne A - station Saint-Cyprien République

Bus: lignes 13, 14, 31, 45 et 66

Renseignements:

accueil.stcyprien@mairie-toulouse.fr