

Danse - théâtre
musique - cirque
arts plastiques...

ENFANTS + ADULTES



Centre
culturel
Bellegarde

Les activités de mon quartier



Aimer Vivre à Toulouse

MAIRIE DE  TOULOUSE

Les activités de mon quartier 2024-2025



Sommaire

1. Arts plastiques	03
2. Musique et multimédia	06
3. Danse	07

1. Arts plastiques



© droits réservés

Éveil à la création

Mercredi 15h15-16h (3/5 ans)

Intervenante : Marta Espinos

Accessible à tous, dès l'âge de 3 ans.

C'est à travers de multiples expériences visuelles, tactiles et sensorielles que l'enfant développe sa créativité, son imaginaire, éveille ses sens et construit sa sensibilité et son rapport au monde environnant.

Couleur et composition

Jeudi 18h30-20h30

Vendredi 15h-17h

Vendredi 17h-19h

Intervenant : Christophe Montagut

Le contenu de l'atelier porte sur la manipulation de la couleur, qui permet de trouver un vocabulaire concrétisant des intentions plastiques, sur la découverte des notions de composition, de représentation...

La méthode pédagogique est progressive dans le but d'établir des liens cohérents entre la forme, le fond et des outils nécessaires à la réalisation d'une expérimentation picturale.

Expérimentations plastiques

Mercredi 13h30-15h (5/7 ans)

Mercredi 16h15-17h45 (8/11 ans)

Intervenante : Marta Espinos

Les enfants s'approprient des outils, expérimentent des techniques, pastel, fusain, gouache, encre de chine, collage, gravure... Ils découvrent les expositions du Centre culturel, ce qui enrichit leurs capacités d'expression et leur sensibilité artistique.

Une approche ludique et conviviale permet à chacun d'utiliser ces acquisitions pour développer sa propre créativité.

Dessin

Lundi 10h-12h

Lundi 15h30-17h30

Dessin modèle vivant adultes

Lundi 17h30-19h30

Intervenante : Olga Vieco

De l'observation à l'interprétation.

Éduquer l'œil en abordant les bases de dessin, en expérimentant différentes techniques en noir et blanc (fusain, mine de plomb, encre, monotype, gouache) sur des supports variés, d'après nature, photographies ou inspiration de peintres. Au troisième trimestre : étude du nu d'après modèle vivant.

1. Arts plastiques – Bellegarde

Arts textiles

Mercredi 18h30–20h30

Intervenante : Hélène Angeletti

Des liens se tissent entre chaque participant, pour créer à plusieurs mains des œuvres textiles convoquant plusieurs techniques spécifiques à cet art, que nous prenons le temps d'expérimenter, tel que le tissage, le shibori, le pliage, et tant d'autres...

Le mercredi soir est alors synonyme d'échanges, de transmission et de créations autour de la fibre textile.



© Marie Mélis

1. Arts plastiques – Site Jules Julien – Adultes

Dessin | Modèle vivant

Lundi 19h30–22h30

Mercredi 14h–17h

Mercredi 17h–20h

Jeudi 19h15–22h15

Intervenante : Martine Coste

L'atelier aborde progressivement le dessin modèle vivant à travers des séquences durant l'année : d'abord le croquis puis la morphologie et les proportions, enfin l'ombre et la lumière. La recherche graphique s'organise autour de la ligne, des valeurs, des couleurs et différentes techniques (fusain, mine de plomb, encre, craies, pastel, gouache, aquarelle...).

Peinture | Matière | Dessin

Lundi 13h–16h

Lundi 16h–19h

Intervenante : Lyz Friedrich Sers

Dans cet atelier sont sollicités l'inventivité, le rythme, la prise de position. Nous utilisons divers supports en deux ou trois dimensions, gouache, aquarelle, acrylique, encaustique, huiles, tempera à l'œuf... L'atelier laisse une grande part de liberté de choix aux participants et se conçoit comme un terrain de jeu collectif.



2 bis avenue Jules Julien
Résidence Jean Moulin - RDC
31400 TOULOUSE
05 61 52 79 95

1. Arts plastiques – Maison Giscard – Adultes



© Claire Michel

Sculpture | modelage

Lundi 14h30–17h30 (dès 16 ans)

Lundi 18h30–21h30 (dès 16 ans)

Intervenante : Claire Michel

Découverte, approfondissement de la sculpture académique à la céramique contemporaine. Différentes techniques sont abordées pour appréhender le volume, le décor, la couleur et la présence de l'œuvre dans l'espace. Modelage dans la masse, au colombin, à la plaque, terre papier, techniques de décors, patines...

Terre | Recherche, expérimentation

Mardi 14h–17h

Mardi 17h–20h

(dès 16 ans, tous publics)

Intervenante : Cécilia Olabarrieta

L'atelier terre est un atelier de création et de recherche en céramique contemporaine pour un public ayant déjà ou non de l'expérience en la matière. Ce cours vous permettra d'approfondir votre pratique. L'atelier est membre de l'Académie Internationale de la céramique.

Terre | Recherche, expérimentation

Mardi 9h30–12h30

Jeudi 9h30–17h30

**1 sem/2 par groupe le jeudi
(dès 16 ans, confirmés)**

Intervenante : Cécilia Olabarrieta

L'atelier terre est un atelier de création et de recherche en céramique contemporaine pour un public ayant déjà de l'expérience en la matière. Ce cours vous permettra d'approfondir votre pratique. L'atelier est membre de l'Académie Internationale de la céramique.

Atelier sculpture modelage

Mardi 17h30–18h30 (8/12 ans)

Intervenante : Claire Michel

Tout au long de l'année, au fil de thèmes ludiques, les enfants apprennent à manipuler l'argile et à se l'approprier. Une découverte du volume, des proportions, de la forme, de la couleur et du relief à travers différentes techniques comme le colombin, la plaque, le travail dans la masse. Un apprentissage pour gagner en autonomie, concentration et patience.

2. Musique et multimédia - Bellegarde



© Sidonie Landrin

Guitare

Mercredi 13h30-18h30 (9/14 ans)

Intervenant : Timothé Cavard

L'atelier guitare est ouvert aux guitaristes débutants et confirmés. L'apprentissage suit une progression selon votre rythme, et vos capacités techniques et musicales avec des conseils adaptés à chacun. Cette activité aborde tous les styles musicaux de la guitare acoustique.

Séances d'une heure pour 3 personnes.

Chant

Lundi 10h15-11h30

Ados | Adultes

Intervenante : Sidonie Landrin

Ouvert à celles et ceux de tous niveaux, qui souhaitent participer à une joyeuse thérapie musicale !

Musiques actuelles numériques avec Ableton

Mardi 18h30-20h30 (dès 16 ans)

Intervenant : Sacha Lourties

Créez votre univers musical et développez une pratique musicale numérique avec Ableton. Aucune connaissance musicale théorique n'est nécessaire, cependant cette activité est ouverte aussi aux personnes ayant une pratique instrumentale.

Tutorat informatique

Accompagnement de projet

Sur RDV - 5 séances d'une heure par usager par an

Adultes | Séniors

Intervenant : Madjid Hocine

À partir d'une analyse et d'un état des lieux, l'animateur multimédia aura pour but de renforcer la maîtrise et l'ouverture vers l'autonomie du numérique chez les publics (Windows, systèmes exploitation Mac, tablettes et téléphones).

Pré-requis : Maîtrise de l'environnement informatique

Réalisation d'un journal sonore & filmique

Atelier bi-mensuel

Jeudi 18h30-20h30

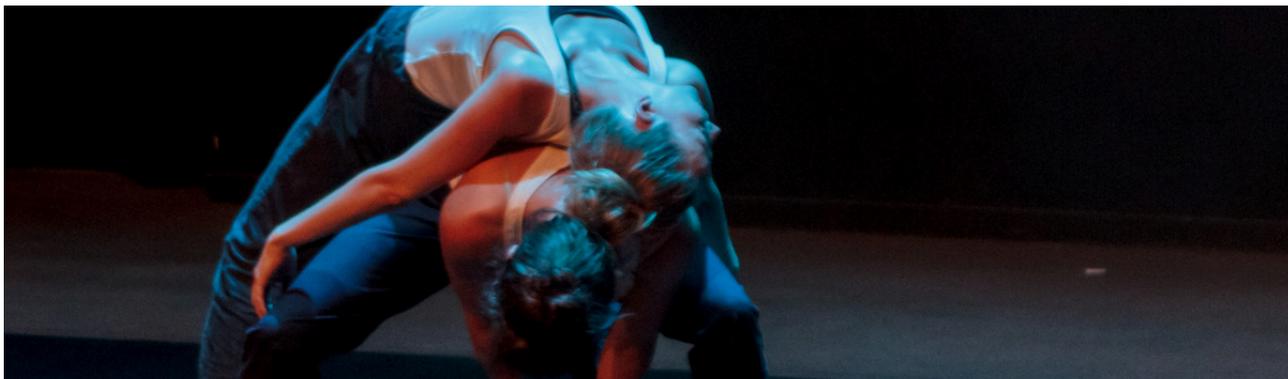
Ados | Adultes

Intervenante : Hee-Jin Kim

Au cours de cet atelier, nous réalisons une création à la fois sonore et visuelle sous forme de journal intime.

Dans une démarche collective, nous apprenons à travers des exercices d'écoute et d'enregistrement, la pratique de l'écriture sonore. Cette création sonore sera mise en dialogue avec des images filmées du quotidien à travers nos téléphones portables. Qu'écoutons-nous au quotidien - indépendamment de nos manières de voir le monde qui nous entoure ?

3. Danse – Bellegarde



© Samuel Dumas

Éveil corporel et rythmique

Mercredi 15h30-16h15 (4/5 ans)

Intervenante : Charlotte Delcurou

Découvrir la danse de façon ludique, développer sa créativité et son imaginaire, et goûter au plaisir du mouvement. Aborder la notion de musicalité et contribuer au développement sensoriel de l'enfant.

Danse Contemporaine initiation

Mercredi 16h30-17h45 (9/13 ans)

Intervenante : Charlotte Delcurou

Approfondissement des notions fondamentales du mouvement (temps, espace, poids, flux) et de la technique contemporaine, notamment par le travail au sol. Par des exercices et des improvisations, les enfants développent leur créativité et leur sensibilité et apprennent à danser ensemble.

Danse Contemporaine

Mercredi 18h30-20h (dès 16 ans)

intermédiaire

Intervenante : Charlotte Delcurou

Pour celles-ces qui souhaitent découvrir ou approfondir leur technique en danse contemporaine.

Il s'articule autour d'exercices de construction du corps, et de recherche par des sessions d'exploration, d'improvisation et de composition, avec un accent mis sur le travail au sol.

Danse classique

Mercredi 13h30-14h30 (7/9 ans)

Initiation à la danse

Mercredi 14h30-15h30 (5/6 ans)

Intervenante : Anne-Lise Panisset

Pratique des bases fondamentales de la danse sous une approche ludique et rigoureuse, qui laisse place au développement de la sensibilité artistique de chacun.

Plaisir, écoute, et rigueur de travail sont les bases de l'apprentissage de la danse et de la technique esthétique classique.

Danse improvisation - contemporaine

Lundi 18h-20h (dès 16 ans)

intermédiaire

Intervenante : Christophe Le Goff

Christophe Le Goff a une pratique organique du corps, de la danse et de sa relation à l'environnement. La danse d'improvisation est axée sur la question de la présence - "être ici et maintenant". En groupe et sous formes de solos, duos, trios - la pratique est centrée sur la perception du corps, de l'espace et du temps. L'esthétique dirigée vers la création de formes hybrides, est fondée sur l'engagement énergétique, émotionnel et imaginaire inhérent à la singularité de chaque participant.

3. Danse – Bellegarde

Barre à terre

Mardi 19h15–20h30

Jeudi 11h15–12h30

Jeudi 12h30–13h45

Intervenante : Alice Maurissanne

Technique d'assouplissement du corps. Travail de la respiration, de la mobilité de la colonne vertébrale et des chaînes musculaires. Étirements actifs et passifs exécutés en musique. Un bon moyen d'évacuer toutes les tensions et de se sentir en pleine possession de son corps.

Dancehall

Jeudi 18h30–20h (dès 16 ans)

Intervenant : Souf Rufai

Originaire de la Jamaïque, le Dancehall a été influencé par différents genres musicaux tels que le ska, le funk ou le disco.

Le Dancehall est un style de musique écouté et dansé dans le monde entier.

Modern jazz

Lundi 12h45–14h15

(dès 16 ans) intermédiaire

Intervenant : Thierry Vosdey

Mardi 17h45–19h15

(dès 16 ans) intermédiaire –
débutants maîtrisant le passage au
sol acceptés

Intervenante : Amélie Le Cocquen

Danse multiculturelle dont l'approche pédagogique est axée sur le rythme, l'énergie et l'expression. Les séances sont composées de trois temps forts : transmission des fondamentaux, atelier de composition pour l'aspect ludique de la danse et construction chorégraphique.

Les associations de mon quartier



Sommaire

1. Arts plastiques	10
2. Forme & Bien être	11
3. Langues & Écriture	14
4. Danse	15
5. Théâtre	16
6. Musique	17
7. Jeux de société	18
8. Et aussi...	18

1. Arts Plastiques



© Express Yourself

Express Yourself

Voyages avec les couleurs

Mardi 18h-20h

(dès 13 ans | Adultes)

Informations et inscriptions :

06 50 76 40 82

isa.morales@yahoo.fr

Venez vous détendre et expérimenter la nature des couleurs, guidé par la méthode du Docteur Margarethe Hauschka.

À votre rythme, libérez l'artiste en vous, en créant des espaces pour accueillir et révéler de nouvelles formes...

Cercle Bellegarde

Broderie & tricot

Lundi 14h-17h30

Crochet

Lundi 17h30-18h45

Peinture

Mardi 14h-17h30

Patchwork

Vendredi 14h-17h30

Informations et inscriptions :

06 67 60 68 22

cerclebellegarde@free.fr

L'Association propose des activités manuelles, travaux d'aiguille (tricot, broderie, patchwork, petite couture), peinture (aquarelle acrylique).

1. Arts Plastiques – Site Jules Julien

Les chevalets de Jules

Peinture

Mardi 14h-18h

Jeudi 14h-18h

Informations et inscriptions :

06 82 55 97 68

mohieddine.balti@yahoo.fr

Atelier libre de peinture artistique, d'échange de pratiques (acrylique, aquarelle, dessin...) ouvert à tous, dans le partage et la convivialité.

1. Arts Plastiques – Site Saint-Jean

Relais Amical Toulouse

Peinture sur porcelaine

Lundi 9h-12h & 14h-17h

Mercredi 9h-12h & 14h-17h

Informations et inscriptions :

05 61 22 90 82

relaistoulouse@gmail.com

Venez nous rejoindre pour vous initier, vous perfectionner ou si vous savez déjà faire, transmettre vos connaissances.

Cet atelier se veut convivial, dans un esprit d'échange et de partage.



2bis avenue Jules Julien
Résidence Jean Moulin - RDC
31400 Toulouse
05 61 52 79 95



2 rue Saint-Jean
31000 TOULOUSE

2. Forme et bien-être

Entretoises

Gymnastique holistique

Un samedi/mois 9h30-12h30

Informations et inscriptions :

06 74 55 22 38

entretoises@gmail.com

Inscrite dans la mouvance des gymnastiques douces. On y expérimente des mouvements construits sur des bases anatomiques, physiologiques précises. Elle participe à la prise de conscience et à l'amélioration des tensions, de la posture.

Accor'danse

Assouplissements seniors

Mercredi 9h30-11h45

Informations et inscriptions :

07 61 28 49 53

accordanse@ymail.com

Ce cours, grâce à un travail debout et en douceur renforce les muscles profonds et les notions d'équilibre en alternance avec de la mobilité articulaire et des étirements musculaires. Puis le travail sera au sol, axé sur la respiration et le calme intérieur.

Fédération française de Taïchindo

Taïchindo

Lundi 19h30-21h30

Informations et inscriptions :

06 79 37 31 48

www.taichindo.com

Le Taïchindo est une discipline issue du Budo et de différentes pratiques énergétiques. Les cours sont assurés par des animateurs agréés par la Fédération Française de Taïchindo.

En corps libres

Pilates

Mardi 10h-11h

Mercredi 9h30-10h30

Informations et inscriptions :

06 12 01 80 20

encorpslibres@gmail.com

Le Pilates est une gymnastique "corps-esprit" inspirée du yoga et de la danse. Il remodèle la silhouette tout en douceur avec un maximum d'efficacité, de l'intérieur vers l'extérieur, tout en conscience et avec intelligence.

Long River Tai Chi

Tai Chi Chuan

Mardi 10h30-11h45 et

19h15-20h30 | Débutants

Mardi 11h45-13h et

20h30-22h | Intermédiaire

Informations et inscriptions :

06 76 55 33 82

edanjard31@gmail.com

L'école Long River Tai Chi suit l'enseignement de Cheng Man-Ch'ing. Relâchement et recentrage apportent détente et équilibre également dans notre fonctionnement mental et physique.



© En corps libres

2. Forme & bien-être

Movement Refinery

La Méthode Feldenkrais™

Lundi 14h30-15h45

Jeudi 19h-20h15

Informations et inscriptions :

06 43 25 01 27

www.movement-refinery.com

La Méthode Feldenkrais™ propose un moyen doux et agréable pour vous défaire des tensions et raideurs. L'exploration de mouvements petits et lents libère les articulations et augmente le niveau de confort corporel, contribuant ainsi à un profond sentiment de bien-être.

Qi-Gong ADVAQ

Qi-Gong

Mardi 10h30-11h45

Mardi 12h15-13h30

Vendredi 12h30-13h45

Informations et inscriptions :

06 82 81 20 42

cathyboussard31@gmail.com

Pratique énergétique chinoise ancestrale, le QI GONG restaure et renforce l'énergie. Elle stimule l'immunité et assouplit le corps et se révèle être un allié considérablement puissant dans la réduction du stress et de l'anxiété.

Movement Refinery

La Méthode Feldenkrais™

Un samedi/mois 9h30-12h30

Informations et inscriptions :

06 43 25 01 27

www.movement-refinery.com

Un cours pour ceux qui souffrent d'inconfort dans le corps en raison d'une mauvaise posture ou de mouvements répétitifs. Découvrez comment soulager la tension dans le cou, les épaules, le dos et les hanches, pour retrouver mobilité et apprendre à bouger plus confortablement.

Caisse de retraite AROC

Gymnastique adultes

Mardi 16h30-17h30

Mardi 17h30-18h30

Jeudi 9h-11h

Informations et inscriptions :

06 70 14 93 73

mariejosee.higadere@gmail.com

Dans une ambiance conviviale, à votre rythme, venez pratiquer le renforcement musculaire de manière adaptée en fonction de vos possibilités. Vous améliorerez votre équilibre et éviterez les douleurs articulaires en gagnant de l'autonomie.



© Terence Wennink-Movement Refinery

2. Forme & Bien-être



© Alix Sattler

Soflow

Pilates Yoga

Jeudi 17h30–18h30

Informations et inscriptions :

Alix Sattler – 06 17 02 66 51

a.soflow@orange.fr

sophrologie31.wordpress.com

Souplesse et renforcement musculaire profond de tout le corps, surtout du dos et de la région pelvienne. Respirations, bien-être de nos articulations, équilibres et tonus de sa silhouette, concentration et détente. En musique, guidé par la voix.

Soflow

Sophro Relaxation Méditation

Mardi 17h–18h

Jeudi 18h30–19h30

Informations et inscriptions :

Alix Sattler – 06 17 02 66 51

a.soflow@orange.fr

sophrologie31.wordpress.com

Dans le déposé et le mouvement simple, debout, assis sur une chaise et allongé : respirations, relaxation et visualisations. S'entraîner à apaiser son mental, développer sa confiance et ses ressources. Éveiller ses perceptions positives.

Soflow

Flow Yoga

Mardi 18h05–19h05

Informations et inscriptions :

Alix Sattler – 06 17 02 66 51

a.soflow@orange.fr

sophrologie31.wordpress.com

Pour développer souplesse, fluidité, équilibre et tonus musculaire. Mouvements lents en pleine conscience, en respiration et en musique. Adaptable au niveau de chacun. Une pratique douce en profondeur. Un moment de plaisir en prenant soin de soi.

Toulouse Sport Santé

Gym Tonique

Vendredi 12h30–13h30

Informations et inscriptions :

06 66 30 91 83

brivalin@live.fr

Avec du renforcement musculaire général, votre prof Benjamin vous accompagnera dans votre dépassement de vous-même, vous corrigera et vous proposera des options adaptées à votre niveau.

2. Forme & Bien-être



© droits réservés

Yoga Shri Vivek France

Yoga intégral

Lundi 17h30-18h45

Lundi 19h-20h15

Yoga intégral doux

Jeudi 10h-11h30

Informations et inscriptions :

06 52 62 99 49

medha.jgd@gmail.com

Pratique de postures, respirations, mantras, concentration, relaxation et méditation pour booster l'énergie vitale, revitaliser le corps, équilibrer les émotions, apaiser l'esprit, éveiller la conscience et vivre plus joyeux.

Toulouse Sport Santé

Pilates adultes

Mardi 11h15-12h15 |

12h30-13h30 | 14h-15h

Vendredi 9h-10h |

10h-11h | 11h15-12h15

Informations et inscriptions :

06 66 30 91 83

brivalin@live.fr

Le pilate est une Gym douce basée sur le rééquilibrage postural, exercices en pleine conscience, avec une respiration particulière et recherche de bien-être.

3. Langues & Ecritures

Cultur'lang

Cours d'anglais du monde

Mardi 10h-11h30

Informations et inscriptions :

06 82 81 20 42

cathyboussard31@gmail.com

ANGLAIS DU VOYAGE

- 28 ans d'expérience dans le déblocage linguistique en anglais du monde.
- Formateurs diplômés et expérimentés dont natifs anglophones.
- Sessions de 1h30 en petits groupes.

Machiavelli

Cours d'italien

Mardi 12h-13h30

Jeudi 12h15-13h45

Informations et inscriptions :

06 16 03 97 21

contact@machiavelli-toulouse.fr

Avec Machiavelli, association franco-italienne fondée en 1995 par un groupe d'amoureux de la langue et de la culture italienne. Son but est de faire connaître l'Italie, sa langue et sa culture par des cours adultes et enfants, le chant, le théâtre et des conférences.

3. Langues & Ecritures

Cercle Bellegarde

Cours d'espagnol :

Un lundi sur deux 14h-16h

Cours d'anglais :

Lundi 16h-17h45

Jeudi 16h-17h30

Écriture :

Un jeudi sur deux 14h-16h

Espagnol conversation :

Jeudi 16h-17h30

Informations et inscriptions :

06 67 60 68 22

cerclebellegarde@free.fr

Le Cercle Bellegarde vous propose aussi des activités culturelles : cours d'espagnol, espagnol conversation, cours d'anglais, écriture, sorties.

4. Danse



© Philippe Moreau

Taksim Oriental

Danse orientale

Lundi 20h30-22h

Jeudi 14h30-16h

Informations et inscriptions :

06 33 32 71 97

ibtorientale@gmail.com

<https://danse-orientale-toulouse.fr>

Émouvante et féminine la danse orientale permet d'exprimer sa vitalité, mais aussi ses sentiments, joies et peines. Les participantes découvriront la culture rythmique et musicale du monde arabe. Une large place à la création et à l'improvisation permettra de s'approprier la danse orientale, avec l'objectif d'oser s'exprimer selon son propre style.

Aqui Macorina

Tango Argentin

Vendredi 19h30-21h30

Informations et inscriptions :

06 65 40 77 83

cie.aquimacorina@gmail.com

Le tango est une danse de dialogue. Une communication entre les partenaires et avec la musique. Les mécanismes du tango tels que dissociation, pivots, guidage, appuis requièrent une attention particulière dans leur apprentissage.

L'étude de la musique du tango dans sa globalité et ses fondamentaux sont rythme, structure musicale, mélodie, histoire des orchestres et périodes.

4. Danse

Maygetsin

Mouvement organique et pratiques énergétiques

Lundi 9h15-10h15

Informations et inscriptions :

06 86 50 19 98

legoff.andcie@yahoo.fr

Durant ce cours, au travers de pratiques traditionnelles Chinoises, Indiennes et Japonaises, le travail s'expérimente dans la lenteur et la finesse afin de sentir l'organicité et l'énergie de la substance du corps. Ouvert à tout le monde.

Training, danse contemporaine

Lundi 10h30-12h

Le training consiste à développer la maîtrise de qualités techniques spécifiques afin d'incarner progressivement un corps organique, animal, à la fois puissant, silencieux et lumineux.

Ce Cours est ouvert à des personnes ayant une pratique intermédiaire ou avancée.



© Amélie Paulmier

Cie Peter Agardi

Danse contemporaine : Moovemelt

Vendredi 14h-18h

Informations et inscriptions :

06 27 26 77 59

compagniepeteragardi@gmail.com

Atelier de création hebdomadaire en vue de représentation.

5. Théâtre

Contrescarpe

Atelier théâtre

Mercredi 13h45-15h30 (6/8 ans)

Mercredi 15h30-17h (9/11 ans)

Mercredi 17h-18h30 (12/13 ans)

Informations et inscriptions :

06 24 69 61 73

con3scarpe@gmail.com

Les interventions théâtre s'inspirent des ressources du groupe, valorisant chaque participant. De l'expression corporelle à la maîtrise de sketches drôles, le côté ludique est toujours en premier plan. Une représentation est proposée en juin .

Cie Peter Agardi

Théâtre : Moovemelt

Vendredi 10h30-12h

Informations et inscriptions :

compagniepeteragardi@gmail.com

Cours accessibles tous niveaux pour les personnes ayant une connaissance du mouvement ou pratique physique régulière.

5. Théâtre

Oui Bizarre

Atelier théâtre débutant

Mercredi 18h45-20h45

Informations et inscriptions :

06 60 46 45 80

oui.bizarre@gmail.com

Cet atelier hebdomadaire pour adultes débutants permet de découvrir les fondamentaux du théâtre.

À travers un ensemble d'exercices et une approche des textes le groupe inventera un langage commun qui servira notamment à la restitution de fin de saison.



© ACT_AnjaBeutler.de

6. Musique

Shake Art 31

Chorale Only Voices

Mercredi 18h45-21h

Informations et inscriptions :

06 63 74 26 28

shakeart31@yahoo.fr

Moment de convivialité autour du chant, ici pas de partition. Un ensemble à 3-4 ou 5 voix suivant la folie de notre cheffe de chœurs, principalement en anglais.

Zique et Plume

Chant improvisé

3 à 5 samedis/an 10h30-16h30

Informations et inscriptions :

06 63 66 76 43

ziqueplume@gmail.com

Des jeux de co-improvisation, des circle-song, et des explorations (mélodies, rythmes, langage imaginaire, recherches harmoniques) pour cheminer pas à pas, pour trouver plus de confiance, de musicalité et de plaisir seront proposés.

Eclats Chœur d'enfants et de jeunes

Chant choral

Lundi 17h-17h55 (5 à 7 ans)

Lundi 18h-19h (8 à 10 ans)

Jeudi 16h30-17h10 (3 et 4 ans)

Jeudi 17h10-17h55 (5 à 7 ans)

Jeudi 18h-19h (8-10 ans)

Informations et inscriptions :

06 01 48 44 08

contact@choeureclats.fr

Le Chœur Eclats est ouvert à tous sans sélection. Il est composé d'enfants et de jeunes de 4 à 17 ans (moyenne section à terminale). Le répertoire est composé de comptines, contes musicaux, chants populaires, chants du monde et opéras pour enfants.

7. Jeux de société



© droits réservés

Blue Frog Mah-Jong Club

Ateliers de découverte du MahJong

Joueurs confirmés

Lundi 19h-22h (2 salles)

Informations et inscriptions :

07 85 12 55 27

florent.descamps.fd@gmail.com

mahjongtoulouse.wordpress.com/

Le mah-jong est un jeu de plateau populaire en chine qui s'apparente au Rami. C'est une pratique qui associe, chance stratégie et observation.

Jeux de Trolls

Jeux de rôles

Vendredi 17h-22h

Samedi 13h30-17h45

(dès 12 ans)

Informations et inscriptions :

contact@jeuxdetrolls.com

www.jeuxdetrolls.com

Jeux de Trolls vous invite à venir partager un moment ludique avec des parties de jeux de rôles.

Que vous soyez débutants ou vétérans, nos maîtres de jeu seront ravis de vous avoir sur nos tables.

Selon ouverture du centre culturel les samedis. Ouverture pendant les périodes d'expositions seulement.

8. Et aussi...

Fédération des Femmes pour l'Europe

Sessions de formation numérique

séniors

Mardi 9h30-12h

(du 16 sept. au 25 nov.2024)

Informations et inscriptions :

06 78 86 19 22

anne-marie.diez@ffpe-toulouse.org

En petits groupes, et avec des exercices pratiques, nous apprenons aux seniors à :

- maîtriser les fonctionnalités de base de l'ordinateur
- connaître les principes des outils numériques et envoyer des mails
- naviguer sur internet pour trouver des informations diverses
- s'acquitter des formalités administratives qui se font de plus en plus souvent en ligne

Tarifs des activités municipales

Une nouvelle tarification solidaire + juste

A partir de septembre 2024, les activités hebdomadaires socioculturelles bénéficient désormais d'une tarification solidaire calculée sur la base de votre Revenu Fiscal de Référence.

FORMAT DES ATELIERS		TARIFS Toulouse	TARIFS Hors Toulouse
Activités hebdomadaires jusqu'à 2h	Année	De 56,60€ à 127€	188€
Activités hebdomadaires + de 2h ou avec 2 intervenants ou avec mise à disposition de fournitures spécifiques	Année	De 79,60€ à 177€	265€
Activités hebdomadaires + de 2h ou avec 2 intervenants ou avec mise à disposition de fournitures spécifiques + accès à une autre prestation	Année	De 133€ à 235€	345€

Inscrivez vous depuis chez vous !

À partir du 4 septembre 2024 | Toutes les infos sur metropole.toulouse.fr

Calendrier des activités

Semestre 1 : du 23 septembre 2024 au 1er février 2025

Semestre 2 : du 3 février au 14 juin 2025

Envie d'autres activités ?

Découvrez toute l'offre proposée par l'ensemble des Centres culturels de Toulouse dans la brochure en ligne disponible sur metropole.toulouse.fr



Centre culturel Bellegarde

17, rue Bellegarde

05 62 27 44 88

billetterie.bellegarde@culture.toulouse.fr

Accès :

Métro ligne B : Jeanne d'Arc

Bus lignes : L1, 15, 23, 39, 45, 70, navette Bonnefoy

Accueil du public :

Du lundi au vendredi

9h00-12h30/13h30-18h00

Le samedi (hors vacances scolaires)

8h45-12h30/14h00-18h00



metropole.toulouse.fr
centresculturels.toulouse.fr



Centres culturels de Toulouse