

Ateliers, stages & excursions





SOMMAIRE

ATELIERS ET STAGES

ARTS-PLASTIQUES : enfants et adultes	p. 03
DANSE : enfants et ados	p. 05
CIRQUE : enfants et ados	p. 05
MUSIQUE	p. 06
THÉÂTRE	p. 06
FORME ET BIEN-ÊTRE : adultes	p. 07
EXCURSIONS	
Visite de l'exposition <i>En robe !</i> à l'Abbaye de l'Escaladieu	p. 07
Festival Lumières sur le Quai: IA Double Je	p. 08
Festival Circa à Auch	p. 07
La Chapelle Saint-Jacques : exposition et atelier	p. 08
Maison Salvan: exposition et atelier	p. 09
Châteaux de Bruniquel	p. 10

Mobiles en papier

Sam. 12 oct. - de 10h à 12h Duo parent/enfant dès 8 ans avec l'artiste Soca



Bouquet de fleurs en papier

Sam. 12 oct - de 14h à 16h Adultes avec l'artiste Soca



En lien avec l'exposition *Paper Sweat Salone*, des ateliers pour découvrir le "paper art" : l'art du pliage. Chaque duo repartira avec sa création.

Tarif pour les mobiles en papier : 3€ par duo - 12 places Tarif pour le bouquet de fleurs en papier : Tarif C - 12 places

Fresque participative

Sam. 12 octobre - de 14h à 17h Tout public dès 10 ans Avec Caroline Roméo



Pour "Quartiers Libres", le centre culturel sera présent au tiers lieu "Les herbes folles", avec un atelier participatif à une fresque murale. C'est le moment d'apposer votre empreinte créative!

RDV à "Les herbes folles"- 6 rue de Maltens, Toulouse Gratuit et sans inscription

Pop-up

Sam. 19 octobre- de 14h à 16h Tout public dès 6 ans avec les Mirettes



Les techniques de pliage popup permettent de créer un volume avec du papier.

De la carte au livre, les expérimentations s'adaptent à tous les âges et les créations sortent de la page.

RDV à Place Commune - 2 rue des Jumeaux, Toulouse Gratuit et sans inscription

Tout en couleur

Mar. 22 - Mer. 23 octobre De 10h à 12h30 dès 6 ans Avec les Mirettes



En lien avec l'exposition *Paper Sweet Salone* de Soca, un atelier pour découvrir l'univers de l'artiste et créer des volumes en papier tout en nuance de couleurs.

Tarif C par demi-journée - 10 places



Sam. 14 déc - De 10h à 12h Duo parent/enfant dès 6 ans Avec les Mirettes



Un atelier en écho avec le festival Séquence Court-Métrage pour s'initier à la magie des machines de précinéma grâce à la création de zootropes et thaumatropes. Merci de prévoir une boîte de camembert.

3€ par duo - 12 places



Arts-plastiques Adultes

Sam. 16 nov - de 10h à 17h Peinture chinoise avec M. Ou Yang

Sam. 23 nov - de 10h à 17h Aquarelle avec Kristel Riethmuller

Sam. 14 déc - de 10h à 17h Pastel avec Nadine Roulleaux

Association Le sentier des couleurs 06 85 65 91 81 pour l'aquarelle et la peinture chinoise. 06 79 22 05 07 pour le pastel. 50€ la journée.

ATELIERS DANSE



Danse Afropop

Lun. 28 oct. 9-12 ans : 17h-18h

dès 14 ans : 18h-19h15

Association Arts Foundation



Découverte de l'Afropop, danse africaine urbaine du Nigeria avec des influences de dancehall, de la danse contemporaine et du modern' jazz.

Tarif: 12€ par personne pour les 9-12 ans et 15€ par personne pour les 14 ans et plus. Inscriptions: kehindesarah@artsffactory.com / 0633979273 12 places par groupe.

STAGES CIRQUE



Cirque découverte

11-14 ans: 14h-17h

Lun. 21 oct - Ven 25 oct 8-11 ans : 10h-12h30



Découverte et apprentissage des arts du cirque : jonglerie, équilibre sur objet et acrobatie. L'alternance de temps techniques, de jeux et de recherche, permet de développer l'aspect créatif de chaque enfant et de le mettre au service d'une idée ou d'une création collective.

Tarif C par demi-journée 12 places par groupe.

STAGE MUSIQUE



Chants du monde

Sam. 16 nov. - de 14h à 18h dès 16 ans Natacha Muet - La Rugissante

Chant tzigane ou brésilien mélodie grecque ou pizzica d'Italie du Sud, chant andalou, gospel, rythmique cubaine...Travail sur la polyphonie, l'oreille et l'harmonie. Travail rythmique et polyrythmique inspiré de méthodes brésiliennes et indiennes. Tous niveaux / apprentissage à l'oreille.

Inscriptions: 06 81 48 97 00 / rugissante@gmail.com / Tarifs: 25 € - 20 €

STAGES ET ATELIERS THÉÂTRE

Rire et quiproquos! À la découverte de Feydeau

Sam 30 nov. - de 10h à 17h Adultes



Une journée pour découvrir et jouer les textes de Georges Feydeau. Venez maîtriser l'art du quiproquo et laissez-vous emporter par l'humour unique de cet auteur génial! En lien avec le spectacle *La puce à l'oreille* (jeu. 5 déc à 20h) Animé par deux comédiens de la Cie Le club dramatique.

Tarif B / 15 places

Prévoir un pique-nique.

Parler de soi Écriture en soliloque

Sam. 1er fév. - de 10h à 13h Adultes



Comment l'introspection devient exposition sur scène? Trouver un langage ludique et créatif autour du monologue pour "sortir de soi", à partit de textes théâtraux, de romans ou de journaux intimes. En lien avec le spectacle *Dé comme Polina* - Cie Voraces (jeu. 30 jan à 20h). Animé par le comédien François-Xavier Borrel.

Tarif A / 12 places

ATELIERS FORME ET BIEN-ÊTRE

Yoga doux

Sam. 12 oct., 16 nov. et/ou 18 jan. de 10h30 à 12h30 Adultes Alice Sattler, SOFLOW



Doux Yoga ouvert à tous. Prendre le temps pour se relier à son corps, s'apaiser, s'étirer et se tonifier.

Tarif: 20 € par session

Inscriptions: a.soflow@orange.fr

06 17 02 66 51

Pilates et pilates ballon

Lun. 21 oct - 18h à 19h: pilates et/ou 19h à 20h : pilates ballon dès 16 ans Paul Boudou



Un cours pour développer les muscles profonds, assouplir les articulations, améliorer l'équilibre.

Tarif A - 20 places : pilates 12 places : pilates ballon

Stretching

Mer. 22 oct. - 18h à 19h dès 16 ans Paul Boudou



Pratique basée sur des mouvements lents alliés à une respiration profonde. Un moment pour s'étirer, s'assouplir et relâcher les tensions. Un moment rien que pour soi.

Tarifs A / 20 places

Circuit training

Mer. 22 oct. - 19h à 20h dès 16 ans Paul Boudou



Cette méthode d'entraînement consiste à réaliser plusieurs exercices les uns après les autres avec des temps de récupération variables. Le parcours s'adapte aux capacités et objectifs de chacun.

Tarifs A / 20 places



Visite de l'exposition *En robe!* à l'abbaye de l'Escaladieu

Dim. 29 sept. - de 9h à 17h dès 10 ans RDV à la sortie du métro Argoulets

15 œuvres d'art contemporaines en extérieur et en intérieur. *En robe!* c'est une dynamique, un chemin pour expérimenter par l'art les méandres et les plis cachés de ce qui est bien plus qu'un simple vêtement. Depuis 1939, l'abbaye de l'Escaladieu est classée monument historique et développe une riche programmation culturelle.

L'après-midi, balade en forêt au bord de la rivière de l'Arros.

Prévoir un pique-nique pour le midi et des chaussures adaptées pour la balade.

Tarif D



Festival Circa à Auch

Mer. 23 oct. - de 14h30 à 20h30 dès 8 ans RDV à la sortie du métro Argoulets



Le festival Circa, pour tous les passionnés de cirque, met à l'honneur compagnies, artistes et écoles de cirque françaises ou internationales! Nous vous proposons d'assister à 2 spectacles. Couplant l'acrobatie à l'archéologie, *Huellas* (Cie Hold-up & co) nous connecte à nos lointains ancêtres et nous replace dans l'histoire humaine. *Signatures* (Cie Académie Fratellini X Cie MazelFreten) est une pièce de danse hip-hop électro conçue pour l'espace public.

Tarif D



Festival Lumières sur le Quai. Exposition *IA Double Je et atelier*

Vend. 25 oct. - 9h30 de à 16h dès 8 ans RDV à la sortie du métro Palais de justice

A l'occasion du festival Lumières sur le Quai, viens faire le point sur l'IA, ses multiples applications et enjeux, dans cette expo immersive au cœur de la machine. Calculer, prévoir, décider, apprendre, agir et réagir, les technologies d'intelligence artificielle nous imitent de mieux en mieux... jusqu'à nous remplacer? Découverte d'installations interactives, participation à des ateliers de pratique en lien avec la grande exposition *IA-Double Je*.

Tarif B



Exposition et atelier parentenfant : Chapelle Saint-Jacques

Sam. 23 nov. - de 9h à 13h dès 6 ans RDV à la sortie du métro Argoulets



Atelier parent-enfant (jeux visuels, collages photographies, jeux gestuels...) dans le Centre d'art contemporain, la Chapelle St-Jacques à Saint-Gaudens en lien avec l'exposition temporaire de Pauline Hisbacq, *Je voudrais simplement que tu te sentes libre*. Mêlant photographies, collages, films, archives découpées, ce projet est le récit d'une protestation non-violente et imaginative.

Tarif D



Centre d'art-Maison Salvan Vend. 6 dec. - De 9h30 à 12h dès 10 ans RDV à la sortie du métro Argoulets

La Maison Salvan à Labège est un lieu qui cherche à faciliter l'accès aux enjeux de l'art contemporain par le discours et par la pratique. Les artistes Elsa Brès, Nicolas Puyjalon et Anaîs-Tohé Commaret proposent un travail vidéo sur le thème des communautés en marge. Ils s'interrogent sur les échelles sociales différentes, celle de l'individu, de la communauté, de la société. Une médiation de cette exposition est proposée ainsi qu'un atelier en lien avec celle-ci.

Tarif C



Exposition - la Chapelle Saint-Joseph

Vend. 20 déc. De 13h45 à 15h30 Dès 10 ans RDV à la sortie du métro St Cyprien

Visite commentée de la Chapelle Saint-Joseph et de l'exposition de la plasticienne Eva Jospin. Repère du quartier Saint-Cyprien, la chapelle de la Grave a été bâtie en 1197 sur un banc de gravier laissé par la Garonne. Son dôme agit comme un phare pour les habitants de Toulouse, accrochant le regard de jour comme de nuit!

Tarif B

EXCURSIONS



Les châteaux de Bruniquel Sam.18 janv. - De 9h à 17h Dès 6 ans RDV à la sortie du métro Argoulets

Visite guidée des châteaux de Bruniquel situés dans l'un des plus beaux villages de France, qui ont servi de cadre pour le tournage du film *Le vieux fusil*. Une salle est consacrée à l'exposition des photos du tournage. L'après-midi, visite libre du village de Bruniquel.

Prévoir un pique-nique ou réserver un restaurant sur place Tarif D



Ouverture des inscriptions en ligne ou auprès de chaque centre le 18 septembre

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 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.

Les tarifs et règles de remboursement sont consultables en ligne.



Les ateliers et stages associatifs sont identifiés par ce pictogramme. La réservation et le paiement se font directement auprès de l'association (les modalités d'inscription sont précisées pour chaque proposition)



Duo parent-enfant



Fn famille



Enfants

ENVIE DE DÉCOUVRIR D'AUTRES ATELIERS OU STAGES?

Le programme proposé par l'ensemble des centres culturels de Toulouse est disponible dans la brochure en ligne disponible sur metropole.toulouse.fr



Les tarifs des activités sont adaptés aux revenus de chacun grâce à la prise en compte du Revenu Fiscal de Référence. Cette tarification tient compte de la situation financière de l'usager : pour faciliter l'accès aux activités socioculturelles.

STAGES

Activités ponctuelles programmées au moins sur 1 journée complète ou sur plusieurs 1/2 journées ou journées successives ou discontinues avec une obligation d'inscription sur toutes les séances du stage.

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

ATELIERS

Activités ponctuelles programmées sur une 1/2 journée maximum.

ATELIERS (1/2 JOURNEE)	TARIF A PAR 1/2 JOURNEE	TARIF B PAR 1/2 JOURNEE	
TOULOUSE	2,70 € à 6 €	4,60 € à 10,20 €	
HORS TOULOUSE	9€	15 €	

Essentiel: 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 <u>métropole.toulouse.fr</u>.

Ouverture des inscriptions en ligne ou auprès de chaque centre dès le 18 septembre

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 téléphonant à l'accueil des Centres culturels,
- en écrivant à l'adresse inscriptionsDASC@mairie-toulouse.fr

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 enfants restent sous la responsabilité de leurs parents.

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



Ces excursions ont lieu le mercredi, le samedi ou pendant les vacances scolaires.

Pour les enfants entre 3 et 6 ans, prévoir un rehausseur.



Les tarifs des activités sont adaptés aux revenus de chacun grâce à la prise en compte du Revenu Fiscal de Référence. Cette 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.

EXCURSIONS	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€

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.

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.

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

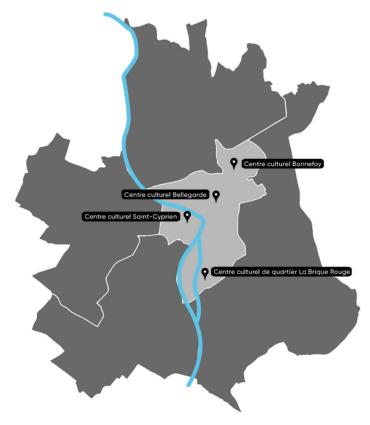
Tarif C: sans prestation complémentaire I + 50 km max. aller-retour / Tarif D: avec prestation complémentaire I + 50 km max. aller-retour

Les tarifs et règles de remboursement sont consultables en ligne. Recueil des tarifs 2024 de la Mairie de Toulouse · Toulouse Mairie Métropole, site officiel.





Centres culturels de Toulouse



CENTRE CULTUREL BONNEFOY

4 rue du Faubourg Bonnefoy

31400 Toulouse Tél : 05 67 73 83 60 Métro : ligne A -

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

Renseignements:

accueil.bellegarde@mairie-toulouse.fr