

SAISON

CENTRE CULTUREL FRANÇOIS VILLON

2021

2022



ÉDITO

Ce qui vous est présenté ici dans cette brochure au format de poche est L'ESSENTIEL de votre association : les ateliers !

C'est la base, le socle commun, ce pour quoi cette structure existe, PAR VOUS et POUR VOUS. Ce n'est pas une structure commerciale à la recherche de profit personnel mais bien une mutuelle, une coopérative, une entreprise SOLIDAIRE. Sans vous, plus de liberté de s'associer ensemble pour un service collectif.

Les événements, moments de rencontres et d'échanges qui émaillent habituellement nos saisons feront eux l'objet d'une communication prudente au fil de l'année. Ils sont prêts...

Enfin, les membres du Conseil d'Administration (que vous avez élus en Assemblée Générale) ont décidé pour la saison 2021/22, qu'aucun remboursement ne sera effectué si les cours devaient se tenir en distanciel. Quelle que soit la situation sanitaire, même si elle devait évoluer vers des restrictions, votre inscription sera ferme et définitive.

Enfin, pour les adhérents de la saison dernière n'ayant pas demandé de remboursement, le Conseil d'Administration a décidé d'accorder un geste associatif de -15%.

Ces mesures concrètes sont la déclinaison tout aussi concrète de la SOLIDARITÉ, valeur première d'une association.

Je vous souhaite sincèrement une année sereine et pleine d'épanouissement.

Stéphane Maheu
Directeur du CCFV

COTISATIONS

La saison comporte 33 semaines d'activités, elle se déroule du 6 septembre 2021 au 18 juin 2022 (30 séances garanties). L'association se réserve le droit d'annuler un cours en fonction du nombre de participants.

L'inscription se fait à la saison par carte bancaire, chèques ou espèces. Les paiements des cotisations en Chèques-Vacances, Coupons Sport et par Comité d'entreprise sont également acceptés (sauf pour les langues et la sophrologie). Possibilités de paiement en plusieurs règlements (en 3 fois en début de saison ou 5 fois si le montant est supérieur à 800€). Les personnes qui pratiquent une «activité bien-être» doivent remettre au secrétariat un certificat médical d'aptitude à la pratique de l'activité concernée.

ADHÉSION ANNUELLE OBLIGATOIRE : 20 €

RÉDUCTION DE 50% :

- Bénéficiaire du RSA (justificatif de - 3 mois)
- Personne porteuse de handicap (document MDPH)

TARIFS HORS ENGHIEU

- Atelier de 1h : 234 €
- Atelier de 1h30 : 351 €
- Atelier de 2h : 468 €
- Atelier de 2h30 : 585 €
- Atelier de 3h : 702 €

TARIFS ENGHIEUOIS - 30 ANS *

- Atelier de 1h : 179 €
- Atelier de 1h30 : 269 €
- Atelier de 2h : 358 €
- Atelier de 2h30 : 448 €
- Atelier de 3h : 537 €

TARIFS ENGHIEUOIS *

- Atelier de 1h : 228 €
- Atelier de 1h30 : 342 €
- Atelier de 2h : 456 €
- Atelier de 2h30 : 570 €
- Atelier de 3h : 684 €

TARIFS ACTIVITÉS NUMÉRIQUES

- RDV INFORMATIQUES :** Session thématique de 6 à 7 ateliers de 2h / 72€
- MIN'ENGHIEU :** Atelier de 1h30 / 40€
- ATELIERS VIDÉOLUDIQUES :** Atelier de 2h / 40€
- SESSIONS GAMING :** Accès annuel / 40€
- CYBERCAFÉ :** Accès annuel / 40€

TARIFS ÉCOLE D'ÉCHECS

- Atelier de 1h : 138 €
- Atelier de 1h30 : 207 €

TARIFS DRONE

- Accès annuel : 100€

Tarifs dégressifs à partir de novembre. Remises consenties à partir de 2h30 d'atelier (par famille) ou à partir du 2e enfant de moins de 13 ans. Un tarif spécifique est proposé pour les ateliers d'échecs, à tous les enghiennois, aux bénéficiaires du RSA et aux personnes porteuses de handicap. Les remises et les tarifs spécifiques ne sont pas cumulables. * pour bénéficier du tarif enghiennois, se munir d'un justificatif de domicile.

PROFITEZ DE RÉDUCTIONS CHEZ NOS PARTENAIRES !



ACCÈS
4 rue Talma 95880
Enghien-les-Bains

INFO
infos@ccfv.fr
01 34 12 85 89

www.ccfv.fr



INSCRIPTION
ccfv.goasso.org



Consultez les horaires d'ouverture de notre accueil du lundi au samedi sur notre site internet.

ACTIVITÉS NUMÉRIQUES

SÉBASTIEN MAYER

Responsable de projets culturels et numériques au CCFV

SESSION GAMING / CLUB 404

> LES LUNDIS, MARDIS, JEUDIS + VENDREDIS DE 15H - 19H ET LES SAMEDIS DE 10H À 17H30

Du simple néophyte curieux à l'expert en jeux vidéo : un temps consacré à ludique et vidéoludique au CCFV ! Vous pourrez participer au développement de votre club 404 : recrutement et entraînement des joueurs, cast de vidéos, organisation et participation à des tournois... En solo ou en équipe, en libre ou en compétition !

CYBERCAFÉ

> PERMANENCE D'UN RESPONSABLE INFORMATIQUE TOUS LES JEUDIS DE 14H À 17H

L'espace numérique ouvre ses portes tous les jeudis, ainsi que l'expertise de son responsable. Le « cybercafé » est un lieu de consultation et de travail vous permettant de profiter de machines performantes. Venez surfer sur le web en toute sécurité, consulter vos mails ou utiliser nos programmes graphiques.

MIN'ENGHIEU

> 8-14 ANS : MERCREDI 14H - 15H30 / 15H30 - 17H

Dans le cadre du projet Min'Enghien, le CCFV propose aux enfants un atelier Minetest dans lequel le groupe aura en charge la réalisation de la ville d'Enghien-les-Bains, dans le jeu vidéo. Soutenu par l'IGN et le Ministère de la Transition écologique et solidaire, l'atelier réunit apprentissage, amusement, projet collectif et citoyen !

ATELIER VIDÉOLUDIQUE

> PARENTS-ENFANTS : MERCREDI 10H - 12H (À PARTIR DE 8 ANS)

Un atelier de jeux de société ou jeux vidéo transgénérationnel ! Découvrez et redécouvrez certains jeux, de plateau ou sur écran, partagez ensemble dans un temps de convivialité et d'échanges sur les expériences de jeu entre générations.

RDV INFORMATIQUE

> MARDI : 10H - 12H

Le rendez-vous informatique pour apprendre et comprendre l'informatique de manière simple et ludique ! Différents champs de l'informatique vous seront expliqués au travers de modules thématiques et que vous pourrez mettre en pratique chez vous en toute confiance :

- > Découvrir et comprendre son ordinateur
- > Conserver ses données & organiser ses dossiers
- > Naviguer sur internet
- > Communiquer par emails
- > Communiquer sur les réseaux
- > Créer des documents & logiciels de bureautique
- > Stocker et modifier ses photos

JEFFREY DUROCHAT

Fondateur de l'entreprise Dronevolution, membre de l'équipe de France de pilotage de drone

CLUB DE DRONE

> À PARTIR DE 16 ANS : MERCREDI 20H - 21H30

L'objectif est la découverte du drone, son apprentissage en toute sécurité : simulateur de vol, manœuvres aériennes, parcours d'obstacles... Vous serez accompagnés par des professionnels et une licence pourrait vous être délivrée. Ces exercices vous permettront d'atteindre une autonomie pour prendre du plaisir, ou même vous tourner vers la compétition et vous épanouir sur des métiers d'avenir. /Plus d'info : drone@ccfv.fr



LANGUES

ANGLAIS ENFANTS

- > 6-8 ANS : LUNDI 17H30 - 18H30
- > 9-11 ANS : LUNDI 18H30 - 19H30
- > 4-5 ANS : MERCREDI 14H - 15H
- > 4-5 ANS : MERCREDI 15H - 16H
- > 12-14 ANS : MERCREDI 16H - 17H

À travers des activités, jeux et mises en situation, les enfants découvriront ou enrichiront leur pratique de la langue anglaise en petits groupes. Ils iront à la rencontre de la culture anglophone dans une dynamique ludique et pédagogique.

DIDIER GAMELIN

Licence d'enseignement de l'anglais à la Sorbonne (30 ans d'expérience)

ANGLAIS ADULTES

- > ÉLÉMENTAIRE : MARDI 14H - 16H
- > ÉLÉMENTAIRE : MERCREDI 19H - 20H30
- > PRÉ-INTERMÉDIAIRE : JEUDI 9H - 11H
- > INTERMÉDIAIRE : LUNDI 11H - 12H30
- > INTERMÉDIAIRE : LUNDI 14H - 16H
- > INTERMÉDIAIRE : MARDI 19H - 20H30
- > INTERMÉDIAIRE : VENDREDI 9H - 11H
- > INTERMÉDIAIRE PLUS : MARDI 9H - 11H
- > INTERMÉDIAIRE PLUS : JEUDI 14H - 16H
- > INTERMÉDIAIRE PLUS : VENDREDI 14H - 16H
- > AVANCÉ : LUNDI 9H - 11H
- > AVANCÉ : MARDI 19H - 20H30

Comprendre et parler l'anglais mais aussi s'approcher des cultures, des modes de vie et des actualités des pays anglophones, c'est ce que propose notre professeur. Grâce à des supports variés (livres de cours, CD, DVD, Internet, presse et médias...), l'expression orale est favorisée et la communication privilégiée. / À partir de 16 ans/

ROSSELLA ANGELOZZI

Diplômée de l'International House Londres/Cambridge examen

ITALIEN

- > AVANCÉS : MARDI 14H - 15H30
- > FAUX DÉBUTANTS : SAMEDI 10H - 11H30
- > INTERMÉDIAIRES : MARDI 15H30 - 17H

L'Italie cultive les arts et Rossella Angelozzi propose de la faire découvrir. Venez nouer le contact avec la réalité italienne à travers des articles, dialogues, textes, musiques, reportages et films... Un voyage tout en interactions où des sorties et ateliers dégustations vous seront proposés toute l'année. / À partir de 16 ans/

YAIDA JARDINES OCHOA

Diplômée de l'Institut supérieur d'Art de la Havane à Cuba

CONVERSATION ESPAGNOLE

> ADULTES DÉBUTANTS : LUNDI 18H30 - 19H30

Apprendre l'espagnol de façon ludique et inédite par l'utilisation du théâtre. Jeux de rôles et improvisations permettent d'assimiler rapidement les subtilités de la langue et développent la spontanéité et la prise de parole en public.

ÉCOLE D'ÉCHECS

ALAIN VIOT

Entraîneur fédéral d'échecs

ÉCHECS

- > DÉBUTANTS : MERCREDI 13H - 14H
- > FORTS : MERCREDI 14H - 15H30
- > INTERMÉDIAIRES : MERCREDI 15H30 - 16H30
- > KADORS : MERCREDI 16H30 - 18H

Tous les ateliers se divisent en un temps de cours et un temps libre où l'élève peut mettre en application les techniques. Dans chaque cours, des tournois internes sont organisés.

Pour les débutants et intermédiaires, les bases sont enseignées : développer ses pièces, mener une attaque simple, placer des mats étudiés, etc. Dans les groupes Forts et Kadors, on apprend des ouvertures complètes, avec les plans de milieu de jeu par l'étude des parties de maîtres. Le calcul des variantes est travaillé ainsi que les connaissances en finale. La mémorisation et la réflexion sont très sollicitées.

Les élèves de tous les groupes peuvent participer à des tournois externes en équipe ou en individuel (Championnat d'Île-de-France, Nationale jeune, etc.). / De 6 à 18 ans /

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

SOPHIE POUVEREAU

Diplômée de l'ENSBA (École nationale supérieure des Beaux-Arts) de Paris

DESSIN + PEINTURE

> À PARTIR DE 16 ANS : JEUDI 14H - 17H
> ENFANTS (6-11 ANS) : MERCREDI 10H - 12H

Cet atelier s'adresse aux débutants ou confirmés qui souhaitent consolider leur technique du dessin afin d'acquérir plus de liberté dans leur pratique artistique. Les bases du dessin seront étudiées : la composition de l'image et diverses techniques picturales (crayon, pastel, aquarelle, peinture acrylique, stylo à bille...), de l'étude des œuvres classiques à l'exploration des approches contemporaines, de l'exercice pratique au développement des projets de chacun.

AQUARELLE + DESSIN

> À PARTIR DE 16 ANS : JEUDI 10H - 12H

Ces ateliers ont pour objet l'étude de l'aquarelle et des techniques à l'eau, en lien avec l'histoire de l'art : dilution des pigments, maniement du pinceau, étude du dessin, de la composition de l'image etc... L'exploration de ces notions est destinée à apporter à chacun aisance et liberté dans le développement de sa propre singularité artistique, dans une ambiance chaleureuse et studieuse.

FLORENCE JACOBSON

Diplômée de l'École Estienne

AQUARELLE + DESSIN

> ADULTES : MARDI 14H - 16H

Apprendre à jouer avec l'eau et la couleur afin de créer des transparences et à utiliser le blanc du papier comme lumière... Florence Jacobson enseigne la composition, la perspective le mélange des couleurs et les différentes techniques (lavis, traits au pinceau, feutres, crayons noirs, crayons aquarellables, etc.) à partir de natures mortes, de photos et de dessins.

VIRGINIE HOYAUX

Diplômée de l'ENSBA (École nationale supérieure des Beaux-Arts) de Cergy

ARTS PLASTIQUES

> 3 - 5 ANS : MARDI 17H - 18H
> 6 - 8 ANS : MARDI 18H - 19H
> 9 - 11 ANS : MERCREDI 10H30 - 12H
> 9 - 12 ANS : MERCREDI 14H - 15H30
> 6 - 9 ANS : MERCREDI 16H - 17H30
> 5 - 8 ANS : MERCREDI 17H30 - 18H30
> 10 - 13 ANS : JEUDI 17H - 18H30
> 14 - 18 ANS : VENDREDI 17H30 - 19H

Apprendre à regarder, reproduire et interpréter le monde qui nous entoure de manière personnelle ou « à la manière de », découvrir quelques-unes des différentes techniques des arts plastiques : dessin, peinture, aquarelle, collage, modelage... [groupe 14-18 ans possibilité de préparation aux écoles d'Arts]

> ADULTES : MARDI 19H - 21H

> ADULTES : VENDREDI 10H30 - 12H30

> ADULTES : SAMEDI 14H30 - 17H / UNE SEMAINE SUR DEUX (ALTERNANCE ENTRE DEUX GROUPES)

Un éventail de techniques est abordé : couleurs, contrastes, perspectives, travail de la matière, actualité artistique, peinture acrylique, peinture à l'huile, aquarelle, pastel, encre de chine. Autour de thèmes variés, en écho à l'actualité, Virginie stimule la créativité et la confiance de ses élèves dans un climat bienveillant. Un seul mot d'ordre : « la liberté dans la créativité ».

> PARENTS - ENFANTS : CERTAINS SAMEDIS 10H30 - 12H30

Venez partager une expérience en famille, un échange créatif et enrichissant à travers différentes techniques (modelage, encre de chine, aquarelle, pastel sec et gras, peinture, collage). Retrouvez le détail des dates sur notre site internet.

SÉBASTIEN MOULIN

Architecte urbaniste, Association E3AU, diplômé de l'école d'architecture de Grenoble

ATELIER ARCHITECTURE

> 9-17 ANS : LUNDI 17H30 - 19H30

Venez découvrir une approche ludique du dessin et de la maquette d'architecture.

Sans connaissance requise en dessin d'arts ou technique, tout est fourni et simple. Vous serez accompagnés pour imaginer la ville et le bâti de demain et comprendre l'architecture : multitude de plans, dessins et maquettes.

MARC FAVIER

Comédien et metteur en scène de la compagnie Favier Théâtre

THÉÂTRE ADOS + ADULTES

> 15-19 ANS : MERCREDI 18H15 - 19H45

> ADULTES : LUNDI 20H15 - 22H15

> ADULTES : MERCREDI 20H - 22H

Metteur en scène et comédien, Marc Favier s'intéresse au théâtre du répertoire ainsi qu'aux écritures contemporaines. Le principe est de prendre du plaisir, de créer un esprit de groupe autour d'exercices, d'improvisations et de textes théâtraux. Des représentations sont organisées au cours de l'année.

YAIDA JARDINES OCHOA

Diplômée de l'Institut supérieur d'Art de la Havane à Cuba

ÉVEIL THÉÂTRAL

> 5-6 ANS : MERCREDI 14H - 15H

Un atelier d'éveil théâtral pour les plus petits afin de les initier au théâtre de façon ludique et amusante. Pour se sentir bien dans son corps et dans l'espace, apprendre à maîtriser sa voix, son corps et utiliser son imagination pour créer.

THÉÂTRE ENFANTS

> 7-11 ANS : MERCREDI 15H10 - 16H10

Les ateliers relient le jeu, la créativité, et l'art de l'improvisation, tout en développant de nombreuses compétences individuelles et collectives. L'enfant abordera l'écoute, le développement de sa confiance en lui et apprendra à s'affirmer et à prendre la parole en public. [L'enfant doit être lecteur]

> PARENTS-ENFANTS (3-5 ANS) : CERTAINS MERCREDIS 16H20 - 17H20

Un atelier ludique pour les tout petits comédiens et leur parent qui viennent découvrir le théâtre à travers le corps, la voix, la respiration, les émotions, en passant par l'improvisation ou l'apprentissage de devinettes et des comptines.

IMPROVISATION + THÉÂTRE

> 11-15 ANS : MERCREDI 17H30 - 19H

Les jeunes construiront, en partant de l'improvisation, le parcours et l'histoire d'un personnage, développeront l'imaginaire et la confiance réciproque. Le but : créer et chercher le lâcher-prise dans l'interprétation de personnages improbables...

ATELIER CONTE

> ADULTES : MERCREDI 19H - 20H30

Yaida vous propose un temps collectif où l'on joue avec la parole, la voix et le corps pour explorer les techniques théâtrales du conte et un temps individuel où chaque conteur s'exprime, raconte, improvise... Différentes techniques seront abordées : l'oralité de façon simple et spontanée, le kamishibai, les racontes tapis... Créer ses propres histoires en développant son imaginaire.

ACTIVITÉS BIEN-ÊTRE

JÉRÔME FROMENT

Diplômé de l'École « Green Yoga », reconnue « Yoga Alliance Internationale »

KALARI

> ADULTES : LUNDI 19H - 20H

Une gymnastique fluide, dynamique et complète à mi-chemin entre le yoga, l'art martial et la danse, le kalari est une pratique dynamique de bien-être liée à l'Ayurveda. Cette pratique développe une expression corporelle riche : souplesse, coordination, souffle et sens de l'espace. On en sort apaisé, revitalisé ainsi que fort et serein au quotidien.

HATHA YOGA

> ADULTES : LUNDI DE 20H - 21H30

> ADULTES : JEUDI 19H - 20H (HATHA VINYASA)

Le Hatha Yoga est une discipline complète, englobant les dimensions physiques, mentales et philosophiques : postures, techniques de respiration, méditation et hygiène de vie. On y joue sur les alternances de rythmes entre les postures et la variation de leurs tenues. Il a des effets bénéfiques sur la concentration et la créativité.

YOGA DEEP

> ADULTES : MARDI 20H - 21H30

> ADULTES : JEUDI 20H - 21H30

Ce Yoga lent et profond assouplit et renforce les tissus avec puissance, il assure la sécurité du geste et entend s'adapter à chaque élève avec bienveillance pour retrouver l'énergie perdue ou soulager des douleurs récurrentes. Il utilise des supports et matériaux (sangles, briques, bolsters...), encourage une rigueur d'alignement, et les postures proposées sont profondes et restructurantes.

MÉDITATION - RELAXATION

> ADULTES : MARDI DE 19H - 20H

La vie extérieure moderne nous tire sans cesse hors de notre monde intérieur, qui alors mobilise ses facultés vers la réflexion, mais fait peu cas de sa sensibilité, son aptitude à contempler et à se relaxer. La pratique de la méditation réconcilie ce monde extérieur et son monde intérieur. Il vous sera proposé de méditer assis, allongé, debout, en marchant ou en respirant, avec des images, sons, musique ou respiration, pour ressentir plus de sérénité.

YOGA DU DOS

> ADULTES : VENDREDI 9H30 - 11H

Le dos est souvent malmené par le rythme effréné de notre quotidien, l'anxiété et les mauvaises postures. Le Yoga du Dos propose une approche posturale ciblée sur le renfort et l'assouplissement du dos à travers des postures adaptées. Car chaque personne a un dos unique et une attente personnelle de la pratique du yoga pour prendre soin de son dos.

OULFA BEN ROMDHANE

Diplômée en Satya Yoga

SATYA YOGA

> ADULTES : SAMEDI 9H30 - 10H30

> ADULTES : SAMEDI 15H30 - 15H

> ADULTES : SAMEDI 10H45 - 12H15

> ADULTES : SAMEDI 15H15 - 16H45

Satya et Yoga sont des termes sanskrit qui signifient respectivement Vérité et Lien. Le Satya Yoga lie la pratique posturale au développement personnel pour se retrouver et se réconcilier avec Sa Vérité.

Oulfa vous invite à découvrir cette discipline qui vous aidera à améliorer votre vie, gérer vos émotions et communiquer de façon plus efficace. Laisser votre corps vous parler !

YOGA PARENTS-ENFANTS

> MERCREDI 11H - 12H

Développer votre complicité dans des moments de partage, en pratiquant le Yoga en duo tout en vous amusant, lors des cours parents-enfants avec votre professeur Oulfa, une activité accessible à partir de 5 ans. Soyez curieux, venez nombreux !

FRANÇOISE COHEN

Certifiée de l'École Corps-Pilates et diplômée d'un brevet d'état d'éducateur sportif et de l'École Irène Popard

ÉVEIL CORPOREL

> 4-5 ANS : SAMEDI 10H15 - 11H15

> 5-6 ANS : SAMEDI 11H15 - 12H15

Par le biais d'une pédagogie interactive adaptée à leur âge, les enfants découvrent et expérimentent le processus de création, intégrant des notions telles que les postures des chaînes neuromusculaires, les appuis, l'énergie, le temps, l'espace, les actions exécutées à partir de directives simples, la relation aux autres. Cet atelier fait une large place à la musicalité et sollicite l'imaginaire enfantin.

PILATES

> DÉBUTANT : LUNDI 9H30 - 10H30

> DÉBUTANT / POST-MATERNITÉ : MARDI 10H45 - 11H45

> TOUS NIVEAUX : LUNDI 10H30 - 11H30

> TOUS NIVEAUX : MERCREDI 18H - 19H

> TOUS NIVEAUX : LUNDI 18H - 19H

> INTERMÉDIAIRE : MERCREDI 19H - 20H

> DÉBUTANT : LUNDI 19H - 20H

> DÉBUTANT : MERCREDI 20H - 21H

> INTERMÉDIAIRE : LUNDI 20H - 21H

> INTERMÉDIAIRE : JEUDI 10H30 - 11H30

> TOUS NIVEAUX : MARDI 9H45-10H45

La méthode Pilates est une technique de remise en forme qui fait travailler tous les groupes musculaires, accessible à tous et faisant partie des gymnastiques douces, elle permet de se détendre et de se muscler sans se faire mal. Elle corrige la posture, améliore le souffle, assure le maintien de la colonne vertébrale, atténue les douleurs et le stress et, après l'effort, fait place à la relaxation. / À partir de 15 ans /

LAURENCE SOLNAIS

QI GONG

> ADULTES : LUNDI 11H - 12H30

> ADULTES : MERCREDI 19H - 20H30

Art énergétique de santé, méditatif et corporel où l'être humain, la nature et l'univers sont indissociables, le Qi Gong est l'une des branches de la médecine traditionnelle chinoise. Le travail du corps, du souffle et de l'esprit permettent d'installer la sérénité, d'augmenter la vitalité et d'élargir la conscience.

FLORENCE COLOMBANI

Diplômée de l'École Irène Popard

GYM

> ADULTES : LUNDI 9H30 - 10H30

Adaptée aux élèves de tous niveaux, cette activité correspond à un travail musculaire analytique, le tout effectué en douceur et dans une ambiance dynamique, toujours en musique. Les élèves travaillent toutes les articulations du corps en profondeur et pratiquent des exercices de musculation ainsi que des étirements.

