MAISON POP

22
23

ATELIERS
PRATIQUES ARTISTIQUES
FABRIQUE CRÉATIVE

INSCRIPTIONS
01 42 87 08 68 / WWW.MAISONPOP.FR

MAISON POPULAIRE
9 *bis*, rue Dombasle
93100 Montreuil

SOMMAIRE

ACTIVITÉS

PAGE 4
Présentation

PAGE 8
Arts de la scène
Musiques, Danses et Théâtre

PAGE 14
Arts visuels
Arts plastiques, Pop [lab]

PAGE 19
Écriture et langues

PAGE 21
Corporel et sportif

PAGE 24
Adolescent·es et enfants

INFORMATIONS PRATIQUES

PAGE 30
Horaires

PAGE 36
Conditions d'inscription

PAGE 37
Bulletin d'adhésion et d'inscription

PAGE 37
Plan d'accès

PAGE 38
Tarifs

PAGE 39
Règlement intérieur

LA MAISON POPULAIRE EST UNE ASSOCIATION D'ÉDUCATION POPULAIRE POUR LA CULTURE ET LES LOISIRS

Devenir adhérent·e vous permet : de vous inscrire aux activités, de bénéficier du tarif réduit sur l'ensemble des actions et sur la programmation de spectacle vivant, de recevoir la newsletter mensuelle et les lettres d'information ponctuelles. Mais également de participer à la vie démocratique de l'association en qualité de bénévole sous la conduite d'un professionnel.

Information : bonjour@maisonpop.fr

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Membres élu·es au Conseil d'administration lors de l'Assemblée générale du vendredi 11 mars 2022

Anceau Serge, Flury Marie, Forcinal Gilles, Forcinal Rose-Marie, Garnier Thérèse, Hudelot Kiong-Hi, Lefevre David, Marie-Calixte Emmanuel, Ternisien Prosper, Turan Julienne, Vidal Sylvie, Spilotros Roman, Defendini Philippe, Rodes Anne, Villani Samantha, Grenapin-Chaulet Marylène, Levet Claire, Nadal Daniel, Salzschtain Marie-Pierre, Pellerin Bernard, Chirescu Suzanne, Rochetti Virginie, Nizard Félix.

Membres de Droit

Pour la Ville de Montreuil : Heugas Anne-Marie, Conseillère municipale – Mbarki Amin, Conseiller municipal – Leleu Nathalie, Conseillère municipale – Galera Richard, Conseiller municipal – Lorca Alexie, Maire adjointe déléguée à la Culture et à l'éducation populaire – Vemclefs Denis, Directeur du Développement culturel.

Commissaire aux comptes : Brault Véronique, ACS-SIGMA

Maison populaire : Gacon Pauline, Directrice de la Maison populaire – Jimenez Lisa, Représentante titulaire du Comité Social et Économique – Besson Mathieu, Représentant délégué du Comité Social et Économique – Andrieux-Gallet Angèle et Campagné Jean-Maurice, Représentants des professeurs.

L'EQUIPE

Pauline Gacon : Directrice

Maud Cittone : Responsable de la communication et du développement

Céline Weeger : Responsable de l'administration

Mathieu Besson : Graphiste et webdesigner

Mickaël Leblond : Régisseur technique

Adelaïde Couillard : Coordinatrice du centre d'art et des arts visuels

Juliette Gardé : Chargée des publics et médiatrice du centre d'art, coordinatrice écriture et langues

Simon Larcher : Fabmanager

Lisa Jimenez : Coordinatrice musique et accueil des artistes

Thierry Rougié : Coordinateur danse et théâtre, corporel et sportif

Malika Kaloussi, Alexandre Dewees : Agent·es d'accueil

Serge Heyman, Ghislaine Martin, Florence Trurpin : Agent·es techniques propreté des bâtiments

Gérard Dewees : Agent d'accueil et gardien

Et notre équipe de 96 professeur·es, vacataires, nos volontaires en Service civique et nos stagiaires.

ÉDITO
Temps libre

Vous avez carte blanche. Prenez le temps de chercher.
Faites ce que vous voulez.

Ces phrases, on ne les entend plus aussi distinctement à son oreille à compter du moment où chaque minute n'est plus à perdre, chaque instant est à employer. À la Maison pop, le temps libre est le temps qui compte. Apprendre une langue nouvelle mène à la rencontre de mots inconnus et à la culture de l'autre ; s'initier à l'aïkido, à s'affranchir de toute velléité de compétition ; participer à un ensemble musical, chercher l'unisson collectif ; sculpter, écrire, rêver, fabriquer des sons, danser, à faire société. La Maison pop est ce vaisseau génération où les acrobaties de l'imaginaire sont maîtresses à bord. Cette saison, **Elsa Vettier**, commissaire d'exposition en résidence, se penche sur la figure de *The artificial kid*. Ce gamin, héros du livre de science-fiction de Bruce Sterling, met en scène sa vie de manière permanente et finit par intérioriser son propre système de contrôle et de surveillance. Lors de cette résidence, l'autrice **Julie Sas** fictionne l'actualité et l'artiste **Harilay Rabenjamina** invite des adolescents à dépasser le marketing de soi pour être aux manettes de leur devenir. *Le Cycle des Veilleurs* de la chorégraphe **Joanne Leighton** continue et suspend le temps chaque jour. L'éclatante équipe de la Maison pop cultive l'audace à travers des ateliers toujours plus inventifs.

Faites votre choix, ces temps sont les vôtres.

Pauline Gacon,
Directrice

la maison POP

Endroit propice aux convergences artistiques et forgé sur des valeurs d'éducation populaire, la Maison populaire de Montreuil a pour horizon de faire éclore les étonnements et cultive des formes ouvertes d'ateliers de pratiques artistiques et culturelles en direction des adultes, des adolescents et des enfants. Chaque saison, elle accueille plus de 2600 adhérent·es, et propose des ateliers de pratique dans les domaines des arts visuels, du numérique, de la musique, des langues, de l'écriture, du sport, de la danse, du cirque et du théâtre. Pensée comme une fabrique créative ouverte sur le monde, la Maison pop ouvre le regard aux arts vivants, numériques, visuels, à la philosophie et valorise tout savoir-faire. Vous y trouverez une multitude d'activités à expérimenter :

- 121 activités de pratiques artistiques culturelles et sportives hebdomadaires pour toutes et tous, à tout âge de la vie, et des stages éphémères tout au long de l'année. Le planning de ces activités est disponible dans cette brochure, des pages 6 aux pages 11.
- Des expositions au sein du Centre d'art contemporain, proposées par un ou plusieurs jeunes curateurs ou curatrices en résidence, ainsi qu'une programmation d'événements associés.
- Des concerts de musiques actuelles et des Nuits pop, rendez-vous nocturnes des pratiques artistiques pros & amateurs.
- Des résidences professionnelles d'artistes « à la maison » : artistes numériques, musicien·nes et chorégraphes accompagné·es in situ pour créer leurs œuvres.
- Un Pop [lab], laboratoire de fabrication numérique, pour imaginer et fabriquer.

ÊTRE adhérent·e

Devenir adhérent·e d'une association, c'est choisir de rejoindre une contrée où l'on fabrique du commun, soutenir des projets artistiques sensibles et façonner la société comme on la souhaite, collective et inventive.

Adhérer à la Maison pop, c'est la possibilité de :

- S'inscrire aux différentes activités hebdomadaires proposées chaque saison.
- Participer à la vie citoyenne de la Maison pop : agir lors des assemblées générales, rejoindre les réflexions des commissions « convivialité », « bâtiment », « communication » et « jardins et amap ».
- S'engager en tant que bénévole, lors de l'animation de la brocante d'été et d'hiver, ou penser avec nous le développement durable de la Maison pop…
- Découvrir le Centre d'art lors d'évènements privilégiés.
- Bénéficier du tarif réduit sur toute la programmation (concerts, Nuits pop…) et les stages proposés chaque saison à la Maison pop, mais aussi chez nos partenaires culturels tout au long de l'année.
- Transformer ensemble la Maison pop : prendre part, agir, tisser des liens lors des projets artistiques singuliers.

Vie démocratique

Des bénévoles, 24 adhérent·es élu·es au Conseil d'administration, 4 commissions ouvertes aux adhérent·es volontaires : la Maison pop est une association qui donne la parole au plus grand nombre et favorise la participation de chacun, quel que soit son âge et ses souhaits ou curiosités. Dès 16 ans, il est possible de se présenter en tant que membre au Conseil d'administration et de voter lors de l'Assemblée générale annuelle !

INFORMATIONS pratiques

Détail des activités

Le détail de chaque activité proposée à la Maison pop est disponible sur notre site internet **www.maisonpop.fr**.
Toutes les activités adultes sont accessibles à partir de 13 ans, pour les plus jeunes, merci de vous reporter au secteur enfants et adolescents.

Inscriptions en ligne privilégiées

Les inscriptions de la nouvelle saison **débutent le samedi 11 juin à 10 h** pour les anciens adhérents et anciennes adhérentes 21-22 et **à partir du samedi 18 juin à 10 h** pour toutes et tous.
Afin de faciliter la période d'inscription, merci de privilégier les inscriptions en ligne sur notre site internet.

Inscriptions en cours d'année

Il est possible de s'inscrire en cours d'année, et ainsi, de payer un prix réduit par rapport au coût de l'activité annuelle. Pour une inscription après le 1er janvier 2023, les frais d'inscription sont réduits de 33% et pour une inscription après le 1er avril 2023, les frais d'inscription sont réduits de 66%.

L'adhésion à la Maison pop est de 15 euros par saison.

Des activités pour les ados

À la Maison pop des activités sont dédiées aux adolescents, selon leurs goûts et leurs envies du moment : Atelier Rap, Ensemble musical junior, Groupe rock expérience, Ensemble rythmes et pulsations ; Beatmaking, Initiation MAO (Musique Assistée sur Ordinateur), Robotique & 3D, Trucage et effets spéciaux, Anglais… Développer sa créativité, ses compétences linguistiques ou numériques tout en s'amusant dans tous les domaines artistiques, sportifs et culturels, c'est possible !

arts de la scène

MUSIQUE

Théorie : Formation musicale
Claviers : Accordéon chromatique, Accordéon diatonique, Piano
Cordes : Basse, Guitare blues, Guitare classique, Guitare d'accompagnement, Guitare électrique, Ukulélé, Violon, Violoncelle
Percussions : Batterie
Production musicale : Composition M.A.O, Beatmaking
Vents : Clarinette, Flûte traversière, Saxophone
Ensembles instrumentaux : Batucada, Pop'Hot (Jazz Band), Moon pop (Jazz Band), Pop Feel'Harmony, Pop House Band, Groupe Rock, Exploration Musique d'Ensemble, Préparation aux musiques actuelles
Voix : Chorale Pop House Choir, Chant gospel, Chants du monde, Chant et technique vocale (individuel et collectif), Vocal jazz

Parce que la musique et le chant, c'est surtout jouer ensemble !

L' approche pédagogique de l'enseignement musical est conçue ici de manière à permettre à chacun de progresser selon son rythme de travail et de jouer à plusieurs à travers les différents niveaux de parcours musicaux. De l'apprentissage technique au processus de création jusqu'à l'expérience de la scène, tel est le défi proposé tout au long de l'année à la Maison populaire.

Lors des Nuits Pop, vous partagerez la scène avec les adhérents, les professeurs et des artistes en résidence pour habiter la nuit montreuilloise. Dedans, dehors, la pratique musicale se fera nomade et itinérante lors des concerts chez les partenaires. Masterclass, ateliers DJing et stages d'immersion seront programmés pendant les vacances pour vous offrir de nouvelles pratiques et prolonger l'expérience musicale.

LES PARCOURS A, B, C

Un parcours musical à la Maison pop, c'est tout d'abord un cours hebdomadaire d'instrument ou de chant, complété par un cours collectif de formation musicale ou en ensemble dirigé.

Le parcours A – (Re)découvrir !
Prêt·e·s à dompter un instrument ou encore à trouver votre voix ? Sans aucun pré-requis, ce parcours associe un temps de pratique instrumentale de 20 minutes en individuel ou 1 h en semi-collectif, à 1 h de formation musicale en niveau (A) afin d'acquérir les bases nécessaires à une pratique musicale autonome.

Les parcours B & C – Approfondir, expérimenter, improviser…
Sur de bonnes bases théoriques et pratiques acquises, ces deux parcours visent un approfondissement technique et musical tout en encourageant l'expression personnelle et la créativité. D'intermédiaire à avancé, un temps de pratique instrumentale d'1/2 h en individuel ou 1 h en semi-collectif est associé à un atelier de pratique collective ; soit 1 h de formation musicale, soit 1 h 30 à 2 h dans l'un des ensembles dirigés* en niveaux adaptés (B ou C), ou encore à un cours de danse.

*** Les Ensembles dirigés**
Ils correspondent aux ateliers d'ensembles musicaux, vocaux et aux ateliers de danse.
Les ensemble dirigés sont ouverts aux personnes inscrites dans les parcours B ou C comme aux musicien·ne·s de tout horizon pour un jeu musical collectif made in Maison pop !

Pratique musicale individuelle
Hors parcours, il est aussi possible de partager un temps privilégié avec un·e musicien·ne intervenant·e à la Maison pop. Profitez d'un cours individuel de chant ou d'un instrument d'une durée de 30 minutes, adapté à votre niveau et à vos répertoires musicaux de prédilection.

Les adhérent·e·s doivent se munir de leur propre instrument et, pour certains, d'un petit matériel (précisé lors de l'inscription). Il est important de rappeler que la progression dans l'apprentissage d'un instrument nécessite au moins vingt minutes de pratique quotidienne. Il est possible de répéter en journée dans les locaux de la Maison populaire. Pour cela, il faut au préalable réserver une salle et se munir de la carte d'adhérent lors de l'accès.

THÉORIE

En cours collectif

FORMATION MUSICALE*

Les ateliers de formation musicale viennent compléter en tout temps la pratique instrumentale. L'apprentissage progressif du langage musical est proposé par le biais d'outils variés passant en aller-retour du sensoriel à l'appropriation des concepts musicaux. Cette démarche permet d'assimiler des notions théoriques et faciliter toute pratique musicale. Une grille de niveaux de compétences exigés vous permettra de vous situer dans ce parcours évolutif.

Animé par Catherine Bros
mardi : 19 h-20 h B / 20 h-21 h C

Animé par Frédéric Rabemananjara
mercredi : 19 h-21 h A

INSTRUMENTS

En cours individuel à semi-collectif

CLAVIERS

ACCORDÉON CHROMATIQUE

Animé par Jean-Christophe Brizard
jeudi : 17 h 30-19 h / 19 h-21 h B/C

ACCORDÉON DIATONIQUE

Animé par Jean-Maurice Campagné
lundi : 17 h-18 h / 18 h-19 h C / 19 h-20 h B

*Ensemble dirigés correspondent aux ateliers d'ensembles musicaux, vocaux et aux ateliers de danse.

PIANO

Animé par Nathalie Bougy-Jacob
mardi : 15 h 30-17 h /19 h-20 h A / 20 h-21 h B
vendredi : 16 h-17 h / 19 h-20 h A / 20 h-20 h 30 C

Animé par Gustavo Mezo
lundi : 16 h-17 h / 17 h-18 h A / 18 h-19 h B / 19 h-20 h
mercredi : 19 h-21 h B
jeudi : 16 h 30-17 h / 19 h-20 h B / 20 h-21 h C

Animé par Frédéric Rabemananjara
lundi : 18 h-20 h C / 20 h-22 h
samedi : 11 h 30-12 h 30 B / 12 h 30-13 h 30 C / 13 h 30-15 h 30

Animé par Ionel Streba
mardi : 18 h-19 h B / 19 h-20 h B / 20 h-21 h C
vendredi : 18 h-19 h C / 19 h-20 h B / 20 h-21 h A
samedi : 12 h-13 h B

Animé par Catherine Bros
mercredi : 19 h-20 h

CORDES

BASSE ÉLECTRIQUE

Animé par Hugo Rivière
mercredi : 18 h -19 h B / 19 h -20 h C

GUITARES

Folk, Jazz, Électrique

Animé par Hugo Sacchetti
lundi : lundi : 18 h-19 h A / 19 h-20 h B
20h-20 h 30 C
mardi : 16 h-17 h / 18 h-18h30 C

Classique

Animé par Philippe Djergaïan
mercredi : 18 h-19 h / 19 h-20 h C / 20 h-21 h B

Folk, Blues & accompagnement

Animé par Camille Albold
mardi : 19 h-20 h C / 20 h-21 h B

Électrique

Animé par Mathias Desmier
samedi : 10 h-11 h C / 12 h-14 h B

VIOLON

Professeur·e en cours de recrutement
lundi : 18 h–20 h B/C / 20 h -21 h

VIOLONCELLE

Animé par Angèle Andrieux-Gallet
samedi : 14 h-16 h B/C / 16 h-17 h A

PERCUSSIONS

BATTERIE

Animé par Cyril Halluin
lundi : 19 h-20 h 30 C / 19 h-20 h / 20 h-22 h B/C
mardi : 19 h-21 h B/C / 21 h-22 h A

Animé par Paul Melnotte
mercredi : 19 h-20 h B
jeudi : 19 h-20 h B / 20 h-21 h C

VENTS

CLARINETTE

Animé par Gaëlle Bagot
samedi : 10 h-11 h A / 11 h-12 h 30 B/C / 12 h 30-13 h

FLÛTE TRAVERSIÈRE

Professeur·e en cours de recrutement
jeudi : 19 h-20 h / 20 h-21 h A / 21 h-22 h B

SAXOPHONE

Animé par Juliette Marçais
lundi : 17 h-18 h / 18 h-20 h 30 B/C

INSTRUMENTS

En cours collectif (4 à 6 personnes)

ACCORDÉON DIATONIQUE

L'accordéon diatonique sol/do a fait les beaux jours des bals populaires. À travers un répertoire issu des régions de France et de musiques du monde, l'apprentissage progressif proposé de l'instrument peut conduire si l'on veut, jusqu'à accompagner danseurs et chanteurs pour des bals d'aujourd'hui et de demain.

Animé par Jean-Maurice Campagné
lundi : 18 h-19 h C / 19 h-20 h B

UKULÉLÉ

« Ou-kou-lé-lé » : ce sont les quatre joyeuses syllabes qui désignent cet instrument unique, que l'on pourrait confondre avec une guitare miniature à quatre cordes. Polyvalent, il sait se fondre dans toutes les musiques, de la chanson pop au jazz comme du baroque au rock'n'roll. Petit par la taille — il est de tous les voyages — et grand par ses possibilités harmoniques. Sa modestie apparente séduit les novices comme les musicien·nes expérimenté·es.

Animé par Alain Robak
mardi : 19 h-20 h A / 20 h-21 h C / 21 h-22 h B

ENSEMBLES DIRIGÉS

BATUCADA*

La bat'd'af brésilienne est issue de trois cultures différentes : africaine, européenne et indienne. C'est un ensemble de percussions venant du *batuque* africain et de la musique des écoles de samba.
L'enseignement est celui de l'école de la musicienne brésilienne Nicia Ribas d'Avila, appuyé sur les coordinations motrices et agréé par la fédération des écoles de samba du Brésil. Au travers de la percussion et du chant de la musique brésilienne, le cours de batucada propose, dans un apprentissage collectif, d'expérimenter musicalement l'énigme du « Je est un autre ».

… À vos sens, prêts, partez !…

Animé par Isabelle Guidon
samedi : 10 h-11 h 30 A/B / 11 h 30-13 h B/C

EXPLORATION MUSIQUE D'ENSEMBLE*

Jouer ensemble, s'écouter, rebondir sur les idées des autres. Jouer des musiques écrites, du classique au folk, pop et aussi inventer, remodeler ce qui existe… Monter des programmes de concert simples et accessibles, en permettant aux débutants de s'intégrer à un groupe tout en proposant des défis aux musiciens plus avancés, mêler amateurs et pré-professionnels, pour travailler ensemble sur le rapport à la scène : tels sont les objectifs de cet atelier d'exploration musique d'ensemble.

Professeur·e en cours de recrutement
vendredi : 20 h-21 h 30
Tous instruments bienvenus, y compris chant.
Niveau : débutant à confirmé

JAZZ BAND*

Le jazz band utilise une instrumentation éclectique visant à se rapprocher de celle d'un Big-Band. Aussi, ami·es trompettistes et trombonistes sont les bienvenu·es.

POP'HOT

-JAZZ BAND (NIVEAU 1)

Développer, comprendre et mettre en pratique les outils indispensables à l'improvisation : étude des gammes, des accords et des bases de l'harmonie, travail rythmique et enfin déchiffrage et mise en place de pièces collectives issues de répertoires d'œuvres de différents styles (blues, jazz, latin, variété).
Niveau requis : connaître son instrument (technique, gamme…) et pouvoir lire sans faute une pièce écrite à la croche, soit environ trois à quatre ans de pratique.

Animé par André Clauss
samedi : 15 h-17 h B/C

MOON POP

– JAZZ BAND (NIVEAU 2)

en lien avec l'atelier Lindy Hop !
Mettre en place un répertoire composé d'arrangements, analyser l'harmonie des diverses structures musicales et développer des techniques d'improvisation (jazz, latin et divers styles) dans une pratique musicale collective.
Niveau requis : confirmé, savoir mettre en place rapidement une mélodie, un riff… et posséder les bases de l'harmonie.

Animé par André Clauss
mercredi : 20 h 30-22 h 30 B/C

GROUPE ROCK*

Cet atelier propose aux participants de se rassembler autour d'un projet visant à travailler une série de morceaux issus des répertoires pop-rock, tout en mettant l'accent sur les notions musicales importantes imposées par le travail en groupe telles que l'écoute, les choix de sonorités, d'arrangements et d'interprétation, l'attention portée aux nuances et à la mise en place rythmique. Un de ces principaux objectifs, après celui de se faire plaisir au sein d'une pratique musicale collective, est de créer un programme de concerts. Les répétitions ont lieu en condition scénique, dans la salle de spectacle.

Animé par Camille Albold
mercredi : 19 h-20 h 30 B/C

POP FEEL'HARMONY*

Le lieu de rendez-vous des amateurs amoureux de la musique, où se rencontrent chanteurs et instrumentistes ayant déjà une base technique et souhaitant s'épanouir dans un groupe au sein duquel ils peuvent jouer un répertoire de musique chantée ouvert et éclectique allant de la pop internationale à la chanson rock française, en passant par la bossa, le R&B. Les morceaux sont choisis ensemble en fonction des instruments et des niveaux de chacun. Venez profiter du bénéfice extraordinaire de jouer avec d'autres musiciens, de partager des goûts communs mais aussi de découvrir de nouvelles chansons, et d'avoir la possibilité de jouer sur scène plusieurs fois dans l'année !

Animé par Jon Lopez de Vicuna
jeudi: 19 h-20 h 30 B/C

POP'HOUSE BAND*

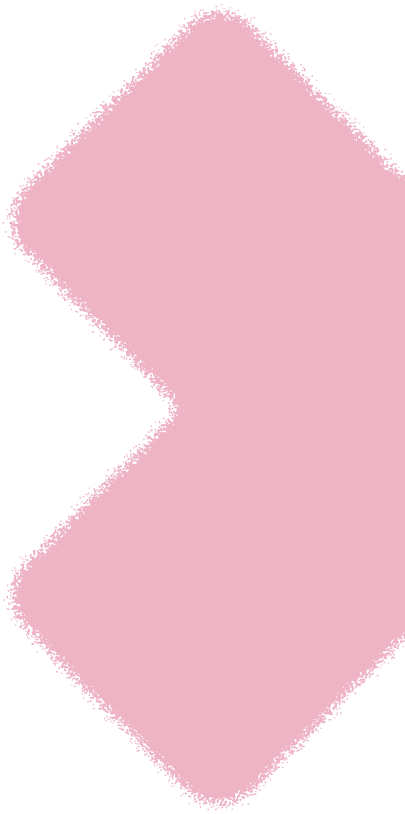
en lien avec la Pop'House Choir
Vous souhaitez jouer en groupe des classiques pop, rock ou soul récents ou plus anciens ? Rejoignez le Pop'House Band et venez affirmer votre pratique instrumentale et vous familiariser avec les techniques d'arrangement.
Au-delà de vivre une expérience musicale enrichissante, le Pop'House Band partage le même répertoire que la Pop'House Choir et l'accompagne lors de répétitions et concerts !
Les répétitions ont lieu soit entre musiciens, soit avec les chanteurs solistes, soit avec la chorale.
Atelier ouvert aux instrumentistes sachant lire les grilles ou les partitions, autonomes et assidus dans la pratique de leur instrument. Les sélections s'effectuent sur rencontre et audition

Animé par David Playe
jeudi : 20 h 30-22 h B/C

PRÉPARATIONS AUX MUSIQUES ACTUELLES*

Vous avez toujours rêvé de rejoindre un groupe, un ensemble mais il vous manque la confiance et l'expérience pour sauter le pas ? De l'étude de rythmes, lecture de pièces, au travail de l'improvisation, il s'agit d'un rendez-vous tout nouveau pour acquérir les outils indispensables à tout·e musicien·ne amateur·rice. Rejoignez dès cette saison un atelier à multiples facettes entièrement dédié à la découverte et l'approfondissement du jeu collectif.
Atelier accessible à partir d'une année de pratique instrumentale.

Animé par André Clauss
samedi : 13 h-15 h B/C



***Ensemble dirigés** correspondent aux ateliers d'ensembles musicaux, vocaux et aux ateliers de danse.

VOIX

En cours individuel

CHANT & TECHNIQUE VOCALE

Le chant nécessite d'acquérir de la technique : elle engage le corps en entier, mobilisé dans la détente, elle s'appuie sur une respiration spécifique, et elle requiert un placement de la voix qui permet d'explorer différentes zones de résonance dans le corps. Mais la technique vocale seule ne permet pas de chanter : ce cours vise également à aider chaque élève à trouver sa voix, en travaillant sur l'intention et sur l'interprétation, afin de permettre à l'émotion de se déployer.

Animé par Lydia Lawson
lundi : 17 h-18 h 30 / 18 h 30-19 h C
mardi : 17 h-17 h 30

Animé par Seon Young Choi
mercredi : 17 h 30-19 h
jeudi : 17 h 30-20 h

VOIX

En cours collectif (8 à 15 personnes)

CHANT GOSPEL*

Né du cri d'espoir des esclaves afro-américains, le gospel est la source d'inspiration de nombreuses musiques actuelles, dont la soul, le rythm'n'blues et la pop music. Appel et réponse de ceux qui le chantent et de ceux qui l'écoutent, qui chantent à leur tour. Il est message de peines et de révoltes du cœur, mais aussi de joies partagées et de l'espérance d'un avenir libre. Le gospel adoucit le quotidien, apaise les maux, accompagne tous les événements tristes et joyeux de la vie. Il est aussi porteur du plus grand rêve de l'être humain : la liberté.

Animé par Lydia Lawson
lundi : 20 h 30-22 h B/C

CHANTS DU MONDE*

Ce cours se propose d'explorer différents répertoires traditionnels à travers le monde qui, par leur fonction (chants de mariage, d'enterrement, de récolte, chant religieux ou chants de lutte), possèdent une force émotionnelle spécifique. Après un temps consacré à l'échauffement et au travail sur la respiration et le placement de voix, nous apprendrons à interpréter, en groupe et individuellement, des chants des Balkans, d'Asie centrale, d'Amérique du Sud et d'ailleurs. En travaillant sur la polyphonie et la pratique du bourdon, nous accorderons une attention particulière au son et nous explorerons également l'improvisation.

Professeur·e en cours de recrutement
samedi : 10 h 30-12 h 30 B/C

CHANT & TECHNIQUE VOCALE

Ce cours se déroule en plusieurs temps : pour commencer des exercices de relaxation, d'étirements et de respiration qui permettront un travail sur les résonateurs et le placement de voix. Puis, un travail s'installe sur l'écoute, la justesse et le son de groupe au travers d'improvisations collectives sur le modèle des circle songs. Enfin, nous interpréterons des chants collectifs dans différents styles, mais aussi des morceaux individuels qui permettront, dans les deux cas, de travailler l'intention, l'interprétation, l'engagement du corps, la présence face au public.
Il est nécessaire d'être assidu à ce cours.

Animé par Lydia Lawson
lundi : 19 h-20 h 30 B/C
mardi : 19 h-20 h 30 B / 20 h 30-22 h A

Professeur·e en cours de recrutement
jeudi : 20 h 30-22 h 30 B/C

VOCAL JAZZ*

Découverte de la voix dans tous ses états à travers le jazz et ses dérivés. Travail de l'oreille, de la perception des rythmes. Recherche des différentes couleurs de voix à travers l'interprétation et l'improvisation. Travail du scat en apprenant à « phraser ». Se faire plaisir, seul ou à plusieurs, grâce au travail polyphonique sur les différentes formes et standards de jazz.
Pour qui a le désir, rien d'impossible. Tous les niveaux sont les bienvenus.

Animé par Seon Young Choi
mercredi : 19 h-20 h 30 A/B / 20 h 30-22 h B/C

VOIX

En ensemble dirigé (jusqu'à 40 personnes)

CHORALE
POP HOUSE CHOIR*

en lien avec le Pop'House Band

Envie de chanter en chœur ? Rejoignez la Pop'House Choir ! Entre morceaux mythiques des 60' et 70' et des titres plus récents mais légendaires, la Pop'House Choir établit des ponts entre les générations et les styles dans une ambiance décontractée, bienveillante et dynamique.
The Beatles, Queen, M, Stromae, Mika, Michaël Jackson, Rihanna, Katy Perry, Stevie Wonder... sont autant d'artistes que nous pourrons aborder.
La chorale sera régulièrement accompagnée par le Pop'House Band lors des répétitions et concerts pour une expérience musicale et humaine riche et unique !
Tous les niveaux sont les bienvenus. La lecture de la musique n'est pas obligatoire car l'apprentissage se fait avant tout à l'oreille et par répétition.

Animé par Olivia Romano
mardi : 20 h -21 h 30 / 21 h 30-23 h

PRODUCTION MUSICALE

COMPOSITION M.A.O

(MUSIQUE ASSISTÉE PAR ORDINATEUR)

Avec cet atelier, pensez la musique autrement en vous intéressant au son et à un univers sonore particulier. Vous apprenez à identifier son origine et ses propriétés, les techniques d'enregistrement et d'écoute de la musique, voire à vous servir d'une table de mixage. Nourrissez votre imagination des notions indispensables à une pratique autonome de la création musicale informatique et réinventez la performance live, la musique à l'image, le podcast du futur !

Animé par Tristan Hamelin-Foulon
jeudi : 17 h 30-19 h A (initiation) /
19 h-20 h 30 B/C (approfondissement)

BEATMAKING

Dès 15 ans. Passionné·es par les musiques électroniques, rassasiez votre envie de connaitre leurs histoires et venez créer vos propres beats ! Accompagné·es par une beatmakeuse professionnelle, cet atelier mensuel vous apportera la confiance et les clés pour composer par vous-même en toute liberté sur le logiciel *Maschine*, avec des pads et des claviers.

Animé par Nicky Lars
En partenariat avec Native Instruments.
mercredi : 19 h 30-21 h

***Ensemble dirigés** correspondent aux ateliers d'ensembles musicaux, vocaux et aux ateliers de danse.

arts de la scène

DANSES ET THÉÂTRE

Danses : Danse africaine, Danse brésilienne, Danse bollywood, Danse contemporaine et improvisée, Danse flamenco, Danse Lindy Hop, Danse modern'jazz, Danse orientale contemporaine, Danse orientale, Danses de salon, Danses salsa-cubaines, Danse tango argentin, Waacking Dance
Théâtre : Théâtre, Théâtre d'improvisation

Que vous soyez débutant·es ou confirmé·es, adolescent·es ou adultes, la Maison pop propose des ateliers de pratique chorégraphique, des ateliers de danses du monde ou encore des ateliers théâtre. Transmettre des messages ou des émotions par le corps, par la voix et par la présence sur scène, c'est avant tout l'occasion de partager des moments d'apprentissage de l'espace, du rythme, de l'expression en toute créativité. En solo ou en groupe, chacun·e s'empare d'une manière de se mouvoir, de s'exprimer, de s'écouter. Des spectacles, performances, battles et bals sont programmés chaque saison pour que votre pratique puisse se nourrir aussi par votre regard. À vous de jouer, à vous de danser !

Pour toutes les activités qui se déroulent dans la salle de danse, le gymnase et le dojo, les vêtements et les chaussures de ville ne sont pas admis. Munissez-vous de vêtements dédiés à l'activité. Le respect de cette règle conditionne l'accès à la salle.

DANSES

DANSE AFRICAINE

En Afrique, la musique omniprésente par les tambours (djembé, doum doum…) est souvent synonyme de parole. Son dialogue avec la danse achemine vers un travail d'échauffement progressif du corps avec le rythme. Une sensibilisation à l'écoute du tambour dans son jeu d'appel réponse permet au danseur de faire naître en lui différents sentiments et de les exprimer librement grâce à la gestuelle propre aux danses africaines. Une exploration du mouvement dans l'espace par des situations de jeux collectifs avec le rythme.

Animé par Robert Sallafranque
lundi : 20 h 30-22 h

DANSE BOLLYWOOD

Vous rêviez d'exotisme ? Plus besoin de partir au bout du monde, cet atelier de danse bollywood vous plongera immédiatement dans le charme et l'élégance de l'Inde. Inspiré du cinéma Bollywood caractérisé par le mariage de la chanson et de la danse, ce cours est un mélange de danse traditionnelle indienne (Bharata natyam et Kathak) et de danse moderne occidentale. Cette danse festive, chaleureuse et dynamique développera la coordination des bras et du bassin grâce à l'harmonie de mouvements sensuels et raffinés.

Animé par Tulika Srivastva
mardi : 20 h 30-22 h

DANSE CONTEMPORAINE ET IMPROVISÉE

Ce cour s'articulera autour de deux pratiques selon les séances et les périodes de l'année.
D'une part la danse contemporaine : échauffement, exploration d'outils chorégraphiques pour acquérir du langage dansé, de l'autonomie et de la créativité.
D'autre part les pratiques improvisées en danse : contact-improvisation, composition instantanée et scores.
Gerry est danseur, comédien et créateur d'objets. Collabore et a collaboré avec la Cie Tangible, Cie La Césure, Cie Retour d'Ulysse en théâtre, Cie KMK, Cie du Haut, Cie Mangano-Massip, Cie Nadine Beaulieu… Il s'implique également sur ses objets personnels ou collaborés : performance, conférence, chorégraphie de film, vidéodanse, documentaire… avec un goût prononcé pour la recherche.
(www.gerryquevreux.com)

Animé par Gerry Quévreux
lundi : 18 h 30-20 h 30

DANSE EN FAMILLE

Enfants 4-7 ans : Envie de partager un moment de danse récréative et poétique avec vos enfants ou petits-enfants ? Danser avec son enfant est une invitation au partage, à la complicité, au jeu, au plaisir. C'est un moment pour « être là », présent·e dans la relation, pour s'inspirer, pour co-créer, pour inventer et trouver un chemin ensemble.

Animé par Karem Ortiz
jeudi : 17 h-18 h (Atelier mensuel)
Dates : 13 octobre, 10 novembre, 8 décembre 2022 et 12 janvier, 9 février, 9 mars, 6 avril, 11 mai, 1er et 15 juin 2023.

DANSE FLAMENCO

Très bonne pédagogue, c'est avec patience et chaleur humaine que Sophia Alilat transmet sa connaissance approfondie du flamenco en partant des bases les plus traditionnelles du flamenco « puro », tout en restant ouverte aux styles avant-gardistes.

Animé par Sophia Alilat
mardi : 19 h-20 h

DANSE LINDY HOP*

Cette danse de couple festive, créée à la fin des années 1920 dans le quartier d'Harlem à New York, fait partie des danses swing et se pratique sur de la musique swing. Très dynamique, cette danse joyeuse offre une grande richesse de mouvements et de liberté aux danseurs et danseuses. Les cours de Lindy Hop sont animés en mode « switch », ce qui veut dire que chacun apprend les deux rôles du couple de danse : leader (personne qui guide) et follower (personne qui suit), permettant d'augmenter la compréhension du guidage et la communication entre les partenaires.

Animé par Swing East
jeudi : 21 h-22 h 30

DANSE MODERN'JAZZ

C'est une danse de synthèse, pluriculturelle. Les styles, les tendances, les origines y sont multiples et confondus. Les cours se composent d'un échauffement permettant d'acquérir une certaine précision des mouvements, un sens du rythme et de l'espace. Travail de coordination, d'isolation, de rythmes et d'enchaînements où sont mêlés la technique, le déplacement, la musique et l'expression.

Animé par Camille Cauwet
mercredi : 17 h 30-19 h
Création d'une chorégraphie.

DANSE ORIENTALE COMTEMPORAINE

S'amuser tout en apprenant les fondamentaux de la danse, améliorer sa posture, voyager à travers les rythmes du Maghreb et d'Egypte. Saâdia Souyah propose une traversée des danses du monde arabe, prétexte à une pratique corporelle complète : renforcement de la colonne, travail sur la posture, la marche, le rythme, l'espace, etc… Une approche ludique et jubilatoire des danses de transe, de la danse orientale égyptienne et des danses du Maghreb.
Chorégraphe danseuse reconnue, Saadia Souyah a une grande connaissance du corps et des danses du monde arabe, de la danse du ventre à la transe, qu'elle aime partager avec enthousiasme.

Animé par Saadia Souyah
mardi : 19 h-20 h 30

***Ensemble dirigés** correspondent aux ateliers d'ensembles musicaux, vocaux et aux ateliers de danse.

DANSE ORIENTALE

La danse orientale est le reflet de l'expression féminine dans toute sa splendeur. Cette danse constitue un merveilleux exercice pour améliorer sa souplesse et tonifier son corps, tout en augmentant votre confiance en vous et vous permettant d'affirmer votre personnalité. Les grands principes de cette danse sont : isoler et contrôler les muscles, l'équilibre et la fluidité et l'expressivité.
Maela propose des cours dynamiques et pédagogiques dans une ambiance chaleureuse, sérieuse et efficace. Elle partagera tout son savoir faire, sa générosité fait toute la différence.

Animé par Claire Laugéro (Maéla)
vendredi : 18 h 30-19 h 30 B / 19 h 30-20 h 30 A

DANSES DE SALON*

Aujourd'hui, le terme « Danses de Salon » regroupe deux familles : les « danses standards » et les « danses latines ».
Dans les danses dites « standards », on y retrouve principalement la Valse anglaise (également appelée valse lente) ; le Tango, le Quickstep et le Slowfox auxquels il faut ajouter la Valse Viennoise.
Pour les danses dites « latines », les plus pratiquées sont la Samba, le Jive (Rock), le Paso Doble, le Cha-Cha-Cha et la Rumba.

Animé par Dudde Dagmar
jeudi : 19 h-20 h A / 20 h-21 h B

DANSES SALSA-CUBAINES*

Les musiques latines suscitent depuis quelques années un véritable engouement, en raison de leurs rythmes endiablés et de leur esprit convivial et joyeux. La danse n'est pas en reste, c'est un échange sensuel et complice qui se crée entre deux danseurs. Salsa, cha-cha-cha, son, rumba… Toutes les danses en couple des Caraïbes, et notamment de Cuba, y sont abordées.

Animé par Luis Felipe Stable Camejo
samedi : 14 h-15 h 30

DANSE TANGO ARGENTIN*

Dans une atmosphère sympathique mais néanmoins rigoureuse, ce cours débutant portera sur les fondamentaux du tango argentin, *postura, abrazo, marca, caminata, pivot, giro** et sur un certain nombre de variations parmi les plus utilisées en bal. Ceci dans une écoute attentive de l'autre et de la musique.
Lors du cours intermédiaire, les variations seront approfondies et élargies. La pédagogie de Sonia Anker est basée sur la recherche du geste juste, sur l'écoute attentive de son ou sa partenaire et sur l'interprétation musicale.
Très attentive à ses élèves pendant les cours ses remarques vous permettront de progresser rapidement.
*posture, étreinte, guidage, marche, pivot, tour

Animé par Sonia Anker
mercredi : 19 h-20 h A / 20 h-21 h B

WAACKING DANCE*

Back to the 70's ! Le waacking est né au début des années 70 dans les clubs de Los Angeles. Déplacements, mouvements très marqués et rapides des bras, glamour attitude, forgent le waacking comme synonyme d'expression et d'émancipation. Il puise son inspiration dans le cinéma hollywoodien et invite chacun·e à interpréter un personnage sur des rythmes disco et funk, teintés de hip-hop. C'est de la Discodanse, la danse des divas !

Professeur·e en cours de recrutement
lundi: 19 h-20 h 30 (à partir de 15 ans)

THÉÂTRE

THÉÂTRE – ATELIER #01

L'atelier est ouvert à tous ceux qui désirent découvrir, explorer et approfondir l'espace de liberté et d'échange qu'offre le jeu théâtral. Dans un premier temps, le groupe va apprendre à se connaître par des échauffements individuels et en groupe, par une série d'exercices et par des improvisations. Cette première étape est essentielle pour le développement de l'imaginaire, de l'écoute, de la mise en confiance et de la créativité de chacun.
Dans un deuxième temps, des textes contemporains et classiques seront proposés aux participants, et par les participants, pour un travail sur la diction, la prise de parole, l'interprétation (justesse / regard / rythme), et sur la mise en jeu dans l'espace scénique.

Animé par Claire-Monique Scherer
lundi : 18 h-20 h 30
Un montage de ce travail constituera la présentation de fin d'année.

THÉÂTRE – ATELIER #02

Cet atelier s'organise en trois temps forts. Le temps de la découverte de soi et des autres à partir d'exercices sur le corps, le rythme et la voix; sur la gestuelle et l'utilisation de l'espace scénique. Le temps de la pratique individuelle et collective de techniques d'improvisation propices au développement de l'imaginaire. Le temps de l'approche des textes des répertoires modernes et classiques au service de l'expression artistique. Il s'adresse aussi bien aux personnes débutantes qu'aux personnes ayant déjà une expérience de la pratique théâtrale.

Animé par Véronique Müller
lundi : 20 h 30-23 h

THÉÂTRE D'IMPROVISATION

L'improvisation théâtrale est une discipline utilisant le jeu non-préparé : le comédien-improvisateur ou la comédienne-improvisatrice joue sans texte prédéfini et sans mise en scène préalable, ce qui constitue un champ d'expérimentation artistique d'une variété de formes infinie. L'atelier d'improvisation théâtrale est un laboratoire de fabrication d'histoires qui développe la créativité, l'écoute et l'échange. Un atelier où l'on invente sur l'instant, où on ose, où on lâche prise en s'amusant.

Animé par Jean Marie Daubenton
mercredi : 21 h-23 h

arts visuels
ARTS PLASTIQUE

Dessin : Aquarelle, Dessin d'après modèle, Dessin et peinture
Volumes : Modelage d'après modèle, Céramique, Mosaïque
Photographie : Photographie argentique noir et blanc, Photographie numérique, Studio photo

La Maison populaire offre un
découvrir les gestes essentiels po
Que ce soit à travers l'appren
volumes, ou la déco
d'observation et d'éduc
l'opportunité de pratiquer
propi

Tout au long de l'année
sensibilité, leur curiosité artisti
processus créatif. Régulièrer
d'expose
et les e

S

panel d'activités permettant de (re)
our transformer la matière et le réel.
tissage du dessin, via l'initiation aux
uverte de la photographie, le travail
cation du regard donnera à chacun·e
et d'évoluer dans un esprit collectif
ce au dialogue et au faire ensemble.

, les participant·es développent leur
que, travaillent leurs gestes dans un
ment, les « Fêtes salon » permettent
r les œuvres réalisées dans le salon
spaces extérieurs de la Maison pop.

Se munir de son propre matériel. Une liste de fourniture vous sera communiquée par le/la professeur·e lors du premier cours.
Une participation financière d'environ 30 euros pourra vous être demandée en début d'année pour l'achat du matériel commun.

DESSIN

AQUARELLE

Les connaissances techniques et les gestes à acquérir dans la pratique de l'aquarelle sont immenses. Cet atelier propose de découvrir les techniques des lavis, des glacis, des fondus, rehauts et textures, ainsi que l'ensemble des connaissances et gestes spécifiques adaptés à ce type de peinture, dont la rapidité d'exécution technique en fait un outil idéal pour la réalisation de croquis ou d'études prises sur le vif.
Cet atelier est ouvert à tous les niveaux, que vous soyez débutant·es ou que vous ayez une technique plus approfondie, le/la professeur·e vous accompagnera individuellement dans l'appréhension de la méthode propre aux aquarellistes et des questions esthétiques qui en découlent (choix du sujet, angle du regard, cadrage du dessin, etc.).

Professeur·e en cours de recrutement
lundi : 18 h-20 h

DESSIN D'APRÈS MODÈLE

L'approche du nu peut sembler difficile à plus d'un titre, le corps humain étant d'une grande complexité graphique. Il n'est pas question dans cet atelier d'aller à la recherche d'une perfection qui nécessite des années de travail, mais au contraire d'appréhender le corps d'un point de vue plus sensoriel et sculptural, comprendre le corps par les volumes. Chaque participant·e, débutant·e ou non, pourra y développer son sens de l'observation et de la perception de l'espace, tout en approfondissant ses connaissances du corps humain.
L'atelier de dessin d'après modèle vivant est ouvert aux adultes de tout niveau, qui souhaitent apprendre à dessiner le mouvement du corps au travers de poses rapides, permettant de développer son esprit de synthèse, ou connaître le dessin de l'anatomie et de la perspective grâce à des poses plus longues qui nécessitent de la concentration et un regard aiguisé.

Animé par Eun-Young Bouillot (dite Léa)
mercredi : 19 h 30-21 h 30
Pour les séances avec modèle, une participation financière d'environ 40 euros sera demandée à chaque début de trimestre.

DESSIN ET PEINTURE

Les diverses techniques de la peinture et du dessin (aquarelle, huile, tempera, pastel, croquis, étude…) permettent d'aborder de manière riche et plurielle le travail sur l'ombre et la lumière, la complémentarité des contrastes colorés, le cadrage et la composition. Cet atelier est une invitation à affiner sa main, son esprit, son œil, ainsi que son regard sur le monde. Des éléments de la réalité servent de support et les grands genres picturaux (nature morte, portrait, paysage, etc.) deviennent des sujets d'étude.
Chaque participant·e est suivi·e dans son travail personnel, soit sur une proposition d'après modèle (nature morte, modèle vivant, croquis ou paysage), soit sur un travail d'imagination, selon ce que chacun·e, quel que soit son niveau, souhaite développer.

Professeur·e en cours de recrutement
lundi : 20 h-22 h
mardi : 18 h-20 h / 20 h-22 h

VOLUMES

MODELAGE D'APRÈS MODÈLE

Cet atelier permet d'acquérir par la terre (matériau souple et très malléable) un apprentissage de la réalisation du visage et du corps humain.
En effet, pendant plusieurs séances un modèle vivant pose, vous permettant de modeler le bloc d'argile en fonction de ce que vous percevez.
La professeure vous guidera individuellement en vous expliquant notamment de quelle façon bien positionner la masse de terre d'argile en fonction de ce que l'on observe et de la partie du corps que vous souhaiterez modeler.
D'autres séances sont par ailleurs prévues, afin que vous puissiez réaliser des formes plus libres et plus personnelles. Des documents sont mis à votre disposition pour vous guider.
Au terme de ces exercices, les modelages seront cuits et pourront être par la suite, et si vous le souhaitez, engobés (peints) et vernis.
Cet atelier est destiné aux adultes de tout niveau souhaitant acquérir ou approfondir leurs connaissances en modelage du corps, du volume et de l'espace.

Animé par Annick Bailly
jeudi : 18 h-20 h / 20 h-22 h
Pour les séances avec modèle, une participation financière d'environ 40 euros sera demandée à chaque début de trimestre. Participation financière également pour la terre (pains de Grès de 10 Kgs vendus sur place au tarif de 10 euros). Un accès libre à la salle Rodin est possible pour les adhérent·es inscrit·es à cet atelier sur la saison en cours, afin de pouvoir poursuivre leur travail.
Un planning de réservation est disponible à l'accueil.

MOSAÏQUE

Les cours de mosaïque sont fortement marqués par la question du temps. D'un temps historique, nous rappelant que cet art ancestral a su traverser les âges en s'adaptant aux modes ornementales de chaque époque. Mais également du temps passé à maîtriser cette technique. Car la patience est l'élément clef pour dompter la découpe des tesselles selon le modèle du sujet choisi, contrôler leurs agencements, dans un souci de forme et de composition colorimétrique. La couleur et la matière sont au cœur de cet art décoratif : la mosaïque requiert le sens du toucher, avant même de satisfaire celui de la vue.

Animé par Laura Di Bidino
jeudi : 10 h-13 h / 14 h-17 h
samedi : 10 h–13 h / 14 h-17 h
Un accès libre à la salle Pompéi est possible pour les adhérent·es inscrit·es à cet atelier sur la saison en cours, afin de pouvoir poursuivre leur travail.
Un planning de réservation est disponible à l'accueil.

Une liste de fourniture vous sera communiquée par le/la professeur·e lors du premier cours.
Une participation financière d'environ 30 euros pourra vous être demandée en début d'année pour l'achat du matériel commun.

PHOTOGRAPHIE

CÉRAMIQUE

Le matériau brut, la terre, est d'une importance fondamentale. De sa qualité et de sa préparation dépendent le résultat et plus encore le caractère de l'objet fini. Dans cet atelier, le travail de la terre est abordé selon différentes méthodes : colombin, plaque, estampage et tournage pour créer des formes multiples et variées avant de les émailler et de les cuire. Le tournage est possible sur place, pour les élèves en ayant déjà une pratique.
Le/la professeur·e vous guidera de façon personnelle pour vous aider à acquérir les méthodes relatives à l'art de la céramique, et ce, quel que soit votre niveau.

Animé par Vincent Lévy
lundi : 20 h-22 h

Animé par Fabienne Gilles
mardi : 18 h-20 h / 20 h-22 h

Participation financière également pour la terre (pains de Grès de 10 Kgs vendus sur place au tarif de 10 euros).
Un accès à la salle Rodin est possible sur réservation pour les adhérent·es inscrit·es à cet atelier sur la saison en cours.
Un planning de réservation est disponible à l'accueil.

PHOTOGRAPHIE ARGENTIQUE NOIR ET BLANC

Le cours se fonde sur le travail de laboratoire : pratique du tirage en petit format sur papier plastique ou baryté et planches contacts. Acquérir une habileté dans le travail de masquage est l'un des objectifs du cours : savoir ce qui doit apparaître ou se fondre pour qu'une image prenne de la densité.
Des séances sont aussi consacrées à l'interprétation de la production de chacun·e. Souvent, nous accumulons des contacts et des films sans savoir quelles images choisir et lesquelles tirer. En nous appuyant sur les œuvres d'auteur·es connu·es ou méconnu·es, nous aiguisons notre regard pour faire des choix. Qu'est-ce qui, d'une image à l'autre, construit un langage ?
Des sorties de prises de vues et des visites d'expositions ont lieu ponctuellement dans l'année. Une exposition de début et/ou de fin d'année permet de se confronter à la mise en espace des photographies et d'aborder les notions de montage et d'écriture.

Professeur·e en cours de recrutement
lundi : 18 h-20 h / 20 h-22 h

Chaque participant·e doit être muni·e d'un appareil photo argentique (avec réglages manuels), financera le développement de ses films et apportera ses boîtes de papier. Un accès au laboratoire et à la salle Doisneau est possible sur réservation pour les adhérent·es inscrit·es à cet atelier sur la saison en cours.
Un planning de réservation est disponible à l'accueil.

PHOTOGRAPHIE NUMÉRIQUE

Le numérique démultiplie les occasions de prise de vues, mais la prise de vue n'est qu'une partie du travail. Pour savoir quelles photographies font « image », il est nécessaire de prendre le temps de les regarder, de les interpréter les unes par rapport aux autres et de les mettre en perspective avec des œuvres d'autres auteur·es photographes.
Pour archiver et choisir les photographies, le cours propose d'apprendre à utiliser le logiciel Lightroom. Mettant en partage nos points de vue, nous construisons ensemble un savoir. Chacun·e trouve ses outils et construit un regard personnel.
De l'image virtuelle au tirage réel, nous retravaillons les fichiers dans Lightroom et/ou Photoshop dans le souci d'aller au plus simple, au plus efficace et selon la culture du tirage argentique adaptée au numérique.
Des sorties de prises de vues et des visites d'expositions ont lieu ponctuellement dans l'année. Une exposition de début et/ou de fin d'année permet de s'essayer à la mise en forme et en espace des photographies.

Professeur·e en cours de recrutement
mardi : 18 h-20 h

Chaque participant·e doit être muni·e d'un appareil photo numérique (avec réglages manuels), financera le développement de ses tirages et apportera ses boîtes de papier. Un accès à la salle informatique Athéna est possible sur réservation pour les adhérent·es inscrit·es à cet atelier sur la saison en cours.
Un planning de réservation est disponible à l'accueil.

STUDIO PHOTO

Le cours proposera un apprentissage approfondi de la pratique de la prise de vue en studio. Nous partirons des techniques de base, pour aller jusqu'aux configurations les plus complexes. Nous aborderons les différents réglages de l'appareil associé à des flashes externes. Nous apprendrons à utiliser les différents flashes et accessoires du studio (bol, softbox, snoot, fond, etc). Nous expérimenterons différents types et effets de lumière, que ce soit en portrait ou en nature morte. Nous aborderons également la prise de vue en mode connecté et la retouche de photographie en studio.
Nous prendrons également le temps de regarder et d'échanger collectivement à propos des clichés réalisés, ce sera l'occasion d'aborder les notions de composition et d'intention artistique.

Professeur·e en cours de recrutement
mardi : 20 h-22 h

Chaque participant·e doit être muni·e d'un appareil photo numérique (avec réglages manuels), financera le développement de ses tirages et apportera ses boîtes de papier.
Un accès à la salle informatique Athéna est possible sur réservation pour pour les adhérent·es inscrit·es à cet atelier sur la saison en cours.
Un planning de réservation est disponible à l'accueil.

POP [LAB]

le fab lab de la Maison pop

Ateliers : Initiation à la fabrication numérique, Lutherie Numérique
Pop [lab] : Ouverture public, Forfait d'accès libre aux machines
Les Formations du Pop [lab] : Découpeuse laser, Fraiseuse numérique (CNC), Impression 3D, Découpeuse vinyle

Vous aimez créer des objets par vous-mêmes, bricoler et expérimenter ? Le Pop [lab] est fait pour vous. Situé au cœur de la Maison populaire, ce fablab (fabrication laboratory, soit laboratoire de fabrication) est un espace dédié à la fabrication numérique. Le Pop[lab] s'adresse à toutes les personnes désireuses d'enrichir leurs connaissances pratiques en électronique, en design et en bricolage. De nombreux outils et machines permettent de réaliser des projets de fabrication, en autonomie ou à plusieurs.

Créer des sérigraphies sur bois ou réparer des objets en plastique devient possible avec la découpeuse laser et les imprimantes 3D. Aussi, le fabmanager, vous accompagne dans vos projets et vous forme à l'utilisation des machines.

Fréquenter le Pop [lab], c'est apprendre à manier les machines pour réaliser tous vos projets. Et si vous n'êtes pas encore familier·e de l'univers des fablabs, des formations aux machines sont possibles et des ateliers sur mesure sont organisés. Une fabrique créative et collaborative pour booster votre inventivité !

Dans la mesure du possible, les logiciels abordés sont en priorité issus des outils libres de droits (open source) et gratuits.
Afin de conserver vos travaux, munissez vous de votre propre moyen de stockage (clé USB, disque dur externe…).

LE POP [LAB]

OUVERTURE PUBLIC

Gratuit pour les adhérent·e·s,
Visites gratuites pour les non-adhérent·e·s.
Ces moments permettent de découvrir le Fablab de la Maison Pop et de rencontrer la communauté d'adhérent·es qui y développe ses projets. Il est ensuite possible de s'inscrire via le forfait Pop [lab].

Encadré par le fabmanager
mercredi : 18 h-21 h
samedi : 14 h-17 h
(Ouverture lors d'évènements les mardis soir.

FORFAIT POP [LAB]

À travers ce forfait, vous marquez votre soutien au fablab et à son développement au sein de la Maison populaire.
Vous pouvez venir sur les plages horaires réservées à l'accès membres, après avoir confirmé auprès du fabmanager que vous êtes autonome dans vos projets et dans l'utilisation des espaces. Si vous avez suivi les formations spécifiques, vous pouvez également accéder aux machines du Pop [lab] de manière privilégié, en réservant votre créneau sur internet.
Aussi, vous pourrez faire appel aux bons conseils de nos fabmanagers lors de vos réalisations sur place, sur demande.

Accès libre, encadré ou non par le fabmanager.
du lundi au vendredi : 10 h-12 h / 14 h-21 h
samedi : 10 h-17 h

CONTACT

Le fabmanager, Simon Larcher
par mail : poplab@maisonpop.fr
par téléphone : 01 42 87 08 68 / 06 15 76 96 12

Accéder au site collaboratif du Pop [lab] :
https://poplab.maisonpop.fr

LES FORMATIONS DU POP [LAB]

Les différentes formations proposées ci-dessous vous permettront par la suite de développer vos projets personnels au Pop [lab].

DÉCOUPEUSE LASER

Cette machine permet de faire des gravures très fines au laser sur de nombreux matériaux naturels et non-toxiques (bois, papier, carton, plexiglass, etc.) et de les découper si l'épaisseur est inférieur à 5 mm.
Venez découvrir pendant l'ouverture public du Pop [lab] de nombreux exemples de créations faites avec la découpeuse laser.

Sur rendez-vous avec le fabmanager
durée : 1 heure

FRAISEUSE NUMÉRIQUE

Avec la fraiseuse numérique (machine à commande numérique) vous pouvez usiner, graver, découper dans un large éventail de matériaux différents et avec un large choix d'outils.
Venez découvrir pendant l'ouverture public du Pop [lab] de nombreux exemples de créations faites à la fraiseuse numérique.

Sur rendez-vous avec le fabmanager
durée : 1 heure

IMPRESSION 3D

L'imprimante 3D est souvent considérée comme une machine phare dans les fablabs et permet de fabriquer, directement sur son plateau, couche par couche, un objet à partir d'un fichier 3D.
Cette formation permet de découvrir le fonctionnement des imprimantes 3D, ce que l'on peut faire et ne pas faire, et vous guide dans le paramètrage de vos impressions depuis vos fichiers 3D. Elle s'adresse à tous les public sans connaissance technique préalable. Elle sera particulièrement utile aux personnes souhaitant construire ou acquérir une imprimante 3D ou aux personnes souhaitant baser un projet professionnel sur un prototypage par impression 3D.

Sur rendez-vous avec le fabmanager
durée : 1 heure

DÉCOUPEUSE VINYLE

Avec la découpeuse vinyle, vous pouvez réaliser des stickers, pochoirs, cartes de vœux ….La prise en main est simple et les possibilités sont grandes avec cette petite machine ! Vous pourrez créer des projets à partir de vos propres dessins mais aussi à partir d'images trouvées sur internet.
Venez découvrir pendant l'ouverture public du Pop [lab] de nombreux exemples de créations faites à la découpeuse vinyle.

Sur rendez-vous avec le fabmanager
durée : 1 heure

PRESSE À CHAUD : FLOCAGE SUR TEXTILE

Le flocage est une technique de marquage par transfert thermique. Le visuel est envoyé à un plotter de découpe, chargé d'un rouleau de flex ou flock. Ainsi, vous pourrez imaginer n'importe quelle personnalisation de vos T-shirts, Tote-bag, ou tout autre support textile.
Le Pop[lab] est équipé d'une presse à chaud et d'un espace dédié à la personnalisation sur textile. Cette formation vous fait donc découvrir les subtilités du flocage, de la création du visuel sur flex à l'aide de la découpeuse vinyle à l'application sur le textile lui-même, avec tout le matériel nécessaire, mis à votre disposition.

Sur rendez-vous avec le fabmanager
durée : 1 heure

LES RENDEZ-VOUS ET ATELIERS PONCTUELS

ATELIERS D'INITIATION À LA FABRICATION NUMÉRIQUE

Cette série de cinq ateliers de découverte et de pratique a pour but de sensibiliser les participant·es à la fabrication numérique et l'éléctronique.

Animé par le fabmanager
Parcours de 5 ateliers par trimestre les mardis de 19 h à 21 h.
Forfait Pop [lab], accès libre inclus et valable dès la fin du cycle. L'ensemble du matériel est fourni / ouvert aux débutant·es.

Fabrication de dispositifs musicaux ou sonores avec le matériel et les machines du Pop [lab].
Dans cet atelier vous découvrirez la personnalisation et le détournement d'instruments acoustiques et électroniques et de contrôleurs pour la musique assistée par ordinateur.
Cette activité est destinée aux adolescents et adultes avec expérience (ou forte curiosité) musicale et un intérêt pour la fabrication numérique, l'informatique et l'électronique.

Animé par Simon Larcher
jeudi : 19 h-21 h

sans frontières

ÉCRITURE & LANGUES

À la Maison populaire, on dépasse les frontières : celles de l'intime et celles du monde afin de mettre ses propres imaginaires en jeu et confronter ses mots à l'écriture et leurs sonorités en japonais, anglais, espagnol, arabe et français. Les cours de langues de la Maison pop s'adressent à la fois aux débutant·es et aux confirmé·es. Deux à trois niveaux, vous sont proposés afin de vous accompagner dans votre apprentissage. Des professeur·es passionné·es vous proposeront des ateliers vivants et dynamiques. Supports vidéo, jeux de rôle, décryptage de l'actualité. Vous apprendrez tout en vous amusant !

Atelier d'écriture : Atelier d'écriture
Langues : Anglais, Arabe, Espagnol, Japonais

Niveau A : Débutant ou faux débutant, s'adresse aux personnes n'ayant jamais pratiqué la langue.
Niveau B : Intermédiaire, s'adresse aux personnes ayant pratiqué au moins une année.
Niveau C : Conversation / Avancé, s'adresse aux personnes ayant pratiqué au moins deux années.

Il vous sera demandé une participation financière symbolique d'un euro par trimestre pour les photocopies.

ÉCRITURE

ATELIER D'ÉCRITURE

Tracer des mots comme on trace un chemin. La feuille est un territoire, une frontière, un espace-temps où « Je » se pose. Cet atelier propose des expériences d'écriture, comme écrire de droite à gauche, en tout petit ou en tout gros sur des feuilles maigres ou épaisses. Le corps comme support premier de l'écriture, en se tenant debout, sur une scène imaginaire ou bien en chuchotant dans l'oreille de son voisin ou de sa voisine ce qu'il a écrit. Écrire, c'est faire sienne de vieilles empreintes et tenter d'y mettre ses pieds. Ou bien faire sienne des empreintes qui n'existent pas encore, ou à peine. Écrire est un « Je » de pistes.

Animé par Valéry Meynadier
jeudi : 18 h-20 h

LANGUES VIVANTES

ANGLAIS

Pour des raisons à la fois historiques, économiques, démographiques, géographiques et culturelles, la langue anglaise a acquis au XIX^{ème} siècle le statut de première langue internationale. Langue courante des affaires mondialisées et de la diplomatie, langue principale des sciences et des nouvelles technologies, mais aussi langue de tant de musiques populaires et de séries télé, l'anglais est bien installé dans notre quotidien. Cette langue germanique — qui a plus en commun avec le français qu'on ne l'imagine — est devenue quasi indispensable en voyage ou dans la vie professionnelle. En outre, l'anglais est le véhicule d'une formidable littérature, ainsi que d'innombrables films classiques, d'art et essai ou simplement destinés au divertissement. Bref, l'apprentissage d'une langue aussi riche est non seulement fort utile, mais constitue une passionnante aventure intellectuelle.

Niveau A : débutant ou faux débutant. Ce cours s'adresse aux personnes qui ont besoin d'acquérir les bases de grammaire et de vocabulaire. Apprendre les différents temps et la conjugaison afin de parvenir en cours d'année à faire des phrases et poser des questions. L'objectif est de pouvoir mettre en pratique ses connaissances lors d'un voyage, de comprendre les paroles d'une chanson ou un fait d'actualité.

Niveau B : intermédiaire. Ce cours s'adresse aux personnes ayant pratiqué au moins une année d'anglais l'année précédente, ou qui se souviennent des bases : l'emploi du présent simple et du présent continu, ainsi que la structure des phrases négatives et interrogatives.

Niveau B/C : confirmé. Ce cours s'adresse aux personnes possédant déjà des bases en termes de vocabulaire, de temps de verbes et de grammaire. Le cours s'articule autour de deux axes principaux : la maîtrise des temps de verbes, des plus simples aux plus complexes, ainsi que la phonétique pratique. Les notions abordées en cours sont mises à profit dans le cadre d'exercices et de discussions animées par le/la professeur·e. Les lectures d'articles ou d'extraits tirés de la littérature sont autant d'occasions de découvrir de nouveaux mots et expressions, de clarifier sa prononciation et de rendre son intonation plus naturelle.

Niveau C : conversation. Ce cours s'adresse aux personnes à l'aise avec les fondamentaux, il permet une pratique active de la langue orale avec un soutien spécifique en phonétique. L'apprentissage ou la révision de points de grammaire et de vocabulaire anglais et américain, ainsi que des exercices d'écoute et de compréhension permettront aux adhérent·e·s de se sentir plus à l'aise lors de leurs voyages ou au travail. L'accent sera également mis sur la culture et la civilisation anglo-saxonne (chansons, culture et mode de vie ...).

Animé par Stéphane Surprenant
mardi : 18 h 30-20 h C / 20 h-21 h 30 B

Animé par Joëlle Laborde
jeudi : 17 h 30-19 h A / 19 h-20 h 30 C
Il peut également vous être demandé l'achat d'un cahier d'exercices.

ARABE

Véritable véhicule des pensées riches et fécondes dans les domaines littéraires, philosophiques et scientifiques, l'arabe permet aujourd'hui une ouverture culturelle très étendue, tant du point de vue géographique qu'historique. L'arabe est actuellement parlé par près de 437 millions de personnes dans le monde. Langue de culture, de commerce, d'échange, de sciences, l'apprentissage de l'arabe présente de véritables atouts. La professeure Mona Al-Maqtari, se concentre sur la compréhension et l'expression écrite et orale, ainsi que sur la conversation. Elle s'appuie également sur des supports audiovisuels (chansons, extraits de films, émissions de variétés et documentaires) afin de dynamiser l'apprentissage, consolider les connaissances apprises et prendre du plaisir à se fondre dans la langue et la culture arabe.

Animé par Mona Al Maqtari
mercredi : 18 h 30-20 h B/C
jeudi : 18 h 30-20 h A / jeudi : 20 h-21 h 30 A
L'achat du manuel « Mektoub » de Mathieu Guidère (ISBN : 978-2340004870) est demandé pour le niveau A.

ESPAGNOL

La langue de Cervantès, Garcia Marquez et d'autres lumières se range parmi les plus grandes au monde grâce à ses 577 millions de locuteurs et à l'audace littéraire de ses écrivains. Langue de travail aux Nations unies, elle conjugue en trois groupes de verbes la richesse, la légèreté, la gravité et l'harmonie de l'ensemble des langues romanes.
Première langue étrangère étudiée aux Etats-Unis, elle jouit d'un énorme prestige auprès des médias et des intellectuels. Manuel Caldera transmet la langue hispanique depuis plus d'une vingtaine d'années à la Maison populaire, enchantant et rythmant chaque année ses cours d'une touche latina, olè!

Animé par Manuel Caldera
lundi : 18 h-19 h 30 A / 19 h 30-21 h B
mercredi : 20 h-21 h 30 C
L'achat du manuel : « Rápido, rápido » - Libro del Alumno (livre de l'élève, ISBN: 9788484434610, environ 30 euros) est demandé pour les niveaux A et B.

JAPONAIS

Aujourd'hui, quelques aspects culturels du pays du Soleil levant, comme le manga, le sushi, le bonsaï, le karaoké se popularisent dans la vie quotidienne française. Mais la culture nippone ne se résume pas qu'à cela. À travers l'apprentissage oral et écrit de la langue, découvrez aussi les nombreux aspects liés à son patrimoine, son écriture qui combine trois systèmes : le kanji (une écriture à idéogrammes), le hiragana (une écriture syllabique) et le katakana (pour transcrire les mots d'origine étrangère).
Maho Nakamura transmet la langue japonaise de manière rigoureuse et ludique : grammaire, syntaxe et élocution. Son apprentissage est surtout axé sur la langue orale et la conversation.

Animé par Maho Nakamura
lundi : 18 h 30-20 h (A) /20 h-21 h 30 (B)

Bouger, se renforcer, s'assouplir, se relaxer, aller plus loin dans l'effort, entretenir sa condition physique : la Maison pop offre de nombreux terrains de jeu et de détente. Arts du combat, gymnastiques ou activités de relaxation font travailler votre corps, améliorent votre bien-être et tonifient vos muscles. Chacun·e pratique à son propre tempo et en fonction de ses possibilités.

Arts du combat : Aïkido, Capœira, Tai Chi Ch'uan
Gymnastiques : Cardio zumba, Circuit Cardio Minceur, Fitness, Gymnastique d'assouplissement, Gymnastique d'entretien, Gymnastique musicale, Gym'+, Gym'étirements, Gym'senior, Gym'tonique, Gym rythmique, Gym suédoise, Stretching actif
Relaxation : Hatha yoga, Kundalini yoga, Massage shiatsu, Sophrologie, Pilates, Qi gong, Vinyasa yoga, Yoga parents-enfants

CORPOREL & SPORTIF

ARTS DU COMBAT

AÏKIDO

L'Aïkido est la recherche de l'union des énergies et de la paix. Créé par le maître japonais Ueshiba Morihei, cet art martial recherche l'association des énergies où attaque et riposte se complètent et s'annulent. Par un travail sur la respiration, des mouvements d'esquive, des projections et des immobilisations, les pratiquants recherchent à écarter ou à contrôler toute opposition. Éloigné de tout esprit de dualité ou de compétition, l'aïkido peut se pratiquer à tout âge. C'est aussi un art de vivre et une philosophie qui vise à faire un avec l'univers.

Animé par David Desport
mercredi : 20 h - 21h 30

CAPŒIRA

La capœira est un art martial importé au Brésil par les esclaves angolais. Aujourd'hui partie intégrante de la culture brésilienne, elle est enseignée dans les clubs, les écoles et les universités. Elle permet de développer la force, la souplesse, l'équilibre, l'expression corporelle, la coordination tout en apprenant la pratique d'instruments. À la fois une lutte et une forme de danse, la capœira a des règles bien précises transmises par le professeur, nommé *mestre* en brésilien, qui pousse chacun à développer son esprit d'improvisation à travers les feintes et le sens du rythme. Dans le cercle de la *roda*, le *mestre* s'applique à maintenir l'ambiance à travers le chant, les battements de mains, il est le garant du bon déroulement du jeu.

Animé par Diéneba Traoré
lundi : 20 h 30-22 h
Vêtements : adaba (pantalon souple sans coutures) et haut blanc. Des manifestations extérieures peuvent avoir lieu au cours de l'année (gratuites et non obligatoires).

TAI CHI CH'UAN

Le Taï Chi Ch'uan est un art martial chinois (Wuschu) fait de subtilité qui, par l'intermédiaire du « Chi » développe et renforce la santé énergétique des méridiens. Un travail sur la souplesse, le dynamisme et la décontraction permet, à travers divers niveaux de pratiques de trouver le geste juste et d'acquérir une maitrise, une connaissance et une confiance en soi. La construction du corps par le travail de postures lentes améliore la santé physique et mentale.

Animé par Sophie Nedorezoff
mardi : 19 h-20 h 30 (A) / 20 h 30-22 h (B)

GYMNASTIQUES

BABY GYM

PARENTS/ENFANTS

Enfants 3-5 ans. Cette nouvelle activité dédiée aux petit·es de 3 à 5 ans et à leurs parents ou grands-parents, donne l'occasion de s'épanouir et d'acquérir une aisance corporelle, tout en s'amusant, via des exercices divertissants qui stimulent et sollicitent l'imagination. Des séances de plaisir idéales pour développer la coordination, l'équilibre, la motricité.

Animé par Hanane Bererhi
samedi : 14 h 30-15 h 15

CARDIO ZUMBA

Mélange de danse, fitness et aérobic, le Cardio Zumba est un cours d'une heure tout niveau. Il se compose de chorégraphies « cardio », de renforcement musculaire et d'un temps d'exercices d'assouplissement et de relaxation. Grâce à des chorégraphies simples, ce cours vous permet de vous dépenser, de brûler des calories favorisant ainsi la perte de poids.
Le Cardio Zumba améliore l'endurance, la coordination, la flexibilité et la confiance en soi.

Professeur·e en cours de recrutement
mercredi : 20 h 30-21 h 30

CIRCUIT CARDIO MINCEUR

Un entrainement en circuit qui consiste à enchaîner plusieurs exercices les uns après les autres avec très peu de temps de repos…
Combiné avec une une alimentation saine et équilibrée, cette méthode se révèle très efficace pour stimuler le métabolisme : vous brûlez plus de calories, plus longtemps et vous continuez même à les brûler après la séance. Cette activité vous permet d'améliorer vos capacités cardiovasculaires et de diminuer les risques de certaines maladies comme le diabète.

Animé par Ludovic Cavadini
vendredi : 19 h 30-20 h 30

FITNESS
RENFORCEMENT MUSCULAIRE (ABDOS FESSIERS)

Sculpter votre corps, des abdos jusqu'aux cuisses en passant par les fessiers. Cours de renforcement musculaire basé sur le bas du corps. Utilisation facultative de petits matériels (lestes, élastiques, haltères, bâton et barres lestées).
Corrige notre posture ; Tonifie la sangle abdominale afin d'éviter les maux de dos et galbe les fessiers.

Animé par Ludovic Cavadini
vendredi : 18 h 30-19 h 30

GYMNASTIQUE D'ASSOUPLISSEMENT

Assouplir les articulations, faire des mouvements d'étirement, un travail de renforcement musculaire afin d'acquérir ou de retrouver une bonne souplesse, une tonicité musculaire, une endurance à l'effort. Travail sans esprit de compétition, si ce n'est de se surpasser soi-même et se sentir bien dans sa peau.

Animé par Thomas Royère
vendredi : 13 h 30-15 h

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN

Les exercices portent sur le renforcement musculaire global ou de parties du corps, la coordination, l'équilibre, l'assouplissement (utilisation de bâtons, élastiques, haltères…), accompagnés par une respiration adéquate où les muscles profonds sont sollicités pour un développement progressif et harmonieux du corps.

Animé par Thomas Royère
vendredi : 12 h 30-13 h 30

GYMNASTIQUE MUSICALE

Gymnastique rythmée par des musiques et mouvements variés permettant d'aller plus loin dans l'effort. Elle aide à garder la forme, la bonne humeur, l'équilibre tant physique que moral, grâce à un travail efficace et dynamique adapté à chacun.

Animé par Stephanie Alexandre
mercredi : 18 h 30-19 h 30

GYM'+
(ABDOS, FESSIERS, CUISSES)

Cette gymnastique vise particulièrement à faire travailler les parties du corps dites «sensibles» à la prise de poids. Des exercices pratiques permettent de modeler la silhouette.

Animé par Thomas Royère
jeudi : 17 h 30-18 h 30
vendredi : 11 h 30-12 h 30

GYM'ÉTIREMENTS

Ce cours de gymnastique donne une place importante à la relaxation par des exercices d'étirements. La première partie du cours est basée sur le renforcement musculaire tandis que la seconde enchaîne sur des étirements actifs. Chaque groupe musculaire sollicité pendant la première partie du cours est ensuite étiré afin d'augmenter l'efficacité des mouvements, d'éviter les tensions sur les tendons, les courbatures et d'accélérer la récupération pour permettre aux muscles de retrouver leur élasticité initiale. On appelle aussi cette action le «retour au calme». Le cours se termine par de la relaxation.

Animé par Thomas Royère
jeudi : 18 h 30-19 h 30

GYM'SENIOR

Atelier musical de gymnastique d'entretien dans lequel la respiration et la coordination du corps sont au cœur même des exercices. Travaillant sur la chaîne musculaire et sur les bases fondamentales du placement, l'écoute personnalisée et constructive sera la matière indispensable pour chacun.

Animé par Carolina Duran
mercredi : 9 h 30-10 h 30 / 10 h 30-11 h 30

GYM'TONIQUE

Gymnastique soutenue qui vise à entretenir et à développer la condition physique des participants tout en préservant les aspects ludiques. Au programme : step pour développer le système cardio-respiratoire et la coordination à l'aide de ce support ludique ; renforcement musculaire, pratique légère, généralisée et continue, avec ou sans l'aide de petit matériel (bâtons, lests, haltères), étirements pour dénouer ce bel ensemble, dénouer les tensions, augmenter la mobilité.

Animé par Thomas Royère
jeudi : 19 h 30-20 h 30

GYM SUÉDOISE

Un sport santé

La Gym Suédoise est un sport complet élaboré en collaboration avec des médecins, kinésithérapeutes et ostéopathes. Chaque séance est structurée en séquences pour une stimulation optimale du système cardiovasculaire, des muscles et des articulations en préservant l'intégrité physique de chacun. Sans oublier les exercices d'équilibre et de coordination, recommandés pour entretenir et renforcer les capacités psychomotrices. Les séquences s'enchaînent pour une dépense d'énergie maximale sans épuisement : échauffement, exercices cardio, renforcement musculaire, récupération active, étirements. En cercle autour de l'animateur, les participants reproduisent des mouvements simples à exécuter au rythme d'une musique entraînante. Une séance de Gym Suédoise est une occasion privilégiée de prendre soin de soi, de se défouler dans une ambiance conviviale, sans compétition ni notion de performance. Cette subtile alliance entre musique et exercice physique booste le moral et libère les fameuses endorphines (hormones du bien-être) ! Chaussez vos baskets et préparez-vous à une heure de sport dans la bonne humeur !

Animé par Vincent Szawara
samedi : 10 h 30-11 h 30 / 11 h 30-12 h 30

STRECHING ACTIF

Le travail porte sur les étirements et le renforcement musculaire à travers des mouvements lents. La technique du « contracte-relache-étire » venue des États-Unis permet de n'utiliser que le poids du corps et parfois de petits lestes sous forme de bracelets. La douceur et la lenteur des exercices n'enlèvent en rien au travail effectué car les mouvements sont continus durant toute la séance.

Animé par Stéphanie Alexandre
mercredi : 19 h 30-20 h 30

RELAXATION

L'apport d'une serviette de bain pour les activités de relaxation est obligatoire.

HATHA YOGA

Cette discipline a pour but la pleine réalisation de l'être humain en utilisant son potentiel physique, affectif, respiratoire et mental. Le hatha yoga est la technique de yoga la plus courante dans notre société occidentale. La pratique consiste à prendre conscience de son corps ; de pouvoir se relaxer pleinement ; de contrôler, d'étirer et d'agir sur l'organisme par la prise et le maintien de postures ; de maîtriser la respiration ; de calmer l'esprit. Les exercices sont simples et progressifs. Le yoga permet de trouver un état d'équilibre et de redécouvrir une hygiène de vie.

Animé par Alain-Georges Moreau
lundi : 14 h 30-16 h / 16 h -17 h 30 / 17 h 30-19 h

Animé par Christine Minneci
lundi : 19 h-20 h 30 / 20 h 30-22 h

KUNDALINI YOGA

Technique millénaire, le kundalini yoga a pour objectif principal d'éveiller les énergies endormies mais présentes en chacun de nous et plus particulièrement le long de la colonne vertébrale. La pratique de nombreux exercices de tension, de relaxation, de techniques respiratoires et de chant permet de prendre conscience et d'améliorer la circulation de cette énergie vitale pour acquérir sérénité et calme intérieur.

Animé par Diana Perez Almazan
mardi : 20 h 30-22 h
mercredi : 18 h 45-20 h 15

VINYASA YOGA

Le vinyasa yoga ou yoga dynamique est une pratique du yoga où les postures s'enchaînent en se synchronisant sur la respiration. Il renforce et assouplit le corps en stimulant la circulation énergétique dans l'ensemble de l'organisme.

Animé par Hanane Bererhi
jeudi : 18 h-19 h 30 / 19 h 30-21 h
vendredi : 18 h-19 h 30 / 19 h 30-21 h

YOGA

PARENTS-ENFANTS

Enfants 4-10 ans. Inspiré des enseignements du Hatha yoga, cet atelier familial permet d'acquérir, par le jeu, les bases du yoga que sont la coordination, la mémorisation, l'apprentissage de la posture correcte et l'initiation à la méditation.

Animé par Diana Perez Almazan
jeudi : 17 h-18 h (Atelier mensuel)
Dates : 20 octobre, 17 novembre, 15 décembre 2022 et 19 janvier, 16 février, 16 mars, 13 avril, 25 mai, 8 juin et 22 juin 2023

MASSAGE SHIATSU

D'origine japonaise, le shiatsu est une technique simple à la portée de tous. Pratiqué à l'aide de pressions rythmées et fluides le long des méridiens tendino-musculaires, il offre une nouvelle approche du corps en facilitant la reconnaissance de ses possibilités et en contribuant à reconstituer l'équilibre énergétique. Pratiquer le shiatsu, c'est aussi dénouer les tensions corporelles, rétablir une meilleure circulation des énergies, développer l'écoute corporelle et le sens du contact dans une relation de confiance et de respect de l'autre.

Animé par Nathalie Rado, Cécile Buquet et Julie Pompougnac
mardi : 18 h 30-20 h 30

QI GONG

Le Qi gong (Chi Kong), discipline chinoise millénaire, est l'art de l'éveil et de la préservation de la santé. Il allie la relaxation mentale et l'assouplissement corporel à un travail énergétique profond de revitalisation des organes internes. Cette pratique ancestrale consiste à effectuer des mouvements déterminés, accompagnés par la respiration et la concentration sur des images de nature qui font découvrir un réel plaisir de se mouvoir dans l'espace.

Animé par Patrice Pallier
lundi : 16 h -17 h 30

SOPHROLOGIE ET MÉDITATION

La sophrologie, science de la « conscience harmonieuse », a pour but l'harmonisation du corps et de l'esprit.

Philippe Keit, formateur à l'académie de Sophrologie de Paris, s'adresse aussi bien aux adultes qu'aux adolescents, qui souhaitent, à travers les méthodes proposées, développer et renforcer leurs capacités de bien-être, d'épanouissement personnel, d'adaptation à leur environnement qu'il soit personnel ou professionnel et de prendre conscience de leurs ressources. La sophrologie aborde la personne dans sa globalité, elle fait appel à la respiration, la détente, l'écoute du corps, la gestion du stress, des angoisses et des émotions ainsi que la visualisation positive.

Durant ces ateliers, des pratiques de méditation seront également proposées.

À travers une pratique régulière, la sophrologie et la méditation visent la paix et l'harmonie de l'être.

Animé par Philippe Keit
jeudi : 20 h 30- 21 h 45

PILATES SUR TAPIS

L'Allemand Joseph Pilates (1880-1967) est à l'origine de cette méthode. Le Pilates vise à renforcer les muscles centraux, à allonger la colonne vertébrale, à developper le tonus musculaire et à augmenter la conscience du corps. Equilibre et maintient sont les maîtres mots de cette méthode qui repose beaucoup sur la respiration et une bon placement corporel.

Les principes du Pilates sont :

- La concentration

Il faut être concentré durant l'exécution des mouvements. La pensée descend dans le corps et chaque instant du déplacement doit être conscient.

- La respiration : guide et accompagne les mouvements du corps.
- Le centrage : appelé le powerhouse est considéré comme une véritable centrale énergétique; cette zone est localisée entre l'os du pubis et les côtes inférieures, Incluant les abdominaux profonds.

Tous les exercices de Pilates visent à renforcer ce centre en enfonçant le nombril dans la colonne vertébrale.

- Le contrôle : contrôlogie

Il faut chercher à contrôler chaque partie du mouvement. Toutes les postures demandent une grande précision d'exécution, plus le mouvement est lent plus il est efficace.

C'est le contrôle parfait du corps et de l'esprit .

- Fluidité et précision sont les clés de mouvements harmonieux.

Animé par Hanane Bererhi
samedi : 12 h-13 h / 13 h-14 h

ADOLESCENT·ES & ENFANTS

Musique : Batterie, Éveil musical, Formation musicale, Flûte traversière, Guitare classique, Guitare électrique, Piano, Saxophone, Violon, Violoncelle
Ensembles : Chorale enfant, Ensemble musical junior, Ensemble Rythmes et Pulsations, Groupe rock, Atelier Rap
Cirque & théâtre : Arts du cirque, Théâtre,
Danse : Danse classique, Danse flamenco, Hip-Hop, Danse modern'jazz
Corporel et sportif : Aïkido, Baby Gym, Capœira, Éveil corporel et musical, Gymnastique rythmique et sportive (GRS), Judo, Kung-fu
Arts plastiques & arts visuels : Bande dessinée, Dessin-peinture, Éveil aux arts plastiques, Initiation modelage et céramique, Céramique
Pop [lab] : Bidouille numérique, Trucages & Effets Spéciaux, Robotique & 3D, Cinéma d'animation
Langues vivantes & écriture : Éveil à l'anglais, Anglais

Des activités « chanmé » sont dédiées aux ados, selon leurs goûts et leurs envies du moment, même si tous les ateliers adultes sont accessibles aux jeunes dès 13 ans à la Maison pop. « C'est bat ! »

Développer sa créativité tout en s'amusant dans tous les domaines artistiques, sportifs et culturels, c'est possible à tout âge et dès 3 ans ! On prolonge l'amusement et le plaisir en famille, avec les activités parents enfants dédiées aux petits et aux grands.

Pour toutes les activités qui se déroulent dans la salle de danse, le gymnase et le dojo, les vêtements et les chaussures de ville ne sont pas admis. Munissez-vous de vêtements dédiés à l'activité, le respect de cette règle conditionne l'accès à la salle.

MUSIQUE

Un parcours musical au rythme de l'enfant
Ici, l'enseignement musical se dessine dès 4 ans en atelier d'éveil musical et se poursuit jusqu'à 13 ans avec l'acquisition de bases théoriques et techniques solides durant les premières années de pratique instrumentale.

LES PARCOURS

Le parcours A – Découvrir !

Pour les 6-13 ans

Pour prendre du plaisir et apprendre sérieusement un instrument, on doit s'en approprier la grammaire musicale. C'est pourquoi ce parcours associe un temps de pratique instrumentale (20 minutes en individuel ou d'1 h en semi-collectif), à 1 h de formation musicale obligatoire (A). Il permet ainsi à l'enfant de découvrir puis de se familiariser avec son instrument tout en faisant l'acquisition de l'ensemble des bases nécessaires à une pratique musicale autonome.

Le parcours B – Approfondir

Pour les 6-13 ans

Nouvelle étape proposée aux petit·es musicien·ne·s, ce parcours enfant reprend les traits de celui des grands. Un temps de pratique instrumentale de 30 minutes en individuel ou 1 h en semi-collectif est alors associé à un atelier de pratique collective qui est, en fonction des acquis et de l'autonomie de l'enfant, soit 1 h de formation musicale en niveau (A à B), soit 1 h 30 à 2 h dans l'un des ensembles dirigés*.

*Ensembles dirigés

Ouverts aux enfants de 8 à 13 ans inscrit·es en parcours B comme aux petit·es musicien·nes de tous horizons curieux·ses du jeu (d'enfant) musical collectif made in Maison pop !

Les enfants doivent se munir de leur propre instrument, et pour certains, d'un petit matériel (précisé lors de l'inscription. Il est important de rappeler que la progression dans l'apprentissage d'un instrument nécessite au moins vingt minutes de pratique quotidienne.

ÉVEIL MUSICAL

4-5 ans. Cet atelier permet aux enfants de prendre un premier contact de façon stimulante avec le monde de la musique. Dans une pédagogie ludique et attentive de l'enfant, son objectif est d'ouvrir et d'affiner les perceptions sensorielles et de procurer à l'enfant les bases d'une culture musicale par le biais d'activités variées et ludiques telles que : l'écoute, la mémoire musicale, le vocabulaire des sons et de la musique, la découverte de leur voix, de leur sens rythmique, l'implication du corps et la découverte des instruments. La dextérité et la coordination, nécessaires à une future pratique instrumentale, sont fortifiées grâce aux nombreux instruments de percussion utilisés durant chaque atelier.

5-7 ans. Les ateliers suivent les mêmes objectifs que les ateliers d'éveil des 4-5 ans en mettant une emphase particulière à la découverte des instruments de musique pour faciliter le choix d'un futur instrument.

Animé par Edith Lalonger
mercredi : 10 h-12 h (4-5 ans) / 14 h-15 h (5- 6 ans) / 15 h-16h (6-7 ans)

FORMATION MUSICALE

À partir de 6 ans. Les ateliers de formation musicale viennent compléter en tout temps la pratique instrumentale. L'apprentissage progressif du langage musical est proposé par le biais d'outils variés passant en aller-retour du sensoriel à l'appropriation des concepts musicaux. Cette démarche permet d'assimiler des notions théoriques et faciliter toute pratique musicale. Une grille des âges et de niveaux de compétences exigés vous permettra de vous situer dans ce parcours évolutif.

Compris dans les Parcours musicaux

Animé par Edith Lalonger
mercredi : 13 h-14 h A- (6-9 ans)
16 h 30-17 h 30 A- (8-10 ans)
17 h 30-18 h 30 A- (10 ans et +)
samedi : 10 h-11 h A- (6-9 ans) /
11 h-12 h A- (6-9 ans)

Animé par Catherine Bros
mercredi : 14 h-15 h A + (8-10 ans)
15 h-16 h B- (8-10 ans) / 16 h-17 h B- (10 ans et +)

Animé par Frédéric Rabemananjara
mercredi : 17 h-18 h A+ (10 ans et +)
18 h-19 h B+ (10 ans et +)
L'achat d'une méthode peut être demandé

INSTRUMENTS

En cours individuel à semi-collectif

BATTERIE

À partir de 7 ans.

Animé par Cyril Halluin
lundi : 17 h-19 h A
mardi : 17 h-18 h A / 18 h-19 h B

Animé par Paul Melnotte
mercredi : 10 h-13 h A / 14 h 30-19 h B

FLÛTE TRAVERSIÈRE

À partir de 7 ans.

Professeur·e en cours de recrutement
jeudi : 17 h-18 h A / 18 h–19 h B

GUITARE CLASSIQUE

À partir de 8 ans.

Animé par Philippe Djergaïan
mercredi : 12 h-15 h A / 15 h-18 h B

Animé par Camille Albold
mardi : 17 h-18 h A / 18 h-19 h B
mardi : 17 h-18 h A

Animé par Hugo Sacchetti
lundi : 17 h-18 h B
mardi : 17 h-18 h A

GUITARE ÉLECTRIQUE

À partir de 8 ans.

Animé par Camille Albold
mercredi : 15 h-16 h A / 16 h-17 h 30 B

Animé par Mathias Desmier
samedi : 11 h-12 h B

PIANO

À partir de 7 ans.

Animé par Nathalie Bougy-Jacob
mardi : 17 h-18 h B / 18 h-19 h A
vendredi : 17 h-19 h B

Animé par Catherine Bros
mardi : 17 h-19 B
mercredi : 10 h-13 h A / 17 h-19 h B

Animé par Ionel Streba
mardi : 17 h-18 h A /18 h-19 h B
vendredi : 17 h-18 h A
samedi : 14 h-17 h B

SAXOPHONE

À partir de 8 ans.

Animé par Juliette Marçais
mercredi : 10 h-11 h A / 11 h-12 h B

VIOLON

À partir de 8 ans.

Professeur·e en cours de recrutement
mercredi : 10 h-12 h A / 13 h-15 h B

VIOLONCELLE

À partir de 6 ans.

Animé par Angèle Andrieux-Gallet
mercredi : 10 h-12 h A / 12 h-14 h B

ENSEMBLES

ATELIER RAP*

12-15 ans. Improvisation, écriture de textes et histoire du Hip-Hop. Accompagné·es d'un MC aguerri, découvrez vôtre FLOW et déployez vos meilleures rimes lors de cet atelier hebdomadaire.

Animé par Nicky Lars
mercredi : 18 h-19 h 30 (12-15 ans)

BEATMAKING*

À partir de 15 ans. Diggez les meilleurs samples , posez les meilleurs drums et créez vos propres beats ! Accompagné·es par un beatmakeur professionnel, cet atelier mensuel vous apportera la confiance et les clés pour composer par vous-même en toute liberté sur le logiciel Maschine, avec des pads et des claviers.

Animé par Nicky Lars
mercredi : 19 h 30-21 h
En partenariat avec Native Instruments.

CHORALE ENFANT*

À partir de 7 ans. Nouvelle saison pour la « Kids Choir » de la maison pop ! A partir de jeux rythmiques et mélodiques, les enfants seront amenés à tester la respiration et la posture pour libérer leur voix. Des exercices tout en polyphonie à partir d'un répertoire varié, de la chanson française aux musiques du monde en passant par la pop !

Animé par Lydia Lawson
mardi : 17 h 30-19 h
Ouvert aux enfants dès 7 ans inscrit·es en parcours B comme aux petit·es choristes de tous horizons curieux·ses du jeu (d'enfant) vocal collectif made in Maison pop !

ENSEMBLE MUSICAL JUNIOR*

À partir de 8 ans. L'ensemble musical junior est une marmite à sons où tous les instrumentistes sont les bienvenus.
Du violon à la guitare électrique, du piano au saxo en passant par la batterie et les percussions, cette marmite bouillonnante propose de travailler ensemble des répertoires de divers styles musicaux, de jouer des morceaux en concert, faire du bruit, improviser et murmurer des mélodies…
Il est aussi possible d'y composer tout seul ou à plusieurs, en complément au répertoire proposé.

Animé par Jon Lopez de Vicuna
jeudi : 17 h-18 h (8-11 ans) / 18 h-19 h (11 ans et +)

GROUPE ROCK EXPÉRIENCE*

Ensemble dirigé ouvert aux ados inscrit·e·s dans les parcours B ou C comme aux jeunes musicien·ne·s de tous horizons curieux·ses du jeu musical collectif made in Maison pop !

À partir de 13 ans. Cet atelier vous propose d'intégrer votre tout premier groupe rock dans un cadre atypique. Loin du garage obscur, les répétitions s'effectuent en condition scénique, dans la salle de spectacle de la Maison pop. Un travail sur des morceaux issus des répertoires pop-rock met l'accent sur les notions musicales imposées par le jeu en groupe telles que l'écoute, le choix des sonorités et des arrangements, l'interprétation et la mise en place rythmique. Objectif final ? Monter un set et expérimenter les joies du live.

Animé par Camille Albold
mercredi : 17 h 30-19 h B

ENSEMBLE RYTHMES ET PULSATIONS*

À partir de 8 ans. Cet atelier est plutôt destiné aux élèves de batterie possédant une base de solfège. La pulsation est le socle sur laquelle la musique actuelle se construit. C'est par cette prise de conscience que les enfants aborderont les différents paramètres de la musique. Au programme : découverte des rythmes de base de différents styles et cultures musicales, développement du sens du rythme par la pratique corporelle, des jeux vocaux et d'écoutes, apprentissages pour mieux déchiffrer le rythme sur une partition. L'idée est de pouvoir écrire des partitions et pas uniquement pour la batterie. Il s'agit d'améliorer la pratique en groupe, apprendre à être en place, à l'aise et toujours à l'écoute les uns les autres.

Animé par Paul Melnotte
jeudi : 17 h-18 h (8-11 ans) / 18 h-19 h (11 ans et+)

CIRQUE & THÉÂTRE

ARTS DU CIRQUE

À partir de 4 ans. Une activité complète où sont réunies la dextérité physique et l'expression artistique. Initiation aux arts du cirque à travers le travail de l'acrobatie, de l'équilibre (sur fil de fer, boule, rouleaux excentriques, monocycle), la pratique du trapèze fixe, du tissu aérien, du jonglage et le travail du clown.

Animé par Sara Paoné, Grace Bréchemier, Bruno Joye
mercredi : 12 h-12 h 45 (4-6 ans) (initiation) / 12 h 45-13 h 30 (4-6 ans) (initiation)
mercredi : 14 h–15 h 30 (7-8 ans) B / 15 h 30-17 h (9 ans et +)
mercredi : 17 h-18 h 30 (10 ans et +) C (création)

Animé par Grace Bréchemier et Hugues Ndongo
vendredi : 17 h 18 h 30 (6-8 ans) A

THÉÂTRE

À partir de 8 ans. Cet atelier vise à sensibiliser les jeunes à la pratique théâtrale et plus encore de s'exprimer à travers un art où la parole, le corps, les émotions constituent l'axe essentiel. La mise en valeur de leur personnalité à travers des personnages en situation de jeu contribue à leur donner un moyen de s'affirmer avec leurs propres caractéristiques. Grâce au jeu, l'activité théâtre permet de dédramatiser un grand nombre de difficultés liées aux inhibitions que connaissent bien des jeunes. Aussi les techniques enseignées à partir d'exercices ludiques, de textes adaptées et étudiées en fonction du potentiel de chacun quel que soit le niveau. Le but étant moins d'atteindre des performances théâtrales que d'aider les jeunes à appréhender des situations où ils sont exposés et à leur permettre d'acquérir davantage de confiance en eux.

Animé par Emmanuel Ballet-Georges
mercredi : 13 h-14 h 30 (8-10 ans)
14 h 30-16 h (10-12 ans) / 16 h-17 h 30 (12-14 ans)

*Ensemble dirigés correspondent aux ateliers d'ensembles musicaux, vocaux.

THÉÂTRE D'OBJET ET MARIONNETTES

4-10 ans. Cet atelier fait appel aux émotions et à leur émergence, tout en explorant la représentation du monde environnant pour donner forme à son imaginaire. Constructions plastiques, créations d'images, manipulations d'objets et théâtre d'ombres composent les différentes étapes pour s'initier au théâtre et traverser les arts de la marionnette. Tantôt constructeur, tantôt interprète, l'enfant fabrique et joue les personnages inventés, les émotions traversées. Un atelier qui déploie les imaginaires.

Animé par Gwenn Cariou
mercredi : 10 h-11 h (4-6 ans)
mercredi : 11 h-12 h 30 (7-10 ans)

DANSE

DANSE CLASSIQUE

6-8 ans. Basé sur le plaisir de danser ensemble, cet atelier s'oriente vers l'esthétique de la danse classique. Dans un univers ludique et poétique, l'enfant précise la confiance et la gestion de son corps, son orientation dans l'espace, son rapport à la musique afin de développer son autonomie dans le mouvement dansé. Un espace d'improvisation pour affiner sa danse, enrichie de nouvelles coordinations et de nouveaux acquis techniques.
À partir de 7 ans. Un atelier de danse classique qui s'adresse aux débutant·e·s, filles et garçons, pour découvrir le plaisir que procure cette danse bien vivante ! Apprentissage des pas de base, danses de groupe, prise d'espace, écoute musicale… Expérimentation des différents états du corps, nécessaire pour varier les dynamiques du mouvement, par la manipulations d'objets. En s'appuyant sur ces sensations, l'enfant pourra développer technique et coordination, essentielles pour s'ériger, tourner, sauter… danser !

Animé par Camille Cauwet
jeudi : 17 h-18 h A (6-8 ans) / 18 h-19 h B (7 ans et +)

DANSE FLAMENCO

À partir de 7 ans. Cet atelier propose un travail des percussions corporelles, qui sont à la fois ludiques et essentielles pour intégrer le compás, schéma rythmique des différents styles de la danse flamenco. Les enfants trouveront ainsi, chacun à leur manière, ce qu'ils ont envie d'exprimer sur la musique et par la danse.

Animé par Sophia Alilat
mardi : 17 h-18 h A (7 ans et +)/ 18 h-19 h B (8 ans et +)

DANSE HIP-HOP

À partir de 6 ans. Initiation à la *Street Dance*. La pédagogie appliquée a pour fondement la personnalité, la canalisation de l'énergie ainsi que la confiance en soi. Cette approche de la *Street Dance* permet à l'enfant d'utiliser son potentiel technique, physique et surtout son imaginaire créatif.

Animé par Ludovic Libanus
lundi : 17 h 30-18 h 30 (9-12 ans)
mardi : 17 h-18 h (6-8 ans)
mardi : 18 h-19 h (13 ans et +)
Une paire de baskets dédiée à l'activité est obligatoire.

PARENTS & ENFANTS

DANSE EN FAMILLE

Enfants 4-7 ans : Envie de partager un moment de danse récréative et poétique avec vos enfants ou petits-enfants ? Danser avec son enfant est une invitation au partage, à la complicité, au jeu, au plaisir. C'est un moment pour « être là », présent·e dans la relation, pour s'inspirer, pour co-créer, pour inventer et trouver un chemin ensemble.

Animé par Karem Ortiz
jeudi : 17 h-18 h
Atelier mensuel (10 séances/an)
Dates : 13 octobre, 10 novembre et 8 décembre 2022 et 12 janvier, 9 février, 9 mars, 6 avril, 11 mai, 1er et 15 juin 2023

BABY GYM

PARENTS/ENFANTS

Enfants 3-5 ans. Cette nouvelle activité dédiée aux petit·es de 3 à 5 ans et à leurs parents ou grands-parents, donne l'occasion de s'épanouir et d'acquérir une aisance corporelle, tout en s'amusant, via des exercices divertissants qui stimulent et sollicitent l'imagination. Des séances de plaisir idéales pour développer la coordination, l'équilibre, la motricité.

Animé par Hanane Bererhi
samedi : 14 h 30-15 h 15

YOGA

PARENTS/ENFANTS

4-10 ans. Inspiré des enseignements du Hatha yoga, cet atelier familial permet d'acquérir, par le jeu, les bases du yoga que sont la coordination, la mémorisation, l'apprentissage de la posture correcte et l'initiation à la méditation.

Animé par Diana Perez Almazan
jeudi : 17h-18 h (4-10 ans)
Atelier mensuel (10 séances/an)
Dates : 20 octobre, 17 novembre et 15 décembre 2022 et 19 janvier, 16 février, 16 mars, 13 avril, 25 mai, 8 et 22 juin 2023.

DANSE MODERN'JAZZ

À partir de 6 ans. Sur des musiques actuelles, la danse modern'jazz permet d'acquérir à la fois isolation, coordination, appréhension du rythme, déplacement dans l'espace. L'improvisation, associée à des exercices techniques, amène les danseurs à une création chorégraphique à la fin de chaque cours. Chacun évolue à son rythme, découvrant ainsi les plaisirs de l'expression corporelle.

Animé par Camille Cauwet
mercredi : 13 h 30-14 h 30 (6-8 ans) / initiation
mercredi : 14 h 30-16 h (8-10 ans)
16 h-17 h 30 (11 ans et +)
Une tenue près du corps est obligatoire (justaucorps et collants sans pieds).

CORPOREL ET SPORTIF

AÏKIDO

À partir de 7 ans. Technique issue des arts martiaux tels que le karaté, le judo, le jujitsu et l'art des Samouraïs. Apprentissage des techniques à mains nues et au bâton, savoir utiliser la force de son adversaire. L'aïkido, bien plus qu'une activité sportive, développe la souplesse, l'harmonie du corps et de l'esprit, l'équilibre. Il apprend à se situer dans l'espace et dans le temps.

Animé par Bruno Gonzales
mardi : 17 h-18 h

BABY GYM

3-6 ans. Cette activité permet aux enfants de s'épanouir et d'acquérir une aisance corporelle tout en s'amusant, via de petits exercices ludiques qui stimulent et sollicitent leur imagination. Des séances de plaisir idéales pour développer leur coordination et leur sens de l'équilibre. Apprendre à ramper, rouler, grimper et sauter en toute sécurité pour favoriser le développement harmonieux de leur motricité.

Animé par Hanane Bererhi
samedi : 15 h 15-16 h (3-5 ans) /
16 h 15-17 h (4-6 ans)

CAPŒIRA

À partir de 6 ans. À la fois une lutte et une forme de danse originaire du Brésil (*cf.* p 22).

Animé par Dieneba Traoré
samedi : 14 h-15 h A / 15 h-16 h B
16 h-17 h C (2 années de pratique)
Tee-shirt et pantalon blanc sans coutures sont demandés pour participer à l'activité.

ÉVEIL CORPOREL ET MUSICAL

4-6 ans. Une approche ludique des fondamentaux communs à la danse et la musique: la pulsation,les contrastes lent/vite, doux/fort, lourd/léger ou petit/grand.Une découverte de ses possibilités corporelles par l'exploration et l'utilisation d'accessoires pour stimuler l'imaginaire.

Animé par Alice Minck
mercredi : 10 h-11 h / 11 h-12 h / 12 h-13 h / 13 h-14 h
Une tenue près du corps couvrant les jambes est demandée (prévoir une gourde d'eau).

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE ET SPORTIVE (GRS)

6-11 ans. Activité où les rubans, les cerceaux, les ballons dessinent dans l'espace de fantastiques tableaux vivants. Elle développe tant l'agilité, la maîtrise de soi que la souplesse et l'harmonie. Elle se situe à la croisée des différents courants et influences : danse moderne, expression corporelle, gymnastique rythmique.

Animé par Gwladys Jan-Muger
mercredi : 10 h-11 h (6-8 ans) / 11 h-12 h (9-11 ans)

JUDO

À partir de 4 ans. Le plus célèbre des sports de combat à mains nues, le judo apparaît aux jeux olympiques de Tokyo en 1964 et constitue une discipline olympique régulière depuis 1972. Il doit à son origine japonaise son rituel et son vocabulaire.

Animé par Mesmin Hounza
mercredi : 13 h 30-15 h (4-5 ans)
15 h-16 h 30 (6-8 ans) / 16 h 30-18 h (8 ans et +)

KUNG-FU

À partir de 6 ans. Le kung-fu est art martial ancestral chinois. Il se base sur des principes de maîtrise technique, de souplesse et de rapidité.
La philosophie tient un rôle important dans son enseignement. Les valeurs principales sont le respect de l'autre, la solidarité et le contrôle de soi.
L'apprentissage proposé se veut traditionnel tout en ayant pour but de capter l'attention du jeune public actuel.

Animé par Philippe Lo Presti
mardi : 17 h-18 h (6-9 ans) / 18 h-19 h (10 ans et +)
Pour pratiquer le kung-fu, les débutant·es sont en tee-shirt blanc, pantalon noir et pieds nus.

ARTS PLASTIQUES & ARTS VISUELS

Sont prévus dans ces ateliers, la visite des expositions du centre d'art avec une médiatrice culturelle, qui fera découvrir à votre enfant l'art contemporain de façon ludique. Chaque visite guidée sera suivie d'un atelier d'arts plastiques, en lien avec la thématique développée dans l'exposition.

Les participant·es à ces ateliers pourront présenter leurs réalisations dans le cadre des expositions « Fêtes salon » qui se tiendront durant l'année dans l'espace salon de la Maison populaire.

BANDE DESSINÉE (BD)

À partir de 9 ans (quel que soit le niveau en dessin). La BD, c'est facile à condition d'avoir les clés de sa fabrication. Le professeur guidera pas à pas votre enfant et lui apprendra à harmoniser les plans, les dialogues et les scènes en fonction du scénario. Il lui enseignera également une méthode pour utiliser la lumière et les contrastes en s'inspirant des photos et du cinéma en noir et blanc par exemple. Cette aventure sera conduite tout au long de l'année de façon agréable et ludique, pour aboutir à la publication d'un recueil, afin de partager cette passion avec le plus grand nombre.

Animé par Bertrand Thiéry (dit Babet)
mercredi : 14 h-16 h / 16 h-18 h
samedi : 14 h-16 h
Se munir de son propre matériel. Une liste de fourniture vous sera communiquée par le professeur lors du premier cours.

ÉVEIL AUX ARTS PLASTIQUES

À partir de 4 ans. Bienvenue dans le monde des premières expériences plastiques. Dans le groupe des petit·es, on colle, on peint, on patouille… on s'amuse et on repart avec de « l'art » qu'on a fait tout·e seul·e ! Cet atelier, réservé aux enfants âgé·es de 4 à 5 ans, est enseigné par une professeure qui guidera votre enfant pas à pas dans l'univers fantastique des arts plastiques (dessin, peinture, collage, modelage, etc.).

Animé par Manuelle Bauduin
samedi : 10 h-11 h (4-5 ans)
Se munir de son propre matériel. Une liste de fourniture vous sera communiquée par la professeure lors du premier cours. Prévoir une blouse et un carnet de croquis pour l'année.

DESSIN ET PEINTURE

6-7 ans (de tous niveaux). Cet atelier permettra aux enfants de donner libre cours à leur imagination, tout en apprenant les bases des techniques du dessin et de la peinture, et de s'exprimer plastiquement à travers de multiples techniques (collage, aquarelle, encre, fusain, etc.). Telle est la nature de cet atelier dynamique.

8-10 ans (de tous niveaux). Cet atelier a pour but d'apprendre et/ou d'approfondir les techniques liées à l'expression plastique. Cet atelier apporte toujours les bases, mais permet aux enfants de se perfectionner.

À partir de 11 ans (de tous niveaux). Cet atelier rassemble toutes les techniques des ateliers précédents, en essayant d'aborder la peinture à l'huile en fin d'année.

Animé par Manuelle Bauduin
mercredi : 14 h-15 h 30 (6-7 ans) / 15 h 30-17 h (8-10 ans) / 17 h-18 h 30 (11 ans et +)
Se munir de son propre matériel. Une liste de fourniture vous sera communiquée par la professeure lors du premier cours. Prévoir une blouse et un carnet de croquis pour l'année.

6-10 ans (de tous niveaux). Ces ateliers permettront aux enfants de donner libre cours à leur imagination dans une approche joyeuse et ludique. À travers les techniques du dessin et de la peinture, ainsi que l'utilisation de multiples techniques et matériaux, les enfants exploreront les arts plastiques, affineront leur geste et développeront leur potentiel d'expression plastique.

Animé par Manuelle Bauduin
samedi : 11 h-12 h 30 (6-7 ans)
14 h-15 h 30 (7-8 ans) / 15 h 30-17 h (8-10 ans)
Se munir de son propre matériel. Une liste de fourniture vous sera communiquée par la professeure lors du premier cours. Prévoir une blouse et un carnet de croquis pour l'année.

MODELAGE ET CÉRAMIQUE

À partir de 5 ans (de tous niveaux). Dans chacun des ateliers, la professeure guidera chaque enfant dans son apprentissage ou son perfectionnement des techniques de modelage de l'argile. Selon son âge, chacun·e apprendra à exprimer et développer son sens créatif, en réalisant des objets de son univers familier et de son imaginaire.

Animé par Cristina Firla
mercredi : 14 h-15 h 30 (6-7 ans)
16 h-17 h 30 (7 ans et +)

Cours d'initiation modelage et céramique
animé par Sonia Cointepas
mercredi : 10 h-11 h / 11 h 30-12 h 30 (5-12 ans)
samedi : 10 h-11 h (5-12 ans)
Se munir de son propre matériel. Une liste de fourniture vous sera communiquée par la professeure lors du premier cours. Prévoir une blouse pour l'année.

POP [LAB]

BIDOUILLE NUMÉRIQUE

8-12 ans. Venez découvrir l'électronique dans un environnement où la créativité et l'expérimentation sont les maîtres mots. À partir de composants simples (Leds, potentiomètres, boutons, capteurs…) et autour de projets concrets partagés par les internautes, venez créer, imaginer, détourner et apporter votre touche personnelle au Pop [lab].

Animé par Vincent Roudaut
mercredi : 14 h-16 h
jeudi : 17 h-19 h

CINÉMA D'ANIMATION

9-13 ans. L'atelier permet de découvrir l'ensemble des techniques du cinéma d'animation (dessin animé, 3D volume, papier découpé…) avec notamment des visionnages d'extraits de films et des courts-métrages d'animation.

Le groupe construira ensuite, tout au long de l'année un projet collectif de film d'animation de l'écriture du storyboard à la prise de vue « image par image », avec création des décors et des personnages, création de bande son, etc.

Le film sera projeté lors d'une séance de projection publique sur grand écran en fin d'année.

Animé par Rodolphe Cobetto-Caravanes
mercredi : 14 h-15 h 30 / 16 h-17 h 30

ROBOTIQUE & 3D

12-15 ans. Venez découvrir la modélisation 3D à travers des logiciels libres (MagicaVoxel, Blender 3D…) et apprendre à utiliser les imprimantes 3D du Pop [lab] pour imprimer vos créations.

Vous pourrez également découvrir les secrets des mondes virtuels bac-à-sable dans lesquels vous pourrez importer les projets que vous aurez modélisés. Au cours de l'année, des petits ateliers autour de l'électronique seront organisés permettant à ceux qui le souhaitent de combiner 3D & électronique pour créer des petits robots !

Animé par Vincent Roudaut
mercredi : 16 h-18 h

TRUCAGES & EFFETS SPÉCIAUX

10 ans et +. Venez découvrir différentes techniques de montage et d'effets spéciaux (incrustation sur fond vert, ajouts d'éléments visuels, etc.) pour créer des vidéos avec des effets visuels impressionnants (Final Cut Pro). Vous pourrez ensuite projeter vos vidéos à travers un logiciel de mapping (MadMapper) pour créer des effets de projection spectaculaires.

Tout au long de l'année, vous réaliserez de nombreuses vidéos. Les meilleures seront sélectionnées pour une séance de projection publique sur grand écran en fin de saison.

Animé par Benjamin Petiet
mercredi : 14 h-16 h (10-12 ans)
mercredi : 16 h-18 h (12-15 ans)

LANGUES VIVANTES & ÉCRITURE

ÉVEIL A L'ANGLAIS

7-10 ans. (CE1-CM2). Cet atelier vise à familiariser les enfants avec l'anglais tout en s'amusant.

Il s'agira avant tout d'apprendre à de jeunes oreilles francophones à décoder une phonétique très différente de celle du français. En parallèle, des exercices d'élocution et de lecture simple permettront aux enfants d'apprivoiser les phonèmes (les sons), parfois difficiles, propres à la langue anglaise. Une pédagogie intuitive installera graduellement les règles essentielles de la syntaxe et de la grammaire anglaises. Enfin, grâce à des vidéos conçues pour les enfants non-anglophones, ainsi qu'à de petits jeux de construction avec les mots d'un lexique qui s'enrichira au fur et à mesure, les petit·es participant·es s'approprieront peu à peu les bases d'une langue précieuse pour leur avenir.

Animé par Stéphane Surprenant
mardi : 17 h-18 h 30

Animé par Professeur·e en cours de recrutement
mercredi : 11 h-12 h 30 / 13 h 30-15 h

Animé par Stéphane Surprenant
mercredi : 15 h-16 h 30
Pré-requis : Savoir lire et ecrire
La Maison populaire fournit l'ensemble du matériel pédagogique, néanmoins les enfants doivent se munir d'un cahier et du nécéssaire pour écrire.

ANGLAIS ADO

À partir de 11 ans. Ces cours ont pour base des activités ludiques — jeux de rôles, jeux, interprétation de textes écrits — et utilisent les médias adaptés aux jeunes — vidéos, chansons, réseaux sociaux — pour accroître les connaissances culturelles et renforcer les fondamentaux acquis à l'école.

Animé par Stéphane Surprenant
mercredi : 16 h 30-18 h (11-12 ans - niveau 6e/5e)
mercredi : 18 h-19 h 30 (13-14 ans - niveau 4e/3e)
La Maison populaire fournit l'ensemble du matériel pédagogique, néanmoins les enfants doivent se munir d'un cahier et du nécéssaire pour écrire.

informations
PRATIQUES

ACTIVITÉS adultes

ARTS DE LA SCÈNE - MUSIQUE

ATELIERS	JOURS	HORAIRES
Accordéon chromatique	jeudi	17 h 30-19 h / 19 h-21 h B/C
Accordéon diatonique	lundi	17 h-18 h / 18 h-19 h C / 19 h-20 h B
Batterie	lundi	19 h-20 h / 20 h-22 h B/C
	mardi	19 h-21 h B/C / 21 h-22 h A
	mercredi	19 h-20 h B
	jeudi	19 h-21 h B/C
Clarinette	samedi	10 h-11 h A / 11 h-12 h 30 B/C / 12 h 30-13 h
Composition M.A.O	jeudi	19 h-20 h 30 B/C
Flûte traversière	jeudi	19 h-20 h / 20 h-21 h A
Basse électrique	mercredi	18 h-20 h B/C
Guitares (blues, classique et électrique)	lundi	16 h-17 h / 18 h-19 h A / 19 h-20 h 30B/C
	mardi	16 h-17 h / 18 h 30-21 h B/C
	mercredi	18 h-19 h / 19h-21 h B/C
	samedi	10 h-11 h C / 12 h-14 h B
Piano	lundi	16 h-22 h / 17 h-18 h A / 18 h-20 h B/C
	mardi	15 h-17 h / 19 h-20 h A / 19 h-21 h B/C
	mercredi	19 h-21 h B
	jeudi	16 h 30-17 h / 19 h-21 h B/C
	vendredi	16 h-17 h / 18 h-20 h 30 B/C / 19 h-21 h A
	samedi	11 h 30-13 h 30 B/C / 13 h-15 h 30
Saxophone	jeudi	17 h-18 h / 18 h-20 h 30 B/C
Ukulélé	mardi	19 h-20 h A / 20 h-21 h C / 21 h-22 h B
Violon	lundi	18 h-20 h B/C / 20 h-21 h
Violoncelle	samedi	14 h-16 h B/C / 16 h-17 h A
Chant et technique vocale (individuel)	lundi	17 h-18 h 30 / 18 h 30-19 h C
	mardi	17 h-18 h
	mercredi	17 h 30-19 h
	jeudi	17 h 30-20 h
Chant et technique vocale (groupe)	lundi	19 h-20 h 30 B/C
	mardi	19 h-20 h 30 B / 20 h 30-22 h A
	jeudi	20 h 30-22 h 30 B/C
Chants gospel *	lundi	20 h 30-22 h B/C
Chants du monde *	samedi	10 h 30-12 h 30 B/C
Chorale / Pop House Choir *	mardi	20 h-21 h 30 / 21 h 30-23 h
Vocal Jazz *	mercredi	19 h-20 h 30 A/B / 20 h 30-22 h B/C
Batucada *	samedi	10 h-11 h 30 A/B / 11 h 30-13 h B/C
Formation musicale	mardi	19 h-20 h B / 20 h-21 h C
	mercredi	19 h-21 h A
Ensemble musiques actuelles *	samedi	13 h-15 h B/C
Exploration musique d'ensemble *	vendredi	20 h-21 h 30
Groupe Rock *	mercredi	19 h-20 h 30 B/C
Jazz band *Moon Pop* *	mercredi	20 h 30-22 h 30 B/C
Jazz band *Pop'Hot* *	samedi	15 h-17 h B/C
Pop House Band *	jeudi	20 h 30-22 h B/C
Pop Feel'harmony *	jeudi	19 h-20 h 30 B/C

ARTS DE LA SCÈNE - THÉÂTRE & DANSE

ATELIERS	JOURS	HORAIRES
Danse africaine	lundi	20 h 30-22 h
Danse bollywood	mardi	20 h 30-22 h
Danse contemporaine et improvisée	lundi	18 h 30-20 h 30
Danses cubaines	lundi	18 h-19 h
Danse flamenco	mardi	19 h-20 h
Danse en famille / parents-enfants / mensuel	jeudi	17 h-18 h (4-7 ans)
Danse modern'jazz	mercredi	17 h 30-19 h
Danse orientale contemporaine	mardi	19 h-20 h 30
Danse orientale	vendredi	18 h 30-19 h 30 B / 19 h 30-20 h 30 A
Danses de salon *	jeudi	19 h-20 h A / 20 h-21 h B
Danses salsa-cubaines *	samedi	14 h-15 h 30
Danse tango argentin *	mercredi	19 h-20 h A / 20 h-21 h B
Lindy hop *	jeudi	21 h-22 h 30
Waacking dance *	lundi	19 h-20 h 30
Théâtre	lundi	18 h-20 h 30 / 20 h 30-23 h
Théâtre d'improvisation	mercredi	21 h-23 h

ARTS PLASTIQUES & ARTS VISUELS

ATELIERS	JOURS	HORAIRES
Aquarelle	lundi	18 h-20 h
Dessin d'après modèle	mercredi	19 h 30-21 h 30
Dessin et peinture	lundi	20 h-22 h
	mardi	18 h-20 h / 20 h-22 h
Modelage d'après modèle	jeudi	18 h-20 h / 20 h-22 h
Céramique	lundi	20 h-22 h
	mardi	18 h-20 h / 20 h-22 h
Mosaïque	jeudi	10 h-13 h / 14 h-17 h
	samedi	10 h-13 h / 14 h-17 h
Photographie argentique N&B	lundi	18 h-20 h / 20 h-22 h
Photographie numérique	mardi	18 h-20 h
Studio photo	mardi	20 h-22 h

POP [LAB]

ATELIERS	JOURS	HORAIRES
Pop [lab] - Ouverture Public	mercredi	18 h-21 h
	samedi	14 h-17 h
Pop [lab] - Ouverture Membres	du lundi au vendredi	10 h-12 h / 14 h-21 h
	samedi	10 h-17 h
Initiation à la fabrication numérique	mardi	19 h-21 h (5 séances par trimestre)
Lutherie numérique	jeudi	19 h-21 h
Formations machines Fraiseuse numérique, Découpeuses laser et vinyle, Flocage numérique, Imprimantes 3D.		sur rendez-vous sur poplab.maisonpop.fr

CORPOREL & SPORTIF

ATELIERS	JOURS	HORAIRES
Aïkido	mercredi	20 h-21 h 30
Capœira	lundi	20 h 30-22 h
Cardio zumba	mercredi	20 h 30-21 h 30
Circuit Cardio Minceur	vendredi	19 h 30-20 h 30
Fitness	vendredi	18 h 30-19 h 30
Gym'+	jeudi	17 h 30-18 h 30
	vendredi	11 h 30-12 h 30
Gym'étirements	jeudi	18 h 30-19 h 30
Gym'senior	mercredi	9 h 30-10 h 30 / 10 h 30-11 h 30
Gym'tonique	jeudi	19 h 30-20 h 30
Gym suédoise	samedi	10 h 30-11 h 30 / 11 h 30-12 h 30
Gymnastique d'assouplissement	vendredi	13 h 30-15 h
Gymnastique d'entretien	vendredi	12 h 30-13 h 30
Gymnastique musicale	mercredi	18 h 30-19 h 30
Hatha yoga	lundi	14 h 30-16 h / 16 h-17 h 30 / 17 h 30-19 h
	-	19 h-20 h 30 / 20 h 30-22 h
Kundalini yoga	mardi	20 h 30-22 h
	mercredi	18 h 30-20 h
Massage shiatsu	mardi	18 h 30-20 h 30
Pilates	samedi	12 h-13 h / 13 h-14 h
Qi Gong	lundi	16 h-17 h 30
Sophrologie et méditation	jeudi	20 h 30-21 h 45
Stretching actif	mercredi	19 h 30-20 h 30
Tai Chi Ch'uan	mardi	19 h-20 h 30 A / 20 h 30-22 h B
Vinyasa yoga	jeudi	18 h-19 h 30 / 19 h 30-21 h
	vendredi	18 h-19 h 30 / 19 h 30-21 h
Yoga /parents-enfants /atelier mensuel	jeudi	17 h-18 h

LANGUES VIVANTES & ÉCRITURE

ATELIERS	JOURS	HORAIRES
Anglais	mardi	18 h 30-20 h C / 20 h-21 h 30 B
	jeudi	17 h 30-19 h A / 19 h-20 h 30 C
Arabe	mercredi	18 h 30-20 h C
	jeudi	18 h 30-20 h A / 20 h-21 h 30 B
Atelier d'écriture	jeudi	18 h-20 h
Espagnol	lundi	18 h-19 h 30 A / 19 h 30-21 h B
	mercredi	20 h-21 h 30 C
Japonais	lundi	18 h 30-20 h A / 20 h-21 h 30 B

Inscription aux ensembles instrumentaux uniquement sur place dans la limite des places disponibles.

A : découvrir
B : approfondir
C : explorer et improviser
*: Ensemble dirigé (instrumental, chant ou danse) ouvert aux Parcours musicaux B et C

ACTIVITÉS
adolescent·es & enfants

ARTS DE LA SCÈNE

ATELIERS	JOURS	ÂGES	HORAIRES
Atelier Rap	mercredi	12-15 ans	18 h-19 h 30
Beatmaking	mercredi	15 ans et +	19 h 30-21 h
Groupe Rock Expérience *	mercredi	13 ans et +	17 h 30-19 h B
Initiation M.A.O	jeudi	15 ans et +	17 h 30-19 h A
Batterie	lundi	7 ans et +	17 h-19 h A
	mardi	-	17 h-18 h A / 18 h-19 B
	mercredi	-	10 h-13 h A / 14 h 30-19 h B
Chorale enfant *	mardi	7 ans et +	18 h-19 h
Flûte traversière	jeudi	7 ans et +	17 h-18 h A / 18 h-19 h B
Guitare classique	lundi	7 ans et +	17 h-18 h B
	mardi	-	17 h-18 h A / 18 h-19 h B
	mercredi	-	12 h-15 h A / 15 h-18 h B
Guitare électrique	mercredi	8 ans et +	15 -16 h A / 16 h-17 h 30 B
	samedi	-	11 h-12 h B
Piano	mardi	7 ans et +	17 h-19 h A / 17 h-19 h B
	mercredi	-	10 h-13 h A / 17 h-19 h B
	jeudi	-	17 h-19 h B
	vendredi	-	17 h-18 h A / 17 h-19 h B
	samedi	-	14 h-17 h B
Saxophone	mercredi	8 ans et +	10 h-11 h A / 11 h-12 h B
Violon	mercredi	6 ans et +	10 h-12 h A / 13 h-15 h 30 B
Violoncelle	mercredi	6 ans et +	10 h-12 h A / 12 h-14 h B
Éveil musical	mercredi	4-5 ans	10 h-11 h / 11 h-12 h
	-	5-6 ans	14 h-15 h
	-	6-7 ans	15 h-16 h
Ensemble musical junior *	jeudi	8-11 ans	17 h-18 h
	-	11 ans et +	18 h-19 h
Ensemble Rythmes & Pulsations *	jeudi	8-11 ans	17 h-18 h
	-	11 ans et +	18 h-19 h
Formation musicale	mercredi	6-9 ans	13 h-14 h A-
	-	8-10 ans	16 h 30-17 h 30 A- / 14 h-15 h A+ / 15 h-16 h B-
	-	10 ans et +	17 h 30-18 h 30 A- / 17 h-18 h A+ / 16 h-17 h B- / 18 h-19 h B+
	samedi	6-9 ans	10 h-11 h A- / 11 h-12 A-
Théâtre	mercredi	8-10 ans	13 h-14 h 30
	-	10-12 ans	14 h 30-16 h A
		12-14 ans	16 h-17 h 30 B
Théâtre et marionnettes	mercredi	4-6 ans	10 h-11 h
	-	7-10 ans	11 h-12 h 30

ARTS PLASTIQUES & ARTS VISUELS

ATELIERS	JOURS	ÂGES	HORAIRES
Bande dessinée	mercredi	9 ans et +	14 h-16 h / 16 h-18 h
	samedi	-	14 h-16 h
Dessin et peinture	mercredi	6-7 ans	14 h-15 h 30
	-	8-10 ans	15 h 30-17 h
	-	11 ans et +	17 h-18 h 30
	samedi	6-7 ans	11 h-12 h 30
	-	7-8 ans	14 h-15 h 30
	-	8-10 ans	15 h 30-17 h
Éveil aux arts plastiques	samedi	4-5 ans	10 h-11 h
Initiation modelage et céramique	mercredi	5-12 ans	10 h-11 h / 11 h 30-12 h 30
	samedi	5-12 ans	10 h-11 h
Modelage et céramique	mercredi	6-7 ans	14 h-15 h 30
	-	7 ans et +	16 h-17 h 30

POP [LAB]

ATELIERS	JOURS	ÂGES	HORAIRES
Bidouille numérique	mercredi	8-12 ans	14 h-16 h
	jeudi	8-12 ans	17 h-19 h
Cinéma d'animation	mercredi	9-13 ans	14 h-15 h 30 / 16 h-17 h 30
Robotique et 3D	mercredi	12-15 ans	16 h-18 h
Trucages & Effets Spéciaux	mercredi	10-12 ans	14 h-16 h
	-	12-15 ans	16 h-18 h

LANGUES VIVANTES

ATELIERS	JOURS	ÂGES	HORAIRES
Éveil à l'anglais	mardi	7-10 ans	17 h-18 h 30
	mercredi	-	11 h-12 h 30 / 13 h 30-15 h / 15 h-16 h 30
Anglais	mercredi	11-12 ans	16 h 30-18 h
	-	13-14 ans	18 h-19 h 30

HORAIRES

CORPOREL ET SPORTIF

ATELIERS	JOURS	ÂGES	HORAIRES
Aïkido	mardi	7-13 ans	17 h-18 h
Arts du cirque /initiation	mercredi	4-6 ans	12 h-12 h 45 / 12 h 45-13 h 30
Arts du cirque	mercredi	7-9 ans	14 h-15 h 30 B
	-	9 ans et +	15 h 30-17 h
	-	10 ans et +	17 h-18 h 30 C
	vendredi	6-8 ans	17 h-18 h 30 A
Baby gym /parents-enfants	samedi	3-5 ans	14 h 30-15 h 15
Baby gym	samedi	3-5 ans	15 h 15-16 h
	-	4-6 ans	16 h 15-17 h
Capœira	samedi	6 ans et +	14 h-15 h A / 15 h-16 h B
	-	-	16 h-17 h C
Danse classique	jeudi	6-8 ans	17 h-18 h A
	-	7 ans et +	18 h-19 h B
Danse en famille parents-enfants / mensuel	jeudi	4-7 ans	17 h-18 h
Danse flamenco	mardi	7 ans et +	17 h-18 h A
	-	8 ans et +	18 h-19 h B
Danse hip-hop	lundi	9-12 ans	17 h 30-18 h 30
	mardi	6-8 ans	17 h-18 h
	mardi	13 ans et +	18 h-19 h
Danse modern'jazz /initiation	mercredi	6-8 ans	13 h 30-14 h 30
Danse modern'jazz	mercredi	8-10 ans	14 h 30-16 h
	-	11 ans et +	16 h-17 h 30
Éveil corporel et musical	mercredi	4-6 ans	10 h-11 h / 11 h-12 h / 12 h-13 h
GRS	mercredi	6-8 ans	10 h-11 h
	-	9-11 ans	11 h-12 h
Judo	mercredi	4-5 ans	13 h 30-15 h
	-	6-8 ans	15 h-16 h 30
	-	8 ans et +	16 h 30-18 h
Kung-fu	mardi	6-9 ans	17 h-18 h
	-	10-13 ans	18 h-19 h
Yoga /parents-enfants / mensuel	jeudi	4-10 ans	17 h-18 h

Inscription aux ensembles instrumentaux uniquement sur place dans la limite des places disponibles.

A: découvrir
B: approfondir
C: explorer et improviser
*: ensemble dirigé ouvert aux parcours intermédiaires et avancés

INSCRIPTIONS 2022–2023

Toutes les activités adultes sont accessibles à partir de 13 ans. Pour les plus jeunes, se reporter au secteur enfants.

DATES ET HORAIRES DES INSCRIPTIONS

Priorité d'inscription aux ancien·nes adhérent·es
le samedi 11 juin de 10 h à 17 h
sur place et en ligne dès 10 h
et du lundi 13 au vendredi 17 juin de 14 h à 20 h

Inscriptions ouvertes à tou·te·s
le samedi 18 juin 2022 de 10 h à 17 h
sur place et en ligne dès 10 h
du lundi 20 juin au vendredi 24 juin de 14 h à 20 h
du lundi 27 juin au vendredi 8 juillet de 10 h à 17 h
Fermé le dimanche

Reprise des inscriptions
À partir du lundi 5 septembre 2022
du lundi au vendredi de 14 h à 20 h
Et à partir du 19 septembre
du lundi au vendredi de 14 h à 20 h
le samedi de 10 h à 17 h
Fermé le dimanche et jours fériés

DÉBUT DES ACTIVITÉS

Lundi 19 septembre 2022
30 semaines de fonctionnement réel

Les activités qui n'ont pu avoir lieu en raison des jours fériés seront rattrapées aux dates suivantes :

Armistice 1918
vendredi 11 novembre 2022 → vendredi 16 juin 2023

Pâques
lundi 10 avril 2023 → lundi 26 juin 2023

Ascension
jeudi 18 mai 2023 → jeudi 15 juin 2023
vendredi 19 mai 2023 → vendredi 23 juin 2023
samedi 20 mai 2023 → samedi 17 juin 2023

Pentecôte
lundi 29 mai 2023 → lundi 3 juillet 2023

VACANCES SCOLAIRES

La Maison populaire sera fermée aux dates suivantes :

Toussaint : du dimanche 23 octobre
au dimanche 6 novembre 2022

Noël : du dimanche 18 décembre 2022
au lundi 2 janvier 2023

Hiver : du dimanche 19 février
au dimanche 5 mars 2023

Printemps : du dimanche 23 avril
au lundi 8 mai 2023

FIN DES ACTIVITÉS JUIN 2023

du lundi, le 3 juillet 2023
du mardi, le 6 juin 2023
du mercredi, le 7 juin 2023
du jeudi, le 15 juin 2023
du vendredi, le 23 juin 2023
du samedi, le 17 juin 2023

CONDITIONS D'INSCRIPTION

Modes de paiement sur place
Par chèque (possibilité de régler en 3 fois), CB ou espèces.
Chèques Vacances, Passeport loisirs : renseignez-vous auprès de votre Comité d'entreprise pour les Chèques Vacances, le COS, ou auprès de votre Caisse d'allocations familiales pour le Passeport loisirs.
L'inscription et le paiement en ligne par CB est réservé aux adhérent·es de la saison précédente dès le samedi 11 juin à partir de 10 h à l'aide de l'identifiant et du mot de passe personnel.
L'inscription et le paiement en ligne pour tou·te·s est possible dès le samedi 18 juin 2022.
Par correspondance, pour une première inscription ou un renouvellement antérieur à la saison passée, veuillez utiliser le formulaire d'inscription ci-joint, accompagné de votre chèque à l'ordre de la « Maison populaire » et des documents demandés.

Tarifs préférentiels
Tout tarif préférentiel est soumis à la présentation d'un justificatif en cours de validité lors de l'inscription sur place et lors du retrait de la carte d'adhésion pour les adhérent·es ayant effectué leur inscription en ligne.
Tarif montreuillois ou travaillant à Montreuil : se munir d'une photocopie de justificatif de domicile ou d'un bulletin de paye de moins de 3 mois.
Tarif réduit : se munir d'une photocopie du dernier avis d'imposition (revenus inférieurs à 786 euros par mois pour une personne seule ou à 1 574 euros par mois pour une famille ; personnes âgées bénéficiant de l'allocation de solidarité) ou d'une attestation de paiement de la CAF faisant apparaître le montant de l'AAH ou du RSA payé ou d'une attestation de paiement des minima sociaux (ASPA) en cours de validité.

Autorisation parentale
Signée des parents ou tuteurs pour les mineurs.

Certificat médical
Obligatoire pour les activités danses et corporelles & sportives, précisant l'activité pratiquée.

Inscription aux ensembles instrumentaux
Uniquement sur place dans la limite des places disponibles.

BULLETIN

BULLETIN D'ADHÉSION ET D'INSCRIPTION PAR CORRESPONDANCE*

À remplir en majuscule et à retourner à la
Maison populaire, 9 *bis*, rue Dombasle, 93100 Montreuil

Les champs précédés d'une astérisque sont obligatoires.

* Étiez-vous adhérent(e) la saison dernière ?			oui		non
* Travaillez-vous à Montreuil ?			oui		non
* Nom		* Prénom			
* Date de Naissance		* Sexe : M		F	
* Adresse					
* Code postal		* Ville			
* Tél. domicile		* Tél. mobile			
* Mail.					

* Catégorie socio-professionnelle, entourer votre réponse : Agriculteurs – Artisans, commerçants, chefs d'entreprise – Cadres et professions intellectuelles supérieures – Professions intermédiaires – Employés – Ouvriers – Retraités – Chômeurs – Élèves – Étudiants – Personnes autres sans activité professionnelle

Adhésion annuelle 15 €

Activité 1*			
Jour		**tarif :**	€
Horaire			
Activité 2*			
Jour		**tarif :**	€
Horaire			
Activité 3*			
Jour		**tarif :**	€
Horaire			
		Total :	€

* Au cas où le créneau demandé serait complet, le secrétariat vous contactera dans les plus brefs délais.

Joindre à votre bulletin d'adhésion :

- ☐ un chèque à l'ordre de la Maison populaire : correspondant à l'adhésion et aux activités
- ☐ pour recevoir sa carte d'adhérent à domicile : une enveloppe timbrée
- ☐ pour les enfants : une autorisation parentale
- ☐ pour les activités danses, corporelles & sportives : un certificat médical
- ☐ pour les montreuillois·es : une photocopie d'un justificatif de domicile ou d'un bulletin de paye
- ☐ pour le tarif réduit : une photocopie d'avis d'imposition, d'attestation CAF, AAH ou ASPA

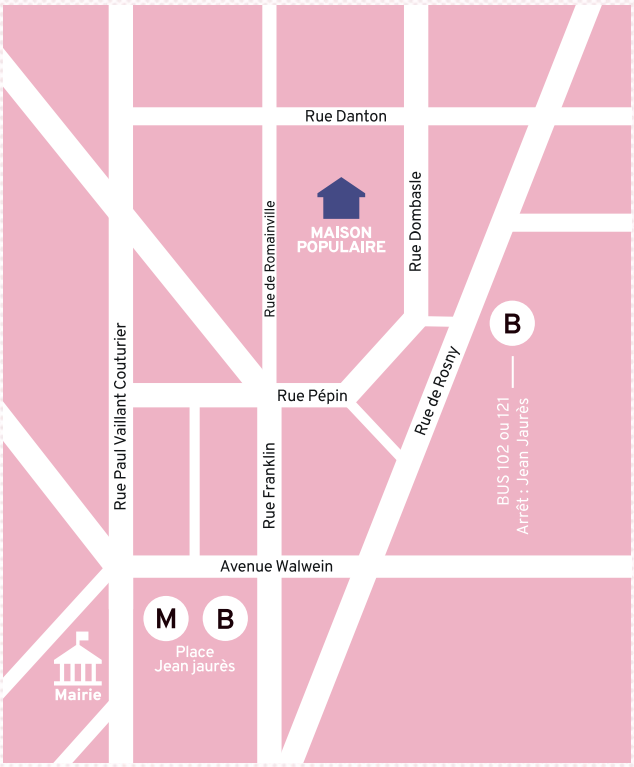
Tout dossier incomplet sera systématiquement retourné.

Conditions d'inscription : Je prends connaissance que l'activité peut être suspendue sur place selon l'évolution de la situation sanitaire liée à la lutte contre le Covid19 et que l'activité pourra être proposée en ligne, en ce cas aucun avoir ou remboursement ne pourra être demandé, sans justificatif. Je prends connaissance que les sommes versées ne peuvent en aucun cas m'être remboursées, sauf annulation de l'activité de la part de la Maison populaire. Toutefois, il me sera possible de transférer mon paiement sur une activité de mon choix, en fonction des places disponibles, je prends connaissance que l'activité peut être annulée fin décembre s'il n'y a pas au moins dix personnes inscrites, en ce cas je serai remboursé·e au prorata des cours restant dûs.

J'accepte de céder mes droits à l'image à la Maison populaire par l'utilisation de photographies, de vidéos, d'éléments sonores – qui seraient pris dans le cadre des activités et des manifestations de celle-ci – pour la promotion de ses actions dans sa brochure, ses programmes et son site :

oui ☐ non ☐ *Signature*

ACCÈS



MAISON POPULAIRE

9*bis*, rue Dombasle
93100 MONTREUIL
01 42 87 08 68
WWW.MAISONPOP.FR

- **M** Ligne n°9 : Mairie-de-Montreuil à 10 minutes à pied
- **BUS** Ligne n°102 ou 121, arrêt LycéeJean-Jaurès
- Parking vélo : 9*bis*, rue Dombasle
- **P** Parking : 48, rue Danton
- Accessible aux personnes à mobilité réduite

TARIFS

	Montreuillois ou travaillant à Montreuil				non Montreuillois			
ADHÉSION	**15 EUROS**							
	1re activité	2e activité	réduit 1re activité	réduit 2e activité	1re activité	2e activité	réduit 1re activité	réduit 2e activité
TARIFS DE BASE / Forfait annuel pour une séance hebdomadaire								
Adultes	**171**	150	138	117	**209**	179	179	149
Moins de 16 ans	**138**	117	-	-	**179**	149	-	-
TARIFS SPÉCIAUX ADULTES / Forfait annuel pour une séance hebdomadaire / pas de réduction pour les moins de 16 ans								
Yoga parents-enfants, Danse en famille (ateliers mensuels)	**93**	72	78	57	**114**	84	96	66
Aquarelle, Atelier d'écriture, Chants du monde, Danse contemporaine et improvisée, Dessin et peinture, Dessin d'après modèle, Gospel, Pop House Choir	**191**	170	160	139	**233**	203	196	166
Photographie argentique N&B, Photographie numérique, Lutherie numérique	**214**	193	180	159	**262**	232	220	190
Cours collectif Ukulélé, Accordéon diatonique, Batucada, Chant et technique vocale, Vocal jazz **Ensembles instrumentaux :** Groupe rock, Jazz band *Moon Pop* et *Pop' Hot*, Pop Feel'Harmony, Ensemble musiques actuelles, Exploration musique d'ensemble, Pop House Band	**263**	242	221	200	**321**	291	270	240
Studio photo	**269**	248	226	205	**328**	298	276	246
Atelier Beatmaking, Composition musicale assistée par ordinateur (M.A.O.), Modelage d'après modèle, Mosaïque, Céramique, Théâtre, Théâtre d'improvisation	**297**	276	249	228	**363**	333	305	275
Pratique musicale individuelle : Instruments de musique, Chant et technique vocale (30 mn).	**531**	510	446	425	**649**	619	545	515
Parcours musical A / Découvrir : Instruments de musique d'une heure à 3 + formation musicale (1 heure).	**473**	452	397	376	**577**	547	485	455
Parcours musical B / Approfondir : Instruments de musique d'une heure à 2 + formation musicale (1 heure) ou Ensemble (instrumental, chant, danse) selon disponibilités **Parcours musical C / Explorer & Improviser :** Instruments de musique ou chant (30 min en individuel) + Ensemble (instrumental, chant, danse) ou formation musicale (1 heure) selon disponibilités.	**594**	573	499	478	**725**	695	609	579
Ateliers d'initiation à la fabrication numérique : 5 ateliers, Forfait Pop[lab] et accompagnement	**171**	150	138	117	**209**	179	179	149
Formation aux machines (1 heure)	**30 euros** par séance							
Forfait Pop [lab], valable de date à date	**80 euros**							
TARIFS SPÉCIAUX ENFANTS & ADOS / Forfait annuel pour une séance hebdomadaire								
Initiation aux Arts du cirque, Baby gym (parents/enfants), Bande dessinée, Dessin et peinture, Éveil aux arts plastiques, Initiation modelage et céramique, Modelage et céramique	**171**	150	-	-	**209**	179	-	-
Atelier Rap, Ensemble musical junior, Chorale enfant, Ensemble Rythmes & Pulsations	**179**	158	-	-	**219**	189	-	-
Bidouille électronique, Cinéma d'animation, Robotique 3D, Trucages et effets spéciaux	**254**	233	-	-	**310**	280	-	-
Arts du cirque	**319**	298	-	-	**390**	360	-	-
Parcours musical A / Découvrir : Instruments de musique d'une heure à 3 + formation musicale (1 heure).	**414**	393	-	-	**506**	476	-	-
Parcours musical B / Approfondir : Instruments de musique d'une heure à 2 + formation musicale (1 heure) ou Ensemble (instrumental ou chant), selon disponibilités.	**531**	510	-	-	**649**	619	-	-

- Dans la limite des places disponibles, vous pouvez pratiquer une fois à l'essai l'activité de votre choix sans prendre la carte d'adhésion, moyennant 5 euros par atelier, 3 euros pour les moins de 16 ans (le ticket ne sera ni remboursé, ni déduit).
- Pour les ateliers qui ont un projet de création ou des stages complémentaires, une participation financière peut être demandée.
- Les Ensembles[1] ouverts aux parcours intermédiaires et avancés sont indiqués par un * dans la grille des horaires

RÈGLEMENT INTÉRIEUR

Ce règlement s'applique à l'ensemble des usagers de la Maison populaire :
• Adhérent(e)s inscrit(e)s aux activités,
• Visiteurs, spectateurs, auditeurs, dans le cadre des manifestations culturelles et autres manifestations exceptionnelles.
• Toute personne liée contractuellement à l'association.

Article 1 : Devenir Adhérent·e
Être adhérent·e suppose de s'être acquitté de son droit d'adhésion, ainsi que le cas échéant du montant de l'activité pratiquée.

Article 2 : Essai et Paiement
• Les tickets d'essai à une activité avant inscription ne seront en aucun cas déduits du prix global de l'activité.
• Le paiement de l'activité se fait au moment de l'inscription. Seul le personnel permanent de l'association peut recevoir et encaisser les frais d'inscription : sont acceptés les paiements en Espèces, par Chèque, Chèques vacances, Passeport loisir.
• Le paiement en ligne par CB est réservé uniquement aux adhérent·e·s de la saison écoulée. Il est accessible à l'aide de l'identifiant et du mot de passe personnel, adressés par courrier au mois de mai.

Article 3 : Documents à fournir
• Enfant mineur : une autorisation parentale obligatoire pour les mineurs, sur papier simple, signée des parents ou tuteurs.
• Un certificat médical est demandé pour la pratique des activités : danses, corporelles et sportives à apporter au plus tard lors de la première séance d'activité.

Article 4 : Tarifs préférentiels
• Pour bénéficier de tarifs préférentiels lors de l'inscription à une activité, il sera demandé de fournir :
- pour les montreuillois : une photocopie d'un justificatif de domicile
- pour le tarif réduit : une photocopie d'avis d'imposition, d'attestation CAF, ou autres copies de documents ouvrant droit à une réduction de tarif.

Article 5 : Inscription en cours d'année ou abandon
• Dans le cas d'inscription à une activité en cours d'année, la réduction trimestrielle s'effectuera à compter du mois de janvier et du mois d'avril.
• En cas d'abandon d'une activité, aucune somme versée ne sera remboursée sauf en cas d'annulation de l'activité par l'association. Toutefois, il sera possible de transférer le paiement sur une autre activité en fonction des places disponibles.

Article 6 : Responsabilité parentale
Il est demandé aux parents de jeunes enfants de les accompagner jusqu'au lieu de leur activité, de s'assurer que le professeur soit présent, de demander à leurs enfants de les attendre dans les locaux de la Maison populaire.

Article 7 : Responsabilité de l'association
• Chaque année l'association souscrit une police d'assurance pour ses adhérent·e·s couvrant uniquement les blessures qui pourraient intervenir dans le cadre des activités ou de ses locaux.
• La responsabilité de l'association ne peut être engagée en cas de perte, vol ou détérioration des effets ou objets de toute nature, déposés par les adhérent·e·s dans un endroit quelconque, clos ou non, dans l'enceinte de l'association.
• La Maison populaire n'est pas responsable des effets abandonnés ou oubliés dans son enceinte.
• Les effets oubliés à la Maison populaire sont conservés pendant une période d'un an. Passé ce délai, les vêtements ou autres objets non récupérés seront remis à des œuvres d'utilité publique.

Accès aux locaux

Article 8 : Les entrées et sorties s'effectuent exclusivement par le 9*bis* rue Dombasle. À titre exceptionnel, l'accès peut être adapté en fonction des manifestations

Article 9 : Un parking ouvert et non gardé situé au 48 rue Danton est mis à la disposition des adhérent·e·s sous leur entière responsabilité.

Article 10 : Il est interdit de rentrer avec son vélo dans le hall d'accueil. Les adhérent·e·s doivent porter les trottinettes dès l'entrée et ne pas en faire usage dans l'enceinte de l'association.

Article 11 : Les animaux sont interdits à l'exception des chiens guides de personnes non ou mal voyantes ou des chiens guides en cours de dressage.

Article 12 : L'accès des locaux dédiés aux activités est strictement réservé aux adhérent·e·s concernés en présence des professeurs et à l'ensemble des salariés de la Maison populaire selon leurs horaires de travail spécifiques.

Article 13 : Consignes de sécurité
Les adhérent·e·s doivent respecter les consignes de sécurité et se conformer aux instructions des membres du personnel en cas d'évacuation ou d'exercice d'évacuation.

Article 14 : Respect des personnes, des locaux et du matériel : Les adhérent·es s'emploient au développement harmonieux de la vie collective, par l'application des règles élémentaires de savoir-vivre. Ils se doivent respect mutuel, ainsi que vis à vis des salariés de l'association tout en respectant le calme dans les espaces dédiés au travail de ces derniers et dans les espaces dédiés à la détente de tous. Il est demandé aux adhérent·es de respecter les locaux et le matériel mis à leur disposition. Tout mauvais fonctionnement doit être signalé immédiatement aux salariés sur place. Il est interdit de sortir des locaux de l'association tout matériel lui appartenant sans autorisation écrite de la direction.

Clause d'application du règlement intérieur de la Maison pop pour les cours en ligne :
Le règlement intérieur de la Maison populaire à destination de ses usagers s'applique à l'identique dans le cadre des cours en ligne organisés par la Maison populaire pendant la période de fermeture administrative, comme stipulé à l'article 14 du règlement intérieur, « Les adhérents s'emploient au développement harmonieux de la vie collective, par l'application des règles élémentaires de savoir-vivre. Ils se doivent respect mutuel, ainsi que vis à vis des salarié·es de l'association. » Les cours menés sur zoom, padlet ou whatsapp, les tutoriels et consignes transmis par courriel ne peuvent être enregistrés et diffusés à des tiers par les adhérent·es. Leur usage est strictement réservé aux cours. Les professeur·es de la Maison populaire doivent signaler auprès de leur référent·e, tout comportement inapproprié ou personne suivant le cours non inscrite en tant qu'adhérent·e de la Maison populaire. »

Article 15 : La consommation de tabac est interdite dans les locaux. Elle est tolérée en plein air sous réserve d'utiliser les cendriers mis à disposition et de ne pas incommoder les personnes présentes.

Article 16 : L'association se réserve le droit d'ester en justice contre tout adhérent ou toute personne extérieure qui aurait gravement entaché son image.

Article 17 :
Tout acte de nature à troubler le bon ordre au sein de l'association et de ses actions est interdit.
Sont considérés comme tels (liste non exhaustive) :
• Entrer dans l'association en état d'ivresse ou sous l'emprise de stupéfiants.
• Introduire des alcools et/ou des stupéfiants.
• Introduire dans l'association des marchandises destinées à être vendues en dehors des braderies et brocantes organisées par la Maison populaire.
• Avoir un comportement agressif.

Article 18 : Exclusion de l'adhérent
Tout contrevenant à ce règlement intérieur peut être exclu de l'association sur décision du Bureau, et en cas d'urgence par la direction ou le personnel de permanence avant toute décision définitive du Bureau.

Règlement Intérieur de la Maison populaire adopté à l'Assemblée générale du 9 mars 2018 et adapté à la situation sanitaire en août 2020.

INSCRIPTIONS 2022-2023

À partir du samedi 11 juin à 10 h pour les ancien·nes adhérent·es de la saison 21-22.
À partir du samedi 18 juin à 10 h pour tou·te·s.

Afin de faciliter la période d'inscription, merci de privilégier les inscriptions **en ligne** sur notre site internet : **www.maisonpop.com**

MAISON POPULAIRE

9*bis*, rue Dombasle
93100 MONTREUIL
01 42 87 08 68
WWW.MAISONPOP.FR

Horaires d'ouverture
Du lundi au vendredi de 10 h à 12 h et de 14 h à 21 h
Le samedi de 10 h à 17 h

Accès

M Ligne n°9 : Mairie-de-Montreuil à 10 minutes à pied

BUS Ligne n°102 ou 121, arrêt LycéeJean-Jaurès

Parking vélo : 9*bis*, rue Dombasle

P Parking : 48, rue Danton

Accessible aux personnes à mobilité réduite

@maisonpopulaire
@maisonpopulaire
@Maisonpop
#maisonpopulaire

Flashez-moi avec votre mobile

Montreuil.fr

Soutenu par

MINISTÈRE DE LA CULTURE
Liberté Égalité Fraternité

Région îledeFrance

Seine-Saint-Denis LE DÉPARTEMENT