



2023 - 2024



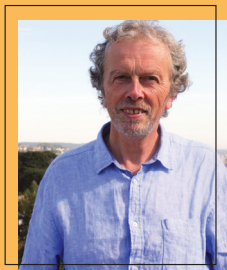
LE GUIDE

DES ACTIVITÉS CULTURELLES



Office Municipal de la Culture et des Activités

LE MOT DU PRÉSIDENT



La saison qui s'est terminée en juin nous a redonné espoir. En effet, après une période Covid très difficile pour tous, vous êtes revenus, plus nombreux, pratiquer vos activités préférées, montrant ainsi votre attachement à la Culture. Nous vous remercions pour cette fidélité.

Cette année encore, nous sommes heureux et fiers de vous proposer une dizaine de nouveaux cours, en espérant que vous y trouverez du plaisir.

Un nouveau Conseil d'Administration a été élu lors de l'Assemblée Générale du 24 juin. Très rajeuni, il inclut des professeurs, représentants les 4 grands domaines d'activités que sont musique, danse, expression et arts plastiques. Cela permettra d'être encore davantage à votre écoute et d'améliorer ainsi notre fonctionnement au quotidien.

La Culture est bien vivante à Bouffémont : grâce à nos professeurs, à nos bénévoles, au soutien de la municipalité, mais aussi grâce à vous qui nous faites le plaisir et l'honneur de participer à tous ces moments d'échanges.

Un grand Merci et à très vite.
Bien à vous

Alain DAUDE
Président de l'OMCA

DEVENEZ BÉNÉVOLE À L'OMCA

Faire fonctionner une association, la rendre plus utile à tous, plus attrayante et conviviale, est une mission de tous les instants.

Les bénévoles sont les maillons essentiels de cette chaîne solidaire.

Ils permettent une implication, une diversité, une richesse pour améliorer le tissu social, la vie ensemble et le développement de la Culture.

Il nous appartient, école, parents, associations, d'apprendre à nos enfants, mais aussi à tout âge, les éléments essentiels de la vie en communauté et ainsi mieux se comprendre et accepter nos différences.

Rejoignez-nous !

Renseignements via : contact@omca-bouffemont.fr

ACTIVITÉS

L'inscription est annuelle et se fait en septembre.

Le paiement peut s'effectuer en 3 fois (septembre, janvier, avril) ou par périodes inter congés scolaires et selon différents moyens (CB, chèque, espèces, bons ANCV).

Pour faciliter l'accès au plus grand nombre, nous avons calculé les tarifs au plus juste et utilisons la même grille de Quotient Familial que les services municipaux.

Les activités démarreront le lundi 18 septembre et se termineront le samedi 22 juin, après un cycle de 32 semaines (hors congés scolaires).

La pratique des activités et des stages est soumise à l'acceptation et au strict respect du règlement intérieur, inclus dans le dossier d'inscription.

Encore davantage d'activités cette saison, enseignées par des professeurs de talent, dans les domaines les plus divers et pour tous les âges : danse, musique, théâtre, lecture, arts plastiques, langues, tricot, peinture, dessin, couture, encadrement, modelage, calligraphie, dentelle aux fuseaux ... Une richesse de Bouffémont reconnue dans le Val d'Oise.

STAGES

Pendant les vacances d'octobre, février et avril, des stages seront proposés par nos professeurs ou des intervenants extérieurs. Le programme de ces stages sera disponible 4 semaines avant chaque début de congés.

SPECTACLES ET ÉVÉNEMENTS

Des concerts très variés, du théâtre de qualité, des expositions dans divers lieux de la ville, des rencontres sont au programme de cette saison.

Nous débiterons, le samedi 7 octobre à 20h, par un grand classique : « **Cyrano de Bergerac** » d'Edmond Rostand, une pièce pour tout public.

Entrée gratuite pour nos adhérents.

Les Lundis de la Culture entrent dans leur 2ème décennie !

Virginie pour l'Art le 1er lundi du mois, Alain pour la Lecture (2ème), Benoit pour la Musique (3ème) et Alain pour la Poésie (4ème) seront au rendez-vous (Centre Culturel, 18h00 - 19h30).

Première séance le 4 septembre.

Et toujours, **les voitures de collection** chaque 3ème dimanche de chaque mois, dès 10h sur le parking du Centre Culturel.

Directeur de la publication : Alain DAUDE, Président.

Direction artistique : Cécile PETIT, Coordinatrice.

Conseiller éditorial : Hervé BOMMEL, Bénévole.

Crédits photographiques : OMCA/Freepik.

QUELLES ACTIVITÉS F

	3/6 ans*	6/12 ans*	12/18 ans*	+18 ans	+50 ans
EXPRESSION	<i>Pages 6 à 9</i>				
Lundis de la Culture				✓	✓
Anglais	✓	✓		✓	✓
Arabe	✓	✓	✓	✓	✓
Italien			✓	✓	✓
Espagnol				✓	✓
Atelier d'Écriture			✓	✓	✓
Théâtre		✓	✓	✓	✓
Sophrologie				✓	✓
Lire et Faire Lire					✓
Introduction au Web 3.0			✓	✓	✓
DANSE	<i>Pages 10 à 14</i>				
Éveil à la Danse	✓				
Danse Contemporaine			✓	✓	✓
Danse Modern'jazz		✓	✓	✓	✓
Zumba		✓	✓	✓	✓
Kudurofit			✓	✓	✓
Danse Classique		✓	✓	✓	✓
Hip-Hop		✓	✓	✓	✓
Danse de Salon				✓	✓
Line Dance				✓	✓
Danse Orientale		✓	✓	✓	✓
Capoeira & co.		✓	✓	✓	✓
Salsaton			✓	✓	✓
Atelier P.I.E.D.					✓
Danse Africaine				✓	✓
Danse Seniors					✓
Gym Douce				✓	✓

POUR QUEL ÂGE ?

	3/6 ans*	6/12 ans*	12/18 ans*	+18 ans	+50 ans
ARTS PLASTIQUES	<i>Pages 15 à 17</i>				
Éveil aux Arts Plastiques	✓				
Atelier Modelage		✓	✓		
Dessin et Graphisme		✓	✓	✓	✓
Tricot et Crochet		✓	✓	✓	✓
Cartonnage				✓	✓
Atelier Couture				✓	✓
Peinture sur Soie				✓	✓
Encadrement				✓	✓
Atelier Aquarelle				✓	✓
Calligraphie		✓	✓	✓	✓
Dentelle aux fuseaux				✓	✓
Bijoux en Porcelaine			✓	✓	✓
MUSIQUE	<i>Pages 18 à 21</i>				
Éveil Musical	✓	✓			
Solfège		✓	✓	✓	✓
Chant			✓	✓	✓
Piano		✓	✓	✓	✓
Flûte Traversière		✓	✓	✓	✓
Flûte à Bec		✓	✓	✓	✓
Batterie		✓	✓	✓	✓
Percussions		✓	✓	✓	✓
Guitare		✓	✓	✓	✓
Violon / Violon Alto		✓	✓	✓	✓
Batucada			✓	✓	✓
Ateliers de Musiques		✓	✓	✓	✓
Studio de Répétition				✓	✓

*Âges à affiner via le détail de chaque activité.

EXPRESSION

LES LUNDIS DE LA CULTURE

Animés par Alain

Adultes

Les Lundis de la Culture, ce sont 4 rendez-vous mensuels d'1h30, chacun consacré à un thème particulier.



. **Virginie GIMARAY** se consacre à **l'art en général (peinture, sculpture)**. Cette saison, elle présentera une exposition à chaque séance. Elle animera également des sorties « hors les murs » (visites de musées ou de lieux).

. **Alain DAUDE** anime les **rencontres autour d'un livre ou d'un auteur** que l'on peut recevoir. Les participants font partager leurs lectures par une présentation plus ou moins détaillée selon l'envie.



. **Benoit DESOUCHES** nous fera **découvrir un musicien célèbre**, mais peut-être pas assez connu en regard de son œuvre. Une séance par trimestre sera consacrée au programme de la Philharmonie.

. Par téléphone, et une fois par trimestre en présentiel, **Alain DAUDE** coordonne **les lectures de poèmes, ou de textes**, choisis par les participants.

En mars, pour le Printemps des Poètes, l'Atelier d'écriture continuera d'apporter son concours.



Calendrier des séances

	ART	LECTURE	MUSIQUE	POÉSIE
Septembre	4	11	18	25
Octobre	2	9	16	-
Novembre	6	13	20	27
Décembre	4	11	18	-
Janvier	8	15	22	29
Février	5	-	19	26
Mars	4	11	18	25
Avril	8	15	22	29
Mai	6	13	20	27
Juin	3	10	17	24

Ados/Adultes

Lundi 18h00-19h30 • Centre Culturel

Tarif spécial (voir page 23)

L'abonnement permet d'assister à toutes les séances du mois. Bien entendu, vous pouvez choisir de n'assister qu'à 1 seule, ou à 2, ou à 3, selon vos goûts et vos envies, en fonction du programme du mois.

EXPRESSION

ANGLAIS

Animé par Nathalie et Hania

Tout-petits / Enfants / Adultes

Atelier ludique d'anglais

Privilegier une approche ludique adaptée à chaque âge, à travers la chanson, les coloriages, les flashcards, les petits dialogues et les jeux.

De 3 à 6 ans

Vendredi 17h15-18h15 • Espace Lesseps

De 7 à 10 ans

Vendredi 18h15-19h15 • Espace Lesseps

Tarif A



Anglais adultes

Nathalie propose 3 niveaux pour découvrir la langue et ses bases, renforcer ses acquis et se perfectionner.

Niveau 1

Mardi 12h00-13h00 • Espace Lesseps

Niveau 2

Mardi 9h30-11h00 • Espace Lesseps

Niveau 3

Mardi 11h00-12h00 • Espace Lesseps

Tarif B

ARABE

Animé par Rana

Tout-petits / Enfants / Ados / Adultes

Initiation à l'arabe classique au travers d'activités ludiques adaptées à tous types de public (chanson, jeux, cartes...).

Les objectifs sont d'apprendre à communiquer en langue arabe et développer la perception et le goût des sonorités de la langue.



De 3 à 6 ans

Mercredi 9h00-10h00 • Centre Culturel

De 7 à 10 ans

Mercredi 10h00-11h00 • Centre Culturel

De 11 à 17 ans

Mardi 18h30-19h30 • Centre Culturel

Adultes

Samedi 14h00-15h00 • Centre Culturel

Tarif B

ITALIEN

Animé par Cristian

Ados / Adultes

NOUVEAU

A travers des activités linguistiques, ludiques et interactives, l'apprentissage de la langue et de la culture italiennes s'effectue dans la bonne humeur avec des supports authentiques et variés.



Niveau 1

Lundi 18h00-19h00

• Espace Lesseps

Niveau 2

Lundi 19h00-20h00

• Espace Lesseps

Tarif B

EXPRESSION

ESPAGNOL

Animé par Cyrille

Adultes



Hola amigos y amigas !

Êtes-vous prêt(e) à apprendre l'espagnol de manière amusante tout découvrant la culture et les coutumes du pays de la paella et du Flamenco ? Nous travaillerons les bases de la langue en privilégiant l'échange oral avec un professeur vivant à Valencia.

Adultes

Mercredi 18h00-19h30 • Cours en Visio

Tarif B

ATELIER D'ÉCRITURE

Animé par Élodie

Ados / Adultes



Laisser aller son imagination en écrivant des textes divers, découvrir des genres, des thèmes et des formes littéraires, partager et échanger des idées, des conseils...
Pas besoin d'être un écrivain en herbe pour s'inscrire, la motivation suffit.

Ados / Adultes

Samedi 10h30-12h30 • Espace Lesseps

Tarif C

THÉÂTRE

Animé par Bastien

Enfants / Ados / Adultes

Qui n'a jamais rêvé d'être quelqu'un d'autre le temps d'une soirée ? De porter sur scène la parole des poètes ? De Molière et Shakespeare à Ionesco et Feydeau, du classique au contemporain, de l'écriture à l'improvisation !
À l'atelier théâtre nous montons un projet tous ensemble. De l'écriture de plateau en passant par la mise en scène, de la création de costumes à la scénographie mais surtout du jeu, il y en aura pour tous les goûts. Alors, osez jouer avec nous, avec confiance et bienveillance.

Enfants dès 6 ans - Niveau 1

Mercredi 15h30-16h30 • Centre Culturel

Enfants dès 6 ans - Niveau 2

Mercredi 16h30-17h30 • Centre Culturel

Ados

Mercredi 17h30-19h00 • Centre Culturel

Tarif B

Ados / Adultes

Mercredi 20h00-21h30 • Centre de Loisirs

Tarif C



EXPRESSION

SOPHROLOGIE

Animé par Juliette et Jérôme

Adultes

Et si vous vous autorisiez une pause ?

Venez retrouver l'harmonie du corps et de l'esprit grâce à un cours collectif de sophrologie ! Vous y découvrirez des outils faciles à intégrer dans votre quotidien : mouvements doux, exercices respiratoires et visualisations positives vous attendent...



Adultes

Vendredi 9h00-10h30 • Centre Culturel

Vendredi 10h30-12h00 • Centre Culturel

Tarif B

LIRE ET FAIRE LIRE

Animé par des bénévoles

Adultes

Rejoignez la vingtaine de bénévoles qui offre un peu de son temps aux enfants des écoles de Bouffémont pour stimuler leur goût de la lecture. Des histoires, des contes, des poèmes, sont lus à des groupes de 5 à 6 élèves pour des séances de 20 à 30 minutes.



Adultes

Selon vos disponibilités

Écoles de Bouffémont - Ateliers éducatifs

Gratuit pour les adhérents

INTRODUCTION AU WEB 3.0

Animé par Cyrille

Ados / Adultes

Ce stage est conçu spécialement pour acquérir une compréhension approfondie des concepts clés du Web 3.0, de l'IA, du metaverse, de la réalité augmentée et des NFT.

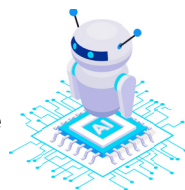
#Intelligence Artificielle #Le Metaverse

#Réalité Augmentée #NFT

Ados / Adultes

Stages en visio

Tarif unique



NOUVEAU

DANSE

ÉVEIL À LA DANSE

Animé par Élise

Tout-petits

L'apprentissage des parties de son corps par le biais de petits exercices ludiques et dansés...

La découverte en s'amusant des fondamentaux de la danse lors de temps improvisés.

L'appropriation de l'espace, l'écoute de soi, des autres et de la musique en jouant...



Éveil 4-5 ans

Mercredi 10h00-11h00 • Centre Culturel

Initiation 5-6 ans

Mercredi 11h00-12h00 • Centre Culturel

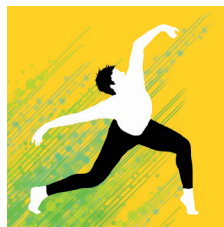
Tarif A

DANSE CONTEMPORAINE

Animé par Élise

Ados / Adultes

Apprentissage de la technique contemporaine, exercices sur la conscience de son corps et la mémorisation. Travail d'assouplissement et de renforcement musculaire. Mouvements au sol et improvisations sur des styles musicaux variés.



+ 14 ans

Mercredi 17h30-19h00 • Centre Culturel

Tarif B

DANSE MODERN'JAZZ

Animé par Eléa et Sonia

Enfants / Ados / Adultes

La danse modern'jazz présente toutes les formes de danses se mélangeant avec le jazz et les rythmes afro-américains. C'est un mode d'expression qui permet au corps de se fondre avec la musique lors de l'exécution de figures vives et nuancées.

Cours animés par Eléa

6-8 ans

Vendredi 17h00-18h00 • Centre Culturel

9-11 ans

Vendredi 18h00-19h30 • Centre Culturel

Tarif B



Cours animés par Sonia

10-13 ans

Jeudi 17h30-19h00 • Centre Culturel

13-16 ans

Jeudi 19h00-20h30 • Centre Culturel

Adultes

Jeudi 20h30-22h00 • Centre Culturel

Tarif B

DANSE

ZUMBA

Animé par Ana

Enfants / Ados / Adultes

Programme musical d'entraînement physique complet, alliant tous les éléments de la remise en forme : cardio et préparation musculaire, équilibre et flexibilité.



8-15 ans

Lundi 17h00-18h00 • Centre Culturel

+ 16 ans

Mercredi 19h00-20h00 • Centre Culturel

Tarif B

KUDUROFIT

Animé par Ana

Ados / Adultes

NOUVEAU

Il vous fera bouger sur des rythmes ensoleillés et partager le plaisir de la danse à plusieurs. Un cours intense, très cardio, avec une composante fitness. Une danse de groupe, très festive qui s'inspire du madison.

+ 16 ans

Mercredi 20h00-21h00 • Centre Culturel

Tarif B

DANSE CLASSIQUE

Animé par Élise et Isabelle

Enfants / Ados / Adultes

Élise fera découvrir aux enfants le plaisir de la danse classique en toute bienveillance.

Un temps d'improvisation en fin de cours pour ressentir les émotions des plus grandes ballerines !



7-10 ans

Mercredi 15h00-16h00 • Centre Culturel

10- 14 ans

Mercredi 16h00-17h00 • Centre Culturel

Tarif B

Isabelle réveillera la danseuse ou le danseur qui est en vous !

Apprentissage ou perfectionnement dans une ambiance conviviale et bienveillante, avec au programme, tous les bienfaits de cette discipline : tonicité du corps (travail des muscles en douceur), maintien, posture, mémoire... et expression.

+ 15 ans / Adultes

Mercredi 19h45-21h45

• Centre Culturel

Tarif C

DANSE

HIP-HOP

Animé par Abibou

Enfants / Ados

Le hip-hop est un genre de musique populaire très rythmée, accompagnée par son expression, le rap. En danse, il se traduit en diverses formes : breakdance, popping, hype, new style, jazz rock... Caractérisées par leur dimension athlétique, enchaînant des mouvements fluides et amples qui sont constamment rompus pour laisser place aux suivants.



8-15 ans - Niveau 1

Vendredi 17h30-18h30 • Centre Culturel

8-15 ans - Niveau 2

Vendredi 18h30-19h30 • Centre Culturel

Tarif B

NOUVEAU

Adultes

Vendredi 19h30-20h30 • Centre Culturel

Tarif B

DANSE DE SALON

Animé par Philippe

Adultes

Il n'y a pas d'âge pour découvrir ou se perfectionner à la danse de salon. Cha-cha, rock, tango, rumba, mambo, valse, quick step... etc. Le plaisir de danser à deux ! Les personnes seules sont également les bienvenues.

Adultes

Vendredi 18h45-20h15 • Centre Culturel

Tarif B

LINE DANCE

Animé par Philippe

Adultes

A la fois artistique et physique, la danse en ligne (line dance) fait autant travailler les neurones que le corps ! Seul, en couple ou en famille, venez danser le Cha-Cha, la Samba, la Valse, le Rock...

Adultes

Vendredi 17h45-18h45

• Centre Culturel

Tarif B

NOUVEAU



DANSE

DANSE ORIENTALE

Animé par Magalie

Enfants / Ados / Adultes

Mélange de danses orientales égyptienne, fusion flamenco, mais aussi de Bollywood et tribale, la danse orientale permet de travailler l'ensemble des muscles du corps, de la tête aux pieds, mais également le maintien. Dévoilez la Shéhérazade qui sommeille en vous !

Ados 11-15 ans

Lundi 19h30-20h30 • Centre Culturel

Adultes (+ 16 ans) (tous niveaux)

Lundi 20h30-22h00 • Centre Culturel

Enfants 6-10 ans

Mardi 19h30-20h30 • Centre Culturel

Adultes avancé (bon niveau à valider)

Mardi 20h30-22h00 • Centre Culturel

Tarif B



CAPOEIRA & CO.

Animé par Jean-Marc

Enfants / Ados / Adultes

Chorégrapheur des combats sans contact en utilisant différentes techniques telles que la capoeira,



le kung-fu, la manipulation de nunchaku factices, bâtons... Différents modules, pas de danse et d'acrobatie ont été codifiés à partir de ces techniques d'art.

Enfants + 6 ans / Ados / Adultes

Mardi 17h30-18h30 • Centre Culturel

Tarif B

SALSATON

Animé par Jean-Marc

Ados / Adultes

Il n'est nul besoin de venir en couple pour cet atelier destiné aux femmes comme aux hommes. Initiation aux pas de danses latines (salsa, batchata, cha-cha...).

Mais également perfectionnement pour ceux qui ont déjà pratiqué ces danses.



Ados / Adultes

Mardi 19h00-20h30 • Centre Culturel

Tarif B

DANSE

ATELIER P.I.E.D.

(Programme Intégré d'Équilibre Dynamique)

Animé par Thierry

Adultes

Programme basé sur l'équilibre dans le cadre de la prévention des chutes. Développement des capacités de souplesse et d'équilibre.



Adultes +50 ans - Certificat médical demandé

Lundi 9h00-10h15 • Centre Culturel

Lundi 10h30-11h30 • Centre Culturel

Tarif A

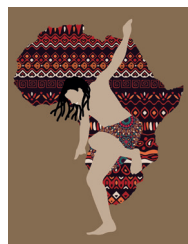
DANSE AFRICAINE

Animé par Jacques

Adultes

La danse africaine est avant tout un moyen d'expression qui sollicite toutes les parties du corps.

Chaque geste, chaque mouvement ont un sens et témoignent de l'identité des peuples. Entrez dans la danse, vibrez sur les rythmes magiques du souffle de l'Afrique.



Adultes

Samedi 10h00-11h30 • Centre Culturel

Samedi 11h30-13h00 • Centre Culturel

Tarif B

DANSE SENIORS

Animé par Eléa

Adultes

Dans ce cours vous pourrez découvrir plusieurs styles de danse, à la fois modern'jazz, contemporain, ou encore folklorique. Le cours mélange travail de souplesse, le placement du corps, la technique de la danse, la détente, la relaxation, la chorégraphie et la création, tout en alliant le plaisir au geste.



Adultes

Vendredi 14h15-15h15 • Centre Culturel

Tarif B

GYM DOUCE

Animé par Eléa

Adultes

La gym douce est une gym qui se pratique dans la détente et la relaxation avec une respiration naturelle, en travaillant des exercices sur la mobilité articulaire, la posture du corps, l'équilibre et la conscience corporelle. Elle est vraiment bénéfique pour se sentir bien dans son corps et diminuer les douleurs diverses.

Adultes

Vendredi 15h15-16h45 • Centre Culturel

Tarif B

ARTS PLASTIQUES

ÉVEIL AUX ARTS PLASTIQUES

Animé par Vanessa

Tout-petits

Découverte et création avec des matières à travers la peinture, la poterie, la mosaïque, la sculpture ou encore des objets à fabriquer...



De 3 à 4 ans

Samedi 9h30-10h30 • Centre Culturel

De 5 à 6 ans

Samedi 10h30-11h30 • Centre Culturel

Tarif A

ATELIER MODELAGE

Animé par Marjorie

Enfants / Ados

Confection en pâte polymère de petits sujets, de cadres, d'objets décoratifs en toute liberté d'expression.



De 7 à 13 ans

Mercredi 10h30-12h00

• Espace Lesseps

Tarif B

DESSIN ET GRAPHISME

Animé par Marie-Noëlle

Enfants / Ados / Adultes

Comprendre les étapes de la construction du dessin et du graphisme. Réaliser des portraits, personnages, paysages, natures mortes...



Enfants - 5/8 ans

Mercredi 14h00-15h00 • Centre Culturel

Enfants - 8/12 ans

Mercredi 15h30-17h00 • Centre Culturel

Enfants/Ados - 9/16 ans

Mercredi 17h30-19h00 • Centre Culturel

Tarif B

Adultes

Vendredi 14h00-16h00 • Centre Culturel

Tarif C

ou tarif spécial "Coup de crayon"

TRICOT ET CROCHET

Animé par Déborah

Enfants / Ados / Adultes

Deux activités réputées calmes mais qui peuvent nécessiter une certaine technique si l'on cherche à créer des motifs plus sophistiqués. Déborah vous accompagne et vous conseille pour réaliser des pièces uniques.



A partir de 7 ans

Mercredi 17h00-19h00

• Espace Lesseps

Tarif A

ARTS PLASTIQUES

CARTONNAGE

Animé par Marie-Claire

Adultes

Rejoignez le cours de cartonnage, vous y apprendrez à travailler le carton associé au papier fantaisie, au tissu, au simili cuir et pourquoi pas vos propres broderies.



Adultes (une fois par mois)

Lundi 9h30-16h00 • Centre Culturel

Tarif B

ATELIER COUTURE

Animé par Marie-Claire

Adultes

Vous avez l'envie de créer un vêtement, un sac, un objet, ... Partagez votre créativité avec un petit groupe sympathique.



Adultes (une fois par mois)

Lundi 9h30-16h00 • Centre Culturel

Tarif unique

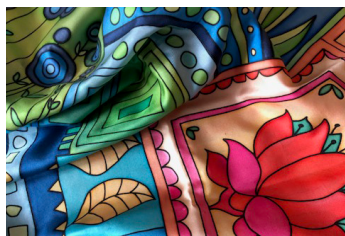
PEINTURE SUR SOIE

Animé par Arlette

Adultes

NOUVEAU

Venez exprimez vos talents ou vos envies de peindre sur de la soie, à partir d'un modèle ou d'une création personnelle. Arlette vous accompagne dans votre progression sur les différentes techniques.



Adultes (une fois par mois)

Lundi 9h30-12h30 • Centre Culturel

Tarif unique

ENCADREMENT

Animé par Arlette

Adultes

Une photo, une image ou un objet que vous souhaiteriez mettre en valeur dans un joli cadre... Apprentissage des bases de l'encadrement ainsi que les techniques appropriées à votre sujet.



Adultes

Mardi 9h30-12h30 • Centre Culturel

Tarif A

ARTS PLASTIQUES

ATELIER AQUARELLE

Animé par Jacques-Henri

Adultes

Le plaisir de pratiquer la technique pointue et minutieuse de l'aquarelle dans une ambiance d'entraide conviviale, détendue et néanmoins sérieuse. Devenez fier(e) de vos œuvres !



Adultes

Mardi 14h00-16h00 • Centre Culturel

Tarif C

ou tarif spécial "Coup de crayon"

CALLIGRAPHIE

Animé par Claire

Enfants / Ados / Adultes

Apprendre une belle écriture et rédiger invitation, menu, faire-part. Cet apprentissage peut également vous aider à récupérer une écriture lisible et esthétique.

NOUVEAU



Enfants - 9/12 ans

Mercredi 11h00-12h30 • Centre Culturel

Enfants - 13/16 ans

Mercredi 12h30-14h00 • Centre Culturel

Tarif B

Adultes

Mercredi 19h15-21h15 • Centre Culturel

Tarif C

ou tarif spécial "Coup de crayon"

DENTELLE AUX FUSEAUX

NOUVEAU

Animé par Agnès

Adultes

La dentelle aux fuseaux, faite à la main, n'est pas si difficile à réaliser! Lancez vous, quel que soit votre niveau ou votre âge.



Cours progressif et très convivial qui vous amènera pas à pas de la dentelle la plus simple vers les plus belles réalisations en dentelle de Chantilly ou de Bayeux.

Adultes

Lundi 13h30-16h30 • Espace Lesseps

Mardi 13h30-16h30 • Espace Lesseps

Tarif A

BIJOUX EN PORCELAINE

NOUVEAU

Animé par Sophie

Ados / Adultes

Le modelage de l'argile invite à la détente et à la création.

Venez découvrir le modelage sur

porcelaine pour créer les bijoux que vous imaginerez.

Il y aura une séance pour façonner et une pour le montage. Ces deux séances seront espacées d'une semaine pour laisser sécher et cuire vos pièces.



Ados / Adultes

Stages de 2 séances • Centre Culturel

Tarif unique

MUSIQUE

ÉVEIL MUSICAL

Animé par Stella

Tout-petits / Enfants

Écouter, reconnaître, reproduire, inventer la musique. Voilà ce que les enfants découvriront à travers ces ateliers. Comptines rythmiques et à gestes, expression corporelle, manipulation d'instruments. Pour les plus grands, fabrication d'instruments, jeux d'écoute et de rythme.

3-5 ans

Lundi 17h00-18h00 • Centre Culturel

Tarif A



Sensibilisation des enfants à la musique à travers différentes activités qui leur permettront de développer et d'affiner leur écoute, la maîtrise de leur voix et de leurs mouvements. Découverte des instruments de musique. Cet atelier abordera aussi, de manière ludique, les premières notions de solfège.

6-8 ans

Lundi 18h00-19h00 • Centre Culturel

Tarif A

SOLFÈGE

Animé par Doris

Enfants / Ados / Adultes



A travers cette formation musicale, l'élève sera initié à la lecture et à la mémorisation des notes sous forme de jeux et d'exercices ludiques.

Débutants

Lundi 17h30-18h00 • Espace Lesseps

Intermédiaires

Jeudi 18h15-18h45 • Espace Lesseps

Tarif unique : ouvert uniquement aux élèves suivant un apprentissage musical à l'OMCA.

CHANT

Animé par Stella

Ados / Adultes

Pour les passionnés de chant, débutants ou confirmés. A travers un répertoire varié choisi en fonction des goûts de chacun, découverte de sa voix et du plaisir de chanter, de la technique vocale et du travail de l'interprétation individuelle et en groupe.



Ados

Lundi 19h00-20h30 • Centre Culturel

Tarif B

Adultes

Lundi 20h30-23h00 • Centre Culturel

Tarif unique

MUSIQUE

PIANO

Animé par Jean-Sylvain et Gulshat

Enfants / Ados / Adultes

Approche classique du piano avec la liberté de choisir les morceaux à travailler parmi une sélection.

Les plus confirmés auront la possibilité de se tourner vers des genres musicaux variés et de travailler le piano couplé avec le chant ou avec d'autres instruments.



Cours individuel (30 mn)

Enfants dès 7 ans

Cours animé par Gulshat

Mardi et mercredi • Espace Lesseps

Tarif D

Cours animé par Jean-Sylvain

Mardi, mercredi et jeudi

• Espace Lesseps

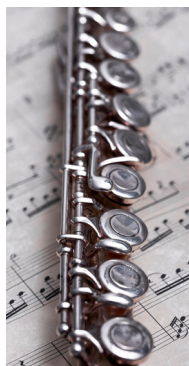
Tarif D

FLûTE TRAVERSIÈRE

Animé par Doris

Enfants / Ados / Adultes

La flûte traversière est un instrument à vent, de la famille des bois. Cet instrument permet de jouer dans une très large palette de styles musicaux. Grâce aux flûtes "petites mains" les enfants peuvent commencer à jouer dès l'âge de 6 ans.



Cours individuels (30 mn)

Enfants dès 6 ans

Lundi et Jeudi • Espace Lesseps

Tarif D

FLûTE À BEC

Animé par Doris

Enfants / Ados / Adultes

La flûte à bec permet un accès facile à la pratique et à l'apprentissage de la musique dès 5 ans (flûte sopranino avec de grosses notes en couleur), et un premier travail de la colonne d'air tout en douceur.



Cours individuels (30 mn)

Enfants dès 5 ans

Lundi et Jeudi • Espace Lesseps

Tarif D

MUSIQUE

BATTERIE

Animé par Matthieu

Enfants / Ados / Adultes



Initiation à la technique de la batterie. Vous étudierez le répertoire jazz, rock, funk, afro-cubain..., ainsi que tous les rudiments de base (indépendance, frisés, roulés, moulins, coordination).

Cours individuels (30 mn)

Enfants dès 7 ans

Mercredi et vendredi • Espace Lesseps

Tarif D

PERCUSSIONS

Animé par Matthieu

Enfants / Ados

NOUVEAU

Apprentissage de rythmes traditionnels du continent africain, mais également les fondamentaux rythmiques du solfège. Travail de groupe, improvisation et polyrythmies.



Enfants dès 7 ans / Ados

Vendredi 19h00-20h00

• Espace Lesseps

Tarif C

GUITARE

Animé par Antonin et Gérald

• acoustique • électrique • guitare basse •

Enfants / Ados / Adultes

Antonin propose des cours d'initiation ou de perfectionnement à travers des morceaux de musiques actuelles. Mention spéciale aux chanteurs qui aimeraient apprendre à jouer et chanter en même temps !

Cours individuel (30 mn)

Enfants dès 7 ans

Cours animés par Antonin

Mercredi, samedi • Espace Lesseps

Tarif D

Cours collectif (1 heure)

Mercredi • Espace Lesseps

Tarif C



Gérald est un auteur, compositeur, interprète. Il enseigne depuis plus de 15 ans avec une méthode qu'il a mise au point et qui s'adapte à tous les niveaux et tous les âges.

Cours individuel (30 mn)

Enfants dès 7 ans

Cours animé par Gérald

Samedi • Espace Lesseps

Tarif D

MUSIQUE

VIOLON VIOLON-ALTO

Animé par Frédéric

Enfants / Ados / Adultes



Le violon et le violon alto développent la sensibilité, l'oreille et l'écoute. Frédéric aborde avec ses élèves tous les styles de musique.

Cours individuels (30 mn)

Enfants dès 7 ans

Mardi et Samedi • Espace Lesseps

Tarif D

BATUCADA

Animé par Éric

Ados / Adultes



La batucada est composée de percussions traditionnelles du Brésil jouant des rythmes dérivés de la samba. Apprenez à jouer en groupe, à danser et à partager les rythmes brésiliens et découvrez l'ambiance et l'énergie du carnaval.

+ 15 ans Niveau 1

Mardi 19h30-21h30 • Centre de Loisirs

+ 15 ans Niveau 2

Lundi 19h30-21h30 • Centre de Loisirs

Tarif unique

ATELIERS DE MUSIQUES

Animé par Antonin, Gulshat et Matthieu

Enfants / Ados / Adultes

Pour les élèves qui se sentent à l'aise avec leur instrument, ces séances collectives permettront de former de petits groupes, de jouer à plusieurs, de partager le plaisir de la musique. Les ateliers seront organisés et suivis par les professeurs de musique.



Pour les élèves de l'OMCA

Date et horaire à définir • Espace Lesseps

Tarif C

STUDIO DE RÉPÉTITION

En autonomie

Adultes



Après étude de votre demande, une salle de répétition peut vous être mise à disposition sous convention.

Adultes

Date et horaire à définir

Espace Lesseps

Tarif unique




L'ASSOCIATION

L'OMCA est une association loi 1901 à but non lucratif fondée en 1978.

Notre financement repose sur 2 piliers : la subvention municipale pour 1/3 et votre participation aux activités et aux spectacles pour le reste.


**L'adhésion est importante.
Voici ce qu'elle vous apporte :**



L'accès à toutes les activités proposées, y compris les stages



L'assurance pour les activités



Des réductions sur tous les spectacles, événements, sorties, séjours, ...



La participation à la vie de l'association et à son Assemblée Générale

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Alain DAUDE : Président.

Lydie LACARRERE : Secrétaire

Liès HOUFEL : Trésorier

Sonia DELPHIN : Délégué aux activités danse

Jean-Sylvain DEMEULE : Délégué aux activités musique

Juliette JOAZILE : Délégué aux activités expression et arts plastiques

Hervé BOMMEL : Délégué à la communication

Francis BOUVET : Délégué aux événements

Les autres membres :

Brigitte BOUSSEAU, Benoit DESOUCHES,

Loan MALO, Agnès POLLET,

Sarah RIBEIRO, ainsi que Evelyne DIL et

Catherine LE BRETON, membres de droit.



TARIFS 2023/2024



ADHÉSION (OBLIGATOIRE)

	Familiale	Individuelle	
		- 16 ans	+ 16 ans
Bouffémontois	26 €	14 €	20 €
Extérieurs	40 €	22 €	32 €

Le paiement de l'adhésion doit se faire en une fois dès l'inscription.
Le paiement des activités pourra se faire en cinq fois maximum par périodes inter-congés scolaires.

TARIFS	Selon votre Quotient Familial <i>(justificatif à fournir dès l'inscription)</i>											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Ext.1	Ext.2
Tarifs A	63 €	72 €	84 €	99 €	115 €	126 €	141 €	153 €	168 €	180 €	153 €	195 €
Tarifs B	84 €	99 €	120 €	135 €	153 €	168 €	189 €	201 €	219 €	234 €	201 €	246 €
Tarifs C	105 €	123 €	150 €	171 €	192 €	210 €	237 €	252 €	273 €	294 €	252 €	309 €
Tarifs D	255 €	282 €	318 €	348 €	381 €	408 €	438 €	471 €	501 €	534 €	438 €	567 €

Tarifs uniques <i>(quel que soit votre Quotient Familial)</i>	Activité	Tarif
	▪ Chant Adultes	315 €
	▪ Solfège	69 €
	▪ Studio de Répétition	63 €
	▪ "Coup de crayon" Adultes <i>2 activités au choix parmi : Dessin / Aquarelle / Calligraphie</i>	Tarif D
	▪ Stage Adultes	Selon l'activité et la durée
▪ Stage Enfants / Ados	Selon l'activité et la durée	

Tarifs - Lundis de la Culture	Abonnement - 10 mois*	30 €
	Abonnement - 5 mois* <i>au choix</i>	20 €
	Carte - 1 mois*	5 €

*L'abonnement permet d'assister à toutes les séances du mois.
Bien entendu, vous pouvez choisir de n'assister qu'à 1 seule, ou à 2, ou à 3, selon vos goûts et vos envies, en fonction du programme du mois.

INFOS PRATIQUES



OMCA

Office Municipal de la Culture et des Activités

Centre Culturel - Bureau et activités
1, rue Jean-Baptiste Clément
95570 Bouffémont

Horaires d'ouverture du bureau :
Du lundi au vendredi
10h/12h et 14h/18h

Espace Lesseps

École de Musique
12, rue Ferdinand
de Lesseps
95570 Bouffémont



Centre de Loisirs

Salle de spectacle
Rue Champollion
95570 Bouffémont



POUR NOUS CONTACTER :

 **01 39 91 92 18**

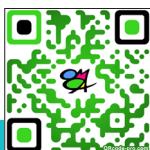
 **contact@omca-bouffemont.fr**

*Pour plus de renseignements sur nos activités
ou pour suivre notre actualité (concerts, théâtre,
conférences, spectacles...), rendez-vous sur
notre site internet, notre page Facebook
et notre compte Instagram.*

*Vous pouvez vous abonner à la newsletter de l'OMCA
sur simple demande par mail.*



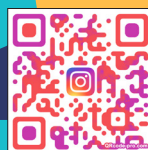
BOUFFÉMONT



omca-bouffemont.fr



[@omca.bouffemont](https://www.facebook.com/omca.bouffemont)



[omcabouffemont](https://www.instagram.com/omcabouffemont)

