

# Centre Culturel vence

ACTIVITÉS  
2024/25



ARTS  
BIEN ÊTRE  
DANSE  
JEUX  
LANGUES  
LOISIRS CRÉATIFS  
MUSIQUE

Suivez toute  
l'actu sur



## ÉDITO DU MAIRE



Les saisons se suivent et s'enrichissent chaque année au Centre Culturel. La saison 2024/2025 apporte son lot de nouveautés complétant les 46 activités proposées : théâtre-ciné pour les adultes (niveau avancé professionnel ou étudiant), Nathayoga pour les adultes, baby gym pour enfant de la marche à ses 3 ans... En pratique individuelle ou collective, les cours, ateliers, leçons s'adressent à tous les publics, de 4 ans à l'infini et répondent aux goûts et aux attentes les plus variés.

Chacun peut y trouver un lieu d'expression, de perfectionnement ou plus simplement de détente et de bien-être grâce à une offre culturelle diversifiée, classique ou plus insolite, susceptible de séduire toujours plus de curieux.

Un dynamisme porté par des associations, des indépendants, des professeurs et des adhérents de plus en plus nombreux, 954 cette année, soit 144 de plus que l'an passé ! Le Centre Culturel confirme sa vocation de lieu d'ébullition de vie et de créativité où s'épanouissent toutes les expressions.

Je remercie très chaleureusement les intervenants qui accompagnent, encouragent et veillent à ce que chacun se perfectionne ou s'initie avec plaisir. Je salue l'ensemble des acteurs culturels qui favorisent les apprentissages en permettant à tous de grandir et d'embellir sa vie à Vence dans une ambiance familiale et conviviale.

Ils participent à bien des égards à l'art de vivre à Vence.

Belle rentrée à tous.

**Régis LEBIGRE**

MAIRE DE VENCE

Vice-président de la Métropole Nice Côte d'Azur  
Président du SIVOM du Pays Vénçois

# SOMMAIRE



**01 ARTS** ..... 04



**02 BIEN-ÊTRE** ..... 14



**03 DANSE** ..... 26



**04 JEUX** ..... 34



**05 LANGUES** ..... 38



**06 LOISIRS CRÉATIFS** ... 44



**07 MUSIQUE** ..... 48

### À NOTER

Le symbole après le titre indique : ☀  
Pas de cours pendant les vacances scolaires.



01



ATELIERS D'ARTS PLASTIQUES,  
DESSIN ET PEINTURE ..... 06

ATELIER BANDE DESSINÉE .....07

COURS BD / LE CLUB MANGA .....07

COURS PHOTO .....08

STAGES PHOTO ARGENTIQUE.....08

ATELIER CIRQUE.....09

THÉÂTRE CINÉ.....09

ATELIER D'IMPROVISATION  
THÉÂTRALE ..... 10

L'ATELIER DU COMTE ..... 10

THÉÂTRE ..... 11

THÉÂTRE MUSICAL..... 11

MICRO FOLIE ..... 12

ARTS

## ATELIERS D'ARTS PLASTIQUES, DESSIN ET PEINTURE 🌞



Ces ateliers proposent une initiation et un perfectionnement aux différentes techniques plastiques et picturales : dessin, peinture (huile/acrylique), aquarelle, pastel, modelage (argile, papier mâché), collage, mixité des techniques, pour permettre à chacun de s'exprimer pleinement et développer son potentiel créatif.

### 🕒 ENFANTS, COLLÉGIENS ET LYCÉENS

Mercredi de 10h à 11h  
6/8 ans

Mercredi de 11h à 12h30  
8/11 ans

Mercredi de 17h30 à 19h30  
À partir de 11 ans

Vendredi de 17h à 18h30  
7/12 ans

**Début des cours le  
mercredi 11 septembre**

### ADULTES ET ADOLESCENTS

à partir de 15 ans

Mardi de 15h30 à 17h30

Vendredi de 10h à 12h

Vendredi de 12h15 à 13h45

Vendredi de 14h30 à 16h30

Vendredi de 18h30 à 20h

**Début des cours le  
mardi 10 septembre**

*Matériel : en début d'année, le matériel est fourni pour l'initiation aux différentes techniques. A prévoir ensuite d'apporter son propre matériel.*

*Des ateliers exceptionnels (Créatifs, d'art éphémère, performances) seront proposés certains samedis de 14h à 18h, ainsi que des stages en période de vacances scolaires. Les dates seront communiquées en cours d'année.*

### Florence PANZANI

Artiste plasticienne, médiatrice culturelle

Plus de 20 ans d'expérience / Tout public

(Musée, Centres d'Art, Institutions Spécialisées)

T. 06 76 78 26 35 • lesateliersdeflorence06@gmail.com

📷 @lesateliersdeflorence06

## ATELIER BANDE DESSINÉE 🌞



L'univers de la bande dessinée, pour les passionnés de BD et manga de 7 à 77 ans.

Nous suivrons les étapes de la création d'une histoire (son découpage en cases, créer les divers personnages, l'art du dessin) pour aboutir à la réalisation d'une planche originale, chacun selon son projet.

🕒 **Mercredi de 14h à 16h**  
**Début des cours mercredi 2 octobre**

Vence Cultures 3 Descente des Moulins

Régis PULISCIANO

T. 06 25 91 12 47 • atelierbandedessinee@gmail.com

f @atelierbandedessinee

## COURS BD / LE CLUB MANGA 🌞



Cours de BD pour les grands et les petits par un dessinateur professionnel. Initiation, dessin académique, manga, comics, franco-belge, dessin humoristique. Préparation de dossiers aux lycées et écoles d'arts graphiques. Accompagnement aux projets personnels (BD, romans graphiques, livres illustrés, écriture).

🕒 **Mardi de 18h30 à 19h30**  
**Début des cours mardi 10 septembre**

Cours d'essai gratuit.

Possibilité d'inscription au Forum des Associations

le samedi 7 septembre (stand les Amis de Cricricraqueline).

LES AMIS DE CRICRICRAQUELINE

T. 07 66 44 20 67 • f @lesamisdecricricraqueline

## COURS PHOTO



Sorties prises de vues thématiques et techniques : Développez votre regard personnel tout en apprenant le fonctionnement de votre appareil photo. Différentes techniques abordées : Ouverture et profondeur de champ, vitesse et mouvement, gestion de la lumière et exposition, composition, couleur et noir et blanc, techniques créatives... Thématiques : Pose longue, portrait, photo de rue, perspectives, photo de nuit, clair-obscur, paysage, photo d'étoiles...

Apprenez à réaliser une série cohérente à l'aide d'un moyen d'expression artistique et universel. Sorties dans les environs de Vence (forêt, bord de mer, village, ville, nature...). Débriefings des photos réalisées. Petit groupe, suivi personnalisé pour chacun.

**3h, une fois par mois, en fonction du groupe constitué.**

*Tout appareil numérique*

**Débutants et avancés  
Tout public  
de 15 ans à 99 ans  
Aucun prérequis**

## STAGES PHOTO ARGENTIQUE

La photographie argentique permet de créer des images uniques, aussi bien techniques que poétiques. Elle permet de prendre son temps et d'expérimenter des façons de faire à l'ancienne : Sténopé (construction de son propre appareil photo), développement de papier négatif et positif, chimie argentique, cyanotypes, virages, créations, projets individuels ou de groupe... Groupe de 5 personnes maximum.

**Les horaires définitifs seront mis en place avec le groupe constitué**

**Un stage par mois, le samedi, durée 3h à 4h en fonction de la thématique.**

**Tout public  
de 15 ans à 99 ans  
Aucun prérequis**

**Elizabeth CHOLEVA**

*Photographe professionnelle, artiste et artisan*

**T. 06 03 91 47 02**

## ATELIER CIRQUE



L'association *6sensarts* vous propose de découvrir les arts du cirque à travers un atelier hebdomadaire articulé en 3 temps : la préparation du corps, un temps d'apprentissage collectif, un temps d'apprentissage individuel. Mettre en jeu sa créativité et son imaginaire afin de les partager dans une expression artistique collective. Les souhaits et les limites de chacun sont respectés. Au-delà du cours collectif hebdomadaire, de nombreuses formules sont possibles sur demande: cours particuliers, cours familiaux, stages...

**Mardi de 18h45 à 20h30 Ados et adultes**  
**Mercredi de 9h à 10h 3/5 ans**  
**Mercredi de 10h à 11h 6/8 ans**  
**Mercredi de 11h à 12h30 9/11 ans**

**Début des cours mardi 17 septembre. Le 1<sup>er</sup> cours de découverte est offert. Pré-inscription obligatoire à partir du 19 août par téléphone. Vence Cultures, 3 Descente des Moulins.**

**Audrey LE RESTE**

*Association 6sensarts*

**T. 06 80 93 40 28** ♦ [ciesensarts@gmail.com](mailto:ciesensarts@gmail.com)

## THÉÂTRE CINÉ **NOUVEAU**



Connaître ses capacités, travailler son énergie, son corps, son souffle, ses émotions... Acquérir une crédibilité, une vérité, une sincérité dans le jeu.

**Mardi de 19h à 21h**  
*(public adultes niveau avancé professionnel ou étudiant)*  
**Début des cours le mardi 10 septembre**  
**Vence Cultures - 3 Descente des Moulins**

**Raphaël BOYES**

*Comédien - Professeur - Metteur en scène formé au Théâtre de Nice, Théâtre du Fou, Actor studio, méthode Meisner...  
A enseigné à l'École Supérieure d'acteur, Académie des Arts...*

**T. 06 08 47 55 87** ♦ [raphael.boyes@orange.fr](mailto:raphael.boyes@orange.fr)

## ATELIER D'IMPROVISATION THÉÂTRALE ☀



S'exprimer, s'écouter, réagir, improviser, c'est créer une situation dans un instant donné à partir de propositions diverses (mot, titre, lieu, thème...). L'acteur joue en public selon son inspiration, en utilisant ses ressources personnelles et les différentes techniques de l'art dramatique. L'improvisation permet de travailler : créativité, écoute et échange, qui sont autant de compétences nécessaires au développement personnel, favorisant la gestion du stress et la confiance en soi.

**Lundi de 18h à 19h30**  
À partir de 10 ans  
Vence Cultures  
3, Descente des Moulins

**Judi de 19h à 21h Adultes**  
Centre Culturel, 28 Avenue  
Henri Isnard  
*Début des cours*  
*lundi 09 septembre*

**Magali FLINIAUX**

T. 06 52 17 45 06 • fliniaux.hm@free.fr

## L'ATELIER DU CONTE ☀



*"Vous êtes fascinés par l'univers du conte et vous aimeriez apprendre à raconter des histoires ?"*

L'atelier du conte est un espace d'exploration où nous allons partager des expériences d'improvisation corporelles, imaginaires et verbales.... pour cheminer pas à pas vers l'univers du conte. Nous découvrirons cet art de l'oralité, art de l'imagination et du verbe. Nous apprendrons comment passer du conte écrit au conte oral, partirons à la recherche de notre naturel et de notre présence "sur scène".

**Rejoignez-moi un dimanche par mois de 9h30 à 17h.**  
Dates et tarifs communiqués à la rentrée.

**Fabienne PUJALTE**

Association Loi 1901 Le Jardin du Coeur

T. 06 62 11 59 53 • pujalte.fabienne@gmail.com  
www.fabiennejujalte.fr

## THÉÂTRE ☀



Le théâtre permet de développer le potentiel créatif de chacun. Après des exercices d'échauffement, des jeux de groupes permettent d'aborder les bases du jeu d'acteur. À partir d'improvisations, l'esprit se débride et la créativité peut alors s'épanouir. Une pièce de théâtre est travaillée à partir du 2<sup>e</sup> trimestre pour une représentation en fin d'année. Pendant les vacances scolaires, les cours ne seront assurés que pour les adultes à raison d'une semaine sur deux.

**Le mercredi**  
**15h à 16h30** À partir de 7 ans  
**16h30 à 18h30** À partir de 12 ans  
**19h à 21h Adultes**

**Vence Cultures - 3, Descente  
des Moulins**  
*Début des cours à partir  
du 11 septembre*

**Marie-Jo GONZALEZ**

Comédienne, diplômée d'État

T. 06 17 82 83 71 • mariejogonzalez@cegetel.net

## THÉÂTRE MUSICAL



Explorons les secrets du théâtre musical !

Développons les personnages et le jeu d'acteur, chantons et examinons l'univers sonore, inventons des chorégraphies à partir de nos émotions et nos sensations. Apprenons à raconter des histoires sur scène et prenons confiance en groupe en déployant toute notre créativité !

**1 vendredi par mois**  
**de 17h à 18h30**  
11/10 - 22/11 - 13/12  
18/01 - 28/02 - 21/03  
25/04 - 23/05 - 20/06

**Enfants de 6 à 12 ans**  
**Vence Cultures,**  
**3 Descente des Moulins**

**Brune CHIRAC**

Association Perséphone

T. 06 82 80 97 52 • persephone.association@gmail.com  
Stages pendant les vacances scolaires, se renseigner sur la page  
Facebook de l'association

## MICRO-FOLIE DU MUSÉE DE VENCE



La Micro-Folie est articulée autour du Musée numérique. Réunissant plusieurs milliers de chefs-d'œuvre de nombreuses institutions et musées, nationaux et internationaux, cette galerie d'art numérique est une offre culturelle inédite. Des casques de réalité virtuelle vous permettent d'entrer dans des univers artistiques et naturels.

Pendant les travaux d'accessibilité du musée de Vence, la Micro-Folie s'installe provisoirement au Centre Culturel Municipal.



### INDIVIDUELS

Mercredi et samedi  
de 10h à 13h et de 14h à 18h

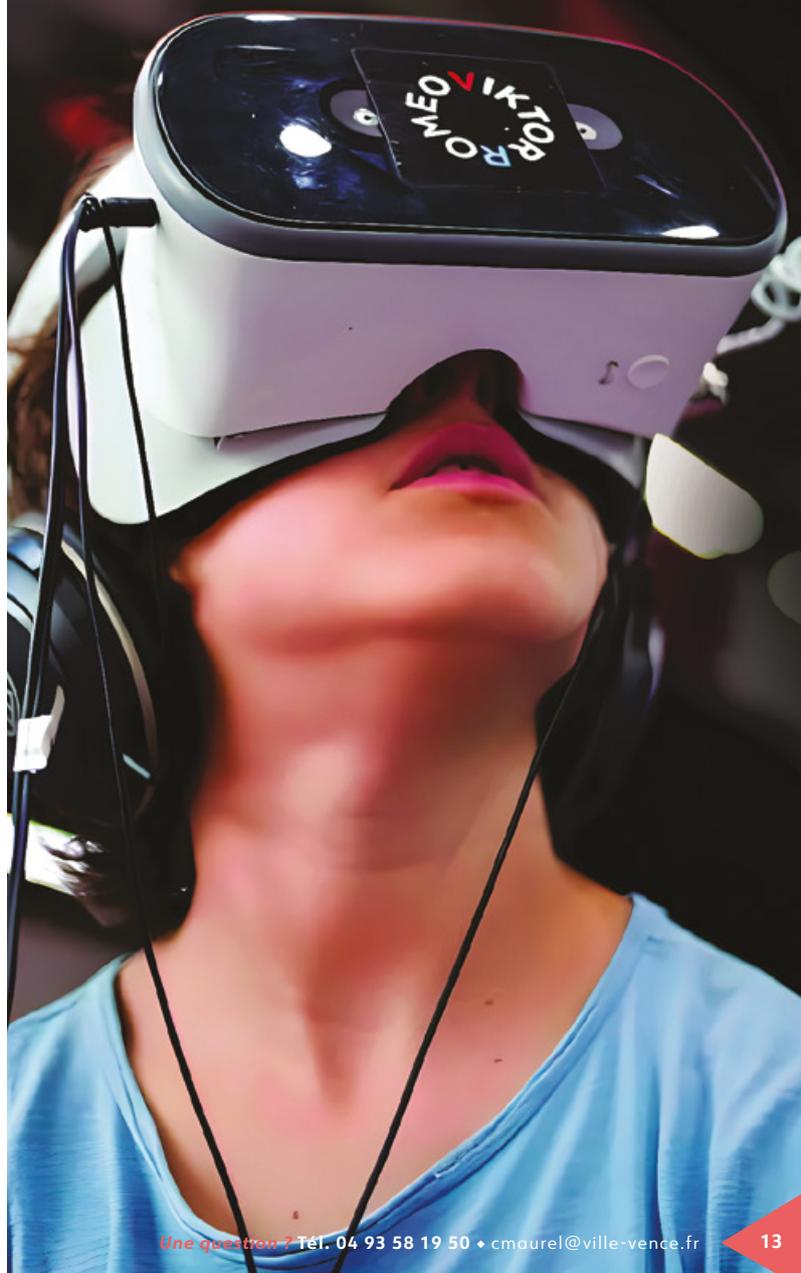
### GROUPES

Jeu*di* et vendredi de 14h à 18h  
(visites guidées sur demande)

### Anne-Claire GUELLEC

Responsable du musée numérique - Micro-Folie de Vence

T. 04 93 58 15 78 • [microfolievence@gmail.com](mailto:microfolievence@gmail.com)



# 02



ATELIERS D'ÉCRITURE ATELIERS CRÉATIFS.....	16
EXERCICES DOUX TECHNIQUE ALEXANDER.....	17
PILATES .....	17
GYM ADAPTÉE.....	18
GYM DYNAMIQUE.....	18
BABY GYM.....	19
SOPHRO DANSE .....	19
HATHA YOGA .....	20
YOGA... UN VOYAGE VERS SOI !...21	
YOGA TRADITIONNEL .....	21
NATHAYOGA .....	22
TAI CHI CHUAN.....	23
DO IN ET QI GONG : LA VOIE DE L'ÉNERGIE .....	23
QI GONG/YAN SHOU GONG.....	24
SOPHROLOGIE ET MÉDITATION ..25	



# BIEN-ÊTRE

## ATELIERS D'ÉCRITURE - ATELIERS CRÉATIFS

(écriture et lecture à voix haute - journal créatif) ☀



Libérez votre créativité ! Ces ateliers sont des espaces hors du temps, rien que pour vous. Deux heures pour inventer, illustrer et partager vos histoires imaginaires, réelles, poétiques...

Au menu : écriture, lecture à voix haute et aussi - selon l'activité - collage, dessin, peinture... Guidé(e) par l'animatrice, encouragé(e) par le groupe, dans un cadre bienveillant, sans aucun jugement, laissez-vous porter par des propositions inspirantes. Seul objectif : trouver ou retrouver le plaisir d'écrire, la joie de créer.



**Lundi de 9h30 à 11h30**

2 séances par mois selon calendrier

**Mardi de 18h30 à 20h30**

2 séances par mois selon calendrier

**Samedi de 9h30 à 11h30**

1 séance par mois selon calendrier

**Début des ateliers le lundi 23 septembre**

**Première séance sans engagement**



**Public : adultes**

Aucun prérequis

**Sophie GONZALBES**

Association l'Écriture Nomade

T. 06 87 43 06 43 • lecriture.nomade@gmail.com

www.lecriturenomade.com

## EXERCICES DOUX - TECHNIQUE ALEXANDER ☀



Ces cours intègrent les principes de la Technique Alexander qui vous aident à améliorer votre équilibre postural, à réduire le stress et les tensions de la vie quotidienne et à vous reconnecter avec vous-même. Des exercices doux, accompagnés de musique, vous guident vers une façon plus naturelle et organique de bouger



**Jeudi de 18h30 à 19h30**

**Début des cours le jeudi 19 septembre**

**Vence Cultures - 3 Descente  
des Moulins**



**Adultes**

**Julia GILROY**

Professeure Diplômée : Danse Contemporaine & Technique  
Alexander & Learning Methods English spoken

T. 06 70 67 59 98 • Inscriptions : info@mouvementenvie.fr  
www.mouvementenvie.fr

## PILATES ☀



La méthode pilates est une gymnastique douce qui allie respiration profonde avec des exercices physiques et qui permet de renforcer les muscles profonds et améliorer la posture. Se pratique au sol sur un tapis.



**\*Mercredi de 17h30 à 18h30 / Jeudi de 15h30 à 16h30**

**Début des cours le mercredi 11 septembre**

**Nadia LEROYER**

T. 04 93 58 19 50

## GYM ADAPTÉE



Maintenir sa forme physique en associant des exercices d'équilibre, de coordination, de renforcement musculaire et cardiovasculaire et d'assouplissement. Un cours partagé où l'on se dépense dans une quête de bien-être (exercices debout et assis).



Lundi de 9h à 10h et 10h à 11h  
Mardi de 10h à 11h  
Vendredi de 10h à 11h

Début des cours le lundi 16 septembre  
Séance d'essai offerte



Séniors Niveau 1

## GYM DYNAMIQUE



Se maintenir en forme par du renforcement musculaire et cardiovasculaire, de la coordination et de l'assouplissement. Un cours en musique qui dynamise le corps et l'esprit (exercices debout et au sol sur tapis).



Lundi de 11h à 12h  
Mardi de 11h à 12h  
Jeudi de 11h à 12h  
Vendredi de 11h à 12h

Début des cours le lundi 16 septembre



Séniors Niveau 2

Séance d'essai offerte.

Amandine CHERBUY

Master en Activités Physiques Adaptées et Santé

T. 06 66 89 73 62 • acherbuy.apa@gmail.com

## BABY GYM NOUVEAU



Découvrez l'univers enchanté de la baby gym. Je propose des séances spécialement conçues pour les tout-petits favorisant le développement moteur et cognitif de votre enfant à travers un monde de mouvements, de jeux et de découvertes. Venez partager avec lui des moments de complicité et de joie où chaque saut, chaque roulade et chaque éclat de rire participent à son épanouissement et éveillent ses sens.



Jeudi de 9h à 9h45 ou de 9h45 à 10h30  
Début des cours le jeudi 3 octobre



De la marche de l'enfant à ses 3 ans

Amandine CHERBUY

Master en Activités Physiques Adaptées et Santé

T. 06 66 89 73 62 • acherbuy.apa@gmail.com

## SOPHRO DANSE ☀



La sophro-danse est un subtil mélange entre la sophrologie et la danse improvisée. C'est une méthode de libération émotionnelle et corporelle. Véritable voyage sensoriel, nous irons à la rencontre de notre corps, de nos sensations, de nos émotions, et nous laisserons le corps les exprimer dans une danse libre improvisée et spontanée.



Mardi de 19h à 20h30  
Début des cours le mardi 17 septembre



Public : adultes  
Aucun prérequis

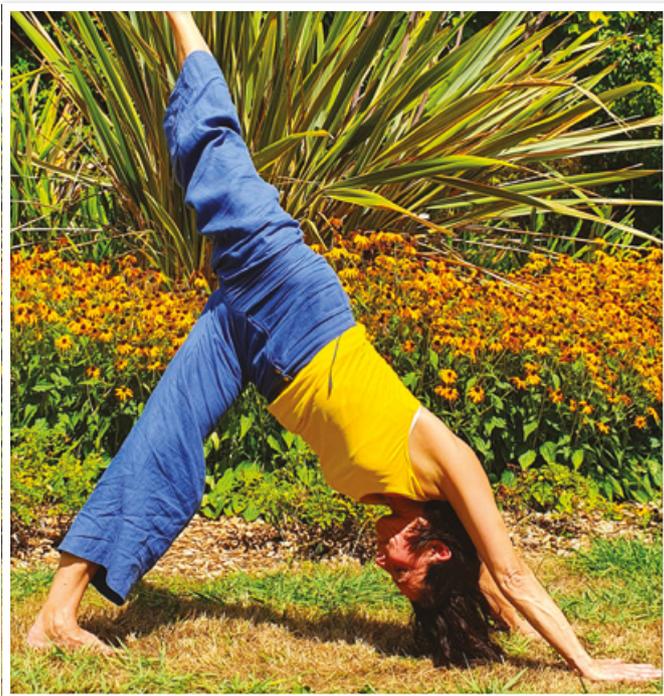
Dalila SEDIRA

Art-thérapeute - Sophrologue RNCP

Master art-thérapie - Université Descartes

T. 06 01 77 67 68 • infos@terredanseresilience.com  
www.terredanseresilience.com

## HATHA YOGA ☀



Avec moi c'est le Yoga qui s'adapte à la personne !

Grâce à votre Souffle vous allez pratiquer les postures (asanas) avec bienveillance pour atteindre le juste équilibre. Mon Yoga s'ancre dans la philosophie de Patañjali. Je vous invite à un réel Lâcher Prise avec des cours évolutifs.

Ce sont mes élèves qui en parlent le mieux : [yogacarline.fr](http://yogacarline.fr)

J'offre dans mes cours d'1h15, la synthèse de toutes mes compétences acquises, yoga(s), communication non violente, anatomie, hypnose, méditation, engagement pour vous accompagner afin d'apprendre à mieux relier votre corps agile à votre mental en joie.

🕒 **Lundi de 12h15 à 13h30**  
**Mardi de 9h30 à 10h45**  
**Mardi de 12h15 à 13h30**  
**Mardi de 19h à 20h15**  
**Judi de 12h15 à 13h30**  
**Judi de 19h à 20h15**

**Yoga adapté :**  
**Lundi de 14h30 à 15h45**  
**Judi de 9h30 à 10h45**

**Début des cours**  
**le lundi 9 septembre**

### CARLINE

Association Yoga : Le Souffle Du Mouvement

T. 06 30 44 83 56 • [www.yogacarline.fr](http://www.yogacarline.fr)

## YOGA... UN VOYAGE VERS SOI ! ☀



Par les postures, le souffle, la concentration, la relaxation et l'approche de la méditation, entamez un voyage vers vous. Ouvert à tous, venez prendre un temps pour vous !

🕒 **Mercredi de 14h à 15h**

La 1<sup>ère</sup> séance est offerte

**Début des cours le mercredi 11 septembre**

👤 **Ouvert à tous**  
**8 à 18 ans**

### Laurence KOWALCZYK

Association Yoga Namaste. Professeur des écoles, de yoga (Yoga alliance) et diplômée TYE. Techniques du Yoga dans l'Education

T. 06 09 07 63 27 • [laurence.yoga06@gmail.com](mailto:laurence.yoga06@gmail.com)

## YOGA TRADITIONNEL



Les cours pratiqués s'inspire de la méthode de BKS Iyengar caractérisée par la pratique des postures (asana) et de la respiration (pranayama), dans la recherche de la rigueur, de l'intensité et de la précision.

Ces trois grands principes de base permettent à chacun non seulement de développer un meilleur équilibre physique et mental, d'augmenter sa vitalité, sa concentration et sa stabilité, mais aussi d'aller vers une belle ouverture aux autres et au monde. La relaxation et la méditation font également partie intégrante de la pratique.

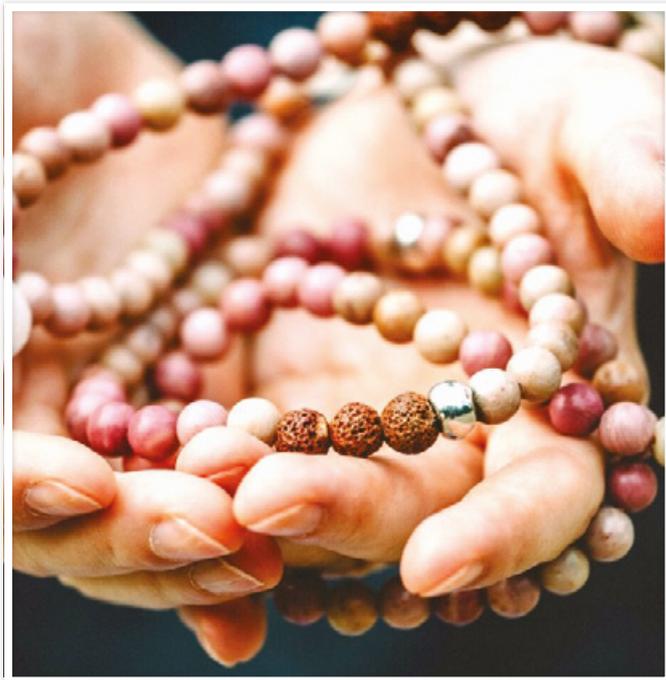
🕒 **Lundi de 9h15 à 10h45**

### VENCE YOGA

Toutes les informations concernant l'association se trouve sur le site : [www.vence-yoga.com](http://www.vence-yoga.com)

T. 06 30 38 92 78 • [info@vence-yoga.com](mailto:info@vence-yoga.com)

## NATHAYOGA NOUVEAU



Le Nathayoga, pratique ancestrale de purification présente depuis plus de 5000 ans, a pour objectif d'éveiller et d'améliorer les qualités spirituelles, mentales et physiques de l'être humain.

Il a pour particularité de mettre en avant l'immobilité, la verticalité, la tenue des postures dans le temps. Chaque posture s'accompagne d'un puissant travail du souffle, de la visualisation, de la concentration, des mantras et des mudras.

Pratiqué régulièrement, la Nathayoga permet d'acquérir une meilleure santé physique et mentale, ainsi qu'une plus grande énergie au quotidien. Il invite à un dépassement de soi instaurant ainsi une transformation sans artifice, profonde et durable.

 **Lundi de 10h30 à 12h et le mercredi de 18h15 à 19h45**  
*Début des cours le lundi 16 septembre*  
 Vence Cultures - 3 Descente des Moulins

**Audrey LE RESTE**  
 Association 6sensarts

T. 06 80 93 40 28

## TAI CHI CHUAN



Joël enseigne le tai chi au Centre Culturel depuis 20 ans. Cet art martial interne très doux et ouvert à tous propose un rééquilibrage du yin et du yang.

 **Mercredi de 18h30 à 20h**  
*Début des cours le mercredi 4 septembre*

**Joël KRAIF**  
 Enseignant diplômé d'état

T. 07 64 20 29 56

## DO IN ET QI GONG : LA VOIE DE L'ÉNERGIE



Le Do In est une technique japonaise proche du shiatsu, qui permet de pratiquer sur soi même. Il est basé sur le concept des méridiens d'acupuncture.

L'automassage de certaines zones du corps, de points sur les méridiens, les étirements associés à la respiration et la méditation favorisent la détente et une meilleure circulation de l'énergie.

C'est une pratique énergétique visant à prévenir les déséquilibres du corps au quotidien en harmonisant l'énergie vitale.

 **Lundi de 18h à 19h**  
**Mardi de 11h à 12h**  
*Début des cours le lundi 23 septembre*

**Cynthia FERREIRA**  
 Animatrice Do In certifiée de la FFST

T. 06 22 22 05 51

## QI GONG/YAN SHOU GONG ☀



Ou Art de la longévité, est une forme de Qi Gong, basée sur la philosophie du Yin et du Yang. Il se présente comme des mouvements fluides et harmonieux qui s'effectuent lentement, sans efforts. Ils engendrent une relaxation toujours plus profonde du corps et de l'esprit.

Le stress et la nervosité s'évacuent.

Le **Qi GONG/YAN SHOU GONG** permet l'activation des organes internes. Tous les fascias, ligaments, articulations et tendons sont sollicités. L'exercice régulier de ces mouvements détendus et concentrés a un effet positif et renforce l'organisme.

Le **QI GONG/YAN SHOU GONG** est à la fois un art martial interne et une pratique de bien-être et de soin. Chacun peut circuler d'une sensibilité à une autre suivant son choix.

Aucune des 2 orientations n'est figée, celles-ci sont toutes les deux inscrites dans notre corps, et nous y voyageons suivant les événements vécus.

Le **QI**, ou "souffle de vie", est activé et harmonisé, il recommence à circuler librement dans le corps. La respiration se fait plus profonde, les organes internes sont renforcés, l'immunité s'en trouve facilitée.



Lundi de 17h à 18h  
Lundi de 18h à 19h30

Début des cours le lundi 9 septembre



Adultes

Jean-Louis GAUTHIER

T. 06 76 70 94 72 • jeanlouisgauthier@free.fr

f @ Yan shou Gong Vence  
www.facebook.com/share/okYHnCsNh2Eckjt

## SOPHROLOGIE ET MÉDITATION ☀



La Sophrologie et la Méditation proposent un entraînement personnel basé sur des techniques de relaxation et d'activation du corps et de l'esprit.

Ces disciplines se fondent sur l'observation et l'étude de la conscience, de la perception corporelle et de la relation corps-esprit, ainsi que leur influence sur le mode de vie.

L'objectif étant d'aider à renforcer les attitudes et valeurs positives au quotidien et de développer les capacités de gestion active du stress.

Des temps d'échange en groupe sont aussi proposés.



Lundi de 19h15 à 20h30  
Mardi de 9h30 à 10h45

Début des cours le 23 septembre

Cynthia FERREIRA

Master spécialiste en Sophrologie Caycédiennne, branche prévention et contrôle du stress et développement personnel. Diplôme universitaire de Méditation, Relation thérapeutique et Soins.

T. 06 22 22 05 51



DANSE CLASSIQUE ET JAZZ.....	28
DANSE ORIENTALE, BOLLYWOOD, TRIBAL, ANDALOUS.....	29
ATELIER K-POP.....	29
SALSA CUBAINE, BACHATA, KIZOMBA.....	30
SALSA, ROCK ET BACHATA.....	31
DANSE CONTEMPORAINE.....	32
NEW STYLE - HIP-HOP CHORÉGRAPHIÉ.....	33
RAGGA AFRO.....	33

## DANSE CLASSIQUE ET JAZZ 🌞



Professeur de danse diplômée d'Etat avec expériences internationales, Carole VERGIAT vous propose des cours de danse classique et jazz pour les enfants (garçons et filles) à partir de 4 ans et pour les ados tous niveaux. Cours de technique pour les plus avancés avec préparation aux concours.

- 🕒 **Éveil : mercredi 11h30 ou mercredi 16h15 ou samedi 9h30**
- Initiation 1 : mercredi 9h30 ou samedi 10h15**
- Jazz initiation 1 : mercredi 10h30**
- Initiation 2 : mercredi 14h30 et samedi 10h30**
- Jazz initiation 2 : mercredi 13h30 ou samedi 11h30**

- Pré-Pro enfants : mardi 17h15 et mercredi 14h30 et samedi 9h30**
- Jazz Pré-Pro : mercredi 13h30 et samedi 11h30**
- Moyen : vendredi 18h30 et samedi 11h30**
- Jazz moyen : samedi 13h30**
- Pré-Pro Ados : mardi 18h15, mercredi 15h30, vendredi 18h30, samedi 11h30**
- Jazz Pré-Pro : samedi 13h30**

*Cours particulier sur demande.*

*Stage de rentrée : du 26 au 30 août inclus avec un professeur de l'Opéra de Paris.*

*Début des cours le mardi 10 septembre.  
Cours d'essai offert en septembre.*

👤 À partir de 4 ans et pour les ados tous niveaux

### ASSOCIATION ARABESQUE - CAROLE VERGIAT

#### Renseignements et inscriptions :

Samedi 07 septembre au Forum des Associations de Vence  
Par téléphone au 07 67 86 77 24 Cours d'essai offert

T. 07 67 86 77 24 • arabesque.danse.06@gmail.com

## DANSE ORIENTALE, BOLLYWOOD, TRIBAL, ANDALOUS 🌞



- 🕒 **Lundi de 19h à 20h30**  
Adultes et ados avancés
- Vendredi de 19h à 20h30**  
Adultes et ados débutants

*Début des cours le  
lundi 09 septembre*

**Djahida BOUCHARD**

T. 04 93 58 19 50

## ATELIER K-POP 🌞



Rejoins notre groupe de K-POP !

Karine et Darah te propose cet atelier K-POP, danse et chant. Cela s'adresse aux 13-18 ans, boys & girls. Viens danser les choré. et chanter les chansons de tes idoles. Nous préparons, ensemble, les 4 spectacles. Chacun peut proposer ses préférences. Nous choisissons le nom du groupe ensemble également, idem pour les costumes. Rien n'est imposé ! C'est une création commune.

- 🕒 **Mercredi de 16h10 à 17h40**  
*Début des ateliers et cours d'essai  
le mercredi 25 septembre*

👤 13 - 18 ans

Vence Cultures - 3 Descente des Moulins

### Infos et inscriptions Karine FOUCARD

T. 06 11 23 93 71 • Kfp22@hotmail.fr

## SALSA CUBAINE, BACHATA, KIZOMBA



Spécialisé dans de nombreux styles de danses différentes et pour vous offrir la meilleure expérience d'apprentissage dans la Salsa, Bachata et Kizomba...

Venez essayer les cours avec Dinho

*"Vous avez toujours eu envie d'apprendre à danser la Salsa Cubaine, la Bachata ou la Kizomba?"*

*Alors venez dans nos classes de danses, apprendre avec la bonne humeur du professeur Dinho Caballero et créer des liens avec les autres danseurs et danseuses en partageant l'amour pour les danses et la musique Latina."*

**Lundi**

**19h15 à 20h15** Salsa cubaine

**20h15 à 21h15** Bachata

**21h15 à 22h15** Kizomba

**Vence Cultures**

**3 Descente des Moulins**

**Mercredi**

**19h30 à 20h30** : bachata intermédiaires

**20h45 à 21h45** : Kizomba intermédiaires

**Centre Culturel**

**28 Avenue Henri Isnard**

**Vendredi**

**18h30 à 19h15** : Salsa débutants

**19h15 à 20h** : Bachata débutants

**20h à 21h** : Salsa cubaine

**21h à 22h** : Bachata

**22h à 23h** : Kizomba

**Centre Culturel**

**28 Avenue Henri Isnard**

*1<sup>er</sup> cours offert.*

**Début des cours le lundi 2 septembre**

**CONTACT**

T. 06 52 23 51 63 • dinhosalsabachata@gmail.com

## SALSA, ROCK ET BACHATA ☀



Faites le 1<sup>er</sup> pas et ensemble nous ferons le reste.

Référence des danses de couple, l'École vous propose des cours où se conjuguent convivialité, partage, pédagogie, dynamisme et technique

Des formules à la carte (10, 20, 30 cours) sont proposées vous permettant de venir à votre convenance, sans limite de temps.

Votre 1<sup>er</sup> cours d'essai est offert, quand vous le souhaitez, toute l'année et sans prévenir.

Alors, seul(e) ou en couple, venez comme vous êtes !

À très bientôt, pour des moments d'évasion, de rencontre et de plaisir.

**Lundi de 19h30 à 20h30**

Salsa débutants

**Lundi de 20h30 à 21h30**

Salsa intermédiaires et avancés

**Lundi de 21h30 à 22h30**

Bachata intermédiaires et avancés

**Mardi de 19h30 à 20h30**

Rock débutants

**Mardi de 20h30 à 21h30**

Bachata débutants

**Début des cours**

**le lundi 2 septembre**

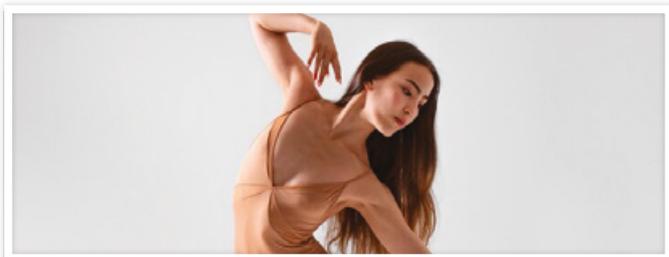
**LE RIVIERA DANCE CENTER**

Johan

T. 06 62 63 91 44 • yohantrdc@yahoo.fr • www.purdanse.com

f Salsa La Colle Vence

## DANSE CONTEMPORAINE ☀️



La danse contemporaine incorpore le mouvement naturel du corps et est influencée par d'autres styles de danse. Des exercices de danse simples, accompagné de musique, mènent à une courte routine. Il s'agit d'une introduction agréable pour les amateurs de danse.

- 🕒 **Jeudi de 19h45 à 20h45**  
Début des cours le jeudi 19 septembre
- 👤 **Adultes débutants**

Vence Cultures - 3 Descente des Moulins

## DANSE CONTEMPORAINE ☀️



Le cours suit la structure traditionnelle d'exercices d'échauffement menant à une petite chorégraphie en musique et est plus exigeant que le cours pour débutants.

Le mouvement organique de la danse contemporaine se prête également à la danse libre qui est parfois intégrée au cours.

- 🕒 **Mardi de 20h45 à 22h15**  
Début des cours le mardi 17 septembre  
Séance d'essai offerte
- 👤 **Adultes intermédiaires**

**Julia GILROY**

Professeur diplômée en danse contemporaine / Maîtrise de danse

T. 06 70 67 59 98 • info@mouvementenvie.fr  
www.mouvementenvie.fr

## NEW STYLE - HIP-HOP CHORÉGRAPHIÉ ☀️



- 🕒 **Mercredi de 16h45 à 17h30**  
4-6 ans
- Mercredi de 18h30 à 19h30.**  
Cours Talon (Hells Class)  
À partir de 16 ans
- Jeudi de 17h à 18h** 6 à 10 ans  
(primaire) Street dance.
- Jeudi de 18h à 19h**  
10-12 ans. Street dance
- Jeudi de 20h à 21h30 Confirmés**  
Prévoir 25€ ou 30€ au 2<sup>e</sup> trimestre pour l'achat des costumes du spectacle de fin d'année.  
Cours pendant les vacances scolaires de printemps.  
Début des cours le mercredi 11 septembre

**Nadia LEROYER**

T. 04 93 58 19 50

## RAGGA AFRO ☀️



- 🕒 **Mercredi de 19h30 à 20h30.**  
Ados / Adultes
- Jeudi de 19h à 20h**  
Ados/Adultes
- Début des cours le mercredi 11 septembre**
- Prévoir 25€ ou 30€ au 2<sup>e</sup> trimestre pour l'achat des costumes du spectacle de fin d'année.  
Cours pendant les vacances scolaires de printemps.

**Nadia LEROYER**

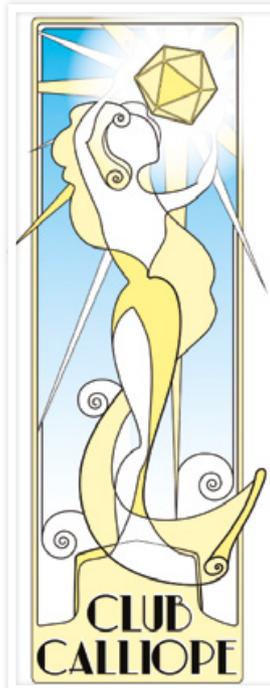
T. 04 93 58 19 50

04





## CALLIOPE



Vous aimez jouer, vous aimez la culture de l'imaginaire et les grandes aventures ? Rejoignez-nous !

Le jeu de rôle est un loisir social, ludique et romanesque, à la croisée du jeu de société et du théâtre d'improvisation.

Que vous soyez néophytes ou grands connaisseurs de Donjons & Dragons, vous serez bienvenus aux traditionnelles séances hebdomadaires du Club, mais aussi à des rencontres exceptionnelles : réunions spéciales autour d'un thème, soirées enquête, participations aux conventions et événements ludiques de la région (tels que l'incontournable Festival International des Jeux, à Cannes)...

 **Retrouvez nous chaque vendredi de 20h à 1h**

Consultez notre site internet pour le programme complet.

 **Jeunes adultes et adultes**

*Début des activités le vendredi 06 septembre*

**Club CALLIOPE**

Association Ludique de Vence

T. 06 20 03 26 06 • [www.club-calliope.fr](http://www.club-calliope.fr)

05



WILLKOMMEN

*Bywa*



*Selamat Datang*



ALLEMAND ..... 40  
FRANÇAIS POUR ÉTRANGERS ..... 41  
ANGLAIS ..... 42  
ITALIEN ..... 43

# LANGUES

ALLEMAND 

Vous avez fait de l'allemand et croyez avoir tout oublié ?

Votre mémoire vous étonnera ! Venez rafraîchir vos notions, prendre plaisir à progresser et échanger dans une ambiance conviviale...

L'Allemagne étant le premier partenaire économique de la France, de bonnes notions de la langue allemande sont en plus un atout indéniable !

Cours d'1h30 en petit groupe ouvert aux adultes et aux étudiants :  
Grammaire - Traduction - Conversation



Vendredi de 10h à 11h30

**Début des cours vendredi 13 septembre**  
**Premier cours d'essai gratuit !**

Journée "Porte ouverte" samedi 7 septembre de 10h à 13h  
au Centre Culturel



Niveau intermédiaire / avancé

**Claudine JULIEN**

T. 06 11 49 95 58 • [info@frenchforforeigners.com](mailto:info@frenchforforeigners.com)

FRANÇAIS POUR ÉTRANGERS 

Pour nos amis étrangers qui vivent et/ou travaillent dans notre région :

Do you want to improve your French ? Do you live in France or are you spending your holiday there ? Would you like to speak with more confidence ?

I'm at your service ! My name is Claudine Julien and I'm a native French teacher. Cours de 1h30 / 90 min. classes in small groups in a friendly atmosphere...



Lundi / Monday de 14h15 à 15h45 *Advanced level / Conversation*

Lundi / Monday de 16h à 17h30 *False Beginners*

Mardi / Tuesday de 14h30 à 16h *Intermediate level*

**Début des cours / First class**

**lundi 9 septembre / Monday September 9<sup>th</sup>**

**Premier cours découverte offert ! / First test class free !**

"Porte ouverte" : Samedi 7 septembre de 10h à 13h

"Open day" : Saturday September 7<sup>th</sup> from 10<sup>am</sup> to 1<sup>pm</sup>

**Claudine JULIEN**

T. 06 11 49 95 58 • [info@frenchforforeigners.com](mailto:info@frenchforforeigners.com)

## ANGLAIS 🇬🇧 ☀️



Cours d'anglais pour adultes (ados bienvenus) basés sur de la lecture, écoute et conversations sur des thèmes variés.

Les groupes seront constitués de 5 à 10 élèves, règlement au trimestre.



Trois niveaux les jeudis après-midi :

Débutants (A1) de 15h30 à 17h

Intermédiaires (A2 - B1) de 17h à 18h30

Avancés (B2 - C1+) de 18h30 à 20h

*Début des cours le jeudi 12 septembre*



Ados / Adultes

Pour plus d'information, merci de contacter Sylvie

T. 06 23 84 40 47

## ITALIEN 🇮🇹 ☀️



Buongiorno a tutti ! Venez apprendre la belle langue italienne, ainsi que sa culture et son histoire.



Lundi et mardi entre 9h et 18h

Tous niveaux.

*Journée porte ouverte jeudi*

*19 septembre de 10h à 12h*

*Début des cours le lundi 7 octobre*



Niveaux débutants

A1 - A2

Niveaux intermédiaire

B1 - B2

Niveaux Avancés

C1 - C2

Donatella MARRARA PETTINI

T. 06 86 27 03 70 • donatella.marrara@gmail.com

06



ATELIER COUTURE ..... 46  
APPRENTISSAGE  
AU TOUR DE POTIER..... 46  
ATELIER CÉRAMIQUE..... 47

# LOISIRS CREATIFS

## ATELIER COUTURE ☀



Vous avez envie d'apprendre à coudre à la machine ? Ou vous voulez coudre vos propres créations ? Karin sera à vos côtés pour vous apprendre les techniques de couture et vous accompagner dans vos réalisations : cours de 3h hebdomadaires.

🕒 **Mardi de 9h30 à 12h30**  
**Mercredi de 14h à 17h**  
**Jeudi de 9h30 à 12h30**  
**Jeudi de 14h à 17h**  
**Jeudi de 17h à 20h**  
**Vendredi de 14h à 17h**  
**Vendredi de 17h à 20h**

👤 **Niveaux débutants et confirmés**

**Début des cours le mardi 10 septembre**

**Karin JANSSEN**

T. 06 23 22 69 12

## APPRENTISSAGE AU TOUR DE POTIER



Avec notre association, apprenez le tournage de la terre et des techniques de décoration. 3 tours de potier et un four sont mis à disposition.

🕒 **Lundi de 18h à 21h avec Jocelyn Mercier**  
**Mercredi de 18h à 21h avec Jocelyn Mercier**  
**Jeudi de 10h à 13h avec Lydie Ferreira**

👤 **Tous niveaux**

**Début des cours le lundi 16 septembre**

**JOCELYN**

Formé à l'école de céramique de Vallauris et Président de l'association des Tours et des Meules

T. 06 60 53 22 52 • j.mercier06140@gmail.com

## ATELIER CÉRAMIQUE ☀



Pour apprendre des techniques en céramique, préciser votre geste, réaliser des pièces abouties et stimuler votre créativité, venez partager des moments de plaisir au contact de la terre !

🕒 **APPRENTISSAGE POUR ADULTES & ADOS (2h, 2h30 ou 3h)**  
**Mardi de 14h45 à 17h45**  
*Poterie - modelage - décoration*  
**Mardi de 17h45 à 20h45**  
*Poterie - tournage débutants*  
**Mercredi de 15h30 à 17h30**  
*Modelage - décoration - tournage débutants (11-99 ans)*

**APPRENTISSAGE POUR ENFANTS (2h)**

**Mercredi de 13h30 à 15h30**  
*Poterie - modelage - décoration (6-12 ans)*

**Début des cours le mardi 10 septembre**

*Outils, matériels, matériaux, cuissons fournis !*

**Vence Cultures, 3 Descente des Moulins**

*Et peut-être en plus, selon le nombre d'inscrits :*

**Mardi de 12h15 à 14h45**  
*Poterie - modelage - décoration*  
**Mercredi de 17h30 à 20h**  
*Modelage - décoration - tournage débutants (11-99 ans)*

👤 **Tous niveaux**

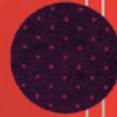
**LOR, céramiste**

École des Beaux Arts Céramique Vallauris :  
 - Formation pro et Diplôme des Arts du Feu 2015,  
 - Section Jeunes Créateurs 2016

T. 06 81 64 40 09 • lor.k@free.fr

📷 @terresenvie Site : lor-céramiste

07



# MUSIQUE

BATTERIE.....	50
GUITARE ET BASSE.....	50
PIANO.....	51
PIANO JAZZ.....	51
CHANT CHORALE.....	52



## BATTERIE 🌞



🕒 Mercredi de 17h à 20h30

Nouveau : cours spécial senior adulte, ados, enfant à partir de 10 ans

👤 Cours tous niveaux

*Début des cours le mercredi 25 septembre*

## ASSOCIATION UNIBATS

T. 06 09 20 80 33 • jpdalmassy@gmail.com  
www.drumprivilege.com

## GUITARE ET BASSE 🌞



Guitare classique, acoustique, électrique, jazz, rock, hard rock, métal. Improvisation et composition. Durée du cours : 1h.

🕒 Lundi de 16h à 20h  
Mardi de 17h à 21h  
Mercredi de 13h à 20h  
Jeudi de 17h à 20h  
Vendredi de 17h à 20h  
Samedi de 9h à 19h

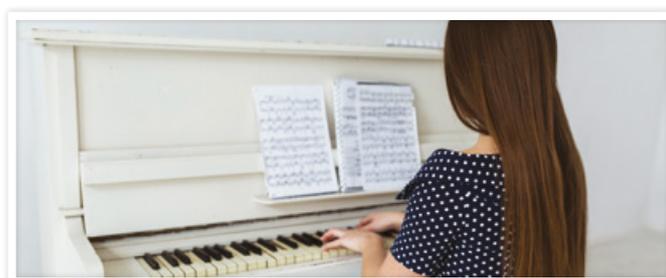
👤 Enfants  
à partir de 8 ans  
Ados / Adultes

*Début des cours le lundi 2 septembre*

## Michel TRIVENTI

T. 06 63 45 83 82

## PIANO 🌞



Il n'est jamais trop tard pour se mettre au piano ! Apprenez à jouer du piano à votre rythme. Le plaisir, la rigueur et la bienveillance, guident ces cours. Du parfait débutant au pianiste confirmé, les leçons sont adaptées aux envies de chacun, pour que jouer du piano soit un plaisir.

Tatiana vous transmettra la passion pour cet instrument avec une délicatesse et une certaine rigueur, afin d'avancer tout en douceur et surtout avec plaisir. Alors si vous aussi, vous rêvez depuis longtemps de savoir jouer du piano, n'attendez plus pour concrétiser vos envies !

🕒 Mercredi entre 9h et 17h

*Début des cours le mercredi 11 septembre*

👤 Tous niveaux  
Tous âges

## Tatiana CHABAUD

T. 06 03 93 23 56 • tatiana.vishnyakova@gmail.com

## PIANO JAZZ 🌞



Cours de piano moderne. Jazz, Pop Rock, Bossa Nova, Variété.

🕒 Vendredi de 9h à 15h

*Début des cours le  
vendredi 6 septembre*

👤 Enfants à partir  
de 12 ans et adultes,  
tous niveaux

## Jean-Manuel JIMENEZ

Professeur diplômé et très expérimenté

T. 06 88 05 89 40 • jazzophie@yahoo.fr

## CHANT CHORALE



Nous vous proposons du chant-chorale et chant solo.

Au programme de la variété essentiellement française (deux ou trois titres tantôt anglais, italien ou espagnol).

Nul besoin d'être lecteur en solfège même si c'est un plus. Ce qui compte pour nous : Que vous aimiez chanter.

Pour l'instant seuls les adultes sont invités à rejoindre notre groupe de choristes. Les messieurs sont très attendus...



Mardi de 17h à 18h30  
Mercredi de 20h15 à 21h45

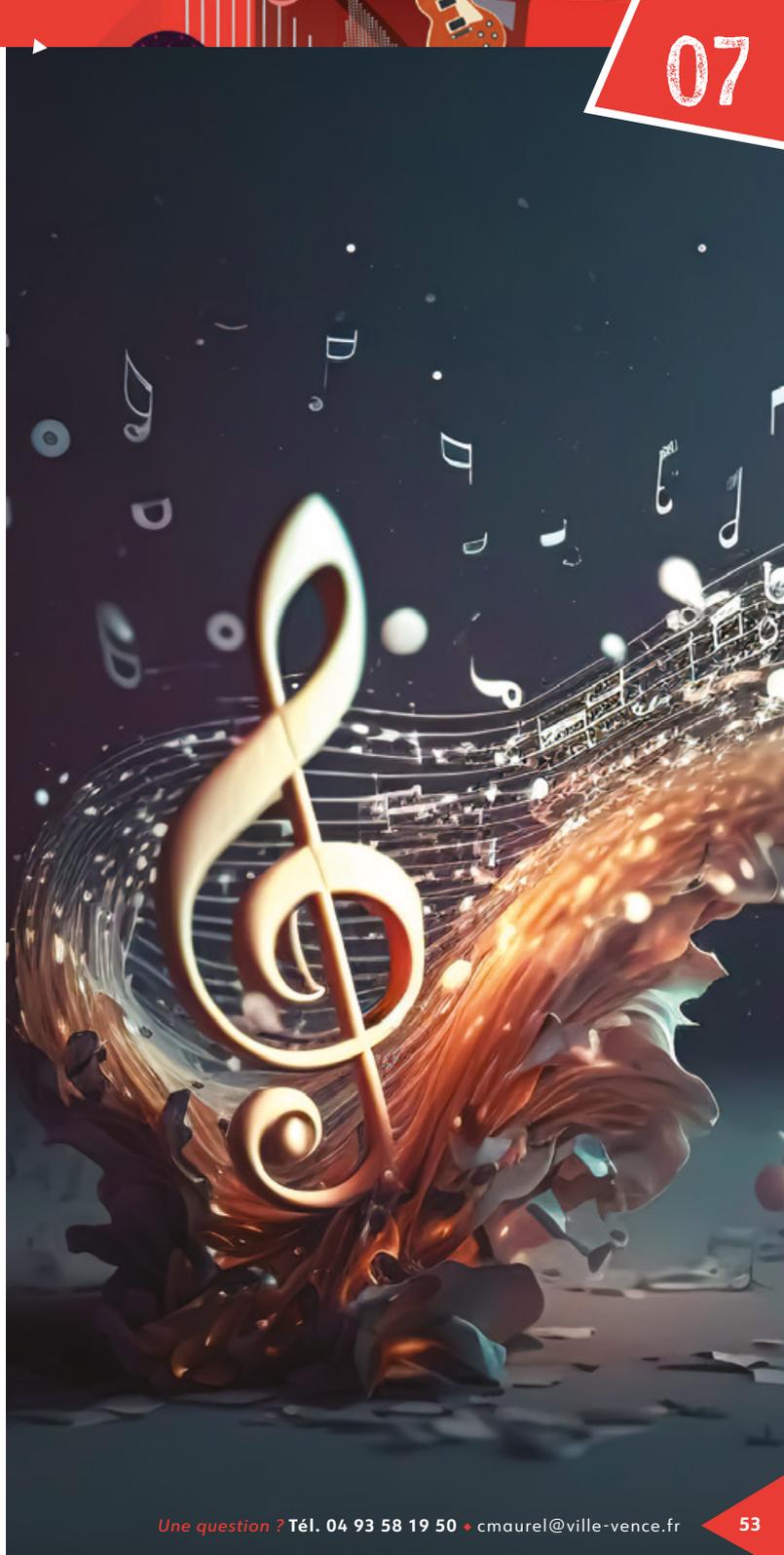


Adultes

*Début des cours le mardi 10 septembre*

**A. F ZIEGLER**

T. 06 22 11 75 23 • pduby001@free.fr



# CONDITIONS GÉNÉRALES

## INSCRIPTION ANNUELLE *Non remboursable*

### VENCE

Adultes : 12€  
Enfants : 6€  
Famille : 22€

### HORS VENCE

Adultes : 22€  
Enfants : 9€  
Famille : 27€

Certaines associations hébergées par le Centre Culturel Municipal demandent une adhésion annuelle propre à leurs statuts.

La direction se réserve le droit d'annuler toute activité dont l'effectif minimum ne serait pas atteint ou maintenu.

Tous les jours et les horaires proposés sont modulables en fonction de la demande.

### HORAIRES D'OUVERTURE DU SECRÉTARIAT :

Lundi, mardi de 9h à 12h et de 14h à 18h  
Mercredi, jeudi de 9h à 12h et de 14h à 17h  
Vendredi de 9h à 12h

### RENSEIGNEMENTS, TARIFS, INSCRIPTIONS À PARTIR DU MERCREDI 28 AOÛT.

Chèques à l'ordre du Trésor Public.

L'établissement accepte les chèques vacances. (ANCV)

Tarifs fournis sur simple demande.

**Important : les cours d'un trimestre ne se reportent pas au trimestre suivant.**

Aucun remboursement ne pourra être exigé à la Commune en cas de participation partielle à un cours, ou à un stage.

**Prendre impérativement connaissance du règlement intérieur pris par arrêté du Président de la Régie Culturelle de Vence en janvier 2020 et affiché dans les locaux.**

Des stages sont assurés pendant les vacances scolaires.







# CENTRE CULTUREL MUNICIPAL

28, avenue Henri Isnard - 06140 VENCE

**Tél. 04 93 58 19 50**

[cmaurel@ville-vence.fr](mailto:cmaurel@ville-vence.fr)

[centreculturel@ville-vence.fr](mailto:centreculturel@ville-vence.fr)

**[www.vence.fr](http://www.vence.fr)**

 [@centreculturel06140](https://www.facebook.com/centreculturel06140)

 [@vengecentreculturel](https://www.instagram.com/vengecentreculturel)



Création graphique : Laetitia Pons • ae-graphiste

Textes : Centre Culturel Municipal

Crédits photos : Eric Zaragoza - Centre Culturel Municipal - Freepick - Shutterstock

Photos et illustrations non contractuelles

*Respectez l'environnement, ne pas jeter sur la voie publique.*