



2025-2026



GUIDE DES ACTIVITÉS CULTURELLES



**Expression
Bien-Être
Danse
Arts Plastiques
Musique**

Office Municipal de la Culture et des Activités

LE MOT DU PRÉSIDENT



Pour la 2^e année consécutive, nous avons dépassé le seuil des 1000 élèves pour la saison 2024-2025.

Merci à toutes et tous pour cet encouragement à poursuivre nos actions en faveur de la Culture à Bouffémont.

Celles-ci sont rendues possibles grâce au professionnalisme et à la compétence de nos professeurs, au dévouement des bénévoles de notre Conseil d'Administration, à l'efficacité du travail quotidien de Cécile, notre coordinatrice.

Nous remercions également nos partenaires associatifs et le Collège Léonard de Vinci, ainsi bien évidemment que la municipalité de Bouffémont. Elle met gracieusement les salles d'activités à notre disposition et nous permet, par le biais de la subvention, d'équilibrer notre budget.

Nous sommes fiers de pratiquer la tarification des cours basée sur le quotient familial, contrairement aux villes voisines qui pratiquent le tarif unique. Cela permet d'adapter le prix des activités et de notre colonie de vacances BravoColo, aux revenus des familles.

La saison dernière, les Lundis de la Culture étaient consacrés aux femmes dans la peinture, la sculpture, la musique, afin d'attirer l'attention sur ces artistes méconnues et d'encourager les combats pour l'égalité des droits.

Même si le thème choisi pour cette saison 2025-2026 est le Romantisme au 19^e siècle, nous poursuivrons ces engagements jusqu'à ce que les femmes soient reconnues les égales des hommes dans tous les domaines.

Le Guitarr Guest Festival d'avril 2025 nous a donné l'idée d'alterner une année sur deux avec un Music Guest festival, ouvert à d'autres instruments, d'autres sons, d'autres rythmes. Dans le même esprit, nous organiserons en février un Festival de théâtre : 3 jours pour offrir aux habitants de notre ville (et des alentours !) l'occasion de spectacles vivants au travers de pièces de différents genres.

Vous le voyez, nous poursuivons les nouveautés dans la continuité d'une action qui, grâce à vous, fait vivre la Culture à Bouffémont, à un moment où elle est si malmenée dans de trop nombreux endroits dans le monde mais aussi, hélas, en France.

Nous vous souhaitons une belle saison culturelle !

Bien à vous

Alain DAUDE
Président

ACTIVITÉS

L'inscription est annuelle et vous pouvez vous inscrire jusqu'à fin février.

Le paiement peut s'effectuer en 5 fois maximum, par périodes inter congés scolaires et selon différents moyens : CB, chèques, espèces, bons ANCV.

Pour offrir l'accès au plus grand nombre, **nos tarifs sont calculés à partir du quotient familial** (voir page 21), moyen le plus équitable pour participer aux activités au prix le plus juste.

Les activités débiteront le lundi 15 septembre et se termineront entre le 20 et le 27 juin.

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

Des nouveautés sont au programme : calligraphie/enluminures, réveil corporel, poterie, ukulélé, s'ajoutant à la longue liste des activités.

Bouffémont s'enorgueillit de cette richesse culturelle.

STAGES

D'une durée de 1 à 5 jours, nos stages accueillent enfants, ados et adultes durant les congés scolaires d'octobre, de février et d'avril.

Les programmes détaillés seront publiés au moins 4 semaines avant le début des stages.

SPECTACLES ET ÉVÉNEMENTS

Pièces de théâtre, concerts, expositions, conférences, rencontres... les évènements seront encore nombreux cette saison.

Dimanche 5 octobre, 17h, Centre de Loisirs : « Les crapauds fous » de Mélody Mourey.

Une comédie d'aventure, des moments d'humour pur et d'émotions vives, l'histoire vraie d'une vaste supercherie dans la Pologne de 1940 !

Spectacle ouvert à toutes et tous (**gratuit pour nos adhérents**).

Les Lundis de la Culture, qui entament leur 13e saison (et même la 15e pour Lecture et Partage), suscitent toujours le même enthousiasme avec plus de 100 participations chaque mois. Virginie vous attend dès le lundi 1er septembre pour une reprise en fanfare avec Niki de Saint Phalle.

Alain, Benoit et Sylvie prendront le relais les semaines suivantes (voir calendrier page 6).

Les voitures de collection vous attendent chaque 3e dimanche sur le parking du Centre Culturel pour vous faire rêver devant des modèles anciens, des carrosseries rutilantes...

Directeur de la publication : Alain DAUDE, Président.

Direction artistique : Cécile PETIT, Coordinatrice.

Conseiller éditorial : Hervé BOMMEL, Bénévole.

Crédits photographiques : OMCA/FreePik

Impression : Wagram Edition - Bezons

QUELLES ACTIVITÉS

	3/6 ans*	6/12 ans*	12/18 ans*	+18 ans	+60 ans
Pages 6 à 8	EXPRESSION				
Lundis de la Culture			✓	✓	✓
Anglais	✓	✓		✓	✓
Arabe	✓	✓	✓	✓	✓
Portugais		✓	✓	✓	✓
Espagnol				✓	✓
Italien		✓	✓	✓	✓
Théâtre		✓	✓	✓	✓
Lire et Faire Lire				✓	✓
Page 9	BIEN-ÊTRE				
Sophrologie				✓	✓
Réveil Corporel				✓	✓
Stretching Postural				✓	✓
Atelier P.I.E.D.					✓
Pages 10 à 13	DANSE				
Éveil à la Danse	✓				
Danse Contemporaine			✓	✓	✓
Danse Modern'jazz		✓	✓	✓	✓
Zumba		✓	✓	✓	
Danse Dynamique					✓
Kudurofit			✓	✓	
Danse Classique		✓	✓	✓	✓
Hip-Hop		✓	✓	✓	✓
Danse de Salon				✓	✓
Line Dance				✓	✓
Danse Orientale			✓	✓	✓
Capoeira & co.		✓			
Danse Africaine				✓	✓

POUR QUEL ÂGE ?

	3/6 ans*	6/12 ans*	12/18 ans*	+18 ans	+60 ans
Pages 14 à 16	ARTS PLASTIQUES				
Arts Plastiques		✓			
Dessin et Graphisme		✓	✓		
BD, Manga, Illustration		✓	✓		
Dessin & Techniques			✓	✓	
Calligraphie & Enlum.		✓	✓	✓	✓
Atelier Couture				✓	✓
Cartonnage				✓	✓
Tricot et Crochet		✓	✓	✓	✓
Aquarelle				✓	✓
Dentelle aux fuseaux				✓	✓
Poterie			✓	✓	✓
Pages 17 à 20	MUSIQUE				
Éveil Musical	✓	✓			
Solfège		✓	✓	✓	✓
Chant			✓	✓	✓
Piano		✓	✓	✓	✓
Flûte Traversière/à bec	✓	✓	✓	✓	✓
Batterie		✓	✓	✓	✓
Ukulélé		✓	✓	✓	✓
Guitare		✓	✓	✓	✓
Violon / Violon Alto		✓	✓	✓	✓
Batucada				✓	✓
Ateliers de Musiques			✓	✓	✓
Atelier Spectacle				✓	✓
Studio de répétition				✓	✓

*Âges à affiner via le détail de chaque activité.

LES LUNDIS DE LA CULTURE

Nous vous proposons 4 rendez-vous mensuels d'1h30, destinés à mettre en valeur et à développer la diversité culturelle, chacun étant consacré à une thématique particulière. Ils se déroulent, **chaque lundi, à 18h, au Centre Culturel** (1 rue Jean-Baptiste Clément à Bouffémont), sauf les Rendez-vous Poésie marqués d'un "T" dans le tableau ci-dessous, qui se déroulent par téléphone.



1er lundi du mois = ART : Virginie GIMARAY, conférencière professionnelle parisienne, consacre ses conférences à l'art en général (peinture, sculpture).

Elle les anime d'une manière vivante, voire théâtrale et les illustre avec des projections. Pour cette saison, romantisme et présentation d'expositions en cours. En transition avec la saison « Femmes »,

Virginie débutera par Niki de Saint-Phalle. Elle accompagne également des sorties "Hors les murs" (visites de musées ou de lieux spécifiques).

2e lundi du mois = LECTURE : Alain DAUDE anime des rencontres autour d'un ou plusieurs livres, ou d'un auteur invité (Irène Frain, Grégor Péan, Catherine Bardon, pour en citer quelques-uns ...). Les participants présentent leurs lectures « coup de cœur » par un exposé plus ou moins détaillé selon l'envie, avant d'échanger ensemble.

Il peut s'agir d'ouvrages classiques, de textes récemment édités ou de livres découvertes après avoir lu un article ou entendu un auteur.



3e lundi du mois = MUSIQUE : Benoit DESOUCHES, grand amateur de musique classique, vous fera découvrir sa passion pour des œuvres, des compositeurs, des chefs d'orchestre, des interprètes... en les illustrant musicalement avec des projections. Cette année Benoit parlera de la période romantique du 19e siècle et nous fréquenterons les salons de musique, les salles de concert et d'opéra.

4e lundi du mois = POÉSIE : Sylvie CABIOC'H coordonne les lectures de poèmes et de textes choisis par les participants. Quelques-uns lisent leurs propres créations, d'autres font redécouvrir des œuvres peut-être un peu oubliées ou découvrir de nouveaux textes. Ces séances se déroulent en présentiel ou par téléphone.



CALENDRIER DES SÉANCES

Tarif spécial
(voir page 23)

	ART	LECTURE	MUSIQUE	POÉSIE
Septembre	1	8	15	22
Octobre	13	6	20	27 T
Novembre	3	10	17	24
Décembre	1	8	15	-
Janvier	5	12	19	26
Février	2	9	16	23 T
Mars	9	16	23	30
Avril	13	-	20	27 T
Mai	4	11	18	-
Juin	1	8	15	22

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

EXPRESSION

7

ANGLAIS LUDIQUE

Animé par Hania

Tout-petits / Enfants

Atelier ludique d'anglais

Privilégier une approche ludique adaptée à chaque âge, à travers la chanson, le coloriage, les petits dialogues et les jeux.



De 3 à 6 ans

Vendredi 17h15-18h15 • Espace Lesseps

De 7 à 11 ans

Vendredi 18h15-19h15 • Espace Lesseps

De 7 à 11 ans

Vendredi 19h15-20h15 • Espace Lesseps

Tarif A

ESPAGNOL

Animé par Cyrille

Adultes

Hola amigos
y amigas !

Êtes-vous prêts(es) à apprendre l'espagnol de manière amusante tout en 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



ANGLAIS

Animé par Breffnì

Adultes



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

Niveau 1

Mardi 11h30-12h30 • Espace Lesseps

Niveau 2

Mardi 9h00-10h00 • Espace Lesseps

Niveau 3

Mardi 10h15-11h15 • Espace Lesseps

Tarif B

ARABE

Animé par Rana

**Tout-petits / Enfants /
Ados / Adultes**



L'arabe classique au travers d'activités ludiques adaptées (chanson, jeux, cartes...). Apprendre à communiquer par oral et par écrit.

De 4 à 6 ans

Samedi 13h00-14h00 • Centre Culturel

De 7 à 10 ans

Samedi 14h00-15h00 • Centre Culturel

Samedi 15h15-16h15 • Centre Culturel

De 10 à 14 ans

Samedi 16h15-17h15 • Centre Culturel

Ados et adultes

Samedi 17h15-18h15 • Centre Culturel

Samedi 18h30-19h30 • Centre Culturel

Tarif B

EXPRESSION

THÉÂTRE

Animé par Bastien & Noémie

**Enfants / Ados /
Adultes**



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 !

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

Adultes

Mercredi 20h00-21h30 - Centre de Loisirs

Tarif C

PORTUGAIS

Enfants/Adultes



Approche ludique adaptée à chaque âge à travers la chanson, la musique, les coloriages, les jeux de rôle, l'art. Les objectifs sont d'acquérir les premières bases du portugais et de développer son expression orale à travers ces activités entièrement conduites en portugais.

Pour tous

Jour, lieu et horaires en attente

Tarif B

ITALIEN

Ados / Adultes



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. Pour tous les niveaux, apprentissage de l'oral et de l'écrit.

2 niveaux

Jour, lieu et horaires en attente

Tarif B

LIRE ET FAIRE LIRE

Animé par des bénévoles

Adultes



Rejoignez nos bénévoles qui offrent un peu de leurs 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

Gratuit pour les adhérents

BIEN-ÊTRE

9

SOPHROLOGIE

Animé par Juliette

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 9h30-10h45 • Centre Culturel

Vendredi 10h45-12h00 • Centre Culturel

Tarif B

STRETCHING POSTURAL®

Méthode J.P. Moreau

Animé par Cécile

Adultes



Le Stretching Postural est un véritable jeu de construction, lent, progressif et toujours contrôlé, où l'étirement et les contractions musculaires aboutissent à un travail statique du corps dans sa globalité.

Adultes

Samedi 8h45-9h45 • Centre Culturel

Tarif B

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 +60 ans - Certificat médical demandé

Lundi 9h00-10h00 • Centre Culturel

Lundi 10h15-11h15 • Centre Culturel

Tarif A

RÉVEIL CORPOREL

Animé par Eléa

Adultes

NOUVEAU



Cette activité s'adresse à tous quelle que soit sa condition physique. Elle allie bien-être et détente, éducation du corps et amélioration de la posture, réveil des perceptions, libération de la respiration, assouplissement et tonification, prévention du mal de dos, des douleurs articulaires et du stress.

Adultes

Mardi 14h30-16h00 • Centre Culturel

Vendredi 15h15-16h45 • Centre Culturel

Tarif B

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 3-4 ans

Mercredi 10h00-11h00 • Centre Culturel

Initiation 5-6 ans

Mercredi 11h00-12h00 • Centre Culturel

Tarif A

CAPOEIRA & CO.

Animé par Jean-Marc
Enfants

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.



6-12 ans

Judi 17h30-18h30 • 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 !

6-10 ans

Mercredi 15h30-16h30

• Centre Culturel

10-14 ans

Mercredi 16h30-17h30

• 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

DANSE MODERN'JAZZ

Animé par Eléa et Sonia

Enfants / Ados / Adultes

Expression née dans les studios new-yorkais où l'énergie, les rythmes syncopés, les arrêts, les silences, la dynamique et la surprise favorisent l'expression individuelle, le "feeling". Elle puise dans le travail rythmique tout en gardant le côté technique... Une danse qui vous permettra d'exprimer vos émotions et d'évacuer les tensions du quotidien.

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

11-13 ans

Jeudi 17h30-19h00 • Centre Culturel

13-17 ans

Jeudi 19h00-20h30 • Centre Culturel

Adultes

Jeudi 20h30-22h00 • Centre Culturel

Tarif B

HIP-HOP

Animé par Abibou

Enfants / Ados / Adultes



Le hip-hop 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.

7-13 ans - La Team

Vendredi 18h30-19h30 • Centre Culturel

13-18 ans - Le Crew

Vendredi 19h30-20h30 • Centre Culturel

Adultes - Le Squad

Vendredi 20h30-21h30 • Centre Culturel

Tarif B

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 et 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 10h30-12h00 • 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.

6-12 ans

Lundi 17h30-18h30 • Centre Culturel

+ 16 ans

Mercredi 19h00-20h00 • Centre Culturel

Tarif B



KUDUROFIT

Animé par Ana

Ados / Adultes

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 DYNAMIQUE

Animé par Ana

Adultes

Bougez et amusez-vous avec la Danse Dynamique ! Une Zumba douce, parfaite pour améliorer équilibre et coordination. Ambiance joyeuse garantie !

NOUVEAU



Adultes +60

Lundi 16h30-17h30 • Centre Culturel

Tarif B

DANSE ORIENTALE

Ados / Adultes

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/Adultes

Jour, lieu et horaires en attente

Tarif B

DANSE

DANSE CONTEMPORAINE

Animé par Élise

Ados / Adultes

Découvrez la danse contemporaine : améliorez technique, conscience corporelle et mémoire. Renforcement, souplesse, mouvements au sol et improvisations. Exprimez-vous !



+ 14 ans

Mercredi 17h30-19h00 • Centre Culturel

Tarif B

LINE DANCE

Animé par Philippe

Adultes

A la fois artistique et physique, la danse en ligne fait autant travailler les neurones que le corps ! Venez danser le Cha-Cha, la Samba, la Valse, le Rock....



Adultes

Vendredi 17h45-18h45

• 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.



DANSE DE SALON SENIOR

Animé par Philippe

Adultes

Pour rester en forme, bien vieillir et avoir le moral, il faut se bouger. Toutes les générations se prennent de passion pour la samba, la rumba, le rock, le Cha-Cha, la valse et même le tango... De plus, la danse de salon est excellente pour la santé et le moral.

Adultes

Vendredi 18h45-20h15 • Centre Culturel

Tarif B

Adultes +60 ans

Jedi 14h30-16h00 • Centre Culturel

Tarif B

ARTS PLASTIQUES

DESSIN & GRAPHISME

Animé par Marie-Noëlle

Enfants / Ados



Eveillez votre créativité ! Inspirez-vous de divers artistes et mouvements pour explorer, reproduire et interpréter, en développant votre propre style, du plus figuratif au plus graphique.

Enfants - 6/11 ans

Mercredi 14h00-15h00 • Centre Culturel

Ados - 11/17 ans

Mercredi 15h15-16h45 • Centre Culturel

Tarif B

DESSIN & TECHNIQUES

Animé par Rodolphe

Ados / Adultes



Ces cours vous apprendront les bases du dessin : anatomie, perspective et proportions justes. Vous dessinerez portraits, animaux, paysages et natures mortes pour améliorer votre technique et manipulerez des outils graphiques divers et colorés.

Ados/Adultes - 12/25 ans

Mardi 18h45-20h15 • Centre Culturel

Tarif C

BANDE-DESSINÉE, MANGA, ILLUSTRATION

Animé par Rodolphe

Enfants / Ados

Apprenez les techniques de la BD (personnages, décors, textes) à travers des scénarios personnalisés. Choisissez votre style (BD, Manga, Comics) et réalisez vos propres planches ou illustrations.



De 8 à 15 ans

Mardi 17h15-18h45 • Centre Culturel

Tarif B

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 14h30-16h30 • Centre Culturel

Tarif C

CALLIGRAPHIE & ENLUMINURE

NOUVEAU

Animé par Christophe

Ados / Adultes

Tracer des lettres pour donner vie à des textes était considéré comme sacré. Venez découvrir cet art qui vous fera voyager. Offrez-vous un moment suspendu pour apprendre l'art des belles lettres et explorer l'enluminure en mettant en pratique ce savoir ancestral. Parchemins, menus, cartes d'invitation ou d'anniversaire, faire-part... autant d'occasions pour mettre en pratique ce savoir ancestral au quotidien.

**Enfants +9 ans/Ados/Adultes**

Lundi 18h30-20h00 • Espace Lesseps

Tarif B

ARTS PLASTIQUES

Animé par Caroline

Enfants / Ados

Découvrez le plaisir de créer de vos mains des attrape-rêves, cadres, objets déco et lampes ! Cet atelier vous propose d'explorer diverses techniques telles que le macramé, le serviettage, la peinture sur verre et l'origami. Idéal pour débiter ou explorer de nouvelles facettes de votre créativité.

**De 8 à 12 ans**

Mercredi 17h00-19h00 • Centre Culturel

Tarif C

POTERIE

Animé par Sophie

Ados / Adultes**NOUVEAU**

Ces cours de poterie, qui se déroulent à Presles, vous offrent un espace de créativité et de détente. Vous apprendrez les techniques de base du modelage ou du tournage, pour créer des pièces de plus en plus complexes. L'accès aux engobes et émaux est inclus pour la finition de vos œuvres.

**Modelage +15 ans**

Mardi 18h30-20h30 • Presles

Tournage +15 ans

Samedi 14h30-16h30 • Presles

Samedi 18h30-20h30 • Presles

Tarif Unique - Par trimestre

ARTS PLASTIQUES

DENTELLE AUX FUSEAUX

Animé par Agnès et Martine

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

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 16h30-17h30 • Espace Lesseps

Adultes

Mercredi 17h30-19h30 • Espace Lesseps

Tarif A

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 et convivial.



Adultes (une fois par mois)

Lundi 9h30-16h00 • Centre Culturel

Tarif unique

ÉVEIL & INITIATION MUSICALE

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

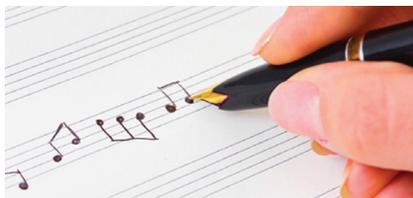
Lundi 18h00-19h00 • Centre Culturel

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 17h45-18h15 • Espace Lesseps

Intermédiaires

Jeudi 18h15-18h45 • Espace Lesseps

Tarif unique : ouvert prioritairement 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/ou en groupe.

Ados

Lundi 19h00-20h30 • Centre Culturel

Tarif B

Adultes

Lundi 20h30-23h00 • Centre Culturel

Tarif unique



MUSIQUE

FLûTE TRAVERSIÈRE FLûTE À BEC

Animé par Doris

**Enfants / Ados /
Adultes**

La flûte traversière ou à bec permet de jouer dans une très large palette de styles musicaux. Grâce aux flûtes à bec, les enfants peuvent commencer à jouer dès l'âge de 5 ans.



Cours individuels (30 mn)

Enfants dès 5 ans

Lundi et Jeudi • Espace Lesseps

Tarif D

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 • Espace Lesseps

Tarif D

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

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

Mardi et mercredi • Espace Lesseps

Tarif D

UKULÉLÉ

Animé par Matthieu

Enfants / Ados / Adultes

NOUVEAU



Envie d'apprendre un instrument facile à prendre en main? Que vous soyez débutant ou que vous ayez déjà quelques notions, venez explorer les accords, les rythmes et les mélodies de ce petit instrument ensoleillé.

Cours individuels (30 mn)

Enfants dès 7 ans

Mercredi et samedi • Espace Lesseps

Tarif D

GUITARE

acoustique • électrique • guitare basse

Animé par Antonin et Gérald

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 et samedi • Espace Lesseps

Tarif D



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

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.



Adultes Niveau 1
Mardi 19h30-21h30 • Centre de Loisirs
Adultes Niveau 2
Lundi 19h30-21h30 • Centre de Loisirs
Tarif B

ATELIER SPECTACLE

Animé par Anouk
Adultes

L'Atelier spectacle consiste en exercices individuels : transmission de l'émotion, mobilité dans l'espace scénique, gestion des énergies... ainsi que d'exercices collectifs : détente corporelle, pose de la voix, respiration, dynamique du corps.



Adultes
Lundi 20h30-22h30 • Centre Culturel
Tarif unique

ATELIERS DE MUSIQUES

Animés par Antonin, Gulshat et Matthieu
Enfants / Ados / Adultes

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
Dates et horaires 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

TARIFS 2025/2026



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.
Nous acceptons les paiements par CB/Espèces/Chèques/ANCV.**

TARIFS	Selon votre quotient familial (justificatif à fournir dès l'inscription)											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Ext.1	Ext.2
Tarifs A	68€	78 €	90 €	106€	124 €	134€	152 €	164 €	180 €	192 €	164 €	210 €
Tarifs B	90€	106 €	128 €	147€	164 €	180€	202 €	216 €	234 €	252 €	216 €	264 €
Tarifs C	112€	132 €	162 €	184€	206 €	226€	254 €	270 €	294 €	316 €	270 €	332 €
Tarifs D	274€	302 €	340 €	372€	408 €	436€	470 €	506 €	536 €	572 €	470 €	608 €

TARIFS UNIQUES (quel que soit votre Quotient Familial)	Activité	Tarif
	▪ Chant Adultes	381 €
	▪ Solfège	75 €
	▪ Atelier Spectacle	430 €
	▪ Studio de Répétition	70 €
	▪ Couture	50 €
	▪ Poterie (par trimestre)	Modelage : 300€ - Tournage : 410€
	▪ Stage Enfants / Ados/Adultes	Selon l'activité et la durée

TARIFS - Les Lundis de la Culture	Abonnement - 10 mois*	30 €
	Abonnement - 5 mois* au choix	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.

Quelques-uns de nos événements 2024/25

THÉÂTRE BOUFFÉMONT
Fête de la ville
AU CENTRE DE LOISIRS RUE CHAMPOLLION 95750 BOUFFÉMONT

GALAS DE DANSE
AU CENTRE DE LOISIRS Rue Champollion Bouffémont
13 JUN 20H
14 JUN 15H
14 JUN 20H
15 JUN 15H
Réservation et billetterie au Centre Culturel 1 RUE JEAN-BAPTISTE CLÉMENT - 95750 BOUFFÉMONT contact@onca-bouffemont.fr - 01 39 91 92 10

SALON D'AUTOMNE

2024
DU 23 NOVEMBRE AU 8 DÉCEMBRE
Hôtel de Ville BOUFFÉMONT
PEINTURES
SCULPTURES
PHOTOGRAPHIES
Horaires Hôtel de Ville : Lundi 14h00-17h00, Mardi 14h00-17h00, Mercredi 14h00-17h00, Jeudi 14h00-17h00, Vendredi 14h00-17h00, Samedi 14h00-17h00, Dimanche 14h00-17h00

LES PETITS CONCERTS DES ÉLÈVES
DE L'ÉCOLE DE MUSIQUE
BATTERIE
GUITARE
FLÛTE
PIANO
VIOLON
SAMEDI 21 JUN À PARTIR DE 9H AU CENTRE CULTUREL DE BOUFFÉMONT GRATUIT

JAZZ
CONCERT HOMMAGE
LES DERNIERS MUSICIENS, SES ANCIENS ÉLÈVES, LES MANDOS DE LA GUITARE ET LES AMIS D'OPERA.
SAMEDI 16 NOV. 20H30 AU CENTRE DE LOISIRS RUE CHAMPOLLION 95750 BOUFFÉMONT
CULTUREL BOUFFÉMONT 0007.fr

e préfère on reste amis
Comédie de LAURENT RUQUIER
Gratuit - Nombre de places limité
Ouverture des portes 19h30 - Réservation conseillée
BILLETTERIE EN PRÉVENTE AU CENTRE CULTUREL
RENSEIGNEMENTS : CONTACT@ONCA-BOUFFEMONT.FR

FÊTE DE LA MUSIQUE DE BOUFFÉMONT
À PARTIR DE 18H30 SUR LE PARCOURS DU CENTRE CULTUREL
ATELIER SPÉCIAL : QUINZAINES ENFANTS, SÉMINAIRE PARENTS ENFANTS, MARCHÉ LOCAL
VENDREDI 20 JUN CONCERTS GRATUITS
RESTAURATION SUR PLACE
Centre Culturel - rue Jean-Baptiste Clément - 95750 Bouffémont
contact@onca-bouffemont.fr - 01 39 91 92 10

FAN BONAI
18-19 ans : 10€ / Tarifs adhérents : 12€ (-10 ans : 1€) Jusqu'à 10 ans : Gratuit
Billetterie en prévente au Centre Culturel
Renseignements : contact@onca-bouffemont.fr

D'ORANGE
UNE PIÈCE DE M. DOUGLAS HOME
26 octobre - 20h30
Centre de Loisirs 95750 Bouffémont

TROUZ AR MOR
rock culturelle

NYM KHOSILIR
rock progressif

LOIZA
RnB alternatif

GUITAR GUEST FESTIVAL
SAMEDI 12 AVRIL À PARTIR DE 17H00 (OUVERTURE DES PORTES 18H00)
CENTRE DE LOISIRS RUE CHAMPOLLION BOUFFÉMONT
19€ / 14€ (adhésion ONCA) / Gratuit (-10 ans)
Réservation conseillée - Nombre de places limité
STANDS - BUUVETTE - FOOD TRUCK
BILLETTERIE EN PRÉVENTE AU CENTRE CULTUREL
RENSEIGNEMENTS : CONTACT@ONCA-BOUFFEMONT.FR

CONCERT VOCAL DE NOËL DE NOËL
VENDREDI 13 DEC. 20H30
AU CENTRE DE LOISIRS RUE CHAMPOLLION 95750 BOUFFÉMONT
Tarifs : 12€ (-10 ans : 1€) / Tarifs adhérents : 10€ (-10 ans : 1€) / Jusqu'à 10 ans : Gratuit
BILLETTERIE EN PRÉVENTE AU CENTRE CULTUREL
RENSEIGNEMENTS : CONTACT@ONCA-BOUFFEMONT.FR

TÊTES DE CHIEN
Vendredi 13 Dec. 20h30
AU CENTRE DE LOISIRS RUE CHAMPOLLION 95750 BOUFFÉMONT
Tarifs : 12€ (-10 ans : 1€) / Tarifs adhérents : 10€ (-10 ans : 1€) / Jusqu'à 10 ans : Gratuit
BILLETTERIE EN PRÉVENTE AU CENTRE CULTUREL
RENSEIGNEMENTS : CONTACT@ONCA-BOUFFEMONT.FR

PALASSOTHERAPIE
Réservation et billetterie au Centre Culturel 1 RUE JEAN-BAPTISTE CLÉMENT - 95750 BOUFFÉMONT contact@onca-bouffemont.fr - 01 39 91 92 10

SÉJOURS ÉTÉ 2025
DU 18 AU 25 JUILLET dans la Sarthe (72)
7-11 ANS
12-15 ANS
INSCRIPTION À L'ONCA - INSCRIPTION SPÉCIALE POUR NOS ADHÉRENTS
CONTACT@ONCA-BOUFFEMONT.FR - 01 39 91 92 10
CENTRE CULTUREL - 1 RUE JEAN-BAPTISTE CLÉMENT - 95750 BOUFFÉMONT

La vie d'une femme
par Del et Alain F.
Samedi 15 Mars 19h30
Une vie, une pièce, une histoire.
AU CENTRE CULTUREL 1 RUE JEAN-BAPTISTE CLÉMENT 95750 BOUFFÉMONT

INFOS PRATIQUES

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

Ecole de Musique

12, rue Ferdinand de Lesseps
95570 Bouffémont



CENTRE DE LOISIRS

Salle de spectacle

Rue Champollion
95570 Bouffémont



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



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

RESTEZ CONNECTÉS À LA CULTURE !

Envie de ne rien manquer des activités et événements culturels passionnants qui animent notre ville de Bouffémont ? L'OMCA a tout prévu pour vous !

Abonnez-vous dès maintenant à notre newsletter et recevez directement dans votre boîte mail toutes les informations sur les prochains spectacles, expositions, ateliers, conférences et bien plus encore. C'est le moyen le plus simple de rester informé et de profiter pleinement de la richesse culturelle de Bouffémont.

Pour vous inscrire, rien de plus facile : envoyez un email avec pour objet "Inscription newsletter" à contact@omca-bouffemont.fr

Rejoignez notre communauté de passionnés de Culture !

POUR NOUS CONTACTER :

 01 39 91 92 18

 contact@omca-bouffemont.fr



BOUFFÉMONT



omca-bouffemont.fr



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



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