

Association
**PHALSBOURG
LOISIRS**

PROGRAMME DES ACTIVITÉS
2020-2021

UNE RENTRÉE PARTICULIÈRE...

A l'heure où nous mettons ce programme sous presse, beaucoup d'incertitudes demeurent sur les protocoles qu'il nous faudra adopter pour garantir la sécurité sanitaire de chaque personne durant nos activités.

Pour autant, nous voulons croire que nos activités pourront se dérouler dans les meilleures conditions possibles.

Ce livret présente donc le programme de la saison 2020-2021 sous sa forme "habituelle". Si vous souhaitez rejoindre l'une de nos activités, nous vous demandons néanmoins de bien vouloir consulter notre site internet : il sera mis à jour régulièrement, et nous permettra de vous communiquer les informations les plus récentes concernant les conditions de participation (masques, jauges, consignes spécifiques...). Vous le retrouverez à cette adresse :

www.phalsbourg-loisirs.fr

Vous pouvez également nous contacter par mail ou par téléphone pour plus de renseignements.

Par ailleurs, si vous souhaitez vous réinscrire à une activité que vous pratiquiez l'année dernière, vous bénéficierez d'une **réduction de 10%** sur le tarif de celle-ci.

En attendant de nous retrouver dans les espaces d'expression, de pratique et de convivialité que constituent nos activités, prenons soin les un-es des autres,

Nous vous souhaitons une rentrée la plus sereine possible.

L'équipe de l'association Phalsbourg Loisirs

INFOS PRATIQUES

- ❑ Les activités hebdomadaires commencent à partir du :

28 septembre 2020

à l'exception du Jardin musical et de l'activité Permaculture
(samedi 26 septembre 2020)

- ❑ Pour participer à nos activités, il vous faut adhérer à l'association :

Carte Individuelle : 12 € - Carte Familiale : 18 €

- ❑ Vous souhaitez découvrir une activité ? La première séance est gratuite ! Toutefois, certaines activités ne peuvent accueillir qu'un nombre limité de participant-es.

- ❑ Première inscription ? Un **certificat médical d'aptitude** est nécessaire pour les activités Yoga, Yoga Douceur et Arts du Cirque.

- ❑ Les activités sont proposées sous réserve d'un nombre minimum d'inscrit-es.

- ❑ **Les inscriptions sont annuelles.**

Le règlement des activités peut être effectué en 3 chèques encaissés successivement dans les 3 mois suivant l'inscription.

- ❑ Remboursement/annulation : les informations relatives aux motifs de remboursement et/ou d'annulation figurent dans le règlement intérieur de l'association, disponible à l'accueil.

- ❑ Stage d'une journée : les repas sont tirés du sac ou pris sous forme d' "auberge espagnole" (chaque personne amène quelque chose à partager).



QUI VEUT FAIRE QUOI ?

Pour les petits

<input type="checkbox"/> Arts du Cirque : dès 4 ans	p. 07
<input type="checkbox"/> Improvisation théâtrale : de 7 à 12 ans	p. 09
<input type="checkbox"/> Jardin Musical : de 1 à 4 ans	p. 08
<input type="checkbox"/> Atelier Théâtre : à partir de 7 ans	p. 10
<input type="checkbox"/> Arts Plastiques : de 6 à 10 ans	p. 14
<input type="checkbox"/> Poterie Enfants : de 6 à 10 ans	p. 14
<input type="checkbox"/> Stage d'Arts Plastiques : dès 7 ans	p. 15
<input type="checkbox"/> Les vacances : dès 4 ans	p. 19

Pour les plus grands

<input type="checkbox"/> Yoga : adultes	p. 06
<input type="checkbox"/> Yoga Douceur : adultes	p. 06
<input type="checkbox"/> Les Jeudis de l'amitié : adultes	p. 06
<input type="checkbox"/> Atelier Couture : adultes et ados	p. 07
<input type="checkbox"/> Improvisation théâtrale : adultes et ados	p. 09
<input type="checkbox"/> Atelier Théâtre : jusqu'à 14 ans	p. 10
<input type="checkbox"/> Vers la permaculture : adultes	p. 11
<input type="checkbox"/> Poterie/modelage : adultes et ados	p. 13
<input type="checkbox"/> Vannerie : adultes	p. 12
<input type="checkbox"/> Stages et initiations	p. 15
<input type="checkbox"/> Le Club Ados	p. 18



YOGA



Un travail postural dans l'accompagnement du souffle afin d'acquérir souplesse et paix intérieure. Les cours sont dispensés par une enseignante stagiaire de la Fédération Française de Hatha Yoga.

Adultes

Mardi

19h30 - 21h00

Mercredi

10h15 - 11h45

Lieu : École primaire de Trois-Maisons

Tarifs : Phalsbourgeois : 171 € - Extérieurs : 185 €

Intervenante : Aline Fève

YOGA DOUCEUR

Travail axé sur la prise de conscience du corps en douceur, la respiration et la relaxation.

Adultes

Mardi

18h00 - 19h15

Lieu : École primaire de Trois-Maisons

Tarifs : Phalsbourgeois : 156 € - Extérieurs : 171 €

Intervenante : Aline Fève

LES JEUDIS DE L'AMITIE

Club de bricolage autonome.

Contact : Huguette Moutier - 03.87.24.17.89

ATELIER COUTURE

Partagez un moment de détente tout en apprenant les bases de la couture. Claudine vous guidera dans vos travaux et vos choix. Atelier créatif mais aussi pratique pour apprendre à retoucher et customiser vos vêtements.

Adultes et adolescents

Jeudi

18h00 - 20h00

Lieu : Phalsbourg Loisirs

Tarifs : Phalsbourgeois : 165 €

Extérieurs : 180 €

Intervenante : Claudine Zell



ARTS DU CIRQUE

Découvrir son corps de manière ludique, développer son équilibre et ses capacités motrices, manipuler des objets de jonglerie, laisser s'exprimer sa créativité... C'est tout un monde de découvertes qui s'ouvre aux enfants dans les ateliers d'Arts du Cirque !



Un certificat médical d'aptitude est nécessaire pour cette activité, ainsi qu'une tenue souple et des chaussons de gym.

4 - 6 ans

Mercredi

9h00 - 10h00

4 - 6 ans

Mercredi

10h00 - 11h00

7 ans et +

Mercredi

11h00 - 12h00

Ados (12 et +)

Mercredi

14h00 - 15h30

Lieu : Salle Weill, Phalsbourg

Tarifs : Matin (1h) :

- Phalsbourgeois : 150 €

- Extérieurs : 165 €

Après-midi (1h30) :

- Phalsbourgeois : 185 €

- Extérieurs : 200 €

Intervenante : Anne Kretz

Intervenante : Aurore Didiot

JARDIN MUSICAL

Le jardin musical propose des comptines, chansons, danses et jeux sonores, ainsi que des mini-concerts. Les enfants y découvrent différentes notions musicales (le timbre, le rythme, la pulsation, des gestes musicaux...).

Enfants (1 - 4 ans) Samedi 1x/mois 10h30 - 11h30
Présence obligatoire d'un parent jusqu'à 3 ans

Dates : - première séance le 26/09, puis le 03/10, 07/11, 05/12,
- séance spéciale "Noël" le 19/12,
- 09/01, 06/02, 06/03, 10/04 et 08/05

Lieu : Salle des fêtes, Phalsbourg

Tarifs : Phalsbourgeois : 50 € - Extérieurs : 60 €

Intervenante : Hélène Oswald



IMPROVISATION THEATRALE JUNIORS

Une activité collective où tout le monde trouve sa place ; l'impro c'est avant tout un groupe qui apprend à jouer ensemble. Le théâtre est ici abordé comme un sport d'équipe ; on y apprend des règles et des techniques, et on rencontre d'autres joueurs et joueuses. L'essentiel est l'envie de s'amuser !

Poussins (7-12 ans)	Mercredi	15h30 - 17h00
Ados (13-18 ans)	Mercredi	17h30 - 19h00

Lieu : Salle des fêtes, Phalsbourg

Tarifs : Phalsbourgeois : 120 €

Extérieurs : 135 €

Intervenante : Hélène Oswald



IMPROVISATION THEATRALE ADULTES

Cet atelier mensuel abordera différents aspects importants de l'improvisation théâtrale : l'écoute, l'imaginaire, le corps et l'espace, la confiance, le non-verbal... dans un travail à la fois collectif et ludique. Bienveillance et plaisir de faire ensemble sont les valeurs défendues par l'intervenante. Aucune compétence n'est exigée pour débiter, alors n'hésitez plus !

Adultes	Lundi 1x/mois	19h00 - 21h00
----------------	----------------------	----------------------

Lieu : Salle des fêtes, Phalsbourg

Tarifs : Phalsbourgeois : 100 €

Extérieurs : 115 €

Intervenante : Hélène Oswald

Dates : 28/09, 12/10,
09/11, 14/12, 11/01,
08/02, 08/03, 12/04,
10/05, 14/06

ATELIER THÉÂTRE

Cet atelier débute par la découverte de l'univers de la scène et du travail de comédien-ne : à travers des exercices, les jeunes participant-es apprennent à se connaître et à connaître les autres. Puis le groupe s'oriente vers la création d'une mise en scène originale.

Puiser dans ses émotions, prendre confiance en soi, travailler avec son corps et sa voix, partager la scène en groupe, ce sont les expériences magiques que procure le théâtre, pratiqué ici dans une atmosphère à la fois ludique et appliquée.

Enfants / Ados (7 - 14 ans) Mardi 17h30 - 19h00

Lieu : Salle des fêtes, Phalsbourg

Tarifs : Phalsbourgeois : 160 € - Extérieurs : 175 €

Intervenante : Charlotte Delesalle



VERS LA PERMACULTURE

En abordant sa troisième année d'existence, le jardin pédagogique de Phalsbourg Loisirs désire lancer plusieurs nouveaux chantiers pour étoffer ses plantations et s'engager plus avant dans sa démarche pédagogique sur les principes de la permaculture.

A travers des rencontres mensuelles programmées et d'autres en fonction des besoins du jardin, nous reviendrons sur le fonctionnement du sol et des plantes. Nous allons concevoir et commencer à implanter une forêt gourmande avec des végétaux originaux. Nous réfléchirons ensemble à l'aménagement d'un espace nature accueillant, ludique et de partage des savoirs.

Toutes les bonnes volontés et les idées de chacune et chacun seront les bienvenues pour un travail d'équipe dans la joie et la mise en commun des compétences de toutes et tous.

Adultes

Samedi 1x/mois

09h00-12h00

Dates : 26/09, 10/10, 07/11, 06/02, 20/03, 10/04, 22/05, 05/06

Tarifs : Contacter l'association courant septembre

Lieu : Locaux de Phalsbourg Loisirs et Jardin des Mille Cailloux

Intervenante : Florence Gaudry



ATELIERS D'ARTS

Des ateliers conviviaux, à destination des adultes et des enfants, pour progresser dans la découverte de techniques variées.



VANNERIE

Atelier de découverte de techniques, de formes et de matériaux utilisés en vanneries de tous horizons. Ces ateliers regroupent débutant-es et initié-es, l'entre-aide, les échanges et la convivialité y sont de mise... et les apprentissages se font à foison !



Adultes

Mercredi

19h00 - 21h00

Lieu : Atelier - Rue de l'hôpital

Tarifs : Phalsbourgeois : 204 € - Extérieurs : 219 €

Prévoir une participation pour l'achat de fournitures durant l'année.

Intervenante : Pascale Frey

POTERIE

Dans une ambiance conviviale et joyeuse, un atelier pour imaginer, créer, façonner des objets décoratifs ou utilitaires. Initiation ou perfectionnement à l'utilisation des émaux, des engobes et à toutes les techniques propres à l'argile ou à la porcelaine.

Adultes et ados

Mardi

19h00 - 21h00

Jeudi

09h00 - 11h00

Lieu : Atelier - Rue de l'hôpital

Tarifs : Phalsbourgeois : 204 €

Extérieurs : 219 €

Prévoir une participation pour l'achat de fournitures durant l'année.

Intervenante : Florence Gaudry



MODELAGE

Cet atelier, plus axé sur la sculpture, permet de découvrir le modelage de la terre dans l'étendue de ses possibilités et de ses exigences. Un thème proposé en début d'année sera l'occasion d'évoquer quelques grand-es artistes et de s'en inspirer.

Adultes et ados

Jeudi

19h00 - 21h00

Lieu : Atelier - Rue de l'hôpital

Tarifs : Phalsbourgeois : 204 € - Extérieurs : 219 €

Prévoir une participation pour l'achat de fournitures durant l'année.

Intervenante : Florence Gaudry

POTERIE ENFANTS

Explorer, pétrir et façonner la terre : c'est ce que propose cet atelier à toutes les petites mains curieuses. Guidés par Florence, les enfants feront émerger des personnages, des animaux, des objets, au gré de leurs envies.

Enfants (6-10 ans)

Mercredi

10h00 - 11h30

Lieu : Atelier - Rue de l'hôpital

Tarifs : Phalsbourgeois : 160 €

Extérieurs : 175 €

Intervenante : Florence Gaudry



ARTS PLASTIQUES ENFANTS

Un atelier d'arts plastiques pour laisser parler son imagination. En fonction des projets, les enfants vont explorer différentes techniques venues des arts plastiques et des métiers d'arts. Pascale leur ouvrira la porte d'un monde riche de sensations et de découvertes créatives.

Enfants (6-10 ans)

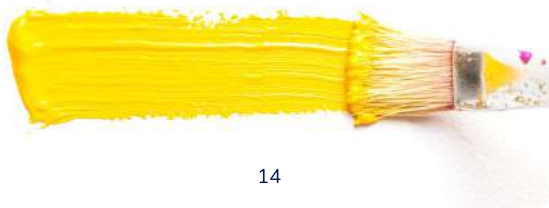
Mercredi

14h30 - 16h00

Lieu : Atelier - Rue de l'hôpital

Tarifs : Phalsbourgeois : 160 € - Extérieurs : 175 €

Intervenante : Pascale Frey



STAGES ET INITIATIONS

▷ **Stage d'Arts Plastiques Enfants** **"Les petits peuples de la forêt"**

Des trolls aux gnomes en passant par les animaux et les oiseaux de la canopée, tout un monde de mystères et de vie s'active sous les grands arbres... Une plongée au coeur des légendes de la forêt et de leurs habitants réels ou imaginaires. Tous les matériaux à notre disposition seront des supports de création, de la brindille à l'argile en passant par le papier ou les écorces...

A partir de 7 ans

Lieu : Atelier - Rue de l'hôpital

Dates : Du 22 au 26 février 2021

Horaires : 10h-12h

Intervenante : Florence Gaudry

Tarifs : Phalsbourgeois : 45 €

Extérieurs : 55 €



▷ **Informatique - Initiation Sereine**

Pour découvrir les possibilités de son ordinateur, acquérir les bases et pouvoir progresser de manière autonome dans les usages courants. Nous vous recommandons de venir avec votre propre ordinateur portable. Si vous n'êtes pas équipé-e, il est possible d'assister au cours : prenez contact avec l'association.

12 séances d'1h30 - Tout public - Débutants

Le mardi matin de 10h30 à 12h00

Dates : Début des séances : Hiver 2021

Lieu : Phalsbourg Loisirs

Tarifs : Phalsbourgeois : 52 €/session - Extérieur : 62 €/session

Intervenante : Mélanie Dumazeau

▷ **Initiation à la photographie numérique**

Découvrir son appareil, ses réglages, et les premières bases théoriques pour exploiter au mieux son matériel.

Adultes et Ados - Niveau débutant/Tout type d'appareil

Date : Samedi 28 novembre 2020

Horaires : 9h-17h

Lieu : Phalsbourg Loisirs

Tarif unique : 22 €

Intervenante : Mélanie Dumazeau



POINT INFORMATION JEUNESSE



**Vous avez des envies, des projets ?
Besoin d'aide pour la rédaction d'un CV,
d'une lettre de candidature ?
Ou simplement besoin d'une personne à qui parler ?**

Gratuit, anonyme et sans rendez-vous, le Point Information Jeunesse propose une information relative à de nombreux domaines : orientation, santé, sports, loisirs, culture....

Relais local du Centre Régional d'Information Jeunesse, le P.I.J. mène également des actions de prévention et soutient les candidats aux appels à projets jeunes.

Situé au 1er étage de la Médiathèque de Phalsbourg, au 2 rue du Collège, le P.I.J. est ouvert aux horaires suivants :

Mardi : 15h - 18h
Mercredi : 9h -12h / 13h - 17h
Vendredi : 14h - 19h

En dehors de ces horaires ou en cas d'absence de l'animatrice, vous pouvez prendre contact par téléphone au 06.41.91.63.76 ou via la page Facebook du P.I.J. :

<https://www.facebook.com/pij.phalsbourg/>

LE CLUB ADOS

En 2019, un nouveau projet est né de l'envie des ados et des jeunes du territoire : le Club Ados.

Rendez-vous mensuels ou hebdomadaires (à partir du mois de mai), sorties, développement de projets : les jeunes partagent leurs idées et construisent ensemble les propositions d'activités (karaoké, jeux, bowling...). Le groupe est encadré par Morgane, animatrice permanente de l'association. En fonction des projets, elle est accompagnée par des membres de l'équipe d'animation de l'été.

Pour mieux répondre aux besoins des jeunes, certaines activités sont proposées par tranche d'âge. Les parents sont toujours prévenus des créneaux fixés avec les jeunes, par mail ou par téléphone.

Les activités du Club Ados sont gratuites ou payantes, en fonction de ce qui est proposé. Pour être tenu-e informé-e, il suffit d'adhérer à l'association.

Les activités Ados, ce sont aussi des propositions spécifiques en été, pour les jeunes de 12 ans et + : camping, accrobranche, paint-ball, piscine...

La meilleure manière de découvrir le Club Ados, c'est de venir y passer une soirée ! On vous attend dans nos locaux, au 2 rue de l'hôpital : les ados y ont une salle dédiée.



LES VACANCES

Association de loisirs et d'éducation populaire, Phalsbourg Loisirs organise également des accueils de loisirs sans hébergement pour les enfants de 4 à 11 ans.

L'accueil se fait à la semaine.

Les inscriptions sont possibles dès la fin de la période de vacances précédente. Les places étant limitées, **n'hésitez pas à inscrire votre/vos enfant(s) dès que possible.**

Le premier accueil de loisirs de l'année scolaire aura lieu durant les vacances de la Toussaint, du 19 au 30 octobre 2020.

Sous réserve de modifications, les accueils seront ouverts durant les vacances suivantes :

- Hiver 2021 : 2 semaines
- Printemps 2021 : 2 semaines
- Été 2021 : 4 à 6 semaines

L'accueil d'été est ouvert pour les jeunes jusqu'à 17 ans.

Envie de bouger ?

L'association organise des séjours de vacances. Nous proposerons cet hiver encore notre traditionnel séjour à la montagne, en février, accessible à partir de 7 ans.



CONTACT



Horaires du secrétariat :

Du lundi au vendredi de 9h30 à 12h00
Lundi et jeudi après-midi de 14h00 à 17h00

NB : bien que l'association et le service périscolaire municipal partagent les mêmes locaux et la même secrétaire, ce sont deux structures différentes.

Association Phalsbourg Loisirs

2, rue de l'hôpital - 57370 Phalsbourg

Tel : 03 87 24 19 74

Email : contact@phalsbourg-loisirs.fr

Site internet : www.phalsbourg-loisirs.fr

Retrouvez-nous sur Facebook :

<https://www.facebook.com/phalsbourg.loisirs/>

