

ATELIERS DE PRATIQUES ARTISTIQUES & SPORTIVES

PROPOSÉS PAR LES BÉNÉVOLES DE CULTURES DU CŒUR (MARSEILLE)

Cultures du Cœur 13, antenne Marseille, propose aux structures sociales adhérentes d'**accueillir ou de participer** à des ateliers de pratiques artistiques.

Ces ateliers sont menés par l'équipe des bénévoles et sont donc soumis à leurs disponibilités. Merci à elles et eux pour leurs propositions et leur engagement.

Pour mettre en place un atelier, **contactez-nous** à l'adresse suivante : agathe.bouchet@culturesducoeur.org ou par téléphone au 07 69 80 26 90.



ARTS PLASTIQUES - AVEC LAURENCE

Laurence est professeure des écoles et regorge d'activités ludiques pour que les enfants développent leur créativité et leur imagination.

Enfants



ARTS PLASTIQUES ET SCIENCES - AVEC SOPHIE

Sophie propose un atelier dans lequel les participant.es peuvent s'exprimer par la couleurs et les formes mais aussi découvrir les liens entre art et sciences.

Adultes



THÉÂTRE - AVEC ANNE-MARIE

Anne-Marie propose un programme d'ateliers théâtre autour d'une pièce programmée à Marseille. Chaque atelier dure une journée et les participant.es à l'atelier sont invité.es à voir la représentation de la pièce en question.

Se renseigner auprès de l'antenne de Marseille pour connaître les dates. Tous niveaux acceptés. Possibilité de s'inscrire à un ou plusieurs ateliers tout au long de l'année.

Adultes



CULTURES
DU CŒUR
BOUCHES-DU-RHÔNE

ATELIERS DE PRATIQUES ARTISTIQUES & SPORTIVES

PROPOSÉS PAR LES BÉNÉVOLES DE CULTURES DU CŒUR (MARSEILLE)



AÏKI TAISO - AVEC JEAN-LUC

L'Aïki Taiso fait partie intégrante d'un cours d'Aïkido, il en est l'échauffement! Il regroupe une grande variété d'exercices: méditation, concentration, travail sur l'énergie, assouplissements, renforcement des muscles profonds, mouvements du corps, relaxation, massages...

Par ailleurs, il permet de renforcer la santé physique et mentale. Source de bien être, il améliore aussi la coordination et l'équilibre.

Cette discipline s'adresse à **tous sans limite d'âge**, sportif, débutant en Aïkido ou non.



ÉCRITURE - AVEC IDA

Ida aime les mots. Elle propose de jouer avec eux, de les retourner, les répéter, les déplier.

En s'appuyant sur des textes déjà écrits, elle invite les participant.es à écrire en partant de leur imaginaire.

Adultes



ÉCRITURE ET THÉÂTRE - AVEC GILBERT

Depuis longtemps Gilbert manie les mots et les met en scène. Que ce soit en musique ou théâtre il mêle créativité et sociabilité. Le format est à penser en commun.

Sensibilité pour les ateliers de FLE.

Tout public



ARGILE - AVEC LUCIE

Lucie propose un atelier où les enfants sont invités à mettre les mains dans la terre de manière ludique, à découvrir le plaisir du modelage et à s'initier aux différentes formes, textures et volumes de manière conviviale grâce à l'argile autodurcissante (sans cuisson). Cet atelier permet aux enfants de repartir avec leur création unique, inspirée d'objets du quotidien, de formes de la nature ou encore de leur propre imagination !

Adaptable à différents publics

