



J'PEUX PAS  
..... J'AI .....  
LA PISCINE  
d'en Face



PROGRAMME  
Janvier  
Juillet  
2024

# LES INFOS UTILES

## UN LIEU DE VIE

Si les événements rythment le poulx de la Piscine d'en Face, elle est également un lieu de vie et de travail pour vous accueillir.

### À la Piscine d'en Face, on peut :

**Déjeuner** sur place du mardi au samedi et **dîner** les mercredis et vendredis et pendant les événements.

**Travailler** avec son ordi grâce au wifi et aux prises disponibles dans l'espace restauration.

**Choisir des livres** gratuitement.

**Participer aux ateliers** réguliers (sport, couture, bien-être...).

**S'inscrire à un stage** (restauration de fauteuils, arts créatifs...).

**Venir avec son jeu** et/ou l'envie de transmettre sa passion.

## LES HORAIRES

Accueil du public du mardi au samedi de 11h30 à 18h et fermeture plus tardive en fonction des événements organisés.

## CONTACT

### La Piscine d'en Face

14 rue Léo Lagrange

01 70 58 96 41

[direction@piscinedenface.fr](mailto:direction@piscinedenface.fr)

[www.piscinedenface.fr](http://www.piscinedenface.fr)





**Frédéric  
PETITTA**

**Maire de Sainte-Geneviève-des-Bois  
Vice-président de Cœur d'Essonne Agglomération**



**Jean-Pierre  
VIMARD**

**Adjoint au maire chargé de  
l'Habitat, l'Équilibre Urbain et  
la Démocratie d'Implication**

Madame, Monsieur, chers amis Génovéfains,

Une fois de plus, la Piscine d'en Face a le plaisir de vous accueillir pour un semestre riche en animations, représentatif là-aussi de la grande diversité des associations, des artistes et des entreprises qui résident en son sein.

Plus qu'un espace de travail, la PDF, sera une fois de plus, un lieu de rencontres et de partage. Vous pourrez venir y flâner lors du vide-greniers ou à l'occasion de la journée européenne des Métiers d'Arts.

Vous pourrez également y faire la fête lors des nombreuses soirées dansantes qui viendront rythmer la piste des anciens bassins nautiques, ou à l'occasion des spectacles, des apéros et des festivités thématiques autour de la nature ou du monde médiéval.

Et pour celles et ceux qui veulent démarrer dans la vie, ou commencer une nouvelle activité, la Piscine sera là pour vous ! Vous pourrez venir réfléchir et concrétiser vos projets lors d'un forum dédié, organisé pour exemple par le Service Développement Économique de l'Agglo.

La Piscine garde donc son ADN en étant ce carrefour innovant permettant la rencontre de toutes celles et de tous ceux qui, entrepreneurs, responsables associatifs, artistes engagés, essaient d'améliorer le quotidien de chacun. À ce titre, les résidents porteront ce semestre encore des animations inclusives à destination du public en situation de handicap pour que la PDF soit un espace partagé par tous !

Tous les résidents se joignent à nous, en vous invitant à venir nombreux pour partager ces temps de convivialité, de partage et d'engagement dont nous n'avons cités que quelques événements !

Bien fidèlement,

**Frédéric PETITTA**

Maire de Sainte-Geneviève-des-Bois  
Vice-président de Cœur d'Essonne Agglomération

# LES RÉSIDENTS

La PDF accueille des artistes, des associations et des entreprises qui louent un local à l'année et qui représentent aujourd'hui 30 entités. On les appelle «Les Résidents». Pour les rencontrer, n'hésitez pas à prendre rendez-vous directement avec eux.



## ACCORD MAJEUR:

Studios de répétition de musique.  
[accordmajeur.contact@gmail.com](mailto:accordmajeur.contact@gmail.com)



## ACT'ESSONNE

Plateforme collaborative des acteurs de l'emploi solidaire en Essonne. [contact@actessonne.eu](mailto:contact@actessonne.eu)



## AIME

L'association AIME vous propose ses activités autour du bien-être et d'une meilleure connaissance de soi.  
[association.aime@orange.fr](mailto:association.aime@orange.fr)



## APF

Association France Handicap : délégation départementale. [dd.91@apf.asso.fr](mailto:dd.91@apf.asso.fr)



## ARIES

Formation professionnelle.  
[daniele.dupre@aries-iae-formation.fr](mailto:daniele.dupre@aries-iae-formation.fr)



## CHANGE THE WORK

Production de formations en e-learning avec une ligne éditoriale particulière : la fiction pour engager l'apprenant et le spectateur.  
[sarah@changethework.com](mailto:sarah@changethework.com)



## COLLECTIF POUR LA CULTURE EN ESSONNE

Réseau d'acteurs culturels organisant notamment les biennales "La Science de l'Art" et "Si(Non)Oui !". [contact@collectifculture91.com](mailto:contact@collectifculture91.com)



## COMITE DÉPARTEMENTAL DES SECOURISTES FRANCAIS CROIX BLANCHE ESSONNE

Organisme de formation de secourisme.  
[contact@croixblanche91.org](mailto:contact@croixblanche91.org)



## CORIUM OFFICINA

Artisan du cuir, sellerie - maroquinerie.  
[coriumofficina@gmail.com](mailto:coriumofficina@gmail.com)



## CULTURE DU CŒUR

Mise en place d'actions pour l'inclusion sociale des personnes démunies en favorisant leur accès aux pratiques culturelles, sportives et de loisirs.  
[cdc91@culturesducoeur.org](mailto:cdc91@culturesducoeur.org)



## D2MAINS asso

Artistes plasticien et décors de cinéma.  
[did.dolmen@gmail.com](mailto:did.dolmen@gmail.com)  
[d2mains.asso@gmail.com](mailto:d2mains.asso@gmail.com)



## FREE MOOV

Conception et commercialisation des systèmes mécatroniques destinés à palier tout effort physique dans les domaines du médical et du BTP.  
[contact@freemoov.fr](mailto:contact@freemoov.fr)



## HERCULE - INSERTION

Insertion professionnelle et de service.  
[direction@hercule-insertion.fr](mailto:direction@hercule-insertion.fr)



## ISAQ

Agence de communication.  
[contact@isaq.fr](mailto:contact@isaq.fr)



## KRAKEN BOXING CLUB

Association de sport de combat.  
[krakenboxingclub@gmail.com](mailto:krakenboxingclub@gmail.com)



## L'ATELIER

La couture dans tous ses états : créations, robes de mariées, retouches, travail à partir de récupération et transformation de vêtements (surcyclage), cours et stages de couture pour adultes et enfants. [magaligineau@yahoo.fr](mailto:magaligineau@yahoo.fr)



## LA BASE

Fabrication de produits d'entretien écologiques.  
[contact@boutique-la-base.fr](mailto:contact@boutique-la-base.fr)



### LE CABARET DES OISEAUX

Compagnie artistique de danse, de théâtre et de conte... [lecabaretdesoiseaux@gmail.com](mailto:lecabaretdesoiseaux@gmail.com)



### LE CRAPAUD CHARMANT

Restauration de sièges et confection d'abat-jour. [contact@lecrapaudcharmant.com](mailto:contact@lecrapaudcharmant.com)

### LE QUARTET BUCCAL

Compagnie artistique de chant a capella. [quartetbuccal@free.fr](mailto:quartetbuccal@free.fr) • [clairechiabai@neuf.fr](mailto:clairechiabai@neuf.fr)



### MB CREATION

Activité artistique relevant des arts-plastiques. [berangere.martin817@orange.fr](mailto:berangere.martin817@orange.fr)



### MICRO-SENS

Labo de danse impro : interventions-recherche-création. [contact@micro-sens.org](mailto:contact@micro-sens.org)



### PRETEXTE

Création et édition de jeux de société. [philippe@pretexte.co](mailto:philippe@pretexte.co)



### COMPAGNIE SABDAG

Création artistique, musique et arts visuels. [compagniesabdag@gmail.com](mailto:compagniesabdag@gmail.com)



### THÉATRE ARTICULÉ

Marionnettiste (de la conception au spectacle), création de spectacles vivants. [theatrearticule@gmail.com](mailto:theatrearticule@gmail.com)



### TRAINING FOR CHANGE

Coaching sportif en cours collectifs ou individuels. [trainingforchange91@gmail.com](mailto:trainingforchange91@gmail.com)



### LES TRIPLETTES 2 BONNEVILLE

Association qui invente des prototypes et participe à des records du monde pour faire parler de la prévention contre le cancer. [gilles.pujol91@gmail.com](mailto:gilles.pujol91@gmail.com)  
[phiclopa@yahoo.com](mailto:phiclopa@yahoo.com)



### WIT JOAILLERIE

Bijouterie joaillerie. [contact@witjoaillerie.fr](mailto:contact@witjoaillerie.fr)



### ZPND

Collectif artistique pluridisciplinaire. [zeproductdoor.zpnd@gmail.com](mailto:zeproductdoor.zpnd@gmail.com)  
[posetaruche@gmail.com](mailto:posetaruche@gmail.com)

# RESTAURATION



## LE PLONGEUR D'EN FACE

Un restaurant type bistro ouvert à tous qui propose une cuisine équilibrée, réalisée sur place avec des produits frais et qui œuvre pour réduire au fur et à mesure son impact écologique.

Réservation : 06 22 87 79 81  
[contact@plongeurindenface.com](mailto:contact@plongeurindenface.com)

HORAIRES D'OUVERTURE :  
Du mardi au samedi de 11h30   14h et tous les mercredis et vendredis soir à partir de 19h.  
Ouvert les samedis en fonction des  v nements.



# LES ÉVÉNEMENTS

## VIDE-GRENIERS EN INTÉRIEUR

SAMEDIS 13 JANVIER • 3 FÉVRIER • 2 MARS  
13 AVRIL • 18 MAI • 8 JUIN



Venez faire des affaires et redonner une seconde vie à vos objets dans les vide-greniers couverts de la Piscine d'en Face !

- ▶ De 9h à 17h • Tout public • Entrée libre • Buvette sur place • Tarif location 20 € / 3m pour les exposants + d'infos : Magali Gineau-Delyon 06 69 74 18 05 magaligineau@yahoo.fr



## SPECTACLE CORNEBIDOUILLE

SAMEDIS 20 JANVIER • 24 FÉVRIER • 23 MARS  
20 AVRIL • 22 JUIN



Gare aux enfants qui ne veulent pas manger leur soupe, sinon la sorcière Cornebidouille viendra leur faire changer d'avis ! Pierre, lui, n'a pas peur d'elle mais sera-t-il assez intelligent pour déjouer ses sorts ? Et vous les enfants serez vous assez courageux pour lui tenir tête ?

- ▶ De 15h à 17h30 • Tout public à partir de 3 ans • Buvette sur place • Tarifs : gratuit - de 2 ans et 8 € par personnes (adultes et enfants) et 24€ pour les familles de 4 personnes • Infos : 06 32 24 07 21 ou posetaruche@gmail.com • Réservation : [www.helloasso.com/associations/zepronextdoor](http://www.helloasso.com/associations/zepronextdoor)



## ATELIER JEUX DE SOCIÉTÉ INCLUSIFS

SAMEDIS 20 JANVIER • 9 MARS • 4 MAI • 15 JUIN



Atelier de jeux de société inclusifs, ouvert à tous, incluant des personnes en situation de handicap moteur et autre type de handicap, animé par 2 bénévoles APF France handicap.

- ▶ De 14h à 17h • Tout public • 10 participants maximum  
Entrée libre – sur réservation  
Contact : par sms au 07 88 70 53 96 ou lucile.horsin-azzouz@apf.asso.fr

## EXPO PHOTO COUTURE & TEXTILES DESTINATION SÉNÉGAL

DU MARDI 23 JANVIER AU SAMEDI 9 FÉVRIER



Une exposition pour célébrer "la diversité" des techniques de coutures et des métiers du textile à travers le monde.

Venez découvrir la première étape Sénégalaise du projet de l'association de couture L'Atelier qui sillonne chaque année vers une nouvelle destination. Une mise en lumière sur le savoir-faire artisanal sénégalais à travers un parcours photos intime et créatif.

**Soirée spéciale le samedi 27 janvier de 16h à minuit avec projection du reportage vidéo du voyage, animations et témoignages des participants de 16h à minuit.**

- ▶ Tout public • Entrée libre  
Contact : association l'atelier, Magali Gineau-Delyon au 06 69 74 18 05 ou magaligineau@yahoo.fr

## BAL PARTICIPATIF LES RENCONTRES D'EN FACE

SAMEDI 10 FÉVRIER



Un moment festif pour créer du lien social et lutter contre l'isolement. Un bal inclusif imaginé par l'association Culture du Cœur, Les Amis de l'Atelier, Alve et la Fondation Franco-Britannique de Sillery.

- ▶ De 15h à 17h30 • Tarifs : gratuit – sur réservation  
Infos et réservation : 06 73 70 82 43 ou mathilde.bost@cultureducoeur.org

### LES RENCONTRES D'EN FACE

"C'est un bal interfoyer, avec pour objectif de créer un lien social et combattre l'isolement."



## SOIRÉE DANSANTE NO SCHOOL GENERATION

2<sup>ÈME</sup> ÉDITION

SAMEDI 24 FÉVRIER



Venez danser sur les tubes des années 90 – 2000 et profiter d'un espace de jeux (gaming, escape-game...) entre deux sons !

▶ De 20h à 3h • Tout Public • À partir de 10 € (adultes) / 8 € (enfants) • Infos : 06 32 24 07 21 ou [posetaruche@gmail.com](mailto:posetaruche@gmail.com) • Réservations : [www.helloasso.com/associations/zeproductdoor](http://www.helloasso.com/associations/zeproductdoor)



## SOIRÉE DANSANTE ALICE AU PAYS DES MERVEILLES

SAMEDI 23 MARS



Un thème fantasque pour une soirée originale... Un rendez-vous pour danser dans une piscine sans eau et chanter sur des sons de tous les styles !

▶ De 20h à 3h • Restauration sur place • Tout Public • Tarifs : adulte : 10€ / enfant : 8€  
Infos : 06 32 24 07 21 ou [posetaruche@gmail.com](mailto:posetaruche@gmail.com)  
Réservations : [www.helloasso.com/associations/zeproductdoor](http://www.helloasso.com/associations/zeproductdoor)



## JOURNÉES EUROPÉENNES DES MÉTIERS D'ART

VENDREDI 5 AVRIL DE 10H - 19H

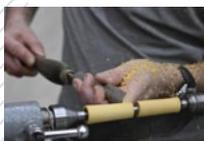
SAMEDI 6 AVRIL DE 10H À 19H

DIMANCHE 7 AVRIL DE 10H À 18H



À l'occasion du week-end festif des journées des Métiers d'Art, les bassins de la Piscine d'en Face se transforment en atelier. 25 artisans d'art essonnien y exposeront et vous proposeront de découvrir leur savoir-faire au travers de démonstrations ou ateliers.

▶ Tout public • Entrée gratuite  
Contact : la Piscine d'en Face au 01 70 58 96 41 ou [direction@piscinedenface.com](mailto:direction@piscinedenface.com)



### JOURNÉES EUROPÉENNES DES MÉTIER D'ART

—  
SUR LE  
BOUT  
DES DOIGTS  
—

02-07  
AVRIL  
2024

#JEMA2024  
[www.journéesdesmetiersd'art.fr](http://www.journéesdesmetiersd'art.fr)

# SOIRÉE DANSANTE ANNÉES 80

3<sup>ÈME</sup> ÉDITION

SAMEDI 20 AVRIL



Replongez dans les années 80 avec un concours de tenues, profitez également d'un espace de jeux (photocall, gaming, escape-game...) entre deux sons !

- ▶ De 20h à 3h • Restauration sur place • Tout Public •
- Tarifs : adulte : 10€ / enfant : 8€
- Infos : 06 32 24 07 21 ou [posetaruche@gmail.com](mailto:posetaruche@gmail.com)
- Réervations :
- [www.helloasso.com/associations/zeprodnextdoor](http://www.helloasso.com/associations/zeprodnextdoor)



# FESTIVAL DE MUSIQUE ACCORD MAJEUR

ÉDITION 2024

SAMEDI 4 MAI

Un festival de musique Pop'rock particulièrement festif et qui permet de découvrir des groupes de la scène locale. Inscrit dans une démarche solidaire et inclusive, il soutient l'accès à la culture des personnes en situation de handicap ou de précarité.

- ▶ De 14h à 00h • Petite restauration sur place
- Tout public • Tarifs : prix libre (les dons contribueront à financer des actions de solidarité)
- Contact : [accordmajeur.contact@gmail.com](mailto:accordmajeur.contact@gmail.com)



# PUCE DES COUTURIÈRES

SAMEDI 1<sup>ER</sup> JUIN

On a tous des trésors dans nos tiroirs : dentelles, rubans, perles, tissus... Ici vous pouvez chercher, vendre, échanger et acheter du matériel pour la couture, les loisirs créatifs, le tricot...

- ▶ De 9h à 17h • Buvette sur place
- Entrée libre pour le public • Tarif location 20€/3m pour les exposants • Infos et réservation : association l'Atelier, Maryze Pouillot au 06 56 78 92 97 ou [gerald.pouillot@wanadoo.fr](mailto:gerald.pouillot@wanadoo.fr)

# GALA DÉPARTEMENTAL D'ESCRIME

SAMEDI 11 MAI

À l'occasion des Jeux Olympiques, le comité départemental d'escrime en Essonne vous propose de découvrir cette discipline. Venez profiter d'un événement lauréat IMPACT 2024 avec au programme plusieurs ateliers d'initiations et un spectacle.

- ▶ De 14h à 00h • Entrée libre, tout public
- Contact : 06 08 81 64 32 ou [bernierdurix@gmail.com](mailto:bernierdurix@gmail.com)
- ▶ Ateliers d'initiation à 16h
- ▶ Spectacle à 19h



# LES ÉVÉNEMENTS



## FÊTE DE LA NATURE

2<sup>ÈME</sup> ÉDITION

SAMEDI 25 MAI



La commune de Sainte-Geneviève-des-Bois organise sa deuxième Fête de la Nature. Durant une semaine, petits et grands pourront découvrir, s'émerveiller et participer à des animations sur le thème de la nature avec une étape finale à la Piscine D'en Face.

- ▶ Participation gratuite • Adultes et enfants à partir de 6 ans • Entrée libre
- Contact : Service Aménagement et Développement Durables à [dev-durable@sgdb91.com](mailto:dev-durable@sgdb91.com)

## SOIRÉE DANSANTE BACK TO 90'S

SAMEDI 1<sup>ER</sup> JUIN



DJ Set et playlist spéciale années 90 !

- ▶ De 20h à 3h • Restauration sur place • Tout public Adulte : 10€ / enfant : 8€ •

Infos : 06 32 24 07 21 ou [posetaruche@gmail.com](mailto:posetaruche@gmail.com)

Réervations :

[www.helloasso.com/associations/zeprodnexdoor](http://www.helloasso.com/associations/zeprodnexdoor)

## RENDEZ-VOUS POUR ENTREPRENDRE ICI ET MAINTENANT DANS NOS QUARTIERS

JEUDI 30 MAI

Entreprendre Ici et Maintenant est un véritable festival consacré à l'entrepreneuriat. À travers des ateliers, des témoignages d'entrepreneurs, un marché d'artisans, vous pourrez découvrir la création d'entreprise de manière ludique. Vous aurez accès à des experts de la création d'entreprise pour obtenir des conseils et vous lancer enfin ! Un photographe sera présent sur les lieux. Vous aurez la possibilité de repartir avec votre photo professionnelle gratuitement !

- ▶ De 13h à 17h30 • Adultes • Entrée libre

Contact : [vcauvet@adie.org](mailto:vcauvet@adie.org)

adie

Essonne

COEUR





## APÉRO COUTURE

VENDREDI 14 JUIN



Moment de rencontre entre passionnés de couture et d'arts créatifs. Amenez un petit quelque chose à boire ou à manger pour plus de convivialité !

▶ De 18h à 21h • Adultes Entrée gratuite  
Contact : association l'Atelier, Magali Gineau-Delyon au 06 69 74 18 05 ou [magaligineau@yahoo.fr](mailto:magaligineau@yahoo.fr)



## FÊTE MÉDIÉVALE

DIMANCHE 16 JUIN

Oyez ! Oyez ! Venez faire un voyage dans le temps pour une journée à la fête Médiévale de la Piscine d'en Face ! Organisée autour d'un marché médiéval, venez découvrir de nombreuses animations : tournois, jeux de société, démonstrations artisanales, nourritures, breuvages et bien plus encore vous attendent bonnes gens ! Et si le cœur vous en dit, venez donc costumés pour parfaire l'ambiance...

▶ De 11h à 19h • Tout public • Entrée gratuite  
Contact : Corium Officina, Cecilia Bouillé au 06 85 29 03 82 ou [coriumofficina@gmail.com](mailto:coriumofficina@gmail.com)

## LE PLONGEOIR FÊTE SES 3 ANS

SAMEDI 15 JUIN



Le restaurant Le Plongeur d'en Face souffle sa troisième bougie au sein de la PDF.

Installez-vous en terrasse, un groupe de musicien sera présent pour compléter l'ambiance !

▶ Dès 18h • Tout public • Réservation obligatoire  
Infos et réservation : Le Plongeur d'en Face au 06 47 81 51 62 ou [contact@plngeoirindenface.com](mailto:contact@plngeoirindenface.com)



## COMÉDIE MUSICALE

SAMEDI 29 JUIN



Le thème du spectacle est secret pour l'instant ! Il sera découvert sur les réseaux sociaux de l'association ZPNd.

▶ De 20h à 23h • Tout Public • Adulte : 5€ / enfant : 3€  
Infos : 06 32 24 07 21 ou [posetaruche@gmail.com](mailto:posetaruche@gmail.com)  
Réservations : [www.helloasso.com/associations/zeprodnextdoor](http://www.helloasso.com/associations/zeprodnextdoor)

# LES ATELIERS, STAGES ET PERMANENCES

APPRENDRE, TRANSMETTRE, PARTAGER... DU TEMPS POUR SOI...

## PERMANENCE HANDI-DROITS

JEUDIS 18 JANVIER • 21 MARS • 20 JUIN



Un problème ou une question sur vos droits à destination des personnes en situation de handicap ou aidant familial ?

► De 9h30 à 12h • Gratuit – réservation obligatoire •  
Contact : 07 89 30 68 19 ou  
[permanence.handidroits@apf91.org](mailto:permanence.handidroits@apf91.org)



## PROJETS COLLABORATIFS

### ATELIER MUNICIPAL LA GRANDE BANDEROLE DES HABITANTS

SAMEDIS 13 JANVIER • 10 FÉVRIER • 2 MARS  
13 AVRIL • 4 MAI • 8 JUIN



Parce que « Faire Ensemble », c'est chouette ! « Créer une œuvre collective », ça donne plus de sens. « Partager une même initiative », ça rassemble. Participez à la réalisation de « La grande banderole des habitants ». Un projet collectif, participatif, facile et qui fait chaud au cœur.

► De 14h à 16h • Adultes • Gratuit • Réservation obligatoire • Inscriptions : Nicole Giannendra au 06 85 34 75 14



# ATELIER MUNICIPAL FRESQUE COLLECTIVE FAUNE ET FLORE LOCALE

LES SAMEDIS 9, 16 23 ET 30 MARS  
(REPORT SELON MÉTÉO)



Participer à la réalisation d'une fresque participative, en collaboration avec les artistes de l'association D2Mains, sur les containers de la Piscine d'en Face ayant pour thème «Faune et flore locale». Les artistes génévains en herbe sont les bienvenus !

► De 9h30 à 12h30 • Gratuit • Adultes et enfants à partir de 12 ans • Inscriptions : [d2mains.asso@gmail.com](mailto:d2mains.asso@gmail.com)



## AUTOUR DE L'ARTISANAT ET DIY

### LES PROPOSITIONS DE L'ASSOCIATION L'ATELIER



L'atelier propose des cours de couture créative dans un espace contenant les machines familiales et industrielles pour réaliser un maximum de créations ! Nous vous proposons d'apprendre les bases techniques tout en réalisant un ouvrage personnalisé.

► Infos et inscriptions : Magali Gineau Delyon 06 69 74 18 05

### COURS DE COUTURE

POUR ADULTES, LES LUNDIS DE 18H À 20H30  
OU SAMEDIS DE 10H À 12H

POUR ENFANTS À PARTIR DE 8 ANS,  
LES MERCREDIS DE 14H À 17H

► Hors vacances scolaires • Tarif 340€ + 20€ d'adhésion

### RENCONTRES AUTOUR DU TRICOT

LES MARDIS ET VENDREDIS DE 14H30 À 17H30

Tricoteurs et tricoteuses, amenez vos aiguilles et tricotons ensemble au bord du bassin autour de petits gâteaux et de boissons en toute convivialité !

► Gratuit

### STAGES DE COUTURE PENDANT LES VACANCES

LES 12, 13 ET 14 FÉVRIER  
LES 29, 30 ET 31 MARS  
LES 8, 9 ET 10 JUILLET  
DE 10H À 13H

En 3 jours : apprentissage des bases de la couture et réalisation d'une pièce textile dans une bonne ambiance !

► À partir de 8 ans et adultes • Tarif : 90€ le stage



## ATELIER LE TABOURET CHARMANT

SAMEDI 24 FÉVRIER • 4 MAI • 22 JUIN  
LUNDI 18 MARS • 27 MAI • 8 JUILLET



Réservez votre après-midi pour découvrir la tapisserie. Dans cet atelier, votre artisan tapissier vous accompagne pour personnaliser un tabouret scandinave :

- mise en forme d'une mousse haute résilience pour une assise confortable.
- habillage avec un tissu pour le plaisir des yeux.

Venez les mains dans les poches et repartez avec un tripode à votre image !

► De 13h30 à 18h • Groupe de 2 à 4 personnes • Adultes et ados à partir de 15 ans • Tarif : 130€ • Tabouret et matériaux fournis • Prêt de l'outillage  
Inscription : <https://my.weezevent.com/atelier-le-tabouret-charmant> • Contact : 06 13 56 19 80 ou [contact@lecrapaudcharmant.com](mailto:contact@lecrapaudcharmant.com)



## STAGE D'INITIATION À LA RESTAURATION DE SIÈGE

DU 13 AU 17 MAI 2024



Apprendre à restaurer un siège, ça ne s'improvise pas. Il faut savoir dompter le marteau, planter les semences, veiller au droit fil, carder le crin, manier le carrelot.

Le Crapaud Charmant vous ouvre ses portes pour découvrir les techniques de base de réfection des sièges selon les méthodes traditionnelles : sanglage, guindage, piquage n'auront plus de secret pour vous. Et vous pourrez dire « c'est moi qui l'ai fait ! »

► De 9h à 17h • Adultes • Tarif : 500€ TTC la semaine (hors consommables, tissu et finition)  
[www.lecrapaudcharmant.com/initiation-tapisserie](http://www.lecrapaudcharmant.com/initiation-tapisserie)

# AUTOUR DE LA DÉTENTE

## ATELIER D'EXPRESSION ARTISTIQUE

VENDREDIS 5 JANVIER • 2 FÉVRIER • 1<sup>ER</sup> MARS  
12 AVRIL • 3 MAI • 7 JUIN • 5 JUILLET

Atelier d'expression artistique sur divers médias pour (re)trouver du plaisir, renforcer l'estime de soi et développer sa créativité.

► De 14h à 17h • Adultes • Tarif : 35€ (+10€ d'adhésion à l'association) • Réservation obligatoire • Info et réservation 06 75 62 89 27 ou sylviermn@gmail.com



## ATELIERS D'ART-THÉRAPIE

JEUDIS 11 JANVIER • 8 FÉVRIER • 7 MARS • 4 AVRIL  
2 MAI • 6 JUIN • 4 JUILLET



Proposé par La Ligue contre le cancer de l'Essonne, l'atelier d'Art-Thérapie proposé aux personnes touchées par un cancer, permet de « mettre des MOTS sur des maux, des COULEURS sur des douleurs ». Il apporte une meilleure gestion des émotions, une confiance en soi et en ses capacités. À travers un processus artistique, il permet de libérer des maux sans les nommer et laisser surgir les rêves auxquels on aspire.

► De 14h à 17h • Pour adultes touchés par le cancer  
Ateliers gratuits sur inscription au 01 64 90 88 88

## ATELIER DETOX TON AGENDA

SAMEDI 20 JANVIER

L'agenda peut rapidement devenir un terrain de bataille entre obligations professionnelles, engagements personnels et moments de détente. À travers des exercices interactifs, des discussions en groupe et des conseils pratiques, l'atelier « detox ton agenda » vous guidera vers une approche plus consciente de la gestion de votre temps, vous libérera du stress et rétablira un sentiment de contrôle et de bien-être

► De 14h à 17h • Adultes • Tarif : 30€ • Réservation obligatoire • Info et réservation : 06 60 33 73 09 ou [geraldine.vavon@38minutes.fr](mailto:geraldine.vavon@38minutes.fr)



## ATELIER DETOX TON ORGANISATION

SAMEDI 25 MAI

L'atelier « Détox ton organisation » vous apportera des stratégies concrètes pour simplifier votre quotidien familial. Au programme : discussions sur la planification des repas, l'établissement de routines ménage, développement de l'autonomie des enfants et bien plus encore ! Cet atelier vous permettra de désencombrer votre organisation, favoriser une gestion harmonieuse de votre foyer et découvrir des moyens pratiques d'améliorer votre vie familiale au quotidien.

► De 14h à 17h • Adultes • Tarif : 30€ • Réservation obligatoire • Info et réservation : 06 60 33 73 09 ou [geraldine.vavon@38minutes.fr](mailto:geraldine.vavon@38minutes.fr)

## DETOX TA MAISON

TRIE, DÉSENCOMBRE ET RANGE



## ATELIER DETOX TA MAISON

SAMEDI 16 MARS

Atelier participatif autour du désencombrement et de simplification de votre espace de vie. «Détox ta Maison» vous guide à travers les étapes pratiques pour éliminer le superflu, libérer de l'espace, et créer un environnement qui respire la clarté et la tranquillité.

► De 14h à 17h • Adultes • Tarif : 30€ • Réservation obligatoire • Info et réservation : 06 31 97 63 59 ou [mino@mamanminimaliste.com](mailto:mino@mamanminimaliste.com)

## DETOX TON ORGANISATION

PILOTE TES ROUTINES FAMILIALES



## L'ASSOCIATION AIME



### L'association AIME vous propose ses ateliers Bien-Être et 3P pour une meilleure connaissance de soi.

L'adhésion de 40 euros l'année (scolaire) donne libre accès à la Pause Méditation, à la balade nature et au Café philo. Les autres ateliers sont accessibles à l'unité à un tarif préférentiel ou par le biais de forfaits.

Les tarifs sont étudiés pour le public extérieur qui souhaiterait découvrir un atelier. Infos et Inscription obligatoire au 06 85 78 21 77 ou [association.aime@orange.fr](mailto:association.aime@orange.fr).

## LA BALADE NATURE

UNE FOIS PAR MOIS LE DIMANCHE À 9H30  
DE JANVIER À JUIN

Nous vous proposons une reconnexion à l'énergie de la nature, dans les bois environnants en pleine conscience, pour vivre pleinement de l'instant présent.

Les dates seront fixées en fonction de la météo, si vous êtes intéressés, contactez l'association qui vous transmettra les créneaux.

▶ Animé par Jean-Yves QUESNEL et Jean-Luc MAZET  
Adultes • Accès libre aux adhérents de l'association.



## ATELIER OFFERT DE DÉCOUVERTE DE LA MÉDITATION

SAMEDI 13 JANVIER

La « Méditation Pleine conscience » : d'où vient-elle ? A quoi sert-elle ? Venez expérimenter ce moment pour soi

▶ De 14h45 à 17h • Animé par Jean-Luc Mazet • Adultes  
GRATUIT.

## ATELIER SOPHROLOGIE

LES 13 ET 27 JANVIER • LES 10 ET 24 FÉVRIER  
LES 9 ET 23 MARS • LES 13 ET 20 AVRIL  
LES 4 ET 5 MAI • LES 1<sup>ER</sup> ET 22 JUIN  
DE 9H45 11H30

Accordez-vous un moment de reconnexion, de sensations physiques et psychosensorielles. Vous profiterez de techniques de relaxations, de détentes, de visualisation vers une harmonisation de la conscience et d'un renforcement de vos émotions et actions positives. Prévoir 1 tapis de sol et 1 coussin.

▶ Par Véronique Repérant • Adultes • Tarifs : 15€ l'atelier pour les adhérents (20€ atelier découverte non adhérents)

**LES ATELIERS 3P** : Présence, Parole, Partage, sont véritablement des ateliers de développement personnel, où les personnes vont faire un travail sur soi, se dévoiler et partager avec le groupe.

## ATELIER 3P PAUSE MÉDITATION

MERCREDIS DE 12H15 À 13H ET DE 19H30 À 20H30

Nous vous proposons un exercice de méditation « pleine conscience » pour se connecter à soi afin de calmer son mental et d'avoir une vision plus juste de soi et de son environnement.

► Animé par Jean-Luc Mazet • Accès libre aux adhérents de l'association.

\*Atelier de découverte de la méditation le 13 janvier gratuit

## ATELIER 3P PARENTALITÉ CRÉATRICE

MERCREDIS 10 JANVIER • 7 FÉVRIER • 6 MARS  
3 AVRIL • 15 MAI • 5 JUIN DE 15H À 17H30

Venez partager à propos de vos enfants, les tracas du quotidien et les soucis d'éducation. Ensemble, nous trouverons des solutions simples que vous pourrez mettre en œuvre dans votre foyer.

Seul(e) ou en couple. De quelques minutes à 2h selon votre disponibilité.

► Animé par Martine Anson • Adultes • Atelier gratuit sur réservation

## ATELIER 3P CAFÉ PHILO

MERCREDIS 17 JANVIER • 14 FÉVRIER • 13 MARS  
10 AVRIL • 22 MAI • 12 JUIN DE 15H À 16H30

Je vous propose un débat philosophique autour d'un thème de société, afin d'échanger ces idées dans le respect de chacun, la bienveillance et la tolérance, pour expérimenter au plus près le « Vivre ensemble ».

► Animé par Jean-Luc Mazet • Adultes • Accès libre aux adhérents de l'association.



## ATELIERS 3P DESSINS MÉDITATIFS

SAMEDIS 20 JANVIER • 17 FÉVRIER • 16 MARS  
27 AVRIL • 25 MAI • 15 JUIN DE 14H45 À 17H30

Méditer autrement et prendre « un temps pour soi » pour exprimer ses émotions, ses pensées et ainsi se recentrer et s'apaiser. Le dessin méditatif a pour but de se recentrer, de s'apaiser, d'exprimer ses émotions à travers les formes, les couleurs, en prenant conscience de sa respiration. C'est un excellent moyen pour ralentir et il n'est pas nécessaire de savoir dessiner.

► Animé par Michel Bouillon • Adultes • Tarif : 15€  
l'atelier pour les adhérents (20€ atelier découverte non adhérents).

## ATELIER 3P ÉCRITURE CRÉATIVE

SAMEDIS 27 JANVIER • 2 MARS • 6 AVRIL • 4 MARS  
8 JUIN DE 14H45 À 17H30

Je vous propose un lieu de fabrication artisanale de textes où nous travaillons les mots. C'est un lieu de jeux puis de création, ouvert à toute personne animée par le désir d'écrire, sans prérequis, vous venez juste avec votre bienveillance. Écrire en atelier, c'est aussi se confronter au regard des autres. Participer à notre atelier d'écriture, c'est s'ouvrir à de nouvelles façons de jouer avec les mots et d'écrire. L'atelier veut créer des relations pleines d'ouverture et de bienveillance, car en écrivant avec les autres pour vous, vous vivrez de manière personnelle l'acte d'écrire et l'acte de lecture à travers l'écoute.

► Atelier animé par Jean-Marc Jeanne • Adultes • Tarifs : 15€ l'atelier pour les adhérents (20€ atelier découverte non adhérents)

**LES ATELIERS BIEN-ÊTRE** : des ateliers où l'on vit l'instant présent en pleine conscience dans le lâcher-prise et le ressenti de l'ici et maintenant.

## ATELIER BAIN DE GONG

LUNDIS 8 JANVIER • 12 FÉVRIER • 18 MARS • 15  
AVRIL • 6 MAI • 10 JUIN DE 19H30 À 21H30

Venez profiter d'une expérience inoubliable dont on ne ressort jamais indifférent !

Le Bain de Gong™ est une relaxation pendant laquelle le receveur se laisse porter et envahir par l'atmosphère et les intenses vibrations qui émanent de l'instrument. La détente laisse parfois la place à la méditation. Elle active aussi nos capacités d'auto-guérisons, car au-delà de la détente profonde, un processus de transformation est initié par les vibrations, raison pour laquelle des changements notables voient rapidement le jour, sur un plan physique, émotionnel et mental.

▶ Atelier animé par Antoine Bécot • Adultes • Tarifs : 15€ l'atelier pour les adhérents (20€ atelier découverte non adhérents)



## ATELIER SOPHROLOGIE

LES 13 ET 27 JANVIER • LES 10 ET 24 FÉVRIER  
LES 9 ET 23 MARS • LES 13 ET 20 AVRIL  
LES 4 ET 5 MAI • LES 1<sup>ER</sup> ET 22 JUIN  
DE 9H45 À 11H30

Accordez-vous un moment de reconnexion, de sensations physiques et psychosensorielles. Vous profiterez de techniques de relaxations, de détentes, de visualisation vers une harmonisation de la conscience et d'un renforcement de vos émotions et actions positives. Prévoir 1 tapis de sol et 1 coussin.

▶ Par Véronique Repérant • Adultes • Tarifs : 15€ l'atelier pour les adhérents (20€ atelier découverte non adhérents)

## ATELIER AUTOHYPNOSE

SAMEDIS 13 JANVIER • 10 FÉVRIER • 9 MARS  
27 AVRIL • 25 MAI • 22 JUIN DE 14H45 À 17H30

Affirmez-vous en toute sérénité, apprenez une méthode simple pour vous adresser à votre inconscient.

▶ Par Enrique De Sousa • Adultes  
Tarifs : 15€ l'atelier pour les adhérents (20€ atelier découverte non adhérents)



## ATELIER YOGA DU RIRE

LUNDIS 15 JANVIER • 5 FÉVRIER • 4 MARS  
8 AVRIL • 13 MAI • 3 JUIN DE 19H30 À 21H30

Nous l'avons souvent entendu, les scientifiques et média l'affirment : le rire est bon pour la santé physique et mentale. Comment alors y parvenir si l'on ne jouit pas d'un naturel joyeux ou si l'on pense ne pas avoir le sens de l'humour développé ? Il y a une façon plus simple et carrément plus directe : le yoga du rire !

- ▶ Atelier animé par Chantal Merle • Adultes • Tarifs : 15€ l'atelier pour les adhérents (20€ atelier découverte non adhérents)



## ATELIER BIODANZA

LUNDIS 22 JANVIER • 26 FÉVRIER • 11 MARS  
22 AVRIL • 27 MAI • 24 JUIN DE 19H30 À 21H30

La BIODANZA favorise le lien grâce aux mouvements, à la spontanéité impulsée par la danse, aux interactions par le regard, aux mains qui se relient. Elle nous conduit à sentir la vie plutôt qu'à la penser, elle encourage l'expression et la créativité.

- ▶ Par Gaëlle Musson • Adultes • Tarifs : 15€ l'atelier pour les adhérents (20€ atelier découverte non adhérents)



## ATELIER RELAXATION

MERCREDIS 24 JANVIER • 28 FÉVRIER • 27 MARS  
24 AVRIL • 29 MAI • 26 JUIN DE 15H À 16H30

Venez détendre votre tête, votre cou et vos épaules, nous porterons une attention particulière à chaque partie de notre corps afin d'atteindre une relaxation complète tout en douceur.

- ▶ Atelier animé par Nicole Delecluse • Adultes • Tarifs : 15€ l'atelier pour les adhérents (20€ atelier découverte non adhérents).



## ATELIER ÉNERGIE DU CORPS

DIMANCHES 28 JANVIER • 25 FÉVRIER • 31 MARS •  
28 AVRIL • 26 MAI • 23 JUIN DE 9H45 À 11H30

Je vous propose de rééquilibrer vos énergies à l'aide de diverses techniques (magnétisme, lithothérapie, etc..) pour une parfaite harmonie entre le corps et l'esprit.

- ▶ Animé par Jean-Yves Quesnel • Adultes  
Tarifs : 15€ l'atelier pour les adhérents  
(20€ atelier découverte non adhérents)

# AUTOUR DU LOISIRS ET DE L'ÉDUCATION

## LES ATELIERS DE TRAINING FOR CHANGE



► Inscriptions : 06 25 90 16 55 ou  
trainingforchange91@gmail.com



## CIRCUITS TRAINING ET FITNESS TOUS NIVEAUX !

TOUS LES MARDIS ET JEUDIS  
DE 18H À 19H15 OU DE 19H30 À 21H

**Notre slogan : ON S'ENTRAINE, ON CHANGE !**

Vous souhaitez reprendre une activité sportive, améliorer votre condition physique, renforcer votre mental ? Le tout dans un super groupe qui vous motive et vous tire vers le haut ? Vous êtes à la bonne adresse avec l'association Training For Change ! Nos supers coaches vous aideront à atteindre vos objectifs : perte de poids, renforcement musculaire, bien être, remise en forme, etc. Séances ouvertes à tous, peu importe votre niveau.

► Pour adultes et ados à partir de 12 ans  
Tarifs : 110€/Adultes et 100€/Ados (12-17 ans)

## ATELIER BODY ZEN

TOUS LES LUNDIS ET MARDIS DE 8H30 À 9H30

Vous souhaitez renforcer vos muscles, améliorer votre souplesse et votre posture tout en vous relaxant ? Alors le Body Zen est fait pour vous ! L'association Training For Change vous donne rendez-vous tous les lundis à 8h30 ou 9h30. Au programme : Yoga, Pilates, Stretching et Relaxation.

► Pour adultes • Tarif : 80€



## KIDS TRAINING

TOUS LES MARDIS, 1<sup>ER</sup> CRÉNEAU : 18H À 19H15  
2<sup>ÈME</sup> CRÉNEAU : 19H30 À 20H45

Vous souhaitez permettre à vos enfants d'avoir une activité physique et sportive régulière dans une ambiance fun et ludique ? Inscrivez-les dès maintenant à notre Kids Training ! Ce cours spécialement conçu pour eux leur donnera l'occasion de se dépenser, de gagner en agilité et en endurance. Au programme : découverte et initiation au fitness, défis ludiques, parcours et jeux sportifs, challenges en équipe, etc.

► Enfants de 7 à 12 ans • Tarifs : 70 €



## STAGES D'ANGLAIS POUR ENFANTS ET COLLEGIENS

▮ SAMEDI 27 JANVIER DE 9H À 11H ET DE 11H À 13H

Vous cherchez des cours d'anglais qui sortent de l'ordinaire pour vos kids ? C'est ici ! Nos cours ludiques encouragent la créativité, l'expression individuelle et la confiance en soi. Ici on casse les codes de l'apprentissage traditionnel. Chez RécréAnglais, on privilégie l'apprentissage par l'action et le jeu. Atmosphère conviviale et encourageante !

- ▶ Enfants et collégiens de 4 ans à 15 ans  
Tarifs : 25€ les 2h / 45€ pour les deux sessions  
Réservation auprès de Christine Marinho au  
06 66 01 80 45 ou [christine.marinho@recreanglais.com](mailto:christine.marinho@recreanglais.com)



## RENCONTRE LORCANA

▮ LES DIMANCHES 7 JANVIER • 4 FÉVRIER • 3 MARS  
31 MARS • 5 MAI • 2 JUIN DE 14H30 À 17H30



Lorcana est un jeu de cartes Disney phénomène qui a trouvé son public depuis sa sortie en septembre 2023. Venez rencontrer des joueurs et perfectionner votre stratégie (une table de jeu junior sera mise en place selon les participants). Voilà un RDV qui sera bientôt incontournable !

- ▶ Pour adultes et enfants à partir de 3 ans • Tarifs : gratuit  
Infos et réservation : 06 44 79 57 15  
ou [posetaruche@gmail.com](mailto:posetaruche@gmail.com)

## ATELIER BOXE POUR LES VACANCES DE FÉVRIER

▮ MARDI 20, MERCREDI 21 ET JEUDI 22 FÉVRIER  
DE 16H À 18H



Un rendez-vous sportif pour les enfants qui ne partent pas en vacances.

- ▶ Enfants et adolescents • Gratuit sur réservation  
Réservation : [kraken.boxingclub@gmail.com](mailto:kraken.boxingclub@gmail.com)





### ATELIER INITIATION AUX ARTS PLASTIQUES

MERCREDIS DE 14H À 17H30 OU DE 14H À 15H  
OU DE 15H À 16H OU DE 16H À 17H  
HORS VACANCES SCOLAIRES

Découverte des différentes techniques (dessin, peinture, gravure, collage...)

► Enfant à partir de 6 ans • 10 € la séance d'1 heure.

### ATELIER ACCOMPAGNEMENT DE VOTRE PROJET EN COURS

MERCREDIS DE 19H À 21H  
HORS VACANCES SCOLAIRES

L'atelier s'adresse aux personnes ayant déjà une technique, un projet, une petite ou grande pratique artistique qu'elles souhaitent travailler poursuivre avec l'aide d'une professionnelle.. Venir avec son support et son matériel etc...

► Pour ados à partir de 14 ans et adultes • 10 € la séance d'une heure



### COURS DE DESSIN ET DE PEINTURE DÉBUTANTS OU CONFIRMÉS :

MARDIS DE 18H À 19H30 ET 19H30 À 21H30  
HORS VACANCES SCOLAIRES.

► Adultes et ados à partir de 14 ans • Tarif à la séance : 10 € / heure • Matériel non fourni • Tarif à l'année : 390 € • Possibilité de s'inscrire au trimestre (hors vacances scolaire) • Matériel fourni (7 € le cours d'essai)

### JOURNÉE À THÈMES

UN DIMANCHE PAR MOIS DE 10H À 18H

DIM. 25 FÉVRIER : STAGES PEINTURE  
DIM. 10 MARS : STAGE PASTEL SEC  
DIM. 21 AVRIL : STAGE TECHNIQUES MIXTES

Pour ces 3 ateliers : venir avec une photo d'un paysage simple, la mer etc... Quelques photos seront mises à disposition lors de l'atelier.

DIM. 12 MAI : STAGE ENCADREMENT D'ARTS

Atelier autour du cadre : apprenez à faire votre cadre (en carton) et votre passe partout/MarieLouise en carton bois et papier d'encadrement. Un kit de matériel peut vous être fourni, à acheter sur place (carton bois, cartonnnette, feuille d'encadrement...).

► Adultes et ados à partir de 14 ans • Tarif à la journée : 50 € • Tarif à la demi-journée : 35 €.



## LA MILONGA DE LA PISCINE D'EN FACE

DIMANCHES 14 JANVIER ET 28 AVRIL  
DE 16H À 20H

Dans le cadre du cycle du Dansarium, «Contact», un bal tango argentin s'invite sur la mezzanine de la Piscine d'en Face. Venez à deux, c'est mieux ! La milonga est musicalisée par Gilles Poulleau (BallTango).

► Adultes • Tarifs : 7€ • Contact : 06 02 08 71 33 ou [dansarium@gmail.com](mailto:dansarium@gmail.com)



## ON DANSE ENSEMBLE

LES DIMANCHES 14 JANVIER • 11 FÉVRIER  
3 MARS • 28 AVRIL DE 10H À 11H

La Cie Sous le sabot d'un cheval propose des rendez-vous de danse en famille. Place à la musique, à l'expression corporelle, ici les mots du quotidien se mettent entre parenthèse le temps d'une danse collective. Venez en tenue décontractée, de bonne humeur, en famille, avec les grands et les petits, pour partager un moment de lâcher-prise, de complicité dans un esprit bienveillant et joyeux.

► Adultes et enfants à partir de 1 ans • Tarifs : 5€  
Contact : 06 02 08 71 33 ou [dansarium@gmail.com](mailto:dansarium@gmail.com)



## DANSE CONTACT IMPROVISATION

LES SAMEDIS 27 JANVIER • 17 FÉVRIER • 30 MARS  
20 AVRIL • 25 MAI • 29 JUIN DE 15H À 17H

Le «Contact Improvisation» (CI) est une pratique de danse inventée aux Etats-Unis dans les années 70 par Steve Paxton. Le principe : une improvisation à deux (ou plus) qui va se fonder sur le contact entre les deux protagonistes de la danse. Les appuis, la gravité, l'impulsion, l'inertie, la friction, toutes ces réalités physiques sont en jeu pour inventer une danse à plusieurs, sur le moment. Micro Sens vous propose d'explorer et de découvrir toutes les facettes de cet «art-sport» accessible à toutes et tous, y compris aux personnes en situation de handicap.

► Adultes • Tarifs libres  
Contact : 06 82 11 74 73 ou [contact@micro-sens.org](mailto:contact@micro-sens.org)  
[www.micro-sens.org](http://www.micro-sens.org)



# PROJET DU DANSARIUM

*Essonne*  
LE DÉPARTEMENT

— TERRE D'AVENIRS —

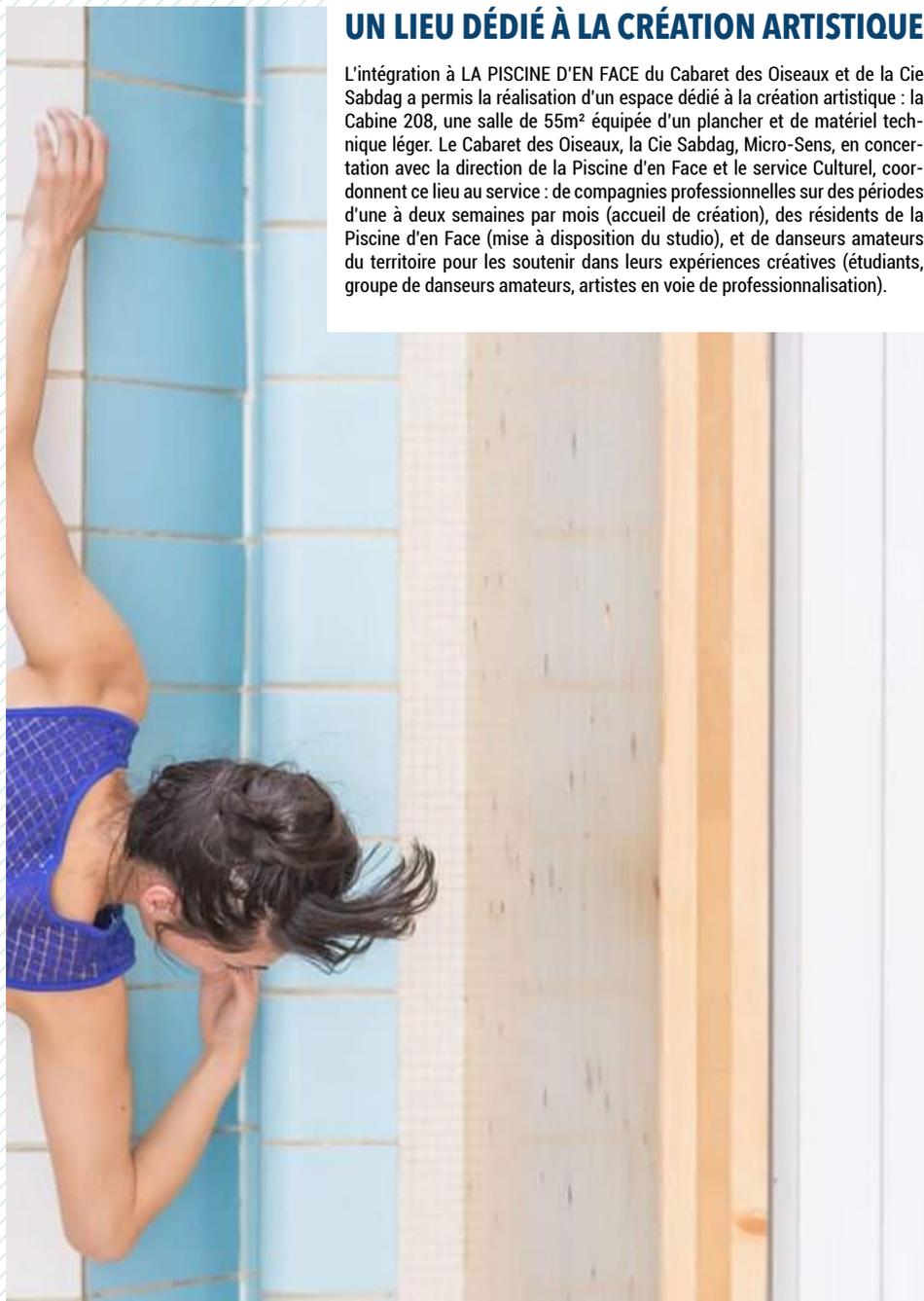


## LE DANSARIUM, UN LIEU RESSOURCE POUR LA DANSE EN ESSONNE

Valoriser et repenser. Une salle dédiée à la création artistique qui accueille des compagnies professionnelles pour des temps de recherche. Un lieu de rencontre qui propose des moments d'échange autour d'action artistique, en partenariat avec différents acteurs culturels, sociaux et éducatifs du territoire. Un espace pour mettre en lumière les ressources du département en valorisant, en informant, en soutenant le vivier local, mais aussi un lieu pour découvrir en invitant des projets ou artistes d'autres horizons. Enfin, une zone d'échange multiple pour se documenter et se questionner sur la place du corps dans notre société et sur nos pratiques artistiques.

## UN LIEU DÉDIÉ À LA CRÉATION ARTISTIQUE

L'intégration à LA PISCINE D'EN FACE du Cabaret des Oiseaux et de la Cie Sabdag a permis la réalisation d'un espace dédié à la création artistique : la Cabine 208, une salle de 55m<sup>2</sup> équipée d'un plancher et de matériel technique léger. Le Cabaret des Oiseaux, la Cie Sabdag, Micro-Sens, en concertation avec la direction de la Piscine d'en Face et le service Culturel, coordonnent ce lieu au service : de compagnies professionnelles sur des périodes d'une à deux semaines par mois (accueil de création), des résidents de la Piscine d'en Face (mise à disposition du studio), et de danseurs amateurs du territoire pour les soutenir dans leurs expériences créatives (étudiants, groupe de danseurs amateurs, artistes en voie de professionnalisation).



## UN LIEU DE RENCONTRE

Le Dansarium est aussi un espace propice à la rencontre autour de la dynamique des accueils de création et de la programmation d'action proposée par l'équipe du Dansarium. Plusieurs formats sont proposés : temps de pratiques avec les amateurs et les professionnels sous forme de stages, sortie de résidence (pour découvrir un spectacle en cours de création), exposition, ciné-danse, entraînement professionnel, intervention artistique dans les structures scolaires... Des invitations qui s'adressent ainsi à un large public : aux résidents de la Piscine d'en face, aux habitants et aux danseurs amateurs et professionnels.

## LES CYCLES DU DANSARIUM

Les cycles sont des focus sur une thématique qui se déploient sur un trimestre ou un semestre pour aborder la danse sous toutes les coutures : expositions, ciné-danse, workshop et temps de pratique. Des actions proposées aux habitants et aux danseurs de l'Essonne pour entrer dans la danse.

[SITE INTERNET](#)



[FACEBOOK](#)



## LES RENDEZ-VOUS RÉGULIERS & ÉVÈNEMENTS

**(dates à retrouver dans la programmation)**

Tout au long de la saison, le dansarium propose des actions régulières qui reviennent mensuellement, ou chaque trimestre, avec des collaborateurs associés, ou des intervenants ponctuels. Une invitation à s'approprier les espaces de la piscine par le corps, et en découvrant des univers de chorégraphes ou d'intervenants artistiques.

- **LES MILONGAS**  
*(Le cabaret des Oiseaux)*
- **ON DANSE ENSEMBLE**  
*(Le cabaret des Oiseaux)*
- **DANSE CONTACT IMPROVISATION**  
*(Micro-Sens – Carine Hervé)*





# NOS PETITS GESTES POUR LA PLANÈTE

Des bornes électriques sont disponibles pour recharger vos véhicules à quelques mètres de l'entrée de la Piscine d'en Face ! Elles sont gérées par le SMOYS.

Toutes les infos :

## BOÎTE À LIRE

Une boîte à lire fabriquée par le Conseil des Sages est à votre disposition à l'entrée de la PDF. Le concept : vous déposez vos bouquins et emportez ceux que vous voulez gratuitement !



Le parvis de la PDF est muni de garages pouvant accueillir 10 vélos.



## LA RECYCLERIE VÉGÉTALE DE LA PDF

Toute l'année, la recyclerie végétale vous propose une variété de plantes à tous petits prix ! Vous pouvez également y faire don de vos plantes en fin de vie ! Patricia et Didier y mettront tout leur cœur pour les remettre sur pieds !

Contact : 06 07 33 16 40 (sms uniquement) ou phiclopa@yahoo.com ou d2mains.asso@gmail.com

## DÉPÔTS DE...

BROSSES À DENTS  
NON-ÉLECTRIQUES

TUBES DE  
DENTIFRICE SOUPLES

BOUCHONS  
EN PLASTIQUE

TÊTES DE BROSSES À  
DENTS ÉLECTRIQUES

# LOCATIONS DE LA PDF

Faites vivre une expérience unique à votre équipe  
dans ce lieu inédit qu'est LA PISCINE D'EN FACE

Nous accompagnons les entreprises et les associations dans l'organisation de leur événement grâce aux ressources de la PDF et ses résidents qui interviennent sur les thématiques suivantes : traiteur, animation, spectacle, soirée dansante, accompagnement technique... Nous vous aidons à construire un projet qui vous ressemble pour vivre un moment REMARQUABLE ! Nous construisons ensemble le projet qui vous ressemble.

## TARIFS AUX ASSOCIATIONS ET AUX AUTRES GROUPEMENTS À BUT NON LUCRATIF

### LA PDF PRIVATISÉE

(bassins + mezzanine + espace restauration) : 750m<sup>2</sup> - 800 personnes

4h : 600€      8h : 1 000€

### LA PDF NON PRIVATISÉE

(bassins + mezzanine + espace restauration) : 750m<sup>2</sup> - 800 personnes

4h : 400€      8h : 600€

### LE GRAND BASSIN NON PRIVATISÉ

145m<sup>2</sup> - gradins - 150 personnes (100 personnes sur les gradins et 50 personnes au fond du bassin)

4h : 140€      8h : 200€

### LE PETIT BASSIN NON PRIVATISÉ

(bassin + gradins + plages) : 400 m<sup>2</sup> - 500 personnes

4h : 270€      8h : 400€

### 1 PLAGES

50 personnes

4h : 70€      8h : 125€

### MEZZANINE

85m<sup>2</sup> - 40 personnes

4h : 90€      8h : 150€

### ESPACE RESTAURATION

60 personnes assises

4h : 100€      8h : 180€

### SALLE D'ACTIVITÉ

30m<sup>2</sup> - 18 personnes

4h : 40€      8h : 65€

### SALLE DE RÉUNION

30m<sup>2</sup> - 16 personnes

4h : 40€      8h : 65€

### SALLE DE RÉUNION

15m<sup>2</sup> - 6 personnes

4h : 40€      8h : 65€

### ESPACE EXTÉRIEUR PELOUSE

800 personnes

4h : 400€      8h : 600€

### TERRASSE

60 personnes

4h : 100€      8h : 180€

## TARIF AUX ENTREPRISES

### LA PDF PRIVATISÉE

(bassins + mezzanine + espace restauration) : 750m<sup>2</sup> - 800 personnes

4h : 1 200€      8h : 2 000€

### LA PDF NON PRIVATISÉE

(bassins + mezzanine + espace restauration) : 750m<sup>2</sup> - 800 personnes

4h : 800€      8h : 1 200€

### LE GRAND BASSIN NON PRIVATISÉ

145m<sup>2</sup> - gradins - 150 personnes (100 personnes sur les gradins et 50 personnes au fond du bassin)

4h : 270€      8h : 400€

### LE PETIT BASSIN NON PRIVATISÉ

(bassin + gradins + plages) : 400 m<sup>2</sup> - 500 personnes

4h : 540€      8h : 800€

### 1 PLAGES

50 personnes

4h : 140€      8h : 250€

### MEZZANINE

85m<sup>2</sup> - 40 personnes

4h : 180€      8h : 290€

### ESPACE RESTAURATION

60 personnes assises

4h : 200€      8h : 350€

### SALLE D'ACTIVITÉ

30m<sup>2</sup> - 18 personnes

4h : 65€      8h : 90€

### SALLE DE RÉUNION

30m<sup>2</sup> - 16 personnes

4h : 65€      8h : 90€

### SALLE DE RÉUNION

15m<sup>2</sup> - 6 personnes

4h : 65€      8h : 90€

### ESPACE EXTÉRIEUR PELOUSE

800 personnes

4h : 800€      8h : 1200€

### TERRASSE

60 personnes

4h : 200€      8h : 350€

# L'AGENDA

## JANVIER

### VENDREDI 5

Atelier d'expression artistique

### DIMANCHE 7

Atelier de carte Lorenca

### MERCREDI 10

Atelier Parentalité créatrice

### JEUDI 11

Atelier d'art-thérapie

### SAMEDI 13

Vide Grenier en intérieur  
Atelier municipal couture  
Atelier offert méditation  
Atelier Sophrologie  
Atelier Autohypnose

### DIMANCHE 14

La Milonga  
Atelier On danse ensemble

### LUNDI 15

Yoga du rire

### MERCREDI 17

Atelier Cafe-philosophie

### JEUDI 18

Permanence Handi-droit

### SAMEDI 20

Spectacle Cornebidouille  
Atelier Jeux de société inclusifs  
Atelier Detox ton agenda  
Atelier Dessins méditatifs

### LUNDI 22

Atelier Biodanza

### MERCREDI 24

Atelier relaxation

### DU SAMEDI 27 AU 9 FÉVRIER

Expo Photo : «couture et textile du Sénégal»

### MERCREDI 27

Atelier Écriture créative  
Atelier Sophrologie  
Stage Anglais - enfants / collégiens  
Danse contact improvisation

### DIMANCHE 28

Atelier Énergie du corps

## FÉVRIER

### VENDREDI 2

Atelier d'expression artistique

### SAMEDI 3

Vide Grenier en intérieur

### DIMANCHE 4

Atelier de carte Lorenca

### LUNDI 5

Yoga du rire

### MERCREDI 7

Atelier Parentalité créatrice

### JEUDI 8

Atelier d'art-thérapie

### SAMEDI 10

Bal participatif  
Atelier municipal couture  
Atelier Sophrologie  
Atelier Autohypnose

### DIMANCHE 11

Atelier On danse ensemble

### MERCREDI 14

Atelier Cafe-philosophie

### SAMEDI 17

Atelier Dessins méditatifs  
Danse contact improvisation

### MARDI 20 AU JEUDI 22

Atelier Boxe

### SAMEDI 24

Spectacle Cornebidouille  
Soirée dansante  
Atelier Restauration de tabouret  
Atelier Sophrologie

### DIMANCHE 25

Atelier Énergie du corps  
Journée à thèmes

### LUNDI 26

Atelier Biodanza

### MERCREDI 28

Atelier relaxation

## MARS

### VENDREDI 1<sup>ER</sup>

Atelier d'expression artistique

### SAMEDI 2

Vide Grenier en intérieur  
Atelier municipal couture  
Atelier Écriture créative

### DIMANCHE 3

Atelier de carte Lorenca  
Atelier On danse ensemble

### LUNDI 4

Yoga du rire

### MERCREDI 6

Atelier Parentalité créatrice

### JEUDI 7

Atelier d'art-thérapie

### SAMEDI 9

Atelier Jeux de société inclusifs  
Atelier Sophrologie  
Atelier Autohypnose

### DIMANCHE 10

Journée à thèmes

### LUNDI 11

Atelier Biodanza

### MERCREDI 13

Atelier Cafe-philosophie

### SAMEDI 16

Atelier Detox ta maison  
Atelier Dessins méditatifs

### LUNDI 18

Atelier Restauration de tabouret

### SAMEDI 23

Spectacle Cornebidouille  
Soirée dansante  
Atelier Sophrologie

### MERCREDI 27

Atelier relaxation

### SAMEDI 30

Danse contact improvisation

### DIMANCHE 31

Atelier Énergie du corps  
Atelier de carte Lorenca

## AVRIL

### MERCREDI 3

Atelier Parentalité créatrice

### JEUDI 4

Atelier d'art-thérapie

## **SAMEDI 6**

Atelier Écriture créative

## **SAMEDI 6 ET DIMANCHE 7**

Journée des Métiers  
d'art

## **LUNDI 8**

Yoga du rire

## **MERCREDI 10**

Atelier Cafe-philosophie

## **VENDREDI 12**

Atelier d'expression  
artistique

## **SAMEDI 13**

Vide Grenier en  
intérieur

Atelier municipal  
couture  
Atelier Sophrologie

## **SAMEDI 20**

Spectacle Cornebidouille  
Atelier Sophrologie  
Danse contact  
improvisation

## **DIMANCHE 21**

Journée à thèmes

## **LUNDI 22**

Atelier Biodanza

## **MERCREDI 24**

Atelier relaxation

## **SAMEDI 27**

Atelier Dessins  
méditatifs  
Atelier Autohypnose

## **DIMANCHE 28**

Atelier Énergie du corps  
La Milonga  
Atelier On danse  
ensemble

# **MAI**

## **JEUDI 2**

Atelier d'art-thérapie

## **VENDREDI 3**

Atelier d'expression  
artistique

## **SAMEDI 4**

Atelier Jeux de société  
inclusifs  
Festival Accord Majeur  
Atelier municipal  
couture  
Atelier Restauration de  
tabouret  
Atelier Écriture créative  
Atelier Sophrologie

## **DIAMNCHE 5**

Atelier Sophrologie  
Atelier de carte Lorenca

## **SAMEDI 11**

Gala Départemental  
d'Escrime

## **LUNDI 13**

Yoga du rire

## **DU LUNDI 13 AU**

Atelier Restauration de  
tabouret

## **MERCREDI 15**

Atelier Parentalité  
créatrice

## **SAMEDI 18**

Vide Grenier en  
intérieur

## **MERCREDI 22**

Atelier Cafe-philosophie

## **SAMEDI 25**

Fête de la Nature  
Atelier Detox ton  
organisation  
Atelier Dessins  
méditatifs

Atelier Autohypnose  
Danse contact  
improvisation

## **DIMANCHE 26**

Atelier Énergie du corps

## **LUNDI 27**

Atelier Restauration de  
tabouret  
Atelier Biodanza

## **MERCREDI 29**

Atelier relaxation

## **JEUDI 30**

RDV pour entreprendre

# **JUIN**

## **SAMEDI 1<sup>ER</sup>**

Puce des coutures  
Soirée dansante  
Atelier Sophrologie

## **DIMANCHE 2**

Atelier de carte Lorenca

## **LUNDI 3**

Yoga du rire

## **MERCREDI 5**

Atelier Parentalité  
créatrice

## **JEUDI 6**

Atelier d'art-thérapie

## **VENDREDI 7**

Atelier d'expression  
artistique

## **SAMEDI 8**

Vide Grenier en  
intérieur  
Atelier municipal  
couture  
Atelier Écriture créative

## **MERCREDI 12**

Atelier Cafe-philosophie

## **VENDREDI 14**

Atelier couture

## **SAMEDI 15**

Atelier Jeux de société  
inclusifs  
Anniversaire du  
Plongeur d'en Face  
Atelier Dessins  
méditatifs

## **DIMANCHE 16**

Fête médiévale

## **SAMEDI 22**

Spectacle Cornebidouille  
Atelier Restauration de  
tabouret  
Atelier Sophrologie  
Atelier Autohypnose

## **LUNDI 24**

Atelier Biodanza

## **MERCREDI 26**

Atelier relaxation

## **SAMEDI 29**

Comédie musicale  
Danse contact  
improvisation

# **JUILLET**

## **SAMEDI 2**

Vide Grenier en  
intérieur

## **JEUDI 4**

Atelier d'art-thérapie

## **VENDREDI 5**

Atelier d'expression  
artistique

## **LUNDI 8**

Atelier Restauration de  
tabouret

Suivez tous nos événements,  
projets et infos sur  
Facebook, Instagram  
et site internet



@lapiscinedenface



@lapiscinedenface

---

[www.piscinedenface.fr](http://www.piscinedenface.fr)

**+ D'INFOS**

La Piscine d'en Face  
01 70 58 96 41  
[direction@piscinedenface.fr](mailto:direction@piscinedenface.fr)