



Sainte-  
Geneviève  
des-Bois



Identifiez plus facilement  
les activités des vacances !

J'PEUX PAS  
..... J'AI .....

LA PISCINE  
*d'en Face*

PROGRAMME  
janvier  
juillet  
2026

#sgfdb91



@villesgdb91



# LES INFOS UTILES

## UN LIEU DE VIE

Si les événements rythment le pouls de la Piscine d'en Face, elle est également un lieu de vie facilitant la rencontre, le partage et la collaboration en accueillant quotidiennement visiteurs et travailleurs.

### 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.

Faire des achats (issus du commerce équitable, produits artisanaux...).

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)



# LES RÉSIDENTS

La PdF accueille des artistes, des associations et des entreprises qui louent un local à l'année et qui représentent aujourd'hui 32 entités. On les appelle "les Résidents". Pour les rencontrer, n'hésitez pas à prendre rendez-vous directement avec eux.

## SPORT / LOISIRS / BIEN ÊTRE

### :ACCORD MAJEUR:

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

### 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)

### ÉCOLE MUSIQUE LIVE

École de musique pour maîtriser l'instrument par un apprentissage personnalisé.  
06 21 03 32 23

### KRAKEN BOXING CLUB

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

### L'ATELIER MAGALI

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)

### TRAINING FOR CHANGE

Cours collectifs adultes et enfants tous niveaux.  
[contact@trainingforchange.fr](mailto:contact@trainingforchange.fr)

### ZPND

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

## ART ET CULTURE

### COLLECTIF POUR LA CULTURE EN ESSENNE

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

### D2MAINS ASSO

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

### LE CABARET DES OISEAUX

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

### LE QUARTET BUCCAL

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

### MICRO-SENS

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

### COMPAGNIE SABDAG

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

## SOCIALES ET SOLIDAIRES

### ACT'ESSONNE

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

### APP

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

### ARIES

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

### 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)

### GAPAS ALTERNATIVE

Habitats inclusifs pour les personnes en situation de handicap et facilitateur de vie sociale [habitatsalternatives@gapas.org](mailto:habitatsalternatives@gapas.org)

### HERCULE-INSERTION

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

### UNAFAM 91

Accueille, soutient et informe les familles confrontées aux troubles psychiques.  
[91@unafam.org](mailto:91@unafam.org)

## ENTREPRENARIATS ET ARTISANAT

### ESSONNE CONSULTANT

Concepteur de logiciel, d'application et de site internet  
[01 69 25 12 39](tel:0169251239)

### ISAQ

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

### LA SERRE DES IDÉES

Accompagne les entreprises, organismes et porteurs de projets souhaitant s'engager pour une transition durable et collaborative de leur structure.  
[laurianne@la-serre-des-idees.fr](mailto:laurianne@la-serre-des-idees.fr)

### PRETEXTE

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

### POSE TON EMPREINTE

Personnalisation textiles et objets pour entreprises et particuliers.  
[infoatlantis5@gmail.com](mailto:infoatlantis5@gmail.com)

### 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)





## ARTISANS DU MONDE VAL D'ORGE

Depuis plus de 20 ans, ARTISANS DU MONDE, boutique associative, agit pour un commerce équitable respectueux des droits humains et de la planète. Située au 1<sup>er</sup> étage de la Pdf, face au restaurant, elle propose des produits issus de l'agriculture paysanne et de l'artisanat traditionnel.

Rencontrez une équipe 100% bénévole et découvrez des projets engagés pour une transition solidaire et écologique. Avec vos achats responsables, soutenez une économie plus juste et durable. Rendez-vous à la boutique !

**Infos et contact : 07 59 77 10 51**  
[assartisandsumonde.valdorge@neuf.fr](mailto:assartisandsumonde.valdorge@neuf.fr)

**HORAIRES D'OUVERTURE :**  
du mercredi au vendredi de 11h30 à 15h,  
samedi de 11h30 à 18h.



## RESTAURATION



### LE PLONGEOIR 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@plongeoirdenface.com](mailto:contact@plongeoirdenface.com)

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



# PÔLE ARTISANAL

## CABINE 002

### CONSERVATION - RESTAURATION DE PEINTURE ET ARTISAN DU CUIR, SELLERIE - MAROQUINERIE

CORIUM OFFICINA

Artisan du cuir, sellerie et maroquinerie

 Labellisée Artisan d'Art, l'atelier perpétue avec finesse les gestes de la sellerie-maroquinerie.

Chaque pièce, cousue à la main au point sellier, est réalisée de A à Z avec du cuir français premier choix à tannage végétal, ou des chutes revalorisées issues des maisons de couture. Des créations, empreintes d'élégance et de durabilité, incarnent le respect des traditions et l'amour du travail bien fait.

► accueil sur rdv • coriumofficina@gmail.com



## MURIELLE

### FILINCZUL-RIQUELME

Conservation - restauration de peintures

Murielle Filonczuk-Riquelme, restauratrice du patrimoine diplômée d'État en conservation-restauration de peintures, intervient sur tableaux, peintures murales et objets polychromés. Habilitée Musées de France et Monuments historiques, elle travaille aussi bien pour les collections publiques que pour les collectionneurs privés et particuliers. Membre de la FFC-R, de la SFIC et de l'ICOM.

► accueil sur rdv • murielle@riquelme.fr



## CABINE 107

### RESTAURATION DE SIÈGE ET CONFECTION D'ABAT-JOUR

CRAPAUD CHARMANT

 Artisan tapissier et abat-jouriste diplômée de l'École d'Ameublement de Paris, Nathalie réinvente la décoration intérieure. Cette passionnée accompagne vos projets de restauration de fauteuils et transforme vos espaces grâce à des abat-jours uniques et personnalisés. Installée depuis l'origine à La Piscine d'en Face, elle investit aujourd'hui un nouvel atelier plus spacieux.

► accueil sur rdv • contact@lecrapaudcharmant.com

## CABINE 211

### LAVANDIERE ÉCOLOGIQUE

LA BASE

 Artisane engagée, Shirley fabrique à la Piscine d'en Face des produits ménagers 100 % naturels et écologiques. La Base valorise une démarche respectueuse de l'environnement pour un quotidien plus sain. Chaque produit est élaboré avec soin pour allier efficacité et durabilité.

► accueil sur rdv • contact@boutique-la-base.fr

# LES ÉVÉNEMENTS

## VIDE-GRENIERS EN INTÉRIEUR

SAMEDIS 10 JANVIER • 7 FÉVRIER • 7 MARS •  
4 AVRIL • 16 MAI • 6 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 : Association l'atelier Magali, Magali Gineau-Delyon 06 69 74 18 05 magaligineau@yahoo.fr



## LES SOIRÉES DANSANTES

SAMEDIS 31 JANVIER • 28 FÉVRIER • 28 MARS •  
24 AVRIL • 30 MAI • 11,18 ET 25 JUILLET



Venez vous ambiancer sur les tubes des meilleures années de 20h à 3h ! Espace gaming et jeux en tous genres.

- Tout Public • Adulte : 10€ / enfant : 8€ • tarifs spécial nouvel an : 24€ adultes et 13 enfants (hors repas) • Bar et restauration sur place. • Infos et résa : 06 32 24 07 21, Hello Asso ou posetaruche@gmail.com



## LES SPECTACLES DE ZPND



SAMEDIS 14 FÉVRIER • 14 MARS • 18 AVRIL •  
VENDREDI 27 JUIN • SAMEDI 11 JUILLET

Une fois par mois, vivez un moment théâtre en famille. Venez découvrir un spectacle participatif pour enfant dès 3 ans, idéal pour toute la famille. Chaque séance sera suivie par des activités créatives et ludiques et d'un goûter.

► De 15h à 17h30 • Pour adultes et enfants 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 et résa : 06 32 24 07 21, posetaruche@gmail.com



## LOTO CARITATIF

VENDREDI 14 MARS



Un loto pour toute la famille avec de nombreux lots à gagner.

► De 19h à 00h • Tout public • Entrée gratuite • 5€ le carton • Espace bar sur place • Infos et réservation au 06 32 24 07 21 ou posetaruche@gmail.com



## PUCES DES COUTURIÈRES

SAMEDI 21 MARS



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 • Entrée libre pour le public • Buvette sur place • Tarif location 20€/3m pour les exposants Infos et résa : association l'atelier, Maryze Pouillot au 06 56 78 92 97 ou gerald.pouillot@wanadoo.fr

# LES ÉVÉNEMENTS



## ZUMBA NIGHT

| SAMEDI 21 MARS

 Une session exceptionnelle de Zumba nocturne ! L'événement inédit Zumba à ne pas manquer, 2h de Zumba dans une superbe ambiance, le tout assuré par 3 profs de Zumba expérimentées et reconnues ! Ce trio de choc vous prépare une session dont vous vous souviendrez longtemps ! Ne ratez pas cette grande première !

► De 20h à 22h • Adultes et enfants • Tarif : 15€, gratuit pour les moins de 12 ans • Infos et résa : Training 4 Change au 07 65 29 86 10 ou contact@trainingforchange.fr

## JOURNÉES EUROPÉENNES DES MÉTIERS D'ART

| VENDREDI 10 AU DIMANCHE 12 AVRIL

 À l'occasion du week-end festif des Journées Européennes des Métiers d'Arts, les bassins de la Piscine d'en Face se transforment en atelier. 25 artisans d'art Essoniens y exposeront et vous proposeront de découvrir leur savoir-faire au travers de nombreuses démonstrations. Découvrez leurs créations exclusives autour du thème "Cœur à l'ouvrage" et votez pour votre œuvre préférée.

► Vendredi de 9h à 16h, samedi de 11h à 19h et dimanche de 11h à 18h • Tout public • Entrée libre • Contact : La Piscine d'en Face au 01 70 58 96 41 ou direction@piscinedenface.com

## FORUM DE L'EMPLOI

| JEUDI 21 MAI



Forum pour le retour à l'emploi avec de nombreuses organismes de formation présents (tous secteurs d'activités confondus). Organisé par France Travail et la ville de Sainte-Geneviève-des-Bois

► De 14h à 17h • Adultes • Entrée libre.



# FESTIVAL DU JEU DE L'ORGE

| SAMEDI 23 AU DIMANCHE 24 MAI



Plongez dans le Festival du jeu de l'Orge. PRETEXTE et le Bar à jeux de l'Orgue s'unissent pour vous offrir un week-end ludique exceptionnel. Venez tester les dernières nouveautés, échanger avec vos auteurs préférés et profiter de centaines de jeux en libre accès. L'esprit de compétition vous titille ? Participez à nos nombreux tournois dotés et tentez votre chance lors de notre grande tombola chaque jour. À vous de jouer ! .

- Samedi de 14h à 00h et dimanche de 10h à 18h •  
Adultes et enfants de 7 à 14 ans accompagné d'un adulte • Entrée libre • Infos et résa au 07 66 43 95 66 ou [barajeuxsgdb@gmail.com](mailto:barajeuxsgdb@gmail.com)



## APÉRO COUTURE



SAMEDI 13 JUIN

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

- De 19h à 23h • Adultes • Entrée gratuite •  
Contact : association l'atelier Magali au 06 69 74 18 05 où [magaligineau@yahoo.fr](mailto:magaligineau@yahoo.fr)



## FESTIVAL ACCORD MAJEUR

| SAMEDI 4 JUILLET

Le Festival Accord Majeur, événement musical inclusif et solidaire revient à la Piscine d'en Face pour sa 5<sup>e</sup> édition. Au programme : concerts en plein air de groupes locaux, animations artistiques et culturelles, stands, ateliers...

- De 14h à 01h • Tout Public • Buvette et restauration sur place • Tarifs : Prix libre à l'entrée servant au financement d'opérations solidaires • Infos et résa : [accordmajeur.contact@gmail.com](mailto:accordmajeur.contact@gmail.com)

## LES MARCHÉS D'ÉTÉ NOCTURNES



SAMEDIS  
11, 18 & 25 JUILLET  
À la Piscine d'en Face  
De 17h à 22h30

**Le Marché Nocturne de LA PISCINE d'en Face**

20 EXPOSANTS PRODUITS LOCAUX ARTISANAT ESSONNIEN | RESTAURATION ESPACE DÉTENTE AMBIANCE MUSICALE

**ENTRÉE LIBRE**  
Renseignements au 01 70 58 96 41

Survi des soirées dansantes ZPND

# LES ATELIERS, STAGES ET PERMANENCES

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

## AUTOUR DU BIEN-ÊTRE ET DE L'ACCOMPAGNEMENT

### ATELIERS ET MES ÉMOTIONS ALORS ?

| 24 ET 25 FÉVRIER • 21 ET 22 AVRIL



J'apprends à ressentir, reconnaître et exprimer mes émotions dans un cadre sécurisant. Sylvie (thérapeute) et Elisabeth (sophrologue) te proposent différents ateliers collage, danse, respiration, conte pour t'accompagner sur le chemin des émotions.

► De 14h à 17h • Enfants de 8 à 11 ans • 90 € pour les deux demi-journées • Infos et résa : 06 75 62 89 27 ou sylviermn@gmail.com



# LES ATELIERS AVEC CULTURE DU CŒUR ESSENNE

## MARDI 20 JANVIER ET MERCREDI 28 JANVIER DE 10H À 11H30

**Atelier spectateur :** Découvrir ce qu'est être un spectateur, lever les freins et les appréhensions des personnes accompagnées par Cultures du Coeur

► Adultes • Gratuit

## MARDI 10 FÉVRIER 2026 DE 10H À 12H30

### Temps d'initiation et de découverte

Les droits culturels et la médiation culturelle dans le champs social.

## MARDI 17 MARS DE 14H À 16H30

Devenir référent accessibilité et handicap dans un établissement culturel

## LUNDI 13 AVRIL DE 10H À 12H30

Devenir référent culture au sein d'une structure sociale, médico-sociale, éducative ou sanitaire

## JEUDI 15 AVRIL DE 14H À 16H30

Accueillir les personnes dans les lieux culturels

## LES 15, 16 ET 22 AVRIL 2026 DE 14H À 16H

**Atelier d'écriture créative :** Écrire autour de la sortie culturelle : la sortie culturelle rêvée, c'est quoi ?

► Adultes • Gratuit

## JEUDI 11 JUIN DE 10H À 12H30

Animer une permanence culturelle dans une structure sociale, médico-sociale, éducative ou sanitaire

► Adultes • Tarifs : 30 €

Gratuit pour les adhérents de CDC91

## MERCREDI 1<sup>ER</sup> JUILLET DE 13H À 16H

**Clôture du projet : les itinéraires culture en Essonne :** Partager collectivement les retours d'expériences et les découvertes qui ont été réalisées lors de l'itinéraire culturel et les visites des différents lieux partenaires.

► Adultes et enfant • Gratuit



### INFOS ET INSCRIPTIONS

Directrice : 06 73 70 80 28 ou  
[mathilde.bost@culturesducoeur.org](mailto:mathilde.bost@culturesducoeur.org)

Coordinatrice du pôle : 07 82 71 80 26 ou  
[juliette.migliori@culturesducoeur.org](mailto:juliette.migliori@culturesducoeur.org)

## L'ASSOCIATION AIME



L'association AIME vous invite à découvrir ses activités autour du bien-être et du développement personnel.

L'adhésion annuelle (40 €) vous donne accès à la Pause Méditation, au Café Philo et à la Balade nature.

Les autres ateliers sont proposés aux adhérents à tarif réduit (15 € par séance) avec des forfaits thématiques ou un pass de 10 ateliers au choix. Les adhérents bénéficient d'une priorité pour les réservations. Les non-adhérents peuvent participer à un atelier découverte au tarif de 20 €.

Infos et inscription obligatoire au 06 85 78 21 77 ou [association.aime@orange.fr](mailto:association.aime@orange.fr)  
<https://aime91.monsite-orange.fr>

## LA BALADE NATURE

UNE FOIS PAR MOIS LE DIMANCHE  
DE JANVIER À JUIN

Nous vous proposons une reconnexion à l'Energie 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.

► À 9h30 • Adultes • Animé par Jean-Yves Quesnel et Jean-Luc Mazet • Tarifs : 40€ adhésion annuelle à l'association, accès gratuits aux adhérents.



## ATELIER OFFERT DE DÉCOUVERTE DE LA MÉDITATION

SAMEDI 24 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.

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

## ATELIER 3P PAUSE MÉDITATION

| TOUS LES MERCREDIS

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.

► De 12h15 à 13h15 et de 19h30 à 20h30 • Animé par Jean-Luc Mazet • Accès libre aux adhérents de l'association.

## ATELIER 3P CAFÉ PHILO

| SAMEDIS 10 JANVIER • 14 FÉVRIER • 14 MARS •  
11 AVRIL • 23 MAI ET 6 JUIN

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".

► De 15h à 16h30 • Animé par Jean-Luc Mazet •  
Adultes • Tarif : gratuit pour les 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 YOGA AU SON DE LA FLÛTE JAPONAISE SHAKUHACHI

JEUDI 29 JANVIER • MERCREDIS 25 FÉVRIER •  
22 AVRIL • JEUDI 28 MAI



Par les postures (asana), on se recentre sur le corps et l'esprit et on se prépare à la méditation. Mais bien loin de l'Inde, au Japon à l'époque Edo, des moines samouraï se réclamant du bouddhisme Rinzai, jouaient la flûte shakuhachi. Venez découvrir le territoire de rencontres que nous avons défini pour ces deux arts.

- De 19h45 à 21h30 • Adultes • Animé par Claire et Christophe Gaston • Tarifs : 15€ l'atelier pour les adhérents (20€ atelier découverte non adhérents)



## ATELIER YOGA DU RIRE

MARDIS 27 JANVIER • 24 FÉVRIER • MERCREDI 25  
MARS • MARDIS 21 AVRIL • 26 MAI • 23 JUIN



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 on ne jouit pas d'un naturel joyeux ou si 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 !

- De 19h45 à 21h30 • Adultes • Animé par Maud Grenier • Tarifs : 15€ l'atelier pour les adhérents (20€ atelier découverte non adhérents)

## ATELIER BAIN DE GONG

LUNDIS 26 JANVIER • 23 FÉVRIER • 23 MARS •  
20 AVRIL • 25 MAI • 22 JUIN



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

Nous vous proposons 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.

- De 19h45 à 21h30 • Adultes • Animé par Antoine Bécot • Tarifs : 15€ l'atelier pour les adhérents (20€ atelier découverte non adhérents)



## ATELIER ENERGIE DU CORPS

DIMANCHES 18 JANVIER • 15 FÉVRIER • 22 MARS •  
17 MAI ET 14 JUIN

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.

► De 9h45 à 11h30 • Adultes • Animé par Jean-Yves Quesnel • Tarifs : 15€ l'atelier pour les adhérents (20€ atelier découverte non adhérents).



## ATELIER SOPHROLOGIE

VENDREDI 30 JANVIER • JEUDIS 26 FÉVRIER •  
26 MARS • 23 AVRIL • VENDREDI 29 MAI •  
JEUDI 25 JUIN

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

► De 9h45 à 21h30 • Adultes • Animé par Isabelle •  
Tarifs : 15€ l'atelier pour les adhérents (20€ atelier découverte non adhérents)

## ATELIER BIODANZA

LUNDIS 19 JANVIER • 16 FÉVRIER • 16 MARS •  
13 AVRIL • 4 MAI • 15 JUIN



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.

► De 19h45 à 21h30 • Adultes • Animé par Alexandre •  
Tarifs : 15€ l'atelier pour les adhérents (20€ atelier découverte non adhérents).



## ATELIER BOLS CHANTANTS

DIMANCHES 1<sup>ER</sup> FÉVRIER • 1<sup>ER</sup> MARS • 26 AVRIL •  
31 MAI



Basé sur l'utilisation musicale et relaxante des bols chantant, l'atelier de 1h permet de vivre pleinement la vibration des bols. La détente laisse parfois la place à la méditation.

► De 9h45 à 11h • Adultes • Animé par Antoine Bécot •  
Tarifs : 15€ l'atelier pour les adhérents (20€ atelier découverte non adhérents)

# AUTOUR DE L'ARTISANAT ET DU DIY

\* DO IT YOURSELF

## ATELIERS D'INITIATION À LA SELLERIE - MAROQUINERIE OU DE LA DORURE SUR CUIR

LES 10, 11 ET 17 JANVIER DE 10H À 17H

LES 7, 8 ET 21 MARS DE 10H À 12H30  
OU DE 14H À 16H30

Venez vous initier à la sellerie-maroquinerie lors d'une journée immersive afin de réaliser votre porte-cartes ou votre couvre-livre personnalisé. Mais si vous êtes plutôt or et lecture, venez découvrir la magie de la dorure sur cuir lors d'une demi-journée à l'atelier. Toutes les inscriptions se font via Wecandoor en suivant ce QR code !

► Groupe de 2 à 4 personnes • Adultes et ados à partir de 16 ans • Tarif : 150€ • Cuir et matériaux fournis - Prêt de l'outillage • Contact : coriumofficina@gmail.com • Inscription : Wecandoor



Enthuse main

## ATELIERS LE TABOURET CHARMANT



SAMEDIS 14 FÉVRIER • 25 AVRIL • 27 JUIN

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 : 135€ • Tabouret et matériaux fournis • Prêt de l'outillage • Contact : 06 13 56 19 80 ou contact@lecrapaudcharmant.com • Inscription : <https://my.weezevent.com/atelier-le-tabouret-charmant>

## ATELIERS MA CHARMANTE LAMPE

■ SAMEDI 14 MARS • SAMEDI 23 MAI

 Réservez votre après-midi pour fabriquer votre charmante lampe. Dans cet atelier vous apprendrez à créer un abat-jour cylindrique avec du polyphane. Vous pourrez choisir entre la forme prêt-àposer, la solution à suspendre telle une baladeuse ou encore à fixer sur votre pied de lampe.

► De 14h à 17h • Groupe de 2 à 4 personnes • Adultes et ados à partir de 15 ans • Tarif : 90€ • Matériaux et tissus inclus • Contact : 06 13 56 19 80 ou [contact@lecrapaudcharmant.com](mailto:contact@lecrapaudcharmant.com)



## STAGE INITIATION À LA RESTAURATION DE SIÈGE

■ DU LUNDI 16 MARS AU VENDREDI 20 MARS

 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 carrelet. 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) • Prêt de l'outilage • Contact : [contact@lecrapaudcharmant.com](mailto:contact@lecrapaudcharmant.com) ou 06 13 56 19 80.  
[www.lecrapaudcharmant.com/initiation-tapisserie](http://www.lecrapaudcharmant.com/initiation-tapisserie)



## ATELIERS TISSAGE SUR CADRE

■ VENDREDI 16 JANVIER • MERCREDI 18 FÉVRIER •  
JEUDI 12 MARS • MERCREDI 8 AVRIL •  
MERCREDI 27 MAI • MERCREDI 17 JUIN

Atelier d'initiation au tissage sur cadre, découverte des techniques du tissage afin de réaliser une décoration bohème ou des accessoires, ceintures, sets de tables, pochettes, marque-pages...

► De 14h à 17h • Groupe de 4 à 8 personnes • Adultes et ados à partir de 12 ans • Tarif : 40€ • Matériaux fournis • Prêt de l'outillage • Inscription : 06 78 18 55 13 ou [noeudelaine@gmail.com](mailto:noeudelaine@gmail.com)

## STAGE DE TISSAGE SUR CADRE

■ DU VENDREDI 15 AU SAMEDI 16 MAI

Ce stage s'adresse aux personnes désireuses d'apprendre les techniques de tissage sur métier à tisser à Peigne Enverguer. Présence requise sur les deux journées. Réalisation de tissus de laine, tapis, set, plaid, écharpe, torchon, etc.

► De 10h à 17h • Matériaux fournis - Prêt de l'outillage • Adultes et ados à partir de 12 ans • Tarif : 240€ • Infos et inscription : 06 78 18 55 13 ou [noeudelaine@gmail.com](mailto:noeudelaine@gmail.com).



## LES PROPOSITIONS DE L'ATELIER MAGALI



L'atelier propose des cours de couture créative dans un espace contenant des 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

LUNDIS DE 10H À 12H OU DE 14H À 16H OU DE 18H À 20H

MERCREDIS DE 14H À 16H

SAMEDIS DE 10H À 12H

#### POUR ENFANTS DÈS 8 ANS

MERCREDIS DE 14H À 16H OU DE 16H30 À 18H

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



### STAGE DE COUTURE PENDANT LES VACANCES

DU LUNDI 23 AU MERCREDI 25 FÉVRIER



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

► De 10h à 13h • À partir de 8 ans et adultes • Tarif : 100€  
Infos et inscriptions : Magali Gineau Delyon  
06.69.74.18.05

### STAGE DE CRÉATION TABLEAUX TEXTILES

TOUS LES MERCREDIS OU SUR RDV

Vivez une immersion unique au cœur de l'art textile. Les enfants adorent construire leurs princesses ou leurs monstres à partir de tissus de paillettes et toutes sortes de matériaux inimaginable, du collage à la couture. Venez avec votre récit textile ! (Construire son récit textile au cœur de ce stage, vous serez guidé à travers toutes les étapes de création).

► De 10h à 12h • Adultes et enfants à partir de 8 ans •  
Tarif : 20€.

# AUTOUR DE LA CULTURE , DU SPORT....

## ATELIER THÉÂTRE ET IMPRO ADULTES

TOUS LES LUNDIS



Un entraînement ludique pour développer la spontanéité, écoute, aisance scénique et créativité. Chaque semaine, explorez le jeu d'acteur à travers des exercices variés dans une ambiance conviviale. Accessible à tous niveaux.)

► De 20h à 23h • Adultes • Tarifs : 300€ + 6€ d'adhésion à l'association ZPND • Contact et inscriptions : 06 32 24 07 21 ou [posetaruche@gmail.com](mailto:posetaruche@gmail.com)



## ATELIER THÉÂTRE ET IMPRO ENFANTS

TOUS LES MARDIS



À travers des jeux impro, les enfants développent leur imagination ; leur expression, l'écoute des autres et la confiance en soi. Un espace bienveillant pour s'amuser, créer des histoires et inventer des personnages tout en apprenant à jouer ensemble.

► De 18h à 19h30 • Enfants à partir de 7 ans • Tarifs : 90€ • Contact et inscriptions : 06 32 24 07 21 ou [posetaruche@gmail.com](mailto:posetaruche@gmail.com)







## LES ATELIERS DE TRAINING FOR CHANGE

► Inscriptions : 07 65 29 86 10 ou  
contact@trainingforchange.fr

### CIRCUITS TRAINING ET FITNESS TOUS NIVEAUX !

MARDIS DE 18H À 19H15 OU DE 19H30 À 21H

JEUDIS DE 19H30 À 21H

Vous souhaitez reprendre le sport, retrouver la forme ou renforcer votre mental ? Venez vivre l'expérience Training For Change ! Intégrez un groupe qui saura vous motiver et vous encourager à chaque séance. Nos coachs expérimentés vous accompagnent pour atteindre vos objectifs : perte de poids, renforcement musculaire, bien-être, remise en forme... Peu importe votre niveau, tout le monde est le bienvenu ! Un seul mot d'ordre : ON S'ENTRAINE, ON CHANGE !

► Pour adultes et ados à partir de 12 ans •

Tarifs : Adultes : 120€ et ados (12-17 ans) : 100€.



©Nhan Nguyen

### ATELIER BODY ZEN

LUNDIS DE 9H30 À 10H30

JEUDIS DE 18H À 19H15

Envie de tonifier votre corps, d'assouplir votre silhouette et d'améliorer votre posture, tout en profitant d'un moment de détente ? Le Body Zen est fait pour vous ! Rejoignez-nous et laissez-vous guider par nos coachs lors de sessions mêlant Pilates, mobilité, Yoga, stretching et relaxation. Un rendez-vous bien-être pour prendre soins de vous, relâcher les tensions et retrouver l'harmonie entre corps et esprits. Au programme : yoga, pilates, stretching et relaxation.

► Pour adultes • Tarif : 100€.



### KIDS TRAINING

MARDIS DE 18H À 19H15 ET DE 19H30 À 21H

Vous voulez offrir à vos enfants la possibilité de pratiquer une activité physique régulière, dans une atmosphère joyeuse et stimulante ? Inscrivez-les au Kids Training ! Ce cours, pensé spécialement pour les plus jeunes, leur permet de bouger, de développer leur motricité, leur agilité et leur endurance tout en s'amusant. Au programme : initiation au fitness, jeux sportifs, parcours ludiques, défis en équipe et bien d'autres surprises ! Une expérience sportive et conviviale, idéale pour que vos enfants prennent plaisir à se dépasser et à progresser ensemble.

► Enfants de 6 à 12 ans • Tarifs : 80€.

### ATELIER NUTRITION

SAMEDI 7 FÉVRIER

L'association Training For Change vous propose une sensibilisation autour de la nutrition. L'atelier sera animé par Léa, nutritionniste professionnelle qui exerce ce métier depuis plusieurs années. Thème de l'atelier : Faire du sport c'est bien mais on mange quoi ? Les points clés de l'alimentation & les différents types de faim.

► De 11h à 12h30 • Adultes • Tarifs : 12€.

# AUTOUR DE LA DANSE

## LES WEEK-ENDS DE MICROSENS

Tarifs libres

Pas de pré requis, juste de l'envie !

Adultes et à partir de 16 ans

Contact : 06 82 11 74 73 ou

contact@micro-sens.org

INFO: www.micro-sens.org.



Carine Hervé, fondatrice de la structure MICRO-SENS et danseuse vous propose de découvrir et expérimenter des pratiques alternatives du mouvement et de la danse, basées sur des principes simples et ludiques, afin de creuser sa curiosité. Les objectifs sont de creuser sa curiosité sur le corps, d'affiner ses perceptions, enrichir ses sensations et d'aller à la rencontre de l'autre.

## SAMEDI CI CONTACT IMPRO

I SAMEDIS 31 JANVIER • 28 FÉVRIER • 28 MARS •  
25 AVRIL • 30 MAI • 27 JUIN

Le Contact Impro (CI) est une pratique de danse collaborative, entre art et sport, dont le principe est de danser à deux ou plus, en contact, sans savoir ce qu'il va se passer au préalable. Carine Hervé, qui anime ce "labo" vous propose un entraînement du corps et des sens afin d'apprivoiser votre relation avec le sol et avec l'autre, pour plus de sensations. Cet espace de joie, d'expérimentation et de liberté est aussi le lieu d'un partage sensible où l'autre est notre allié dans « cette étude de la gravité », nous offrant mutuellement des appuis pour renouveler sans cesse notre danse.

► De 15h à 18h • Adultes • Tout niveau • Tarifs libres •  
Infos et inscription au 06 82 11 74 73 ou  
contact@micro-sens.org



©Carine Hervé



## DIMANCHE DI DANSE INCLUSIVE

I DIMANCHES 1<sup>ER</sup> FÉVRIER • 1<sup>ER</sup> MARS • 29 MARS •  
26 AVRIL • 31 MAI • 28 JUIN

Quelque part entre l'espace bien-être et le bal, les dimanches DI sont une invitation à bouger, quel que soit votre mobilité ! Carine Hervé, danseuse, vous propose ici un "dancefloor" participatif, où la danse est accessible à tous. Les espaces grandioses de la Piscine d'en Face servent de décor à ces rencontres mensuelles, sensibles et éphémères, en musique et en mouvement. Laissez-vous (é)mouvoir le temps d'une matinée !

► De 10h30 à 12h30 • Adultes et ados • Tout niveau •  
Tarifs libres • Infos et inscription : 06 82 11 74 73 ou  
contact@micro-sens.org



# ATELIER TANGO ARGENTIN DE LA PISCINE D'EN FACE



DIMANCHES 11 JANVIER • 8 FÉVRIER •  
1<sup>ER</sup> MARS • 5 AVRIL • 3 MAI



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 ! Séances mises en musique par Gilles Pouilleau (Bal Tango).

➤ De 16h à 20h • Adultes • Tarifs : 7€ • Contact et inscriptions : 06 02 08 71 33 ou [dansarium@gmail.com](mailto:dansarium@gmail.com)



## CINÉ-DANSE DU DANSARIUM

### LES INDES GALANTES DE PHILIPPE BÉZIAT

SAMEDI 25 AVRIL



Reprise du ciné-danse avec le DANSARIUM, qui vous propose un cycle sur les "choc(s) esthétique(s)". "Les Indes Galantes" est

un pari fou, une rencontre inattendue entre deux esthétiques (musique baroque et danse urbaine), un choc des cultures. Le spectacle a été présenté à l'Opéra Bastille en 2019. Le film retrace en image cette aventure artistique et humaine extraordinaire et émouvante. Salle du Dansarium, accueil à partir de 18h30, avec bibliothèque éphémère, film à 19h.

➤ De 18h30 à 21h • Adultes • Tarifs : 5€ • Réservation obligatoire • Contact et inscriptions : 06 02 08 71 33 ou [dansarium@gmail.com](mailto:dansarium@gmail.com)



©MAYA LE JACQUES

# PROJET DU DANSARIUM

## 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'échanges 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'échanges multiples 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, groupes 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'actions proposées 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, des 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 de la pratique, au regard, à l'échange, et aiguiser sa culture "danse".

Contact : [dansarium@gmail.com](mailto:dansarium@gmail.com)

<https://dansarium.wixsite.com/dansarium>

<https://www.facebook.com/dansarium>

## **LES RENDEZ-VOUS REGULIERS**

(dates à retrouver dans la programmation "art et création")

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)
- Danse Contact Improvisation  
(Micro-Sens, Carine Hervé)
- Ciné-danse du Dansarium "Les Indes Galantes"  
de Philippe Béziat

# 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 évènement 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 !

## 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 PLAGE

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€

## TARIFS AUX ENTREPRISES

### LA PDF PRIVATISÉE

(bassins + mezzanine + espace restauration) : 750m<sup>2</sup> - 800 personnes  
4h : 1 800€ 8h : 3 000€

### LA PDF NON PRIVATISÉE

(bassins + mezzanine + espace restauration) : 750m<sup>2</sup> - 800 personnes  
4h : 1 200€ 8h : 1 800€

### 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 PLAGE

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 : 1 200€

### TERRASSE

60 personnes  
4h : 200€ 8h : 350€



# NOS PETITS GESTES POUR LA PLANÈTE

## 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.

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 :



## 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](mailto:phiclopa@yahoo.com) ou [d2mains.asso@gmail.com](mailto:d2mains.asso@gmail.com)

## DÉPÔTS DE...



TUBES DE  
DENTIFRICE SOUPLES



BOUCHONS  
EN PLASTIQUE

# L'AGENDA

## SAMEDI 10 JANVIER

- Vide-greniers
- Atelier Sellerie Maroquinerie
- Café philo

## DIMANCHE 11 JANVIER

- Atelier Sellerie Maroquinerie
- Atelier Milonga

## VENDREDI 16 JANVIER

- Atelier Tissage

## SAMEDI 17 JANVIER

- Atelier Sellerie Maroquinerie

## DIMANCHE 18 JANVIER

- Atelier Energie du corps

## LUNDI 19 JANVIER

- Atelier Biodanza

## MARDI 20 JANVIER

- Atelier du spectateur

## LUNDI 26 JANVIER

- Atelier Bain de gong

## MARDI 27 JANVIER

- Atelier Yoga du rire

## MERCREDI 28 JANVIER

- Atelier du spectateur

## JEUDI 29 JANVIER

- Atelier Yoga au son de la flûte japonaise

## VENDREDI 30 JANVIER

- Atelier sophrologie

## SAMEDI 31 JANVIER

- Atelier Danse impro Samedi Cl
- Soirée Dansante

## DIMANCHE 1<sup>ER</sup> FÉVRIER

- Atelier Bols Chantants
- Atelier Danse Impro Dimanche DI

## SAMEDI 7 FÉVRIER

- Vide-greniers
- Atelier nutrition

## DIMANCHE 8 FÉVRIER

- Atelier Milonga

## MARDI 10 FÉVRIER

- Atelier d'initiation et découverte Culture

## SAMEDI 14 FÉVRIER

- Spectacle enfants
- Atelier Tabouret Charmant
- Café philo

## DIMANCHE 15 FÉVRIER

- Atelier Energie du corps

## LUNDI 16 FÉVRIER

- Atelier Biodanza

## LUNDI 23 AU MERCREDI 25 FÉVRIER

- Stage de couture

## LUNDI 23 FÉVRIER

- Atelier Bain de gong

## MARDI 24 ET MERCREDI 25 FÉVRIER

- Atelier «et mes émotions alors ?»

## MARDI 24 FÉVRIER

- Atelier Yoga du rire

## MERCREDI 25 FÉVRIER

- Atelier Yoga au son de la flûte japonaise

## JEUDI 26 FÉVRIER

- Atelier Sophrologie

## SAMEDI 28 FÉVRIER

- Atelier Danse impro Samedi Cl
- Soirée Dansante

## DIMANCHE 1<sup>ER</sup> MARS

- Atelier Bols Chantants
- Atelier Danse Impro Dimanche DI
- Atelier Milonga

## SAMEDI 7 MARS

- Vide-greniers

## SAMEDI 7 ET DIMANCHE 8 MARS

- Atelier Initiation à la dorure

## JEUDI 12 MARS

- Atelier Tissage

## SAMEDI 14 MARS

- Spectacle enfants
- Atelier Ma Charmante Lampe
- Café philo
- Loto caritatif

## LUNDI 16 MARS

- Atelier Biodanza

## LUNDI 16 AU VENDREDI 20 MARS

- Stage d'initiation à la réfection de siège



## MARDI 17 MARS

- Atelier Accessibilité et handicap à la culture

## SAMEDI 21 MARS

- Atelier d'Initiation à la dorure
- Puces des couturières
- Soirée Zumba Night

## DIMANCHE 22 MARS

- Atelier Energie du corps
- Atelier d'Initiation à la dorure

## LUNDI 23 MARS

- Atelier Bain de Gong

## MERCREDI 25 MARS

- Atelier Yoga du rire

## JEUDI 26 MARS

- Atelier Sophrologie

## SAMEDI 28 MARS

- Atelier Danse impro Samedi Cl
- Soirée Dansante

## DIMANCHE 29 MARS

- Atelier Danse impro Dimanche DI

## SAMEDI 4 AVRIL

- Vide-greniers

<b>DIMANCHE 5 AVRIL</b>	• Atelier Milonga
<b>MERCREDI 8 AVRIL</b>	• Atelier Tissage
<b>VENDREDI 10 AU DIMANCHE 12 AVRIL</b>	• JEMA
<b>SAMEDI 11 AVRIL</b>	• Café Philo
<b>LUNDI 13 AVRIL</b>	• Atelier "Devenir référent Culture" • Atelier Biodanza
<b>MERCREDI 15 ET JEUDI 16 AVRIL</b>	• Stage Atelier d'écriture Créative
<b>SAMEDI 18 AVRIL</b>	• Spectacle pour enfants
<b>LUNDI 20 AVRIL</b>	• Atelier Bain de Gong
<b>LUNDI 20 AU MERCREDI 22 AVRIL</b>	• Stage de couture
<b>MARDI 21 AVRIL</b>	• Atelier Yoga du rire
<b>MARDI 21 AU MERCI 22 AVRIL</b>	• Atelier «Et mes émotions alors ?»
<b>MERCREDI 22 AVRIL</b>	• Atelier d'écriture créative • Atelier Yoga au son de la flûte japonaise
<b>JEUDI 23 AVRIL</b>	• Atelier Sophrologie
<b>SAMEDI 25 AVRIL</b>	• Atelier Tabouret Charmant • Atelier Danse impro Samedi CI • Atelier Ciné Danse
<b>DIMANCHE 26 AVRIL</b>	• Atelier Bols Chantants • Atelier Danse impro Dimanche DI

<b>DIMANCHE 3 MAI</b>	• Atelier Milonga
<b>LUNDI 4 MAI</b>	• Atelier Biodanza
<b>VENDREDI 15 ET SAMEDI 16 MAI</b>	• Atelier Stage de tissage sur cadre
<b>SAMEDI 16 MAI</b>	• Vide-greniers
<b>DIMANCHE 17 MAI</b>	• Atelier Energie du corps
<b>JEUDI 21 MAI</b>	• Forum pour l'emploi
<b>SAMEDI 23 MAI</b>	• Atelier Ma charmante Lampe • Café Philo
<b>SAMEDI 23 ET DIMANCHE 24 MAI</b>	• Festival du jeux
<b>MARDI 26 MAI</b>	• Atelier Yoga du rire
<b>MERCREDI 27 MAI</b>	• Atelier Tissage
<b>JEUDI 28 MAI</b>	• Atelier Yoga au son de la flûte japonaise
<b>VENDREDI 29 MAI</b>	• Atelier Sophrologie
<b>SAMEDI 30 MAI</b>	• Atelier Danse impro Samedi CI • Soirée dansante
<b>DIMANCHE 31 MAI</b>	• Atelier Bols chantants • Atelier Danse impro Dimanche DI
<b>SAMEDI 6 JUIN</b>	• Café Philo • Vide-greniers
<b>JEUDI 11 JUIN</b>	• Atelier permanence culturelle
<b>SAMEDI 13 JUIN</b>	• Apéro couture
<b>DIMANCHE 14 JUIN</b>	• Atelier Energie du corps
<b>LUNDI 15 JUIN</b>	• Atelier Biodanza
<b>MERCREDI 17 JUIN</b>	• Atelier Tissage
<b>LUNDI 22 JUIN</b>	• Atelier Bain de Gong
<b>MARDI 23 JUIN</b>	• Atelier Yoga du rire
<b>JEUDI 25 JUIN</b>	• Atelier Sophrologie
<b>SAMEDI 27 JUIN</b>	• Atelier Tabouret charmant • Atelier Danse impro Samedi CI • Spectacle enfants
<b>DIMANCHE 28 JUIN</b>	• Atelier Danse Dimanche DI
<b>MERCREDI 1<sup>ER</sup> JUILLET</b>	• Atelier clôture du projet CC
<b>SAMEDI 4 JUILLET</b>	• Festival Accord Majeur
<b>LUNDI 6 AU MERCREDI 8 JUILLET</b>	• Stage de couture
<b>SAMEDI 11 JUILLET</b>	• Spectacle enfants • Marché d'été nocturne • Soiré dansante
<b>SAMEDI 18 JUILLET</b>	• Marché d'été nocturne • Soirée dansante
<b>SAMEDI 25 JUILLET</b>	• Marché d'été nocturne • Soiré dansante



# LE SITE INTERNET a fait peau neuve !

Découvrez l'agenda et  
les résidents de la PdF.  
**Une navigation plus fluide  
et plus actuelle.**

Rendez-vous sur :  
**www.lapiscinedenface.fr**



## + D'INFOS

La Piscine d'en Face  
01 70 58 96 41  
direction@piscinedenface.fr



@lapiscinedenface



@lapiscinedenface

**www.piscinedenface.fr**

