

# L'Espace Culturel des Loisirs et des Arts

Guide des Activités

2025/2026

**SORGUES**

Pôle Culturel Camille Claudel

285, Avenue d'Avignon

**04.90.39.71.10**



# MOT DU MAIRE



Chaque rentrée marque un temps fort dans la vie de notre commune et L'ECLA y contribue grandement en proposant une programmation culturelle, artistique et de loisirs d'une grande richesse.

Pour cette saison 2025-2026, l'association réaffirme son rôle central dans le paysage associatif sorguais. Grâce à la diversité de ses ateliers et à la qualité de ses intervenants, elle offre à chacun – enfants, jeunes, adultes et seniors – l'opportunité de s'épanouir, de créer, d'apprendre et de partager, dans le superbe cadre du Pôle culturel Camille Claudel.

Je souhaite saluer le travail remarquable des bénévoles, des animateurs et du bureau de L'ECLA. Par la qualité de leur engagement et de leur savoir-faire, ils contribuent pleinement au rayonnement de l'association, devenue une référence dans la vie culturelle et associative de notre commune.

La Ville de Sorgues est fière de soutenir des initiatives qui favorisent le lien social, encouragent la pratique culturelle et renforcent le vivre-ensemble. J'invite chaleureusement les Sorguaises et les Sorguais à découvrir cette nouvelle saison, à franchir les portes du Pôle culturel Camille Claudel et à laisser libre cours à leur curiosité, leur créativité et leur envie de partage.

Thierry LAGNEAU

Maire de Sorgues

Vice-Président du Conseil Départemental

# MOT DE LA PRÉSIDENTE



C'est avec un immense plaisir que nous vous présentons ce nouveau guide d'activités, reflet de l'énergie, de la diversité et de la passion qui animent notre association. Plus qu'un simple programme, il est une invitation à créer, à découvrir à partager et à s'épanouir ensemble.

Peinture, dessin, mosaïque, poterie, danse, couture, activités manuelles, bien-être, langues... Que vous soyez curieux débutants ou artistes confirmés, chacun y trouvera un espace pour s'exprimer, progresser et surtout prendre du plaisir à faire. Notre association, c'est avant tout une aventure humaine. Un lieu de rencontres, d'échanges et de transmission où les liens se tissent, et où chaque personne compte. Grâce à l'implication de nos bénévoles, de nos intervenants et de nos adhérents, nous faisons vivre chaque jour une culture accessible, vivante et ouverte à tous. Nous espérons que cette nouvelle saison sera riche en découvertes, en rires, en inspirations. Et que comme toujours, l'art et le loisir continueront de rapprocher les cœurs et d'éveiller les esprits.

Anita FRAYSSINHES  
Présidente

# **L'ESPACE CULTUREL DES LOISIRS ET DES ARTS**

Lieu où se mêlent toutes les disciplines artistiques, L'Espace Culturel des Loisirs et des Arts, est une association « loi 1901 ». Son fonctionnement repose sur un Conseil d'Administration composé d'élus, de bénévoles et de professionnels. C'est un endroit de vie où l'échange est privilégié. Ce lieu est le vôtre pour permettre l'épanouissement de chacun et faire vibrer votre créativité ! Vous avez la possibilité, par un large éventail d'activités, d'exercer votre talent. Alors à vous de jouer !

## **COMMENT S'INSCRIRE**

Toutes les inscriptions se font au secrétariat de L'ECLA au Pôle Culturel Camille Claudel 285, avenue d'Avignon à SORGUES et peuvent s'effectuer tout au long de la saison en fonction des places disponibles.

Pour participer aux activités de L'ECLA, programmées de septembre à juin (hors vacances scolaires), vous devez impérativement adhérer à l'association et régler la cotisation correspondant à l'atelier de votre choix le jour de votre inscription.

L'ECLA accepte le paiement des adhésions et des cotisations à l'aide d'espèces, chèques, CB, chèques vacances, coupon sport, up sport et loisirs et carte temps libre.

Un cours d'essai est possible avant l'inscription. Cependant nous ne pouvons pas vous garantir votre inscription si l'atelier est complet.



## **ADHESION ET COTISATION**

L'adhésion à L'ECLA est individuelle et obligatoire. La carte est valable pour la saison, elle comprend les assurances nécessaires aux activités et vous permet d'être acteur du projet associatif en participant à l'assemblée générale et aux manifestations organisées par l'association. Pour la saison 2025/2026 elle est fixée à 15 € pour les Sorguais et à 20 € pour les extérieurs. La carte d'adhérent n'est pas remboursable. En adhérant à L'ECLA vous vous engagez à respecter les statuts et le règlement intérieur.

La cotisation est réglée le jour de l'inscription et payable en trois fois si nécessaire (les chèques seront encaissés en octobre, novembre et décembre) et aucun remboursement n'interviendra sans présentation d'un certificat médical (les cures thermales ne sont pas prises en compte), ou pour toute autre raison valable.

Les animateurs ne pourront accepter dans leurs ateliers que les adhérents à jour de leur cotisation. Le respect des horaires et l'assiduité sont nécessaires au bon fonctionnement des ateliers.

### **LE BUREAU :**

**Présidente : Anita FRAYSSINHES**

**Vice-présidente : Lucienne LAUGIER**

**Trésorière : Monique PORTÈS**

**Secrétaire : Josiane VERA**

**Coordinatrice : Sophie HOCQUEL**

## RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Adresse :                      Pôle Culturel Camille Claudel  
285, Avenue d'Avignon  
84700 SORGUES



Renseignements :    04.90.39.71.10 – leclasorgues@gmail.com

Jours et Horaires d'ouverture du secrétariat :

<b>Lundi</b>	<b>Fermé</b>	<b>14h/18h00</b>
<b>Mardi</b>	<b>9h/12h</b>	<b>14h/18h00</b>
<b>Mercredi</b>	<b>9h/12h</b>	<b>14h/18h00</b>
<b>Jeudi</b>	<b>9h/12h</b>	<b>14h/18h00</b>
<b>Vendredi</b>	<b>9h/12h</b>	<b>14h/16h30</b>

## SUIVRE L'ECLA

→ Rejoignez-nous sur notre page Facebook L ECLA



→ Suivez l'actualité de L'ECLA sur Instagram



→ Consultez le site web : [www.lecla-sorgues.fr](http://www.lecla-sorgues.fr)



# ACTIVITÉS PROPOSÉES

## ADULTES :

Anglais	Gym Danse
Aquarelle	Italien
Barre à terre	Mix Média
Belote/Coinche	Mosaïque
Boutis	Patchwork
Broderie/Crochet/Tricot	Peinture sur porcelaine
Cartonnage	Peinture sur tous supports
Couture	Pergamano <b>NOUVEAU</b>
Création	Photo Argentique
Danse Contemporaine	Pilates
Danse orientale	Poterie
Danses en couple	Pyramide
Danse en ligne	Retouche Numérique
Dentelle	Rummikub
Dessin « Art et dessin »	Scrabble
Echecs	Scrapbooking
Espagnol	Sophrologie
Fit & Sculpt	Tarot
Généalogie	Vitrail
Gym Sénior	Yoga/Stretching <b>NOUVEAU</b>

# ENFANTS ET ADOS :

Anglais (6/14 ans)

Couture (dès 13 ans)

Danse orientale (dès 13 ans)

Dessin « Art et dessin » (dès 12 ans)

Echecs (dès 6 ans)

Mix Media (dès 13 ans)

Magie/Créakids (dès 7 ans) stages pendant les vacances

Mosaïque (Dès 14 ans)

Poterie (6/13 ans) Ateliers mensuels

Scrapbooking (dès 13 ans)

Street danse (De 5 à 10 ans)





# ANGLAIS



**« L'anglais est la clé qui ouvre les portes du monde »**

Envie de perfectionner votre anglais ou de vous initier à la langue internationale par excellence ? Nos cours d'anglais sont conçus pour tous les niveaux, du débutant au plus avancé.

Que vous souhaitiez apprendre les bases pour voyager, renforcer vos compétences professionnelles, ou simplement pratiquer l'anglais à l'oral dans une ambiance détendue.

**Animatrice : Kirsten AUBERT**

**Tarif : 150€/an**

**Lundi 16h30/17h30 : Débutants 3<sup>ème</sup> année**

**17h30/18h30 : Débutants 1<sup>ère</sup> année**

**18h30/19h30 : Débutants 2<sup>ème</sup> année**

**Mercredi 18h00/19h00 : Niveau Intermédiaire/Conversation**

**Jeudi 18h00/19h00 : Niveau Pré-intermédiaire**

# AQUARELLE

***« Dans chaque aquarelle, il y a un instant suspendu entre le geste et l'eau »***



Initiez-vous ou perfectionnez-vous à l'art délicat de l'aquarelle dans un cadre apaisant et inspirant. Ce cours accessible à tous les niveaux, vous invite à explorer les techniques de base : dégradés, lavis, jeux de transparence, mélange des couleurs... tout en développant votre sens de l'observation et votre imagination. Vous apprendrez à peindre des paysages, des fleurs, des scènes de vie... Un moment

**Animatrice : Nicole LEROY**

**Tarif : 60€/an**

**Jeudi 9h00/11h00 :**

**Niveau intermédiaire/confirmé**

**9h30/11h30 :**

**Niveau débutant**

# BARRE A TERRE

**Grâce, souplesse et bien-être !**



Inspirée des exercices d'échauffement de la danse classique, la barre à terre est une discipline douce qui se pratique au sol, sans barre et accessible à tous. Elle permet d'améliorer la posture, la souplesse, la musculature profonde et la respiration, tout en respectant les limites du corps.

Chaque séance combine des mouvements lents et contrôlés, des étirements, et un travail d'alignement du corps. Idéal pour relâcher les tensions, renforcer les muscles en profondeur et gagner en fluidité, le tout sans impact sur les articulations.

**Animatrices : Anaïs BIESBROUCK/Ariane DUBUS**

**Tarif : 150€/an**

**Mardi 9h45/10H45**

# BELOTE/COINCHE



**Stratégie et bonne humeur !**

Envie de partager un moment convivial autour d'un jeu de cartes ? Rejoignez nos parties de belote ou de coinche, dans une ambiance détendue et chaleureuse. Que vous soyez joueur aguerri ou simple curieux, vous êtes les bienvenus.

Ces jeux traditionnels, mêlant stratégie, esprit d'équipe et réflexion sont parfaits pour stimuler la mémoire, tisser des liens et passer un bon moment. Un rendez-vous idéal pour les amateurs de jeux de cartes, entre rires, concentration et esprit de camaraderie.

**Animatrices : Joëlle ROBERT**

**Colette GRIMAUD**

**Tarif : 35€/an**

**Vendredi 14h/17h30**

# BOUTIS



***« Le boutis est une broderie de lumière, où chaque point sculpte la douceur »***

Découvrez ou redécouvrez le boutis, cet art textile traditionnel du sud de la France, à la fois raffiné et apaisant. Ce savoir-faire ancestral consiste à réaliser, à l'aiguille, des motifs en relief sur deux épaisseurs de tissu, grâce à un travail minutieux de piquage et de rembourrage.

Au fil des séances, vous apprendrez les techniques de base : dessin des motifs, piquage, mise en relief, finitions...dans une ambiance calme et conviviale. Cet atelier est l'occasion parfaite de développer votre dextérité, votre créativité et votre patience. Un moment hors du temps, pour créer de vos mains de véritables petites œuvres d'art tout en cultivant la concentration et le plaisir du geste lent.

**Animatrices : Marie-José BOISSET - Elise FRUCTUS**

**Marie-José MACCI**

**Tarif : 40€/an - Cours d'initiation : 40 € pour 2 séances**

**Samedi 14h/17h (1 semaine sur 2)**



# BRODERIE/CROCHET TRICOT/POINT COMPTÉ



Envie de créativité, de détente et de partage ? L'atelier est fait pour vous ! Que vous soyez débutant(e) ou passionné(e), venez découvrir ou perfectionner différentes techniques traditionnelles et modernes dans une ambiance chaleureuse et conviviale. Broderie traditionnelle ou point compté, crochet ou tricot, chaque discipline permet de développer la précision, la patience et le sens artistique.

Vous pourrez créer des objets décoratifs, des accessoires, ou encore des pièces utiles et uniques. Ces moments partagés autour du fil sont aussi l'occasion d'échanger des savoir-faire, de discuter et de créer dans la bonne humeur.

**Animatrices : Elise FRUCTUS**

**Josette GENIN**

**Emilie VAROQUI**

**Tarif : 50€/an**

**Jeudi 14h/17h**

# CARTONNAGE

**Créez des objets utiles et décoratifs de vos mains !**



Le cartonnage est un art manuel à la fois créatif et accessible, qui permet de confectionner de magnifiques objets en carton recouverts de papier, de tissu ou de toile. Boîtes à bijoux, cadres, carnets, porte-documents... les possibilités sont infinies ! Au fil des séances vous apprendrez les techniques de base : découpe, assemblage, collage, habillage et finitions. Pas besoin d'avoir une expérience préalable : chaque projet est adapté au niveau de chacun(e), avec l'accompagnement d'une animatrice attentive et passionnée.

**Animatrice : Marie-José MACCI**

**Tarif : 60€/an**

**Jeudi ou Vendredi 9h/12h**

# COUTURE



Que vous soyez débutantes ou pas, venez découvrir le plaisir de réaliser vos propres vêtements ou toute autre réalisation.

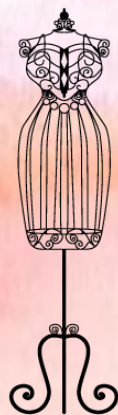
Dans l'atelier des machines à coudre sont à votre disposition, mais vous pouvez venir également avec votre propre matériel. Une bibliothèque de patron est également mise à votre disposition.

**Mardi 9h/12h Niveau intermédiaire**  
**Animé par Anne-Marie DREVET**

**Vendredi 14h/17h Niveau débutant et intermédiaire**  
**(réalisations libres)**

**Animé par Christiane ZEMB**

**Tarif : 50€/an**



# COUTURE

**OUVERT AUX ADOS DÈS 13 ANS**

***« La couture est l'art de transformer un simple tissu en une histoire à porter »***



Atelier de couture proposé par une couturière professionnelle.

Styliste et créateur prêt à porter, Minji vous fera découvrir son univers en vous accompagnant dans vos projets, vous fera faire vos premiers pas en couture, vous apprendra à customiser vos vêtements, vous transmettra son savoir et sa passion.

Cet atelier s'adresse à des personnes de tous niveaux et même pour les ados dès 13 ans.

**Animatrice : Minji VINCENT SONG**

**Tarif : 240€/an ou 120€/an (1 semaine/2)**

**Mardi 14h/16h30**

**Samedi 10h/12h30**

# CRÉATION

## Créations en tout genre !



Plongez dans l'univers chaleureux et créatif de cet atelier qui vous invite à confectionner toutes sortes d'objets : coussin, tortue, porte pyjama, panier en grillage, tableau en mousse, sac, décoration de table de Noël, boîte carton, sac, porte serviette... Chaque séance est une nouvelle occasion d'explorer des techniques simples et variées comme la couture à la main, le collage, l'assemblage ou encore l'appliqué.

Guidé(e) par des animatrices passionnées, vous pourrez créer des objets décoratifs, utiles, ludiques ou artistiques, dans une ambiance conviviale où l'on ose, on invente et on partage. C'est l'activité idéale pour exprimer sa personnalité tout en développant son habileté manuelle.

**Animatrices : Danièle COSTE - Janine COSTE - Elise FRUCTUS  
Marie-José MACCI**

**Tarif : 40€/an**

**Mardi 14h/17h (1 semaine sur 2)**



# DANSE CONTEMPORAINE

*« La danse contemporaine ne cherche pas à plaire, elle cherche à dire »*



La danse contemporaine est un art basé sur 5 fondamentaux : le corps, l'espace, le temps, l'énergie et le poids. C'est une danse très créative basée riche en sensations, dont de nombreux chorégraphes s'inspirent.

Fondée sur une technique à part entière, elle peut laisser libre place à l'imagination aussi grâce au travail d'improvisation, qui permettra aux élèves de trouver leur propre gestuelle.

Proposée également pour les seniors, dans un respect total du corps, la danse contemporaine vous amènera à découvrir son essence grâce à des exercices spécifiques, une découverte de l'improvisation ainsi que diverses sensations. Un bien-être assuré !

**Animatrices : Anaïs BIESBROUCK/Ariane DUBUS**

**Tarifs : 190€/an Mardi 10h45/12h Séniors**

**220€/an Jeudi 19h/20h30 Adultes**

# DANSE ORIENTALE

**OUVERT AUX ADOS DÈS 13 ANS**



*« La danse orientale est un hommage à la féminité sacrée, douce et puissante à la fois »*

Discipline à la fois artistique et dynamique, accessible à toutes, la danse orientale est une pratique ancestrale qui met en valeur la fluidité du corps, le rythme, et l'expression personnelle. Elle permet de tonifier les muscles en douceur, d'améliorer la posture et la coordination, tout en développant la confiance en soi dans un cadre bienveillant et convivial.

Encadrée par une intervenante expérimentée et passionnée, le cours se déroule dans une ambiance chaleureuse et détendue. Ce moment hebdomadaire est une invitation à se recentrer, à se reconnecter à son corps, et à partager un instant de plaisir et d'énergie au sein du groupe.

**Animatrice : Anna KYRIAKOU**

**Tarif : 180€/an**

**Mardi 19h/20h30**

# DANSE EN COUPLE



Par son esprit festif, la danse est une activité physique distrayante qui n'exige aucune condition physique spécifique. Elle améliore le maintien, le bien-être, le savoir vivre en communauté et elle entretient la mémoire et la souplesse du corps et favorise la confiance en soi.

Les effets de la danse dépassent le simple plaisir corporel : partager des idées, transmettre des émotions.... Elle donne un sentiment d'unité à un groupe animé par les mêmes mouvements et un rythme commun. Les cours proposés sont accessibles à tous. Ils sont dispensés à l'Espace du Moulin - Salle Versepuy.

**Animatrice : Virginia POZO**

**Tarifs : 150€/an (Combiné danse en couple + ligne 210€/an)**

**Mercredi 10h/11h**

# DANSE EN LIGNE



***« La danse est une poésie dont chaque mouvement est un mot »***

Envie de danser, de vous défouler et de partager un moment d'énergie positive, alors la danse en ligne est faite pour vous. Ouvert à tous les niveaux, ce cours hebdomadaire vous invite à découvrir ou redécouvrir le plaisir de danser à travers des chorégraphies simples, dynamiques et accessibles. La séance est pensée pour vous faire bouger en musique, améliorer votre coordination et surtout vous faire plaisir !

Au programme : échauffement, apprentissage de pas de base, petites chorégraphies le tout dans une ambiance détendue et conviviale.

Les cours sont dispensés à l'Espace du Moulin - Salle Versepuy.

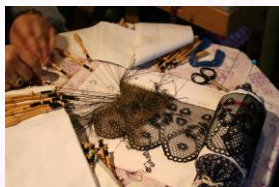
**Animatrice : Virginia POZO**

**Tarif : 150€/an (Combiné danse en couple + ligne 210€/an)**

**Mercredi 11h/12h**

# DENTELLE

## **Un art délicat à portée de main !**



Découvrez l'élégance et la finesse de la dentelle au fuseau, un savoir-faire ancestral qui allie patience, précision et créativité. Cette activité propose un véritable moment de détente, tout en permettant de développer la concentration et la dextérité.

Au fil des séances, vous apprendrez à manipuler les fuseaux, à lire un carton de dentelle, et à réaliser vos propres motifs, du plus simple au plus raffiné. Que vous soyez débutant(e) ou déjà initié(e), vous serez accompagné(e) dans une ambiance conviviale et bienveillante.

Rejoignez notre groupe pour perpétuer ce bel artisanat et partager la passion du fil dans un cadre chaleureux !

**Animatrice : Brigitte AMIC**

**Tarif : 50€/an**

**Vendredi 9h/12h**



# DESSIN

**OUVERT AUX ADOS DÈS 12 ANS**

## **ART & DESSIN**

### **Quand les grands peintres nous inspirent...**

Chaque semaine, découvrez les anecdotes parfois méconnues sur les techniques des grands peintres, illustrateurs etc... (Picasso, Raphaël, Warhol, Seurat, Escher et bien d'autres) et apprenez à les intégrer dans votre propre travail, avec vos propres outils et quel que soit votre niveau.



**Animateur : Francis SAPIN**

**Tarif : 210€/an**

**Jeudi 15h/17h ou 18h/20h**

# ECHECS

*« Les échecs, c'est l'art de penser avec calme au milieu du chaos »*



Le jeu d'échecs, une activité intergénérationnelle ouverte à tous, que vous soyez débutant, curieux ou joueur confirmé. Dans une ambiance conviviale, les participants, enfants comme adultes, découvrent ou approfondissent les règles, les stratégies et les subtilités de ce jeu passionnant.

Encadré par un animateur expérimenté, l'atelier est organisé en petits groupes, adaptés au niveau de chacun. Le jeu d'échecs est un excellent moyen de développer la concentration, la mémoire et la logique. Venez partager un moment ludique et stimulant. Aux échecs, chaque coup compte...mais c'est le plaisir de jouer qui l'emporte !

**Animateur : Patrice MAUBERNARD**

**Tarif : 120€/an**

**Jeudi 18h30/19h30**

# ENCADREMENT



L'atelier d'encadrement est une activité manuelle et artistique qui permet à chacun de mettre en valeur ses œuvres, photos, dessins ou souvenirs à travers la création d'un encadrement créatif. Au programme : techniques de découpe, choix des papiers, création de passe-partout décoratifs, ajout de matières et harmonisation des couleurs pour composer un cadre unique qui raconte une histoire.

Encadré par une intervenante passionnée et expérimentée, l'atelier met l'accent sur la précision, la créativité et le partage de savoir-faire. Un vrai moment de détente et de valorisation de ses propres réalisations. Venez transformer de simples images en véritables œuvres décoratives, et laissez parler votre sens du détail et de l'esthétique.

**Animatrice : Marie-José MACCI**

**Tarif : 60€/an**

**Mardi 9h/12h**

# ESPAGNOL

*« Parler espagnol, c'est goûter au soleil à travers les mots »*



Vous souhaitez améliorer votre espagnol ou bien vous initier à cette belle langue ? Rejoignez les cours proposés à L'ECLA ouverts à tous les niveaux et plongez dans l'univers linguistique et culturel hispanophone. Apprentissage des bases pour les débutants, révisions et perfectionnement pour les plus avancés.

Les places sont limitées alors n'hésitez pas à vous inscrire et à commencer cette aventure linguistique. Grâce à des exercices variés vous progresserez tout en découvrant la richesse de la culture espagnole.

**Animatrice : Raquel GARIBOTTI**

**Tarif : 150€/an**

**Mardi 17h/18h : Débutants**

**18h/19h : Intermédiaires**

**19h/20h : Avancés**

# FIT & SCULPT

***« Le sport c'est 10 % de talent et 90 % de persévérance »***



Fit & Sculpt est une activité de renforcement musculaire variée (barre, élastique, ballons, altères...) d'intensité moyenne à élevée permettant de se dépenser et de sculpter son corps tout en mettant en accord l'effort musculaire à celui du coeur.

**Animatrice : Audrey DEVOS**

**Tarifs : 150€/an (Combiné Fit & Sculpt + Pilates : 210€/an)**

**Mardi 12h/13h**



# GÉNÉALOGIE

Nos parents, grands-parents, arrière-grands-parents, ont contribué à faire de nous ce que nous sommes. Si on ne les a pas choisis, nous pouvons toujours mieux les connaître et ainsi apprendre sur nous-mêmes. Les recherches généalogiques permettent de faire un voyage dans le temps. L'histoire que l'on découvre procure des émotions, c'est une histoire authentique qui nous concerne directement.



Dans cet atelier vous réaliserez « votre arbre généalogique ». Il vous permettra de connaître vos ancêtres, leur identité, leur profession, leur lieu de vie...

Pour cela vous travaillerez sur des sites internet liés à la généalogie, ceux qui donnent accès à des arbres en ligne, de dépouillements, des archives départementales, des archives municipales. Vous verrez aussi l'utilisation d'un logiciel de généalogie.

**Animatrice : Denise CHASTEL**

**Tarif : 40€/an**

**Mardi ou Jeudi 9h/12h**

# GYM DANSE

A travers la gym danse, les personnes de tout âge apprécieront les mouvements rythmiques et amusants sur de la musique.



## LES BIENFAITS :

Développer la flexibilité, la coordination et la posture,

Augmenter l'énergie, la créativité, l'estime de soi et le plaisir,

Stimuler la mémoire par l'apprentissage des pas de chorégraphie.

Les cours sont dispensés au Pôle Culturel Camille Claudel dans le studio danse.

**Animatrice : Anna KYRIAKOU**

**Tarif : 150€/an**

**Mardi 10h45/11h45**

# GYM SENIOR



Ce cours vous propose de maintenir et d'améliorer votre condition physique à tout âge : exercices de mobilité articulaire, coordination, renforcement musculaire et étirements en musique. C'est un cours de gym d'entretien tourné principalement vers les seniors qui ont besoin d'une gymnastique qui puisse s'adapter à leur rythme.

Les cours sont dispensés au Pôle Culturel Camille Claudel dans le studio danse.

**Animatrice : Anna KYRIAKOU**

**Tarif : 150€/an**

**Mardi 9h45/10h45 ou Vendredi 10h45/11h45**

# ITALIEN

***« L'italien est la langue de la musique, de l'amour et du geste »***



Vous rêvez de parler italien, d'améliorer votre niveau ou de découvrir la langue de Dante et de la Dolce Vita ? rejoignez notre atelier d'italien, où débutants et confirmés trouveront un espace pour apprendre et échanger dans une ambiance chaleureuse. Ce cours vous propose une approche pratique et ludique avec des séances dynamiques alliant exercices de vocabulaire, grammaire, conversations et culture italienne. Alessandra partagera avec vous sa passion pour sa langue maternelle.

**Animatrice : Alessandra CASATI**

**Tarif : 150€/an**

**Mardi      16h30/17h30 : Niveau débutants**  
**17h30/18h30 : Niveau débutants +**  
**18h30/19h30 : Niveau intermédiaires**

# MIX MEDIA

**OUVERT AUX ADOS DÈS 13 ANS**



Le Mix Media également appelé « technique mixte » consiste à mélanger plusieurs matériaux : acrylique, résine, cire, pâte de modelage et tout matériau de récupération pouvant servir à embellir votre projet créatif. Pour résumer simplement si vous souhaitez vous lancer dans l'aventure du Mix, il vous suffira de savoir patouiller, mélanger et superposer tout ce qui vous passe par la main !

Les fournitures ne sont pas comprises

**Animatrice : Anne-Marie DREVET**

**Tarif : 60€/an**

**Mardi 17h30/20h30**



# MOSAÏQUE



**OUVERT AUX ADOS DÈS 14 ANS**

***« La mosaïque c'est l'art de donner une seconde vie aux éclats »***

Laissez libre cours à votre créativité en rejoignant notre atelier de mosaïque, une activité artistique à la fois accessible et enrichissante.

Vous serez accompagné(e) pas à pas par Christelle, Mosaïste expérimentée et passionnée qui vous guidera dans la découverte de cet art millénaire qui allie patience, précision et imagination. Au fil des séances, vous apprendrez à manier les outils, choisir les matériaux (pâte de verre, céramique, émaux...) composer vos motifs et réaliser des pièces uniques. Les différentes techniques de pose et de découpes seront abordées et mises en application. Chaque participant progresse à son rythme dans une ambiance conviviale et bienveillante.

**Animatrice : Christelle LECOMTE**

**Tarifs : 240€/an 2h/semaine ou 360€/an 3h/semaine**

**Lundi 14h/16h - 16h/18h - 18h/20h**

**Mardi 9h/12h - 14h/16h - 16h/19h**

**Mercredi 9h/12h**

# PATCHWORK

*« Le Patchwork, c'est le cœur qui s'exprime en tissu »*



Le patchwork ou l'art de mélanger des bouts de tissus, des bouts de vie, des bouts d'histoires, pour tendre vers un résultat harmonieux.

Tout au long de la saison, vous apprendrez à maîtriser différentes techniques à la machine, telles que « l'appliqué » et le « piécé » pour réaliser des objets personnels et originaux comme des sacs, des panneaux muraux ou des plaids. Tout est affaire de tissus et de couleurs dans le patchwork et choisir l'harmonie des couleurs est peut-être la chose la plus difficile à faire !

**Animatrices : Maryline AVELANGE**

**Marie DELAGE**

**Elise FRUCTUS**

**Marie-José MACCI**

**Tarif : 50€/an**

**Lundi 14h/17h30**

# PEINTURE SUR PORCELAINE

***« Peindre sur porcelaine, c'est faire danser la couleur sur la délicatesse »***



L'atelier peinture sur porcelaine vous propose de peindre sur des objets utiles ou de décoration.

La technique de la peinture sur porcelaine permet des réalisations extrêmement variées, allant du simple croquis au dessin précis, tout cela suivant les goûts et la personnalité de chacun.

La composition du décor est tout aussi diversifiée et permet à chacun d'exprimer sa créativité, puisque l'on peut exécuter des dessins classiques et des réalisations très modernes. Entre les deux, se déclinent quantité d'occasions, de contrastes de couleurs, de thèmes différents.

**Animatrice : Anita FRAYSSINHES**

**Tarif : 120€/an**

**Mardi 14h/17h ou Vendredi 14h/17h**

# PEINTURE SUR TOUS SUPPORTS

*« Peindre c'est se taire et laisser parler les couleurs »*



Pour vous tous qui débordez d'imagination et de créativité, cet atelier représente l'occasion rêvée de révéler votre potentiel artistique. Vous pourrez peindre sur différents supports et différents objets (toile, bois, verre, ardoise, fer...) Vous pourrez vous perfectionner dans ces cours et aborder différentes techniques : sanguine, pastel, huile, acrylique, etc..., mais aussi expérimenter différents modes de représentation, du figuratif à l'abstrait.

**Animateurs : Anita FRAYSSINHES**

**Claude PEREZ-GALIANO**

**Tarifs : 120€/an (mercredi) ou 90€/an (vendredi)**

**Mercredi 14h/18h ou Vendredi 14h/17h**

# PERGAMANO

**NOUVEAU**

## ***Dentelle sur papier***



***« Le Pergamano, quand le papier devient dentelle »***

Laissez-vous guider dans l'univers raffiné du Pergamano, une technique artistique qui transforme le papier en véritable dentelle.

A l'aide d'outils simples, vous pourrez vous initier au gaufrage et à la perforation pour créer de jolis motifs tout en finesse. Un atelier accessible à tous, propice à la détente, à la concentration et au plaisir de créer ensemble.

**Animatrice : Chantal BERTHET**

**Tarif : 60€/an**

**Jeudi 14h/17h**



# PHOTO ARGENTIQUE

***« La photographie est l'art de montrer combien de secondes peuvent contenir l'éternité »***



Nul n'a besoin de s'y connaître en photographie pour rejoindre cet atelier. Il vous suffit d'aimer prendre des photos et d'avoir envie d'en savoir un peu plus. Toutes les techniques sont abordées pour porter un autre regard sur le monde qui nous entoure. Aucun des membres n'étant photographe

**Animateur : Jean-François JORDA**

**Tarif : 120€/an**

**Mardi 18h/20h**

# PILATES

***« Respire, Allonge, Renforce, Reconnecte-toi à toi-même »***

Le Pilates est une gymnastique douce du corps avec une méthode de renforcement et d'étirement des muscles posturaux, des muscles profonds et stabilisateurs afin d'améliorer l'alignement corporel.

Les cours sont dispensés au Pôle Culturel Camille Claudel dans le studio danse.



**Animatrice : Audrey DEVOS**

**Tarifs : 1h/semaine 150€/an**

**Combiné Fit & Sculpt et Pilates 2h/semaine 210€/an**

**Jeudi 12h/13h**

# POTERIE



***« La poterie, c'est l'art de transformer la terre en émotion »***

Bienvenue dans l'univers de la poterie, un art millénaire où la terre prend forme sous vos mains et se transforme en objets uniques utiles ou décoratifs. Cet atelier est conçu pour vous faire découvrir les gestes de base du travail à l'argile, tout en laissant libre cours à votre imagination.

Objectifs de l'atelier : S'initier aux techniques de modelage (pincé, colombin, plaque). Apprendre à utiliser des outils spécifiques, comprendre les étapes de séchage, cuisson et émaillage. Cet atelier s'adresse aux débutants comme aux initiés. L'essentiel est de prendre plaisir à créer, à toucher la matière et à laisser parler ses mains.

**Animateur : Eric PORTÈS**

**Tarifs : 2h/semaine 300€ - 3h/semaine 450€**

**Lundi 14h/16h – 16h/18h -18h/20h**

**Mardi 9h/12h**

**Mercredi 9h/12h**

**Jeudi 9h/12h - 14h/16h - 16h/18h – 18h/20h**

**Vendredi 9h/12h**

# POTERIE

## ATELIER MENSUEL



Envie de créer, de modeler, de vous reconnecter à la matière ? Rejoignez cet atelier de poterie qui a lieu un samedi par mois, une parenthèse créative de 4 heures, ouverte à toutes et à tous, quel que soit votre niveau. Dans une ambiance conviviale et bienveillante cet atelier vous permet d'explorer librement la terre selon vos envies du moment. Un moment suspendu, les mains dans la terre pour se reconnecter à soi à travers le geste artisanal.

**Animateur : Eric PORTÈS**

**TARIF : 50€ les 4 heures (Samedi de 9h à 13h)**

**Dates des ateliers 2025/2026 :**

**20 Septembre - 11 Octobre - 15 Novembre -13 Décembre**

**17 Janvier -31 Janvier - 7 Février - 7 Mars - 21 Mars**

**4 Avril - 16 Mai - 30 Mai - 6 Juin - 20 Juin**

# PYRAMIDE



Si vous aimez la langue française, si vous désirez exercer votre mémoire, venez nous rejoindre vous gagnerez toute notre sympathie.

Le jeu Pyramide de la Fédération se déroule en 4 parties :

**Enigmes** : Faire deviner et deviner à tour de rôle, par équipe de 2, cinq mots, à l'aide de 13 « briques », c'est-à-dire 13 propositions : en utilisant synonyme, contraire, ou association d'idées. Comme au jeu « mot de passe », les mimes, les racines et les mots composés sont interdits.

**Ping-pong** : A 2 contre 2, faire deviner 5 mots

**Noms propres** : Un joueur s'engage dans un contrat à faire deviner à son partenaire un nom propre (acteurs, lieux, chanteurs, poètes, etc...)

**Grandes pyramides** : En 70 secondes chronomètre en main, faire trouver 6 expressions : tout est permis, les gestes, les mimes, etc...

C'est une activité passionnante, variée, impliquant astuces, connaissances, intuition...dans une atmosphère amicale.

**Animatrice : Régine LIGONY**

**Co-animatrice : Jacque MINAUD**

**Tarif : 35€/an**

**Mardi 13h30/16h30**



# RETOUCHE NUMÉRIQUE



## **ATELIER D'INITIATION A LA RETOUCHE NUMERIQUE :**

Cet atelier s'adresse à des personnes débutantes ou pas qui souhaitent apprendre les bases de la retouche de photos numériques (transferts de photos, retouches et corrections.....).

**Animateur : Jean-François JORDA**

**Tarif : 50€/an**

**Lundi 18h/20h (1 semaine sur 2)**

# RUMMIKUB



**Jeu de stratégie et de logique en toute convivialité !**

Le Rummikub est un jeu de société mêlant stratégie, observation et agilité mentale, accessible à tous. Il se joue généralement à 2, 3 ou 4 joueurs et combine des éléments du rami et du sudoku, avec des tuiles numérotées à la place des cartes.

**Animatrice : Colette GRIMAUD**

**Tarif : 35€/an**

**Mercredi 14h/17h**

# SCRABBLE



Avant d'être un jeu de lettres, le Scrabble est avant tout un jeu de société nécessitant recherche et réflexion. La pratique de cette activité incite à se concentrer, s'organiser, adopter une démarche rigoureuse, anticiper constamment, respecter les règles et ses adversaires. Dans une ambiance conviviale, venez partager un moment de jeu quel que soit votre niveau.

**Animatrices : Monique PORTÈS**

**Joëlle ROBERT**

**Tarif : 35€/an**

**Jeudi 14h/16h30**

# SCRAPBOOKING

**OUVERT AUX ADOS DÈS 13 ANS**



Le scrapbooking est à la fois un loisir créatif, une forme d'art décoratif et l'occasion de coucher sur le papier, au travers des photos et des commentaires, l'histoire d'une famille. Cela dans le but de mettre vos photos en valeur par une présentation plus originale qu'un simple album photo.

Alors les scrapeurs et les scrapeuses n'attendez plus, un zeste de savoir-faire et d'imagination vous permettront de transformer de simples photos en une composition originale et personnelle. L'objectif est de vous aider à créer, vous faire plaisir et vous distraire. Les fournitures ne sont pas comprises.

**Animatrice : Anne-Marie DREVET**

**Tarif : 60€/an**

**Mardi 17h30/20h30**

# SOPHROLOGIE

SOPHROLOGIE



***« La sophrologie ne change pas la vie, elle change le regard que l'on porte sur elle »***

La sophrologie est l'étude de la conscience et des moyens qui nous permettent de comprendre notre fonctionnement. Sa pratique régulière permet d'atteindre une harmonie intérieure et d'accroître nos potentiels corporels. Il s'agit d'une véritable thérapie corporelle.

On peut pratiquer la sophrologie pour se relaxer, se détendre, s'occuper de soi, pour gérer son stress, ses angoisses, ses peurs, ses phobies, ses états émotionnels, pour retrouver le sommeil, aider à surmonter les épreuves de l'existence, améliorer voire traiter les problèmes de santé, accompagner la grossesse et se préparer à la naissance, pour préparer un examen, une compétition sportive.

**Animateur : Christian ROIG**

**Tarif : 180€/an**

**Jeudi 18h/19h30**



# TAROT



Le tarot est un jeu de société associant réflexion, convivialité et respect des joueurs. Ce jeu très complet permet le développement des capacités de mémorisation, de raisonnement et de stratégie.

Venez vous amuser et passer un bon moment dans une ambiance conviviale et détendue. Cette activité s'adresse à des personnes qui veulent apprendre à jouer ou qui souhaitent s'améliorer.

**Animatrices : Colette GRIMAUD**

**Lucienne LAUGIER**

**Tarif : 35€/an**

**Lundi 14h/17h**

# VITRAIL

**« Le Vitrail ne montre pas la lumière : il la fait parler »**

**A. Malraux**



Plongez dans l'univers fascinant du vitrail grâce à cet atelier animé par des bénévoles passionnés et expérimentés. Héritiers d'un savoir-faire ancestral, ils vous guideront pas à pas dans la découverte des techniques traditionnelles : coupe du verre, sertissage, soudure et assemblage. Cet atelier est ouvert à tous, débutants curieux comme amateurs éclairés, et se veut un moment de partage, de créativité et d'apprentissage. Un rendez-vous unique pour éveiller votre sens artistique, comprendre les subtilités de cet art lumineux et découvrir les gestes précis qui font naître la magie du verre coloré.

**Tarifs : 105€/an 2h/semaine ou 160€/an 3h/semaine**

**Mercredi 10h/12h ou 14h/17h (Atelier non encadré)**

**Vendredi 14h/17h (Cours animé par Sophie de Fayard, Vitrailliste)**

**Tarif : 360€/an**

**NOUVEAU**

# YOGA/STRETCHING

**NOUVEAU**



***« Le corps est le temple de l'âme. Prenez-en soin, étirez-le avec douceur »***

Un moment pour se recentrer, assouplir le corps et apaiser l'esprit. Ce cours associe des postures de yoga douces à des étirements profonds, dans une ambiance calme et bienveillante.

Accessible à tous, il favorise la détente, améliore la souplesse et libère les tensions du quotidien. Idéal pour retrouver équilibre et vitalité, quel que soit votre niveau.

**Animatrice : Audrey DEVOS**

**Tarifs : 150€/an**

**Jeudi 11h/12h**

ACTIVITES

ENFANTS

& ADOS

# ANGLAIS

6/14 ANS



## ENFANTS DE 6 ANS À 10 ANS

Offrez à vos enfants d'apprendre l'anglais avec une intervenante anglophone. Apprentissage ludique à travers le jeu, la chanson et les activités manuelles.



## ADOS DE 12 À 14 ANS

Ce cours est proposé pour aider les adolescents qui rencontrent des difficultés en anglais au collège. Ils seront accompagnés pour comprendre et corriger leurs devoirs.

**Animatrice : Kirsten AUBERT**

**Tarif : 120€/an**

**Mercredi 10h/10h45 niveau débutants (6/8 ans)**

**10h45/11h45 niveau intermédiaires (8/10 ans)**

**17h/18h (12/14 ans)**



# DESSIN-BD-MANGA

DÈS 7 ANS



L'Atelier Dessin, BD & Manga et Peinture de L'ECLA, c'est avant tout un lieu où on apprend en s'amusant. Les cours explorent à la fois toutes les techniques nécessaires à la réalisation d'une illustration ou d'une bande dessinée, mais surtout ils permettent à chacun d'explorer son propre imaginaire et de le partager avec les autres. L'atelier vous accueillera chaque semaine dans une bonne humeur communicative. Ouvert aux enfants et aux adolescents.

**Mercredi 14h/15h30 ou 15h30/17h**

**Samedi 10h30/12h**

**Animateur : Francis SAPIN**

**Tarif : 165€/an**



# ECHECS

DÈS 6 ANS



Le jeu d'échecs évoque un subtil mélange entre sport, art et science. Depuis ses origines indo-persanes, ce jeu vieux de 1400 ans, s'est répandu sur toute la planète, il demeure encore aujourd'hui un jeu d'actualité. Le jeu apporte de nombreux bienfaits à ses participants. Il permet d'améliorer la concentration et la mémoire, de développer les sens tactiques et stratégiques et de surcroît s'amuser en se mesurant à d'autres adversaires. Cette activité s'adresse aux enfants dès 6 ans.

**Animateur : Patrice MAUBERNARD**

**Tarif : 120€/an**

**Jeudi 17h30/18h30**



# MAGIE /CREAKIDS

Stages proposés pendant les vacances scolaires

## Atelier Créakids Halloween - Dès 6 ans

Les 27 et 28 Octobre 2025 - 9h/12h ou 14h/17h

(Sous verre en diamond art, toile punch needle, porte-clés, ou paire de boucles d'oreilles citrouille en plastique fou, mosaïque en play maïs, fantôme en patare)

Tarif : 30€ les 3 h



## Stage Magie - Dès 7 ans

Les 23 et 24 Février 2026 - 10h/12h ou 14h/16h ou journée 10h/16h

Accueil possible dès 9h30

Les enfants repartent avec leurs tours ou créations

Tarif : 20€ les 2h, 40€ les 4h et 75€ les 2 jours

Animatrice : Audrey DEVOS



# POTERIE

6/13 ANS



L'Atelier Poterie est proposé sous forme de stage mensuel.

Lors de ces stages d'initiation et de perfectionnement à la poterie et au modelage votre enfant découvrira les techniques de façonnage à la main : dans la masse, à la plaque, le colombin, la boulette, mélange de terres et le modelage ainsi que différentes techniques de décors et d'émaillage.

Les ateliers proposés aux enfants sont basés sur un thème à chaque séance. Les fournitures sont comprises.

**Animateur : Éric PORTÈS**

**Tarif : 25€ la séance**

**Mercredi 14h/16h30 (1 fois par mois)**



**Les dates des ateliers pour la saison 2025/2026 :**

**1er/10 - 5/11 - 3/12 - 7/01 - 21/01 - 11/02 - 4/03 - 25/03 - 8/04  
6/05 - 20/05 - 3/06 - 10/06**

# STREET DANSE

5/10 ANS



Le cours est enseigné de façon ludique. Les enfants vont pouvoir développer l'écoute musicale, en découvrant les différents rythmes et instruments de la musique.

Ils apprendront ensuite des combinaisons de mouvements sur le rythme appris afin de réaliser des mini-chorégraphies.

**Animatrice : Anna KYRIAKOU**

**Tarif : 120€/an**

<b>Mardi 17h/18h</b>	<b>5/7 ans</b>
<b>18h/19h</b>	<b>8/10 ans</b>





# A G E N D A



## ✦ Exposition/Vente « Octobre Rose »

Proposée par l'Atelier Poterie de L'ECLA

Au profit de la Ligue contre le cancer

Du 1er au 31 octobre 2025

Hall du Pôle Culturel C. Claudel (couloir de L'ECLA) SORGUES

## ✦ Rencontre inter-régionale de Patchwork « Journée de l'Amitié »

Jedi 20 Novembre 2025 de 9h à 17h

Salle des Fêtes SORGUES



## ✦ Super Loto de L'ECLA

Dimanche 30 Novembre 2025 à 14H30

Salle des Fêtes SORGUES

## ✦ Exposition de Noël « Créations et Merveilles d'Hiver »

Proposée par les ateliers créatifs de L'ECLA

Du 24 Novembre au 20 Décembre 2025

Hall du Pôle Culturel C. Claudel SORGUES



## ✦ Exposition Aquarelle, Dessin, BD Manga, Peinture sur tous Supports et Peinture sur Porcelaine « Eclats d'Ateliers »

Du 19 au 31 Janvier 2026

Hall du Pôle Culturel C. Claudel SORGUES

✦ **Exposition Poterie Enfants « Graines de Potiers »**

Du 9 au 21 Mars 2026

Hall du Pôle Culturel C. Claudel (couloir de L'ECLA) SORGUES



✦ **Exposition Boutis, Broderie, Crochet, Tricot, Création et Patchwork « Design en cuisine »**

Du 27 Avril au 9 Mai 2026

Hall du Pôle Culturel C. Claudel SORGUES

✦ **Gala de Danse « Corps et Lumière »**

Proposé par les sections danses de L'ECLA

Samedi 20 Juin 2026 à 20h30

Salle de Spectacle Pôle Culturel SORGUES



✦ **Exposition Photos argentiques et Retouches numériques « L'instant capturé »**

Du 22 Juin au 4 Juillet 2026

Hall du Pôle Culturel C. Claudel SORGUES



04.90.39.71.10

POLE CULTUREL G. CLAUDEL

