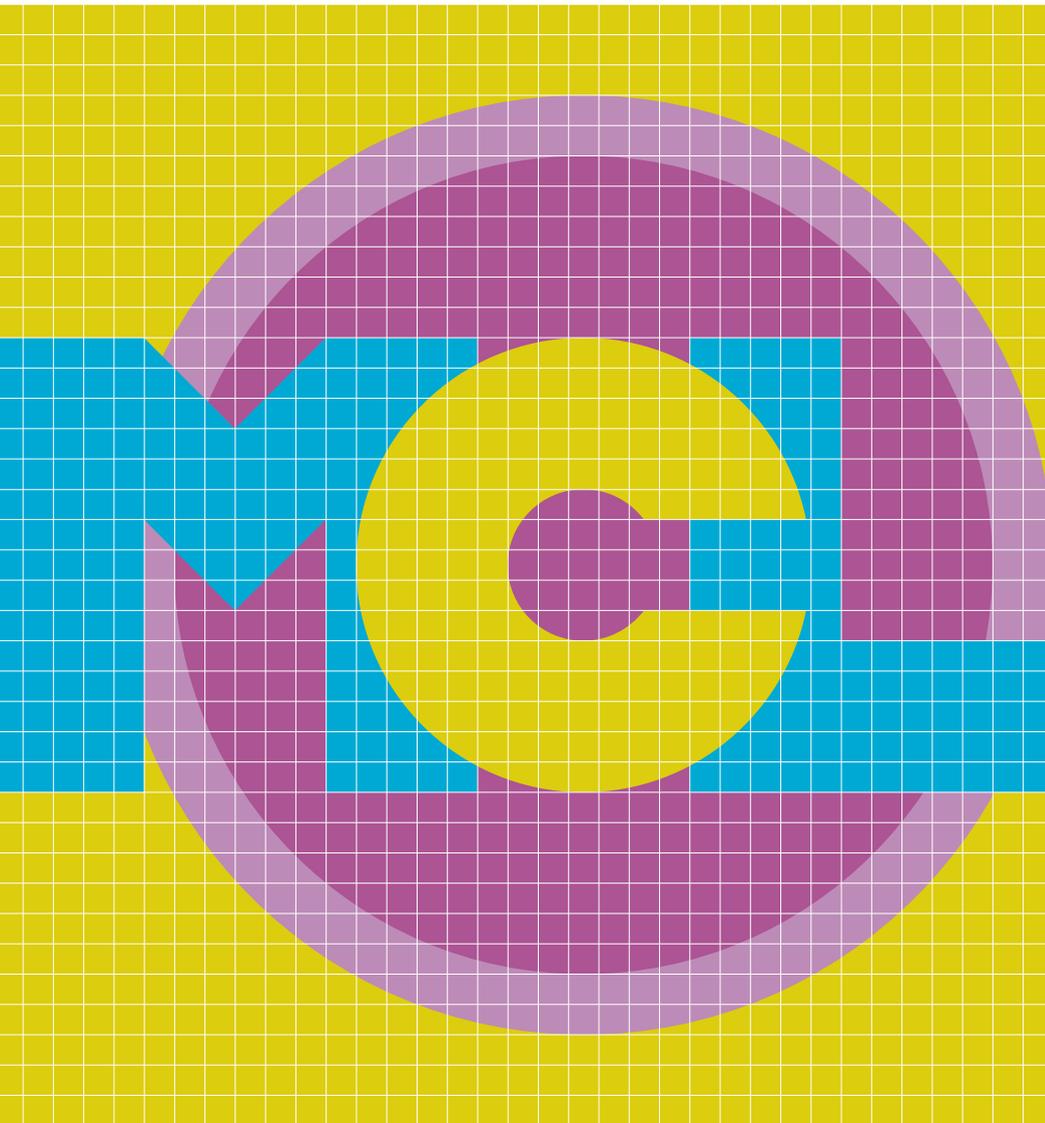


MAISON  
DE  
LA CULTURE  
ET DES  
LOISIRS  
2020 – 2021



# ACCUEIL DU PUBLIC

DÈS LE MARDI 25 AOÛT 2020 / 10 H

LUNDI > VENDREDI : 10 H > 12 H / 14 H > 18 H

À PARTIR DU LUNDI 14 SEPTEMBRE 2020

LUNDI : 16 H > 20 H 30

MARDI > VENDREDI : 10 H > 12 H / 14 H > 20 H 30

PÉRIODES DE VACANCES SCOLAIRES \*

LUNDI : 14 H > 18 H

MARDI > VENDREDI : 10 H > 12 H / 14 H > 18 H

\* SE RÉFÉRER AU CALENDRIER DE L'ÉDUCATION NATIONALE

L'ADHÉSION ANNUELLE EST DE 18 €.

LES ACTIVITÉS REPRENENT LE LUNDI 14 SEPTEMBRE 2020 (SAUF EXCEPTIONS).

CERTAINS HORAIRES SERONT FIXÉS EN FONCTION DES RÉUNIONS D'INFORMATION.

LA MCL EST AGRÉÉE PAR L'ÉTAT EN TANT QU'ASSOCIATION DE JEUNESSE ET D'ÉDUCATION POPULAIRE.

LA MCL EST SOUTENUE PAR LA VILLE DE METZ, LE CONSEIL DÉPARTEMENTAL DE LA MOSELLE, LA CAF, LA RÉGION GRAND-EST ET L'ÉTAT.

ELLE EST ADHÉRENTE À LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DES MAISONS DES JEUNES ET DE LA CULTURE.

ELLE EST LABELISÉE « SCÈNE CULTURELLE DE PROXIMITÉ ».

## BUREAU DU CONSEIL D'ADMINISTRATION (2020-2021)

*Présidente*  
Sylvie Franckhauser  
*Vice-Présidente*  
Marie Bragard  
*Vice-Président*  
Fabrice Monteiro  
*Trésorière*  
Chantal Colin  
*Trésorière-Adjointe*  
Françoise Amet  
*Secrétaire*  
Yvette Cannavo  
*Secrétaire-Adjointe*  
Sylvie Fritzsche  
*Assesseurs*  
Annie Hommel  
Régis Moyen  
Yann Barthélémy  
Laurent Childz

## ÉQUIPE PERMANENTE

*Directeur*  
Pierre Waeckerlé  
*Coordination artistique et médiation*  
Alexandra Dubourdieu  
*Accueil & Secrétariat*  
Alexandra Fritzsche  
*Coordination et communication*  
Julien Cuttitta  
*Coordination animation-enfance*  
Élisabeth Lenda  
*Equipe animation-enfance*  
Jerôme Velvelovich -  
Julien Cuttitta - Heloise Salvan  
Dimitri Massing - Aurore Nade  
Kamela Ramaj - Laurène Hanriot  
Eva Muller - Haimana Assoumani  
*Entretien*  
Margarida Esteves-Borges

# ÉDITORIAL

Vous découvrez ici le programme des nombreuses activités, manifestations, expositions, conférences, stages, et autres animations et rencontres que nous proposons pour cette nouvelle saison 2020-2021.

Au moment où cette plaquette est mise sous presse, les protocoles sanitaires liés à la pandémie covid-19 restent d'actualité et nous mettrons tout en œuvre pour que ce programme se déroule dans des conditions d'accueil optimales et sécurisées. Nous espérons néanmoins que cette nouvelle saison sera placée sous le signe de la rencontre non-virtuelle et de l'échange entre tous.

Ces liens sociaux, qui nous ont tant manqués au cours de ce printemps dévastateur, apparaissent aujourd'hui d'autant plus essentiels que nous en avons été sevrés et que nous en avons souffert. Se nourrir les uns des autres, s'enrichir de nos différences, se rassurer de nos complicités, de nos rires, partager nos engagements, débattre de nos divergences, vivre cette aventure de rencontrer l'autre. C'est le sens de toutes nos propositions.

La rencontre : c'est le projet de la MCL, de cette maison qui doit également être la vôtre, projet dont nous comprenons d'autant plus aujourd'hui à quel point il est essentiel à notre société humaine. La MCL est une association qui compte en son sein des bénévoles, des professionnels et des intervenants dont la richesse de savoirs et de pratiques est exceptionnelle tant elle est variée et complémentaire. Rejoignez nous pour un moment ou peut-être un peu plus !

Sylvie Franckhauser – Présidente

## 2020

**SAMEDI 19 SEPTEMBRE 2020 - DE 18H À 20H30**

MCL Rencontres / Ouverture de saison

**SAMEDI 26 SEPTEMBRE 2020 - DE 19H À 21H**

Cie des Ô « Les bonasses »

**SAMEDI 3 OCTOBRE 2020 - À PARTIR DE 19H30**

Jean-Louis Apprederis

« Travail, Emploi, Chômage - Chercher l'intrus »

**SAMEDI 10 OCTOBRE 2020 - DE 14H À MINUIT**

La fête du court métrage off

**SAMEDI 17 OCTOBRE 2020 - DE 19H À 21H**

Le Minou

**SAMEDI 7 NOVEMBRE 2020 - DE 19H À 21H**

Projection « Une course à pas cher »

de Nicolas Pinier et de Pierre Villemin

**SAMEDI 14 NOVEMBRE 2020 À PARTIR DE 10H**

**DIMANCHE 15 NOVEMBRE 2020 JUSQU'À 16H**

L'Ouvre-boîtes : Week end « À un poil près »

**SAMEDI 28 NOVEMBRE 2020 - DE 19H À 21H**

Melvyn + Foggy Bottom

**SAMEDI 12 DÉCEMBRE 2020 À 20H30**

Carlos Flinnroï + Siegfried

**SAMEDI 19 DÉCEMBRE 2020 - DE 19H À 21H**

Le Minou

## MCL rencontres 20/21

Présentation de la nouvelle saison 2020/2021 de la MCL autour d'un apéro/concert.

**SAMEDI 19 SEPTEMBRE 2020 - 18H / 20H30**

Entrée libre

## 2021

**SAMEDI 9 JANVIER 2021 - DE 19H À 21H**

Réseau Les Raoudis « Spoiler-Jumanji »

**VENDREDI 22 JANVIER 2021 - À 19H**

Felix Lobo « Les Alphabétisés »

**SAMEDI 30 JANVIER 2021 - DE 12H À MINUIT**

Festival Caméra'L'Bo!

**SAMEDI 6 FÉVRIER 2021 - DE 19H À 21H**

Le Minou

**SAMEDI 13 FÉVRIER 2021 - DE 12H À MINUIT**

LYO.Est « Midi-Minuit Video »

**WEEK-END EN MARS 2021**

**SAMEDI DE 14H À 1H**

**DIMANCHE DE 14H À 18H**

La fête du court métrage

**SAMEDI 3 AVRIL 2021 - DE 19H À 21H**

Cie L'SKBL « Une femme d'ici »

**SAMEDI 10 AVRIL 2021 - DE 19H À 21H**

Le Minou

**EN AVRIL 2021**

Philippe Kel Joncquel, dans le cadre du festival les hauts parleurs

**SAMEDI 17 AVRIL ET DIMANCHE 18 AVRIL 2021 - À PARTIR DE 19H**

Festival des hauts parleurs

**SAMEDI 29 MAI 2021 - DE 19H À 21H**

Adam+ Guest

**JUIN 2021**

Gala de danse moderne

Représentations des ateliers théâtre

**DIMANCHE 20 JUIN 2021**

MCL live 2021



## Melvyn

Indie punk

Melvyn c'est un gamin rêveur, un peu isolé, cherche à échapper à la réalité en imaginant un monde de couleurs. Le monde dans lequel il peut enfin être lui même. Navigant entre Skate Punk, Emo et folk rock, ces messins proposent une musique chargée de nostalgie et de fureur de vivre, avec un regard optimiste vers le futur.

Un premier EP en 2015 puis un second en 2017. De nombreux concerts passés et beaucoup d'autres aventures à venir.

## + Foggy Bottom

Distopop

Distopop ?! Aucun autre terme ne pourrait mieux convenir au style si particulier du power trio lorrain Foggy Bottom. Comprendre par là : mur de guitares saturées et mélodies accrocheuses.

« Sept titres pour rappeler que le punk-rock mélodique a encore de belles heures devant lui et nous, de belles mélodies à chanter » (Rolling Stone)

**SAMEDI 28 NOVEMBRE 2020**

**DE 19H À 21H**

Prix libre

## Philippe Kel Joncquel

Chansons française

Voilà un Monsieur qui sait écrire des chansons. Un immense savoir faire au pays des mots qui nous parlent de l'amour sous toutes ses coutures. Les rimes se fauillent en aiguilles injectant l'overdose au plus profond de l'âme... Par la force tranquille de sa mélancolie, ce poète pince-sans-rire éclabousse le spleen de sa plume mirifique de ses désenchantements...

Dans le cadre du Festival des hauts parleurs



## Adam + Guest

Rock'N Roll

Depuis 2017, trois jeunes Lorrains bercés de musique pop, Lou Stan (batterie), Anthony Cox (basse) et Jérémy Adam (guitare & chant), entretiennent la flamme du rock hexagonal en électrisant le public à chacune de leurs prestations. Pour le groupe Adam, un seul objectif : mettre le feu ! Riffs ciselés, mélodies accrocheuses et textes rentre-dedans... Du rock'n'roll pur jus.

**SAMEDI 29 MAI 2020 - DE 19H À 21H**



## Festival des hauts parleurs

Lectures musicales

Deux soirées dédiées à ceux qui parlent en altitude. Des auteurs et des musiciens lisent et interprètent des textes qui invitent au décollage.

**SAMEDI 17 ET DIMANCHE 18 AVRIL 2021**

**À PARTIR DE 19H**

# LE RELAIS

# CALENDRIER

# MUSIQUE

## La fête du court métrage Off

Ce samedi festif met en valeur de talentueux(ses) créateurs(trices) réalisateurs(trices) de court-métrages locaux et nationaux. En diffusant des films courts de tous horizons, nous invitons un public familial à découvrir le cinéma dans une volonté d'éducation permanente. Ainsi, il sera aisé de débattre avec des réalisateurs(trices), et de rencontrer des techniciens qui vous feront découvrir par le biais d'ateliers jeunes publics l'envers du décor de ce type de créations. Cette année, des films participant au festival du film Arabe seront diffusés.

En partenariat avec l'association Cycl-One et le festival du film arabe de Fameck

**SAMEDI 10 OCTOBRE 2020 . DE 14 H À MINUIT**



## Une course à pas cher

**Une aventure en caddie qui ne vend pas son âme**

Ce film, fruit d'une étroite collaboration entre Pierre Villemin et Nicolas Pinier, retrace l'épopée en caddie de Nicolas à travers la France...

« Je m'appelle Nicolas. Un été, je décide de réaliser une performance artistique en entreprenant la traversée en diagonale de l'hexagone : Maubeuge / Biarritz, du dimanche 5 août au lundi 17 septembre 2018 en suivant autant que possible le réseau de véloroute.

Je veux parcourir 1 400 km en quarante trois de jours de course, muni d'un caddie de supermarché spécialement aménagé pour la grande randonnée... »

**Projection suivie d'un débat avec les réalisateurs**

**SAMEDI 7 NOVEMBRE 2020 . DE 19 H À 21 H**

Entrée libre

## Lyo.Est

Midi-Minuit

Un samedi consacré à la création vidéo. Une invitation à déambuler dans toute la maison pour découvrir des projections, installations et performances audiovisuelles. Une programmation germinative de midi à minuit qui réunira des artistes, collectifs et étudiants en école d'art et proposera des moments conviviaux pour les rencontrer.

Programmation collective LYO.Est & ÉSAL avec la complicité de la MCL et de Lora.

**SAMEDI 13 FÉVRIER 2021  
DE MIDI À MINUIT**

Prix libre



## La fête du court métrage

Ce week-end festif expose la magie des films courts au plus grand nombre, cinéphiles ou néophytes, jeunes publics, familles et passionnés, dans le cadre de l'événement national avec le soutien de l'agence du court métrage et du Centre National de la Cinématographie.

Ce festival c'est aussi la découverte du court métrage dans un lieu scénographié, des rencontres avec des artistes, des ateliers d'éducation à l'image !

En partenariat avec l'association Cycl-One

**Si vous désirez vous investir dans la préparation participative du festival (bénévolat ou stage), veuillez nous envoyer un e-mail à : [lfpcm.cyclone@gmail.com](mailto:lfpcm.cyclone@gmail.com)**

**UN WEEK-END DE MARS 2021**

**SAMEDI DE 14 H À 1 H**

**DIMANCHE DE 14 H À 18 H**

Entrée libre

## Festival Caméra'l'bol

**Festival de documentaires sociaux et écologiques engagés**

De nombreux documentaires engagés et de grande qualité sortent chaque année. Cependant, pour beaucoup d'entre eux, ils n'ont pas la chance d'avoir une diffusion à la hauteur de leur intérêt, les télévisions étant trop frileuses et les cinémas saturés. Le Festival du documentaire engagé se propose donc de donner la possibilité à des films écologistes et sociaux de Lorraine et d'ailleurs d'être vus, tout en permettant à leurs réalisateurs de venir échanger avec le public. Nucléaire, situation des précaires, féminisme, luttes pour la protection de l'environnement, etc. sont des thèmes d'actualité qu'il est urgent de mettre en débat. Maintenant. Et ici.

**SAMEDI 30 JANVIER DE 12H À MINUIT**

Entrée libre

LE RELAIS

VIDÉO

## Cie des Ô

*Les Bonnasses* (Tout public)

Mise en scène par Marie Grosdidier

Avec Otilly Belcour, Marie Lissnyder et Marie Grosdidier.

Les Bonnasses est un lointain écho des Bonnes de Jean Genet, écrite pour une valise et trois comédiennes à l'énergie survoltée. Il y a là-dedans tout à la fois du cartoon, du théâtre de tréteau, des lettres et du punk ; comme si on avait donné du sirop de rue à des bonnes qui savent que toute vengeance dans la vie commence par le théâtre.

**SAMEDI 26 SEPTEMBRE 2020 - DE 19 H À 21 H**

## L'Ouvre-boîtes

*Week end : À un poil près*

Un week-end pour questionner notre rapport aux stéréotypes de genre, s'interroger en douceur et par l'humour au travers un conte ludique à partir de 3 ans « Plus ou moins » et une conférence gesticulée « Le poil incarné ».

Ils seront suivis de temps d'échanges et d'ateliers pour que chacun.e s'approprie ces réflexions et puisse en parler. Des espaces d'expositions et de documentation seront installés pour proposer d'autres supports d'expression, favoriser les discussions et ouvrir sur une multitude de points de vue.

**SAMEDI 14 & DIMANCHE 15 NOVEMBRE 2020**

**A PARTIR DE 10 H**



## Jean-Louis Apprederisse

*Travail, Emploi, Chômage, Chercher l'intrus*  
Conférence gesticulée

Être utile ou ne pas être.

Au moment où nous sortons d'une période historique de confinement et entrons de plain-pied dans une crise économique, se pose la question de la sauvegarde de l'emploi, et de la rémunération des citoyens.

Faut-il sauvegarder l'emploi ?

Faut-il avoir un emploi pour avoir le droit d'avoir un salaire ?

Faut-il travailler pour gagner sa vie ?  
Suivi d'un débat autour du salaire.

**SAMEDI 3 OCTOBRE 2020**

**A PARTIR DE 19 H30**

## Carlos Flinnroï

*Perlocution humoristique bergsonienne à l'ancienne, ma gueule !*

Théâtre humour / stand up

Le professeur Flinnroï est venu parler de la linguistique pragmatique appliquée aux théories bergsonniennes de l'humour. Le problème, c'est que... personne n'est venu. Enfin si : des gens qui ont vu « Humour » sur l'affiche... Dans ce joyeux bazar pseudo-intello, arrivera-t-il à exposer sa théorie de l'humour comme technique d'auto-défense intellectuelle...?

En partenariat avec le tremplin d'humour le « Gros Clou » de la MJC Pichon (Nancy).  
prix du Jury et Prix du Public en 2018.

## + Sigfried

*Jean Eudes et l'oiseau bleu*  
de Jeff Baron

Théâtre humour / stand up

Dans Jean-Eudes et l'oiseau bleu, Siegfried place un miroir devant nos yeux. On s'y voit, et on y voit le monde d'aujourd'hui. Triste, drôle, et bleu, forcément...

**SAMEDI 12 DÉCEMBRE 2020 - À 20H30**



## Félix Lobo

*Les alphabêtises*

De par avec Félix lobo / 1h30

Théâtre humour

Nom : Lobo. Prénom Félix. Métier : tourneur-phrasseur. Depuis bientôt trente ans Félix Lobo parcourt les scènes avec ses histoires et ses chansons. Shooté aux mots, le conteur-chansonnier-comique-comédien-approximusicien ne sait plus où perdre sa tête. Le voici qui a créé un spectacle sous forme de déclaration d'amour à ses compagnons de toujours : Les Mots.

On y parle de groseilles, du fromage de Cléopâtre, de penaltys manuels, de boulangère amoureuse, d'odeur d'encre et de tabac, et de sexe... celui des mots bien sûr.

Vous ressortirez de ce moment emballés, ivres de plaisir, tant il est vrai que « Félix Lobo embrasse avec la langue »...

Coproduction Son de Cloche  
et l'Atelier Croque-Lune

**VENDREDI 22 JANVIER 2021**

**A 19 H**

LE RELAIS

THÉÂTRE

## Cie L'SKBL

### Une femme d'ici

Avec Sadia Boubekeur

Écriture et mise en scène Marie-Pierre Mazzarini

(Cie Entre les Actes)

Théâtre

Sadia Boubekeur est animée par une sorte d'urgence de raconter sa vie, de son enfance joyeuse à son quotidien de femme, de ses rêves à ses démons intimes. Elle n'avait jamais posé un pied sur un plateau de théâtre avant cette aventure.

Elle s'en est emparée sans peine, comme un poisson dans l'eau.

Une femme d'ici raconte sa vie dans cette petite ville proche de la Vallée de la Fensch.

Elle convoque parfois d'autres femmes, intellectuelles ou artistes dont elle écoute attentive ou amusée les voix. Elle s'empare avec force et justesse des mots d'autres auteur.e.s. Ceux-là viennent transcender ses propres mots ou dire ce qu'elle ne peut énoncer. Sadia témoigne, chante, danse, ose... Elle nous invite simplement à questionner nos propres vies.

**SAMEDI 3 AVRIL 2021 . DE 19 H A 21 H**



## THÉÂTRE

### Le Minou

Théâtre d'improvisation

Le Minou invite au voyage lors de spectacles improvisés. Pièces, concepts, matchs, laissez-vous embarquer par le grain de folie des improvisateurs. Entre rêves, émotions et fous rires, venez vivre avec nous les moments intenses du théâtre d'impro.

**LES SAMEDIS 17 OCTOBRE . 19 DÉCEMBRE 2020**

**6 FÉVRIER 2021 - 10 AVRIL 2021 - DE 19 H A 21 H**

## SPECTACLE JEUNE PUBLIC

### L'ouvre-boîtes

« Plus ou moins »

Spectacle jeunes publics

Conte ludique

À partir de 3 ans

35 à 45 mn

Écriture et interprétation /

Céline Marchal Sant

Mise en scène

et scénographie /

Delphine Berthod

Partir d'un constat : être née fille ou être né garçon influence quantité de réflexions, attentes,... qui conditionnent la construction de notre identité. Spectacle tout en douceur et avec humour!

Dans le cadre du week-end

« À un poil près »

les 14 et 15 novembre 2020

à la MCL

**SAMEDI 14 NOVEMBRE 2020**

**2 SÉANCES A 10 H 30**

**ET A 15 H 30**

## Vacances d'automne

### Danse contemporaine – Danse avec Moi

Sosana Marcelino, danseuse et chorégraphe

Stage de danse autour de la découverte et de la pratique de la danse.

Nous allons découvrir « notre » corps en dansant avec les autres – Nous allons apprendre à « nous » déplacer grâce à des déplacements en rythme rapide et/ou lent.

Nous allons jouer à créer des figures corporelles seul et/ou à plusieurs – Nous allons créer un monde imaginaire où le rêve sera notre fil conducteur – Nous allons « nous » transformer à l'infini grâce à nos super pouvoirs magiques !

Les parents peuvent participer à la première et à la dernière séance.

**LUNDI 19 OCTOBRE**

**AU VENDREDI 23 OCTOBRE 2020**

**DE 14 H A 17 H**

Pour 12 enfants de 5 à 8 ans



### SLAM – Écriture et chant

Frédéric Tiburce,

Artiste-chanteur, parolier, slam, poésie, écriture, chant

Dans le cadre de ce stage de Slam poésie, les participants viennent éprouver le plaisir d'écrire, seuls ou en groupe. Des moyens ludiques sont mis à profit pour stimuler la créativité et la convivialité., ainsi qu'à la « mise en voix » des textes et poèmes produits.

L'oralité est centrale, et permet à chacun de ressentir la résonance de sa propre voix, de ses propres mots. Le Slam se caractérise en effet par le mélange de toutes les richesses de la langue orale (mise en voix, articulation, tonalité, souffle, rythme), ainsi que de tous les styles d'écritures (poésie, rap, chanson, narration, discours, improvisation).

**LUNDI 19 OCTOBRE AU VENDREDI 23 OCTOBRE 2020**  
**DE 14 H A 17 H**

Pour 8 enfants de 8 à 13 ans

## STAGES JEUNE PUBLIC

## Ateliers de sensibilisation aux arts plastiques

Nous proposons, en collaboration avec l'Éducation Nationale, et toute la saison, des ateliers pédagogiques en lien avec les expositions présentées à la Galerie Raymond Banas. Notre démarche a pour objectif la médiation de l'art en direction du plus grand nombre, en particulier des publics éloignés de la culture, des établissements scolaires, des jeunes, et enfin, en direction des publics en situation de handicap social ou sanitaire. Encadrées par un intervenant spécialisé, ces rencontres sous forme d'ateliers plastiques se déroulent au sein de la galerie, plongeant ainsi les participants au cœur d'un univers artistique où le regard individuel, l'échange et la création sont stimulés.

## L'enfance de l'art Centres aérés artistiques

Pour la saison 2020/2021,  
la MCL ouvre trois centres aérés :

- **Vacances d'automne**  
du lundi 19 octobre au vendredi 30 octobre 2020
- **Vacances d'hiver**  
du lundi 22 février au vendredi 5 mars 2021
- **Vacances de printemps**  
du lundi 26 avril au vendredi 7 mai 2021

Nos centres de loisirs artistiques accueilleront 25 enfants maximum de 3 à 12 ans sur l'ensemble de la journée de 9 h à 17 h 30 (possibilité d'accueil de 8 h à 18 h 30)

## Accueil périscolaire

La MCL organise les accueils périscolaires du soir de l'école des Isles et de l'école du Fort Moselle. Les animations se dérouleront dans les locaux scolaires. Horaires des accueils en temps scolaire : les lundis, mardis, jeudis et vendredis de 15h45 à 18h45.

## Mercredis éducatifs

La MCL organise des mercredis récréatifs et accueille vos enfants à partir de la maternelle. Toutes les informations relatives, aux accueils périscolaires, aux mercredis et aux centres aérés sont disponibles à l'accueil de la MCL, auprès de l'équipe d'animation ou via le site internet. Vous pouvez également nous adresser vos demandes de renseignement et/ou nous retourner les dossiers d'inscription à l'adresse suivante : [inscriptionsenfance@mclmetz.fr](mailto:inscriptionsenfance@mclmetz.fr) Les dossiers d'inscriptions sont téléchargeables sur le site <http://mclmetz.fr>

## La galerie jeunesse

### Nos résidences artistiques jeunes publics

Restitutions des travaux artistiques réalisés par nos jeunes publics, encadrées par des artistes. Avec les enfants du périscolaire du soir des écoles des Isles et du Fort Moselle ainsi que par les jeunes (5/17 ans) lors de nos stages et de nos résidences artistiques en temps scolaire et hors temps scolaire.

**DU LUNDI 28 JUIN AU VENDREDI 16 JUILLET 2021**  
**VERNISSAGE : VENDREDI 25 JUIN**

**ANIMATIONS  
JEUNE PUBLIC**



## Vacances d'été

### Animation estivale 2021

La MCL proposera une vingtaine d'ateliers artistiques – des arts visuels aux arts vivants – tout au long du mois de juillet 2021, dans le cadre de l'Animation Estivale de la Ville de Metz. Ces ateliers seront ouverts aux enfants et adolescents de 5 à 16 ans.

## RENCONTRES & CONFÉRENCES

### Laboratoire du Cien / Metz « Grain de Sel » Écrire les sexes aujourd'hui

Centre Interdisciplinaire sur l'Enfant

Cette année nous poursuivrons notre conversation sur la différence sexuelle. Si la question du genre est posée précocement chez l'enfant c'est parce qu'il est du destin des êtres parlants de se répartir entre homme et femme. Cette répartition classiquement binaire connaît en ce début de siècle un bouleversement inédit. La zone sex and gender devient mouvante, le genre prenant peu à peu le pas sur le sexe. Certains enfants dits transgenres ne se reconnaissent pas dans le sexe qui leur est assigné. Le genre se soutient grâce à la science par des interventions sur le réel du corps : chirurgie transformatrice, hormonothérapie, etc. Que peuvent-nous apprendre les enfants et les adolescents quant à la façon, toujours singulière, dont ils entrent dans la différence sexuelle ? Comment, au sein des institutions, aborder cette question de la sexuation au cas par cas et aider les enfants et adolescents à choisir sa place en tant qu'homme, femme, homo, hétéro... ? Face au malaise contemporain il est devenu urgent

pour les professionnels de l'enfance et de l'adolescence (éducateurs, enseignants, psychologues, animateurs...) d'échanger entre eux autour de leurs expériences singulières. Le laboratoire du Cien est un dispositif de conversation, orienté par la psychanalyse, où chacun est amené à prendre la parole pour témoigner de ce qu'il rencontre dans sa discipline, soumettre ses questions et ses trouvailles. Les discours sur l'enfance et l'adolescence changent et le Cien tente d'en dégager les conséquences.

**Le CIEN se réunit une fois par mois les mardis à 20h30 à la MCL**

**2020 : 13 OCTOBRE, 3 NOVEMBRE, 8 DÉCEMBRE  
2021 : 12 JANVIER, 9 FÉVRIER, 9 MARS, 13 AVRIL,  
11 MAI, 8 JUIN**

Ouvert à tous - participation de 2€ par réunion

Contact : [riberedelphine@gmail.com](mailto:riberedelphine@gmail.com) / [ferry.f@numericable.fr](mailto:ferry.f@numericable.fr)

### Cycle de conférences en histoire de l'art Derrière les images

Conférences animées par Elsa Soibinet

Pour cette saison, la MCL propose de remonter le fil de l'histoire de l'art. 2 conférences sur la fin du XVII<sup>e</sup> siècle et 2 autres sur le début du XVIII<sup>e</sup> siècle; 4 rendez-vous pour faire le tour de l'art classique, dans ses grandes lignes comme dans ses méandres. Une simple proposition pour s'initier au discours de l'art et à la création, pour s'appropriier les œuvres et la vie des artistes. Ces conférences suivront une trame chronologique.

Les jeudis à 19h / informations supplémentaires et calendrier disponibles sur [www.mclmetz.fr](http://www.mclmetz.fr) - Entrée libre

## Ateliers participatifs artistiques

Dans le cadre de la fête du court-métrage qui se déroulera en mars 2021 à la MCL. Depuis 4 ans les cocci pap's œuvrent pour transformer la MCL en un lieu unique pour la Fête du court métrage 2021. Cette année, c'est l'association Prétexce qui proposera au public de venir contribuer à la réalisation de la décoration et ainsi découvrir l'envers des décors ! Pour cette édition, l'inspiration a été insufflée par Tim Burton... Alors si vous avez envie de venir découvrir les créations en avant première, d'apprendre les techniques secrètes et bien entendu de passer un très bon moment ensemble, n'hésitez plus, rejoignez les ateliers participatifs ! Pas de connaissance particulière requise pour participer à l'atelier.

**MERCREDI 3, 10, 17 ET 24 MARS 2021 - DE 17H A 20H**

Possibilité de venir quand vous le souhaitez sur ce créneau  
Ouverts à tous - Prix libre

Le programme détaillé des séances sera communiqué au mois de février 2021

## LES LABORATOIRES D'ARTISTES ET D'EXPRESSIONS LIBRES

La MCL accueille des artistes de la région issus du spectacle vivant et des arts visuels afin qu'ils puissent concevoir, améliorer et répéter leur création. Ce peut être aussi des citoyens qui ont le désir de s'exprimer à travers des événements collectifs originaux et engagés. La MCL accompagnera ces initiatives qui permettent des rendez-vous entre les artistes locaux et les publics.

Plusieurs temps de rencontres sont en préparation sur la saison avec :

- Le réseau les Raoudis - Collectifs d'artistes
- Le collectif L'Ouvre-boites - Conférences gesticulées et Spectacle jeune public
- L'association Cycl'one - Courts métrages
- Le collectif Sortons du nucléaire - Festival Caméra'l'Bol
- L'artiste Philippe Kel Joncquel - Concert et Festival de lecture musicale
- Pierre Théobald et Sandra Poirot-Sherif - Littérature et illustration jeunesse
- LYO.Est - Nuit vidéo

Les rendez-vous jeunesse et adulte seront à découvrir lors de chaque résidence sur notre site, notre agenda jeune public trimestriel et réseaux sociaux.

# [ GALERIE ]

Après deux saisons construites respectivement sur le thème de la mémoire puis sur celui de la matière, cette année le comité de programmation vous propose un passage au signifiant, sous le signe de la **lettre** : six artistes viendront marquer l'espace de la **galerie Raymond Banas** de leurs écritures particulières, à votre adresse.

**Lettre de rappel** : les sculptures de **Joseph Stefan Wurmer** sont restées confinées dans la galerie depuis le 14 mars 2020, au lendemain du vernissage de l'exposition. Vous pourrez donc enfin les rencontrer comme elles le méritent, en prenant tout votre temps. Joseph Stephan Wurmer est l'un des rares sculpteurs sur bois en Allemagne à travailler – et ceci depuis trente-cinq ans - de façon non figurative. Il vénère son matériau, le bois, et veille à maintenir son rendu naturel dans la lecture qu'il nous en propose. Il tronçonne, creuse, invente, enlève couche par couche, lame par lame, pour nous faire découvrir l'âme de la nature.

**Lettre cachée** : l'étymologie du mot « livre » renvoie à *liber*, à la pellicule située entre le bois et l'écorce, sur laquelle on écrivait. **YRAK**, mosaïste-carreleur passé par le graffiti, confie s'être libéré de celui-ci pour enfin s'épanouir sur la toile. « Toutes mes compositions contiennent les lettres Y, R, A et K » explique l'artiste. « Mais elles sont ici agencées à l'envie, en laissant parler mon inconscient... » Dans ses œuvres l'abstraction géométrique est mise au service de chromies issues de l'*American Pop Movement*, ainsi que d'un impressionnant travail sur la ligne-claire.

**Lettre calligraphiée** : c'est à travers le graff que **David Soner** découvre sa véritable vocation et commence à déposer son « blase » dans les rues de Metz. Privilégiant l'esthétique, il change de support et passe au graphisme en professionnel. Pour lui, le nom cache plus de travail qu'on ne le soupçonne généralement. Son obsession de la signature l'a conduit à la calligraphie. Son style est alors influencé par la calligraphie arabe. C'est cette facette de son œuvre protéiforme que David Soner nous dévoile : délicatesse et précision du trait témoignent de son expérience ainsi que de la subtilité de ses choix de couleurs.

**Lettre en souffrance** : célébrant le sept-centième anniversaire de sa mort, l'année 2021 sera consacrée au « poète suprême », Dante Alighieri. Nous accueillons donc les dessins de **Corinna Smok** et les sculptures de **Clemens Heini**, une exposition commune et itinérante, pour une double évocation des cercles de l'Enfer de la Divine Comédie : les « noirs dessins » au fusain de Smok sont créés sur le sol, invitant par un travail intense et puissant à une plongée vers les abîmes, tandis que Heini « attaque » ses blocs de bois directement et intuitivement avec la tronçonneuse afin d'en extraire les figures tourmentées qui s'y trouvent.

**Lettre d'un ami** : « Je vis et peins à Metz, en Lorraine. C'est ma seule activité. Ma peinture s'enroule autour du mot. Chaque tableau porte un mot-titre différent. Il y a eu les péchés capitaux, des fleuves, des personnages, des adjectifs, des substantifs, de l'anglais, de l'espagnol. Une recherche tous azimuts pour faire vivre une idée simple : peindre un mot comme l'on peindrait un portrait ou un paysage. Tenter par la non-figuration de peindre sa part d'indicible. »

**Alain Galaup** fut également le talentueux commissaire d'exposition de la MCL depuis 2003 voire même pour certaines expositions depuis 1998. Il a permis à notre galerie d'art de rester un lieu d'exception et d'exigence grâce au regard affûté et contemporain qui était le sien, tant dans les domaines artistiques que sociétaux. Il nous a quittés le 28 août 2015. Nous lui rendons hommage à travers cette exposition.

## Joseph Stefan Wurmer

« *Raumwärts/ Vers l'espace* » - Sculpture – Fürth

3 OCTOBRE > 30 OCTOBRE 2020

Vernissage #2 vendredi 2 octobre 2020 / 18H30  
Partenariat Galerie « En Promenade »



## Irak

Peinture - Mulhouse

14 NOVEMBRE > 18 DÉCEMBRE 2020

Vernissage vendredi 13 novembre 2020 / 18H30  
Partenariat Galerie Saltiel

## David Soner

Art urbain – Differdange

16 JANVIER > 26 FÉVRIER 2021

Vernissage vendredi 15 janvier 2021 / 18H30



## Corinna Smok et Clemens Heini

Dessin – peinture – sculpture – Allemagne

20 MARS > 30 AVRIL 2021

Vernissage vendredi 19 mars 2021 / 18H30  
Dans le cadre du 700<sup>e</sup> anniversaire de la mort de Dante  
Partenariat Galerie « En Promenade »



## Alain Galaup

« *Inédits* » Peinture – Metz

14 MAI > 20 JUIN 2021

Vernissage : mercredi 12 mai / 18 h 30



# BAR LES TRAPPISTES CAFÉ-RESTAURANT



Ouvert du lundi au samedi.  
Restauration uniquement les midis.  
À partir de 18h.

En été : assiette de charcuterie, melon/jambon italien, assiette de fromages.  
En hiver : plateau d'huîtres, soupe de poissons, assiette de bulots et le fameux hot-dog.

Place de Chambre (Metz) - 03 87 36 71 17  
Ambiance café typique

[ ACTIVITÉS ]

## Basse électrique

*Stéphane Monbel*

Cours individuels hebdomadaires de 30 minutes. Apprentissage des techniques et de la théorie liée à l'instrument. Pédagogie basée sur l'évolution et les besoins de chacun.

### À PARTIR DE 8 ANS

Horaires déterminés lors de la réunion d'information

Renseignements à l'accueil

## Batterie

*Alexandre Marchand*

Cours individuels hebdomadaires de 30 minutes basés sur l'étude des systèmes rythmiques, la lecture du solfège, le déchiffrage de partitions, la technique pure, l'indépendance et la coordination. Développer sa créativité, être inventif, composer et écrire ses propres patterns, construire ses solos tout en découvrant les différents styles musicaux. Activité riche et passionnante, adaptée à chacun et accessible à tous.

### À PARTIR DE 10 ANS

Jeudi : 14h / 21h  
Vendredi : 14h / 21h

## Chant

*Aurore Reichert*

Cours semi-collectifs de 3 à 4 personnes. Apprendre à respirer, à développer et poser sa voix à travers des exercices, des jeux et des reprises de chansons. Tout cela dans des conditions professionnelles : petite scène, sono et jeux de lumières afin de préparer les projets de fin d'année.

### À PARTIR DE 10 ANS

Mercredi : 16h30 / 21h30  
Jeudi : 16h / 21h30

Cours semi-collectifs de 3 à 4 personnes

## Atelier de musiques actuelles

*Stéphane Monbel*

Si vous avez toujours rêvé de faire partie d'un groupe, rejoignez-nous. Les morceaux travaillés toute l'année seront présentés lors du « MCL Live » qui marque la fin de la saison.

### À PARTIR DE 8 ANS

1 samedi par mois de 11h à 13h

## Guitare

*Lionel Fehr & Jo Cimatti*

Cours individuels hebdomadaires de 30 minutes. Apprenez à maîtriser la guitare dans un cadre détendu quel que soit votre niveau et votre style de prédilection. Préparez-vous à une virée musicale en ajoutant 6 cordes à votre arc.

### À PARTIR DE 6 ANS

Mercredi : 14h / 21h  
Jeudi : 14h / 21h

## M.A.O.

*Musique Assistée par Ordinateur*

*Marc Bernay Di Clemente*

Cours individuels de 30 minutes. L'ordinateur n'est pas un instrument ? Chaque semaine, découvrez une autre façon de faire de la musique et devenez le chef d'un mini-orchestre sous vos doigts. Grâce au logiciel Ableton Live, vous saurez créer vos propres compositions pop, rock, électro, reproduire à l'oreille puis mixer vos morceaux favoris ou enregistrer l'instrument que vous pratiquez déjà pour réaliser des démos réussies.

### À PARTIR DE 8 ANS

Lundi : 15h / 22h



## Piano

*Isabelle Røediger*

Cours individuels hebdomadaires de 30 minutes. Cours personnalisés comprenant du solfège, répertoire varié, classique et actuel. Petits et grands vont pouvoir s'adonner aux joies du piano.

### À PARTIR DE 4 ANS

Mercredi : 10h30 / 21h30

## 1001 dessins, aquarelle & peintures

*Kayla Steel-Folliot*

Pastel doux, perspective et cercle chromatique, paysage à l'aquarelle, étude de portrait, grand format à l'acrylique : à chacun son voyage... Les débutants découvrent et d'autres développent une série, illustrent un joli texte, pratiquent l'art du portrait... Un atelier pour jouer, s'émerveiller et partager. (Tous niveaux)

**ADULTES / ADOLESCENTS**

Mardi : 15h / 17h  
Mardi : 18h30 / 20h30  
Jeudi : 15h / 17h  
Jeudi : 18h30 / 20h30

## Calligraphie

*Jeanine Sold*

À travers ces cours de calligraphie, venez découvrir les écritures dans leur mise en scène historique puis les transposer à notre époque, pour créer toutes sortes de compositions, cartes, livrets, en utilisant des instruments et des pigments très variés.

**ADULTES / ADOLESCENTS**

Lundi : 19h / 21h  
Mardi : 10h / 12h

## CinémaS Courts

*Association Cycl-One*

Venez visionner des courts métrages chaque dernier mardi du mois et participez à une analyse et à un débat autour des films diffusés dans un échange convivial. Si vous le souhaitez, devenez jury populaire de sélection de film courts pour la fête du court-métrage de mars 2020.

**ADULTES / ADOLESCENTS**

Soirée de diffusion de court-métrages  
Chaque dernier mardi du mois à 19h

## Encadrement d'art

*Marie Javanaud*

Marie Javanaud propose de partager avec vous sa passion pour l'art de l'encadrement afin de réaliser un cadre original et travaillé.

**ADULTES**

Mardi : 14h 15 / 16h 45  
Jeudi : 14h 15 / 16h 45

1 jeudi matin par mois 9h / 14h

## Poïpoï Club

*Kayla Steel-Folliot*

Le club permet de créer en solo, ou à plusieurs, Photographies, Aquarelles, Collages, Assemblages, d'éditer un carnet de voyages, un livre de poèmes, préparer une exposition, une page Instagram. Et ceci avec l'aide de 2 ou 3 participants intéressés. Selon l'envie, chacun pourra y jouer un rôle d'acteur, de photographe, de décorateur, de chef d'équipe ou se concentrer sur son projet. Tenter, s'émerveiller, créer et rire souvent. Vive le Poï Poï Club !

**ADULTES**

Mercredi : 17h / 20h (1 semaine / 2)

## Ikebana . art floral japonais

*Paola D'Andréa / Christiane Vuinée*

Ikebana « fleurs vivantes » n'est pas qu'un art floral japonais ; c'est un art de vivre, une philosophie. L'art de l'ikebana s'adresse aux yeux pour toucher l'âme. Le contact avec les végétaux procure l'apaisement. Une paix intérieure se fait entendre... À travers quelques fleurs et végétaux glanés dans la nature, une composition doit exprimer la vie.

**ADULTES**

*Débutants & 3<sup>e</sup> Année*  
Mardi 14h30 / 16h30 et/ou 18h30 / 20h30

*5<sup>e</sup> Année* – Jeudi 18h30 / 20h30

*Avancés*

Mercredi 14h30 / 16h30 puis 18h30 / 20h30

## Mangas

*Sémi Saadna*

Le dessin Manga est tout un monde, de sa façon de dessiner à sa culture nipponne. Le manga a ses propres techniques de dessin, diversifiées et variées.

**ADULTES / ADOLESCENTS**

Mardi : 19h / 20h

## Peinture & dessin

*Kayla Steel-Folliot*

Enfants / ados  
Découvrir la géométrie de la tête du chat, les proportions de l'être humain, raconter une histoire, créer un drôle de personnage et des univers fantastiques, jouer avec le pastel gras, les encres, les collages et les crayons... s'émerveiller.  
Tous niveaux.

**7 / 12 ANS**

Mercredi : 14h / 16h

## Vitrail d'art . Fusing

*Jean-Marc Nurdin*

Dans une ambiance détendue, venez nous rejoindre pour découvrir la technique du vitrail d'art. Réalisez votre pièce unique personnalisée dans une ambiance conviviale. La magie sera au rendez-vous avec de la couleur, des lignes, des courbes pour faire ressentir une émotion, de la surprise. Le vitrail d'art va intégrer une activité complémentaire le « Fusing » : verre fusionné de 780° C à 820° C. Réalisation d'objets : plats ou bijoux. Toute l'équipe vous attend pour vous faire découvrir cette nouvelle discipline.

**ADULTES**

1 mercredi sur 2  
18h / 20h

[ ARTS VISUELS ]



## Café-théâtre

*Dominique Marini*

À la naissance, nous signons un contrat de présence approximativement de 30 000 jours sur Terre. Mais combien de temps à rire et faire rire les autres ? Ici, on répare cela. Avec sérieux ou pas.

### ADULTES

Mardi : 19h / 21h

Sous réserve de modifications

Mardi : 21h / 23h

## Théâtre enfants & pré-adolescents

*Marie-Pierre Mazzarini*

« Tous les hommes naissent comédiens et le sont, au moins dans leur enfance. » Emilie Fabre. L'Atelier théâtre propose à l'enfant de développer son imagination en explorant des situations de jeu, en explorant les outils du comédien : le langage du corps, l'écoute de soi et des autres, le travail de la voix ou encore l'exploration des émotions.

### ENFANTS - 5 / 7 ANS

Mercredi : 13h30 / 15h

### PRE-ADOS - 8 / 10 ANS

Mercredi : 15h / 17h

## Théâtre adolescents

*Ludovic Gérastrate*

À tous les adolescents(es) curieux(es) et aventureux(es), voulant partager et explorer avec un groupe une aventure humaine et artistique, bienvenue à vous à l'atelier de pratique théâtrale de la MCL !

### 15 / 17 ANS

Vendredi : 18h / 20h

## Théâtre adultes

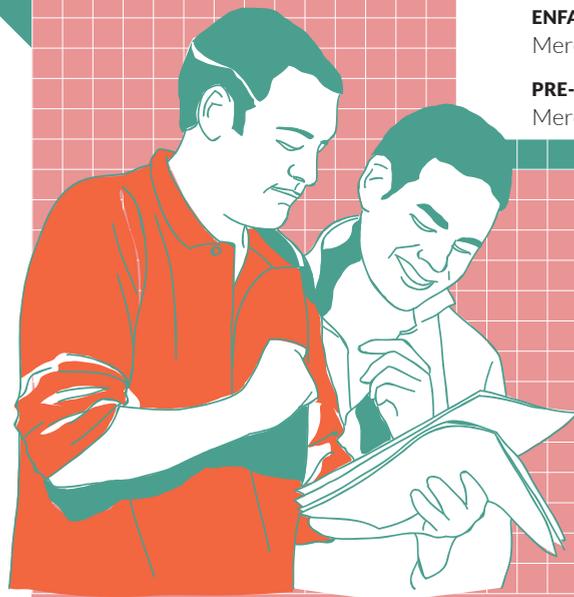
*Ludovic Gérastrate*

Un atelier de pratique théâtrale est un lieu où l'on expérimente, où l'on cherche, où l'on observe, où l'on se rencontre, où l'on s'aventure, où l'on s'amuse... Un lieu qui invite et provoque l'imagination et se prête à toutes sortes de curiosités théâtrales.

### ADULTES

Lundi : 19h30 / 22h30

[ THÉÂTRE... ]



## Danse moderne

Florence Gotti

Techniques classique, contemporaine ou moderne/ jazz ; pourquoi cloisonner alors que les trois offrent une vraie richesse d'expression et un travail à multiples facettes sans considérations de styles ou d'écoles ? C'est ce que vous pourrez découvrir ou affiner dans ces cours de danse moderne, quel que soit votre niveau.

« Il n'y a pas de frontières entre les styles, il n'y a qu'une seule danse : La Danse »  
Desmond Richardson

### 9 / 10 ANS

Lundi : 16 h 15 / 17 h 15

### 7 / 8 ANS

Mardi : 16 h 15 / 17 h 15

### 11 / 12 ANS

Mardi : 17 h 30 / 18 h 30

### ADULTES DÉBUTANTS

Mardi : 18 h 45 / 19 h 45

### ÉVEIL 4 / 5 ANS

Mercredi : 14 h 15 / 15 h 15

### 6 / 8 ANS

Mercredi : 15 h 20 / 16 h 20

### 9 / 10 ANS

Mercredi : 16 h 25 / 17 h 25

### 11 / 13 ANS

Mercredi : 17 h 30 / 18 h 30

### INITIATION 6 ANS

Jeudi : 16 h 15 / 17 h 15

### 14 / 15 ANS

Jeudi : 17 h 45 / 18 h 45

### ADULTES INITIÉS

Jeudi : 18 h 45 / 19 h 45

### 16 / 17 ANS

Vendredi : 18 h 15 / 19 h 15

### ÉTUDIANTS

Vendredi : 19 h 15 / 20 h 15

Horaires susceptibles d'être modifiés selon les disponibilités des inscrits

## Hatha yoga

Christiane Gasser

Yoga... temps de pause, moment privilégié...  
Yoga... une science, une philosophie, un art de vie naturel, source d'une certaine allégresse intérieure qui dénoue les tensions physiques et psychiques. C'est une rupture dans le quotidien, un havre de paix, une rencontre de soi à soi. Le yoga permet de laisser passer les nuages dans le ciel.

### ADULTES / ADOLESCENTS

Mardi : 17 h 45 / 18 h 45

Jeudi : 10 h / 11 h

## Pilates

Anne Hypolite

C'est une méthode douce, fondée sur une succession de mouvements précis et contrôlés, en accord avec la respiration. Pour toute personne désireuse de faire quelque chose pour sa forme, sa santé.

### ADULTES

Mardi : 10 h 30 / 11 h 30

Jeudi : 12 h 15 / 13 h 15

## Qi gong

Caroline Touchette

Le Qi Gong est issu de la médecine chinoise. C'est une pratique, un art ancestral qui permet de ralentir le vieillissement, un anti-stress, il équilibre les émotions et apaise le mental grâce à des mouvements lents, de la méditation, des exercices de respiration.

### ADULTES / ADOLESCENTS

Lundi : 18 h 15 / 19 h 30

## Relaxation

Arielle Legrand

Dans ce groupe de détente corporelle où se coordonnent étirements doux et relâchement musculaire s'ensuit une longue relaxation. Le corps se pose et le mental se repose. Régénération complète de la tête aux pieds. La prise de conscience du ressenti de chacun amène les participants à évoluer à leur rythme.

### ADULTES / ADOLESCENTS

Mercredi : 10 h / 11 h et 19 h / 20 h

## Danse création contemporaine

Anne Hypolite

Laboratoire de recherche corporelle pour aborder la création en danse, afin de construire une performance partant des envies de chacun.e. Nous explorerons des manières simples de se mettre en mouvement en posant une attention particulière à l'espace, au temps, à l'environnement et à soi.

### ADULTES

Mercredi : 18 h 45 / 20 h 15

## Salsa & danse latine

Isabel Wuairy

Cours de Salsa et de danse latine les lundis soirs de 19 h à 22 h. Rythme, partage et plaisir au rendez-vous. Isabel Wuairy - diplômée à Cuba et aux États-Unis & ex. danseuse de Revue de la Cie de danse « Les Filles du Soleil ».

### ADULTES / ADOLESCENTS

Niveau débutant

Lundi : 19 h 30 / 20 h 30

Niveau Intermédiaire

Lundi : 20 h 30 / 21 h 30

Niveau Avancé

Lundi : 21 h 30 / 22 h 30



[ ...& MOUVEMENTS ]

## Allemand

*Audrey Grandemange*

Ce cours s'adresse à toute personne désireuse de se familiariser avec la langue et la culture allemande ou de parfaire ses connaissances. Ceci dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

### ADULTES

*Débutants* - Lundi : 19h / 20h30

*Faux-débutants & Confirmés* -

Mardi : 19h / 20h30

## Anglais

*Anthony Bour*

Etude de l'anglais moderne au moyen de l'anglais britannique et de l'anglais américain. Pratique grammaticale et interaction orale.

### ADULTES / ADOLESCENTS

Niveau 1 - Lundi : 18h / 19h30

Niveau 2 - Mercredi : 18h / 19h30

Niveau 3 - Mercredi : 19h30 / 21h

## Arabe littéraire

*Nejib Mannai*

La seule clé - pour découvrir la civilisation arabo-musulmane - reste l'apprentissage de la langue arabe littéraire. Nejib vous accompagne dans un voyage linguistique particulièrement riche et probant.

### ADULTES / ADOLESCENTS

*Débutants* - Lundi : 19h / 21h

*Confirmés* - Mardi : 19h / 21h

## Chinois

*Xiaoyan Monti*

Imprégnez-vous de la culture et de la civilisation de l'Empire du Milieu en vous laissant guider par les enseignements d'un professeur expérimenté d'origine chinoise.

### ADULTES / ADOLESCENTS

*Débutants* - Vendredi : 19h / 21h

*Confirmés* - Lundi : 19h / 21h

## Espagnol

*Ana-Maria Flamion-Nieto*

Laissez-vous séduire par l'espagnol. Évoluez dans le langage parlé. Découvrez les civilisations hispaniques et le riche patrimoine culturel aussi bien européen que sud-américain. Voyagez à travers différents supports visuels issus de multiples carnets de routes, commentés par un professeur d'origine espagnole dans une ambiance conviviale et studieuse.

### ADULTES / ADOLESCENTS

*Faux débutants* : Lundi 19h 15 / 21h 15

*Confirmés* : Lundi 17h 15 / 19h 15

et mercredi 17h / 19h

*Niveau Intermédiaire* :

Mardi 19h / 21h et mercredi 19h / 21h

*Conversation* :

Jeudi 17h / 19h (Salon Buddha)

*Perfectionnement* : Jeudi 19h / 21h

Débutants : horaires fixés lors de la réunion d'information

## Espéranto

*Edgar De Zilah*

Dans une ambiance aussi conviviale que cosmopolite, nous vous proposons d'apprendre la langue internationale espéranto. Vous pourrez rencontrer des amis dans le monde entier, explorer des associations espérantistes, découvrir sa riche littérature originale ou traduire des articles de revues.

### ADULTES / ADOLESCENTS / ENFANTS

Vendredi : 20h / 22h

## Français

*Association Du Côté de chez Nelson*

Ce cours a pour objectifs d'apprendre à parler, échanger, lire et écrire. Il s'agit d'augmenter la compréhension de l'écrit et de l'oral et d'améliorer les capacités à communiquer des apprenants. Il est adapté au niveau de connaissances des apprenants et basé sur des méthodes interactives.

### ADULTES

Débutants & avancés

Mercredi : 15h / 16h30

## Japonais

*Vivathana Chounlamountry*

Ouvrez la porte et faites vos premiers pas vers le pays du Soleil Levant. Entre modernité et tradition, le Japon est un pays aux mille facettes.

### ADULTES / ADOLESCENTS

Lundi : 19h / 20h30

[ LANGUES VIVANTES ]

## Atelier d'écriture autobiographique

**Karine Pauly**

Ecrire son autobiographie demande du courage et le chemin est souvent long avant de pouvoir finaliser son écrit. Voilà pourquoi cet atelier se déroule sur 2 années. 1<sup>re</sup> année : réveiller ses mémoires et affronter son passé. 2<sup>e</sup> année : construire son récit et trouver la couleur de son écriture.

**ADULTES**

Par correspondance avec entretiens individuels (tout au long de l'année)

## Atelier du verbe

**Yvette Cannavo**

Toujours inusables, les mots, anciens ou nouveaux, sont à notre disposition, ils aiment que l'on s'occupe d'eux. Un peu négligés à cause du confinement, les mots reposés et en bonne santé vous attendent, si possible dès le 14 septembre à l'atelier du verbe.

**ADULTES**

Lundi : 16h30 / 18h

## Text'o présent

**Karine Pauly**

On écrit sur des sujets variés, dans la joie et la bonne humeur. Un premier pas vers l'écriture fictionnelle.

**ADULTES**

1 vendredi par mois : 18h / 20h

## Des gestes et des hommes

**Karine Pauly**

Nombreux sont les hommes qui subliment les richesses de la terre. De la ville à la campagne, d'hier à aujourd'hui, l'écriture s'invite sur ces territoires inconnus pour se réinventer.

**ADULTES**

1 vendredi par mois : 18h / 20h

## Création de bijoux

**Noémie Gotti**

Dessin de bijoux, travail du métal, sculpture sur cire, découverte des gemmes, sertissage... Il existe mille façons de concevoir et fabriquer un bijou. Venez exercer votre talent et votre créativité, accompagnés par Noémie Gotti, artisan bijoutière.

**ADULTES / ADOLESCENTS**

Lundi : 19h / 21h

## Création de jeux vidéo

**Émilie Roger**

De la 2D à la 3D, apprenons les bases de la création d'un jeu vidéo. Cet atelier ludique et technique permet à chacun de construire son propre univers grâce à des exercices pratiques tout au long de l'année et à l'apprentissage de règles théoriques propres à l'univers du jeu vidéo.

**8 / 14 ANS**

Mercredi : 14h / 15h

## Informatique

**Yann Barthélémy**

À travers 5 séances de 1h15, avec ou sans votre ordinateur, trouvons ensemble les réponses à vos questions informatiques. Naviguer sur internet, envoyer un courriel, utiliser son smartphone ou se perfectionner au traitement de texte ou à l'utilisation de l'image numérique, venez apprendre à maîtriser l'outil informatique !

**ADULTES**

Mercredi : 10h30 / 11h45

5 séances sur 1 trimestre

## Randonnée

**Jean-Luc Pennerath**

Pratique de la randonnée pédestre au cours de sorties dominicales tout au long de l'année, de week-end ou de séjours d'une semaine, dans un esprit de convivialité, les parcours quotidiens s'échelonnent de 15 à 22 kms.

**ADULTES**

Tous les dimanches (sauf exception)

Programme détaillé disponible à l'accueil de la MCL ou sur [www.mclmetz.fr](http://www.mclmetz.fr)

## Jeux de Rôle

**Jérôme Velvelovich**

« Le monde est un terrain de jeu, tous les enfants savent cela, mais on finit par l'oublier en grandissant ».

Jim Carrey

Venez découvrir le jeu de rôle et à travers lui vous découvrir. Cette activité propose de participer à de nombreux jeux de rôle fantastiques, futuristes, ou historiques.

**11 / 14 ANS**

Mercredi 14h30 / 16h30

À partir du 6 janvier 2021

## Scrabble

**Robert Springer**

Initiation au scrabble de compétition et perfectionnement. Il est bon d'avoir déjà joué en formule classique.

**ADULTES / ADOLESCENTS / ENFANTS**

Mercredi : 14h15 / 16h30

Samedi : 14h15 / 16h30

[ LOISIRS TECHNIQUES ]

## Cuisine végétarienne

*Dominique Longuet*

La cuisine végétarienne, c'est plein d'avenir et c'est bon pour la santé ! C'est une cuisine savoureuse, goûteuse, équilibrée et de saison qui permet de se réjouir les yeux, les narines et le palais de préparations savoureuses et digestes. Voici les thèmes de cette saison (dans l'ordre chronologique) :

- La cuisine bio-gourmande au quotidien
- Tartinades & buddha-bowls
- Les cucurbitacées déclinées du salé au sucré
- Menus de fêtes
- Délices et vertus des céréales
- La lacto-fermentation
- Menus vapeur douce et cuissons à l'étouffée
- Les légumes secs, un trésor de bienfaits
- Jeunes pousses et graines germées
- Le petit-déjeuner, déclinaisons santé

### ADULTES / ADOLESCENTS

Stage à thème  
10 samedis sur l'année  
de 10h à 14h (déjeuner compris)

Programme et dates détaillées disponibles  
à l'accueil de la MCL ou sur [www.mclmetz.fr](http://www.mclmetz.fr)



## Masterclass cinéma

*Association Cycl-One - Stéphane Ulrich*

Venez participez à l'écriture, à la mise en scène, au découpage technique, apprenez la prise en main du matériel, et pour finir : organisez le tournage et participez au montage de votre court métrage accompagné par des professionnels de l'audiovisuel. Masterclass de 5 samedis répartis sur l'année.

### TOUS NIVEAUX

Pour en savoir plus : réunion d'information  
Mardi 8 septembre à 19h

## Danses latines et salsa

*Isabel Wuairy*

Cours dispensés par Isabel Wuairy - diplômée à Cuba et aux Etats-Unis & ex. danseuse de Revue de la Cie de danse « Les Filles du Soleil ». Rythme, plaisir partagé et convivialité seront au programme d'une année remplie de soleil. Stages de dans latine et salsa pour adultes, solo et couples bienvenus.

### TOUS NIVEAUX

9 dimanches sur l'année

15h30 / 17h : cours

17h / 18h30 : pratique libre

Programme et dates détaillées disponibles  
à l'accueil de la MCL ou sur [www.mclmetz.fr](http://www.mclmetz.fr)



## Stage de Danse & Yoga Le mouvement des sens

*Neilly Pairon & Elisabeth Guerard*

Dans ce stage de danse & yoga, nous nous inspirerons de la danse des sens de Ruth Saint Denis, son esthétique et son expressivité.

Après un réveil des sens et de la conscience par le yoga, son symbolisme et la méditation par le mouvement, nous vous transmettrons des éléments chorégraphiques de la pièce Radha pour en apprécier toute la saveur et la précision gestuelle.

Nous vous amènerons ensuite à transformer et expérimenter cette matière.

De cette improvisation naîtra votre danse des sens. Stage animé par Nelly Pairon, qui se forme à la danse butô et au yoga depuis 2008, et par Elisabeth Guerard formée à la notation Laban, à la danse indienne et au butô.

### ADULTES / ADOLESCENTS

Samedis 26 et dimanche 27 septembre 2020  
De 10h à 17h

Stage proposé par la Demeure drue

**STAGES  
PERFECTIONNEMENT**

## Musiques actuelles

**A.M.A**  
(Atelier de musiques actuelles)  
Mercredi 9 septembre : 16h

**Basse**  
Mercredi 9 septembre : 15h30

**Batterie**  
Vendredi 11 septembre : 18h30

**Chant**  
Mercredi 9 septembre : 16h30

**Guitare**  
Mercredi 9 septembre : 18h

**M.A.O**  
Lundi 7 septembre : 18h30

**Piano**  
Vendredi 11 septembre : 19h

## Arts visuels

**1001 Dessins, aquarelle & peintures**  
Vendredi 11 septembre : 17h

**Art floral / ikebana**  
Mercredi 9 septembre : 16h

**Calligraphie**  
Mardi 8 septembre : 10h

**Cinemas Courts**  
Mardi 8 septembre : 19h

**Encadrement d'art**  
Mardi 15 septembre 18h

**Mangas**  
Lundi 7 septembre : 17h30

**Peinture & dessin**  
Vendredi 11 septembre : 16h30

**Poï poï club \***  
Vendredi 11 septembre : 17h

**Vitrail**  
Mercredi 9 septembre : 18h

## Langues vivantes

**Allemand**  
Mercredi 9 septembre : 19h30

**Anglais**  
Mercredi 9 septembre : 18h

**Arabe littéraire**  
Samedi 12 septembre : 18h30

**Chinois**  
Lundi 7 septembre : 19h

**Espagnol**  
Jeudi 10 septembre : 19h

**Espéranto**  
Vendredi 11 septembre : 20h

**Français**  
Mercredi 9 septembre : 15h

**Japonais**  
Lundi 7 septembre : 19h

## Loisirs & Techniques

**Atelier du verbe**  
Lundi 7 septembre 16h30

**Écriture autobiographique**  
Vendredi 11 septembre : 18h

**Des gestes et des hommes \***  
Vendredi 11 septembre : 18h30

**Création de bijoux \***  
Lundi 7 septembre : 19h

**Création de jeux vidéos**  
Jeudi 10 septembre : 18h

**Informatique**  
Mercredi 9 septembre : 10h30

**Jeux de rôle \***  
Mercredi 9 septembre : 18h

**Randonnée**  
Renseignements à l'accueil

**Scrabble**  
Mercredi 9 septembre : 14h15

**Text'o présent**  
Vendredi 11 septembre : 18h15

## Théâtre & Mouvements

**Café-théâtre**  
Mardi 8 septembre : 20h

**Danse création contemporaine**  
Lundi 7 septembre : 18h

**Danse latines & salsa cubaine**  
Contacter l'intervenante (07 50 331 345)

**Danse moderne**  
Vendredi 11 septembre : 18h30

**Hatha yoga**  
Mercredi 9 septembre : 18h

**Pilates**  
Samedi 12 septembre : 14h30

**Qi gong**  
Lundi 7 septembre : 18h15

**Relaxation**  
Mercredi 9 septembre : 19h

**Théâtre adulte**  
Lundi 7 septembre : 19h30

**Théâtre enfant**  
Mercredi 9 septembre : 14h30

**Théâtre pré-ados**  
Mercredi 9 septembre : 14h30

**Théâtre ados**  
Lundi 7 septembre : 19h30

## Stages / Perfectionnement

**Cuisine végétarienne**  
Mardi 8 septembre : 18h30

**Danse latines & salsa cubaine**  
Contacter l'intervenante (07 50 331 345)

**Danse & yoga**  
Renseignement sur notre site (mclmetz.fr)

**Cinemas masterclass**  
Mardi 8 septembre : 19h

Toutes les réunions d'information se dérouleront 36 rue Saint-Marcel

\* Nouvelles activités

# TARIFS & PUBLIC

Nos activités reprennent à partir du lundi 14 septembre 2020. Pour plus d'informations, vous pouvez contacter la MCL-Metz au 03 87 32 53 24 ou sur [www.mclmetz.fr](http://www.mclmetz.fr)

L'adhésion obligatoire est de 18€ par personne et par saison

Possibilité de bénéficier de facilités de paiement pour le règlement des cotisations :

- par carte bancaire
- par chèque bancaire (possibilité de paiement en trois fois sans frais)
- par prélèvement automatique mensuel (neuf mensualités maximum)

Une réduction de 10% est appliquée aux étudiants et aux demandeurs d'emploi (sur présentation d'un justificatif).

En cas d'inscription en cours de saison, le montant de la cotisation est calculé au pro-rata du nombre de séances restantes (sauf exception)

- [1] adhésion facultative
- [2] + Licence FFRP
- [3] + Licence FFSC
- [4] + 4€ de fourniture par cours

1001 Dessins, aquarelle, & peintures		Ados	Adultes	351 €/an
Allemand			Adultes	276 €/an
Anglais			Adultes	276 €/an
Arabe littéraire			Adultes	276 €/an
Atelier d'écriture autobiographique			Adultes	368 €/an
Atelier de Musiques Actuelles	Enfants	Ados	Adultes	97 €/an
Atelier du verbe		Ados	Adultes	6 €/an
Basse	Enfants	Ados	Adultes	456 €/an
Batterie	Enfants	Ados	Adultes	456 €/an
Café-théâtre			Adultes	351 €/an
Calligraphie			Adultes	351 €/an
Chants		Ados	Adultes	344 €/an
Chinois			Adultes	366 €/an
Cinemas Courts (diffusion courts métrages)		Ados	Adultes	Adh
Cinemas Master Class [5 samedis / an]		Ados	Adultes	200 €/an
Création de jeux vidéo [7 / 14 ans]	Enfants			239 €/an
Création de Bijoux		Ados	Adultes	320 €/an
Danse & Yoga [stage tarif plein]		Ados	Adultes	80 €/an
Danse & Yoga [stage tarif réduit]		Ados	Adultes	60 €/an
Cuisine végétarienne [stage]		Ados	Adultes	23 € [1][4]
Danse création contemporaine			Adultes	276 €/an
Danse moderne	Enfants	Ados	Adultes	203 €/an
Danse moderne (famile)	Enfants	Ados	Adultes	173€ / an
Danse Latine [1 pers - stage dimanche]			Adultes	26 € (Séance)
Danse Latine [Couples - stage dimanche]			Adultes	41 € (Séance)
Danse Latine [1 pers - cours année]			Adultes	300 €/an
Danse Latine [Couples - cours année]			Adultes	270 €/an
Des gestes et des hommes			Adultes	180 €/an
Dessins & Peintures	Enfants			273 €/an
Encadrement d'art			Adultes	351 €/an
Espagnol			Adultes	371 €/an
Espéranto			Adultes	13 €/an
Français		Ados	Adultes	Adh
Guitare	Enfants	Ados	Adultes	456 €/an
Hatha Yoga			Adultes	302 €/an
Ikebana - art floral			Adultes	153 €/an
Informatique [cycle 5 séances / trim]			Adultes	80 €/cycle
Japonais			Adultes	276 €/an
Jeux de rôle	Enfants	Ados		214 €/an
Mangas		Ados	Adultes	220 €/an
Musique Assistée par Ordinateur (MAO)	Enfants	Ados	Adultes	456 €/an
Piano	Enfants	Ados	Adultes	456 €/an
Pilates			Adultes	302 €/an
Poï poï club			Adultes	276 €/an
Qi gong			Adultes	302 €/an
Randonnée			Adultes	4 €/an [2]
Relaxation			Adultes	302 €/an
Scrabble	Enfants	Ados	Adultes	13 €/an [3]
Text'O Présent (nouvelle formule)			Adultes	151 €/an
Théâtre ados		Ados		320 €/an
Théâtre adultes			Adultes	405 €/an
Théâtre enfants	Enfants			247 €/an
Théâtre pré-ados		Ados		320 €/an
Vitrail d'art - Fusing			Adultes	201 €/an
Stage Art. Jeune public [1 sem. / 1 enfant]	Enfants			60 €/an
Stage Art. Jeune public [1 sem. / 2 enfants]	Enfants			110 €/an

# RÉUNIONS D'INFORMATION

# MAISON DE LA CULTURE ET DES LOISIRS DE METZ 2020 – 2021

36 rue Saint-Marcel  
57000 Metz  
03 87 32 53 24  
info@mclmetz.fr  
www.mclmetz.fr



*L'Europe s'invente chez nous*

