

LA VIE ASSOCIATIVE

de Courbevoie

*Toujours
à vos côtés*



**VILLE
DE
COURBEVOIE**

HAUTS-DE-SEINE



STAGES ENFANTS

PEINTURE

Samedi 27 mars 10h30-12h

« Coccinelles et papillons »

Peinture, collage, dessin pour les enfants à partir de 4 ans

Association Jeux de peinture

Participation : 15 €

Renseignements et inscriptions : 06 61 54 50 23

Espace Molière

THÉÂTRE

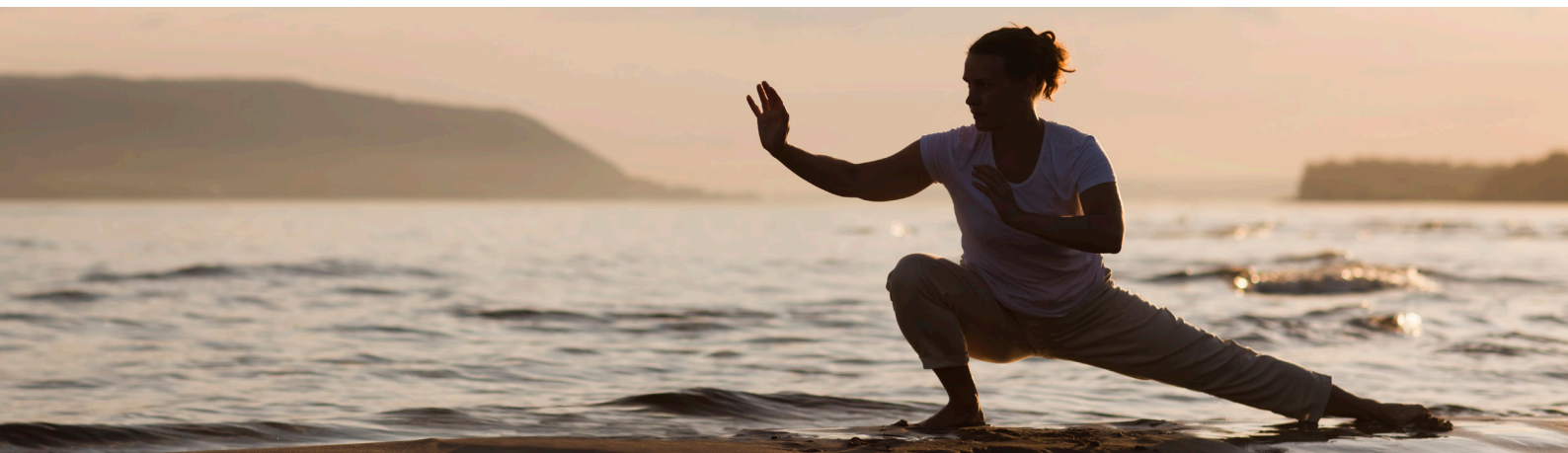
Du lundi 15 au samedi 24 avril et du lundi 26 au vendredi 30 avril

Théâtre enfants

Association FLTR

Renseignements et réservations : fltrcompagnie@gmail.com

Espace Gaultier



STAGES ADULTES

QI-GONG

Samedis 10h-12h

20 et 27 mars

10 et 17 avril

Association La rivière du souffle

Renseignements et inscriptions : 06 15 12 00 60 ou 06 20 02 46 19

nthlsauve8@gmail.com

Bâtiment Colombes 48 rue de Colombes

DANSE

Dimanche 28 mars de 14h à 18h

Association Frederica

Renseignements : frederica@taoman.fr ou www.courssalsa.eu

Espace Gaultier

SANTÉ

Avec l'Amicale des Donneurs de sang

Sur rendez-vous uniquement : mon-rdv-dondesang.efs.sante.fr

Prochaines collectes : **23 mars et 27 avril de 15h à 20h**

Gymnase Jean-Blot, 21 rue Pierre Brossolette

Sommaire

LA VIE ASSOCIATIVE DE COURBEVOIE
TOUJOURS À VOS CÔTÉS

Actualités 4

Zoom sur 6

Les 30 ans de PASAPAS

Portraits 8

FLTR Théâtre 8
Essor 92 9

Vos associations 10

Le programme détaillé
par espace d'accueil



Retrouvez toute l'actu sur
www.ville-courbevoie.fr



Jacques Kossowski
Maire de Courbevoie
Président du Territoire
Paris Ouest la Défense



Catherine Morelle
Adjointe au Maire
Déléguée à la Vie associative

Bientôt un an que nous subissons tous cette pandémie qui affecte tant de secteurs dont notamment celui de la Vie associative.

Toutes les activités se sont ainsi retrouvées brutalement mises à l'arrêt.

Mais comme chacun le sait, la priorité de toute association consiste dans le « vivre-ensemble ».

C'est dans cette seule optique qu'un grand nombre d'entre elles a su s'adapter et trouver la force d'innover quand cela était possible, pour permettre à leurs adhérents de poursuivre leur activité favorite tout en préservant le lien social.

Traversons ensemble cette crise et sortons-en encore plus déterminés que jamais aux côtés de tous ceux qui font vivre le tissu associatif local : présidents, membres et bénévoles.

Je tiens chaleureusement à les en remercier.

Au travers de cette édition unique, distribuée exceptionnellement dans toutes les boîtes aux lettres, j'espère ainsi encourager chacun-e à maintenir son activité, voire même, pour celles et ceux qui n'ont pas encore franchi le pas, susciter l'envie de découvrir toutes les valeurs portées par les associations en adhérant à l'une d'entre elles car, ne l'oublions pas, les associations constituent des acteurs essentiels à la vie de notre société.

Espérons que la vie normale reprenne très vite ses droits pour avoir enfin le plaisir de venir à votre rencontre au sein de nos espaces associatifs.

Bien à vous.

Continuité de certaines activités associatives (en présentiel ou distanciel) selon le contexte sanitaire en vigueur - se renseigner au préalable

Culture

Esplanade Photo

Ateliers interactifs et en direct Photos en ligne

- Retouche Photo en ligne Lightroom initiation : Jeudi 19h30 à 22h
- Retouche Photo en ligne Photoshop initiation : Mardi 19h30 à 22h
- Retouche Photo en ligne Lightroom avancé : Mardi 19h30 à 22h
- Rencontres photographiques Analyse d'images : Mardi 19h30 à 22h
- Cours gratuits pour les adhérents.
- Contact : contact@esplanadephoto.org ou téléphone : 06 60 53 98 62
- Site Internet : www.esplanadephoto.org/ateliers-photo-en-ligne/ ou www.esplanadephoto.org

F.L.T.R Théâtre

Théâtre et improvisation pour enfants, adultes, jeunes autistes

- Sessions hebdomadaires
- Durée : 1h30
- Cours réservés aux adhérents
- Contact : fltrcompagnie@gmail.com ou téléphone : 01 43 33 63 41
- Site Internet : www.fltr-theatre.fr
- Facebook : www.facebook.com/fltrcompagnie/

Détente/bien-être

Bollywood Fever

Cours de danse indienne (via ZOOM)

- Jeudi 19h à 19h40
- Durée : 40 minutes
- Cours ouverts à tous et toutes.
- Contact : bollywood_fever@yahoo.com

Danse & Forme

Cours de danse (via ZOOM)

- Mardi 19h et jeudi 20h : Pilates
- Mardi 19h30 et 20h30 : Pilates
- Mercredi 19h30 : Yoga
- Samedi 14h30 : Ludi Danse pour les enfants (4-6 ans)
- Cours réservés aux adhérents
- Contact et inscriptions : ivilleger@danseetforme92.fr ou par téléphone : 06 70 71 94 33

Frederica

Activités sportives et de bien-être (via ZOOM)

- Lundi 11h15 à 12h30 : cours collectif de Pilates et Yoga Mix (cours progressif)
- Jeudi 19h30 à 20h40 : cours de Power Pilates (cours tonique)
- Dimanche 11h15 à 12h30 : atelier thématique hebdomadaire de DEEP Yoga (Hatha, Yin, Ashtanga, Kundalini et Nidra)
- Durée : 1h15
- Cours ouverts à tous et toutes.
- Contact : frederica@taoman.fr
- Règlement : PayPal ou virement sur le compte de l'association.
- Tarifs : 12 € la séance, 20 € les 2 séances ou 50 € les 6 séances.
- Instagram : [frederica.a.cuba.etc](https://www.instagram.com/frederica.a.cuba.etc)
- Facebook : Frederica- Danses latines et Gym Pilates
- Site Internet : www.courssalsa.eu/pilates-live-or-replay

Oriental Sunshine

Cours de danse orientale

- Jeudi de 19h à 20h30 (hors vacances scolaires)
- Durée 1h30
- Tarifs : annuel, mensuel ou par session
- Stages danse orientale
- Dimanche de 17h30 à 19h
- Durée 1h30
- Tarif : 15 € le stage.
- Contact : association.orientalsunshine@gmail.com ou par téléphone : 06 32 52 50 45

Savoir Sport Santé

Conférences Santé (PowerPoint via ZOOM) si les espaces sont ouverts les mardis de 19h30 à 21h30 Espace Gaultier

- Mardi 16/03 « Les perturbateurs endocriniens » 14h30 à 16h
- Mardi 6/04 « Gagnez 10 ans de vie en bonne santé » 14h30 à 16h
- Mardi 11/05 « Le thé, plaisirs et bienfaits » 14h30 à 16h
- Mardi 8/06 « Préparez l'été » 14h30 à 16h
- Durée : 1h30
- Conférences gratuites sur inscription
- Inscriptions : savoirsportsante@gmail.com ou par téléphone : 06 62 81 98 33

Shanti

Cours de yoga en ligne (via ZOOM)

- Mardi 9h30-10h30 : Yoga-Nidra
- Mercredi 19h30-20h30 : Yoga-Nidra
- Mardi 12h30-13h45 : Yoga
- Mardi 19h30-20h45 : Yoga
- Jeudi 19h30-20h45 : Yoga
- Jeudi 20h45-22h : Méditation
- Ateliers Yoga (via ZOOM)
- 1^{er} vendredi du mois de 19h à 21h : Yoga & Chakras
- 2^e samedi du mois de 10h à 12h : Méditation
- Coaching personnel & Soins énergétiques (via ZOOM)
- Yoga, Méditation, Yoga-Nidra, Soins
- Contact & réservation shantivirginie@gmail.com ou par téléphone : 06 10 31 69 04
- Site Internet : www.shanti-les-cles-de-la-serenite.com
- Instagram : [shanti_les_cles_de_la_serenite](https://www.instagram.com/shanti_les_cles_de_la_serenite)
- Facebook : SHANTI-les clés de la sérénité



Langues

Anglais Plaisir

Activités linguistiques et conversation anglaise Adultes (via ZOOM)

- Cours de conversation en anglais en vidéo-conférences
- Durée : 1h
- Cours réservés aux adhérents
- Activité du book-club assurée sur ZOOM.
- Contact : anglaisplaisir92@orange.fr

Azbouka

Cours d'apprentissage de la langue russe pour enfants

- Contact : azbouka@gmail.com ou téléphone 06 17 30 10 60
- Site Internet : www.azbouka.com

Capucine

Pôle Connaissance : cours de fondamentaux, expression orale, dictées, préparation au DELF

Pôle Culture : conférences à visées culturelles (13 conférences pendant le 1^{er} trimestre)

- Lundi 14h à 17h et 18h30 à 20h : Expression
- Mardi 9h30 à 11h30 et 14h à 17h : Fondamentaux
- Mercredi 10h à 12h et 14h à 16h : Petite conversation et DELF
- Jeudi : 10h à 12h et 19h à 20h : Dictée
- Vendredi : 10h30 à 12h et 14h à 16h : Rattrapage et conférences
- Durée : 1h30
- Cours réservés aux adhérents.
- Contact : capucine.asso.cbv@gmail.com

Daruma & A.S.I.J. - Section internationale japonaise de La Défense à Courbevoie

DARUMA et A.S.I.J. Cours d'apprentissage de la langue japonaise pour adultes, enfants (maternelle – élémentaire) (via ZOOM)

- Contact Daruma : contact@daruma-defense.com
- Site Internet : <http://daruma-defense.com/>
- Facebook : <https://www.facebook.com/darumadefense/>
- Contact A.S.I.J. : admin@asij-edu.fr

Mini-Schools

Cours d'anglais Enfants (via ZOOM)

- Sessions hebdomadaires
- Durée : 1h
- Cours réservés aux adhérents.
- Mise en place d'ateliers et stages Visio pendant les vacances scolaires (se renseigner)
- Contact : s.herrmann@mini-schools.com ou téléphone : 01 42 42 03 48
- Site Internet : www.mini-schools.com
- Facebook : www.facebook.com/MiniSchools

Rêves d'enfant

Cours d'apprentissage de la langue arabe avec la méthode Montessori

- Mercredi : 16h à 19h
- Samedi : 9h30 à 11h et 16h à 17h30
- Dimanche : 9h30 à 15h
- Durée : 1h30 (2 fois 40 minutes avec une pause de 10 minutes)
- Contact : direction@revedenfant.org ou téléphone : 07 66 18 12 32
- Site Internet : www.revedenfant.org

Les 30 ans de **PASAPAS**

La longue marche



Malgré la pandémie, l'association de randonnées, qui vient de fêter ses trente ans, continue de proposer, à ses adhérents, randonnées pédestres, marches nordiques et marches rapides.

On n'a pas tous les jours trente ans ! C'est pourtant de cet anniversaire que peut s'enorgueillir, depuis décembre dernier, l'association PASAPAS. Au cours de ces trois décennies, elle a entraîné des centaines de marcheurs pour sillonner les parcs et forêts autour de Paris. L'association réunit près de 150 adhérents, de 10 à 80 ans – mais le gros de la troupe avoue entre 45 et 65 ans – encadrés par 14 animateurs bénévoles. « Nous sommes un club de randonnée pour tous, précise Gérard Soler, son président. Nos marches réunissent aussi bien des actifs que des retraités et se déroulent principalement le week-end ».



Une randonnée chaque dimanche

Chaque dimanche ou presque, une randonnée de 15 à 25 km est proposée aux adhérents. En complément, un parcours de 30 à 35 km se déroule tous les deux mois pour les plus sportifs. Ceux qui souhaitent une promenade plus calme peuvent de leur côté participer à une balade de 10 à 12 km qui a lieu un dimanche après-midi par mois.

« Nous pouvons aussi bien nous rendre dans la forêt de Meudon, où a été organisée la première marche de l'association il y a trente ans, que dans le parc de Saint-Cloud ou dans la forêt de Fontainebleau, raconte Gérard Soler. L'important est de découvrir la nature, de profiter des espaces extérieurs, en nous appuyant sur une ambiance conviviale ».

Si la randonnée représente l'ADN du club, elle n'est pas pour autant la seule activité proposée. Les membres intéressés peuvent pratiquer la marche nordique, deux fois par semaine, les mercredis et samedis, aussi bien dans le bois de Boulogne, la forêt de Chaville qu'à Versailles. Propulsés par des bâtons, les marcheurs font ainsi travailler 90 % des muscles de leur corps, lors de séances d'environ deux heures sur des parcours de 6 à 10 km.

Plus sportive encore, une marche rapide, organisée tous les deux mois, exige une très bonne condition physique. Il s'agit d'effectuer, avec régularité et endurance, des parcours d'environ 25 km à une vitesse de 6 à 8 km/h.

Des adhérents plus nombreux

L'actuelle pandémie a eu des effets divers sur l'association. *« Tout un côté convivial, comme notre repas de Noël ou notre galette des rois, a dû être supprimé. De même, les randonnées culturelles avec des spectacles ou des visites guidées sont pour l'instant à l'arrêt »*, regrette le président. Il a aussi fallu s'organiser dès que les activités ont pu reprendre afin de respecter les normes sanitaires : les marcheurs sont divisés en groupes de six personnes, avec 25 mètres d'écart entre chaque groupe. Pour autant, la pandémie n'a pas eu que des effets négatifs : ainsi le nombre d'adhérents a augmenté de 10 %, de nouveaux arrivants ayant cherché une activité de plein air pour remplacer leur club de sport fermé. *« Nous sommes comme une grande famille et offrons du bien-être à nos adhérents qui peuvent marcher sans masque pendant les parcours dans la nature : un vrai déconfinement ! »*, conclut, avec le sourire, Gérard Soler.



Contact

Web : pasapascourbevoie.com

Mail : gg.soler@gmail.com

Tél. : 06 51 93 64 71

FLTR Théâtre

La passion de la transmission

Courbevoisien de naissance, le comédien et metteur en scène Patrick Piard dirige depuis 2012 la compagnie FLTR Théâtre, un lieu d'enseignement et de partage destiné à tous les publics et ouvert sur la création. Rencontre avec cet homme de culture et de conviction.

Né à Courbevoie en 1983, Patrick Piard ne dissimule pas l'attachement qu'il porte à sa ville où il a effectué toute sa scolarité, avant que les sirènes du théâtre ne l'enjoignent de pousser les portes du prestigieux Cours Simon, à Paris. *« Même si j'ai suivi une formation d'élève acteur, je me suis vite rendu compte que c'était la mise en scène qui m'intéressait le plus. J'ai monté ma première pièce en 2007 »*, confie cet amoureux du texte théâtral sous toutes ses formes, d'Aristophane à Harold Pinter, en passant par Molière. En prenant la tête, depuis 2012, de la compagnie FLTR Théâtre, Patrick Piard a pu ainsi mettre en pratique tout ce qui l'anime au plus profond de son être : la vie associative, conjugée au désir d'enseigner et de transmettre au plus grand nombre. *« À Courbevoie, je suis ancré dans un territoire que je connais bien. On est ici au cœur d'un dynamisme urbain et culturel et on jouit, dans le même temps, d'une certaine tranquillité, ce qui nous permet d'aller à la rencontre de tous les publics et d'intervenir dans les écoles »*, plaide avec enthousiasme le comédien. Dans ce laboratoire expérimental et associatif qu'est cette compagnie, Patrick Piard s'est alors donné comme mission de montrer au plus grand nombre le meilleur de la création théâtrale contemporaine. Parmi ses auteurs préférés, le jeune metteur en scène de citer volontiers le Français Jean-Claude Grumberg, l'Argentin Rodrigo Garcia, ou bien encore le dramaturge et scénariste britannique Steven Berkoff, dont il montera une pièce avec ses élèves en juin prochain, si la crise sanitaire le permet...

Des publics diversifiés

Car non content de s'attaquer à un répertoire exigeant, Patrick Piard a créé, avec le concours de deux autres professeurs de l'Association théâtrale, des ateliers de cours de théâtre et d'improvisation destinés à des publics extrêmement diversifiés : enfants, adolescents, adultes, jeunes autistes verbaux. Sur cette dernière catégorie, le metteur en scène ne tarit pas d'éloges. *« Ce qui est formidable, chez les autistes, c'est précisément leur fragilité, leur maladresse, qui font naître sur scène des moments de rare beauté. S'ils travaillent des scènes en étroite collaboration avec leurs parents, ils ont la conscience d'être*



de vrais acteurs et prennent du plaisir à jouer devant un public. Leur prestation n'est pas d'ordre thérapeutique, mais relève totalement de l'artistique », résume avec enthousiasme Patrick Piard. Et l'enseignant d'évoquer la jolie histoire de Sébastien, jeune autiste tombé amoureux du théâtre au point d'en avoir fait son métier en devenant assistant éclairagiste sur différents plateaux ! Désormais, le Courbevoisien caresse en secret un rêve : créer, au cœur de sa ville natale, un Studio Théâtre avec une vraie identité, exigeante et populaire tout à la fois. Affaire à suivre...

Contact :

fltrcompagnie@gmail.com

01 43 33 63 41

www.fltr-theatre.fr

www.facebook.com/fltrcompagnie

Essor 92

Insérer par l'activité économique

Malgré la crise économique, Essor 92, sous la direction de Maude Robelot, ancienne championne de natation, a su continuer à accompagner le retour au travail de personnes en difficulté sociale et professionnelle.



« Après y avoir œuvré, j'ai souhaité rester dans le champ de l'économie sociale et solidaire », raconte Maude Robelot, directrice d'Essor 92, structure d'insertion par l'activité économique dont le siège se trouve à Nanterre et qui possède une antenne à Courbevoie. Avec son Master Marketing-Communication option luxe, elle n'était pas destinée à s'occuper d'une association sociale. Mais après un poste de chargée de développement dans une Association Intermédiaire dans l'Essonne, elle a souhaité continuer dans ce domaine qui demande beaucoup d'abnégation. « Je suis une ancienne sportive de haut-niveau. J'en ai gardé un côté combatif et une volonté de ne jamais rien lâcher qui m'aide dans mon métier », explique-t-elle.

Un parcours d'insertion professionnelle

Car, de la volonté, il en faut pour aider des personnes au chômage de longue durée ou en RSA à se réinsérer sur le marché du travail. Le principe est simple : Essor embauche des demandeurs d'emploi qui signent un contrat de parcours d'insertion. Ils sont alors pris en charge par l'équipe interne de l'association qui leur propose un accompagnement socio-professionnel personnalisé et leur trouve un poste, de deux heures par semaine jusqu'à un temps plein, notamment dans les services à la personne. Essor reste l'employeur qui facture leurs prestations. Ce parcours, qui peut durer jusqu'à 24 mois, leur fait bénéficier d'un accompagnement sur les missions de travail pour les aider à une prise de poste progressive, d'un accompagnement professionnel pour qu'ils définissent ou sécurisent leur

projet professionnel, et enfin d'un accompagnement social. « Nous proposons des heures de travail à nos salariés en parcours d'insertion. Ces missions se déroulent auprès de particuliers, de collectivités, associations et entreprises, sur un territoire défini par une convention signée avec l'État. Nous sommes spécialisés non seulement dans le nettoyage, l'entretien et l'aide à domicile mais également dans les petits travaux de bricolage et de jardinage, etc. Nous intervenons aussi sur des chantiers de BTP ou dans des structures municipales, par exemple avec le VAL à Courbevoie », explique Maude Robelot.

La crise sanitaire aurait pu mettre en péril cette organisation, mais a permis, au contraire, de trouver de nouveaux débouchés, par exemple dans la désinfection de locaux. « Si la majorité des salariés en parcours d'insertion a été mise en chômage partiel lors du premier confinement, cela n'a pas été le cas des salariés internes, qui ont continué en télétravail et ont préparé la reprise », détaille Maude Robelot. « Dès le déconfinement, nous étions prêts à remplir nos missions ». Résultat : alors qu'Essor 92 avait réalisé 47 000 heures d'insertion en 2019, elle en a fait 52 000 en 2020. Une satisfaction pour la directrice qui rappelle l'importance de sa mission : « Concilier le social avec l'économie et le territoire. C'est de l'investissement social pour créer de la richesse sur le territoire. »

Contact

Essor 92
01 80 03 65 20
essor92.fr

ENFANTS/ ADOLESCENTS

CULTURE

Art de la vie

Atelier

Tél. : 06 25 63 91 23 ou
artdelavie.asso@gmail.com
Activités culturelles enfants
• Dimanche 14h45-17h45

FLTR Théâtre

Théâtre

Tél. : 06 70 77 24 58
Activités enfants autistes
• Samedi 11h15-15h
(hors vacances scolaires)

Jeux de Peinture

Peinture

Tél. : 06 61 54 50 23
• 1^{er} 2^e et 4^e Samedi 10h-13h (stage sur dates)
mercredi 13h-15h30

Association de la jeunesse internationale

Peinture

Tél. : 06 24 04 50 76
• Dimanche 9h-12h30

Tempo Music

Musique

Tél. : 06 71 70 89 77
Activité guitare enfants
• Mardi 17h30-20h30
(7 ans et plus)

Rêve d'enfant

Soutien scolaire

Activités artistiques,
Culturelles et éducatives
Tél. : 07 66 18 12 32 ou
direction@revedenfant.org
• Mardi 17h30-20h
• Mercredi 15h45-19h30
• Vendredi 17h30-20h
• Samedi 9h-11h/15h45-19h /17h15-19h
• Dimanche 9h-18h

LANGUES

Mini-Schools

Anglais

Tél. : 01 42 42 03 48
• Mercredi 3/9 ans 13h-18h30

Alef B

Libanais

Tél. : 06 82 56 94 98
• Samedi 12/17 ans 10h-17h

ADULTES

ATELIERS

Association AVF

Créations

Tél. : 06 71 68 61 52
Permanence : mardi 10h-12h

Tricot

• Lundi 14h-17h

Travaux d'aiguilles

• Mardi 14h-17h

Cartonnage

• 1^{er}/3^e mardis 14h-17h

Patchwork

• 1^{er}/3^e lundis 14h-17h

Peinture sur bois

• 2^e/4^e lundis 14h-17h

Qualimera Prod

Accompagnement dans

les projets audiovisuels

Tél. : 09 70 79 20 16

• Dimanche 13h-17h

One Love Club France

Coaching pour

célibataires et couples

Tél. : 06 16 63 66 96

• Vendredi 17h15-21h15

CULTURE

Tempo Music

Musique

Tél. : 06 71 70 89 77
Activité guitare adultes
• Mardi 17h30-20h30
• Jeudi 16h15-18h15
• Vendredi 16h-20h
• Samedi 15h30- 18h30

Courbevoie PHILO

Philo

Tél. : 06 28 29 76 33
• 3^e mercredi 10h-12h
• Jeudi 14h-16h
(Se renseigner pour les thèmes
des conférences)

JEUX

Association AVF

Tél. : 06 71 68 61 52

Scrabble duplicate

• Mercredi 14h30-17h

Tarot

• Vendredi 14h-17h

Scrabble simple

• Vendredi 14h-17h

LANGUES

(Se renseigner pour les niveaux)

Anglais Plaisir

Anglais

anglaisplaisir92@orange.fr
• Lundi 10-11h30
• Mardi 17h30-19h / 19h-21h
• Jeudi 17h30-19h / 19h-20h30
• Vendredi 14h-15h30
• Samedi 14h-15h30

Capucine

Français

Expression écrite, orale, accompagnement
à la « préparation du DELF »
Tél. : 06 38 88 76 04 ou
capucine.assocbv@gmail.com
• Mercredi 10h-12h

Rencontre avec la langue française

Français

Améliorer et perfectionner son français –
grammaire et culture, pratique de
l'expression orale
Tél. : 06 75 25 32 80
Activités adultes :
• Mardi 10h-12h15 / 14h-16h30
• Jeudi 10h-12h15

Alpha Dialogue

Français

Entraide - apprentissage du français -
alphabétisation
Tél. : 07 68 75 53 57
• Lundi 13h45-15h45

PERMANENCES

Randonnées Pasapas

Randonnées

Tél. : 06 51 93 64 71
• Permanence et inscription :
3^e samedi 9h-11h

Valentin Haüy

Santé

Tél. : 06 63 53 14 54
Aide aux personnes malvoyantes
• Permanence : 2^e mercredi 10h-12h

Alcyone

Santé

Promouvoir, enseigner et pratiquer des
médecines alternatives / Formation
Tél. : 07 61 03 62 36
• 4^e mercredi du mois 19h-20h30
• 2^e jeudi du mois 19h-20h30

Club Art de Vivre

Seniors

Tél. : 06 71 68 61 52
• Permanence : jeudi 14h-17h

ENFANTS/ ADOLESCENTS

CULTURE

Association de la Jeunesse Internationale

Peinture

Dessin et peinture asiatique
Tél. : 06 24 04 50 76
• Mercredi 9h-12h30
• Jeudi 17h45-19h45
• Vendredi 18h-21h
• Samedi 9h-11h45/14h45-19h30
• Dimanche 9h-12h30/13h-17h45
Autres cours : 48 rue de Colombes

LANGUES

Daruma

Japonais

contact@daruma-defense.com
• Mercredi 3/16 ans
13h-18h
• Samedi (ados) 10h30-12h
(Se renseigner pour les niveaux)

ADULTES

ATELIERS

La création au bout des doigts

Créations

Tél. : 01 43 34 11 07

Encadrement

• Mardi 14h-18h15

Cartonnage

• Jeudi 16h30-19h

Patchwork et broderie

• 14h-16h30

Passerelle Interculturelle

Beauté

Atelier coiffure africaine,
maquillage, stylisme
Tél. : 06 34 99 15 18
• Samedi 18h30-21h30

CULTURE

Association de la Jeunesse Internationale

Dessin/peinture

Tél. : 06 24 04 50 76
• Mercredi 9h-12h
• Jeudi 17h45-19h45
• Vendredi 18h-21h
• Dimanche 9h-12h30

Arteurope

Musique/chant

Ensemble vocal
Chants du monde,
gospel et classique
Tél. : 06 20 48 17 92
• Samedi 12h-14h

Esplanade Photo

Photographie

Technique et logiciel photo
Tél. : 06 60 53 98 62
• Jeudi 19h15-22h15

DÉTENTE/BIEN-ÊTRE

(Se renseigner pour les activités et les niveaux)

Leba

Gym

Gym douce « Anti Gymnastique »
Tél. : 06 86 26 44 72
• Lundi 18h15-19h45

Fyls

Fitness

Tél. : 06 47 55 60 46
• Dimanche 12h45-14h45
Fit and fab
Danse Fitness
Tél. : 06 58 52 72 73
• Vendredi 12h30-14h30 / 19h30-21h

JEUX

Association AVF

Tarot

Parties libres - Débutants acceptés
Tél. : 06 71 68 61 52
• Lundi 14h-17h

Bridge amical à Courbevoie

Bridge

Parties libres - Expert
Tél. : 01 47 68 58 83
• Lundi 14h-17h30
• Jeudi 14h-17h30

Ma Compagnie

Théâtre

Techniques théâtrales
Tél. : 06 60 45 91 06
• Jeudi 20h-21h

LANGUES

(Se renseigner pour les niveaux)

Aviseine

Arabe

Tél. : 07 82 55 14 55 ou
contact@aviseinecourbevoie.fr
• Samedi 14h15-18h15

Daruma

Japonais

contact@daruma-defense.com
• Mardi 18h30-22h15
• Mercredi 13h-22h
• Samedi 10h30-12h
(Se renseigner pour les niveaux)

Capucine

Français

Tél. : 06 31 05 76 15
• Samedi 12h30-14h30

PERMANENCES

A.R.D.D.S (Réadaptation et Défense des Devenus Sourds et Malentendants)

Santé

Atelier de lecture labiale
Tél. : 06 32 41 00 41
• Lundi 17h30-20h30

Les entrepreneurs épicuriens de Courbevoie

Vie économique

Tél. : 06 61 85 64 57
Réunions :
• Lundi 9h-11h / 12h15-13h45
• Vendredi 17h-19h

22 promenade du Millénaire - 92400 Courbevoie
Tél. : 01 80 03 60 17 – vieasso.com@ville-courbevoie.fr

ENFANTS/ ADOLESCENTS

CULTURE

Centre Culturel

Théâtre

Tél. : 01 56 37 04 85
• 8/17 ans : mercredi 14h-19h
(Se renseigner pour les niveaux)

DÉTENTE/BIEN-ÊTRE

Danse et forme

Danse

Tél. : 06 70 71 94 33
Ludi danse/éveil corporel
• Mardi et vendredi 17h30-18h15
• Mercredi 17h30-18h30

Oriental Sunshine

Danse orientale

Tél. : 06 32 52 50 45
Cours mères/filles
• Mercredi 15h-17h

LANGUES

(Se renseigner pour les niveaux)

L'Arabe Sans Frontières

Arabe

asf15@outlook.com
• Dimanche 9h30-12h30/14h-15h30

Ensemble pour la réussite

Soutien scolaire

Tél. : 06 69 79 25 13
01 42 42 21 27
• Lundi 16h45-18h45
• Samedi 13h-14h30

ADULTES

CULTURE

La nouvelle gamme

Musique

Cours de piano sur synthétiseur
Tél. : 09 80 80 36 36
• Mardi 16h30-20h30
• Samedi 9h30-12h30

Désir Belcanto

Chant

Cours de chant lyrique
Tél. : 06 82 59 01 34
• Jeudi 13h-19h
• Vendredi 13h-17h45

Cori et art

Dessin

Tél. : 06 16 05 06 08 ou
asso.corietart@gmail.com
• Samedi 16h30-18h30

DÉTENTE/BIEN-ÊTRE

(Se renseigner pour les niveaux et disciplines)

Oriental Sunshine

Danse orientale

Tél. : 06 32 52 50 45
• Lundi 15h45-17h45
• Jeudi 12h15-13h45
Cours mères/filles
• Mercredi 15h-17h

Danse et forme

Tél. : 06 70 71 94 33

Pilates / gym

• Lundi, mardi 20h45-21h45
• Mercredi 19h30-21h30
• Vendredi 18h15-21h15

Pilates / zumba

• Samedi 9h30-11h30

Yoga

• Mercredi 19h-20h30

Combo fitness

• Jeudi 19h15-21h15

Remise en forme / relax

• Mardi, vendredi 10h-12h

Fit & Fab

Tél. : 06 58 52 72 73

Danse fitness

• Samedi 11h45-14h

Frederica

Tél. : 06 84 12 48 89

Gym pilates

• Lundi 11h15-12h15

Danse latine

• Lundi, Mardi et Jeudi 20h15-21h45

Pilates/yoga

• Dimanche 14h à 18h
(Stages ponctuels – 28/03)

Fyls Fit Your Life Style

Fitness et développement personnel

Tél. : 06 47 55 60 46
• Samedi 14h45-19h
sur date 13/02 et 13/03

MF Expression

Expression scénique création de chorégraphies

Tél. : 06 60 79 91 86
• Lundi et jeudi 18h-20h

N'ZUP

Danse urbaine

création de chorégraphies

Tél. : 06 52 04 86 74
• Samedi 14h15-16h15
• Dimanche 10h30-13h30

Amicale Liban

Tél. : 06 22 65 64 43

Danse orientale

• Mercredi 20h45-21h45

Shanti

Yoga

Tél. : 06 10 31 69 04
• Mardi 12h30-14h

LANGUES

(Se renseigner pour les niveaux)

Anglais Plaisir

Anglais

Conversation anglaise
anglaisplaisir92@orange.fr
• Lundi 19h-20h30

Capucine

Français

Perfectionnement du français et apprentissage des fondamentaux, préparation au DELF
Tél. : 06 38 88 76 04
• Mardi, jeudi 10h-12h/14h-16h
Autres cours : 48 rue de Colombes

RÉUNIONS

Femmes 3000

Conférences/débats

Tél. : 06 72 68 28 58
• Dimanche 15h-18h sur date 7/03

Actume

Conférences

Tél. : 06 68 71 02 72
• Samedi 16h-19h
(date à venir / se renseigner)

ENFANTS/ ADOLESCENTS

CULTURE

La nouvelle gamme

Musique

Tél. : 09 80 80 36 36
Activité guitare enfants
• Lundi 16h15-20h15,
• Mercredi 13h45-17h15

V.A.L Courbevoie – Vacances animations loisirs

Musique

Tél. : 01 71 00 79 48
Activité guitare enfants
• Mercredi 14h-18h

Théâtre des dunes

Théâtre

Tél. : 06 75 33 03 90
• Lundi 18h-19h30
• Samedi 9h45-12h15

LANGUES

Mini-Schools

Anglais

Tél. : 01 42 42 03 48
• 3/9 ans : samedi 9h45-12h

Au fil des cultures

Anglais

Tél. : 06 37 10 70 51 / 06 51 20 02 66
• Lundi primaire 17h-18h30
• Mercredi collège 14h-15h30
• Mercredi lycée 15h45-17h15

Au fil des cultures

Arabe

Tél. : 06 37 10 70 51 / 06 51 20 02 66
• Samedi 10h-12h

L'Arabe Sans Frontières

Arabe

Tél. : 06 22 45 23 62

SOUTIEN SCOLAIRE

Secours populaire

Tél. : 06 20 79 44 64
• Mercredi 14h-18h
• Samedi 9h45-12h15

ADULTES

ATELIERS

Les Balladins

Chant

Tél. : 06 61 65 41 72
• Lundi 14h30-18h
• Mercredi 14h30-17h30

Cori et art

Dessin

Tél. : 06 16 05 06 08 ou
asso.corietart@gmail.com
• 1^{er} et 3^e mercredis 19h-22h
• 2^e, 4^e et 5^e mercredis 18h30-20h30
• Samedi 10h-12h

L'atelier ouvert

Peinture

Tél. : 06 85 16 04 75
• Mercredi 13h45-18h45

Vin compris

Oenologie - cours et dégustation

Tél. : 09 50 52 65 42 –
alainchameyrat@yahoo.fr
• Mardi 19h30-22h30 sur dates

BIEN-ÊTRE/DÉTENTE

Sunfitcece

C.A.F. fun – gym posturale – relaxation

Tél. : 06 67 67 83 33
• Jeudi 17h30-20h30

Être en mouvement

Gymnastique feldenkrais

genevieveduche@orange.fr
mfrouyer@gmail.com
• Mardi 17h50-20h
• Mercredi, jeudi 10h-11h
Stage ponctuel

G.N.V Gymnastique non violente

Gymnastique feldenkrais

Tél. : 06 01 85 66 99
• Mardi 10h-12h
• Jeudi 10h-11h/14h-18h
Stage ponctuel

La rivière du souffle

Qi qong

Tél. : 06 15 12 00 60
• Lundi, vendredi 10h-11h30

CULTURE

Au fil des cultures

Histoire et culture d'un pays – dégustation

Tél. : 06 37 10 70 51 /
06 51 20 02 66
• 4^e jeudi 19h30-22h15
Tarif : 10 € - inscriptions obligatoires

A.E.I.O de scènes

Théâtre

Chanter, jouer la comédie,
écrire des textes
Tél. : 06 65 05 06 69
• 1^{er} et 3^e mercredis
18h-19h30
Autres cours :
48 rue de Colombes
Atelier au long cours
Tél. : 06 10 11 06 22
• Lundi 18h30-20h15
• Mardi 20h30-22h30

DANSES

Bollywood Fever

Bollywood

Tél. : 06 95 94 96 89
• Jeudi 18h15-21h

Chatswing

Country – line dance

Tél. : 06 66 55 52 90
• Mercredi 19h-21h

LOISIRS

Association AVF

Jeux

Tél. : 06 71 68 61 52
• Jeux de société :
Jeudi 14h-17h
• Belote bridgée :
jeudi 14h-17h30
• Scrabble Duplicate :
lundi, vendredi 14h30-17h

Association Sportive du jeu d'échecs de Courbevoie

Échecs

Tél. : 06 64 40 24 49
• Mardi 14h30-22h
• Mercredi 14h30-19h
Autres cours : 48 rue de Colombes

Club pyramide Khephren

Jeu pyramide

Tél. : 06 32 84 24 33
• Lundi, jeudi 14h-17h30

Puzzle mania

Puzzle

Tél. : 06 59 04 07 17
• 1^{er} et 3^e mercredis 20h-22h

Club de scrabble de Courbevoie

Scrabble en duplicate

Tél. : 06 10 74 87 83
• Jeudi 19h30 à 22h30
Autres cours : 48 rue de Colombes

Ludofield Courbevoie

Jeux de simulation - stratégie

Tél. : 06 63 97 09 13
• 2 vendredis par mois 19h-22h45
Cours : 48 rue de Colombes

LANGUES

(Se renseigner pour les niveaux)

Anglais plaisir

Anglais

anglaisplaisir92@orange.fr
• Lundi 14h30-16h/18h45-20h15
• Mardi 10h15-11h45/15h-22h30
• Mercredi 19h15-20h45
• Jeudi 18h-20h
Autres cours : 48 rue de Colombes

Au fil des cultures

Anglais

Tél. : 06 37 10 70 51 / 06 51 20 02 66
• Lundi 18h45-20h15 Niveau avancé
• Mercredi 18h30-20h Niveau débutant

Au fil des cultures

Espagnol

Tél. : 06 37 10 70 51 / 06 51 20 02 66
• Jeudi 18h30-20h /20h-21h30

Au fil des cultures

Arabe

Tél. : 06 37 10 70 51 / 06 51 20 02 66
• Samedi 10h-12h
Autres cours : 48 rue de Colombes

Alpha dialogue

Français

Entraide - apprentissage du français - alphabétisation
Tél. : 07 68 75 53 57
• Mardi 9h45-11h45/13h45-15h45
15h45-18h45/18h45-20h45/20h15-22h15
• Jeudi 9h45-11h45/13h45-15h45/15h45-18h45/18h45-20h45/20h15-22h15
• 2^e et 4^e jeudis du mois 15h45-18h45
Autres cours : 48 rue de Colombes

Capucine

Français

Groupe de conversation, apprentissage des fondamentaux-A2/B1, ateliers, échanges culturels et conférences
Tél. : 06 38 88 76 04
• Lundi 18h30-20h
• Mercredi 10h-12h
Autres cours : 48 rue de Colombes

Rencontre avec la langue française

Français

Améliorer et perfectionner son français – grammaire et culture, pratique de l'expression orale – ateliers thématiques – échanges culturels et historiques
Tél. : 06 75 25 32 80
• Lundi 10h-12h15/18h-20h15
• Mardi 10h-12h15/18h30-20h45
• 1^{er} mercredi 18h-20h15, 2^e, 3^e et 4^e mercredis 18h30-20h45
• Jeudi 10h-12h15
• Vendredi 10h-12h15/14h-16h30
Autres cours : 48 rue de Colombes

PERMANENCES

Adam (enfants atteints de médulloblastome)

Réunions

Tél. : 06 61 31 22 13
• 2^e mercredi du mois 19h-21h

Association des Consom'Acteurs de Courbevoie

AMAP

Agriculture Paysanne – Sympathisant AMAP
amap.courbevoie@gmail.com
• Tous les mercredis 18h30-20h30, un vendredi par mois sur date 18h-20h, distribution de légumes aux adhérents. Parking Espace Gaultier

F.C.P.E

Association de parents d'élèves

• Permanence : 1^{er} jeudi (élémentaire), 2^e jeudi (secondaire) 20h30-22h30

P.E.E.P

Association de parents d'élèves

• Permanence : 1^{er} mercredi (primaire), 3^e mercredi (secondaire) 20h-22h30

France bénévolat

Bénévolat

fb.courbevoie@francebenevolat.org
• Permanence : 1^{er} et 3^e jeudis 17h15-18h30

France Alzheimer

Santé

• Permanence : 1^{er} jeudi 14h-17h

U.N.A.F.A.M – Union Nationale des Amis et

Familles de Malades Psychiques

Santé

Tél. : 01 43 34 17 20
• Permanence : 1^{er} samedi 9h45-11h45

RANDONNÉES

Randonnées Pasapas

Tél. : 06 51 93 64 71
Permanence et Inscriptions :
• 2^e samedi 9h30-12h

ENFANTS/ ADOLESCENTS

CULTURE

Association de la jeunesse internationale

Peinture

Tél. : 06 24 04 50 76
• Dimanche 9h-17h45
Autres cours : 48 rue de Colombes

LANGUES

(Se renseigner pour les niveaux)

À la Rencontre de la Chine

Chinois

Cours de chinois mandarin
Tél. : 06 66 20 09 90
• Mardi 19h-20h30
• Mercredi 13h-20h30
• Samedi 9h-12h30/13h-18h30

Daruma

Japonais

Cours de japonais
Contact : contact@daruma-defense.com
• Vendredi 13h30-20h

Azbouka

Russe

Cours de russe, introduction à la lecture
Tél. : 06 17 30 10 60
• Lundi 17h-18h
• Mardi 17h-18h
• Mercredi 13h-18h30
Autres cours : 48 rue de Colombes

Mini-Schools

Anglais

Cours d'anglais dès 7 ans
Tél. : 01 42 42 03 48
• Vendredi 17h-19h

ADULTES

ATELIERS

AVF

Créations

Tricot et ouvrages
• Vendredi 9h-12h
Tél. : 06 71 68 61 52

CULTURE

Théâtreverse

Théâtre

Cours de théâtre en langue anglaise
Tél. : 07 69 05 12 59
• Lundi 20h15-22h15
• Dimanche 10h-17h
Stages ponctuels : (dates à venir / se renseigner)

Désir Belcanto

Chant

Cours de chant lyrique
Tél. : 06 82 59 01 34
• Mardi 13h-17h
• Samedi 10h-12h15 (date à venir / se renseigner)

Esplanade Photo

Photographie

Technique et logiciel photo
Tél. : 06 60 53 98 62
• Lundi 19h-22h

DÉTENTE/BIEN-ÊTRE

Shanti

Yoga

Yoga et méditation
Tél. : 06 10 31 69 04
• Jeudi 19h30-22h15
• 1^{er} vendredi du mois 19h15-21h15
• 2^e samedi du mois 9h30-12h30
• Samedi et dimanche 9h30-17h30 (stages ponctuels – sur dates)
Autres cours : 48 rue de Colombes

Sunfitcece

Fitness

Tél. : 06 67 67 83 33
• Mercredi 18h30-20h30
Fit and fab
Danse Fitness
Tél. : 06 58 52 72 73
• Mercredi 20h45-21h45

LANGUES

(Se renseigner pour les niveaux)

À la rencontre de la Chine

Chinois

Cours de chinois mandarin
Tél. : 06 66 20 09 90
• Mardi 19h-20h30
• Mercredi 18h-20h30
• Samedi 13h-18h30
(Se renseigner pour les niveaux)

Anglais plaisir

Anglais

Cours d'anglais
Conversation anglaise
Contact : anglaisplaisir92@orange.fr
• Lundi, mardi 19h-20h30

Aviseine

Arabe

Tél. : 07 82 55 14 55
ou contact@aviseinecourbevoie.fr
• Dimanche 14h-18h

Capucine

Français

Groupe de conversation, apprentissage des fondamentaux, atelier de rattrapage et règles du français
Tél. : 06 38 88 76 04
• Lundi, jeudi, vendredi 14h-16h

Rencontre avec la langue française

Français

Améliorer et perfectionner son français, pratique de l'expression orale
Tél. : 06 75 25 32 80
• Mardi 18h45-21h
• Jeudi 19h-21h15

PERMANENCES

Association espaces

Environnement

Tél. : 01 55 64 13 40
• Permanence : 1^{er} jeudi du mois 20h30-22h

Nos espaces d'accueil

ESPACE MILLÉNAIRE

22, promenade du Millénaire

Tél. : 01 80 03 60 17

vieasso.com@ville-courbevoie.fr



ESPACE REGNAULT

12, square Henri-Regnault

Tél. : 01 80 03 60 17

vieasso.com@ville-courbevoie.fr

ESPACE VINCI

36, avenue de l'Arche

Tél. : 01 80 03 60 17

vieasso.com@ville-courbevoie.fr



ESPACE GAULTIER

73, rue Gaultier

Tél. : 01 80 03 60 17

vieasso.gaultier@ville-courbevoie.fr

ESPACE MOLIÈRE

25, rue Molière

Tél. : 01 80 03 60 17

vieasso.com@ville-courbevoie.fr

