

## PROGRAMME DES COURS ET ATELIERS 2022-2023 - MQEV

### ADULTES

#### ARTS PLASTIQUES

##### **CERAMIQUE** avec Sarah Scherler

---

###### **LUNDI 18H-20H**

T1 : CHF 389.20 / T2 : CHF 333.60 / T3 : CHF 166.80

###### **MARDI 18H-20H**

T1 : CHF 389.20 / T2 : CHF 333.60 / T3 : CHF 222.40

*La terre et la cuisson sont incluses dans le prix du cours.*

Nous vous invitons à venir découvrir différentes techniques pour façonner la terre. Ce cours est idéal pour développer sa créativité et apprendre à travailler la matière céramique. Vous pourrez réaliser des objets au tournage, au modelage ou au coulage. Vous choisirez de réaliser des objets utilitaires, sculpturaux ou artistiques. Durant ce cours vous décorerez également vos œuvres qui seront exposées en fin d'année à la maison de quartier. Vous trouverez durant ces soirées une atmosphère décontractée de partage et d'échanges.

#### SANTE ET BIEN-ÊTRE

##### **HATHA YOGA** avec Alizée Huard

---

###### **LUNDI 18H30-20H**

T1 : CHF 280.- / T2 : CHF 240.- / T3 : CHF 120.-

Ce cours est ouvert à tout le monde quel que soit son degré d'expérience du yoga. Tout en se focalisant sur la respiration, il s'agit d'enchaîner en conscience mouvements et postures statiques. L'attention est aussi portée sur la précision des postures appelées asanas. Chaque cours se termine par une relaxation/méditation guidée. La pratique du Hatha yoga contribue à retrouver un équilibre et un bien-être à la fois physique, mental et émotionnel.

##### **QI GONG–YOGA** avec Sonia Schillaci

---

###### **MARDI 17H30-18H30**

T1 : CHF 186.20 / T2 : CHF 159.60 / T3 : CHF 106.40

###### **JEUDI 12H30-13H30 *Nouveau !***

T1 : CHF 186.20 / T2 : CHF 159.60 / T3 : CHF 93.10

Ce cours est accessible à toutes et tous. Il est inspiré par les techniques de travail corporel que sont le yoga, la gym douce et le qi gong. Il se compose en trois temps : un échauffement accompagné d'auto-massages, des postures de yoga et de gym douce, et une relaxation guidée en fin de cours. Ce cours vise le renforcement musculaire et à améliorer ou acquérir souplesse et fluidité du corps afin d'atteindre une belle détente corps-esprit.

### **TAIJI (TAICHI)** **avec Jaï Tharicharu**

---

#### **MERCREDI 18H30-20H**

T1 : CHF 280.- / T2 : CHF 240.- / T3 : CHF 160.-

#### **JEUDI 18H45-20H**

T1 : CHF 233.80 / T2 : CHF 200.40 / T3 : CHF 116.90

Le Taiji est une pratique basée sur les principes de DAO (Tao) qui sont le yin et le yang. Le yin est calme, immobile et correspond au corps. Le yang est actif, en mouvement et correspond à l'esprit. Pratiquer le Taiji, c'est unir le yin et le yang, réussir à maintenir le calme dans l'activité, apprendre à rester serein dans les situations de stress.

### **GYM DOUCE - PILATES** **avec Yoko Miyata**

---

#### **JEUDI 17H30-18H30**

T1 : CHF 186.20 / T2 : CHF 159.60 / T3 : CHF 93.10

La méthode Pilates est une gymnastique douce, accessible à tout.es. Elle vise à améliorer la souplesse, le tonus musculaire et la posture en libérant le corps de ses tensions et en renforçant la musculature profonde. La pratique du Pilates permet de délier les articulations, d'étirer et assouplir la colonne vertébrale, tout en renforçant les muscles faibles et en allongeant les muscles courts. Ces changements au niveau corporel se répercutent sur le mental : le corps est plus détendu, le système nerveux s'apaise, le sommeil est meilleur.

## **LANGUES**

### **FRANCAIS** **avec Nieves Haettenschwiller**

---

#### **JEUDI 8H30-10H (DEBUTANT)**

#### **JEUDI 10H-11H30 (MOYEN)**

Tarif en fonction du revenu. Carte pour assister à 12 cours, renouvelable.

**Attention : Inscription à partir du jeudi 15 septembre sur place à 8h.**

Ce cours vise l'apprentissage des bases de français pour faciliter les contacts et savoir se débrouiller dans des situations concrètes. L'enseignante, arrivée en Suisse lorsqu'elle était enfant, a eu la chance de rencontrer des professeurs qui l'ont beaucoup aidée. Persuadée qu'une bonne communication nous fait surmonter bien des difficultés, les langues sont devenues sa passion. Son approche favorise l'échange et la relation, soutenant ainsi l'intégration des participant.es.

## **FRENCH CAFE**

**avec Sophie Mabilie et Gladys Ambort**

---

### **JEUDI 9H-11H30**

Gratuit et sans inscription

**A partir du 7 octobre**

Un espace convivial ouvert à toutes les personnes allophones qui désirent améliorer leur pratique du français oral. Le French Café fonctionne selon le principe de « portes ouvertes » : les participant.es y viennent selon leurs disponibilités. Ces moments d'échanges ont pour but de faciliter l'intégration dans notre cité et de permettre à chacun.e de partager ses expériences. Les discussions sont animées par deux bénévoles en tournus.

## **MUSIQUE**

### **CHŒUR DE LA MQEV**

**avec Loni Mahé**

---

### **LUNDI 19H30-21H30**

A l'année : CHF 270.-

Depuis 1995, le chœur de la MQEV nous fait voyager à travers les époques et les styles. Au fil des ans et des nouveaux et nouvelles arrivant.es, les choristes ont tissé des liens et se sont produits dans divers lieux, parfois insolites, du quartier des Eaux-Vives et de Genève.

Repris récemment par un jeune chef de chœur, le répertoire proposé va du classique au chant contemporain en passant par le jazz.

L'aventure vous tente, montez à bord et rejoignez l'équipage !

## **PIANO**

**avec Luciano Calanchini**

---

**LUNDI ENTRE 14H ET 20H**

**MARDI ENTRE 14H ET 20H**

**MERCREDI ENTRE 9H ET 20H**

**ADULTES / ENFANTS**

---

	<i>30 MIN</i>	<i>1 H</i>
<i>Adultes</i>	CHF 910.-	CHF 1'750.-
<i>Enfants (&lt;= 18 ans)</i>	CHF 763.-	CHF 1'470.-

Enseignant de longue date à la MQEV, Luciano Calanchini est détenteur d'un diplôme de piano et un autre d'écriture musicale au Conservatoire de musique de Genève.

Le cours pour enfants est structuré d'après une méthode récente, pédagogiquement reconnue des écoles de musique genevoises. L'étude du solfège est conseillée, surtout pour les leçons d'une demi-heure. Pour les adolescents et adultes l'approche peut s'adapter à la demande : apprentissage classique, dirigé vers l'accompagnement, la chanson ou la variété.

L'enseignement est reconnu et remboursé par le DIP aux élèves des collèges de Genève.

**L'inscription à ce cours engage l'élève pour une année scolaire entière.**

**L'horaire est à convenir avec le professeur à qui le secrétariat de la MQEV remet votre bulletin d'inscription.**

## ENFANTS

### **ATELIER YOGA avec Alizée Huard**

---

#### **LUNDI DE 16H30-17H30 *Nouveau !***

T1 : CHF 148.40 / T2 : CHF 127.20 / T3 : CHF 63.60

DE 7 A 10 ANS / MAX. 8 ELEVES

Abordé sous forme d'exercices ludiques, ce cours est également accompagné d'éléments sonores tels les tintements de carillons et de petits bols tibétains. L'éveil sensoriel qu'offre le yoga apprend aux enfants à prendre conscience de leur corps, à mieux respirer et à apprivoiser leurs émotions. Tout en stimulant leur concentration, il leur permet de se défaire des tensions journalières. Un programme joyeux et bénéfique pour la confiance en soi et une relation respectueuse aux autres !

### **ATELIER DESSIN ET BD avec Renata Martino**

---

#### **LUNDI 16H30-18H15**

T1 : CHF 259.70 / T2 : CHF 222.60 / T3 : CHF 111.30

#### **MARDI 16H30-18H15**

T1 : CHF 259.70 / T2 : CHF 222.60 / T3 : CHF 148.40

DE 7 A 12 ANS / MAX. 7 ELEVES

Plus qu'un cours, cet espace sera dédié à la créativité des jeunes artistes.

Nous allons explorer différentes techniques et aussi découvrir de nouveaux univers graphiques par le biais de livres et/ou courtes vidéos d'artistes. Les passionné.es de BD découvriront toutes les ficelles du métier. La prof tâchera de suivre individuellement les projets et les désirs d'apprentissage de chaque élève. Des projets collectifs seront également au programme.

## **ATELIER CERAMIQUE** **avec Céline Dulord**

---

### **MARDI 16H15-17H45**

T1 : CHF 222.60 / T2 : 190.80 CHF / T3 : CHF 127.20  
DE 7 A 14 ANS / MAX. 8 ELEVES

Découverte de la terre dans tous ses états. Viens partager ta créativité et tes envies en travaillant différentes techniques : modelage, plaque et travail au tour. Tu réaliseras divers objets de ton choix, utilitaires comme des tasses, des vases, des plats, etc., et des sculptures de personnages, d'animaux ou de monstres par exemple. Le cours se déroule dans une atmosphère décontractée, de liberté et d'échanges. Il a pour but de développer ta créativité, ta dextérité, ta sensibilité au toucher ainsi qu'une approche en 3D.

## **THÉÂTRE Ô VIVES** **avec Ioanna Poignand**

---

**VENDREDI 16H45-18H30 *Nouveau !***  
**DU 16 SEPTEMBRE AU 16 DECEMBRE 2022**  
CHF 241.15  
DE 8 A 12 ANS / MAX. 8 ELEVES

Cet atelier propose un moment de partage et de fun !  
A travers la pratique de jeux de rôle, d'exercices de diction, de respiration et de relaxation, les enfants découvriront leurs talents tout en s'amusant ! Ensemble, ils inventeront leur propre pièce qui vous sera présentée le dernier jour de l'atelier.  
Développer son imagination, renforcer la confiance en soi, apprendre à s'exprimer devant les autres, tels sont les objectifs de ce cours proposé en tant qu'initiation et découverte du théâtre.

---

## **LES SAMEDIS PARENTS-ENFANTS** **avec Ioanna Poignand**

**Des matinées d'expression créative en famille à la maison de quartier.**

## **ATELIER « RELOOK TON OBJET »**

---

**LES SAMEDIS 1-8-15 OCTOBRE / 10H-12H**  
**DANS LA COUR DE LA MQEV**  
3 RENCONTRES : CHF 80.-  
DÈS 6 ANS / MAX. 8 FAMILLES : 1 ENFANT-1 PARENT

Chacun a chez soi un objet qui mériterait un petit relooking !? Peut-être une vieille chaise, une boîte, un miroir ou un plateau de service... Apportez l'objet de votre choix et bricolez en famille toute en vous amusant !

L'intervenante vous épaulera et guidera à chaque étape. Que vous choisissiez le collage ou la peinture tout est permis... pop art, grafittis ou effets paillettes ! Peinture acrylique et en bombe, vernis et petit matériel de décoration seront mis à disposition.

### **ATELIER « RACONTE TON HISTOIRE »**

---

**5-12-19 NOVEMBRE + 3-10 DECEMBRE / 10H-12H**

**Pause le 26 novembre**

5 RENCONTRES : CHF 190.-

DÈS 6 ANS / MAX. 6 FAMILLES : 1 ENFANT-1 PARENT

Avez-vous déjà rêvé d'écrire votre propre histoire ? Un livre où vous choisirez vos propres héros ! Que ce soit une petite princesse à la recherche de sa licorne ou un lion de la savane qui décide de partir habiter au pôle nord...tout est possible !

Vous écrirez et illustrerez avec votre enfant ce merveilleux ouvrage. L'ensemble du processus de création et d'illustration sera accompagné par la professeure. Une expérience fabuleuse où chacun.e se révèle à sa manière et remporte chez soi son propre livre. Quoi de mieux sous le sapin pour Noël !

### **ATELIER « FRESQUE TA FAMILLE »**

---

**14-21-28 JANVIER / 10H-11H**

3 RENCONTRES : CHF 40.-

DÈS 4 ANS / MAX. 8 FAMILLES

Fans d'œuvre originale et atypique ? Venez nous rejoindre et créer votre fresque familiale... Une vraie œuvre d'art réalisée à partir de vos photos !

Est-ce que papa deviendra super man et maman wonder woman ?! Imaginez-vous un monde enchanté ou encore atterrirez-vous sur la lune ?!

L'intervenante accompagnera votre famille dans la composition de cette fresque merveilleuse. Entre peinture et collage, prenons le temps de créer quelque chose d'unique !

---

### **INFORMATIONS PRATIQUES**

## **INSCRIPTIONS**

A l'aide du formulaire en ligne sur notre site Internet ou à notre accueil.  
Les inscriptions aux cours de français se font sur place à partir de la rentrée des cours.

## **CONDITIONS**

Démarrage des cours à partir de 6 élèves (16 pour le chœur), valable au début de chaque trimestre.

### **Le premier cours = un cours d'essai**

... à l'issue duquel vous confirmez ou annulez votre inscription.

Il n'est possible de tester qu'un seul cours par catégorie, parmi les suivantes : arts plastiques, santé et bien-être, langue et musique.

### **Pour les cours collectifs :**

Inscription au trimestre, renouvelable tacitement pour le trimestre suivant, sauf en cas d'annulation écrite deux semaines au moins avant la fin du trimestre.

Trimestre 1 (T1) : 12 septembre - 22 décembre 2022

Trimestre 2 (T2) : 9 janvier - 6 avril 2023

Trimestre 3 (T3) : 24 avril - 15 juin 2023

### **Pour les cours individuels et le chœur :**

Inscription à l'année scolaire, soit du 12 septembre 2022 au 15 juin 2023.

Les cours ne sont pas dispensés durant les vacances scolaires et les jours fériés.

## **TARIFS ET PAIEMENTS**

Le tarif est calculé par trimestre.

Réduction de 15% pour AVS, AI, chômage et étudiant.es (excepté cours individuels et chœur).

Les leçons manquées par l'élève ne sont ni remplacées, ni remboursées.

Les cours annulés par le professeur.e sont remplacés ou remboursés.

Aucun remboursement ne sera accordé aux élèves qui interrompent les cours avant l'échéance, sauf sur présentation d'un certificat médical.

## **ASSURANCES**

Les élèves doivent être assurés contre les accidents. La MQEV décline toute responsabilité en cas d'accident survenant lors des cours. De même, elle ne sera pas tenue responsable en cas de vol d'objets personnels.

---