



Mouvements en conscience

S'affranchir des codes et des cadres

Un temps pour rêver et découvrir

# ZOOM sur 2020/2021

Echanger, se reposer, prendre le temps

Trouver la singularité de sa danse

## ATELIERS HEBDOMADAIRES

### ATELIERS DE DANSE CONTEMPORAINE

avec Manuella Brivary

#### EVEIL A LA DANSE ENFANTS 4/5 ans

Mercredi de 9h45 à 10h30

Tarif : 65 € / trimestre

#### ATELIER ENFANTS 6/7 ans

Mercredi de 14h00 à 15h00

Tarif : 70 € / trimestre

#### ATELIER ENFANTS 8/10 ans

Lundi de 17h45 à 19h00

Tarif : 70 € / trimestre

#### ATELIER ADULTES

Lundi de 19h30 à 21h00

Tarif : 95 € / trimestre

### Reprise des cours de danse lundi 14 septembre

*Possibilité de faire un cours d'essai et de régler en plusieurs fois.*

*20% de réduction sur le cours le moins cher si 2 personnes de la même famille s'inscrivent.*

*Inscriptions: envoyez le bulletin joint .*

**Consulter notre site pour plus de détails sur nos différentes propositions:**

<https://www.lamaisonduheeron.org>



**Et aussi:**

### ATELIER ADULTES EVEIL CORPOREL

avec Manuella Brivary

Mercredi de 11h00 à 12h00

Tarif : 80 € / trimestre

L'inscription aux ateliers hebdomadaires, événements mensuels ou aux stages nécessite l'adhésion à l'association de la maison du héron: à partir de 5€.

Si vous voulez devenir adhérent ou soutenir l'association de la maison du héron, envoyez le bulletin d'adhésion ci-joint, accompagné de votre participation.

## ATELIERS MENSUELS & CONVIVIALITE

### PAYSAGES SONORES

avec B et F Charrier, P.Quenouille et M. Brivary  
De 19h30 à 20h45

Les 16 septembre, 7 octobre, 4 novembre, 16 décembre, 13 janvier, 17 février, 17 mars, 14 avril, 19 mai, 16 juin

Participation libre. Réservation indispensable. 12 pers/séance maxi

### DANSE TRADITIONNELLE

Guidée par Manuella Brivary de 19h30 à 21h30

Les 23 septembre, 14 octobre, 18 novembre, 2 décembre, 20 janvier, 10 février, 24 mars, 21 avril, 26 mai, 23 juin

Participation libre. Réservation indispensable.

### ATELIERS CHOREGRAPHIQUES

pour les enfants de 7 à 10 ans

Le samedi de 10h à 12h00 avec Manuella Brivary

Les 26 septembre/ 10 octobre/ 7 novembre

12 décembre/ 13 février/ 13 mars/ 10 avril/ 29 mai/

12 juin

Tarif : 60€ les 9 séances pour les enfants inscrits dans un cours hebdomadaire ou 162€ pour les non inscrits.

1er atelier d'essai sans engagement ( 18€ + adhésion)

### JEUX, NOUS, VOUS.....de 15h à 18h

RDV convivial autour de jeux de plateau

Les 11 octobre, 8 novembre, 13 décembre, 10 janvier,

14 février, 14 mars, 11 avril, 9 mai, 13 juin

Gratuit, ouvert à tous.

# STAGES

## STAGE DE METHODE FELDENKRAIS™ ET DANSE CONTEMPORAINE avec Manuella Brivary

**29 et 30 août 2020**

10h /12h30 méthode Feldenkrais™  
14h /17h danse contemporaine en lien direct avec les séances de Feldenkrais™ du matin  
Tarif : 30€ la matinée , 50€ les 2 matinées  
35€ l'après-midi, 60€ les 2 après-midi  
50€ la journée, 90€ les 2 journées

## STAGES DE DANSE CONTEMPORAINE pour adultes avec Manuella Brivary

Inspirés de la méthode Feldenkrais et du contact improvisation

**Du 17 au 18 octobre 2020**

**Du 17 au 18 avril 2021**

**Du 5 au 6 juin 2021**

de 14h à 18h le samedi et de 10h30 à 15h30 le dimanche

Tarif: 80€ le stage

## STAGES EN PARTENARIAT AVEC L'ASSOCIATION ADVENTICES

**Dimanche 11 octobre 2020 à la maison du héron**  
Accueil à 9h30

Stage de la Méthode Feldenkrais™ de 9h45 à 12h45

Tarif: 35€

Chez Adventices: soupe magique au chaudron  
+balade avec les ânes

Tarif: 10€

Repas partagé à 13h00

**Dimanche 11 avril 2021 à la maison du héron**  
Accueil à 9h30

Stage de la Méthode Feldenkrais™ de 9h45 à 12h45

Tarif: 35€

Chez Adventices: pain gourmand aux herbes et plantes sauvages

Tarif: 10€

Repas partagé à 13h00

## STAGE DE DANSE CONTEMPORAINE pour les enfants de 6 à 10 ans avec Manuella Brivary

**Du 19 au 22 octobre 2020 de 10h à 12h**

Tarif: 72€

## STAGES DE METHODE FELDENKRAIS™ avec Manuella Brivary

**Les dimanches de 9h45 à 13h**

Accueil à 9h30

Les 11 octobre, 8 novembre, 13 décembre, 14 février, 11 avril, 13 juin

Tarif: 35€ la séance

## STAGE DE DANSE ADULTE/ENFANT avec Manuella Brivary

**Enfants de 3 à 7 ans de 9h45 à 11h45**

**Les samedis 14 novembre, 16 janvier et 14 mars**

Tarif : 30€ pour un binôme adulte/enfant

(20€ par adulte supplémentaire et 10€ par enfant supplémentaire)

## STAGE D'ECRITURE « S'EVADER AVEC LES MOTS »

avec Céline Gouel-Verdier

**Dimanche 28 mars 2021 de 10h à 17h**

Le stage est ouvert à toutes et tous, de 12 à 99 ans.

Tarif: 55€

## 4 rendez-vous dans la nature au gré des saisons

**Automne** : Balade du héron autour de la maison, le 13 septembre 2020. RDV à 14h sur le parking de la maison du héron. 8 km, dénivelé de 85 mètres environ.  
*Gratuit*

**Hiver** : Marche aux trésors, le 5 décembre 2020 à 10h. Lieu du RDV, nombre de kms et dénivelés, à confirmer. Repas partagé – après midi réalisation- confection d'objets à partir de matériaux recyclés et/ou naturels, glanés pendant la promenade. *Participation libre*

**Printemps** : Balade asine, cueillette de plantes sauvages et cuisine, le 18 avril 2021. RVD à 10h, chez Nicolas Boquelet et Sarah Calais, association adventices, 216 impasse du Gué à Le Héron. *Tarif : 10€*

**Été** : Balade et impromptus poétiques, le 4 juillet 2021. RDV à 15h. Lieu à définir. *Participation libre*

# SPECTACLES

- **Mardi 13 octobre 2020 à 19h30** : Le Festival Terre de Paroles programme à la maison du héron ....Chassez le naturel...  
Gueuloir thérapeutique par Dominique Bonafini  
Entrée gratuite  
Petite restauration possible après le spectacle. Amener 1 assiette, 1 verre et des couverts.
- **Samedi 21 novembre 2020 à 20h30** : Le Festival Chants D'Elles programme à la maison du héron « Ma boîte à musique » de Claire Jau  
Entrée: 12€  
Repas partagé: amener un plat salé ou sucré, une boisson, 1 assiette, 1 verre et vos couverts.
- **Vendredi 19 février 2021 à 20h00** : Marthe et Will chanteuse lyrique et guitariste. Blues Country Folk  
Entrée : 10 €  
Repas partagé: amener un plat salé ou sucré, une boisson, 1 assiette, 1 verre et vos couverts.
- **Samedi 13 mars 2021 à 15h30** : « Blanc »  
Compagnie Les galettes de riz avec Christophe Foquereau et Hélène Roussel  
Spectacle de clowns à voir en famille!  
Entrée : adultes 10€ enfants 5€  
Amener gâteaux ou boissons pour partager ensemble un petit goûter.

Réservation indispensable car peu de places, par e-mail : [lamaisonduheron@gmail.com](mailto:lamaisonduheron@gmail.com) ou par téléphone : 02 35 62 21 51

## ET PRÈS DE CHEZ NOUS....



<http://www.grainedeschamps.com/>



<http://www.fermedelaquesne.fr/>



<https://librairieautresrivages.wordpress.com/>



<https://www.lepoulpe.info/>



<http://i.c.art.free.fr/index.php/contact>

[www.lamaisonduheron.org/](http://www.lamaisonduheron.org/)

[lamaisonduheron@gmail.com](mailto:lamaisonduheron@gmail.com)

La maison du héron  
Le Tô't, 2503 route de Buchy  
76780 Le Héron

☎ 02 35 62 21 51