



2025-2026



Handwriting practice lines consisting of ten horizontal dotted lines spaced evenly across the page.



# SOMMAIRE

## INSCRIPTIONS / ACTIVITÉS

5

### Pour les tout petits

~ 1-7 ans

Archiboum	p.8
Eveil cirque / Cirque	p.12
Eveil danse	p.12
Judo / Karaté	p.14
Baby gym / Parent-enfant / éveil gymnique	p.15

### Pour les enfants

~ 6-10 ans

Dessin / Peinture / Terre	p.6
Dessin BD / Mangas / Illustrations	p.6
Ateliers bibliocréatifs jeunesse	p.7
Archiboum	p.8
Petit architecte	p.8
Théâtre	p.9
Chant	p.9
Music kids	p.10
Initiation musicale	p.10
Piano / Basse	p.10
Batterie / Guitare	p.11
Cirque / Acro-mouvement	p.12
Initiation danse	p.12
Hip Hop	p.13
Modern' Jazz / Contemporain	p.13
Judo / Karaté	p.14

### Pour les jeunes

~ 11-15 ans

Dessin / Peinture / Terre	p.6
Dessin BD / Mangas / Illustrations	p.6
Petit architecte	p.7
Théâtre / Théâtre impro	p.9
Chant	p.9
Handpan	p.10
Piano / Basse	p.10
Batterie / Guitare	p.11
Groupes encadrés - musiques actuelles	p.11
Accueil de groupes autonomes	p.11
Cirque / Acro-mouvement	p.12
Hip Hop	p.13
Modern' Jazz / Contemporain	p.13
Lindy Hop / Charleston	p.13
Judo / Karaté	p.14
Karaté Self Défense / Full Contact	p.14

### Pour les jeunes et adultes 16 ans et +

Dessin / Peinture / Terre	p.6
Photo / Ateliers & stages	p.7
Ateliers Couture	p.8
Théâtre / Théâtre impro / Théâtre clown	p.9
Chorale / Chant	p.9
Handpan	p.10
Piano / Basse	p.10
Batterie / Guitare	p.11
Groupes encadrés - musiques actuelles	p.11
Accueil de groupes autonomes	p.11
Cirque Acro-mouvement	p.12

Modern' Jazz / Contemporain	p.13
Lindy Hop / Charleston	p.13
Karaté / Karaté Self Défense / Full Contact	p.14
Tabata	p.14
Fitness	p.15
Etirements / barre au sol contemporaine	p.15
Renforcement musculaire	p.15
Pilates	p.16
Qi Gong	p.16
Yoga hatha	p.16
Yoga vinyasa	p.17
Yin yoga / Yoga hatha doux	p.17
Initiation Shiatsu	p.17
Activité axée santé pour se maintenir en forme	p.17
Anglais	p.18
Ateliers de Communication Non Violente	p.18
Badminton	p.18
Club informatique	p.18

## L'ASSOCIATION 4

## LA VIE DU PÔLE 9 19

### PETITE ENFANCE 19

### ENFANCE 20

### FAMILLE 21

### LUDOPÔLE 9 23

### JEUNESSE 24

### VIE DE QUARTIER & DÉVELOPPEMENT DURABLE 26

### CULTURE & TEMPS FORTS 28

## LES PARTENAIRES DU PÔLE 9 30

## INFOS PRATIQUES ET ACCÈS 31



# L'ASSOCIATION



Le Pôle 9 est une association d'éducation populaire née de la fusion de la MJC et du Centre Social de St-Rambert.

## Conseil d'Administration

Il est composé d'adhérents bénévoles élus à l'assemblée générale pour représenter l'ensemble des adhérents. Ils débattent et décident des grandes orientations de l'Association.

**BABA-ARBI Hassane**, Président  
**CHICHE Johanna**, Vice-Présidente  
**FABRE Pierre**, Trésorier  
**CHEVALIER Isabelle**, Vice-Trésorière  
**PAITREULT Bernard**, Secrétaire

**PRAVIEUX Jean-Jacques**, Vice-Secrétaire  
**SOUFFOU Fadhuli**, Administrateur  
**BONNET Fanny**, Administratrice  
**JAUMIER Laurence**, Administratrice  
**GARDETTE Marie-Thérèse**, Administratrice

**BACHA Lilia**, Administratrice  
**GIRON Laëtitia**, Administratrice  
**JOUINI Houda**, Administratrice  
**LINDER Nathalie**, Administratrice



## L'équipe

Ils accueillent, soutiennent vos projets, mettent en œuvre les décisions du Conseil d'Administration.

**Yaël Raffner**, Directrice  
**Linda Ousset**, Agente d'entretien  
**Mohamed Gouga**, Chargé d'entretien, Factotum  
**Souraya Boudaoud**, Responsable famille  
**Isabelle Blasquez**, Animatrice famille  
**Nadège Saenz**, Directrice Crèche  
**Joanne Bernard**, Éducatrice de jeunes enfants en continuité de direction  
**Géraldine Drevon, Linda Zemoura, Mathilde Mure**, Auxiliaires de puériculture  
**Marie Teruel, Sélen Karakoc**, Auxiliaires petite enfance  
**Maria Da Silva**, Cuisinière

**Charlotte Bec**, Coordinatrice Enfance Jeunesse  
**Amandine Pabion**, Directrice ALAE\* A. Daudet / Animatrice jeunesse  
**Angélique Damotte**, Directrice ALAE\* F. Mistral / Animatrice jeunesse  
**Serge Brunner** Directeur ALAE\* Les Grillons / Animateur jeunesse  
**Ramatoulaye Cissé**, Directrice Adjointe ALAE\* A. Daudet / Animatrice jeunesse  
**El Kael Ahmed**, Animateur jeunesse  
Ludothécaire, en cours de recrutement  
Responsable vie des quartiers, en cours de recrutement

**Lola Charbonnier**, Référente activités hebdomadaires et Pôle Musique  
**Nicolas Mangin**, Chargé d'accueil / Assistant administratif  
**Juliette Gallitre**, Chargée d'accueil et communication  
**Nathalie Charbinat**, Comptable  
**Séverine Quaini**, Assistante de direction  
**Pascaline Charrin**, Responsable communication et Pôle culture  
**Elvire Ranguin**, Gestionnaire de paie / Assistante relations sociales  
**et 25 animateurs périscolaires,**  
**25 animateurs techniciens d'activités**

\*Accueil Périscolaire

## Financeurs

Le Pôle 9 est une association de loi 1901 affiliée au Réseau R2AS, Union territoriale des MJC-MPT et à la Fédération des Centres Sociaux.

Elle possède un agrément et un financement CAF et est subventionnée par la Ville de Lyon, Grand Lyon-La Métropole, l'État.



## Les bénévoles

Ils s'appellent Victor, Sandrine, Madeleine, Junior, Laurence, Brigitte, Titem, Geneviève, ou Danielle.  
**Ils sont une centaine de bénévoles impliqués pour faire vivre l'association,** ponctuellement et/ou de façon régulière.  
**Tous proposent, participent, organisent** des actions, apprennent les uns des autres et participent à **dynamiser la vie du quartier**. Sans leur investissement, les actions du Pôle 9 auraient moins de sens.

## Devenez bénévole !

**Vous avez une heure, une soirée, ou une journée à donner** de façon récurrente ou exceptionnellement ? Vous pouvez venir nous épauler un peu, beaucoup, passionnément. Les Dimanches de l'Île Barbe, les bourses, les concerts du Pôle musique et pleins d'autres événements ne fonctionneraient pas sans vous.  
**Rejoignez-nous en vous manifestant à l'accueil du Pôle 9 !**

# INFOS / INSCRIPTIONS

## L'adhésion au Pôle 9

Adhérer au Pôle 9, c'est soutenir son projet associatif, participer aux activités sportives, culturelles et de loisirs proposées. Mais c'est aussi prendre part à la vie de l'association en ayant la possibilité d'être élu-e au Conseil d'Administration. L'adhésion familiale annuelle est de 12 € pour la saison. L'adhésion annuelle pour les partenaires est de 20 €. Le montant de l'adhésion est le même quelle que soit la période d'inscription (rentrée ou en cours d'année).

## Comment s'inscrire ?

Vous devez nous fournir :

- Un règlement en espèces, chèques vacances, chèques bancaires ou CB qui se compose de :
  - ↳ l'adhésion annuelle par famille : 12 €
  - ↳ la cotisation de l'activité que vous avez choisie
  - ↳ un supplément de 5 € par personne et par activité pour les habitants hors Lyon
  - ↳ une licence fédérale pour le judo, le karaté, le karaté self défense et le karaté full contact, intégralement reversée à la fédération sportive.



- Pour la pratique du judo et du karaté : il est seulement demandé aux licenciés judo et karaté mineurs de compléter un questionnaire médical conjointement avec leurs responsables légaux.

Ce questionnaire médical se trouve sur notre site internet au

lien suivant :



- Votre attestation CAF datant de moins de 3 mois ou votre dernier avis d'imposition pour bénéficiaire d'un tarif adapté
- Si vous souhaitez connaître votre quotient familial, voici le calcul à faire :  $[(\text{revenu net imposable du foyer fiscal}) / 12 + \text{aide de la CAF par mois}] / \text{nombre de parts}$
- Les enfants doivent obligatoirement être inscrits par leurs responsables légaux.
- Un adulte peut inscrire un de ses proches (compagne-on, ami-e, voisin-e, etc.)
- Réduction de 10% dès la 2<sup>e</sup> activité, sur l'activité la moins chère par individu et par famille.

## Fonctionnement

Certaines activités sont organisées par âge et / ou niveau de pratique. Ces critères doivent être respectés à l'inscription pour le bon déroulement des activités. Le Pôle 9 se réserve le droit d'annuler une activité dont le nombre d'inscrits n'est pas suffisant. Les activités se déroulent sur 26 ou 31 séances (sauf pour certaines activités qui font l'objet d'un calendrier spécifique) à partir du lundi 15 septembre 2025 (sauf quelques exceptions) jusqu'en juin 2026, sauf pendant les vacances scolaires.

## Horaires d'inscriptions aux activités hebdo

Du mer. 3 au ven. 5 sept. : 10h à 12h et 14h à 19h30

Sam. 6 sept. : 9h30 à 12h

Lun. 8 sept. : 14h à 18h

Du mar. 9 au ven. 12 sept. : 10h à 12h et 14h à 18h

## Bons d'essai

Vous pouvez essayer gratuitement les activités, dans la limite des places disponibles et de 2 activités par personne (sauf activités musicales). Les bons d'essai sont à retirer à l'accueil.

## Dispositif « Tickets Sport et Culture »

Le Pôle 9 est partenaire de la Ville de Lyon avec le dispositif Ticket Sport Culture pour favoriser les pratiques sportives et culturelles des jeunes. Une aide financière peut être allouée pour prendre en charge en partie une adhésion à une association sportive ou culturelle agréée.

Les critères d'attribution sont :

- Être âgé de 6 à 16 ans
- Habiter Lyon 9<sup>e</sup>
- S'engager à effectuer la pratique régulière d'une activité sportive ou culturelle
- Avoir un quotient familial CAF situé entre 0 et 550 €

**Infos pratiques :** Accueil au 04 78 83 29 68

Quotient Familial	1-320	321-620	621-920	921-1520	1521-2020	2021-2520	>2521 - PLEIN TARIF
Tarif A	31 €	81,53 €	114,08 €	139,50 €	155 €	170,50 €	187,55 €
Tarif B	31 €	85,25 €	119,35 €	186 €	201,50 €	232,50 €	255,75 €
Tarif B1	31 €	40,92 €	57,04 €	93 €	100,13 €	116,25 €	128,03 €
Tarif C	46,5 €	114,08 €	154,38 €	232,50 €	248 €	279 €	306,9 €
Tarif D	62 €	119,35 €	162,75 €	263,50 €	294,50 €	325,50 €	357,74 €
Tarif E	18,6 €	24,49 €	40,61 €	62 €	77,50 €	93 €	102,3 €
Tarif F	7,44 €	9,92 €	14,26 €	20,77 €	25,11 €	31 €	34,10 €
Tarif G	77,5 €	204,60 €	316,20 €	477,40 €	494,45 €	545,60 €	600,16 €
Tarif I	38,75 €	90,21 €	124 €	213,90 €	232,50 €	260,40 €	286,44 €
Tarif J	77,5 €	150,35 €	213,59 €	325,5 €	390,6 €	422,84 €	444,54 €

Et tarifs spécifiques pour certaines activités - directement inscrits dans la plaquette !

TARIFS À L'ANNÉE



# LES ACTIVITÉS 2025 / 2026



## Terre

Apprentissage des techniques de base de la céramique (modelage, colombin, plaque, estampage, patines : peinture, cire...)

**Nathalie GUYOT, Diplômée des Beaux-Arts**

7 ans révolus / 12 ans  
Mercredi de 9h30 à 11h30  
**Tarif : C** - Lieu : Pôle 9

A partir de 16 ans / Adultes  
Lundi de 16h à 18h30  
Mardi de 18h30 à 21h  
**Tarif : J** - Lieu : Pôle 9

## Dessin BD / Mangas / Illustrations

Création d'un personnage original (histoire et caractéristiques), retranscrire les émotions, les proportions, mises en valeur du personnage. Découvrir et apprendre les étapes de création d'une BD, d'un manga et créer toute une mise en scène. Science fiction, fantasy... aucune limite ! Il ne reste plus qu'à prendre ton crayon et développer ta créativité. Ensemble, nous allons explorer, apprendre et surtout, nous amuser !

**Maeva GRIBOUT, illustratrice spécialisée dans le secteur jeunesse**

7 ans révolus / 11 ans  
Mercredi de 14h à 15h30  
12 / 15 ans  
Mercredi de 15h30 à 17h  
**Tarif : C** - Lieu : Pôle 9



## Dessin Peinture

Apprentissage des techniques de dessin et peinture (crayons croquis, pastels secs, pastels gras, encres, aquarelle, fusains, sanguines, peinture acrylique, peinture à l'huile...). Créations personnelles et collectives.

**Nathalie GUYOT, Diplômée des Beaux-Arts**

6 ans révolus / 10 ans  
Mercredi de 14h à 15h30  
**Tarif : C** - Lieu : Pôle 9

11 / 15 ans  
Mercredi de 17h à 19h  
**Tarif : D** - Lieu : Pôle 9

A partir de 16 ans / Adultes  
Lundi de 14h à 16h  
**Tarif : D** - Lieu : Pôle 9

## Dessin peinture + Terre

Apprentissage des techniques de base de la céramique (modelage, colombin, plaque, estampage, patines : peinture, cire...). Apprentissage des techniques de dessin peinture (crayons croquis, encre, aquarelle, pastels, peinture acrylique, fusains). Créations personnelles et collectives.

**Nathalie GUYOT, Diplômée des Beaux-Arts**

7 ans révolus / 12 ans  
Mercredi de 15h30 à 17h  
**Tarif : C** - Lieu : Pôle 9

A partir de 16 ans / Adultes  
Lundi de 18h30 à 21h  
**Tarif : J** - Lieu : Pôle 9

## Ateliers bibliocréatifs jeunesse

Cet atelier se décline en 4 temps : l'écoute d'une histoire lue à haute voix ; un mini cercle de parole pour exprimer ses émotions en lien avec le texte ; un voyage dans l'histoire grâce à la relaxation ; un temps de création autour des thèmes abordés par l'histoire (peinture, dessin, collages, écriture....). Les thèmes changeront tous les trimestres, au fil des envies et des demandes des enfants et/ou de leurs parents.

\*  
NOUVEAU  
\*

Cécile MATHIAS, animatrice d'ateliers jeunesse,  
autrice d'audio-descriptions et d'adaptations FALC

6 ans révolus / 12 ans  
Mercredi de 10h à 11h

**Tarif : B**

Lieu : Pôle 9



## Ateliers " Réussir ses photos "

Du projet à la prise de vue, jusqu'au tirage papier...

Un projet de voyage, un évènement familial ou envie de créer une série d'images artistiques, documentaires ou drôle sur un sujet. Cet atelier vous guide pas à pas, depuis la conception du projet jusqu'à sa concrétisation en passant par la prise de vue, le tri et le développement des images.

Objectif : maîtriser la conduite d'un projet photographique, améliorer ses connaissances techniques, théoriques et pratiques, analyser et améliorer ses images.

Henri BOURGEOIS - COSTA, Photographe

A partir de 16 ans / Adultes

1 jeudi par mois en présentiel de 19h à 21h30 (10 séances)

**Tarif : B**

## Bon pied Bon Œil

Sorties photo et traitement de l'image.

Adhérents ayant suivi au moins 1 an un atelier photo auprès d'un photographe.

Activité auto-gérée / Un adhérent bénévole du groupe encadre cette activité.

Gisèle LANDOIN, Adhérente référente

Adultes

Mercredi de 19h à 21h

Sortie 1 samedi matin par mois selon planning

**Tarif : B1**

Lieu : Pôle 9



## Workshops photo

**1<sup>er</sup> stage** : 18 octobre, de 8h à 14h : "Marchés lyonnais". Colorés, animés, les marchés offrent d'innombrables sujets mais aussi défis photo que nous aborderons ensemble, chacun selon son niveau.

**2<sup>e</sup> stage** : 25 avril, de 8h à 14h : "Fleurs, insectes, un monde en miniature". Comment photographier le monde naturel miniature ? Macro-photographie, paysages lilliputiens, vous découvrirez tout un univers passionnant d'un point de vue technique comme créatif.

Henri BOURGEOIS - COSTA, Photographe

**Tarif : 30 € / stage**

Chaque stage dure 6h et est suivi d'un atelier visio ou présentiel au Pôle 9 de 2 heures dans les semaines suivant le stage pour échanger autour des photos qui ont été prises.



## Archiboum

\*  
NOUVEAU  
\*

Atelier d'éveil à la création et à la construction. Un moment ludique et sensoriel à la découverte de l'architecture. Imaginer, manipuler, empiler, assembler...

A travers jeux de formes, manipulations de matières et petites constructions, les enfants explorent l'espace, développent leur imagination et éveillent leur créativité en s'amusant !

Iris JACQUARD, Architecte & Scénographe Indépendante

5 - 8 ans

Mercredi de 10h à 11h

**Tarif : B** - lieu : Pôle 9



## Petit architecte

\*  
NOUVEAU  
\*

Atelier ludique et créatif pour explorer l'univers de l'architecture.

Plonge dans cet univers en explorant les formes, les espaces et les matériaux ! Au programme : maquettes, dessins, constructions, défis en équipe et grandes idées pour exprimer ta créativité en jouant les architectes le temps d'un atelier.

Iris JACQUARD, Architecte & Scénographe Indépendante

9 - 11 ans

Mercredi de 11h à 12h30

12 - 14 ans

Mercredi de 14h à 15h30

**Tarif : C** - Lieu : Pôle 9



## Atelier Couture

Découvrir le bonheur de réaliser soi-même mille merveilles en tissu. De la petite trousse à offrir à la jolie robe faite à ses mesures, grâce à des techniques futées et un parcours progressif, explorer son propre talent et sa créativité.

Corinne EKINDJIAN,  
formation styliste modéliste patronnière

Adultes

Lundi de 19h à 21h30 ou mercredi de 18h30 à 21h  
ou jeudi de 9h30 à 12h ou jeudi de 14h à 16h30

**Tarif : J** - Lieu : Pôle 9

1 samedi par mois de 9h30 à 12h30 (10 séances) :  
20 sept., 4 oct., 8 nov., 13 déc., 10 janv., 28 fév.,  
21 mars, 25 avr., 30 mai, 20 juin.

**Tarif : B** - Lieu : Pôle 9



## Théâtre impro

Découvrir les bases du théâtre d'improvisation. Faire naître des personnages et leurs aventures en toute liberté. Apprendre à surfer sur l'imagination collective en développant les capacités d'écoute et la réactivité.

Jean Jacques PRAVIEUX, Association Pactes Impro

De 12 à 99 ans !  
Mercredi de 19h à 20h30

**Tarif : C** - Lieu : Pôle 9



## Chorale adultes

Cet atelier vous propose des chants polyphoniques variés, issus aussi bien de la tradition de différents pays que des musiques actuelles. Chantez en canons, en plusieurs voix harmonisées, utilisez des percussions corporelles, ... Découvrez également l'univers de l'improvisation vocale et des circlesongs pour une expérience à plusieurs voix basées sur des créations éphémères de groupe. Lecture musicale non requise (apprentissage par oreille, répétition et phonétique).

Raphaëlle BINAY

A partir de 16 ans / adultes  
Mercredi de 19h15 à 20h45

**Tarif : C** - Lieu : Pôle 9

**Tarif : B** si la personne est déjà inscrite à une pratique instrumentale

## Théâtre

Apprendre, sans jamais oublier le plaisir du jeu : un cours ludique et bienveillant pour (re)découvrir le théâtre, et prendre confiance en soi et en les autres !

ALICE VIGNEAU, comédienne

8 ans révolus / 12 ans - Mercredi de 13h30 à 15h

**Tarif : C** - Lieu : École des Grillons

13 / 16 ans - Mercredi de 15h15 à 17h15

**Tarif : D** - Lieu : École des Grillons

\*  
Nouvelle  
animatrice  
\*



## Initiation théâtre

Apprendre par le jeu : un cours ludique pour s'éveiller au théâtre, et prendre confiance en soi et dans les autres !

ALICE VIGNEAU, comédienne

6 ans révolus / 8 ans - Mercredi de 10h30 à 12h

**Tarif : B** - Lieu : École des Grillons

\*  
Nouvelle  
animatrice  
\*

## Chant

Explorer, développer, maîtriser votre voix sur un répertoire de musiques actuelles en format solo, duo ou trio. Une approche pédagogique ludique et globale prenant en compte les 5 sphères de la voix : souffle (respiration, gestion du flux d'air), larynx (agilité, accolement des cordes vocales, mécanismes et registres laryngés), résonance (volume, couleur de voix), corps (posture, ancrage, détente), mental (gestion du stress, interprétation, fausses croyances du geste vocal). Participation possible aux concerts du pôle musique pour monter sur scène en groupe.

Raphaëlle BINAY

A partir de 8 ans révolus - ados - adultes

Mardi de 17h à 21h ou mercredi de 14h à 19h

**Tarif : G** - Lieu : Pôle 9

\*  
dès 8 ans  
\*



\*  
NOUVEAU  
\*

## Music kids

Chanter, bouger, vivre la musique dans la bonne humeur via des activités ludiques et sensorielles. Les enfants découvrent par le jeu les notions essentielles de la musique : le rythme, la hauteur des notes, l'intensité, les différences de timbre, ...

Au programme : apprentissage et mémorisation de chansons, manipulation d'instruments, percussions corporelles et coordination, travail de l'oreille (sons, voix, styles musicaux), développement vocal, créativité, écoute (de soi et des autres), plaisir de jouer ensemble.

**Raphaëlle BINAY**

6 ans révolus - 8 ans  
Mercredi de 11h à 12h

**Tarif : B** - Lieu : Pôle 9



\*  
Cours  
bimensuel  
\*

## Cours de handpan

Venez découvrir ou continuer de vous familiariser au handpan, un instrument peu commun, au son envoûtant.

**Omar ZENATI, Certification en musicothérapie (en cours)**

A partir de 12 ans / adultes  
2 jeudis par mois de 19h à 21h (20 séances)

**Tarif : B** - Lieu : Pôle 9

## Piano (sur clavier)

Venez apprendre à jouer du piano de façon ludique et avec pour objectif le plaisir de jouer une chanson, un morceau issu du répertoire classique ou même le thème principal d'une musique de film ou de série. Vous ne savez pas lire les notes ? Ce n'est pas un problème !  
Pratique collective, groupe de 2 personnes.

**Maya MEJIA CAMACHO, pianiste, Licence et Master en Musique/ Musicologie et Transmission**

Débutants et Intermédiaires  
A partir de 8 ans révolus / ados / adultes  
Mercredi de 9h30 à 20h00  
Jeudi de 16h à 20h  
**Tarif : G** - Lieu : Pôle 9

## Basse

Acquérir une technique solide et développer le sensoriel pour pouvoir jouer en groupe.  
Pratique collective, groupe de 2 personnes.

**Florian PONCET, Musicien professionnel**

A partir de 8 ans révolus / ados / adultes  
Lundi de 16h30 à 20h  
**Tarif : G** - Lieu : Pôle 9



## Groupes encadrés - musiques actuelles

Ces ateliers encadrés par un professionnel permettent de développer son jeu en groupe, l'écoute des autres, et de se produire lors de concerts. (minimum 2 ans de pratique instrumentale)

**Florian ANKIERSKI, CEFEDM AURA**

**Julian OUDIN, D.E batterie - musiques actuelles**

**Florian PONCET, Musicien professionnel**

Mineurs et majeurs : créneau de 1h30 (26 séances)

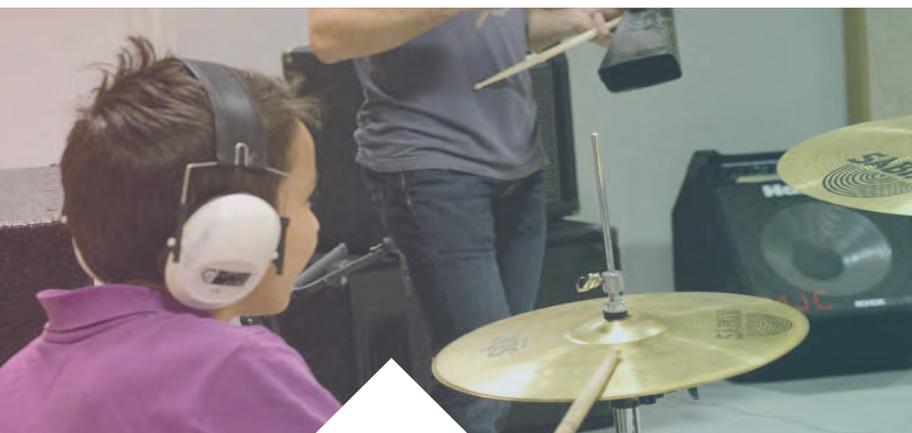
Lundi, mardi ou jeudi avec accompagnement régulier d'un professionnel

**Tarif : 52€ / 109,2€ / 148,2€ / 204,88€ / 218,4€ / 234€ / 257,4€ selon QF**

**Si cumul avec instrument ou chant et/ou pour une inscription à un 2<sup>e</sup> groupe :**

**31,2€ / 65,52€ / 88,92€ / 122,98€ / 131,04€ / 140,4€ / 154,44€ selon QF**

Lieu : Pôle 9



## Accueil de groupes autonomes

Avoir un endroit pour répéter, et perfectionner son jeu en groupe. Organiser des concerts, performer sur scène et apprendre à s'enregistrer...

**Responsables Matériel et studio Pôle Musique : Julian OUDIN, DEM Batterie / Musiques Actuelles - Florian PONCET, Musicien professionnel**

Mineurs et majeurs : 1h30 entre lundi et vendredi (en fonction des dispo)

Pour les majeurs : caution de 500 € par groupe

**Tarif : E** pour chaque membre du groupe - Lieu : Pôle 9

## Batterie

Être capable de jouer, développer sa musicalité pour se faire rapidement plaisir et pouvoir jouer en groupe. Pratique collective, groupe de 2 personnes.

**Julian OUDIN, D.E batterie - musiques actuelles**

A partir de 8 ans révolus / ados / adultes

Mardi de 16h à 20h30

Vendredi de 16h à 21h

**Tarif : G** - Lieu : Pôle 9

## Guitare

Apprentissage de différentes techniques, à travers l'étude de morceaux choisis ensemble. Savoir manier l'instrument, devenir autonome et trouver à l'oreille des accords, et des solos. Pratique collective, groupe de 2 personnes.

**Florian ANKIERSKI, CEFEDM AURA**

A partir de 8 ans révolus / ados / adultes

Mercredi de 11h à 20h

Jeudi de 17h30 à 21h45

**Tarif : G** - Lieu : Pôle 9

## Prêt de matériel au studio

Accueil d'un-e musicien-ne pour pouvoir lui permettre de répéter son instrument (piano, batterie, basse)

**Responsables Matériel et studio Pôle Musique : Julian OUDIN et Florian PONCET**

Majeurs et mineurs

1h30 entre lundi et vendredi (en fonction des disponibilités du studio)

**Tarif : E** - Lieu : Pôle 9

## Cirque Acro-mouvement

### Technique acrobatique du cirque et acro-danse

Vous avez toujours rêvé de tenir sur les mains, de savoir rouler, tourner, sauter ? Vous aimez les sensations fortes, vous aimez vous défouler et contrôler votre corps dans toutes les situations ? Notre discipline qui mélange acrobatie et danse est faite pour vous. N'hésitez pas à venir faire un cours d'essai, vous risquez d'être mordu à jamais !

En partenariat avec «Le Tour du Monde en Galipette» École des Arts du Cirque et de la Danse

De 6 à 99 ans seul ou entre amis ou en famille !  
Samedi de 10h30 à 12h, (excepté 1 fois par mois, le cours aura lieu de 11h à 12h30)

**Tarif : C par personne**

**D pour le duo**

Lieu : Pôle 9



## Cirque

Découvrez et initiez vous aux arts du cirque en découvrant le jonglage, les acrobaties et les équilibres sur objets...

### Compagnie En Piste avec Romano

5 ans révolus / 6 ans : Samedi de 10h30 à 11h30

7 ans révolus / 11 ans : Samedi de 11h30 à 12h30

**Tarif : B** - Lieu : Pôle 9



## Eveil cirque

Votre enfant va apprendre à développer sa perception de l'espace ainsi que sa tonicité en sécurité auprès de papa, maman ou bien la personne de votre choix ...

### Compagnie En Piste avec Romano

3 ans révolus / 4 ans

Samedi de 9h30 à 10h30

**Tarif : B** - Lieu : Pôle 9



## Eveil danse

Cours ludique adapté aux jeunes enfants, où l'on apprend les bases de la danse à travers le jeu et la musicalité.

### Laureen LEFRANCOIS, diplôme d'état professeur de danse Jazz

Né-e en 2020 / 2021 (4 ans révolus)

Mercredi 9h15 à 10h

**Tarif : A** - Lieu : Pôle 9

## Initiation danse

Cours d'initiation aux bases de la danse, on commence à aborder la technique toujours par le jeu et des activités ludiques.

### Laureen LEFRANCOIS, diplôme d'état professeur de danse Jazz

6 ans révolus / 7 ans - Né-e en 2018-2019

Mercredi de 10h à 11h

**Tarif : B** - Lieu : Pôle 9



## Modern' Jazz / Contemporain

Cours d'apprentissage et de perfectionnement de la danse Modern'Jazz. On y met en pratique sa technique, sa musicalité, et on continue d'explorer à travers les chorégraphies et la création.

**Laureen LEFRANCOIS, diplôme d'état professeur de danse Jazz**

8 ans révolus / 11 ans - Né-e entre 2014 et 2017

Mercredi 11h à 12h

**Tarif : B** - Lieu : Pôle 9

**Marie Julien, Danseuse interprète et professeure diplômée d'état**

12 / 15 ans

Mardi de 18h à 19h15

A partir de 16 ans / adultes DEBUTANTS

Mardi de 19h15 à 20h30

A partir de 16 ans / adultes PERFECTIONNEMENT

Mardi de 20h30 à 21h45

**Tarif : I** - Lieu : Pôle 9

## Lindy Hop

Le Lindy Hop est une danse swing des années 1920-1930, née à Harlem, New York. C'est une danse énergique avec des mouvements improvisés, des variations et mouvements extrêmement variés, sur des musiques swing et jazz, plus ou moins rapides. Seul ou en duo, apprendre le Lindy Hop est une excellente façon de se divertir, de rencontrer de nouvelles personnes et de rester en forme. De plus, c'est une danse qui peut être appréciée par les personnes de tous âges et de tous niveaux de compétence. Niveau débutant mais adaptation possible si vous avez un niveau intermédiaire

**Charline CASTILLA, Danseuse professionnelle et enseignante**

A partir de 13 ans et adultes, seul-e ou en couple

Mercredi de 18h à 19h : débutant/intermédiaire

Mercredi de 19h à 20h : intermédiaire/avancé

**Tarif : C pour 1 pers. ou D pour le duo** - Lieu : Pôle 9

\*  
Nouvel  
horaire  
\*

## Hip Hop

L'activité a pour but de se sensibiliser aux techniques de danse en vue de se perfectionner et maîtriser des bases des danses urbaines qui composent le Hip-Hop (HYPE, Poppin, LOCK, BREAK DANSE).

Principalement de la danse debout mais aussi des fusions avec d'autres styles et ambiances artistiques telles que l'Afro et les danses latines qui sont à l'origine de la création du hip-hop. Avec quelques figures acrobatiques au sol très accessibles.

En utilisant des musiques originaire des cultures urbaines mais aussi des musiques plus actuelles et qui ne sont pas forcément originaire du beat hip-hop souvent utilisé.

**Thierry CHANDLER, Danseur professionnel**

7 ans révolus / 10 ans : Mercredi de 14h à 15h

11 ans révolus / 15 ans : Mercredi de 15h à 16h

**Tarif : B** - Lieu : Pôle 9



## Charleston

Le Charleston, célèbre dans les années 1920, se danse en solo ou en couple. Il est caractérisé par des mouvements rapides des pieds, des kicks et des twists. Cette danse joyeuse et espiègle se pratique sur des musiques jazz et ragtime. Niveau débutant mais adaptation possible si vous avez un niveau intermédiaire

**Charline CASTILLA, Danseuse professionnelle et enseignante**

A partir de 13 ans et adultes, seul-e ou en couple

Mercredi de 20h à 21h

**Tarif : C pour 1 pers. ou D pour le duo** - Lieu : Pôle 9

## Judo

Art martial japonais pour les filles et les garçons, c'est un sport qui vise à développer la coordination, l'habileté et le respect de l'autre, par l'utilisation de l'énergie et le partage.

**Erwan LEMAIRE, 5<sup>e</sup> Dan - Diplôme d'État Judo**

né en 2020 / 2021 (4 ans révolus) - Mercredi de 14h30 à 15h30

né en 2018 / 2019 - Mercredi de 15h30 à 16h30

né en 2016 / 2017 - Mercredi de 16h30 à 17h30

nés entre 2012 et 2015 - Mercredi de 17h30 à 18h30

**Tarif : B** + licence : 46 € avec assurance ou 43,8 € sans assurance

Lieu : Pôle 9

\*  
Nouveau  
tarif  
licence



## Karaté Full Contact

Discipline qui combine full contact et karaté, ouverte à toutes et tous quels que soient la force et le niveau. Au programme de cette belle pratique de combat : rapidité, précision, souplesse, puissance et endurance.

**Carmen SAUTEL, 2<sup>e</sup> Dan - Diplôme d'Instructrice Fédérale**

A partir de 13 ans / adultes

Jeudi de 19h à 20h

**Tarif : C** + licence 39€ avec assurance / 38,4 € sans assurance - Lieu : Pôle 9

\*  
Nouvelle  
animatrice

\*  
Nouvel  
horaire

\*  
Nouveau  
tarif  
licence



## Karaté

Art martial japonais d'autodéfense à mains nues qui canalise l'énergie, apprend la maîtrise de soi, et apporte équilibre et confiance en soi.

Mardi :

**Jérôme CASADEBAIG, 6<sup>e</sup> Dan - Diplôme d'Instructeur Fédéral**

Jeudi :

**Carmen SAUTEL, 2<sup>e</sup> Dan - Diplôme d'Instructrice Fédérale**

6 ans révolus / 12 ans

Mardi de 18h à 19h et Jeudi de 18h à 19h

A partir de 13 ans / Adultes

Mardi de 20h à 21h30 et jeudi de 20h à 21h30

**Tarif : C** + licence 39€ avec assurance / 38,4 € sans assurance

Lieu : Pôle 9

\*  
Nouveaux  
animateurs

\*  
Nouveau  
tarif  
licence

## Karaté Self Défense

Permet de développer la maîtrise de soi, mobiliser ses ressources physiques et psychologiques pour faire face à certaines situations d'agressions.

Méthode dynamique et efficace de défense issue de l'expérience de la pratique du Karaté (percussions, action/réaction, mises en situation...)

Convient aux pratiquants souhaitant apprendre à se défendre rapidement sans contraintes techniques ni conventionnelles.

**Jérôme CASADEBAIG, 6<sup>e</sup> Dan - Diplôme d'Instructeur Fédéral**

A partir de 13 ans / adultes

Mardi 19h à 20h

**Tarif : C** + licence 39€ avec assurance / 38,4 € sans assurance

Lieu : Pôle 9

\*  
Nouvel  
animateur

\*  
Nouvel  
horaire

\*  
Nouveau  
tarif  
licence

## Tabata

C'est un entraînement fractionné de haute intensité accessible à toutes et tous, évolutif et adapté en fonction de votre forme physique. Dans ce programme, nous allons travailler avec des exercices de poids du corps intégrant cardio et renforcement musculaire. Travail des muscles profonds de l'abdomen

**Dorian FERRAUTO, coach sportif,  
licence STAPS Éducation et Motricité**

A partir de 16 ans / adultes

Lundi de 20h à 21h15

Vendredi de 19h45 à 21h

**Tarif : I** - Lieu : Pôle 9

\*  
Nouvel  
horaire

## Baby gym Parent-enfant

Parent & enfant (1 à 2 ans)  
Mercredi de 9h30 à 10h15  
Lieu : Pôle 9

\*  
Activité  
familiale  
\*

## Baby gym

Activité pour apprendre à maîtriser son corps. La séance est composée d'un échauffement (différents modes de déplacement et appuis), un parcours gymnique, de la motricité fine (foulards, ballons...) et un retour au calme.

3 à 4 ans  
Mercredi de 10h15 à 11h  
Lieu : Pôle 9

## Éveil gymnique

Découverte des activités liées à la gymnastique permettant de favoriser l'éveil corporel et artistique des enfants.

4 à 6 ans  
Mercredi de 11h à 12h  
Lieu : Pôle 9



En partenariat avec l'association ACRO LYON GR

**Inscription** auprès de Acro Lyon GR directement sur leur site  
<http://www.lyongr.fr/> - Tél. 07 49 10 06 99  
Ou sur facebook : <https://www.facebook.com/lyongr.fr/>

## Fitness

Cours de body sculpt, renforcement musculaire de l'ensemble du corps, travail cardio-vasculaire. Travail des muscles profonds de l'abdomen (respiration abdominale, gainage...).

**Dorian FERRAUTO, coach sportif,**  
**Licence STAPS Éducation et motricité**

A partir de 16 ans / adultes  
Mercredi de 18h30 à 19h45

**Tarif : B** - Lieu : salle Helen Keller



## Étirements / barre au sol contemporaine

Une séance d'exercices au sol pour libérer les tensions, mobiliser ses articulations, allonger et renforcer ses muscles, s'assouplir. Coordination et amplitude des mouvements, fluidité des gestes sur la musique. A la fois dynamique et relaxante, cette barre au sol tonifiera et détendra votre corps à travers un travail d'alignement postural.

**Oksana SÉVENO, professeure modern'jazz et pilates**

A partir de 16 ans / adultes  
Jeudi de 17h30 à 18h30

**Tarif : B** - Lieu : Pôle 9

\*  
Nouvelle  
animatrice  
\*

## Renforcement musculaire

Le renforcement musculaire est une activité qui vise à travailler une chaîne musculaire bien précise en vue d'améliorer son efficacité. Objectifs : améliorer la force, l'endurance et la résistance musculaires. Travail des muscles profonds de l'abdomen. Bénéfices pour le corps : prévention des blessures, amélioration de la posture, perte de la masse grasse et un renforcement osseux en profondeur.

**Dorian FERRAUTO, coach sportif, Licence STAPS Éducation et motricité**

A partir de 16 ans / adultes  
Vendredi de 18h30 à 19h45

**Tarif : I** - Lieu : Pôle 9



## Pilates

Renforcement musculaire en profondeur, indispensable à l'équilibre, et la stabilité. Recherche de la position juste qui tonifie le corps, et d'une respiration adaptée pour éviter les tensions.

**Géraldine LEPETIT, BPJEPS AGFF, professeure de pilates**

A partir de 16 ans / adultes

Débutants : lundi de 14h15 à 15h15

Intermédiaires : lundi de 15h15 à 16h15

Tous niveaux :

Jeudi de 9h30 à 10h30 ou 10h30 à 11h30 ou 12h20 à 13h20

**Tarif : B ou D** (si activité prise avec Pilates dynamique du mardi 12h20 ou vendredi 12h20) - Lieu : Pôle 9

La méthode Pilates permet un travail équilibré de la globalité du corps. Centrage ("powerhouse") et respiration thoracique sont 2 des notions essentielles à cette discipline. Idéale pour les problèmes de dos, cette pratique améliore la condition physique, renforce la sangle abdominale, corrige la posture, harmonise les mouvements et libère l'esprit.

**Oksana SÉVENO, professeure modern'jazz et pilates**

A partir de 16 ans / adultes - Tous niveaux

Jeudi de 18h30 à 19h30 ou 19h30 à 20h30

**Tarif : B** - Lieu : Pôle 9

\*  
Nouvelle  
animatrice  
\*



## Pilates initiation

Venez découvrir en douceur un ensemble d'exercices physiques visant au renforcement des muscles centraux et au bon équilibre du corps.

**Eloïse ZELLER, CQP ALS AGEE, professeure de pilates**

A partir de 16 ans / adultes

Mercredi de 12h20 à 13h20

**Tarif : B** - Lieu : Pôle 9

\*  
Nouveau  
créneau  
\*

## Pilates dynamique

Je vous propose des cours de Pilates qui allient fitness et renforcement musculaire profond, basés sur la méthode Pilates et ses bienfaits. Vous retrouverez tous les mouvements du Pilates avec une approche plus dynamique.

**Eloïse ZELLER, CQP ALS AGEE, professeure de pilates**

A partir de 16 ans / adultes

Niveau intermédiaire / avancé : Mardi de 12h20 à 13h20  
ou Vendredi de 12h20 à 13h20

**Tarif : B ou D** (si activité prise avec Pilates du lundi ou jeudi) - Lieu : Pôle 9

Vendredi de 17h30 à 18h30 ou 18h30 à 19h30

**Tarif : B** - Lieu : Pôle 9

## Qi-Gong

Pour entretenir sa vitalité, sa souplesse, enlever les blocages et les tensions. Le Qi Gong est le travail du souffle, de la respiration et de l'énergie. Sa pratique apporte bien-être physique, psychique et énergétique.

**Marie-Pascale PARA, diplômée de la Fédération Française de Shiatsu Traditionnel et de l'Institut Shao Yang en Qi-Gong**

A partir de 16 ans / adultes

Lundi de 19h à 20h15

**Tarif : I** - Lieu : Pôle 9

## Yoga hatha

Pratique du Hatha Yoga, alliant le physique et le souffle afin d'apaiser le mental.

**Laure COÛASNON, diplômée de la Fédération Française de Hatha Yoga**

A partir de 16 ans / adultes

Lundi de 18h30 à 20h

Mardi de 9h15 à 10h45

**Tarif : C** - Lieu : Pôle 9

## Yoga hatha

Conscientisation du corps, du souffle et du mouvement dans une séquence où les postures (ASANAS) sont tenues sur plusieurs respirations.

**Chrystel DORMOY, professeure de Yoga Hatha Vinyasa, Vinyasa Shiva Shakti, Yin, Power et d'inversion**

A partir de 16 ans / adultes

Mercredi de 18h45 à 20h

**Tarif : I** - Lieu : Pôle 9



## Yoga vinyasa

Pratique fluide et dynamique synchronisant le mouvement sur la respiration. Apaisement du mental, équilibre interne, conscience du corps, amélioration de la mobilité et souplesse du corps, renforcement général. Les cours peuvent être intensifs.

Chrystel DORMOY, professeure de Yoga Hatha Vinyasa, Vinyasa Shiva Shakti, Yin, Power et d'inversion

A partir de 16 ans / adultes  
Mercredi de 20h à 21h15

**Tarif : I** - Lieu : Pôle 9



## Initiation Shiatsu

\*  
NOUVEAU  
\*

Issue de la médecine traditionnelle japonaise, le Shiatsu aborde l'état de santé dans une globalité. Par acupression et étirements doux, il vous apportera une amélioration de votre bien-être physique et mental de façon durable en favorisant la bonne circulation de vos énergies et liquides corporels. Le Shiatsu s'adresse à toute personne de tout âge.

Marie-Pascale PARA, diplômée en Qi Gong des écoles Shao Yang et Xin Formation et de la Fédération Française de Shiatsu Traditionnel

A partir de 16 ans / adultes  
Lundi de 17h30 à 18h45

**Tarif : I** - Lieu : Pôle 9

## Activité axée santé pour se maintenir en forme

Cours d'activité physique qui utilise différentes méthodes, très douces et adaptées à vos particularités : gym, renforcement musculaire, travail de l'équilibre, pilates, travail avec un gros ballon, etc. L'objectif principal est de vous permettre de découvrir une pratique physique qui vous soit adaptée quel que soit votre âge, votre état de santé et vos capacités physiques. Nous prenons en compte ensemble vos possibilités pour progresser à votre rythme et surtout que vous (re)prenez du plaisir à bouger.

Fabienne PELOSSE, diplômée Licence STAPS APAS (spécialisation Sport Santé)

A partir de 16 ans / adultes  
Vendredi de 9h30 à 10h30  
(un 2<sup>e</sup> creneau sera ouvert si trop de demande)

**Tarif : A** - Lieu : Pôle 9

## Activités dédiées aux personnes qui ont besoin de manipulations douces

### Yin Yoga (régénération et équilibre)

Pratique douce où les postures au sol sont tenues pendant plusieurs minutes afin d'atteindre les tissus profonds du corps. Les postures yin alternant pressions et compressions sur ces tissus leur redonnent de l'hydratation, lubrifient les articulations, font circuler l'énergie... évitant ainsi la perte de leurs capacités liées à l'âge. Bienfaits : mobilité, fluidité des mouvements, souplesse, concentration, sensation de légèreté et d'espace, lâcher-prise, libération des tensions.

Chrystel DORMOY, professeure de Yoga Hatha Vinyasa, Vinyasa Shiva Shakti, Yin, Power et d'inversion

A partir de 16 ans / adultes  
Lundi de 9h30 à 10h45

**Tarif : I** - Lieu : Pôle 9

\*  
Nouvelle animatrice  
\*

### Yoga hatha doux

Pratique du Hatha Yoga traditionnel sur un rythme plus lent tant pour la prise des postures que pour l'enchaînement des postures.

A partir de 16 ans / adultes

Chrystel DORMOY, professeure de Yoga Hatha Vinyasa, Vinyasa Shiva Shakti, Yin, Power et d'inversion  
Initiation : lundi de 10h45 à 12h

Laure COÛASNON, diplômée de la Fédération Française de Hatha Yoga Vinyasa Shiva Shakti, Yin, Power et d'inversion  
Mardi de 11h à 12h15

**Tarif : I** - Lieu : Pôle 9

\*  
Nouvelle animatrice  
\*



## Anglais

Apprendre l'anglais dans l'échange et la conversation et explorer la richesse d'une langue vivante dans un contexte de détente.

Nathalie GUYOT, Diplômée de Cambridge

A partir de 16 ans / adultes  
Niveau intermédiaire et avancé :  
Mardi de 17h à 18h30

**Tarif : C** - Lieu : Pôle 9

\*  
Nouvel  
horaire  
\*

## Ateliers de Communication Non Violente

La Communication Non Violente nous aide à mettre notre attention sur la qualité du lien plutôt que sur nos attentes, sur des résultats visés, avec la confiance que si nous sommes dans l'accueil de ce qui se joue pour nous et de ce qui se joue pour l'autre, alors nous allons trouver ensemble les modes opératoires qui conviennent à chacun·e. La CNV émet ainsi le pari de sortir des schémas, le jeu de qui a tort et qui a raison, de façon à ce que tout le monde gagne.

Guillaume ARMIDE, en formation pour devenir formateur CNV certifié

A partir de 16 ans / adultes  
1 lundi soir par mois de 19h à 21h30  
(10 séances)

**Tarif : I**

Lieu : Pôle 9

\*  
Nouvel  
horaire  
\*



## Badminton

Activité auto-gérée  
A partir de 16 ans / Adultes

Aurélien BLANCHART, Adhérent bénévole

Niveau intermédiaire et avancé  
Lundi de 19h à 20h30

**Tarif : E** - Lieu : Gymnase Sauvagère

Cyril PHILIS, Adhérent bénévole

Groupe Loisirs  
Samedi de 12h à 13h30

**Tarif : E** - Lieu : Gymnase Favier

## Club informatique

Echange de connaissances en toute convivialité : bureautique, tableur, sécurité...  
Deux adhérents bénévoles du groupe encadrent cette activité.

Christian REY et Jean-François BOISSET, adhérents bénévoles

Adultes  
Vendredi de 14h à 17h

**Tarif : F**

Lieu : Pôle 9

\*  
Nouveau  
réfèrent  
\*

# LA VIE DU PÔLE 9

## PETITE ENFANCE

### La Crèche du Pôle 9

L'équipe de la crèche du Pôle 9 accueille les enfants de 10 semaines à 4 ans du lundi au vendredi de 7h45 à 18h15. Elle s'appuie sur un projet pédagogique répondant à leurs besoins.

#### Des activités variées

Des activités d'éveil sont proposées aux enfants **en fonction de leur âge**, de leurs désirs et de leurs besoins : ateliers terre, peinture, pâtisserie... Plusieurs sorties sont prévues afin de **faire découvrir le quartier** aux enfants : bibliothèque, école.

#### Faire découvrir le monde grâce à nos partenariats locaux

**Des temps festifs** sont organisés en fonction des saisons et de l'actualité comme le carnaval, le spectacle de décembre pour les enfants et leurs parents, ou la fête de fin d'année.

**Des ateliers d'éveil corporel** « babygym » sont proposés régulièrement aux plus grands de la crèche en partenariat avec Lyon GR.

**Des rencontres intergénérationnelles** sont organisées avec le club senior autour d'un goûter et d'une activité.

L'équipe de la crèche planifie une **collecte de produits de puériculture** en partenariat avec les « Bébés du cœur ».

Un bénévole de l'association « Lire et faire lire » vient faire **la lecture aux enfants** tous les mois.

En fin d'année, pour les enfants qui partent à l'école, l'équipe organise des « **temps passerelles** » avec les trois écoles du quartier afin de faciliter leur intégration en septembre.



## Pour les parents

En novembre, une réunion de rentrée est organisée.

**Des « cafés des parents »** sont proposés plusieurs fois dans l'année. Ces temps leur permettent de **se rencontrer, partager leur expérience** et échanger de manière privilégiée avec les membres de l'équipe.

**Infos pratiques :** Vous avez besoin d'un accueil de 20h par semaine ou plus, contactez le point PAIPE de la mairie du 9<sup>e</sup> par téléphone au 04 72 19 81 98 ou 04 72 10 54 76 ou par email : [ma9.paipe@mairie-lyon.fr](mailto:ma9.paipe@mairie-lyon.fr)

Vous avez besoin de moins de 20h par semaine, contactez directement la directrice de la crèche Nadège Saenz au 04 78 83 22 78



## Les Tricotiliens, un lieu dédié à la parentalité

**Ce lieu d'accueil enfants/parents (LAEP)** est gratuit et ouvert aux parents et leurs enfants de moins de 4 ans.

**Deux professionnels** issus de l'association ACEPP et du Pôle 9 sont à l'écoute de leurs besoins et des questions rencontrées dans leur rôle de parents.

**Ecoute, rencontre, socialisation et jeux adaptés pour les enfants** sont les principes de ce nouveau lieu.

**Infos pratiques :** tous les mardis matin de 9h à 12h.  
Renseignement auprès de Nathalie : 06 69 13 93 01  
Annexe du Pôle 9 - PIH - 27 rue Albert Falsan - 69009 Lyon

# ENFANCE

## Les temps périscolaires

Le Pôle 9 encadre les temps périscolaires **comportant la pause méridienne de 12h-14h05 et les temps PEPS du soir (16h45 - 18h30 ) sur 3 écoles**, Alphonse Daudet, Frédéric Mistral et Les Grillons. Une équipe d'animation propose dans le cadre du Projet Educatif de Territoire **ainsi que dans le cadre du projet social de la structure des activités éducatives, ludiques, de loisirs afin de favoriser l'épanouissement, la prise de décision, le vivre ensemble**, la découverte et ainsi favoriser le bien-être des enfants et la mixité des publics des 3 écoles.

### Infos pratiques

Angélique Damotte / École Frédéric Mistral - 06 52 01 57 14  
Amandine Pabion / École Alphonse Daudet - 07 69 87 53 20  
Serge Brunner / École Les Grillons - 06 15 65 76 74



# FAMILLE



## Ateliers parents-enfants

**Parce qu'il est parfois plus facile d'être en petit groupe**, il est proposé aux enfants accompagnés de leurs parents de se retrouver au Pôle 9 ou à l'extérieur.

Un temps de rencontre, d'échange et de partage dans un climat de convivialité autour de sorties (marche, théâtre, musée), d'ateliers (cuisine, créatifs, bricolage, etc).

**Programmation réalisée trimestriellement pour s'adapter aux demandes des familles** et à l'actualité.

**Calendrier à demander à l'accueil.** Sur inscription, à partir d'un an jusqu'à 10 ans (en fonction des activités).

**Pendant les vacances scolaires** des animations sont proposées. Se renseigner à l'accueil avant chaque période.

**Contact :** Référente famille, Souraya Boudaoud / 06 52 86 20 58 - Animatrice famille, Isabelle Blasquez / 07 82 05 62 70

## Les ateliers socio-linguistiques

Des ateliers où l'on **apprend la langue française orale et écrite ainsi que les codes et savoirs socioculturels** en vue de les utiliser dans différents contextes (social, professionnel). L'année est ponctuée par de nombreux événements (sorties, visites, repas partagés, ateliers de théâtre, de cuisine...) pour découvrir les environs, s'ouvrir aux autres, partager sa culture, se faire plaisir, prendre confiance en soi et parler français autrement. L'équipe a été formée à **l'approche Gattegno**, une pédagogie ludique et créative qui prend en compte la différence de chaque individu dans ses capacités d'apprentissage.

**Infos pratiques :** tous les mardis, jeudis et vendredis de 9h à 11h  
Référente famille, Souraya Boudaoud / 06 52 86 20 58



## Le Point Initiatives Habitantes au Vergoin

**Lieu d'échanges, d'écoute et d'accès aux droits**, les habitants sont reçus pour leurs démarches administratives, la mise en lien et l'orientation auprès des organismes du droit commun. **Le PIH est aussi un lieu privilégié pour les rencontres et les initiatives habitantes** avec des temps d'information sur différents domaines de la vie quotidienne (santé, alimentation, droit, emploi, logement...) avec les partenaires institutionnels et locaux.

Nous vous proposons des **ateliers thématiques** en fonction de vos besoins et envies.

**Infos pratiques :** Les vendredis matin de 8h30 à 11h30 (hors vacances scolaires) à l'annexe du Pôle 9  
27 rue Albert Falsan - 69009 Lyon

**Contact :** Référente famille, Souraya Boudaoud / 06 52 86 20 58

## Lieu d'Accueil Parents à l'école Alphonse Daudet

En lien avec la direction du groupe scolaire, ce dispositif fait partie du projet d'école. **Un espace convivial dédié aux parents**, où ils peuvent échanger sur des thèmes en lien avec l'éducation de leurs enfants (scolarité, budget, loisirs, échange sur les problématiques enfants/parents...).

**Des professionnels peuvent intervenir** sur des thématiques repérées par l'équipe du LAP.

**Le Lieu Accueil Parents est un lieu d'échanges, de rencontres**, de réflexion et d'information visant à favoriser le lien familles/écoles.

**Infos pratiques :** dans l'enceinte de l'école Alphonse Daudet.

**Contact :** Référente famille,  
Souraya Boudaoud / 06 52 86 20 58

## Les conférences autour de la parentalité

Le Pôle 9 propose des soirées gratuites dans l'année. Certaines sont en partenariat **avec le relais d'assistantes maternelles « Baby' Duch »**.

Des spécialistes sont invités pour aborder les problématiques rencontrées par les parents (l'enfant et les écrans, le sommeil, l'alimentation, l'autorité parentale...), 2 à 3 fois par an.

## Le Club Seniors

Le Pôle 9 propose à nos seniors de se rencontrer lors de **temps conviviaux et stimulants** autour de jeux de société, d'échanges, de repas, de sorties et de rencontres intergénérationnelles...

**Infos pratiques : tous les mardis de 14h à 17h hors vacances scolaires**

Animé par Isabelle Animatrice Famille et Adrienne Canard, bénévole

**Contact :** Isabelle Blasquez / 07 82 05 62 70



## Les sorties familiales

Le Pôle 9 organise tout au long de l'année des sorties en famille. Il s'agit de **temps conviviaux à partager entre parents et enfants** dans un cadre dépaysant.

**Infos pratiques :** tarifs en fonction du quotient familial  
6 à 8 sorties familiales dans l'année sur les mercredis et les samedis

## Spectacle et goûter solidaire

Le Pôle 9, en partenariat avec "St-Rambert Solidarité", organise **un spectacle pour toute la famille suivi d'un goûter, un vrai temps convivial de fin d'année.**

Événement à caractère social et solidaire, il est organisé grâce à l'aide de bénévoles.

Pour organiser cet événement, nos équipes ont besoin de renfort !!

Rapprochez vous de  
Souraya Boudaoud / 06 52 86 20 58  
et Isabelle Blasquez / 07 82 05 62 70



## Les bourses

Les bourses permettent de **vendre et d'acheter des produits à petits prix** dans une logique d'entraide sociale de proximité. Ces événements fonctionnent avec la participation de bénévoles.

L'adhésion au Pôle 9 est obligatoire pour déposer et vendre.

Pour organiser cet événement, nos équipes ont besoin de renfort !!

**Infos pratiques :**

**Bourse aux vêtements et objets de puériculture**

du jeudi 9 au samedi 11 octobre 2025

**Bourse aux jouets**

du jeudi 13 au samedi 15 novembre 2025

**Vide grenier**

Se renseigner à l'accueil à partir du mois de mars 2026

**Contact :**

Animatrice famille, Isabelle Blasquez / 07 82 05 62 70



# LUDOPÔLE 9

## Une ludothèque de proximité !

Depuis février 2023 le Pôle 9 vous propose une ludothèque fixe au sein de nos locaux.

**La ludothèque est un lieu privilégié d'échanges et de rencontres entièrement dédié aux jeux et aux jouets.**

Elle est animée par une ludothécaire qui vous accueille et vous conseille dans les différents espaces. **Elle met à disposition plus de 250 jeux et jouets pour tous les âges.** Vous y trouverez des jeux de société, de construction, des déguisements, des poupées, de la dînette, prêts à être joués sur place ou à être empruntés.

Lieu : Pôle 9, accès réservé aux adhérents, sans inscription.

**Horaires du jeu sur place :**

**mercredi 9h-12h et 13h-18h & samedi 9h-13h**

**Autres horaires à venir à la rentrée**

LudoPôle 9 donne rendez-vous aussi en plein air aux habitant.es de St Rambert sur tous les grands événements du Pôle 9 hors les murs : Dimanches de l'Île Barbe, Mercredis de l'été, Carnaval des Fleurs à St Rambert...

Gratuit - Ouvert à toutes et tous, sans adhésion



## Prêt de jeux et jouets

Le ludoPôle9 met à disposition plus de 350 jeux de société prêt à être emprunter. Que ce soit pour une soirée en famille ou entre ami.es tous les goûts pourront se retrouver dans la sélection de jeux de la ludothèque (stock consultable en ligne sur [myludo.fr](http://myludo.fr))

Tarif : 30 euros/an permettant d'emprunter **2 jeux de société pour une période de 3 semaines**

Renseignement à l'accueil du Pôle 9

## Mikado - Les moments de jeu en famille !

Ce sont des espaces de jeux ouvert à toutes et à tous, gratuit, pour les adhérent.e.s de l'association. **Adultes, enfants et jeunes peuvent partager un moment de plaisir ludique dans un espace de convivialité.** Tous types de jeux peuvent être proposés : coopération, cartes, adresse, stratégie, plateau, imitation...

Au Pôle 9 de 14h à 18h, un mercredi par mois

Dates communiquées à la rentrée





# JEUNESSE

## Accompagnement à la scolarité collégiens

Un accompagnement global est proposé aux collégiens **avec des séances d'aide aux devoirs** (soutien scolaire, méthodologie et organisation) ainsi que des ateliers de culture générale (jeux, documentaires, débats).

### 2 séances obligatoires les lundis de 17h30 à 19h et le mercredi de 14h à 15h30

Ces ateliers sont encadrés par des professionnels et bénévoles.

Des temps spécifiques autour de l'orientation et de la préparation au Brevet des Collèges sont aussi prévus durant l'année en fonction des besoins des jeunes.

**Un accompagnement à la parentalité permet de faire le lien avec le jeune et sa famille à travers la scolarité.**

Participation symbolique de 1€ l'année.

**Infos pratiques :** Responsable secteur jeunes, Charlotte Bec / 06 95 59 05 13

## Les chantiers Jeunes

Destinés à **soutenir les jeunes de 14 à 18 ans financièrement dans leurs projets** (permis de conduire, BAFA, loisirs, projets vacances...) en contrepartie d'un **travail d'utilité publique** : chantier de solidarité, de prévention, de rénovation, d'entretien, événementiel, action éco-citoyenne. Ils apportent une ouverture sur le monde du travail, mais aussi des savoir être et des savoir faire.

**Infos pratiques :** Responsable secteur jeunes, Charlotte Bec / 06 95 59 05 13



## Le pôle jeunes pour les + de 15 ans

Le Pôle jeunes reçoit **les jeunes de 15 ans et plus tout au long de l'année.**

Pendant les vacances scolaires, retrouvez les animateurs à la chaufferie du Vergoin ou au Pôle 9 pour :

- **Des soirées thématiques** (soirée tropicale, soirée jeux, soirée ciné etc...)
- **Organiser et participer à des activités** (concerts, sorties au lac, sortie culturelle de loisirs ou sportives)
- **Monter des projets de départs en vacances** (séjour mer ou montagne)

### Hors vacances scolaires:

Le pôle jeunes reçoit les jeunes de plus de 15 ans **le mercredi après midi de 15h30 à 18h et le vendredi de 18h à 22h.**

Retrouvez les animateurs pour une pause dans la semaine (accueil libre autour du babyfoot, jeux de société, consoles de jeux, repas partagés etc...) ou pour des questions en lien avec votre orientation. Accompagnement à la rédaction de CV et lettre de motivation, recherche de stage, accompagnement BAFA etc...

### Infos pratiques :

Infos pratiques : mercredi de 15h30 à 18h00 et vendredi de 17h à 22h.

Responsable secteur jeunes, Charlotte Bec / 06 95 59 05 13  
Plus d'infos sur Snapchat : jeunes-mjc





## Accueil de loisirs vacances 10/11 ans primaire - 11/15 ans collège

Proposition d'un **programme d'activités de loisirs**, sur place ou en sortie, pour chaque tranche d'âge durant les périodes de vacances.

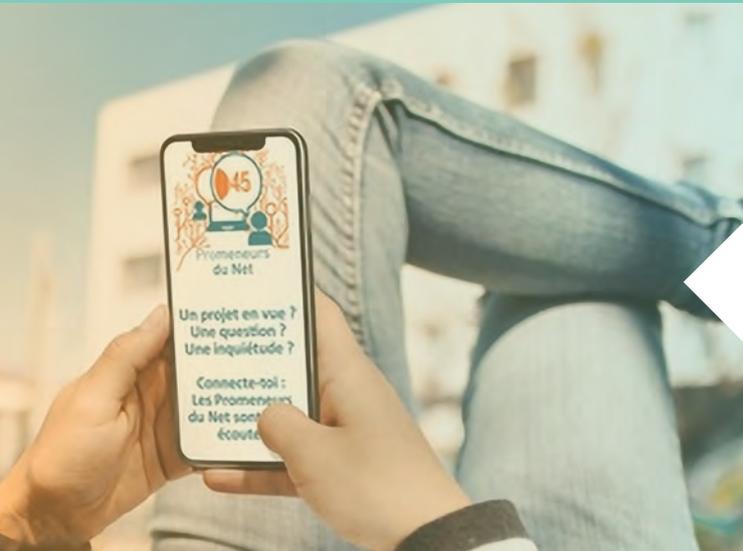
Les inscriptions se déroulent 3 semaines avant chaque période de vacances au Pôle 9. Tarifs indexés selon quotient familial.

**Infos pratiques :** Responsable secteur jeunes,  
Charlotte Bec / 06 95 59 05 13

## Séjours de Vacances

Durant l'année **2 à 4 séjours** seront organisés avec et pour les Jeunes.

**Infos pratiques à l'accueil du Pôle 9**



## Promeneur et promeneuse du net : une présence éducative sur le net

Créer, maintenir le lien, écouter, conseiller, soutenir : les Promeneurs du Net, **c'est une autre manière d'être en relation avec les jeunes sur Internet.**



## Accompagnement des initiatives, du volontariat et du bénévolat jeunes

Un projet ? une idée ? Envie de mettre en place une initiative au sein de ton quartier ? ou même plus loin ?  
ou à l'étranger ?

Besoin de renseignements sur **le service civique ou bien le bénévolat ?**

Viens rencontrer les animateurs.trices à la Chaufferie du Vergoin **pendant les horaires d'ouverture du Pôle jeunes.**

# VIE DE QUARTIER & DÉVELOPPEMENT DURABLE

## Animations de proximité

L'équipe du Pôle 9 intervient **au cœur des micro-quartiers de St-Rambert** et plus particulièrement à **la Chaufferie du Vergoin** et à la Dargoire.

Une programmation de contes les mardis soirs sera mise en place pour les familles du quartier de février à juin.

L'été le Pôle 9 vous donne rendez-vous les mercredis en fin de journée pour les "mercredis de l'été".



## Tricoté

Apprendre à tricoter **entre voisins/voisines ou en famille**, c'est possible. Les plus chevronné.es partageront leurs techniques avec les débutant.es. **Ceci n'est pas un cours de tricot. C'est un rendez-vous** toutes les 6 semaines en soirée ou après-midi, ouverte à toutes et à tous et **entièrement gratuite**.

**Contact :** Pascaline Charrin / 06 15 65 76 45 ou [pascaline.charrin@pole9.fr](mailto:pascaline.charrin@pole9.fr)

## Forum des associations St-Rambert

Afin de mettre en lumière toutes les dynamiques à l'œuvre sur le territoire, de permettre à **toutes les associations intervenant sur le quartier de se rencontrer**, de tisser des liens et de créer de nouvelles synergies, **le Pôle 9 relance le forum des associations samedi 13 septembre à partir de 14h**.

## Forum des associations Lyon 9

Comme chaque année, venez nous retrouver lors du forum des associations de Lyon 9ème le samedi 13 septembre, de 9h à 13h sur la Place Ferber. (sortie du métro Valmy)



## Agir ensemble pour une société plus écologique et solidaire

### Sensibilisation à la nature et à la protection de la biodiversité.

Depuis 2023, un partenariat avec la Ligue pour la protection des oiseaux (LPO) s'étend dans le temps grâce au soutien financier de la Métropole de Lyon afin de programmer des sorties nature, des ateliers aménagement pour la faune sauvage, et des animations de sensibilisation au vivant.

### Partenariat avec la Ferme de Lyon

Des rencontres ont eu lieu ces dernières années avec les nouveaux exploitants de la Ferme de Lyon afin de mieux les connaître et comprendre leur fonctionnement. Un certain nombre d'ateliers d'aménagement pour la faune sauvage sont programmés par la LPO sur leurs terrains la saison prochaine.

### Envie de s'organiser entre voisins pour améliorer la vie ensemble ?

Nous vous aidons à monter des jardins partagés, composteurs, échanges de services entre voisins.

### La protection des martinets

Les martinets, ces oiseaux migrateurs extraordinaires qui nichent à St Rambert chaque printemps-été, ont été le point de départ de cette collaboration avec la LPO. Des habitant-es font partie d'un groupe d'entraide pour veiller à sauver les oisillons qui tombent du nid pendant les périodes de canicule. Si vous voulez intégrer le groupe whatsapp scannez le QR suivant.



### Bar associatif

Le Pôle 9 propose un espace convivial pour boire un café, un thé, un jus, une bière ou un sirop !

**Seul.e, en famille, entre voisin.es venez profiter** de cet espace tenu par les habitant.e.s et associations locales!

Ouvertures en fonction de la mobilisation des habitants et des événements ponctuels.

Vous êtes un.e habitant.e qui veut **participer à la tenue du bar** ? Vous êtes une association qui veut s'impliquer ?

contactez Pascaline [pascaline.charrin@pole9.fr](mailto:pascaline.charrin@pole9.fr)



# CULTURE & TEMPS FORTS



## Les grands moments de fête du Pôle 9

En journée comme en soirée, venez nous retrouver autour de temps forts, tout au long de l'année.

Soirée Halloween, Carnaval de Saint-Rambert, Journée "Ensemble c'est tout", Assemblée Générale...

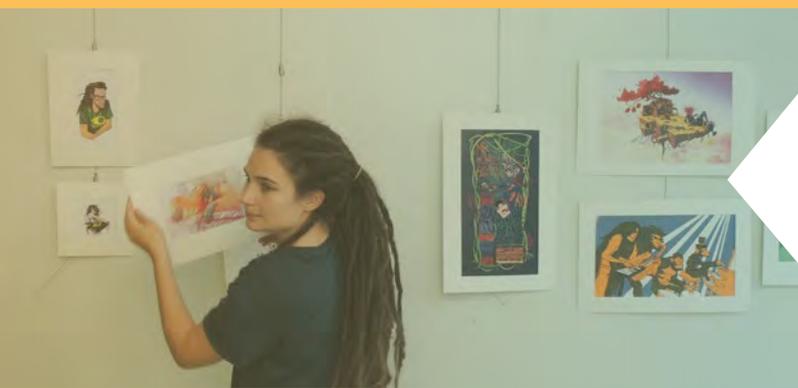
autant de rendez-vous à partager entre voisins, amis ou en famille.

## Soirée Cabaret

C'est une soirée où le talent des habitant.es est mis à l'honneur et où la curiosité, la découverte et la bienveillance sont de mise.

**Chanson, danse, magie, humour... vous voulez participer ?**

Pour plus d'infos, contactez l'accueil : [accueil@pole9.fr](mailto:accueil@pole9.fr)



## Les expositions du Pôle 9

Découvrez tout au long de l'année des expositions qui tour à tour **mettent en vedette des talents du quartier**, des artistes émergents, le travail des adhérents, ou proposent un éclairage sur des sujets de société.

Vous souhaitez exposer au Pôle 9 en exposition individuelle ou collective, découvrez sur notre site ou à l'accueil notre appel à exposition. Pour plus d'infos, contactez Pascaline Charrin [pascaline.charrin@pole9.fr](mailto:pascaline.charrin@pole9.fr)

## Les soirées Théâtre d'impro de la compagnie Pactes Impro

La compagnie Pactes Impro en résidence toute l'année au Pôle 9 propose à travers ses spectacles de prendre une bouffée d'oxygène seul-e, en famille ou avec des ami-e-s. Fous rires garantis !





## Des spectacles pour le jeune public

Membre du Collectif Gones et Cie, le Pôle 9 élabore une programmation de spectacles vivants destinée aux enfants dès 6 mois et aux jeunes, sur les temps scolaires ainsi que les mercredis et samedis pour accueillir plus largement les familles de St Rambert. **Ces spectacles sont ouverts à tous les publics, on peut avoir envie de s'émerveiller à tout âge !**

Le collectif Gones et compagnies, c'est 13 MJC de la Métropole de Lyon qui proposent une offre accessible et de qualité de spectacles pour le jeune public, tout en soutenant et accompagnant les compagnies choisies.

A noter : **Après l'édition 2024 au Pôle 9 c'est au tour de la MJC Ste Foy les Lyon d'accueillir le festival Gones et compagnies** en février 2026 pour une journée dédiée aux familles et aux jeunes spectateurs. Pour les familles, possibilité d'assister à 3 spectacles jeune public, des ateliers et animations culturelles toute la journée.

<http://gones-et-compagnies.fr/>

## Les résidences au Pôle 9, un soutien pour les compagnies

Le Pôle 9 met à disposition ses espaces à des compagnies de théâtre, cirque, ou groupes de musique professionnels ou amateurs.

**Ils travaillent sur une courte période condensée qu'on appelle "résidence" ou à l'année pour faire mûrir leur création ou leur pratique.** Ils seront amenés à partager leur création, leurs réflexions, ou leur engagement lors de temps spécifiques appelés "répétitions publiques" tout au long de l'année.

**Retrouvez dès la rentrée les rendez-vous proposés par les artistes...**



## Une école de cirque à la croisée de pratiques professionnelles et amateurs

L'école de cirque **Le Tour du Monde en Galipette** organise au Pôle 9 des temps de formation professionnelle en acrobatie et en acro-danse. Ces formations, accessibles à toute personne âgée entre 17 et 35 ans souhaitant se former dans les deux domaines de l'acrobatie et de la danse, **oeuvrent à former les futurs acrobates-danseurs de la scène de demain.**

<https://letourdumondeengalipette.com/formation-acro-danse-lyon/>

En parallèle seront proposés **tous les samedis matin des cours d'acrobatie et d'acro-danse pour les adultes, ados et enfants ouverts à tous les niveaux.** Ils seront escortés dans cette aventure par Ahmed SAÏD, acrobate et artiste de cirque. Directeur Artistique et fondateur de cette Ecole des Arts du Cirque et de la Danse, Ahmed Saïd a joué dans de nombreuses compagnies de renommée (Cirque du Soleil, Le Poème Harmonique...).





## Les rendez-vous du Pôle Musique

Le Pôle Musique rassemble **les adhérents qui pratiquent une activité musicale toute l'année** au Pôle 9 et les animateurs-trices qui les accompagnent. Ils pratiquent un instrument, ils chantent, ils répètent chaque semaine avec leur groupe, ils sont en résidence au studio, ils proposent **plusieurs rendez-vous dans l'année à ne pas manquer** (concerts, stages...)

**Samedi 24 janvier = concert des ateliers**

**Samedi 25 avril = concert des groupes**

**Samedi 20 juin = concert des ateliers**



## Les Dimanches de l'Île Barbe - 5, 12 et 19 juillet 2026

Emblématique de l'identité du quartier de St-Rambert, **le festival se déroule sur 3 dimanches de juillet depuis 26 ans**. Il célèbre en fanfare la fin de la saison et le début des vacances **avec 9 spectacles gratuits dans un véritable écrin de verdure**. Il fédère une cinquantaine de bénévoles ; des énergies mises en commun pour un événement festif et familial où la culture se range dans la catégorie des bonheurs simples à partager.

Nous avons grandement besoin de bénévoles pour l'édition 2026 : contactez Pascaline si l'expérience vous tente au 06 15 65 76 45.



## LES PARTENAIRES DU PÔLE 9

Association ACEPP69  
 Association Essaouira France  
 Association Femme Culture Solidarité Partage  
 Association Mieux Vivre au Vergoin  
 Association Les jeunes motivés du Vergoin  
 Association " Lire et Faire Lire "  
 Association Acro Lyon GR  
 Association REED  
 Association St-Rambert Solidarité  
 CAF du Rhône  
 Club de St Rambert (studio de danse classique)  
 CRIJ Auvergne Rhône-Alpes  
 Collectif Gônes et Compagnies, collectif des MJC autour du jeune public  
 École Alphonse Daudet  
 École Frédéric Mistral  
 École Les Grillons

École La Sauvagère  
 Fédération des Centres Sociaux  
 Grand Lyon Habitat  
 Le Tour du Monde en Galipette  
 Les éducateurs de prévention Grand Lyon La Métropole  
 La Bibliothèque de St-Rambert  
 La Maison de l'Enfance  
 L'École Nationale Supérieure de Cinéma - la CinéFabrique  
 L'Imprévisible Fabrique  
 PIMMS Mediation Lyon Métropole  
 R2AS Le réseau des MJC en Rhône-Ain-Saône – Union territoriale des MJC  
 Relais Petite Enfance Baby Duch'  
 Restaurant Fée Maison  
 Théâtre Nouvelle Génération - Centre Dramatique National  
 Les Subsistances

### Pôle 9 • MJC Centre Social

4 rue Sylvain Simondan - 69009 LYON  
 Tél. 04 78 83 29 68 - accueil@pole9.fr





