

Agenda avril

RÉCAP

➡ DU 25 MARS AU 5 AVRIL

[EXPOSITION] Couleurs Flamencas

Photographies d'Alain Scherer
Vernissage : Jeudi 28 mars à 18h30

➡ LUNDI 1ER AVRIL - 19H30

[THÉÂTRE] La Peau d'Élisa

A l'occasion du printemps des poètes, Média'Cast accueille un spectacle de Mama Prassinis écrit par Carole Fréchette.
Entrée libre

➡ SAMEDI 6 AVRIL - 14H > 18H

[BIEN-ÊTRE] Sport & Bien-être

Bilan capital santé personnalisé et ateliers découverte (Tai Chi, Yoga, Tai Chi Martial Self-Defense...)
entrée libre - Maison des proximités Caylus à Castelnau-le-Lez

➡ DU 8 AU 19 AVRIL

[EXPOSITION] Au fil des émotions et des couleurs

Peintures de S. Math
Vernissage le jeudi 11 avril à 18h30

➡ VENDREDI 12 AVRIL - 20H30

[ECLECTIQUE] Scène Ouverte

Les artistes ont 15 minutes pour partager leurs univers, toutes disciplines confondues !
Entrée libre - Apéritif partagé à 19h30 (chacun amène un petit quelque chose à manger ou à boire)

➡ 13 ET 14 AVRIL

[THÉÂTRE] Stage «À la rencontre du masque»

par Mehdi Benabdelouhab de la Compagnie des Têtes de Bois
Renseignements / inscriptions : 04.90.83.28.17 / info@lestetesdebois.com

➡ SAMEDI 13 AVRIL - 20H30

[THÉÂTRE] L'Entretien de M. DESCARTES avec M. PASCAL le Jeune

par le Théâtre du Triangle
6€ / 5€ (adhérents MJC)

➡ SAMEDI 20 AVRIL - 20H30

[IMPROS THÉÂTRE] 4 PAR 3

par les Démons du M.I.D.I.
Entrée : 5€ - 4€ (adhérents MJC) // Réservation : ddmidi34@gmail.com

[EXPOSITION]

➔ DU 25 MARS AU 5 AVRIL

Couleurs flamencas

Pendant 15 jours, l'exposition « Couleurs Flamencas » du photographe professionnel Alain Scherer s'installe dans les halls de la MJC. Auteur-photographe, depuis toujours fasciné par la représentation du mouvement dans les images et également passionné de musique vivante, Il oriente son travail photographique vers la photo de scène en général, avant de se spécialiser dans la photo de danse.

Du 25 mars au 5 avril, Alain Scherer présente une sélection d'une trentaine de photos de scène qui immortalisent les instants d'émotion, de partage et de communion entre les artistes et les spectateurs. On y découvre l'énergie et la passion de Joaquin Grilo, danseur et chorégraphe, qui a subjugué l'œil du photographe et lui a donné envie de pénétrer l'univers du flamenco. Alain Scherer découvre cette culture grâce au Festival des Internationales de la Guitare de Montpellier et est amené ensuite à photographier cet art sur les plus grandes scènes de France : Avignon (Cour d'honneur du Palais des Papes), Béziers (Théâtre Municipal), Montpellier (Théâtre de l'Agora), Nîmes (Théâtre Municipal Bernadette Lafont, Odéon), Paris (Théâtre National de Chaillot) ...

Une sélection de photos où l'on retrouve des danseurs d'exception tels que Eva Yerbabuena, Israel Galvan ou encore Rocio Molina.

Vernissage : jeudi 28 mars à 18h30

Entrée libre du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 19h



➔ DU 8 AU 19 AVRIL

Au fil des émotions et des couleurs

S.Math de son vrai nom Sylviane Mathieu est une artiste montpelliéraine autodidacte. Passionnée de sculpture et d'art thérapie, elle se nourrit de ses émotions pour construire ses toiles sans restrictions et sans compromis. Purement abstraites, ces oeuvres spontanées dictées par l'instinct prennent forme au croisement de plusieurs techniques. Aquarelle, huile, collages sur toile ou sur papier... S.Math laisse libre cours à son imagination transportée par la musique qui l'accompagne dans sa démarche artistique. Les couleurs et les formes prennent vie au fil des notes qui bercent le pinceau pour créer des compositions vives et colorées.

Vernissage : jeudi 11 avril à 18h30

Entrée libre en semaine de 9h à 12h et de 14h à 19h dès le lundi 08/04 à 14h au vendredi 19/04 à 16h.



[THÉÂTRE]

➡ LUNDI 1^{ER} AVRIL - 19H30

«La peau d'Élisa»

A l'occasion du printemps des poètes, Média'Cast accueille un spectacle de Mama Prassinos écrit par Carole Fréchette. Une création tout en confiance avec une femme seule, assise devant nous. Avec délicatesse, elle raconte des histoires d'amour. Elle insiste avec minutie sur tous les détails intimes : les mains moites, le souffle court, la peau qui frémit sous les doigts. Elle parle avec fébrilité, comme si elle était en danger, comme si son cœur, sa vie, sa peau en dépendaient. Peu à peu, elle révèle ce qui la pousse à raconter et livre le secret insensé qu'un jeune homme lui a confié, un jour, dans un café.

entrée libre



➡ 13 ET 14 AVRIL

STAGE - À la rencontre du Masque

Accessible aux débutants comme aux confirmés, le stage animé par Mehdi Benabdellouhab de la Compagnie des Têtes de Bois, abordera les pratiques masquées de type Commedia dell'arte ou masque balinais. Exercices de respiration, placements du corps, diction, jeu, imagination seront mis en oeuvre pour chercher l'authenticité de chaque personnage.

L'atelier aura pour objectif de partir à la découverte du masque afin d'éveiller la conscience corporelle du stagiaire et d'agrandir, par le biais d'exercices et d'improvisations son vocabulaire émotionnel et gestuel. Les exercices de mise en situation amèneront le stagiaire à découvrir que le masque entrave toute proposition de jeu réaliste et l'aideront à prendre conscience que dans cette pratique c'est le corps tout entier qui est langage dramatique, vecteur d'émotion infini.

Le cheminement de ce travail masqué permettra de trouver de nouvelles sensations sur le plateau, d'explorer une dynamique



corporelle différente, de découvrir que le masque ne cache pas l'acteur mais révèle son «moi».

Places limitées - Stage de 12h (2x6heures) Tarif : 110€

Renseignements et inscriptions : 04 90 83 28 17 / info@lestetesdebois.com

➡ SAMEDI 13 AVRIL - 20H30

L'Entretien de M. DESCARTES avec M. PASCAL le Jeune

Les deux philosophes les plus célèbres de leur temps se sont rencontrés à Paris, dans le couvent des Minimes, à huis clos, le 24 septembre 1647. Blaise Pascal avait alors 24 ans était déjà très malade et René Descartes, 51 ans. De cet entretien historique, rien n'a filtré, sinon une ou deux notes jetées sur le papier.

Jean-Claude BRISVILLE a imaginé librement cette conversation entre deux hommes qui se découvrent progressivement à l'opposé l'un de l'autre. Descartes rationaliste, réaliste, pragmatique, militaire, homme de voyage, bon vivant, ne dédaignant ni la bonne chère ni le beau sexe ; Pascal maladif, tourmenté, mystique ardent, intransigeant, exaltant la souffrance et la mort.

Cette joute, opposant deux des plus brillants esprits de leur siècle, donne à voir et à entendre des désaccords toujours d'actualité. Loin des déclamations ennuyeuses du théâtre didactique, ces lointaines paroles échangées sont un exact miroir tendu à notre propre temps.



6€ / 5€ (adhérents MJC)

[BIEN-ÊTRE]

➔ **SAMEDI 6 AVRIL - DÈS 14H**

Ateliers Sport et Bien-être

La MJC s'installe à la Maison des Proximités du Caylus le temps d'un après-midi « Sport et Bien-être ». Samedi 6 avril à partir 14h, nous invitons tous les habitants du nouvel éco-quartier Le Caylus à s'intéresser à leur condition physique et au moyen de pouvoir prendre soin de son corps. En partenariat avec l'association WUJI (agrée Jeunesse et Sports) et Bruno Degaille, Président du comité départemental Hérault FF Sports Pour Tous, un programme complet est proposé pour venir tester souplesse, équilibre, endurance et force musculaire. Grâce à aux tests d'évaluation de la condition physique conçus par « Forme Plus Sport » de la FF Sports Pour Tous, chacun prend conscience de ses capacités sans craindre pour son intégrité physique.

A la suite des exercices (de 30 secondes à 2 minutes par test), une aide collective à l'analyse de votre bilan est présentée par des professionnels qui vous orientent vers des activités adaptées. Une fois la théorie présentée, des ateliers de 20 minutes vous permettent de découvrir des disciplines afin d'améliorer les quelques points faibles diagnostiquer pendant la séance de tests. Ainsi vous pourrez découvrir le Tai Chi, le Qi Gong, le Yoga, le renforcement musculaire ou d'autres activités pour prendre soin de vous et de votre santé !



Programme :

14h > 15h30 : Venez tester votre condition physique grâce à des exercices simples et sans risque

15h30 : échange collectif «comment analyser votre bilan et quelles sont les activités adaptées pour améliorer votre condition physique?»

16h > 17h30 : ateliers de 20 min en intérieur et extérieur

Cet évènement est ouvert à tous, en entrée libre. Plus d'informations à la Maison des Proximités du Caylus ou à l'accueil de la MJC.

1, place Marthin Luther King - Castelnau-le-Lez

Entrée libre - Plus d'infos : 04 67 02 99 40

Programme complet disponible à l'accueil de la MJC

[IMPROS THÉÂTRE]

➔ **SAMEDI 20 AVRIL - 20H30**

«4 par 3» par les Démons du M.I.D.I.

Les Démons invitent deux trios d'improvisateurs issus de deux équipes extérieures. 3 trios inédits prennent forme et s'affrontent lors de 3 mini matches! C'est vous à vous d'élire l'équipe qui ira en finale affronter une sélection des deux autres équipes !

Les Démons ont le plaisir d'inviter : Les Improspectus

Entrée : 5€ - 4€ (adhérents MJC) // Réservation : ddmidi34@gmail.com



[ECLECTIQUE]

➔ **VENDREDI 12 AVRIL - 20H30**

Scène Ouverte

Chant, danse, poésie, impros ... Tout est permis ! Les artistes peuvent présenter leur travail en 15 minutes maximum (soit 3 morceaux).

Réservez votre passage sur les planches au 04 67 02 99 42 !

On vous donne rendez-vous à 19h30, pour l'apéritif partagé avant de commencer les passages à 20h30. C'est gratuit et accessible à tous mais nous vous demandons simplement d'apporter de quoi boire et grignoter ensemble, entre artistes, public et équipe de la MJC.

Entrée libre - 19h30 : Apéritif partagé (chacun amène un petit quelque chose à manger ou à boire) / 20h30 : Début des passages

