# **SAISON 25-26**

# PHAKT

Centre Culturel Colombier

Découvrir, pratiquer, & faire ensemble



Où les arts se croisent dans la création et la pratique

Envie de faire une pause, de changer de rythme, de vous former, de découvrir de nouvelles pratiques artistiques, de gagner en technique ou simplement de créer dans un lieu vivant et inspirant autour d'une expérience collective?

Inscrivez-vous au PHAKT - Centre Culturel du Colombier et rejoignez les 700 adhérent es qui s'accordent cette parenthèse régulière de plaisir, de partage et de découverte!

Facile d'accès en métro, en bus ou à vélo, notre association vous accueille quel que soit votre âge et votre niveau, que vous soyez débutant e ou confirmé e. Il y en a pour tous les goûts : ateliers de musique, de chant, de photographie, de yoga ou de peinture... organisés en journée et en soirée, pour convenir à tous les emplois du temps. Certains ateliers sont spécialement conçus pour les enfants et les adolescent es.

Notre équipe de professionnel·les passionné·es vous écoute, vous conseille et vous accompagne pour que chacun·e puisse progresser à son rythme, selon ses envies.

Les ateliers, proposés tout au long de l'année, sont enrichis de sorties thématiques, d'expositions commentées par des professionnel·les et de nombreux moments de création collective.

Au PHAKT, tout le monde est bienvenu: artistes amateur-trices ou professionnel·les, familles, groupes scolaires ou associatifs se retrouvent pour profiter des savoirs de nos intervenant es et du matériel mis à disposition.

Vous trouverez dans cette brochure le programme complet de la saison 2025/2026. N'hésitez pas à nous contacter par téléphone ou à passer nous voir à l'accueil : nous répondrons avec plaisir à toutes vos questions.

Nous avons hâte de partager cette nouvelle saison artistique avec vous.

L'équipe du PHAKT

# **Bienvenue!**

# Le Conseil d'Administration

Jean-Marie Desprès Président,
Hélène Boulard Vice-présidente
Yann Prual Trésorier
Stéphanie Latouche Vice-trésorière
Annie Ramadier Secrétaire
Thérèse Allainmat Vice-secrétaire
Vincent Grison
Manel Rouet
Marie Mlekluz
Pauline Saglio
Léo Lagrange Ouest - membre de droit.

# L'équipe permanente

**Reynald Poupelard** Direction **Louri Louarn** Coordination des projets éducatifs

Anne Chauvet Comptabilité
Richard Guilbert Projets artistiques &
communication

**Aurélia Deniot** Médiation & actions culturelles

**Charlotte Lefèvre** Accueil & Secrétariat **Benjamin Louise** Entretien

Et nos **animateur-ices culturels & sportifs** dont vous trouverez la liste et leurs spécificités au fil de la brochure.

# Pratiquer une activité

Les ateliers de pratiques artistiques et corporelles sont construits et animés par des professionnel·les. Chaque intervenant·e s'adapte et accompagne les adhérent·es de la découverte à la pratique amateur pour proposer un suivi pédagogique adapté.

#### · Fonctionnement

Les ateliers se déroulent de la mi-septembre au mois de juin hors des périodes de vacances scolaires et jours fériés.

#### · Effectifs

Le PHAKT se réserve tous droits de modifier ou annuler un atelier si le nombre d'inscriptions est insuffisant ou de déplacer ponctuellement certains ateliers.

\*Rentrées des ateliers Lundi 15 septembre 2025

#### · Tarifs

Une adhésion à l'association + cotisation à l'activité.

#### · Adhésion

Individuelle : 20 € Familiale : 30 €

Personne morale : 60 €

#### · Réductions

Une réduction de 5 % est accordée à partir du second atelier pour une même famille ou une même personne (hors forfaits et hors cours de musique en individuel).

- · Tarif étudiant·e / demandeur·euse d'emploi / Invalidité : application du tarif QF le plus bas
- · Bienvenue à Rennes Métropole : 10%
- · Carte SORTIR! prise en charge pouvant aller jusqu'à 105€



#### Remboursements

Après la première séance d'essai, les désistements n'entraînent aucun remboursement, sauf s'ils sont liés à une mutation professionnelle ou à un problème de santé ne permettant plus la pratique de l'activité. Les justificatifs relatifs à ces situations sont étudiés par l'association et peuvent entraîner un remboursement partiel ou complet.

Seuls les cours d'éveils (musique et arts plastiques) font l'objet de deux séances d'essai.

Les absences isolées et consécutives des participant es ne sont ni récupérées, ni remboursées quelle qu'en soit la cause.

# **Une tarification solidaire**

Le PHAKT - Centre Culturel Colombier adopte la tarification solidaire pour rendre ses activités culturelles accessibles à toutes et tous, selon les ressources de chaque foyer.

Désormais, le tarif de vos inscriptions sera calculé en fonction de votre quotient familial. Cette démarche permet à chacun e de participer aux activités du centre culturel, en fonction de son budget.

Lors de l'inscription ou du renouvellement de votre adhésion, vous renseignerez votre situation familiale et vos revenus. Un tarif vous sera alors proposé en fonction de vos quotient familial.

Grâce à ce système, chacun e peut participer selon ses moyens, afin que la culture reste un bien commun, ouvert à toutes et à tous. \*Pour calculer le tarif de votre inscription, nous nous appuyons sur votre quotient familial.

# 1. Où trouver votre quotient familial?

Le quotient familial est généré par la Caisse d'allocations familiales (CAF) ou la Mutuelle sociale agricole (MSA).

- **Vous êtes allocataire** vous devez aller dans l'espace « Mon Compte » sur le site de la CAF, rubrique « Mes attestations ».
- · Vous n'êtes pas ou plus allocataire?

  Dans ce cas, reportez vous à la formule de calcul ci-dessous

# 2. Comment calculer votre quotient familial?

Le quotient familial se calcule en divisant les ressources annuelles imposables d'un foyer par le nombre de parts fiscales. La somme obtenue est ensuite à nouveau divisée par 12 pour obtenir un montant mensuel.

#### Le nombre de parts est le suivant :

- · Personne seule = 1 part
- · Couple ou personne isolée = 2 parts
- · 1er enfant à charge = 0,5 part
- · 2e enfant à charge = 0,5 part
- · 3e enfant à charge = 1 part
- · Par enfant supplémentaire (à partir du 4e) = 0.5 part
- · Enfant en situation de handicap = 0,5 part de +.
- · Enfant élevé seul·e pendant au moins 5 ans = 0.5 part de +

# Les tarifs 2025 - 2026

	QF de O à 600 €	QF de 601 à 1500 €	QF sup à 1501 €
ARTS PLASTIQUES enfants / adoslescents			
1h00	168 €	198 €	208€
1 h 15	193 €	227€	238 €
1h30	250 €	294 €	309€
2 h 00	319 €	375 €	394 €
ARTS VISUELS adultes			
2h00	319 €	375 €	394 €
2 h 30	352 €	414 €	435 €
3h00	371€	437 €	459€
2h00+2h00	535 €	629 €	660€
2 h 00 + 2 h 30	549€	646 €	678 €
2h00+3h00	558 €	657€	690 €
2 h 30 + 3 h 00	578 €	680 €	714 €
PHOTOGRAPHIE			
Débutant / intermédiaire	253 €	298 €	313 €
ANGLAIS			
1 h 30 Avancés	313 €	368 €	386 €
2h00	415 €	488 €	512 €
THÉÂTRE			
Enfants / pré-adoslescents	262 €	308€	324 €
Adolescents	297€	350 €	368 €
Adultes	343 €	403€	423 €
MUSIQUE			
Cours particuliers	659€		
Enfants			
Initiation à l'instrument	415 €	488 €	512 €
Atelier collectif, orchestre chant pré & post natal	139 €	163 €	172 €
Adultes			
2 pianos	421€	495 €	520€
Binôme / trinôme, guitare basse	280 €	330 €	346 €
Guitare collectif, jouer ensemble, initation jazz, chorale	225€	265 €	278 €
ACTIVITÉS DE LA FORME			
Pilates, Stretching & Fit'Training			
1 atelier	203 €	239 €	251€
2 ateliers	265€	312 €	328 €
3 ateliers	316 €	372 €	391€
4 ateliers	367€	432 €	454 €
Hatha Yoga	305€	359 €	377 €

# Les nouveaux ateliers

Le PHAKT - Centre Culturel Colombier renouvelle sa programmation d'ateliers, ouverts à toutes et tous. Petit aperçu des nouveautés proposées pour cette saison!

## · Chant pré & post natal

Intervenante Arécia Oliveira Dès le 2ème mois de grossesse et jusqu'à 6 mois après la naissance. Mercredi de 16h00 à 17h00 De septembre à décembre

Pratique de jeux vocaux et corporels pour permettre une conscience du schéma corporel: le bassin, le périnée, la respiration et les abdominaux. Pour vivre une grossesse plus sereine, préparer son accouchement ou pour nouer une relation avec son bébé.

## · Eveil musical pour les tout petit·es

Intervenante Arécia Oliveira De 1 à 3 ans Mercredi de 16h00 à 17h00 De janvier à juin

Destiné à l'éveil sensoriel des tout-petit·es, cet atelier s'attache à la découverte et l'expérimentation des instruments, ainsi qu'à l'apprentissage de comptines et berceuses.

# · 2 pianos

Intervenant Aurélien Massé Mercredi de 19h30 à 20h15

Cette proposition musicale permet d'appréhender différemment le piano en jouant des compositions pour quatre mains en simultané ou alternatif.

### · Orchestre enfants

Intervenante Nathalie de Langlais Samedi de 10h00 à 12h00 Tous les 15 jours

Cordes frottées et bois se réunissent afin d'aborder des œuvres du répertoire. Justesse, précision du rythme, régularité du tempo, écoute des autres et découverte des techniques d'orchestre viennent compléter l'apprentissage des cours individuels. Le travail sera présenté en fin de saison.

#### · Jouer ensemble

Intervenant Philippe Douet Samedi de 10h30 à 12h30 Tous les 15 jours

Cet atelier multi-instruments propose d'apprendre à jouer ensemble en explorant et interprétant des morceaux à partir des arrangements composés par l'animateur autour d'un répertoire précis Ouvert à tous les instruments et au chant.

## · Guitare débutant·es en collectif

Intervenant Philippe Douet
De 1h à 1h30 selon le nombre d'inscrit·es
Mercredi 19 h 30 / Tous les 15 jours

Un cours pour débutant es pour travailler en groupe les apprentissages de la guitare. Les morceaux seront choisis ensemble à partir d'une thématique (guitare d'accompagnement, rock, pop, blues...), dans le but de développer la rythmique, la justesse et l'harmonie en collectif.

#### · Ensemble de violoncelles

Intervenante Marcelle Caro Tous niveaux Mardi de 19h00 à 20h30 / Tous les 15 iours

Cet ensemble pour violoncellistes est conçu pour tous les niveaux, du déchiffrage de la partition à l'approfondissement et l'élargissement du répertoire jusqu'à la représentation face à un public. Les arrangements sont réalisés et adaptés aux différents niveaux par l'enseignante.

# · Initiation jazz

Intervenant Christophe Paquereau
Pour débutant es
Mardi de 19h30 à 20h30

Découverte et pratique des standards de jazz simples. Cet atelier collectif propose un travail autour des gammes et des accords, afin d'aborder l'improvisation. Il est ouvert à tous les instruments ainsi qu'au chant.

## · Comédie musicale

Intervenantes Estelle Jégou (Théâtre) & Nathalie de Langlais (Musique) Vendredi de 19h00 à 20h30

À partir de janvier, ce nouvel atelier sera consacré à la création d'une comédie musicale ; choix des chansons et écriture du texte seront le fruit d'une collaboration entre les participant es avant d'aborder le travail technique avec les encadrantes. Respiration, diction, apprentissage du texte, chant et mise en scène feront l'objet d'une restitution en juin.

## · Design ados

Intervenante Léa Maraszek Lundi de 18h30 à 20h30

Ce atelier propose de découvrir le design d'objet, le design graphique et le design d'espace pour accompagner un projet personnel. Nous travaillerons à partir d'une problématique ou d'une thématique : à quel besoin cela répond ? Recherche sur les objets existants ? Étude de terrain ? Pour définir la fonction, la forme et le scénario d'usage du projet. A partir de recherches et de croquis chacun e sera invité e à faire l'expérience de différentes matières afin de modéliser une maquette ou un objet en 3D.



# **Arts visuels**

Enfants / Adolescent·es / Adultes

## · Bande dessinée Enfants, Adolescent·es & Adultes

Enfants : mercredi 14h00-15h00 Adolescent·es : mercredi 17h45-18h45 Adultes : mardi 19h00-21h00

Une approche de la narration et l'apprentissage de la technique pour illustrer un récit avec des exercices adaptés (décors, cadrage, angles de vue, scénarii, personnages, mise en couleur).

## · Arts plastiques Enfants

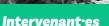
5/7 ans : mercredi 16h30-17h30 7/10 ans : mercredi 15h00-16h15

Découvrir les différentes formes de créations : portrait, paysage, graphisme, collage, volume en faisant jouer son imaginaire.

### · Design ados Adolescent·es Lundi 18h30 à 20h30

Atelier de découverte du design (objet, graphique, espace) à partir d'un projet personnel. Recherche,

croquis et expérimentation mèneront à la création d'une maquette ou d'un objet en 3D.



**Maria Revilla** dessin, arts graphiques, peinture & labo artistique

**Céline Geraud** arts plastiques adolescent es & peinture

**Jacques Mahé** arts plastiques enfants et bande dessinée

**Léa Maraszek** design adolescent ·es **Alexandre Texier** photographie

## · **Dessin** Adolescent·es & Adultes

Adolescent·es : mercredi 14h-15h30 ou 15h30-17h00 ou 17h00 - 18h00 Adultes débutant·es : lundi 19h-21h Adultes initié·es : mardi 17h30-19h30

Explorer et maîtriser le dessin, le trait en s'appuyant sur des axes techniques (ombre/lumière, texture, matérialité du trait...). Tout d'abord accéder à la représentation, puis jouer avec pour imaginer des formes abstraites, amplifier des détails et enrichir l'approche.

### · Arts graphiques Adultes

Mercredi 18h00-20h00 ou 20h00-22h00

Les arts graphiques proposent de s'essayer à une grande diversité de techniques par l'utilisation de l'encre, fusain, craies, pastel, collages, gravure et peinture, permettant de découvrir un grand nombre de possibilités dans la création.

# · Peinture

Débutantes & initiées :

Lundi 13h30 - 16h30 ou 16h30 - 18h30

Mardi 19h30 - 22h00

Jeudi 14h00 - 17h00 ou 18h00 - 20h00

Il s'agit de développer au rythme de chacun·e un apprentissage technique et une pratique personnelle où chaque médium est envisageable: huile, acrylique, pigments ou techniques mixtes.

\*Le matériel de peinture pour débuter les premières séances est fourni.

## · Laboratoire artistique Adultes

#### Vendredi 14h00 - 16h30

L'intervenant·e s'attache à mener un accompagnement auprès de chacun·e afin de révéler son univers artistique personnel en expérimentant, explorant et développant des pratiques.

\*Cet atelier est ouvert à toute technique d'arts graphiques (sauf peinture).

#### \* 15 % de réduction

En partenariat avec le Géant des Beaux-Arts, le PHAKT permet à nos adhérent es de bénéficier de 15 % de réduction sur certains produits sur présentation de la carte adhérent e du PHAKT.



58 Rue Poullain Duparc, 35000 Rennes www.geant-beaux-arts.fr

## · Photographie Adultes

Niv. 1 débutant·es : jeudi 19h00-21h00 Niv. 2 intermédiaires : mercredi 19h00-21h00 Tous les 15 jours

Sont abordés des aspects théoriques de la photographie ainsi que des aspects techniques, numérique ou argentique (développement, tirage, retouches...). Les cours de photographies se répartissent entre des apports techniques au PHAKT et des sorties pour des prises de vues en extérieur.

Les diverses thématiques proposées durant l'année permettent à toutes et tous de préciser son regard et de se forger une pratique personnelle.

#### · Pour aller plus loin

#### **Ouvertures culturelles**

Des visites d'expositions ou des rencontres avec des écoles d'arts viennent compléter l'approche artistique de nos ateliers.

#### Accès aux espaces

L'inscription à un atelier donne l'accès, sur réservation, à nos ateliers selon la disponibilité des salles d'arts visuels ou du laboratoire photographique argentique pour nos adhérent es : 3 € de l'heure



# Musique

Enfants / Adolescent·es / Adultes

# \*Nos cours collectifs

## · Chant pré & post natal

Dès le 2<sup>ème</sup> mois de grossesse jusqu'à 6 mois après la naissance.

Mercredi 11h15-12h15 De septembre à décembre

Pratique de jeux vocaux et corporels pour permettre une consience du schéma corporel: le bassin, le périnée, la respiration et les abdominaux. Pour vivre une grossesse sereine, préparer son accouchement ou pour nouer une relation avec son bébé.

# · Eveil musical pour les tout petit·es

De 1 à 3 ans Mercredi 16h00-17h00 De janvier à juin

Destiné à l'éveil sensoriel des tout-petit·es, cet atelier s'attache à la découverte et l'expérimentation des instruments, ainsi qu'à l'apprentissage de comptines et berceuses.

## · Éveil musical & instrumentarium

4 / 5 ans Mercredi 15h00-16h00 5 / 6 ans Mercredi 16h00-17h00 6/9 ans Mercredi 14h00-15h00 ou 17h00-18h00

Ces ateliers proposent aux enfants d'apprendre à poser leur voix, reconnaître des timbres et styles musicaux par la pratique de chansons à gestes et de jeux rythmiques.En complément, découverte des instruments de musique.

#### Intervenant es

**Marcelle Caro** violoncelle et ensemble violoncelle

Nathalie de Langlais éveil violon, violon, orchestre enfants & comédie musicale Philippe Douet guitare classique et électrique, basse et ateliers collectifs Guillaume Dupont éveil piano & piano Aurélien Massé piano et 2 pianos Arecia Oliveira chant pré & post natal, éveil guitare, guitare & éveil tout petit-es Christophe Paquereau éveil musical, instrumentarium, saxophone, chorale & initiation Jazz

David Ranft batterie

# · Chorale adultes Chants populaires du monde

Mercredi 19h30-21h00

Aborder les notions techniques essentielles et nécessaires pour se faire plaisir : travailler la respiration et la justesse.

## · Initiation à l'instrument violon, piano ou guitare

Mercredi 15h00-16h00 À partir de 6 ans / 3 enfants par atelier

Mini-collectif pour découvrir l'un de ces instruments à partir de comptines et morceaux simples.

### · Guitare débutant·es en collectif

#### De 1h à 1h30 selon le nombre d'inscrit·es Mercredi 19 h 30 / Tous les 15 jours

Un cours pour débutant es pour travailler en groupe les apprentissages de la guitare. Les morceaux seront choisis ensemble à partir d'une thématique (guitare d'accompagnement, rock, pop, blues...), dans le but de développer la rythmique, la justesse et l'harmonie en collectif.

#### · Orchestre Enfants

#### Samedi de 10h00 à 12h00 Toutes les 15 jours

Cordes frottées et bois se réunissent afin d'aborder des œuvres du répertoire. Justesse, précision du rythme, régularité du tempo, écoute des autres et découverte des techniques d'orchestre viennent compléter les apprentissages des cours individuels. travail sera présenté en fin de saison.

#### · Jouer ensemble

#### Samedi 10h30-12h30 Tous les 15 jours

Cet atelier multi-instruments propose d'apprendre à jouer ensemble en explorant et interprétant des morceaux à partir des arrangements composés par l'animateur autour d'un répertoire précis

Ouvert à la guitare, la basse, les cuivres, la batterie, le chant ... pour des musicien nes non débutant es.

## · Initiation jazz

#### Pour débutant·es Mardi 19h30-20h30

Découverte et pratique des standards de jazz simples. Cet atelier collectif propose un travail autour des gammes et des accords, afin d'aborder l'improvisation. Il est ouvert à tous les instruments (piano, basse, guitare, saxo, trompette, flûte...)ainsi qu'au chant.

## · Ensemble de violoncelles

#### Tous niveaux Mardi 19h00-20h30 / Tous les 15 jours

Cet ensemble pour violoncellistes est conçu pour tous les niveaux, du déchiffrage de la partition à l'approfondissement et l'élargissement du répertoire jusqu'à la représentation face à un public. Les arrangements sont réalisés et adaptés aux différents niveaux par l'enseignante.

## · 2 pianos

#### Mercredi 19h30-20h15

Cette proposition musicale permet d'appréhender différemment le piano en jouant des compositions pour quatre mains en simultané ou alternatif.

# \*Nos cours particuliers

Pour tous les âges et tous niveaux, les cours particuliers permettent de découvrir ou approfondir un instrument sur un format de 30 minutes en cours individuel.

## ·Violoncelle

Lundi 16h00 - 20h00

## · Guitare adolescent·es & adultes

Classique - Blues - Rock / Basse électrique Mercredi 12h30-19h30 Samedi 14h00-17h00

## \* Pour aller plus loin

L'inscription à un atelier donne accès, sur réservation et selon la disponibilité, aux salles de musique : 3€ de l'heure

### \* Réductions

La carte d'adhérent·e du PHAKT peut permettre des réductions auprès de DUROS DUROS Musique Musique 10 rue de Plélo, Rennes

## · Guitare enfants & adolescent·es

Mercredi 13h30-18h30 & 17h00 - 18h30

# · Saxophone

Mardi 16h00 -19h30 Mercredi 18h00-19h30

# · Piano

Répertoire Classique - Jazz - Variétés Lundi 16h00-20h30 Mardi 15h30 - 19h30 Mercredi 13h00-19h30 Jeudi 16h00-19h30

#### · Batterie

Lundi 16h30-20h30 Vendredi 16h30-21h00

## ·Violon

Mardi 16h00-19h30 Mercredi 13h00-19h30 Vendredi 16h00-19h00



Intervenant·es Estelle Jégou théâtre & comédie musicale Nathalie Kermarec anglais

# **Théâtre**

Enfants / Adolescent<sup>.</sup>es Adultes

Enfants 8/10 ans mercredi 16h30 - 17h45 Pré-ados 11/13 ans vendredi 17h30 - 18h45 Ados 14/17 ans mardi 18h15 - 19h45 Adultes lundi 20h15-22h15

L'atelier théâtre, ouvert aux débutant es comme aux initié es, est un temps de travail collectif dans lequel chacun e est invité e à prendre sa place et à s'épanouir individuellement.

Viennent ensuite le rapport au texte, la construction d'un personnage et le travail d'interprète. Pour former l'œil des participant es sur la mise en scène, le jeu d'acteur rice, les décors et la scénographie. Une sortie est programmée dans l'année.





# Intermédiaires : mardi 14h00-16h00

Avancés : mardi 16h15-17h45

Acquisition de bases solides écrites et orales (vocabulaire, grammaire, écoute, prononciation, conversation). Un regard est porté sur la culture et la civilisation anglo-saxonne à travers divers supports audiovisuels (vidéo, radio, expositions, films en version originale).

# Comédie musicale

**Adultes** 

#### Vendredi de 19h00 à 20h30

A partir de Janvier, ce nouvel atelier sera consacré à la création d'une comédie musicale; choix des chansons et écriture du texte seront le fruit d'une collaboration entre les participant es avant d'aborder le travail technique avec les encadrantes: respiration, diction, apprentissage du texte, chant et mise en scène.

# Activités de la forme

**Adultes** 

Intervenantes
Dominique Krier Hatha Yoga
RD Pilates Pilates, Stretching &
Fit' training.

## · Hatha Yoga

Vendredi 9h30-11h

Discipline d'harmonisation, de développement des facultés psychologiques (concentration, sérénité) et des facultés corporelles (fermeté, souplesse).

### · Stretching

Lundi 11h15-12h00 Mercredi 11h30 - 12h15 Mercredi 12h15-13h00 Vendredi 13h-13h45

S'étirer, se relâcher, respirer en douceur pour entretenir et améliorer sa souplesse musculaire et le fonctionnement articulaire.

#### · Pilates

#### **Fondamental**

Mardi 12h15-13h00 Mardi 13h45-14h30 Mercredi 13h00-13h45 Mercredi 18h30-19h15

#### Intermédiaire

Lundi 12h15-13h00 Jeudi 13h00-13h45 Vendredi 12h15-13h00

Entraînement sur mesure, la méthode Pilates s'adapte à chaque individu, à sa physiologie. Elle est conçue pour accroître force et souplesse et développer le corps de manière harmonieuse selon divers niveaux d'intensité.

# \* Stretching Postural®

Lundi 13h00-13h45 Mardi 13h00-13h45 Jeudi 12h15-13h00

Le Stretching Postural® favorise une régulation tonique grâce à des étirements et contractions musculaires profondes agissant sur les fonctions organiques.

# · Fit'Training

Mercredi 19h15 - 20h00

Cours collectif tonique et intense proposant un renforcement musculaire et une endurance jouant sur le cardio. Le la professeur e accompagne chaque individu en fonction de sa physiologie et sa forme physique.



# Mise à disposition & locations de salle

#### · Pour nos adhérent·es

En tant qu'adhérent·e, vous pouvez réserver des salles d'activités pour vous entraîner, répéter ou expérimenter:

- · Labo photo
- · Salle de musique (piano, batterie ...)
- Atelier arts plastique (presse, tablettes lumineuses, chevalets ...)

Tarif:3 €/ heure

# Pour nos associations hébergées

#### Rock'n Joy

06.62.42.01.22 contact@rocknjoy.fr

#### **Esprit Rock Swing**

06.12.88.86.25 maxime-pierre@live.fr

#### Moksa Yoga

formationmoksa@gmail.com

#### Atelier danse Mathilde Escot

06.85.96.23.64

#### QiGong / Terre&Ciel

02.99.65.13.26

www.qigongterreciel.fr

# · Pour nos associations partenaires

#### AREJ - Réseau Assistantes Maternelles Colombier

#### Le mardi et le jeudi de 10h00 à 11h00

Dans le cadre de leur accueil permanent les assistantes maternelles proposent des activités d'éveil corporel et d'éveil artistique en collaboration avec le PHAKT

espacejeux.colombier@gmail.com

#### **Ateliers du Regard**

Lundi 18h3O-20h0O, Mardi 12h15-13h45 et Mardi 18h3O-20h0O Véronique Boucheron O6.86.90.51.09

#### boucheron.veronique@free.fr

Cours d'histoire de l'art participatifs et rencontres avec l'art contemporain Approche sensible, visites d'expositions et lectures d'œuvres.



# Expositions & résidence d'artistes

#### Tout au long de la saison, la programmation artistique met en avant la création contemporaine dans le domaine des arts visuels.

Le PHAKT soutient aussi bien de jeunes artistes que des artistes plus confirmés, notamment dans la région rennaise. L'objectif est de créer un lien durable avec les artistes.

La galerie est un lieu central, mais les projets peuvent aussi avoir lieu en dehors, dans des espaces publics en lien avec le quartier Colombier. L'accompagnement proposé comprend une aide à la production, un soutien technique, une communication autour des projets et le versement d'honoraires.

Des résidences d'artistes sont également proposées. Elles permettent aux artistes de développer un projet sur une période donnée, avec un soutien matériel et financier. Ces temps de résidence favorisent l'expérimentation, la recherche et les échanges avec le public ou le territoire.

# Les expositions 2025 - 2026

#### Gideon Mendel Octobre - décembre 2025

Dans le cadre du festival de photographie GLAZ

Gideon Mendel revisite ses négatifs abîmés par le temps, témoins oubliés de la lutte contre l'apartheid dans les années 1980-90. Altérées par l'eau et la moisissure, ces images de résistance et d'espoir acquièrent une nouvelle puissance. Leur dégradation devient une métaphore de la mémoire collective et de l'idéalisme face à la brutalité du régime.

#### Pascal Jounier Trémelo Janvier - mars 2026

S'inspirant des savoir-faire artisanaux du bâtiment, du moulage et du staff, Pascal Jounier Trémelo développe une pratique sculpturale et graphique ancrée dans la matière. Oscillant entre abstraction et figuration, ses œuvres convoquent l'architecture, la biologie ou encore la géographie, créant un dialogue poétique entre les formes et le vivant.

#### Sarah Lück Mars - mai 2026

Au cœur de la pratique de Sarah Lück se trouve une attention particulière portée à la récupération, au don et à la circulation des matériaux. Ses œuvres - à la croisée de la peinture, de la sculpture et de la maquette - naissent d'éléments glanés, issus de la ressourcerie ou chargés d'un vécu antérieur. Ces matériaux de rebut, aux formes accidentées et aux textures marquées par le temps, deviennent les fondations d'installations fragiles et sensibles.

# Médiation & action culturelle

Le PHAKT - Centre Culturel Colombier développe une démarche culturelle et éducative à destination de tous les publics. Son service des publics propose une approche articulant création contemporaine et histoire de l'art, croisant découverte des œuvres, pratiques artistiques et échanges. L'ensemble de ces actions s'inscrit dans une dynamique cohérente qui lie création, diffusion et médiation.

Chaque groupe bénéficie d'une visite sensible d'exposition qui peut se prolonger par un atelier de pratique.

La visite est imaginée en différents temps de découverte, ludique et pédagogique, passant de l'observation attentive des œuvres à une lecture contée, en permettant de toucher des matériaux utilisés pour leur fabrication.

Nos ateliers sont conçus pour être dédié à l'expérimentation plastique et à la création de compositions personnelles ou collectives; dans la perspective de la pratique artistique de l'artiste présenté·e.

Autour de la pratique d'un artiste, des projets d'actions culturelles sur mesure peuvent s'imaginer en tenant compte des spécificités des groupes ou des publics concernés.



# L'éducation artistique & culturelle

Le PHAKT accompagne les publics scolaires dans leur découverte de l'art contemporain à travers des actions d'éducation artistique et culturelle conçues sur mesure. Ces interventions, adaptées à tous les âges, favorisent une rencontre sensible avec les œuvres.

Depuis 2021, le PHAKT développe également des outils pédagogiques spécifiques pour la petite enfance, afin de permettre aux plus jeunes d'explorer l'art dès leurs premiers apprentissages.

#### Création collective avec un·e artiste

Accompagné·es par l'artiste, les élèves découvrent et expérimentent des techniques et processus de création pour, à leur tour, imaginer et réaliser des œuvres collectives. Ces œuvres sont ensuite présentées sous le format d'une exposition au sein de l'école, permettant de faire découvrir aux familles et aux publics du territoire le projet mené avec l'artiste.

#### Lecture face aux œuvres

Le PHAKT propose une approche vivante de l'art contemporain, loin des idées reçues, en intervenant auprès des classes pour permettre aux enfants de s'approprier les œuvres. La lecture face aux œuvres permet de découvrir le vocabulaire des artistes, en connaître les significations, s'approprier un lexique adapté, savoir exprimer une émotion et un jugement critique.

#### La formation « Petit·es médiateur·rices »

A partir d'une exposition dans les murs du PHAKT ou d'un prêt d'œuvres dans l'école, les élèves bénéficient d'une formation « petit·es médiateur·rices » afin d'apprendre à déchiffrer et analyser des œuvres d'art. Être médiateur·ice c'est aussi réussir à transmettre des éléments de compréhension, amener une perspective face aux œuvres et proposer une réflexion personnelle pour les publics.

Avec le soutien de la ville de Rennes, la DRAC Bretagne, la région Bretagne, le Pass Culture, la DRAEAC et le dispositif Cité éducative.



# PHAKT

# **Centre Culturel Colombier**

5 place des Colombes 35000 Rennes 02.99.65.19.70 / contact@phakt.fr Du lundi au jeudi de 13h à 19h le vendredi de 13h à 18h, le samedi de 14h à 18h.

# www.phakt.fr



#### Accès & accessibilité

#### Vélo Star

station Cité Judiciaire

C6 - Arrêt Cité judiciaire

C2, C3, 54, 55 & 56 - Arrêt Charles de Gaulle

#### Métro

Ligne A: Charles de Gaulle

Ligne B: Colombier

Le PHAKT - Centre Culturel Colombier est un équipement de plain-pied accessible aux personnes à mobilité réduite.

























