

ARTS VISUELS
DANSE
MUSIQUE
THÉÂTRE



FORM

**Artistes et
bénévoles
associatifs**
Formations,
stages et
rdv info
2026-2027



ATION

Mayenne 
CULTURE

AVANT-PROPOS

Stages, formations sur-mesure, temps d'information et d'échange d'expériences...
Via ces différents rendez-vous, Mayenne Culture souhaite accompagner dans leurs pratiques les artistes (musique, danse, théâtre, arts visuels...) et répondre aux problématiques rencontrées par les associations culturelles du département.

Que vous soyez bénévole associatif, que vous pratiquiez votre discipline en solo ou au sein d'un groupe, d'une chorale, d'un orchestre, d'une compagnie ou d'une troupe théâtrale, ces propositions s'adressent à vous !

SOMMAIRE

CALENDRIER DES FORMATIONS	p.5
---------------------------------	-----

ACCOMPAGNEMENT SUR-MESURE	p.6
---------------------------------	-----

Formation-résidence	p.7
Home studio	p.8

SE FORMER	p.9
-----------------	-----

Développer sa visibilité sur les plateformes de streaming	p.10
Techniques d'éclairage	p.11
Connaître et entretenir sa voix	p.12
Révéler son potentiel scénique	p.13
Chant collectif et méthode Feldenkrais	p.14
Prévenir les violences sexistes et sexuelles	p.15
Créer des vidéos pour les réseaux	p.16

S'INFORMER	p.17
------------------	------

Intermittence : accéder à ses droits	p.18
Recruter et accueillir des bénévoles	p.19

INFORMATIONS PRATIQUES	p.20
------------------------------	------

Modalités d'inscription	p.22
Notice	p.23
Autres propositions de formation	p.24
Mayenne Culture	p.25
Nos partenaires	p.26

CALENDRIER DES FORMATIONS

OCT	Lundi 5	Intermittence : accéder à ses droits Laval (Mayenne Culture)	p.18
NOV	Samedi 28	Développer sa visibilité sur les plateformes de streaming Laval (Mayenne Culture)	p.10
DÉC	Samedi 5	Recruter et accueillir des bénévoles Laval (Mayenne Culture)	p.19
JAN	Samedi 9 et dimanche 10	Techniques d'éclairage Laval (Le Quarante)	p.11
	Samedi 30	Connaître et entretenir sa voix Laval (Le Quarante)	p.12
FÉV	Samedi 13 et dimanche 14	Révéler son potentiel scénique Changé (L'Atelier des arts vivants)	p.13
MARS	Samedi 20 et dimanche 21	Chant collectif et méthode Feldenkrais™ Laval (Le Quarante)	p.14
	Samedi 20	Prévenir les violences sexistes et sexuelles Laval (Mayenne Culture)	p.15
AVRIL	Samedi 3	Créer des vidéos pour les réseaux Laval (Mayenne Culture)	p.16

ACCOMPAGNEMENT SUR-MESURE

Afin de répondre de façon personnalisée aux besoins d'artistes ou d'ensembles constitués (groupes, chorales, troupes, etc.), Mayenne Culture propose différents dispositifs d'accompagnement et de **formation à la carte**, dont les objectifs et le programme sont définis avec les artistes.



FORMATIONS- RÉSIDENCES

Accompagnement artistique



Visant à répondre de façon adaptée aux besoins identifiés par l'artiste, le groupe, l'ensemble ou la troupe, cette formation individualisée vise à apporter des compétences complémentaires et un regard extérieur sur son fonctionnement, ses méthodes de travail et son projet artistique.

Dates et horaires : à définir, entre décembre 2026 et juin 2027

Lieu : à définir en fonction des besoins de la formation

Tarif : 25 €/heure

Durée : de 3 à 24 heures (4 jours), selon les objectifs

Inscription avant le vendredi 4 décembre 2026.
Merci de contacter Mayenne Culture en amont de votre inscription.

PUBLIC

Artistes, groupes de musiques actuelles, ensembles vocaux ou instrumentaux, troupes de théâtre et compagnies de danse.

PROGRAMME

À définir en fonction des besoins et attentes. Pistes de travail possibles :

Artistes et groupes musiques actuelles

- regard global sur le projet artistique
- gestion du son sur scène
- gestion de la scène, aisance scénique et rapport au public
- composition et arrangement en groupe
- mise en place, travail rythmique

Ensembles vocaux ou instrumentaux

- outils pour travailler l'écoute
- le rapport à l'espace et à la scène
- la technique vocale
- l'interprétation d'un répertoire

Troupes de théâtre

- les fondamentaux du jeu d'acteur
- techniques de jeu spécifiques au projet de la troupe
- le rapport à l'espace, la voix, la diction, le maquillage, la création sonore

Compagnies de danse

- outils pour réaliser une création sonore
- exploration des systèmes de composition et d'écriture chorégraphique
- travail sur l'espace et le rapport au public, l'interprétation, les costumes et/ou les accessoires

FORMATEUR OU FORMATRICE

À définir en fonction de la demande.

HOME STUDIO

Perfectionnement individualisé



Cette formation "à domicile" vise à répondre de manière personnalisée aux besoins des musiciennes et musiciens souhaitant bénéficier des conseils, de l'accompagnement et du regard d'un intervenant professionnel, afin d'optimiser leurs créations et/ou enregistrements home studio.

Dates et horaires : à définir, entre décembre 2026 et juin 2027

Lieu : home studio du stagiaire. Si besoin, possibilité de travailler dans un autre lieu.

Tarif : 25 €/heure

Durée : de 3 à 12 heures (2 jours), selon les objectifs

Inscription : avant le vendredi 4 décembre 2026.

Merci de contacter Mayenne Culture en amont de votre inscription.

PUBLIC

Home studistes, musiciennes et musiciens, chanteuses et chanteurs, productrices et producteurs MAO, beatmakers, ingénieurs du son (musiques électroniques, rap, rock, chanson...).

PROGRAMME

À définir en fonction des besoins et attentes. Pistes de travail possibles :

- la configuration du home studio, l'environnement acoustique, le choix du matériel utilisé et son adaptation aux besoins du stagiaire
- la composition et l'arrangement : utilisation des logiciels, instruments virtuels, sampling...
- l'utilisation de contrôleurs (USB/midi)
- la prise de son : choix des micros, placements...
- le traitement du son : effets, compression, égalisation...
- le mixage : spatialisation, dynamique, panoramique...

FORMATEUR OU FORMATRICE

À définir en fonction de la demande.



SE FORMER

Transversaux ou spécifiques à une discipline (théâtre, danse, musique...), les **stages collectifs** s'adressent aux artistes comme aux bénévoles associatifs, et peuvent aborder des thématiques artistiques, techniques ou administratives.

DÉVELOPPER SA VISIBILITÉ SUR LES PLATEFORMES DE STREAMING

Stratégie et promotion digitale



Le streaming est devenu un levier incontournable pour tout artiste. Mais comment exister parmi les centaines de millions de titres présents sur Spotify, Deezer ou Apple music ? Après un décryptage complet du fonctionnement des plateformes, cette formation vise, à travers des ateliers et cas pratiques, à :

- utiliser efficacement les outils des plateformes permettant d'amplifier son audience
- concevoir une stratégie digitale, indispensable pour développer la visibilité de ses sorties

PUBLIC

Artistes et groupes de musiques actuelles.

Prérequis : Avoir déjà enregistré et diffusé sa musique. Venir équipé d'un ordinateur portable. Pratique régulière de l'outil informatique et d'internet.

PROGRAMME

- Le streaming : présentation des différentes plateformes et de leurs interfaces "artistes" (*Spotify for artist, Deezer for creators...*), agrégateurs, rémunération, droits d'auteur
- Améliorer sa présence sur les plateformes : qualité des éléments transmis (audio, métadonnées...), optimisation du profil artiste, pitch, playlists, analyse des données
- Comment créer un pont entre réseaux sociaux et streaming : optimisation des profils des différentes pages, sponsoring Meta, landing page (Linkfire, Beacons...)
- Concevoir une stratégie de sortie (ep, album) : analyser son projet, rétroplanning, étapes clés, promotion médias et réseaux sociaux

FORMATEUR

Label manager (Night-Night records), musicien (Ô Lake) et programmeur musical basé à Rennes, **Sylvain Texier** intervient régulièrement dans le cadre d'ateliers et formations sur la thématique du streaming.

Samedi 28 novembre 2026

De 9h30 à 16h30

Lieu : Mayenne Culture - Laval

Tarif : 30 € (plein) - 20 € (réduit) / Durée : 6 h

Effectif limité à 15 personnes

Inscription avant le 6 novembre 2026

TECHNIQUES D'ÉCLAIRAGE

Les bases



© 2BS Image et Drone

S'appuyant sur de nombreuses mises en situation, ce stage vise à transmettre les principes fondamentaux de l'éclairage et les bases pratiques du fonctionnement du matériel lumière.

L'objectif est de répondre aux problématiques de chaque stagiaire et de favoriser le travail en autonomie, afin d'être capable de réaliser une création lumière simple et adaptée à ses besoins.

Samedi 9 et dimanche 10 janvier 2027

De 9h30 à 17h30

Lieu : Le Quarante - Laval

Tarif : 60 € (plein) - 40 € (réduit) / Durée : 14 h

Effectif limité à 12 personnes

Inscription avant le 11 décembre 2026

PUBLIC

Techniciennes et techniciens des troupes de théâtre amateur, metteurs et metteuses en scène, comédiennes et comédiens, musiciennes et musiciens, etc. Participation en binôme bienvenue (metteur en scène et régisseur lumière).

Prérequis : aucun.

PROGRAMME

- Connaître le vocabulaire technique et scénique
- Présentation du matériel d'éclairage le plus courant, de la console aux projecteurs traditionnels et automatiques
- Savoir lire et réaliser une fiche technique et une conduite
- Jouer sur les couleurs pour créer des ambiances et des effets visuels
- Mises en situation pratique en demi-groupe : montage d'une chaîne lumière (de l'implantation aux réglages) et réalisation de l'éclairage d'une scène avec mouvements, décors et costumes.

FORMATEUR

Diplômé du Centre national de formation professionnelle aux techniques du spectacle, **Tanguy Cantin** est régisseur lumière au Quarante et au conservatoire de Laval Agglomération, où il encadre notamment des formations d'initiation aux techniques d'éclairage.

CONNAÎTRE ET ENTREtenir SA VOIX

Technique vocale et prévention
de la fatigue vocale



Que l'on soit chanteur, rappeur, conteur ou comédien, la voix est un instrument qui demande un travail et un entretien régulier, si l'on souhaite en exploiter pleinement le potentiel et prévenir toutes difficultés (fatigue, nodule...). Par une approche physiologique et anatomique, il s'agit de :

- développer une meilleure connaissance, écoute et perception de sa voix
- explorer l'éventail des possibilités de sa voix
- acquérir les bases d'un geste vocal sain
- s'approprier des outils pour prendre soin de sa voix au quotidien.

Samedi 30 janvier 2027

De 9h30 à 17h30

Lieu : Le Quarante - Laval

Tarif : 30 € (plein) - 20 € (réduit) / Durée : 7 h

Effectif limité à 12 personnes

Inscription avant le 8 janvier 2027

PUBLIC

Musiciennes et musiciens, chanteuses et chanteurs (tous styles confondus : chanson, rock, rap, métal...), comédiennes et comédiens, conteurs et conteuses...

Prérequis : aucun.

PROGRAMME

- Découvrir le fonctionnement de la voix par une entrée anatomique et physiologique
- Mettre en perspectives ces connaissances avec les principaux troubles de la voix
- Écouter sa voix et apprendre à l'explorer, aller à la rencontre de son identité vocale
- Expérimenter des outils pour prévenir et soulager la fatigue vocale : conseils d'hygiène vocale, échauffement vocal et corporel, préparation des concerts ou représentations
- Mises en pratique collectives et individuelles

FORMATRICE

Orthophoniste formée aux méthodes Ostéovox et Feldenkrais, **Valérie Gardeux-Zanotti** s'est spécialisée dans l'accompagnement des artistes et professionnels de la voix. Elle intervient régulièrement en tant que formatrice auprès de chanteurs et comédiens.

RÉVÉLER SON POTENTIEL SCÉNIQUE

La voix et le corps en mouvement



La présence scénique est la capacité d'un ou une artiste à capter l'attention par son regard, sa voix, sa posture ou son énergie. Ce stage propose de développer une qualité de présence et un lâcher-prise sur scène, par le jeu et l'exploration vocale et corporelle en mouvement.

Avec les outils de l'Action Theater, une approche de l'expressivité scénique créée aux États-Unis par l'artiste-performatrice Ruth Zaporah, il s'agit de nourrir son imaginaire d'interprète et d'engager une dynamique de partage avec le public et ses partenaires sur scène.

PUBLIC

Comédiennes et comédiens, chanteuses et chanteurs, musiciennes et musiciens, danseuses et danseurs, conteurs et conteuses, slammeuses et slammeurs...

Prérequis : disposer d'une expérience minimum de la scène

PROGRAMME

- Se connecter à sa respiration par une approche douce, réveiller le corps et développer sa réactivité par le jeu
- Jouer en interaction avec l'autre en duo ou en petit groupe
- Rester léger pour faciliter un lâcher-prise et prendre plaisir dans l'interprétation
- Apprivoiser sa voix et la faire interagir avec l'espace
- Travailler sa posture pour soutenir sa présence scénique

FORMATRICE

Chorégraphe et professeure de danse contemporaine, **Sarah Bild** est Canadienne et l'une des rares intervenantes francophones formée à l'Action Theater. Elle enseigne notamment cette technique à des élèves comédiens et chanteurs dans le cadre de formations sur l'interprétation et l'expressivité scénique.

Samedi 13 et dimanche 14 février 2027

De 10h à 18h

Lieu : L'Atelier des arts vivants - Changé

Tarif : 60 € (plein) - 40 € (réduit) / Durée : 14 h

Effectif limité à 12 personnes

Inscription avant le 22 janvier 2027

CHANT COLLECTIF ET MÉTHODE FELDENKRAIS™

Développer sa créativité
vocale et musicale



La méthode Feldenkrais™ permet de développer la conscience corporelle en mouvement, pour apprendre à mieux s'écouter et se connaître, et in fine enrichir sa créativité et son expressivité, avec confort et plaisir. Invitant de manière ludique à expérimenter différentes formes d'explorations vocales en collectif, ce stage vise à gagner en aisance et en qualité de présence dans sa pratique du chant choral ou improvisé.

Samedi 20 et dimanche 21 mars 2027

De 10h à 17h30

Lieu : Le Quarante - Laval

Tarif : 60 € (plein) - 40 € (réduit) / Durée : 12 h

Effectif limité à 30 personnes

Inscription avant le 19 février 2027

PUBLIC

Chanteuses, chanteurs, choristes ou néophytes curieux, cheffes et chefs de chœur.

Prérequis : aucun.

PROGRAMME

- Libérer sa voix avec la méthode Feldenkrais
- Enrichir sa matière vocale pour nourrir son expressivité
- Vivre des improvisations libres et guidées, expressives et structurées
- Varier les sources d'inspiration pour développer sa créativité
- Favoriser la conscience du rythme et l'écoute pour chanter ensemble
- Développer une intention musicale dans l'improvisation

FORMATRICE

Chanteuse, improvisatrice et pédagogue de la voix, **Mathilde Piffeteau** est formatrice en expression vocale voix chantée/voix parlée et enseignante certifiée de la méthode Feldenkrais™, qu'elle intègre dans son enseignement et sa pratique artistique au quotidien.

PRÉVENIR LES VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES

Sur un évènement culturel



Rassemblant un public parfois conséquent, ainsi que des équipes bénévoles, les festivals et évènements culturels sont directement exposés aux risques de violences et harcèlement sexistes et sexuels (VHSS). Il appartient à chacun et chacune de lutter contre ces violences, mais comment agir à son échelle ? À partir de témoignages et situations concrètes, cette formation a pour objectif de :

- mieux connaître et comprendre les VHSS
- savoir comment prévenir les violences, réagir face à elles et accompagner les victimes.

Samedi 20 mars 2027

De 10h à 17h

Lieu : Mayenne Culture - Laval

Tarif : 30 € (plein) - 20 € (réduit) / Durée : 6 h

Effectif limité à 15 personnes

Inscription avant le 19 février 2027

PUBLIC

Responsables associatifs, bénévoles membres de l'équipe organisatrice ou de la commission prévention d'un festival, associations culturelles, ensembles instrumentaux et vocaux, troupes de théâtre...

Prérequis : aucun

PROGRAMME

- Cadre juridique : définitions légales, rôles et obligations en matière de lutte contre les VHSS
- Risques spécifiques au secteur festif et culturel
- Pouvoir nommer, qualifier, repérer les violences, adopter les bons réflexes et orienter à partir de situations concrètes
- Identifier les bons interlocuteurs et connaître les ressources du territoire
- S'approprier des outils : communication (interne/externe), stand, maraudes, protocole de lutte contre les VHSS...
- Retours d'expériences

FORMATRICES

Éducatrices spécialisées de formation, Sylvie Causera et Mélodie Parpex sont formées à la prévention et à la lutte contre les VHSS et à la prise en charge des victimes. En 2022, elles créent l'association **Les Établi-e-s**, qui assure des formations et des dispositifs de prévention des violences en milieu festif et culturel.

CRÉER DES VIDÉOS POUR LES RÉSEAUX

Avec un smartphone



Qu'il s'agisse d'annoncer un festival, un nouvel album ou une expo, produire du contenu vidéo est indispensable pour communiquer et alimenter ses réseaux sociaux. Avec quelques notions, il est possible de réaliser simplement des vidéos qualitatives et impactantes avec un smartphone et un logiciel de montage gratuit. Cette formation vise à comprendre et pratiquer les fondamentaux et fonctionnalités des outils vidéo, de la captation au montage jusqu'à la diffusion sur les réseaux.

Samedi 3 avril 2027

De 9h30 à 17h30

Lieu : Mayenne Culture - Laval

Tarif : 30 € (plein) - 20 € (réduit)

Durée : 7h + 1h30 de suivi post-formation (visio)

Effectif limité à 12 personnes

Inscription avant le 12 mars 2027

PUBLIC

Associations culturelles, organisateurs de spectacles, festivals, artistes, groupes de musiques actuelles, ensembles instrumentaux et vocaux, compagnies de danse, troupes de théâtre...

Prérequis : venir équipé d'un smartphone et d'un ordinateur portable, pratique régulière des outils numériques (ordinateur, smartphone) et des réseaux sociaux.

PROGRAMME

- La vidéo : enjeux, avantages et limites, exemples de contenus impactants
- Écriture et narration : construire un scénario adapté aux réseaux, clés d'une accroche percutante, messages-clés
- Prise de vue : réglages du smartphone, accessoires utiles (micro, trépied...), bonnes pratiques du cadrage, de la lumière et du son
- Montage : présentation d'outils de montage simples, organisation des rushs, découpage, rythme, ajouter une voix off, une musique, un sous-titrage...
- Publication : formats et spécificités par plateforme, focus sur Instagram (reels, stories...)
- Ateliers et cas pratiques.
Temps de suivi en visio 1 mois après la formation.

FORMATRICE

Chargée de communication, vidéaste et community manager, **Océane Beucher** réalise des contenus vidéos pour différents acteurs culturels, dont la guinguette Le 11-22, le groupe Les Allumés du Bidon, les festivals Pan ! ou Un singe en été.



S'INFORMER

Accordant une large place aux questions des participantes et participants, les **temps d'information** proposés par Mayenne Culture ont pour objectif de favoriser le partage d'expériences et de proposer des réponses concrètes aux besoins des associations culturelles et des artistes (musique, danse, théâtre, arts visuels...) en matière d'administration, de technique ou de communication.

INTERMITTENCE : ACCÉDER À SES DROITS

Parentalité, maladie, formation...



© Leon Huang

Quelle démarche entreprendre lorsqu'on est malade, blessé ou bientôt parent ? Quid de la retraite, des congés spectacles ou du droit à la formation ? Souvent par méconnaissance ou manque d'accompagnement, trop d'intermittents ne bénéficient pas de leurs droits sociaux. Organisée en partenariat avec le 6PAR4, cette rencontre vise à faire un tour d'horizon des droits des intermittents et des démarches à connaître pour y accéder.

Lundi 5 octobre 2026

De 9h30 à 13h

Lieu : Mayenne Culture - Laval

Tarif : Gratuit (sans adhésion) / Durée : 3 h 30

Inscription avant le 21 septembre 2026

PUBLIC

Artistes intermittents, régisseuses et régisseurs du spectacle, équipes administratives ou de direction.
Prérequis : aucun.

PROGRAMME

- Rappel sur le régime de l'intermittence : points de vigilance, idées reçues et fausses informations, mise à jour sur d'éventuels changements
- Sécurité sociale, médecine du travail, gestion des arrêts maladie, congés maternité/paternité
- Prévention/prévoyance et mutuelles pour les artistes
- Congés spectacles
- Droits à la retraite
- Droits syndicaux, représentation syndicale
- Droits à la formation (Afdas)
- Entretiens-conseils individuels (30 minutes) avec Yann Gaudin, sur rendez-vous de 14h30 à 18h

FORMATEUR

Yann Gaudin a travaillé de 2006 à 2020 comme conseiller au sein de France Travail. Aujourd'hui, il apporte ses compétences en tant que conseiller indépendant et conférencier pour les professionnels du spectacle au sein de La Bonne étoile, structure qu'il a créée en 2023.

RECRUTER ET ACCUEILLIR DES BÉNÉVOLES

Communication, outils et bonnes pratiques



Le recrutement et le renouvellement des équipes bénévoles est un enjeu majeur pour nombre de festivals et d'événements culturels : comment donner envie de rejoindre son équipe ? Avec quels moyens et arguments ? Comment favoriser l'accueil des nouveaux bénévoles ? Susciter l'envie de s'impliquer à l'année pour soulager les "bénévoles permanents" ? Temps d'échange d'expériences, ce rendez-vous vise à :

- mieux connaître les profils et motivations des bénévoles pour mieux cibler sa communication
- partager des outils et bonnes pratiques pour prendre soin de ses équipes.

Samedi 5 décembre 2026

De 14h à 18h

Lieu : Mayenne Culture - Laval

Tarif : Gratuit (adhésion obligatoire) / Durée : 4h

Effectif limité à 15 personnes

Inscription avant le 20 novembre 2026

PUBLIC

Responsables associatifs, chargées et chargés de coordination d'équipes bénévoles au sein de festivals, associations culturelles, ensembles instrumentaux et vocaux, troupes de théâtre...

Prérequis : aucun.

PROGRAMME

- Rappel rapide du cadre légal du bénévolat
- Motivations du bénévolat : pourquoi s'engage-t-on ? Les nouveaux modes d'engagement bénévole. Faire la carte d'identité de ses bénévoles.
- Recrutement des bénévoles : stratégies, outils et idées. Quand, comment, où recruter des nouveaux bénévoles ? Bien présenter ses missions de bénévolat
- Accueil et intégration des bénévoles : recueil et prise en compte des attentes des bénévoles, facteurs de démotivation, parcours d'accueil, charte du bénévole
- Gestion des équipes : soigner la communication, savoir résoudre les conflits
- Valorisation des bénévoles : remercier et rendre visibles les bénévoles, montée en compétences et responsabilités

FORMATEUR

Chargé des bénévoles et de la médiation culturelle au festival Les Entrelacés, **Benoît Gautier** intervient régulièrement dans le cadre de formations ou d'accompagnements d'associations culturelles.



A photograph of a classroom or meeting environment. In the foreground, the back of a person's head with a purple flower in their hair is visible. To the left, a young man in a maroon sweatshirt with 'toi je' printed on it is looking down. To the right, an older man with glasses is looking towards the center. A woman with curly hair is in the middle ground. A large pink rectangular overlay is on the right side of the image, containing the text 'INFORMATIONS PRATIQUES' in black, bold, sans-serif capital letters.

INFORMATIONS PRATIQUES

MODALITÉS D'INSCRIPTION

À lire avant toute inscription

Public

Les formations et actions figurant dans ce programme sont destinées prioritairement aux **artistes et bénévoles associatifs, résidant en Mayenne**.

Il est toutefois possible pour les personnes salariées et/ou ne résidant pas en Mayenne de s'y inscrire. Pour ces personnes, l'inscription est validée, sous réserve de places disponibles, à la date de clôture des inscriptions.

Accès pour tous

Mayenne Culture est à l'écoute de toute demande spécifique en cas de situation de handicap, afin de faciliter votre participation à nos formations.

Tarif réduit

Une tarification réduite est proposée aux : moins de 18 ans, étudiantes et étudiants, demandeuses et demandeurs d'emploi, bénéficiaires de minima sociaux, personnes en situation de handicap, sur présentation d'un justificatif.

Adhésion

L'adhésion à Mayenne Culture est obligatoire. Elle est valable du 1^{er} juillet 2026 au 30 juin 2027.

Le coût de l'adhésion est de :

- 13 € pour les inscriptions individuelles
- 32 € pour les associations
- 53 € pour les communes
- 105 € pour les EPCI.

Cette adhésion permet de participer aux activités proposées pour la saison 2026-2027, ainsi qu'à la vie de l'association Mayenne Culture.

Modalités d'inscription et règlement

L'inscription est validée par Mayenne Culture (voir Notice) selon la place disponible, le profil et les prérequis définis. Elle est effective à réception du règlement par carte bancaire, chèque (à l'ordre de Mayenne Culture), espèces, Pass Culture, chèque Loisirs Caf.

Le règlement peut être effectué à titre individuel ou via une association.

Le règlement s'effectue par formation. Le droit d'inscription (coût pédagogique et adhésion à Mayenne Culture) est encaissable et facturable dès le premier jour de la formation.

Annulation

En cas d'annulation du fait de Mayenne Culture, le droit d'inscription versé est intégralement remboursé.

Pour tout désistement du ou de la stagiaire intervenant après la date limite d'inscription, Mayenne Culture procède à l'encaissement intégral du règlement, sauf cas de force majeure dûment justifié le jour du désistement.

Tout stage commencé est dû intégralement.

Qualiopi et traitement des données

Mayenne Culture est certifiée Qualiopi, label qui atteste de la qualité du processus mis en œuvre dans le cadre de la formation. Pour le suivi administratif et pédagogique, Mayenne Culture utilise le logiciel Digiforma, dans lequel vos données personnelles seront traitées à l'usage seul de l'activité formation de Mayenne Culture.

NOTICE

Votre inscription en 4 étapes

1

Choisir une formation sur le site internet de Mayenne Culture (page Agenda ou Formations artistes et bénévoles associatifs) : mayenneculture.fr

Cliquer sur "S'inscrire". Une adresse e-mail valide est nécessaire pour le/la stagiaire.

2

Compléter le formulaire de pré-inscription.

3

Mayenne Culture traitera votre demande dans un délai de quelques jours. Vous recevrez un mail avec un lien de paiement, confirmant votre demande et vous invitant à régler les droits d'inscription (coût de la formation et/ou adhésion à Mayenne Culture).

4

Suite au règlement de la formation, vous recevrez un mail vous confirmant votre inscription.

**Pour toute question, contactez-nous au
02 43 67 60 90 ou à contact@mayenneculture.fr**

AUTRES PROPOSITIONS DE FORMATION

Chez nos partenaires

6PAR4

Coordonné par la salle de **musiques actuelles** Le 6PAR4, **cinquante** propose aux musiciennes et musiciens du département des actions toute l'année : parcours d'accompagnement, résidences, ateliers, ainsi que des jam sessions, un jeudi par mois, au Quarante à Laval.

Parmi les rendez-vous proposés en 2026-2027 :

- **Écrire des paroles en anglais : les clés d'un songwriting authentique, naturel et au service de l'émotion**

Cet atelier a pour objectif de transmettre des outils concrets, une méthode de travail et des repères utiles pour gagner en confiance dans l'écriture et l'interprétation de chansons en anglais.

Samedi 17 octobre 2026 (14h-17h)

6PAR4 à Laval - Gratuit sur inscription

- **Parcours d'accompagnement pour les projets musicaux amateurs**

Parcours Lancement : pour préparer les premiers live de son projet, récent ou en reconfiguration. Sélection en septembre 2026 pour la session d'automne, et en décembre 2026 pour la session de printemps 2027.

Parcours Développement : pour préciser son projet artistique et renforcer son expérience scénique. Appel à candidatures en septembre 2027 pour un accompagnement sur l'année 2028.

Informations et inscriptions :

www.6par4.com

THÉÂTRE AMATEUR EN MAYENNE

Organisatrice du festival Mayenne en scène, l'association du Théâtre amateur de la Mayenne propose chaque année des formations et accompagnements aux troupes adhérentes de l'association.

En 2026-2027, seront proposés les stages :

- **Maquillage de scène** : pour découvrir les différentes matières de maquillage et leurs techniques d'application, avec Agnès Dupoirier, maquilleuse professionnelle (théâtre, cinéma...).

Samedi 7 novembre 2026

Horaires et lieu à confirmer - 25 €

- **Je me lance dans la mise en scène** : pour découvrir et expérimenter la mise en scène avec Jean-Luc Péan (metteur en scène de L'Apel des Planches).

Samedi 14 novembre 2026

Horaires et lieu à confirmer - 10 €

Ainsi que deux propositions d'accompagnement sur-mesure :

- **Un pro chez nous** : à la demande de la troupe, un intervenant professionnel se déplace, pour travailler sur une thématique définie.
- **Regard extérieur** : à la demande de la troupe, un membre de l'association Théâtre amateur assiste à une répétition. Il regarde, écoute, propose, fait émerger des questions, tant sur la mise en scène que sur le jeu d'acteur. *Gratuit.*

Informations et inscriptions :

theatreamateurmayenneenscene.fr
ou theatreamateur53@gmail.com

MAYENNE CULTURE

Agence culturelle départementale

Mayenne Culture, agence culturelle départementale, joue un rôle central dans le développement culturel en Mayenne. Son projet associatif, au service de l'intérêt général, s'articule autour de 3 grands axes : l'accompagnement des territoires et de leurs acteurs, le développement culturel et son rayonnement, et la diffusion au plus près des habitants.

D'une part, elle accompagne le Département et les autres collectivités dans la définition et la mise en œuvre de leurs politiques culturelles à travers ses missions d'ingénierie culturelle (expertise, conseil et observation).

D'autre part, elle porte un programme d'actions d'intérêt départemental tant dans la diffusion par l'itinérance, que dans des parcours d'éducation artistique et culturelle. Organisme de formation certifié, elle propose des formations aux acteurs culturels publics, professionnels et associatifs.

Enfin, espace de dialogue et de concertation, l'association favorise les synergies et les coopérations avec et entre collectivités, acteurs culturels, artistes, publics. Elle participe ainsi au renforcement des liens entre le Département, son principal partenaire, et les dynamiques culturelles du territoire.

Mayenne Culture
12 quai de Bootz
53000 Laval
02 43 67 60 90
contact@mayenneculture.fr
mayenneculture.fr

Contact :

Nicolas Moreau
nicolas.moreau@mayenneculture.fr
02 43 67 60 97

EQUIPE

Laetitia Audinet

Responsable du pôle d'appui aux politiques culturelles

Coralie Cavan

Directrice artistique du festival Les nuits de la Mayenne

Léa Chauvel

Chargée de mission politiques culturelles

Arnaud Hamelin

Directeur

Clémence Journaud

Chargée de mission éducation artistique et culturelle

Sonia Lamy

Chargée de diffusion/production Ensemble instrumental de la Mayenne
Chargée de paie et comptabilité

Andréane Misériaux

Responsable communication

Nicolas Moreau

Chargé de mission actions artistiques

Agathe Mouchard

Chargée de mission formation

Jim Supe

Assistant administratif

Anne-Sophie Thuet

Chargée de suivi administratif et financier

Candice Veron

Administratrice

NOS PARTENAIRES

DÉPARTEMENT DE LA MAYENNE

Le Département promeut une offre culturelle diversifiée et de qualité, accessible à tous et pour tous, en développant des partenariats privilégiés avec le monde associatif, les Établissements Publics de Coopération Intercommunale (EPCI) et l'ensemble des acteurs culturels. Depuis 2023, la collectivité porte un projet culturel fondé sur des principes de solidarité entre les territoires, de croisement des politiques publiques et de coopération avec les habitants dans la conduite de leurs parcours artistiques et culturels.

DÉPARTEMENT DE LA MAYENNE

MINISTÈRE DE LA CULTURE ET DE LA COMMUNICATION

DRAC PAYS DE LA LOIRE

VILLE DE CHANGÉ

LAVAL AGGLO

Conception graphique : Thibaut Chignaguet
Rédaction : Mayenne Culture
Photographies : Mayenne Culture (sauf mentions contraires)
Impression : Imprimerie Faguier





Mayenne Culture, une association soutenue
par le Département de la Mayenne.



**PRÉFET
DE LA RÉGION
PAYS DE LA LOIRE**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

Mayenne 
CULTURE

12, quai de Bootz
53000 Laval
02 43 67 60 90
contact@mayenneculture.fr
mayenneculture.fr

