Monblanc Monblanc



Edito du président

Bonjour à toutes et à tous,

C'est la rentrée à la MJC comme partout, une rentrée dans une nouvelle décennie pour la MJC qui après avoir eu l'enfance jeunesse comme activité principale pendant près de 10 ans se recentre maintenant sur ses activités associatives. Merci à l'équipe pour son investissement et bonne chance pour leur projet futur.

En cette nouvelle saison, l'équipe bénévole et les intervenants de la MJC de Monblanc vous proposent à nouveau des activités sportives, d'expression, de création ou de loisir pour tous les âges avec des nouveautés : Eveil musical, Théâtre enfants/ados, Taï Chi Chuan et Self défense.

Un projet associatif qui va être construit et toutes les bonnes volontés sont les bienvenues. Pour cela, retrouvez nous tous les vendredis au café associatif de Monblanc, le café suspendu, le grand projet de la rentrée qui aura pour objectif de créer un lieu d'accueil local.

Alors n'hésitez pas à nous rejoindre pour une nouvelle année dans un esprit d'adhésion aux valeurs de partage, de mixité et de tolérance qui nous rassemblent.

Nous espérons, comme chaque année, vous retrouver nombreux pour cette nouvelle saison. Pour les inscriptions, rendez-vous le 10 septembre sur le Forum des Associations à Samatan ou rapprochez-vous de l'intervenant par la suite.

Les bénévoles de l'association tiendront une **permanence** tous les jours de la semaine, du **5** au **16 septembre**, de **18h** à **19h** à la **MJC** pour répondre à vos questions.

Bonne rentrée !!!

Sylvain RIVAL Président

Animation locale et culturelle

Des événements culturels et ludiques vous seront proposés tout au long de la saison 2022-2023.

Des découvertes, des rencontres propices à des moments de partage intergénérationnels :

concerts, théâtre, Monblanc en fête,

Actualités sur le site de la MJC

Clubs d'activités

Eveil musical NOUVEAU

Guitare

Batterie

Musique du Monde

Tai Chi Chuan NOUVEAU

Sophrologie

Gestion du stress

Théâtre Enfants—ados NOUVEAU

Echecs

Self défense NOUVEAU

Randonnée

Tennis

Clubs d'activités

Eveil musical Parent/Bébé

3 mois - 4 ans avec Cécile DUMEZ Selon les approches pédagogiques NOUVEAU de Maria Montessori et Marie JAËLL

Faites grandir votre petit bout de choux. Au travers de comptines adaptées, jeux musicaux ciblés (instrumentaux, vocaux, corporels...), nous accompagnons les petits dans leur ouverture au monde en développant leurs capacités : sensorielles : toucher, écoute, expérimentation, expression / motrices : sensations corporelles, marche / relationnelles : avec l'adulte qui l'accompagne mais aussi les autres familles.

Mardi de 10h > 11h <u>tous les quinze jours</u> (calendrier fourni en début d'année)

<u>Atelier en binôme :</u> parent ou proche accepté

Tari<mark>f</mark> binôme : 231€/an— 15 séances

Les ateliers Musique

La MUC propose à partir de 7 ans l'apprentissage des instruments suivants :

- Batterie et guitare avec Philippe CLERY
- ◆ Guitare, Basse, Ukulélé avec Francis FERRAZ

Vendredi à partir de 14h Samedi à partir de 10h15

Cours collectif (2 enfants) 45 min

Tarif: 303€/an

Cours individuel 30 mn de 7 à 8 ans

Tarif: 330€/an

Cours individuel 30 mn pour les 9 ans et plus...

Tarif: 396€/an

Atelier musique du monde Vendredi 21-22h

Tarif: 303€/an

Clubs d'activités

Tai Chi Chuan

NOUVEAU

Avec Isabelle Erey

Mercredi 18h30 > 20h

le taïchichuan est à la fois un art de santé et un art de défense chinois. Sans violence pour l'organisme, et à travers des enchaînements de gestes précis, Il vise l'harmonie du corps et de l'esprit par un travail complet : concentration et mémorisation, assouplissement et équilibre, respiration et détente.

Tarif: 165€/an

Forfait Bien-être

Tarif: 1 cours 102€/an 2 cours 132€/an

Avec Eric Prudhon

Gestion du stress

Mardi 19h > 20h

Quels que soient la cause et le contexte du stress, chacun peut apprendre a y remédier. Les séances sont un moment de partage, de pratique d'exercices et de conseil dans un cadre convivial et bienveillant.

Sophrologie

Mardi 20h > 21h15

Détente physique et mentale, respirations, visualisations, activations, éveil de conscience pour l'équilibre et l'harmonie corps-esprit.





Théâtre Enfants/Ados

avec Amélie JACQUET

NOUVEAU

L'atelier théâtre: un espace pour rire, jouer, expérimenter, s'exprimer ... et découvrir l'acteur qui est en soi !

Au programme : mise en jeu du corps et de la voix et acquisition des fondements de la technique théâtrale à travers des exercices ludiques et des improvisations.

Découverte du texte théâtral et création collective d'un spectacle destiné à être joué en fin de période.

6-12 ans Vendredi 17h15 > 18h15

Tarif : 120€/an

12-17 ans Vendredi 18h30 > 20h

Tarif: 150€/an

Atelier Echecs avec Philippe Clery

Samedi 13h30 > 14h30

Tarif : 60€/an

Self Defense avec Thierry FERRAZ

Jeudi 19h30 > 21h

NOUVEAU

Tarif : 150€/an

Randonnée avec Pépita Ruiz

Lundi 14h > 16h et Samedi 14h15 > 16h30

Tarif: gratuit

Tennis

Location du court de tennis de Monblanc

Tarif: Individuel 20€/an Familial: 30€/an

INFOS PRATIQUE

Qu'est ce qu'une MJC?

Une Maison des Jeunes et de la Culture est une association loi 1901, dont la vocation est de permettre à tous d'accéder à l'éducation, aux loisirs et à la culture. Créée en 1952, la MJC de Monblanc est affiliée à la fédération régionale MJC Occitanie Pyrénées.

ADHESION ANNUELLE A LA MJC

Pour participer à toute activité vous devez adhérer à l'association (validité du 1er septembre au 31 août). L'adhésion vous permet d'être assuré, de vous présenter au conseil d'administration, de proposer vos idées et de participer à la vie et à la gestion de la MJC.

Enfant 9 € Adulte 15 €

Les MJC de Monblanc et de Rieumes s'associent afin de vous proposer une plus grande diversité d'activités. L'adhésion MJC est valable dans les 2 MJC et les cotisations se font sur le site proposant l'activité.

COTISATION ANNUELLE CLUBS ACTIVITÉS

Les clubs d'activités proposés fonctionnent durant 30 semaines de septembre à juin . (cf. calendrier distribué).

RÉDUCTIONS POUR LES CLUBS D'ACTIVITÉS

Pour les clubs d'activités, nous appliquons une réduction de 5%, 10 % et 15 % pour plusieurs enfants pratiquant la même activité.

Accueil et inscription

Les Clubs d'activités débuteront à partir du 12 septembre 2022

2 séances « découverte » gratuites du 12 au 23 septembre !!!

JOURNEES INSCRIPTIONS RENTRÉE

À la MJC

Du 5 au 9 septembre Du 12 au 16 septembre 18h15 > 19h

Comment s'inscrire???

- 1. Vous rendre à l'atelier pour les cours d'essai
- 2. Télécharger le BULLETIN D'INSCRIPTION sur www.mjcmonblanc.fr
- 3. Envoyer le bulletin par mail ou par courrier avec le règlement de l'adhésion et la cotisation d'activités
- 4. Vous recevrez un mail de confirmation de votre inscription

Ou SUR RENDEZ-VOUS (uniquement par mail) secretariat.mjcmonblanc@gmail.com

Pas d'accueil physique et téléphonique 05 62 62 41 88







