

PASSIONNEZ
VOS LOISIRS!

MJC
ean Moulin
BLV



20 av. Jean Moulin, 26500 Bourg-lès-Valence
04 75 43 40 15 - info@mjcblv.fr - www.mjcblv.fr

INFOS PRATIQUES

REPRISE DES ACTIVITÉS À PARTIR DU 9 SEPTEMBRE

Inscriptions

Du 16 au 20 septembre 2024
du lundi au jeudi de 09:30 à 12:00
et de 16:00 à 18:00 et le vendredi
de 09:30 à 12:00

Réductions

10 % pour les demandeurs d'emploi,
RSA et les étudiants de 18 à 25 ans
sur présentation d'un justificatif

Adhésions

Enfant et stage 9 €
Adulte 16 €
Supplément pour les extérieurs à
Bourg-lès-Valence 10 €

*Les moyens de paiement acceptés sont :
les chèques, les espèces, ANCV, ANCV
Sport et chèques Top Dép'Art (voir auprès
du collègue)*



Matériel obligatoire*

Pour les activités dispensées dans la
salle polyvalente : apporter des chaus-
sures de sport PROPRES.

Gym, yoga et méditation : apporter un
tapis et un coussin.

Gym aquatique : apporter un bonnet de
bain et des chaussures
de piscine.

**Attention, seules les activités
ayant un effectif suffisant
seront maintenues.**

En cas d'annulation d'une activité,
toutes les séances ayant déjà eu lieu
sont dues, que vous étiez présents ou non.

En cas de remboursement, 10 % seront
retenus pour les frais de dossier.

* Non fourni par la MJC

À PROPOS

QU'EST-CE QU'UNE MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE ?

La MJC est une association d'éducation populaire qui défend des valeurs telles que :

“Favoriser l'autonomie et l'épanouissement des personnes, l'accès à l'éducation et à la culture. Les MJC et les autres associations adhérentes sont ouvertes à tous, sans discrimination. Elles s'interdisent toute attache avec un parti, un mouvement politique, syndical ou une confession, respectant le pluralisme des idées et les principes de laïcité mis en avant dans les valeurs républicaines. Ainsi, elles contribuent à la création et au maintien des liens sociaux.”

Nous ne sommes pas un club privé, ni un conservatoire. On ne passe ni concours, ni diplôme.

La MJC est dirigée et gérée par un conseil d'administration, subordonné aux décisions de l'assemblée générale, moment fort d'échanges entre les responsables de la MJC et les adhérents. Elle définit la politique générale, valide les rapports de l'année écoulée et les projets à venir.

C'est pourquoi, il est essentiel que vous participiez à ce rendez-vous annuel.

L'équipe de la MJC Jean Moulin

Le conseil d'administration est composé de membres élus par l'assemblée générale :

José FERNANDEZ, Président
Michèle COUSTAURY, Vice-Présidente
Mireille BONNET, Vice-Présidente
Jérémie LIOUX, Trésorier
Krikor AMIRZAYAN, Trésorier-adjoint
Monique CALVIER, Secrétaire
Catherine BALAGNA, Secrétaire
Juliette BOURGUIGNON
Bruno BOURGUIGNON
Sylviane ESTÉOULLE
Heinrich KAESTNER
Pascal VALLET
Annie VERNET
Nelson JESUS

Membres de droit :

Marlène MOURIER
Maire de Bourg-lès-Valence

Florian REVERDY
Représentant du Maire & Adjoint chargé de la Vie Associative

Personnel mis à disposition pour l'entretien des locaux :

Valérie BERTOLOTI
Lucie MALOSSE

LISTE D'ACTIVITÉS		ÂGES	TARIFS	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
BIEN ÊTRE	Jardin Biologique <i>Juliette et Bruno Bourguignon</i>	Adultes					93 € la parcelle ou 53 € la demi-parcelle		
	Sophrologie <i>Elise Neyron</i>	Adultes	164 €				18:00 à 19:00		
	Yoga ViniYoga <i>Fabienne Lacorre</i>	Adultes	157 €				17:45 à 19:00 19:15 à 20:30		
PHYSIQUE ET ENTRETEN	Aquagym <i>piscine Jean Pommier</i>	Adultes	78 €				11:00 à 12:00	Inscriptions faites en juin 2024	
	Baby Gym <i>Natcha Palasz</i>	4 à 5 ans	135 €				16:30 à 17:30		
	Karaté <i>Natcha Palasz</i>	6 à 13 ans	141 €				16:30 à 17:30		
	Cirque Expression Corporelle <i>Chloé Chapignac - Cie Rumbam</i>	4 à 6 ans 7 à 10 ans	171 €				15:15 à 16:15 16:30 à 17:30		
	Body Smile <i>renforcement musculaire - Karine Bidaux</i>	Adultes	127 €	08:45 à 09:45 19:30 à 20:30	12:15 à 13:15				
	Body Training <i>cardio et renforcement musculaire - Zsofia Chevy</i>	Adultes	127 €		20:15 à 21:15				
	Gym douce <i>Zsofia Chevy</i>	Adultes	127 €				09:45 à 10:45		
	Gym entretien <i>Zsofia Chevy</i>	Adultes	127 €	10:00 à 11:00					
	Gym Pilates <i>tous niveaux</i>	Adultes	127 €	17:30 à 18:30 <i>Karine Bidaux</i>			08:45 à 09:45 <i>Zsofia Chevy</i> 12:15 à 13:15 <i>Karine Bidaux</i>		
	Gym Pilates <i>Avancés - Karine Bidaux</i>	Adultes	127 €	18:30 à 19:30	10:00 à 11:00				
Stretching	Adultes	127 €	14:00 à 15:00 <i>Karine Bidaux</i>	11:00 à 12:00 <i>Karine Bidaux</i>					
			20:30 à 21:30 <i>Karine Bidaux</i> 10:30 à 11:30 <i>Grégory Prévot</i> 19:15 à 20:15 <i>Salle du Plateau Quartier de l'Allet</i> <i>Zsofia Chevy</i>	08:45 à 09:45 <i>Zsofia Chevy</i>	14:00 à 15:00 <i>Karine Bidaux</i>	10:30 à 11:30 <i>Grégory Prévot</i>			
Biodanse <i>Susana Castillo Barde</i>	Ado & adultes	180 €					19:30 à 21:00		

DANSES	Flamenco (enfants) - <i>Thelma Obisson</i>	7 à 10 ans	150 €			14:00 à 15:00			
	Forró <i>Andreas Peteler, Julie Kiss & Hugo Gutierrez.</i>	Adultes	200 € (8 € la séance)			18:00 à 21:00 Dès le 18 sept.			
	Sevillane <i>Thelma Obisson</i>	Adultes	180 €	15:30 à 16:30					
	Danses traditionnelles <i>Laurence Rousseau</i> <i>Salle du Plateau - Quartier de l'Allet</i>	Adultes	81 €			20:00 à 21:30			
	Danses Latino-Américaines Débutants - <i>Joce & Tony Gervasi</i>	Adultes	138 €					19:00 à 20:00	
	Danses Latino-Américaines intermédiaires et avancés - <i>Joce & Tony Gervasi</i>	Adultes	138 €					20:00 à 21:00	
	Danses Spécial Latino intermédiaires et avancés - <i>Joce & Tony Gervasi</i>	Adultes	138 €					21:00 à 22:00	
	Line Dance <i>Eric Rivera-Traversier</i>	Adultes	151 €				18:15 à 19:15		
Hip-Hop Break Dance <i>Noël Tran</i>	9 à 16 ans	171 €			15:30 à 16:30				
ART & MUSIQUE	Atelier petit musicien <i>Susana Castillo Barde</i>	4 à 6 ans	150 €			11:00 à 12:00			
	Chorale intergénérationnelle en espagnol <i>Susana Castillo Barde</i>	Intergénérationnel	180 €				18:00 à 19:30		
	Musique et expression corporelle <i>Susana Castillo Barde</i>	7 à 10 ans	180 €			09:30 à 11:00			
	Harmonica (cours collectifs de 2 h) - <i>Jean-Marc Henaux</i>	Dès 6 ans	431 €			Dès 14 h			
	Théâtre d'impro <i>Cie Les Excités</i>	8 à 12 ans	177 €			18:45 à 19:45			
CRÉATIF	Atelier BD <i>Martial Mejean</i>	8 à 16 ans	114 €			17:30 à 19:45			
	Peinture sur soie <i>Christine Maurin</i>	Adultes	251 €				13:30 à 17:30		
	Scrapbooking <i>Céline Riffard</i>	Adultes	18 € <i>l'atelier</i>		1 séance mensuelle le samedi*				09:00 à 12:00
LANGUES	Russe <i>Gayane Dersarkissian</i>	Adultes	220 €						10:00 à 12:00
	Langue des signes <i>Laurent Beaumont</i>	Adultes	180 €			18:15 à 19:15 19:15 à 20:15			
	Scrabble <i>Monique Cunzi</i>	Adultes	14 €				13:30 à 17:00		

21 décembre, 11 janvier, 15 février, 15 mars (Cabanot), 5 avril, 17 mai et 14 juin

LES NOUVELLES ACTIVITÉS

Flamenco et danses espagnoles

Formée à Séville auprès de grands "maestros", Thelma Obisson Alonso vous invite à découvrir l'art du flamenco, quel que soit votre niveau ou âge, en solo, duo ou groupe. Elle fera une démonstration des différents styles, accompagnée d'anciens élèves, au forum des associations le dimanche 8 septembre.

Bio Danse (Biodanza)

Musique et mouvements revitalisants créés par Rolando Toro Araneda. Susana Barde, neuropsychologue et musicothérapeute, anime cet atelier pour adolescents et adultes. La musique et les mouvements favorisent une respiration naturelle, une posture plus harmonieuse et le renforcement musculaire. L'objectif est de trouver l'équilibre émotionnel et de gérer le stress dans un moment de détente et de bien-être.

Chorale intergénérationnelle en espagnol

Les amateurs de musique latino-américaine et espagnole sont invités à venir chanter ou jouer de leur instrument avec Susana, chef de chœur et multi-instrumentiste au Centre Culturel Hispanique. Découvrez des chants et des rythmes qui procurent apaisement et bien-être du corps et de l'esprit.

Musique et expression corporelle

Atelier hebdomadaire pour les enfants de 7 à 10 ans proposant une initiation au chant, à l'imitation des rythmes et des

sons, au plaisir des plus belles mélodies de la planète, ainsi qu'à l'expression des émotions à travers l'art sonore et la danse libre.

Atelier du petit musicien

Session pour les enfants de 4 à 6 ans, proposant une initiation à la rythmique avec quelques instruments simples (tambourins, maracas, etc.) et une prise de conscience de la respiration à travers des chants simples.

Forró

Le forró est une musique traditionnelle de la région nord-est du Brésil. C'est aussi le nom de la danse qui l'accompagne. Andrées Peteler vous propose de vous initier à cette danse traditionnelle du Nordeste brésilien. Possibilité de payer à la séance (8€) ou à l'année (200€), à voir avec l'intervenant.

Russe

Gayané Dersarkissian, professeur diplômé, vous propose des cours de russe. Les niveaux seront évalués en début de cours.

Langue des Signes Française

Vous souhaitez apprendre la langue des signes ou vous perfectionner ? Laurent Beaumont, de l'association À 2 Mains, vous guidera tout au long de l'année pour acquérir les bases. Selon le nombre et le niveau des participants, un cours pour débutants et/ou confirmés pourra être mis en place.

LES JARDINS BIOS DE PAPY ROGER



La MJC anime des jardins biologiques sur un terrain mis à disposition par la ville. Situés impasse du Colombier à Bourglès-Valence, une vingtaine de familles cultivent ces parcelles. Quel plaisir de prendre la terre à pleine main, de planter, semer et récolter, de manier les outils : grelinette, binette, griffe, plantoir ou arrosoir.

Une activité en plein air et d'apprentissage au respect de l'environnement. Pour cela nous organisons des cours de jardinage biologique. Le prix de la séance est à 4€ (gratuit pour nos adhérents jardiniers).

Sur ce terrain ont été également créés : un jardin de plantes aromatiques inspiré du jardin des simples au Moyen Âge, un verger pour apprendre à tailler et greffer, un abri à auxiliaires pour favoriser la reproduction des insectes utiles.

Un calendrier avec les lieux et les horaires est remis en début d'année avec le programme.

Pour plus de renseignements sur le programme et les projets en cours... Contactez-nous !

Un calendrier avec les lieux et les horaires est remis en début d'année avec le programme.

LA MJC JEAN MOULIN



Les horaires de la MJC seront disponibles à la permanence, dès septembre.

20 avenue Jean Moulin
26500 Bourg-lès-Valence

04 75 43 40 15
info@mjcblv.fr
www.mjcblv.fr

VIE ASSOCIATIVE : LA DYNAMIQUE CONTINUE

Information Communication Reprographie

En tant qu'association bourcaine, vous avez la possibilité de massicoter vos documents et réaliser vos travaux de photocopie, de mise en page, de pliage et d'agrafage.

Vous pouvez réaliser des tirages en noir et blanc, mais aussi en couleurs aux différents formats. En fonction de vos besoins, le papier peut être fourni. Pour les gros tirages, un devis sera effectué et réalisé avec un accord écrit.

*La MJC ne fait aucun excédent financier pour ce service.
Le prix de la copie est donc au prix coûtant.*

Stop aux discriminations

Les MJC en Drôme Ardèche réaffirment leur attachement aux valeurs de tolérance, de respect de la dignité humaine, de droit à la différence et de la laïcité, et en cela elles se positionnent fermement contre tout acte discriminatoire qui invite à faire de la différence une anomalie à proscrire : origine, genre, faciès, religion, orientation sexuelle, santé, ...

