



MJC

SAINT MARTIN LA PLAINE



SAISON
2022 – 2023



Bienvenue

La MJC vous accueille toujours avec un grand plaisir !

Vous trouverez dans ces pages nombre d'activités et plusieurs nouveautés, représentatives du dynamisme de notre association où chacun peut trouver une réponse à ses attentes et à ses besoins.

La MJC c'est aussi l'expérience collective, le partage, la convivialité. Un espace où il fait bon vivre.

Une MJC moderne pour tous avec un nouvel espace d'accueil, un nouveau logo et un nouveau site internet.

Les activités, l'accueil de loisirs, le S'pace Jeunes, la saison culturelle, les nombreux événements sportifs et rendez-vous festifs qui jalonnent le calendrier 2022-2023, sont autant d'occasions de s'épanouir et de sortir du cadre du quotidien. Nous vous y attendons avec joie.

Vous souhaitez donner un peu de votre temps à l'intérêt collectif ?

Nous recherchons des bénévoles et une grande diversité de missions n'attendent que vous. Nous ne recherchons pas forcément de compétence particulière, même si elle est bienvenue. Un coup de main ponctuel ou un engagement pérenne, c'est toujours participer à faire vivre notre projet ! **Bienvenue chez vous.**



Indispensable

On s'est d'abord dit qu'on pourrait venir chez vous coller un **post-it** sur le frigo pour vous prévenir de tel ou tel événement à ne pas rater, et puis, à la réflexion, c'était peut-être un peu invasif.

Donc on a cédé à la fameuse Newsletter, **post-it** elle aussi, qui arrive directement dans votre messagerie.

Vous la parcourrez assidument, on en est sûrs car :

- Elle est toute mignonne et sympa,
- Elle passe une fois par mois avec son petit panier d'infos bios,
- Et puis, ça ne coûte rien de tout savoir.

Inscrivez-vous à la newsletter en moins d'une minute sur le site internet de la MJC : www.mjcstmartin.fr/newsletter



être Adhérent à la MJC

C'est adhérer à son projet associatif et aux valeurs qu'elle porte.

L'éducation populaire est au cœur de son projet, c'est-à-dire : l'épanouissement de la personne, la rencontre avec les autres et l'insertion sociale qui amènent chacun à trouver sa place dans la société et lui donnent les moyens d'exercer pleinement sa citoyenneté et ainsi participer à la construction d'une société plus solidaire.

L'adhésion est individuelle et annuelle (de septembre à août). Elle permet de participer et de voter lors des Assemblées Générales et comprend une assurance individuelle. Elle est obligatoire pour participer à toutes activités proposées par la MJC et n'est pas remboursable.

Tarifs des adhésions :

- **18 €** : + de 18 ans
- **13,50 €** : 13 à 17 ans
- **8.50 €** : - de 13 ans



être Bénévole à la MJC

La MJC peut compter sur l'engagement de ses bénévoles pour fonctionner au quotidien. Ils acceptent de donner du temps et des compétences mais ont surtout une grande envie de partager leurs passions avec les autres.

L'implication et la bienveillance de ces bénévoles font le succès des animations, on les en remercie ! Cependant pour maintenir le rythme, comme dans une course de relais, il nous faut être plus nombreux. Si vous avez envie de rencontrer des gens, de partager vos connaissances, vos envies, de vous investir dans nos événements et notre projet, n'hésitez pas à nous rejoindre.

Contact : accueil@mjcstmartin.fr

La mjc est une association loi 1901. Son action, inscrite dans le respect de ses statuts et en référence à son projet associatif, est mise en œuvre par une équipe de bénévoles et de professionnels.

Le Conseil d'Administration est composé de 8 membres élus, 2 membres associés et 3 membres de droit. L'équipe de professionnels compte 20 salarié(e)s chaque mois.

Les Activités

Elles se déroulent du lundi au samedi hors vacances scolaires. Créer, apprendre, se faire plaisir tel est le crédo de nos animateurs professionnels diplômés ou bénévoles qui maîtrisent fortement leur sujet.

Le nombre de places aux activités est limité, c'est pourquoi nous privilégions des rendez-vous d'inscriptions dès début septembre pour garantir votre choix.

La Cotis'

La cotisation à la MJC est calculée sur une base forfaitaire annuelle.

Elle permet de contribuer solidairement au maintien de l'activité et de l'emploi des animateurs. Votre engagement sur la saison entière favorise la progression individuelle et collective dans sa pratique ainsi que dans la dynamique de groupe. Nous vous incitons à une présence régulière.

Les modes de paiement

- Par **chèques** : il est possible de régler en 3 chèques répartis sur 3 mois : Septembre-Octobre-Novembre (Chèques établis à l'avance à l'ordre de la MJC Saint Martin La Plaine)

- Par **Carte Bancaire**

- Par **Chèques Vacances** et **Coupons Sports**

- Des **BONS APACS** de 18€ cumulables et **BONS CULTURE** de 5€ à 15€ pour les spectacles selon les revenus sont disponibles en Mairie.

Amis de la commune de Saint Joseph, vous pouvez bénéficier de réductions sur certaines activités. (Selon avis d'imposition).

Les Réduc'

Pour permettre à tous un accès équitable aux activités, il existe 3 types de réductions :

- **Tarif CAF** : - 10 % de réduction coefficient familial inférieur à 900
- 15 % de réduction coefficient familial inférieur à 700
- 30 % de réduction coefficient familial inférieur à 450

- **Tarif Famille** : - 10 € sur l'activité choisie pour chaque membre d'une même famille (même foyer fiscal à partir de 2 personnes). Cumulable avec le tarif activités.

- **Tarif Activités** : - 20 € sur une seconde activité par personne.
-10 € supplémentaire pour chaque activité supplémentaire dans la limite de 5 activités maximum au choix.

Les conditions d'annulation

Toute annulation doit être notifiée par écrit à accueil@mjcstmartin.fr et avec un justificatif : avis médical, déménagement...

La MJC retiendra le montant de l'adhésion et 10 % de la cotisation.

En cas de cause extérieure ne permettant pas la poursuite d'activité (restrictions sanitaires, bâtiment inaccessible, etc...), un avoir ou un remboursement sont systématiquement proposés pour les séances annulées.

Comment s'inscrire

Prise de rendez-vous d'inscription jusqu'au **mercredi 31 août** uniquement par mail à : accueil@mjcstmartin.fr

Merci de préciser dans le mail vos nom, prénom, la ou les activités souhaitées, combien de personnes vous souhaitez inscrire et si chacune était adhérente ou non sur la saison dernière 2021-2022. Les mails seront traités par ordre d'arrivée. Vous recevrez en retour, début septembre au plus tard, un mail confirmant le rendez-vous qui vous a été attribué le 3 ou le 10 septembre.

La prise de rendez-vous est également possible directement à l'accueil de la MJC ou par téléphone au **04 77 75 47 41** :

- le **jeudi 1^{er} septembre** de 14 h à 18 h
- le **vendredi 2 septembre** de 15 h à 18 h 30

On se voit en mode réel :

- le **samedi 3 septembre**
- le **samedi 10 septembre**

Les activités débutent à partir du **lundi 12 septembre**

A partir du mardi 13 septembre, en fonction des places encore disponibles, les inscriptions pourront se faire sans rendez-vous aux horaires d'ouverture de la MJC :

le lundi de 10 h à 12 h
le mardi et le jeudi de 14 h à 18 h
le mercredi de 10 h à 12 h et de 14 h à 19 h
le vendredi de 15 h à 18 h 30

Essayer avant de s'engager

Toutes les activités peuvent être testées gratuitement au mois de septembre : un essai par cours et par personne, sauf si déjà complet.

Signalez simplement à la MJC le jour souhaité et l'activité testée.

La MJC fera son possible pour créer des cours supplémentaires en cas de fortes demandes et se réserve le droit d'annuler ou de regrouper certains cours si le nombre d'adhérents n'est pas suffisant.



La saison culturelle

De septembre 2022 à juin 2023, une programmation de spectacles pour tous est à retrouver à la Salle de la Gare.

Avec un rendez-vous par mois environ, la saison culturelle est imaginée, construite et organisée en collaboration étroite entre la Mairie de Saint Martin La Plaine et la MJC. Plusieurs types de rendez-vous et d'actions culturelles sont ainsi proposés : rencontres avec les artistes, stages de pratique artistique, ateliers découverte...

Vendredi 23 septembre : Présentation de la saison culturelle 22-23 à la salle de La Gare. Programme disponible à la Mairie, à la MJC ou sur internet.



Les vacances scolaires

L'accueil de loisirs est ouvert durant les vacances scolaires du lundi au vendredi de 7 h 30 à 18 h, sauf vacances de Noël et d'août.

Prévoir votre inscription 1 mois environ avant la période de vacances.

Pour faire le plein de souvenirs, nous proposons de nombreuses sorties et activités par catégorie d'âge :

- les 3-6 ans,
- les 7-9 ans,
- les ados de 10 à 14 ans.

Une équipe d'animateurs dédiée et pleine d'énergie accompagne chaque groupe pour profiter pleinement des vacances.



Vers l'infini et au-delà

Il y a plein d'autres rendez-vous : des randos pour toute la famille et pour les grands sportifs, des apéros, des conférences, des petits déjeuners, des rencontres, des soirées spéciales, des stages et bien d'autres événements encore !

Pour ne rien manquer de nos événements, inscrivez-vous à notre **newsletter**.



L'accueil de loisirs

Ouvert tous les mercredis de l'année de 7h30 à 18h30 sous réserve de places disponibles.

Inscription à la journée, la demi-journée avec ou sans repas.

Notre équipe d'animateurs propose des activités variées à tous les enfants de 3 à 12 ans. Vos enfants sont encadrés par des animateurs BAFA et par de jeunes animateurs passionnés que nous accompagnons, formons et finançons.

Tous sont particulièrement attentifs à la sécurité, à la prise de confiance, à l'émerveillement, à faciliter l'accès à la culture et au sport, à favoriser l'émancipation et la compréhension du monde.



Le S'pace Jeunes

Le mercredi et vendredi de 14h à 18h, les 13-17 ans peuvent se retrouver au **S'pace Jeunes** pour discuter ou jouer mais aussi parler et être écoutés sur leurs préoccupations : orientation, santé, mobilité, premier emploi...

On peut aussi entreprendre un projet en solo ou en collectif, comme partir en vacances, participer à un concours, concrétiser une idée. Nous accompagnons l'organisation du projet et la recherche de financement.

On peut profiter des activités proposées : animation de loisirs, chantier d'autonomie (Répar'Vélo, atelier création avec ses mimines) mais aussi faire part de ses envies de sorties culturelles ou sportives.



Et aussi, pour les ados

Nous proposons :

- des sorties de loisirs, sportives ou culturelles
- une grande fête avec des animations gratuites en début été
- des mini camps et stages
- des interventions dans les établissements scolaires, collèges et lycées.



Activités ENFANTS Artistiques et Culturelles

Une activité = Une salle



								Valeurs transmises	Apprentissages	Utilité au quotidien
NOUVEAU	BABY DANCE	Cathy GUERIN	2-4 ans	Mercredi	9h - 10h	165 €		Expérience du collectif, solidarité	Motricité, initiation rythmique, créativité	Vivre ensemble, confiance en soi
	CERAMIQUE	Pascale MARTINEZ	7-12 ans	Mercredi	14h - 15h30	194 €		Créativité, rigueur	Manipulation fine	Précision
	CIRQUE	Cécile DESBENOIT	6-12 ans	Jeudi	17h - 18h	197 €		Equilibre, créativité	Connaissances des disciplines : acrobatie, jonglage...	Concentration
NOUVEAU	DESSIN ET PEINTURE	Dalila RETHORE	8-12 ans	Vendredi	17h30 - 18h30	145 €		Convivialité, écoute, bienveillance, créativité	Cours adapté, progression, exercices ciblés, précision	Concentration
NOUVEAU	EVEIL DANCE	Cathy GUERIN	4-6 ans	Mercredi	10h - 11h	165 €		Expérience du collectif, solidarité	Gestion de l'espace et du corps, bases rythmiques	Vivre ensemble, confiance en soi
	GRS	Cécilia CAMI	7-10 ans	Lundi	17h - 18h	129 €		Contrôle de soi, créativité, cohésion, respect et entraide	Souplesse, coordination rythmique, maîtrise des engins	Estime de soi, concentration, écoute
NOUVEAU	MAGIE	Stéphane BIRAULT	9-12 ans	1 mardi par mois	18h - 19h30	109 € <small>10 séances</small>		Imaginaire	Manipulation fine, oralité	Confiance en soi
		Patrice LATTANZI	8-10 ans	Vendredi	17h30 - 18h30	197 €		Ouverture au monde, sens du collectif, générosité	Ecoute, rigueur, mémoire, affirmation de soi, développement de l'imaginaire	Confiance en soi, sens critique, analyse sensible
	THEATRE	Patrice LATTANZI	10-12 ans	Vendredi	18h30 - 19h30	197 €				
NOUVEAU	ZUMBA ET HIP HOP	Julie N'GUYEN	9-12 ans	Lundi	18h - 19h	197 €		Solidarité	Souplesse, synchronisation du corps et de l'esprit	Libération et entretien du corps et de l'esprit
		Cathy GUERIN	7-10 ans	Mercredi	11h - 12h	165 €				



Activités ENFANTS Sportives

								Valeurs transmises	Apprentissages	Utilité au quotidien
NOUVEAU	BABY GYM	Alain GROSSEMY	2-4 ans	Mercredi	9h30 - 10h15	145 €		Eveil corporel, connaissance de soi	Motricité, discipline	Affirmation de soi et des possibles
	CAPOEIRA	Anthony MARTINEZ	6-12 ans	Lundi	18h - 19h	165 €		Respect, partage, persévérance	Force, équilibre, souplesse	Confiance en soi, ouverture culturelle et linguistique
	ECOLE SPORT NATURE	Clément PLEVY	7-13 ans	Vendredi	17h15 - 18h15	145 €		Respect de l'autre, discipline, goût de l'effort	Coopération, motricité et coordination	Développement moteur, confiance en soi
	JUDO <small>Option : licence obligatoire pour les compétitions.</small>	Nathalie DANDO	4 ans et +	Mercredi	16h - 17h	145 €		Politesse, respect, contrôle de soi	Motricité, jeux d'opposition, chute	Souplesse du corps et de l'esprit, entraide, équilibre
			6 ans et +	Mercredi	13h30 - 14h30	145 €				
			8 ans et +	Mercredi	14h30 - 16h	184 €				
	MULTISPORTS	Alain GROSSEMY	4-6 ans	Jeudi	17h15 - 18h15	145 €		Respect de soi et des autres	Motricité, coopération, connaissance des règles	Développement moteur, confiance en soi
			7-10 ans	Lundi	17h - 18h	145 €				
NOUVEAU	VTT ECOLE	Xavier GAY	7-9 ans	Samedi	13h30 - 14h45	109 €		Autonomie, endurance	Sécurité, motricité, capacité technique	Ecologie, confiance
			9-11 ans	Samedi	14h45 - 16h15	129 €				
			11-13 ans	Samedi	16h15 - 17h45	129 €				



Activités ADOS Artistiques et Culturelles

NOUVEAU		DESSIN MANGA	Dalila RETHORE	13 ans et +	Vendredi	18h30 - 19h30	145 €
NOUVEAU		FITNESS	Cathy GUERIN	13 ans et +	Mercredi	18h30 - 19h30	197 €
NOUVEAU		MAGIE	Stéphane BIRAULT	13 ans et +	1 mardi par mois	18h - 19h30	109 € 10 séances
NOUVEAU		ZUMBA	Julie N'GUYEN	13 ans et +	Lundi	19h - 20h	197 €

Valeurs transmises	Apprentissages	Utilité au quotidien
Convivialité, écoute, bienveillance, créativité	Cours adapté, progression, exercices ciblés, précision	Concentration
Solidarité	Renforcement musculaire, souplesse, synchronisation	Libération et entretien du corps et de l'esprit
Imaginaire	Manipulation fine, oralité	Confiance en soi
Solidarité	Souplesse, synchronisation du corps et de l'esprit	Libération et entretien du corps et de l'esprit



Activités ADOS Sportives

		BADMINTON	En autonomie Etienne CHALARD	13 ans et +	Samedi	8h - 12h	126 €
NOUVEAU		CAPOEIRA	Anthony MARTINEZ	13 ans et +	Lundi	19h - 20h30	209 €
		CROSSFIT Renf. musculaire Jeux d'opposition	Clément PLEVY	13 ans et +	Vendredi	18h30 - 19h30	145 €
NOUVEAU		KATA MOVING Arts martiaux chorégraphiés	Alain GROSSEMY	13 ans et +	Samedi	11h - 12h	145 €
		MULTISPORTS	Ibrahim SALI	13 ans et +	Vendredi	17h - 18h	145 €
NOUVEAU		SELF DEFENSE Base karaté et disciplines associées	Alain GROSSEMY	13 ans et +	Samedi	10h - 11h	145 €

Valeurs transmises	Apprentissages	Utilité au quotidien
Stratégie et tactique, respect de l'autre	Adresse, précision, équilibre, coordination, capacité réflexe	Coopération, convivialité, entretien de la forme
Respect, partage, persévérance	Force, équilibre, souplesse	Confiance en soi, ouverture culturelle et linguistique
Goût de l'effort, dépassement de soi	Acquisition technique, motricité	Confiance en soi, développement moteur
Convivialité	Précision du mouvement, confiance, conscientisation de l'espace	Détente
Coopération	Maîtrise corporelle et technique	Responsabilité, esprit d'équipe et solidarité
Confiance en soi, tradition, contrôle de soi	Techniques de percussion, équilibre, ancrage	Savoir-être, désamorçage de situations conflictuelles



Activités ADULTES Artistiques et Culturelles

		ATELIER COUTURE	En autonomie	Lundi	13h30 - 16h30	Carte adhérent
		CERAMIQUE	Pascale MARTINEZ	Lundi	19h - 21h	338 € 32 séances 176 € 15 séances
		DANSES DE BAL	Sylviane & Salvatore SMIRAGLIA	Mardi	20h30 - 22h	289 €
NOUVEAU		DESSIN ET PEINTURE	Dalila RETHORE	Vendredi	15h - 17h30	199 €
		VANNERIE	En autonomie	Mardi	15h - 17h	Carte adhérent
NOUVEAU		ZUMBA	Julie N'GUYEN	Lundi	19h - 20h	199 €

Valeurs transmises	Apprentissages	Utilité au quotidien
Convivialité, créativité	Technique matériaux	Réalisation, Do it yourself
Créativité, rigueur	Manipulation fine	Précision
Convivialité, respect	Apprentissages techniques, écoute, rythme	Détente, lâcher-prise, souplesse, mémoire, coordination
Convivialité, écoute, bienveillance, créativité	Cours adapté, progression, exercices ciblés, précision	Concentration
Convivialité, créativité	Technique matériaux	Réalisation, Do it yourself
Solidarité	Souplesse, synchronisation du corps et de l'esprit	Libération et entretien du corps et de l'esprit



Activités ADULTES Bien-Être

						Valeurs transmises	Apprentissages	Utilité au quotidien
	GYM PILATES THERAPIE	Nathalie DANDO	Mardi	10h - 11h	176 €	Entretien physique, convivialité	Equilibre, souplesse, posture, respiration	Tonus, prévention des risques
	GYM STRETCHING	Nathalie DANDO	Mardi	9h - 10h	176 €	Entretien physique, convivialité	Equilibre, souplesse, respiration, renforcement musculaire,	Tonus, prévention des risques
	PILATES	Nathalie DANDO	Mercredi	17h30 - 18h30	176 €	Développement corporel	Respiration, travail musculaire profond, centrage	Sculpte la silhouette, relâchement des tensions
Jeudi			18h30 - 19h30	176 €				
Jeudi			19h30 - 20h30	176 €				
	PILATES DEBUTANTS	Maud BLETON	Jeudi	9h - 10h	176 €	Développement corporel	Respiration, travail musculaire profond	Amélioration de la posture, entretien du corps, tonus
	QI GONG	Charly MAGRO	Jeudi	18h30 - 19h30	176 €	Tradition, concentration	Harmonie, souplesse, respiration	Réduction du stress, respiration santé
	STRETCHING	Maud BLETON	Lundi	10h - 11h	208 €	Souplesse, mobilité	Etirements	Maintien de la forme
	YOGA	Perrine VIAL	Mardi	17h - 18h15	208 €	Apaisement de l'esprit, considération de soi et des autres	Stabilité, maîtrise du souffle, souplesse, écoute de soi	Concentration, bien-être général
			Mardi	18h30 - 19h45	208 €			
NOUVEAU	ZUMBA	Julie N'GUYEN	Lundi	19h - 20h	199 €	Solidarité	Souplesse, synchronisation du corps et de l'esprit	Libération et entretien du corps et de l'esprit



Activités ADULTES Sportives

						Valeurs transmises	Apprentissages	Utilité au quotidien
	BADMINTON	En autonomie Etienne CHALARD	Mardi	20h30 - 22h	126 €	Stratégie et tactique, respect de l'autre	Adresse, précision, équilibre, coordination, capacité réflexe	Coopération, convivialité, entretien de la forme
			Samedi	8h - 12h	126 €			
NOUVEAU	CAPOEIRA	Anthony MARTINEZ	Lundi	19h - 20h30	209 €	Respect, partage, persévérance	Force, équilibre, souplesse	Confiance en soi, ouverture culturelle et linguistique
NOUVEAU	FITNESS	Cathy GUERIN	Mercredi	18h30 - 19h30	199 €	Solidarité	Renforcement musculaire, souplesse, synchronisation	Libération et entretien du corps et de l'esprit
			Mercredi	19h30 - 20h30	199 €			
NOUVEAU	KATA MOVING Arts martiaux chorégraphiés	Alain GROSSEMY	Samedi	11h - 12h	145 €	Convivialité	Précision, confiance, conscientisation de l'espace	Détente
	MARCHÉ RDV : mardi 13h30 à la MJC	En autonomie	Mardi + 1 jeudi / 2	13h30 - 18h	Carte adhérent	Sociabilité, curiosité	Endurance, connaissance géographique locale	Confiance, santé
	MARCHÉ NORDIQUE TONIQUE Précisez votre taille de bâtons	Clément PLEVY	Lundi	9h - 11h	245 €	Sociabilité, curiosité, goût de l'effort	Maîtrise technique, connaissance géographique locale	Aisance physique, convivialité, confiance en soi
			Samedi	9h30 - 11h30	245 €			
	POUND FIT	Emilie DEGAND	Mardi	18h - 19h	199 €	Convivialité	Coordination, musicalité, travail musculaire et cardio-vasculaire	Energie, tonus, détente
	RENFORCEMENT MUSCULAIRE	Maud BLETON	Lundi	9h - 10h	176 €	Soin du corps	Utilisation des muscles profonds	Tonus
	SELF DEFENSE Base karaté et disciplines associées	Alain GROSSEMY	Samedi	10h - 11h	145 €	Confiance en soi, tradition, contrôle de soi	Techniques de percussion, équilibre, ancrage	Savoir-être, désamorçage de situations conflictuelles
	SPORT SANTE REMISE EN FORME	Clément PLEVY	Mercredi	18h45 - 19h45	176 €	Bien-être, dépassement de soi	Coordination, équilibre, technique	Confiance en soi, régulation du poids, prévention pathologie



L'équipe

• LES PERMANENTS :



- **Xavier GAY** : animation@mjcstmartin.fr
Coordinateur accueil de loisirs
- **Myriam LEBKARA** : accueil@mjcstmartin.fr
Secrétaire d'accueil
- **Dalila RETHORE** : animation@mjcstmartin.fr
Coordinatrice accueil de loisirs (en remplacement)
- **Ibrahim SALI** : animation.stmartin@mjcstmartin.fr
Apprenti en formation Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport
- **Fabien THIMON** : direction@mjcstmartin.fr
Coordinateur MJC

• L'ÉQUIPE D'ANIMATION 2022 DE L'ACCUEIL DE LOISIRS :

Juliette AMORELLI, Léa ARDICYAKA, Gaël ARSAC, Lisa AUJARD, Marie BERNET (également en service national universel), Naomi CASTELLANO, Eloi DAMOUR, Anna DURIF VARAMBON, Lucie EGGENSPIELER, Maelys FAURE, Joana LUIS, Camille MACHABERT, Estelle MARTIN, Inès MASCOLO, Lola MOSCHELLI, Joana PEREIRA, Léa PIETRZAK, Tatiana PISANI, Maeva RANCHET, Maxime SEBAA, Luane SOLIGNAC, Guillaume ROCHE, Baptiste UNI.

• LES ADMINISTRATEURS :

Nathalie BARBOU, Jacques BÉALLE, Priscilla BRIAND, Laurence DECLERCY, Vincent DIMONTE, Jean-Luc DUBREUIL, Pascale MARTINEZ, Michel TOURNAYRE.

Ils sont bénévoles et ce sont eux qui :

- Participent activement au projet de la MJC par leurs décisions et leurs orientations,
- Suivent l'activité quotidienne de la maison et apportent leurs compétences,
- Précisent les besoins et attentes des adhérents et des membres de l'équipe salariée.

• LES BÉNÉVOLES RÉGULIERS :

Annick COL, Monique GOUTAGNY, Angéline GUILHOT, Raymonde GRIVOLAT, Claude PICHON, Simon PILLEUL, Jean-François ROULAUD, Renée TRIADON

• LES MEMBRES DU COMITÉ CONSULTATIF CULTURE DE LA MAIRIE :

Claude CHIRAT, Cyril BALTHAZARD, Delphine DERAND, Maxime MARTIN et Janine RUAS

Et vous ? Rejoignez-les, rejoignez-nous... écrivez-nous à accueil@mjcstmartin.fr



Incontournable

Les rendez-vous de la MJC :

- **Samedi 24 septembre 2022** :
P'tit déj des bénévoles de 9h30 à 11h. Gratuit.
Autour d'un copieux petit déjeuner (thé, café, croissants et autres gourmandises) venez en apprendre plus sur la MJC et créer des liens avec les bénévoles.
- **Vendredi 21 octobre 2022** :
Soirée Danse Country à la salle de La Gare avec **concert des Cactus Pickers** et Buffet Américain.
- **Dimanche 13 novembre 2022** :
Marche d'automne. Pour les amoureux de la nature, cette marche permettra de découvrir les monts du Jarez. A midi, pique-nique tiré du sac et, au retour à 19h, repas en commun autour d'une spécialité locale.
- **Jeudi 17 novembre 2022** :
Conférence **Se nourrir aujourd'hui, se nourrir demain** par Walid ABBOUD, professeur agrégé de physiques et docteur d'État ès sciences.
Salle de la Gare à 14h30. Durée : 1 h 30 + 30 minutes de débat.
- **Samedi 14 janvier 2023** :
P'tit déj des bénévoles de 9h30 à 11h. Gratuit.
Autour d'un copieux petit déjeuner (thé, café, croissants et autres gourmandises) venez en apprendre plus sur la MJC et créer des liens avec les bénévoles.
- **Jeudi 26 janvier 2023** :
Conférence **La collapsologie ou la théorie de l'effondrement** par Walid ABBOUD, professeur agrégé de physiques et docteur d'État ès sciences.
Salle de la Gare à 14h30. Durée : 1 h 30 + 30 minutes de débat.
- **Jeudi 9 mars 2023** :
Conférence **Frida Khalo (1905-1954) : La transcendance de la maladie par l'art** par Alain FOURNET-FAYARD, professeur de communication et ancien directeur de l'Université Pour Tous, Université Jean Monnet, Saint Étienne.
Salle de la Gare à 14h30. Durée : 1 h 30 + 30 minutes de débat.
- **Dimanche 16 avril 2023** :
Randonnée départementale de la MJC avec les Chauskipeux. Parcours multiples. Ravitaillement sur tous les circuits. Repas chaud à l'arrivée.
- **Mercredi 3 mai 2023** :
Apéro des Bénévoles de 18h à 20h30. Gratuit.
Planchas, cakes, houmous et autres bouchées avec un petit verre.
- **Jeudi 11 mai 2023** :
Conférence **Statuts de la femme dans le monde arabo-musulman** par Walid ABBOUD, conférencier spécialiste de l'histoire et de la géopolitique du Moyen Orient. Salle de la Gare à 14h30. Durée : 1 h 30 + 30 minutes de débat.
- **Samedi 3 juin 2023** :
Assemblée Générale de la MJC.
- **Du 12 au 17 juin 2023** :
Festival des activités de la MJC.

L'accueil de la MJC est ouvert

- Lundi de 10h à 12h
- Mardi et jeudi de 14h à 18h
- Mercredi de 10h à 12h et de 14h à 19h
- Vendredi de 15h à 18h30

Contact : 04 77 75 47 41

www.mjcostmartin.fr

2 rue René Charre
42800 Saint Martin La Plaine

OUVERT LE DIMANCHE MATIN
POULET ROTI : SAMEDI MIDI



BOUCHERIE PANEL
Charcuterie ~ Traiteur
Mathieu & Eric
8 Place de l'Eglise 42800 Saint Martin la Plaine
04 77 39 10 62



ESPACE IGENDORF 04 77 56 50 48
PRESSE - PAPETERIE - JOURNAUX - FDJ
LIBRAIRIE - STAS - CARTERIE - JOUETS
et toujours ÉPICERIE - VINS - FRUITS...
PAIN & VIENNOISERIES LES JOURS DE FERMETURE DE LA BOULANGERIE

Un simple regard posé sur une fleur et voilà une journée remplie de bonheur



le Jardin d'émilie
Artisan Fleuriste

lejardindemilie42.com **04 77 75 66 55** 

3, impasse de l'église - 42800 St Martin La Plaine

BOULANGERIE LANDY



5 rue du 11 Novembre
ST MARTIN LA PLAINE

04 77 75 81 41



JENNIFER COIFFURE
COIFFURE - BARBIER - VISAGISTE
04 77 75 59 42

7 RUE DU 11 NOVEMBRE
42800 ST MARTIN LA PLAINE JENNIFER.COIFFURE@ORANGE.FR

CAVE BALTHAZARD

BIÈRES - VINS - SPIRITUEUX - BOISSONS SANS ALCOOL
ÉPICERIE FINE - PRÊT DE MACHINES À BIÈRE

 **06 81 84 79 62**
06 77 35 95 92 

Zone industrielle Beaulieu - Saint Martin la Plaine

OUVERT LES JEUDIS, VENDREDIS ET SAMEDIS de 10h à 13h et de 14h30 à 19h

