



MJC
SAINT MARTIN LA PLAINE

ENSEMBLE C'EST TOUT



saison 2023-2024



OSTIA
IMMOBILIER

Transactions immobilières
VALLEE DU GIER

Espace Sardon 45 Chem. de Pompey 42800 GENILAC
04 77 52 88 80
contact@ostiaimmobilier.fr
ostiaimmobilier.fr

Ensemble réalisons
votre projet immobilier



HO
2

CREDIT
D'IMPOTS
50%

RICHARD Bertrand
06 18 30 56 06

Entretiens et aménagements
Parcs et jardins

4 hameau de la Bourdinière
42800 St Martin La Plaine
h2opaysages@gmail.com



Cap D

DESIGN D'ESPACE



Denis Capitan • 06 82 65 94 60 • www.cap-d.fr

OUVERT DIMANCHE : 8H - 12H
FROMAGE A LA COUPE



BOUCHERIE PANEL
Charcuterie - Traiteur
Mathieu & Eric

8 Place de l'Eglise 42800 Saint Martin la Plaine
04 77 39 10 62



Elodie Juban
Avocate au Barreau de Saint-Etienne
www.elodie-juban-avocat.fr

Cabinet Saint-Etienne
7, Place Jean Moulin
42000 Saint-Etienne

Cabinet Saint-Martin-La-Plaine
1, Place Grenette
42800 Saint-Martin-La-Plaine

Téléphone : 04 82 82 62 50 E-mail : me.juban@gmail.com



KADRO
BOIS

Fabricant de
structures
ossature bois
sur mesure



KADRO BOIS : 607 rue du Canal - La Grand Croix
04 82 82 98 58 www.kadro-bois.fr

JOUER COLLECTIF

La MJC est un **lieu des possibles**. Pour partager, apprendre, s'émanciper, se faire du bien en somme.

Les activités hebdomadaires sportives, culturelles ou de loisirs sont à portée de main pour chacun. L'accueil de loisirs du mercredi et des vacances scolaires accompagne vos enfants de 3 à 16 ans, à chaque étape, avec des expériences nouvelles, des apprentissages et des sorties ludiques.

La MJC poursuit donc sa mission d'**éducation populaire** qui milite pour une diffusion de la connaissance au plus grand nombre, sans distinction de sexe, ni d'origine sociale ou ethnique, afin de permettre à chacun de s'épanouir, d'exercer ses droits et devoirs de citoyen et de trouver sa place dans la société. C'est une éducation qui reconnaît à chacun la volonté et la capacité de progresser et de se développer à tous les âges de la vie. Loin d'établir un quelconque classement des individus, elle les encourage tous à accéder aussi bien à la culture académique, à l'art sous toutes ses formes et au sens large mais également aux sciences, techniques, sports et activités récréatives.

C'est dans ce but que nous vous proposons de nombreux rendez-vous cette année : des nouveaux spectacles, des moments conviviaux, la grande marche d'avril, des rencontres, des stages et des fêtes populaires...

Ensemble, on va plus loin.

Le Conseil d'Administration



J'ADHÈRE !

ÇA COLLE ENTRE NOUS

Nous demandons à chacun et chacune une adhésion à la MJC pour s'inscrire à une activité ou à l'accueil de loisirs. Elle est obligatoire, comprend une assurance individuelle et confère un statut de membre actif qui permet de participer à la vie de l'association. Cette adhésion individuelle est valable de septembre 2023 à août 2024.

L'Assemblée Générale de la MJC se déroulera **le matin du samedi 25 mai 2024**. A cette occasion, les adhérents sont sollicités pour :

- Débattre de l'action du Conseil d'Administration et de l'équipe permanente au travers des rapports moral et d'activité.
- Définir les orientations de la MJC.
- Approuver les comptes et adopter le budget
- Elire le Conseil d'Administration parmi ses membres de plus de 16 ans.

Pour poursuivre son projet associatif, pour être présente dans les grands débats qui traversent notre société, la MJC est adhérente à la fédération des MJC de la Loire et à la confédération des MJC de France.

DÉCIDER ENSEMBLE

Les membres du Conseil d'Administration, bénévoles, sont ceux qui font **les choix d'avenir** de la MJC. Aidés de l'équipe professionnelle de la MJC, ils rendent la vie un peu plus belle...

Nous vous invitons à participer à cette **instance démocratique**. Vous pouvez candidater toute l'année à partir de 16 ans, il n'y a pas de pré requis.

Infos : direction@mjcstmartin.fr

ADHÉSIONS TARIFS

Plus de 18 ans
18 €

De 13 à 17 ans
13,50 €

Moins de 13 ans
8,50 €

BÉNÉVOLAT

FAIRE PARTIE D'UN TOUT

Le projet de la MJC se dessine avec les personnes qui s'y investissent. Les actions sont coordonnées par l'équipe de salarié-e-s permanent-e-s avec la participation des bénévoles tout au long de l'année. Chacun, chacune peut s'impliquer selon ses disponibilités, ses envies et ses affinités. Ponctuellement ou toute l'année, **être bénévole** c'est aider à l'organisation des manifestations culturelles et artistiques, par exemple : accueillir le public lors de spectacles, confectionner des repas, bricoler, installer une exposition, participer à l'organisation des débats, aider à la technique ou à la manutention, distribuer les supports de communication...

Il est également possible de rejoindre le Conseil d'Administration afin de participer à la définition des orientations de la Maison des Jeunes et de la Culture.

N'hésitez pas à nous contacter : accueil@mjcstmartin.fr



LES ACTIVITÉS

Essentiellement proposées par des animateurs professionnels expérimentés et diplômés, certaines sont animées par des bénévoles passionnés et qui souhaitent partager et transmettre.

Toutes les activités proposées sont **hebdomadaires**, du lundi au samedi hors vacances scolaires.

Le nombre de places étant limité, nous vous invitons à **prendre un rendez-vous** pour début septembre, pour l'inscription à l'activité de votre choix.

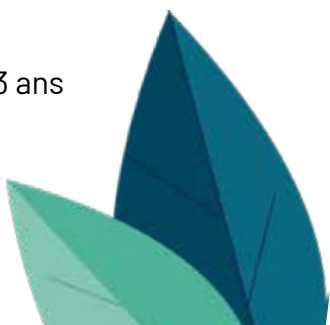
LA COTISATION

Elle est calculée sur une base de **32 séances annuelles**.*

Elle contribue solidairement à l'emploi des animateurs, aux charges afférentes et à l'entretien.

Nous vous incitons à une **présence régulière** à l'activité pour maintenir votre progression et pour le dynamisme du groupe.

* Les jours fériés et arrêts maladie de courte durée des animateurs ne sont pas récupérés.



LES MODES DE RÈGLEMENT

- Par **chèque** : paiement possible en trois 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 pour les activités et des **BONS CULTURE** de 5 € cumulables pour les spectacles, selon le coefficient CAF, sont disponibles en Mairie.
- Le **Pass'Sport** est accepté pour l'activité JUDO uniquement.
- Le **Pass'Culture** et le **Pass'Région** sont acceptés pour les spectacles sur réservation.

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

LES DIFFÉRENTES RÉDUCTIONS

Pour permettre à tous un accès équitable aux activités, nous proposons 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.



LA SEMAINE DES 4 JEUDIS
COMMUNICATION
ET ÉVÉNEMENTS
IMPERTINENTS

ÉVÉNEMENTIEL PROFESSIONNEL
& TOURISME D'AFFAIRES

UN PEU de sérieux.
BEAUCOUP d'enthousiasme
PASSIONNEMENT verts
de la créativité à LA FOLIE...

9001 rue Claude Bruyas
42800 ST MARTIN-LA-PLAINE

www.lasemainedes4jeudis.com



PAÏVA
PLOMBERIE CHAUFFAGE
ÉNERGIES RENOUVELABLES

Marc Paiva
Gérant
06 17 07 57 85 - marc@paiva-plomberie.fr

Neuf et rénovation - Installation chaudière gaz, fioul et bois
Pompe à chaleur - Rénovation de salle de bain - Climatisation
Maintenance et dépannage - Adoucisseur

www.paiva-plomberie.fr



LAK PAYSAGES 06 65 72 35 40

Aménagements paysagers, entretien de jardins, plantation,
ramassage de feuilles mortes, taille de haies,
débranchage, élagage, désherbage de sols...

1 route du Puits Saint Constant - 42800 Saint Joseph
lak.paysages@gmail.com - www.lakpaysages.com



CELLIER
MENUISERIE
Genilac 42800

www.celliermenuiserie.com
cellier.menuiserie@orange.fr
N.CELLIER : 07 85 86 16 56

- Terrasse bois
- Garde-corps, clôture, brise-vue
- Menuiserie bois, PVC, alu
- Aménagement intérieur
- Etudes visuelles, modélisation 3D



G.T. NEGOCES
ACHAT / VENTE DE VEHICULES
UTILITAIRES ET POIDS LOURDS D'OCCASIONS

12 rue des Cèdres
42800 SAINT MARTIN LA PLAINE

Thierry ROME : 06 08 71 62 58
thierry.rome42@gmail.com



L'Heure des Mets

RESTAURANTS

TRAITEUR LIVRAISON VENTE A EMPORTER

2 ADRESSES DANS LA VALLÉE DU GIER

4 avenue de la Libération - 42400 SAINT CHAMOND
04 77 31 86 82
Du jeudi au lundi midi & du jeudi au samedi soir

13 rue du 1^{er} mai - 42800 RIVE DE GIER
04 77 75 68 17
Du lundi au vendredi midi & du jeudi au vendredi soir

TOUTES LES INSCRIPTIONS

• L'ACCUEIL DE LOISIRS DU MERCREDI

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

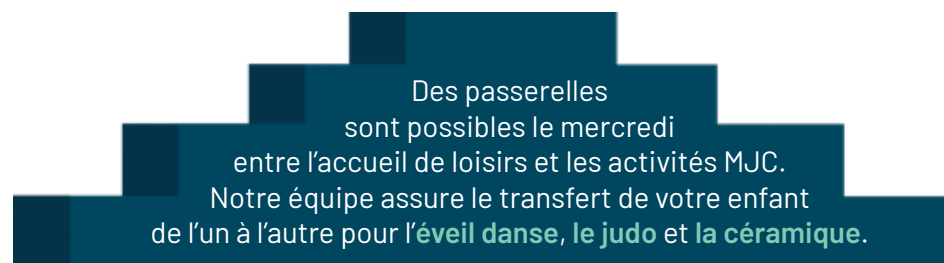
Inscription à la journée, la demi-journée avec ou sans repas.

Tarification selon coefficient CAF.

Préinscription possible du 15 juin au 15 juillet pour la rentrée suivante. La MJC privilégie les familles dont les besoins de garde sont les plus importants, soit : toute l'année en journée entière, puis toute l'année en demi-journée, etc...

Les animations mises en place sont en lien avec le projet de la MJC : animations créatives, scientifiques, sportives et culturelles.

L'équipe d'animation veille au respect de chaque enfant au sein d'un collectif, en favorisant l'échange et la découverte dans un cadre bienveillant.



• LES VACANCES SCOLAIRES

L'accueil de loisirs est ouvert durant les vacances scolaires du lundi au vendredi de 7h30 à 18h, sauf vacances de Noël et d'août.

Tarification selon coefficient CAF.

Inscriptions possibles 1 mois environ avant la période de vacances.

Des programmes d'activités et de sorties sont proposés pour chaque catégorie d'âge : les 3 à 6 ans, les 7 à 9 ans, les 10 à 11 ans et pour les ados de plus de 12 ans.

Une équipe d'animateurs formés par la MJC et/ou diplômés BAFA assure l'encadrement et les apprentissages, toujours dans la bonne humeur !

• LES ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES

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

Merci de préciser dans le mail : vos nom et prénom, la ou les activités souhaitées et le samedi de rendez-vous qui a votre préférence.

Vous recevrez en retour, fin août ou début septembre au plus tard, un mail confirmant le rendez-vous d'inscription qui vous a été attribué le 2 ou 9 septembre.

Prise de rendez-vous possible également directement à l'accueil de la MJC ou par téléphone au 04 77 75 47 41 à partir du 29 août.



LES ACTIVITÉS DÉBUTENT À PARTIR DU 11 SEPTEMBRE.

A partir du 12 septembre, en fonction des places encore disponibles, les inscriptions se font **sans rendez-vous** aux **nouveaux horaires** d'ouverture de la MJC :
Mardi, jeudi et vendredi de 14h à 18h30
Mercredi de 9h à 12h et de 14h à 18h30

ESSAI GRATUIT POUR TOUS

Au mois de septembre, toutes les activités peuvent être **testées gratuitement** à raison d'un essai par cours et par personne, sauf si l'activité est déjà complète.

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

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 sur une activité.

LES CONDITIONS D'ANNULATION

Toute annulation doit être notifiée par écrit, accompagnée d'un justificatif (avis médical, déménagement...) et envoyée à accueil@mjcstmartin.fr

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

En cas de cause extérieure ne permettant pas la poursuite de l'activité (restrictions sanitaires, bâtiments inaccessibles, etc...), **un avoir ou un remboursement** est systématiquement proposé pour toutes les séances annulées.

STAGE POUR CHANTEURS

« CHANT ET CHANSONS »

avec Philippe BARBIER
auteur, compositeur, interprète et musicien.

Ce stage vous permettra de découvrir ou d'approfondir des techniques de chants.

Au programme :

- Libération de la voix et du corps
- S'affirmer et projeter
- Le lâcher prise
- La diction
- L'interprétation

Accompagnement de Philippe à la guitare

Les **samedis 13 janvier, 3 février** et **16 mars** 2024 de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h.

Tarif : **140 €** le stage complet.

FÊTE TON ANNIV'

La MJC organise la fête d'anniversaire des **enfants de 5 à 12 ans** !

Animations, musique, déco sur un thème au choix : pirates, princesses, Pokémon ou Koh-Lanta.

Uniquement le mercredi de 14h à 17h.

Tarif unique : **90 €**

Infos et réservations à la MJC.



Le mercredi après-midi, les 12-17 ans peuvent se retrouver au **S'PACE JEUNES** de la MJC.

Des activités de loisirs sont régulièrement proposées :

- Jeux vidéo
- Jeux de société
- Sports
- Création
- Décoration...

Les « chantiers jeunes » permettent aux ados d'apprendre des techniques et de gagner en indépendance tout en obtenant un financement pour un projet personnel ou collectif :

- Places de ciné
- Concerts
- Matches

ou également pour une qualification :

- Brevet de secourisme
- Permis de conduire
- BAFA...

Le **S'PACE JEUNES** est aussi un lieu de ressources et d'écoute :

- Santé
- Poursuite d'études
- Financement d'un projet
- Organisation d'une sortie...



LA SAISON CULTURELLE

• A PARTAGER ENSEMBLE

De la danse, de la musique, du théâtre et de l'humour ! Chaque mois, la Saison Culturelle de Saint Martin la Plaine vous propose une programmation de **spectacles professionnels originaux**.

En lien avec les spectacles de la saison, la MJC développe fortement un parcours du spectateur pour les scolaires : rencontres, ateliers d'initiation à une pratique artistique, projets de réalisations scéniques.

Venez découvrir les spectacles de la saison et rencontrer les artistes lors de **la présentation de saison du 22 septembre à 19h**, salle de la Gare.

Infos et réservations spectacles :

- Accueil MJC
- Par téléphone : **04 77 75 47 41**
- Sur le site internet de la MJC : **www.mjcstmartin.fr**
- Par mail : **accueil@mjcstmartin.fr**

TARIFS SPECTACLES

Normal : 13 €

Réduit : 10 € (étudiants jusqu'à 25 ans, demandeur d'emploi sur justificatif de moins de 3 mois)

Enfant : 5 € (de 3 à 12 ans inclus)

FORAITS

25 € pour 3 spectacles choisis à l'avance. Ensuite, c'est 8 € pour tout achat d'une place supplémentaire nominative supplémentaire.

30 € pour un pass de 3 spectacles par personne sans réservation préalable. Vous venez quand vous voulez !



BON PLAN

En réservant vos places à l'avance, vous économisez 2 € sur chaque billet commandé !

• DEVEZ-VOUS MÊME

Vous aimez la culture, les spectacles, les artistes ?

Rejoignez le Club des Mécènes de la Saison Culturelle.

Comment faire ?

Vous pouvez faire **un don du montant de votre choix** à la MJC afin de soutenir ses actions culturelles et promouvoir la culture sur la commune. Nous vous délivrons un reçu fiscal **déductible à 66 % de vos impôts**.

LA LOGE BEAUTÉ
by Elie

ÉPILATION DÉFINITIVE LASER
CRYOLIPOLYSE
COACH EN CHRONO NUTRITION

Un accompagnement personnalisé et sur mesure au service de votre bien-être

8 route du Munat à Saint Martin la Plaine - 07 88 04 42 28
GRAND PARKING À VOTRE DISPOSITION - ZONE DU MUNAT
Prenez rendez-vous sur www.planity.com

AMBULANCE MOUNIER
AMBULANCE / TAXI / VSL

04 77 31 59 10 - 06 47 73 82 61

A&S

POMPE A CHALEUR
CLIMATISATION
FROID - ALARME

M. Ludovic Mayère
Tél. : 04.77.75.83.56 - GENILAC
www.aes42.fr

Garage BOUTIN
Dorian BRIDIER
44 rue Claude Drivon
42800 Rive de Gier

MÉCANIQUE - CARROSSERIE - DÉPANNAGE

VENTE DE VÉHICULES
NEUFS ET
D'OCCASION

04 77 75 04 22

SMJ

PORTAIL - MÉTALLERIE - MENUISERIE
ESCALIER - GARDE CORPS - MOBILIER

10 chemin des Flaches - 42800 SAINT MARTIN LA PLAINE
06 68 62 17 24 / eurlsmj@gmail.com

CELLIER Paysages

AMÉNAGEMENT ET ENTRETIEN D'ESPACES EXTÉRIEURS
contact@cellier-paysagiste.fr
04 77 75 13 61
www.cellier-paysagiste.fr

AU SERVICE DU JARDIN
par CELLIER Paysages

ON RECRUTE
APPELÉZ NOUS

AMÉNAGEMENT DE COURS, ALLÉES, TERRASSES, PLAGES PISCINE, SOUTÈNEMENT, TERRASSEMENT, ENGazonnement, PLANTATIONS.
CONTRAT D'ENTRETIEN, TONTES, TAILLE DE HAIES, RAMASSAGE DE FEUILLES, ELAGAGE, BINAGE, DÉSHÉBAGE...

SJ
SERVICES à
un personne
50%

TOUTES LES ACTIVITÉS



SPORTS : ADULTES

Gy	BADMINTON	En autonomie / Etienne CHALARD	Mardi	20h30 - 22h	133 €
Sport collectif complet, le badminton développe la coordination, l'acuité visuelle, la souplesse et l'endurance. LE + : Ambiance conviviale et soirée raclette annuelle.					
Gy	BADMINTON	En autonomie / Etienne CHALARD	Samedi	8h - 12h	133 €
Sport collectif complet, le badminton développe la coordination, l'acuité visuelle, la souplesse et l'endurance. LE + : Ambiance conviviale et soirée raclette annuelle.					
Mi	CAPOEIRA	Anthony MARTINEZ	Lundi	19h - 20h30	219 €
Art martial mélangeant lutte, musique et acrobatie. LE + : Ouverture sur les autres.					
Pi	FITNESS NOUVEAU	Julie N'GUYEN	Lundi	20h - 21h	209 €
Souplesse, renforcement musculaire et synchronisation. LE + : Entretien du corps et de l'esprit.					
Pi	FITNESS	Julie N'GUYEN	Mercredi	19h - 20h	209 €
Souplesse, renforcement musculaire et synchronisation. LE + : Entretien du corps et de l'esprit.					
Pi	FITNESS	Julie N'GUYEN	Mercredi	20h - 21h	209 €
Souplesse, renforcement musculaire et synchronisation. LE + : Entretien du corps et de l'esprit.					
Ex	MARCHE RDV à 13h30 à la MJC + à la journée entière : 1 jeudi sur 2	En autonomie	Mardi	13h30 - 18h	Carte
Endurance, connaissance du territoire local. LE + : Détente, convivialité.					
Ex	MARCHE NORDIQUE	Clément PLEVY	Samedi	9h30 - 11h30	255 €
Marche rapide. Excellent pour le cardio-musculaire, l'endurance et la coordination. LE + : Dynamique et conviviale.					
Mi	RENFORCEMENT MUSCULAIRE dont Gym Ball et Abdos Fessiers	Maud BLETON	Lundi	9h - 10h	185 €
Techniques d'étirements, d'assouplissements et de respiration. LE + : Entretien musculaire.					
Mi	SPORT SANTE REMISE EN FORME	Clément PLEVY	Mercredi	18h45 - 19h45	185 €
Un peu de marche nordique, de gym, de renforcement musculaire et de cardio. LE + : Progression de vos qualités physiques.					

SPORTS : ENFANTS

Mi	CAPOEIRA	Anthony MARTINEZ	6-12 ans	Lundi	18h - 19h	174 €
Art martial mélangeant lutte, musique et acrobatie. LE + : Ouverture sur les autres.						
Ex	ECOLE SPORT NATURE Course d'orientation, vélo, slackline	Clément PLEVY	7-13 ans	Vendredi	17h15 - 18h15	154 €
Techniques de coopération, endurance. LE + : Confiance en soi.						
Mi	JUDO	Nathalie CAMUZET	à partir de 4 ans	Mercredi	16h - 17h	174 €
Apprentissage des techniques d'utilisation de la force de l'adversaire. Amitié, courage, sincérité. LE + : Amitié, courage, sincérité - Avec licence incluse.						
Mi	JUDO	Nathalie CAMUZET	à partir de 6 ans	Mercredi	13h30 - 14h30	194 €
Apprentissage des techniques d'utilisation de la force de l'adversaire. Amitié, courage, sincérité. LE + : Amitié, courage, sincérité - Avec licence incluse.						
Mi	JUDO	Nathalie CAMUZET	à partir de 8 ans	Mercredi	14h30 - 16h	224 €
Apprentissage des techniques d'utilisation de la force de l'adversaire. Amitié, courage, sincérité. LE + : Amitié, courage, sincérité - Avec licence incluse.						
Gy	MULTISPORTS	Alain GROSSEMY	4-6 ans	Jedi	17h15 - 18h15	154 €
Motricité, jeu collectif, connaissance des règles de jeu. LE + : Coordination et confiance en soi.						
Gy	MULTISPORTS	Alain GROSSEMY	7-10 ans	Lundi	17h - 18h	154 €
Motricité, jeu collectif, connaissance des règles de jeu. LE + : Coordination et confiance en soi.						

SPORTS : ADOS

Gy	BADMINTON	En autonomie / Etienne CHALARD	à partir de 8 ans	Samedi	8h - 12h	133 €
Sport collectif complet, le badminton développe la coordination, l'acuité visuelle, la souplesse et l'endurance. LE + : Ambiance conviviale et soirée raclette annuelle.						
Mi	CAPOEIRA	Anthony MARTINEZ	à partir de 13 ans	Lundi	19h - 20h30	219 €
Art martial mélangeant lutte, musique et acrobatie. LE + : Ouverture sur les autres.						
Mi	CROSSFIT Renforcement musculaire Jeu d'opposition	Clément PLEVY	à partir de 13 ans	Vendredi	18h30 - 19h30	153 €
Renforcement musculaire complet, jeux d'opposition. LE + : Développement musculaire.						
Pi	FITNESS NOUVEAU	Julie N'GUYEN	à partir de 13 ans	Lundi	20h - 21h	199 €
Souplesse, renforcement musculaire et synchronisation. LE + : Entretien du corps et de l'esprit.						

ARTS et CULTURE : ADULTES

Cé	CERAMIQUE	Pascale MARTINEZ	Lundi	19h - 21h	350 € 32 séances 185 € 15 séances
	Apprentissage des techniques spécifiques et création d'objets. LE + : Créativité et précision.				
Ac	COUTURE	En autonomie avec bénévoles	Lundi	13h30 - 16h30	Carte
	Réalisation accompagnée sur techniques matériaux. LE + : Do it yourself, convivialité.				
Mi	DANSES DE BAL	Sylviane & Salvatore SMIRAGLIA	Mardi	20h30 - 22h	305 €
	Techniques sur danses de couples : tango, valse.... LE + : Détente, souplesse, mémoire.				
Pi	DANSES ORIENTALES NOUVEAU	Julie N'GUYEN	Lundi	18h - 19h	209 €
	Techniques de déhanchements, vibratoires et d'ondulations. LE + : Confiance et féminité.				
Fo	DESSIN ET PEINTURE NOUVEAU	Alain BLANC : intervention 1 fois par mois	Vendredi	14h - 16h	125 €
	Techniques pour dessin et peinture huile et acrylique : portrait, nature morte, composition et perspective. LE + : Convivialité, créativité				
Ac	VANNERIE	En autonomie	Mardi	15h - 17h	Carte
	Réalisation accompagnée sur techniques matériaux. LE + : Do it yourself, convivialité.				

ARTS et CULTURE : ENFANTS

Cé	CERAMIQUE	Pascale MARTINEZ	7-12 ans	Mercredi	14h - 15h30	204 €
	Apprentissage des techniques spécifiques et création d'objets. LE + : Parfait pour l'imagination et la précision du geste.					
Mi	CIRQUE	Cécile DESBENOIT	5-12 ans	Jeudi	17h- 18h	207 €
	Techniques d'équilibre, d'acrobatie et de jonglage. LE + : Coordination au top.					
Gi	DANSE HIP HOP NOUVEAU	Julie N'GUYEN	8-12 ans	Mercredi	11h - 12h	197 €
	Souplesse, synchronisation, créativité. LE + : Libération du corps et de l'esprit.					
Gi	EVEIL DANSE	Julie N'GUYEN	5-8 ans	Mercredi	10h - 11h	174 €
	Coordination fine, base rythmique, gestion de l'espace et du corps. LE + : Confiance en soi.					
Pi	GRS	Cécilia CAMI	7-10 ans	Lundi	17h- 18h	136 €
	Souplesse et maîtrise des engins : ballon, cerceau, massue, ruban. LE + : Concentration, estime de soi.					
Fo	MAGIE	Stéphane BIRAULT	9-14 ans	1 Mardi sur 2	18h - 19h30	136 € 16 séances
	Techniques de rapidité, d'agilité et d'éloquence. LE + : Effet wahou !					
Pi	THEATRE	Patrice LATTANZI	8-10 ans	Vendredi	17h30 - 18h30	207 €
	Développement de l'imaginaire et de la mémoire, rigueur. LE + : Créativité et confiance.					
Pi	THEATRE	Patrice LATTANZI	10-12 ans	Vendredi	18h30 - 19h30	207 €
	Développement de l'imaginaire et de la mémoire, rigueur. LE + : Créativité et confiance.					

ARTS et CULTURE : ADOS

Fo	MAGIE	Stéphane BIRAULT	à partir de 12 ans	1 Mardi sur 2	18h - 19h30	136 € 16 séances
	Tapis et jeu de cartes fournis Techniques de rapidité, d'agilité et d'éloquence. LE + : Effet wahou !					
Pi	CINEMA NOUVEAU	Laurent PISSOCHET	à partir de 12 ans	Mercredi	17h30 - 19h	320 €
	Réalisation de film : écriture scénario, story board, costumes, cadrage, jeu d'acteurs, montage. LE + : Créativité.					
Pi	ZUMBA	Julie N'GUYEN	à partir de 13 ans	Lundi	19h - 20h	207 €
	Souplesse, rythmique et synchronisation. LE + : Bonne humeur.					

BIEN-ÊTRE : ADULTES

Mi	GYM DOUCE	Nathalie CAMUZET	Mardi	10h - 11h	185 €
Assouplissements, étirements et renforcements musculaires. LE + : Meilleure mobilité et souplesse.					
Mi	GYM STRETCHING	Nathalie CAMUZET	Mardi	9h - 10h	185 €
Ensemble d'étirements pour gagner en souplesse. LE + : Maintien de la forme générale.					
Mi	PILATES	Nathalie CAMUZET	Mercredi	17h30 - 18h30	185 €
Ensemble d'exercices pour le développement des muscles profonds, amélioration de la posture, des muscles et des articulations. LE + : Entretien du corps et de l'esprit.					
Mi	PILATES	Nathalie CAMUZET	Jeudi	18h30 - 19h30	185 €
Ensemble d'exercices pour le développement des muscles profonds, amélioration de la posture, des muscles et des articulations. LE + : Entretien du corps et de l'esprit.					
Mi	PILATES	Nathalie CAMUZET	Jeudi	19h30 - 20h30	185 €
Ensemble d'exercices pour le développement des muscles profonds, amélioration de la posture, des muscles et des articulations. LE + : Entretien du corps et de l'esprit.					
Mi	PILATES DEBUTANTS	Maud BLETON	Jeudi	9h - 10h	185 €
Ensemble d'exercices pour le développement des muscles profonds, amélioration de la posture, des muscles et des articulations. LE + : Entretien du corps et de l'esprit.					
Gi	QI GONG	Charly MAGRO	Jeudi	18h30 - 19h30	185 €
Techniques respiratoires et d'assouplissements harmonieux. LE + : Réduit le stress et maintient en forme.					
Mi	STRETCHING	Maud BLETON	Lundi	10h - 11h	218 €
Exercices d'étirements et d'assouplissements. LE + : Relaxation.					
Gi	YOGA	Perrine VIAL	Mardi	17h - 18h15	218 €
Maîtrise respiratoire, souplesse, écoute de soi. LE + : Concentration et bien-être.					
Gi	YOGA	Perrine VIAL	Mardi	18h30 - 19h45	218 €
Maîtrise respiratoire, souplesse, écoute de soi. LE + : Concentration et bien-être.					
Gi	ZUMBA ADAPTÉE	Julie N'GUYEN	Mercredi	9h - 10h	199 €
Souplesse, renforcement musculaire, rythmique. LE + : Adaptée à ceux qui n'ont pas encore le rythme dans la peau.					
Pi	ZUMBA	Julie N'GUYEN	Lundi	19h - 20h	209 €
Souplesse, rythmique et synchronisation. LE + : Bonne humeur.					

AGENDA DES ACTIVITÉS

	LUNDI		MARDI		MERCREDI	
8h						
9h						
10h	RENFORCEMENT MUSCULAIRE		GYM STRETCHING		ZUMBA ADAPTÉE	
11h	STRETCHING		GYM DOUCE		ÉVEIL DANSE	
12h					DANSE HIP HOP	
13h						
14h					JUDO	
15h					JUDO	CERAMIQUE
16h					JUDO	
17h						
18h	MULTI-SPORTS	GRS	MARCHE	VANNERIE		
19h	CAPOEIRA	DANSES ORIENTALES	MAGIE	YOGA	CINEMA	PILATES
20h	CAPOEIRA	ZUMBA		YOGA	FITNESS	SPORT SANTE REMISE EN FORME
21h		FITNESS			FITNESS	
22h						

	JEUDI		VENDREDI		SAMEDI	
8h						
9h						
10h	PILATES DEBUTANTS				BADMINTON	MARCHE NORDIQUE
11h						
12h						
13h						
14h						
15h						
16h						
17h						
18h	MULTI-SPORTS	CIRQUE	ÉCOLE SPORT NATURE	THÉÂTRE		
19h	PILATES	QI GONG	CROSSFIT	THÉÂTRE		
20h	PILATES					
21h						
22h						

CAVE BALTHAZARD



BIÈRES - VINS - SPIRITUEUX - 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

MRL
Bureau d'Études - Travaux d'Exécution

Clovis Merle
Tel: 06.86.98.44.16
Mail: cmerle@cpa-mrl.fr

Permis de construire
Déclaration Préalable
Construction Neuve
Rénovation
Projet clé en main

Votre maître d'œuvre à ST Martin la Plaine

BIONETTOYAGE
Bureaux-Immeubles
Cabinets médicaux
Gymnases
Sortie conteneurs
Vitres

Nettoyage BRG
Service Propreté Et Hygiène

06 51 41 83 37 - 04 27 77 98 44
5 rue Etienne Féchet - Saint Martin la Plaine
brg.nettoyage21@gmail.com

Eric PAGNON
Menuiserie - Agencement
Bois - PVC - Alu

8 route du Munat
42800 St Martin la Plaine
04 77 20 60 51
06 64 00 51 59
contact@menuiseriepagnon.com

Mamito & Pétain
VOTRE
ARTISAN BOULANGER
& BANETTE

Chemin de Pompey
42800 GENILAC
09 82 45 47 12

JULLIEN AUTOMOBILE

39 bis route de la Plaine
SAINT JOSEPH

04 77 75 92 32

Vente de voitures neuves et d'occasion
Location de véhicules 9 places

garagejullien@hotmail.fr
www.jullienautomobile.fr



L'ÉQUIPE DE LA MJC

• LES PERMANENTS :

Syndie BARRIER : animationsociale@mjcstmartin.fr

Animatrice actions culturelles et vivre ensemble

Xavier GAY : animation@mjcstmartin.fr

Coordinateur accueil de loisirs et animateur jeunesse

Myriam LEBKARA : accueil@mjcstmartin.fr

Secrétaire d'accueil

Fabien THIMON : direction@mjcstmartin.fr

Directeur

• L'ÉQUIPE D'ANIMATION 2023 DE L'ACCUEIL DE LOISIRS :

Ibrahim SALI (apprenti BPJEPS loisirs tout public), Juliette AMORELLI, Léa ARDICYAKA, Gaël ARSAC, Samih AYAD, Alexandre BALHAZARD (service national universel), Marie BANCEL, Louise BASSET PELLET, Marie BERNET, Jules BOURGEOIS, Marlène CHAROLLOIS, Shainese DJOUHARA, Morgane GOJJAT, Emma GUERRIN, Joana LUIS, Laurine LUIS, Camille MACHABERT, Noémie MOULIN, Guillaume ROCHE, Maxime SEBAA, Jocelin TESTEIL, Florence VALENTE, Eva VICHERAT.

• LES ADMINISTRATEURS :

Danielle AUGAGNEUR, Nathalie BARBOU, Jacques BÉALLE, Sandrine BERTHE, Priscilla BRIAND, Laurence DECLERCY, Vincent DIMONTE, Monique GOUTAGNY, Emilie SANOU, Michel TOURNAYRE, Renée TRIADON.

Pour rejoindre la team des administrateurs,

écrivez à direction@mjcstmartin.fr

• LES BÉNÉVOLES RÉGULIERS :

Annick COL, Jean-Luc DUBREUIL, Françoise FORSANS, Livio GALHA, Kilian GILBERT, Angeline GUILHOT, Raymonde GRIVOLAT, Simon PILLEUL, Janine RUAS.

LES RENDEZ-VOUS INCONTOURNABLES

• Samedi 9 septembre 2023 à 14h :

Forum des Associations - La Gare

• Vendredi 22 septembre 2023 à 19h :

Présentation de la Saison Culturelle 2023-2024 en présence des artistes - La Gare

• Vendredi 6 octobre 2023 à 18h :

Soirée jeux de société en famille - MJC

• Jeudi 19 octobre 2023 à 20h :

Café des parents : *les écrans et l'enfance* - La Gare

• Vendredi 10 novembre 2023 à 18h30 :

Rencontre avec Vivien RICHARD, champion de France d'apnée dynamique - MJC

• Lundi 20 novembre 2023 à 20h :

Café des parents : *le harcèlement* - MJC

• Mercredi 13 décembre 2023 à 15h :

Spectacle *Magie Nordique de Noël*
Arbre de Noël de l'accueil de loisirs - La Gare

• Jeudi 14 décembre 2023 à 18h30 :

Apéro des bénévoles ouvert à tous - MJC

• Jeudi 25 janvier 2024 à 20h :

Café des parents : *l'adolescence* - MJC

• Jeudi 4 avril 2024 à 20h :

Conférence : *la Réussite et l'Échec* - MJC

• Dimanche 14 avril 2024 à 7h30 :

Randonnée départementale de la MJC avec les Chauskipeux. Départ : La Gare.
Parcours multiples, ravitaillement sur tous les circuits, repas chaud à l'arrivée

• Jeudi 16 mai 2024 à 20h :

Conférence : *Vieillir et bien vieillir* - La Gare

• Samedi 25 mai 2024 à 10h :

Assemblée Générale de la MJC - La Gare

• Lundi 3 juin 2024 à 20h :

Café des parents : *être parents* - MJC

• Du lundi 10 au vendredi 14 juin 2024 :

Festival des activités de la MJC

LES ATELIERS DE SYNDIE à la MJC

• Mercredis 20 et 27 septembre 2023 de 10h à 11h30 :

Création d'une montgolfière en papier mâché (+ 6 ans : 6 €)

• Mercredi 18 octobre 2023 de 10h à 11h30 :

Création d'un masque pour Halloween (+ 6 ans : 6 €)

• Mercredis 22 et 29 novembre 2023 de 10h à 11h30 :

Création d'un calendrier de l'avent (+ 6 ans : 6 €)

• Samedi 9 décembre 2023 de 10h à 12 :

String art (+10 ans : 7 €)

D'autres rendez-vous à venir, contactez-nous.

Tous les mercredis, retrouvez les paniers bios du JARDIN DE VALÉRIANE, livrés à la MJC.



Les conférences et les cafés des parents sont proposés par l'Atelier COLORESSENCE.



NOS PARTENAIRES

Nous remercions nos partenaires pour leurs animations.



C'EST **VOUS** QUI LE DITES

« Merci de continuer à faire vivre cette grande maison. »

Agnès BONNARD, adhérente

« Mes petits enfants vont au judo et en sont ravis. »

Muriel MARONNET, adhérente

« J'inscris ma fille pour les vacances et elle est toujours enchantée des activités proposées. »

Sandrine CHALARD, adhérente

« Les animateurs sont au top ! »

Delphine GARBE, adhérente

« L'accueil est toujours chaleureux, Myriam est un vrai rayon de soleil, les animateurs et animatrices sont toujours très accueillants. C'est un lieu où il fait bon vivre. »

Nelly HERMITTE, adhérente



CONFIANCE OBSÈQUES
À VOTRE SERVICE, À VOTRE ÉCOUTE

Votre boutique

8 rue Waldeck Rousseau
42 800 **RIVE DE GIER**
04 77 75 46 46

7 J / 7
24 H / 24

Chambre funéraire

La Madeleine
69 440 **SAINT MAURICE SUR DARGOIRE**
04 77 75 46 46

www.confianceobsèques.fr

La Ferme des Ruminettes

Venez profiter de tous nos bons produits bio et locaux
Légumes, pommes, fromages, yaourt, œufs,
champignons, steaks hâchés.



Le Crêt
42800 St Martin la Plaine
Marché BIO : mardi et vendredi de 9h à 13h

**BOULANGERIE
LANDY**



5 rue du 11 Novembre
ST MARTIN LA PLAINE

04 77 75 81 41

Un simple regard peut lui valoir un fleur et une petite régalie 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

**ESSAYEZ
L'EQUITATION
CETTE ANNÉE**

• Au parc du Molard • Stage découverte
• De 4 à 12 ans • Activité d'extérieur

Assure Camille
07.81.31.29.37

**UN COURS
ACHETÉ**

**UN COURS
OFFERT**



**France
literie**

EXPERT DE VOS NUITS

L'HORME
81 avenue
Louis Pasteur
(face à Super U)
04 77 22 68 53

Pierre Fraisse

L'accueil de la **MJC** est ouvert

04 77 75 47 41

Lundi uniquement sur rendez-vous

www.mjcstmartin.fr

Mardi, jeudi et vendredi de 14h à 18h30

2 rue René Charre

Mercredi de 9h à 12h et de 14h à 18h30

42800 Saint Martin La Plaine

TOUTE L'ACTU DE LA MJC, CHAQUE MOIS.

Parfois, on est débordé, si si, ça arrive... Pour ne pas manquer un événement proposé par la MJC, le plus simple c'est encore de s'inscrire à la Newsletter sur www.mjcstmartin.fr/newsletter

