



MJC
SAINT MARTIN LA PLAINE

Viens
je t'emmène



SAISON 2024-2025

LA SEMAINE DES 4 JEUDIS
COMMUNICATION et ÉVÉNEMENTS IMPERTINENTS

ÉVÈNEMENTIEL 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

HO₂

CREDIT D'IMPÔTS 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-Étienne
7, Place Jean Moulin
42000 Saint-Étienne

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

Téléphone : 04 82 82 62 50
E-mail : mej.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

Un voyage

VERS L'ÉDUCATION POPULAIRE

Une nouvelle saison s'ouvre, forte de votre présence et de votre confiance.

Notre équipe de professionnels et de bénévoles vous invite à un nouveau voyage où vous profiterez de nos escales :

- Les activités hebdomadaires bien connues et quelques nouveautés,
- L'accueil de loisirs du mercredi et des vacances scolaires,
- La saison culturelle de la commune et nos escapades artistiques.

A la découverte de nouveaux territoires, la MJC propose de nombreux rendez-vous : des ateliers ponctuels pour les enfants ou pour les adultes, des soirées jeux en famille, des sorties, des stages, des cafés des parents, des moments de convivialité où nous vous attendons dans ces espaces de rencontres et d'éducation populaire.

Nous avons également choisi d'améliorer votre expérience MJC, en renouvelant une grande partie de notre matériel et la possibilité, désormais, de vous inscrire en ligne depuis notre site internet à tout moment.

Lors de votre voyage, n'hésitez pas à nous faire part de vos envies et à rejoindre notre équipe pour dessiner les contours d'une nouvelle destination.

On vous emmène !

**Le Conseil
d'Administration
de la MJC**



Le Conseil d'Administration

ET SON ÉQUIPE PERMANENTE

Les statuts de la MJC définissent une collégialité de fonctionnement avec 4 grands pôles de compétences. Chaque membre du Conseil d'Administration est bénévole et s'investit ainsi dans ses missions, garant du fonctionnement de l'association.

Pôle FINANCES RESSOURCES HUMAINES

- Danièle AUGAGNEUR
- Sandrine BERTHÉ
- Catherine REY
- Émilie SANOU
- Michel TOURNAYRE

Pôle ANIMATION

- Nathalie BARBOU
- Monique GOUTAGNY
- Céline PERRET

Pôle GOUVERNANCE VIE ASSOCIATIVE FONDAMENTAUX

- Nathalie BARBOU
- Jacques BÉALLE
- Renée TRIADON

Pôle RELATIONS PUBLIQUES POLITIQUES EXTÉRIEURES

- Jacques BÉALLE
- Priscilla BRIAND
- Laurence DECLERCY



L'équipe permanente

- Myriam LEBKARA
Accueil et secrétariat
accueil@mjcstmartin.fr
- Syndie BARRIER
**Animation vie sociale
et médiation culturelle**
animationsociale@mjcstmartin.fr
- Ibrahim SALI
**Coordination accueil de loisirs
et animation jeunesse**
animation@mjcstmartin.fr
- Fabien THIMON
Direction
direction@mjcstmartin.fr

La MJC remercie celles et ceux, professionnels et bénévoles, qui concrétisent l'action de l'association.

Je prends mon envol

COMME BÉNÉVOLE

La MJC est un lieu ouvert à tous qui œuvre à une société plus solidaire et équitable.

Il est en effet possible de fréquenter la MJC pour pratiquer, pour créer, pour apprendre, pour recevoir du soutien, pour s'émerveiller, pour rencontrer, pour bâtir des rêves et les concrétiser, pour débattre, pour découvrir... mais également **pour contribuer et se sentir utile**.

Toutes nos actions se construisent au fil des jours pour vous mais surtout **avec vous**.

Vous souhaitez vous engager et offrir un peu de votre temps à la MJC ? Prenez le temps de nous retourner cette page (dans notre boîte aux lettres ou par mail à animationsociale@mjcstmartin.fr), vous participerez ainsi à la vitalité des activités :

Prénom : Nom :

Tél : Mail :



Coup de main EXCEPTIONNEL

J'ai une idée, une envie ou un talent à partager et à mettre en place.



Coup de main PONCTUEL

Je peux me rendre disponible 2 ou 3 h de temps en temps.
En soirée pour la tenue d'une buvette, d'une billetterie, d'une mise en place d'événements sur la saison culturelle ou d'autres manifestations.



Coup de main RÉGULIER

Je peux relayer la communication des événements de la MJC autour de chez moi une fois par mois environ : distribution d'affiches, de flyers...



Coup de main ENGAGÉ

Je souhaite participer activement au projet de la MJC et rejoindre l'équipe du Conseil d'Administration à raison de 3 ou 4 heures par mois, pour donner mon avis, orienter les choix ou prendre des décisions d'avenir.



CELINE
Centre Esthétique
Laser - Beauté - Jeunesse - Minceur



CENTRE ESTHÉTIQUE
Soins esthétiques
Soins minceur
Épilation électrolyse et laser
9 rue Bethenod
SAINT MARTIN LA PLAINE
04 77 74 24 26
www.celine-centre-esthetique.fr



PAIVA
PLOMBERIE CHAUFFAGE
ÉNERGIES RENOUVELABLES
Marc Paiva
Gérant
06 17 07 57 85 - marc@paiva-plomberie.fr
www.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



LAK PAYSAGES 06 65 72 35 40
Aménagements paysagers, entretien de jardins, plantation,
ramassage de feuilles mortes, taille de haies,
débranchage, flottage, désherbage de sols...
1 route du Poits 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 65 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



Maugué & Pélain
NOTRE
ARTISAN BOULANGER
& BANETTE
Chemin de Pompey
42800 GENILAC
09 82 45 47 12



La Ferme des Ruminettes
Venez profiter de tous nos bons produits bio et locaux
Légumes, pommes, fromages, yaourt, œufs,
champignons, steaks hâchés.
AB
Le Crêt
42800 St Martin la Plaine
Marché BIO : mardi et vendredi de 9h à 13h

Formalités et tarifs

D'INSCRIPTION

Prendre sa carte d'adhérent n'est pas une simple formalité, cela encourage nos animations au plus près des valeurs de l'éducation populaire : tolérance, respect de l'autre, laïcité.

Votre carte d'adhérent vous permet l'accès à toutes les activités et services proposés par la MJC et vous donne un statut de membre actif afin de participer à notre association. L'adhésion individuelle est valable de septembre 2024 à août 2025.

Enfin, votre adhésion vous permet de décider des orientations de la MJC lors de son Assemblée Générale qui aura lieu samedi 24 mai 2025 au matin.

La MJC de Saint Martin la Plaine s'inscrit dans le réseau des MJC. Elle est adhérente auprès de la fédération des MJC de la Loire au niveau départemental, ainsi qu'à la Fédération des MJC de France.



Tarifs des adhésions		
18 ans et +	13 à 17 ans	- de 13 ans
18 €	13,50 €	8,50 €

La cotisation d'activités

La cotisation est calculée sur une base de 32 séances annuelles (hors vacances scolaires de septembre 2024 à août 2025). Ce montant permet de contribuer 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.

Formalités et tarifs

D'INSCRIPTION

Les activités de la MJC débutent le lundi 9 septembre.

Les activités

Elles sont proposées essentiellement par des animateurs professionnels expérimentés et diplômés. Certaines sont animées par des bénévoles passionnés et qui souhaitent partager et transmettre.

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

L'essai gratuit pour tous

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.

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

L'inscription aux activités hebdomadaires

NOUVEAU : l'inscription en ligne !

Pratique, vous pouvez vous inscrire ou vous pré-inscrire depuis notre site internet www.mjcstmartin.fr

Il est toujours possible de vous inscrire sur place à la MJC aux horaires d'ouverture ou sur rendez-vous jusqu'au mercredi 31 juillet 2024 ou à partir du lundi 2 septembre.

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 de l'activité : restrictions sanitaires, bâtiments inaccessibles, etc... un avoir ou un remboursement est systématiquement proposé pour les séances annulées.

Les modes de règlements

- 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 ANCV** (classiques et connect) 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.



L'accueil de loisirs

POUR LES 3 - 12 ANS

Les mercredis de 7h30 à 18h30

Ouvert de 7h30 à 18h30. À la journée, la demi-journée avec ou sans repas. Inscription ponctuelle toute l'année sous réserve de places disponibles. Pré-inscription possible du 1^{er} 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...

Le dossier de préinscription doit être complet : fiche d'inscription, fiche sanitaire de liaison et copie de vaccination. Confirmation de l'inscription à partir du 16 juillet. L'inscription est définitive après la réception de votre règlement.

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.

TARIFS 2024-2025	COEFFICIENT CAF	0 à 500	501 à 700	701 à 900	901 à 1000	1001 à 1300	1301 et +
	Journée + repas	7,00 €	8,00 €	10,00 €	13,00 €	16,00 €	20,00 €
	Journée sans repas	4,00 €	5,50 €	8,00 €	10,00 €	12,00 €	15,00 €
	Demi-journée + repas	5,50 €	7,00 €	8,00 €	11,00 €	12,00 €	14,00 €
	Demi-journée sans repas	3,00 €	5,00 €	7,00 €	8,00 €	9,00 €	11,00 €

Des passerelles sont possibles le mercredi entre l'accueil de loisirs et les activités MJC. Notre équipe assure le transfert de votre enfant de l'un à l'autre pour le judo, l'éveil danse, la guitare (premier groupe uniquement), la céramique.

Pendant les vacances scolaires

L'accueil de loisirs est ouvert du lundi au vendredi de 7h30 à 18h, sauf vacances de Noël et d'août. Tarifs identiques au mercredi sauf public ados de plus de 12 ans.

Inscriptions 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 !





Élodie Longchamp
Courtlière en prêt immobilier
Conseillère en investissement financier
Courtlière en assurance de prêt



☎ 06.65.10.00.89
✉ elodie@optitaux.fr
🌐 optitaux.fr

Optitaux
c'est 15 années d'expertise en finance,
un accompagnement sur mesure
et 100 % de clients satisfaits !

Optimisez votre temps.
Optimisez votre argent.
Et maximisez votre avenir !

Vous avez un projet immobilier ?
Vous désirez faire fructifier vos avoirs ?
Vous voulez préparer votre avenir ?
Contactez-nous sans attendre !

DEMAIN SE PRÉPARE AUJOURD'HUI **OPTITAU**



AMBULANCE MOUNIER
AMBULANCE / TAXI / VSL

04 77 31 59 10 - 06 47 73 82 61



**CLIMATISATION - PLOMBERIE
FROID INDUSTRIEL
PHOTOVOLTAÏQUE**

Ludovic MAYERE : 04 77 75 83 56
www.aes42.fr - info@aes42.fr

GENILAC



Garage BOUTIN
Dorian BRIDIER

44 rue Claude Drivan
42800 Rive de Gier



MÉCANIQUE - CARROSSERIE - DÉPANNAGE

VENTE DE VÉHICULES
NEUFS ET
D'OCCASION



04 77 75 04 22

SMTJ

PORTAIL - MÉTALLERIE - MENUISERIE
ESCALIER - GARDE CORPS - MOBILIER

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



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

**AU SERVICE
DU JARDIN**

in CELLIER Paysagiste

**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...

50%
services à
un personne



Le S'Pace Jeunes

Le mercredi après-midi et le vendredi soir, les 12-17 ans peuvent se retrouver au S'Pace Jeunes de la MJC.

C'est tout d'abord un espace ouvert pour se retrouver, se détendre et s'amuser.

Des activités de loisirs sont proposées régulièrement : jeux vidéo, de société, sportifs, création déco... mais aussi des sorties : ciné, bowling, spectacles...

Les chantiers jeunes de la MJC permettent aux ados d'apprendre des techniques et de gagner en indépendance. Chaque participant à nos chantiers « cagnotte » selon le nombre d'heures effectué. Cela lui permet ensuite de financer en partie un projet ou une sortie : une place pour un match ou un concert par exemple mais aussi un financement pour une qualification : brevet de secourisme, permis de conduire, BAFA...

C'est aussi un lieu de ressources et d'écoute : santé, poursuite d'études, recherche de financement d'un projet, organisation d'un événement.

L'accès au seul S'Pace Jeunes est de 3 € pour toute la saison 24-25.

Les adolescents déjà adhérents à la MJC peuvent se présenter au S'Pace Jeunes à tout moment.

Des questions ? Des envies ?
Contactez Ibrahim SALI
 06 02 50 51 66
animation@mjcstmartin.fr



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

LES JARDINS DE DEMAIN

Romain BOUTEILLE
 PAYSAGISTE

06 27 64 82 94
bouteilleroomain@outlook.com

Aménagement - Piscine - Terrassement - Dallage - Pavage
 Maçonnerie décorative - Cours et allées - Taille de haie - Elagage

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

ESTANCA
 ÉTANCHÉITÉ & AMÉNAGEMENT DE TOIT TERRASSE

ÉTANCHÉITÉ - RECHERCHE DE FUITES
 ISOLATION THERMIQUE - VÉGÉTALISATION

NICOLAS REBOUX - TÉL : 06 77 80 24 51

Parc du Munat - 42800 Saint-Martin-la-Plaine
contact@estanca.fr - www.estanca.fr

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

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

La saison culturelle

SPECTACULAIRE !

De la danse, de la musique, du théâtre et de l'humour ! Chaque mois, la saison culturelle de la commune vous propose une programmation de spectacles professionnels originaux.

Parcours d'Éducation Artistique et Culturelle

La MJC propose aux structures du territoire, scolaires et extrascolaires, des parcours et projets d'Éducation Artistique et Culturelle à destination de tous les publics.

Notre originalité ? Les escapades artistiques.

Des initiations de 2 heures ou plus à une pratique artistique en lien avec les artistes de la saison culturelle.

Vous êtes professeurs ou professionnels de l'animation ?

Il y a sans doute une « escapade artistique » pour vous.

Contactez Syndie BARRIER : 07 48 16 14 77
animationsociale@mjcstmartin.fr

Présentation de la saison 2024-2025

Vendredi 27 septembre à 19h

Salle de la Gare

Tarifs des spectacles:

- Normal : 14 €
- Réduit : 10 € (- 25 ans ou demandeur d'emploi)
- Enfant : 6 € (de 3 à 12 ans inclus)

**BON
PLAN**

En réservant au moins 24 h avant le spectacle, vous économisez 3 € sur chaque billet commandé ! (sauf tarif enfant)



Encore plus avantageux : les Forfaits Spectacles

Ils sont nominatifs et valables uniquement sur la saison en cours.

Pour la saison culturelle 2 forfaits sont possibles :

• Le forfait SPECTACULAIRE

25 € pour 3 spectacles choisis à l'avance.

Ensuite, c'est 8 € pour tout achat d'une place de spectacle supplémentaire.

• Le forfait LIBERTÉ

30 € pour 3 spectacles sans réservation préalable.

Vous venez quand vous voulez !

Plus on est de fous...

A partir de 4 places achetées pour un seul et même spectacle, la cinquième place est offerte (La moins chère des 5 et hors réservation internet).

Infos et réservations spectacles :

- À l'accueil de la MJC
- Par téléphone : 04 77 75 47 41
- Par mail : accueil@mjcstmartin.fr
- Sur le site de la MJC : www.mjcstmartin.fr (paiement en ligne possible)

Vous aimez la culture ?

Rejoignez le Club des Mécènes de la saison culturelle.

Le mécénat contribue au soutien de notre action avec le développement des interventions des artistes auprès du public. Il permet également d'offrir aux spectateurs de la saison culturelle des supers spectacles !

Comment s'y prendre pour rejoindre le Club des Mécènes ?

Vous pouvez faire un don du montant de votre choix. Nous vous délivrons un reçu fiscal déductible à 66 % de vos impôts pour les particuliers et de 60 % pour les professionnels (loi de 2003).

La MJC est une association reconnue d'utilité publique.

Toutes les activités

LUNDI

Activités **SPORTIVES**

Activités **DE BIEN-ÊTRE**

Activités **ARTISTIQUES ET CULTURELLES**

MATINÉE 9 H 00 10 H 00	RENFORCEMENT MUSCULAIRE par Maud BLETTON	Salle des Miroirs	Adultes	185 €
	Techniques d'étirements, d'assouplissements et de respiration.			

MATINÉE 10 H 00 11 H 00	STRETCHING par Maud BLETTON	Salle des Miroirs	Adultes	185 €
	Exercices d'étirements et d'assouplissements.			

APRÈS MIDI 13 H 30 16 H 30	ATELIER COUTURE en autonomie	Salle Activités	Adultes	Carte adhérents
	Réalisation accompagnée sur techniques matériaux.			

APRÈS MIDI 17 H 00 18 H 00	GRS par Cécilia CAMI	La Gare : salle Pilat	Enfants de 7 à 10 ans	136 €
	Souplesse et maîtrise des engins : ballon, cerceau, massue, ruban.			

APRÈS MIDI 17 H 00 18 H 00	MULTISPORTS par Alain GROSSEMY	Gymnase	Enfants de 7 à 10 ans	154 €
	Motricité, jouer collectif, connaissance des règles de jeu.			

NOUVEAU SOIRÉE 18 H 00 19 H 00	STREET DANCE par Anthony MARIDET	La Gare : salle Pilat	Ados plus de 13 ans	209 €
	Ensemble des danses urbaines dites de rue, comme le ragga dancehall, le girly, le hip hop...			

APRÈS MIDI 18 H 00 19 H 00	CAPOEIRA par Anthony MARTINEZ	Salle des Miroirs	Enfants de 6 à 12 ans	174 €
	Art martial mélangeant lutte, musique et acrobatie.			

NOUVEAU SOIRÉE 19 H 00 20 H 00	CARDIO DANCE par Anthony MARIDET	La Gare : salle Pilat	Ados plus de 13 ans Adultes	209 € 209 €
	Voyage à travers les danses latines et urbaines tout en s'amusant en musique.			

APRÈS MIDI 19 H 00 20 H 30	CAPOEIRA par Anthony MARTINEZ	Salle des Miroirs	Ados plus de 13 ans Adultes	219 € 219 €
	Art martial mélangeant lutte, musique et acrobatie.			

SOIRÉE 19 H 00 21 H 00	CÉRAMIQUE par Pascale MARTINEZ	Salle Céramique	Adultes	32 séances 350 € 15 séances 185 €
	Apprentissage des techniques spécifiques et création d'objets.			

NOUVEAU SOIRÉE 20 H 00 21 H 00	STEP CARDIO par Anthony MARIDET	La Gare : salle Pilat	Ados plus de 13 ans Adultes	209 € 209 €
	Renforcement musculaire et cardio, tout en s'amusant.			

Toutes les activités

MARDI

Activités **SPORTIVES**

Activités **DE BIEN-ÊTRE**

Activités **ARTISTIQUES ET CULTURELLES**

MATINÉE 9 H 00 10 H 00	GYM STRETCHING par Nathalie CAMUZET	Salle des Miroirs	Adultes	185 €
	Ensemble d'étirements pour gagner en souplesse.			

MATINÉE 10 H 00 11 H 00	GYM DOUCE par Nathalie CAMUZET	Salle des Miroirs	Adultes	185 €
	Assouplissements, étirements et renforcements musculaires.			

APRÈS MIDI 13 H 30 18 H 00	MARCHE en autonomie	Extérieur	Adultes	Carte adhérents
	Endurance, connaissance du territoire local.			

APRÈS MIDI 15 H 00 17 H 00	ATELIER VANNERIE en autonomie	Salle Activités	Adultes	Carte adhérents
	Réalisation accompagnée sur techniques matériaux.			

APRÈS MIDI 17 H 00 18 H 15	YOGA par Perrine VIAL	La Gare : salle Pilat	Adultes	218 €
	Maîtrise respiratoire, souplesse, écoute de soi.			

NOUVEAU APRÈS MIDI 17 H 45 18 H 45	BOXE(S) par Ibrahim SALI	Salle des Miroirs	Ados plus de 13 ans Adultes	154 € 154 €
	Techniques de coordination, de rapidité et de force.			

NOUVEAU APRÈS MIDI 18 H 00 19 H 00	COUTURE par Élodie SCARNATO	Salle Activités	Enfants de 7 à 12 ans	136 €
	Apprentissages techniques des différentes matières et réalisations.			

SOIRÉE 18 H 30 19 H 45	YOGA par Perrine VIAL	La Gare : salle Pilat	Adultes	218 €
	Maîtrise respiratoire, souplesse, écoute de soi.			

NOUVEAU SOIRÉE 19 H 00 20 H 00	KARATE par Alain GROSSEMY	Salle des Miroirs	Enfants de 7 à 11 ans	197 €
	Apprentissage des techniques de la discipline : mouvements, enchaînements de Kata.			

SOIRÉE 20 H 30 22 H 00	DANSES DE BAL par S. et S. SMIRAGLIA	Salle des Miroirs	Adultes	305 €
	Techniques sur danses de couples : tango, valse...			

SOIRÉE 20 H 30 22 H 00	BADMINTON en autonomie (E. Chalard)	Gymnase	Adultes	133 €
	Sport collectif complet, développe la coordination, l'acuité visuelle, la souplesse et l'endurance.			

Toutes les activités

	MERCREDI			
	Activités SPORTIVES			
	Activités DE BIEN-ÊTRE			
Activités ARTISTIQUES ET CULTURELLES				
	MATINÉE 10 H 00 11 H 00	ÉVEIL DANSE par Julie N'GUYEN Coordination fine, base rythmique et gestion de l'espace et du corps.	La Gare : salle Gier	Enfants de 5 à 8 ans 174 €
	NOUVEAU MATINÉE 10 H 00 11 H 00	GUI-TARE Groupe 1 par Aymeric MALLET Apprentissage technique de l'instrument.	La Gare : salle Pilat	Enfants de 7 à 12 ans 260 €
	MATINÉE 11 H 00 12 H 00	DANSE HIP HOP par Julie N'GUYEN Souplesse, synchronisation, créativité.	La Gare : salle Gier	Enfants de 8 à 12 ans 197 €
	NOUVEAU MATINÉE 11 H 00 12 H 00	GUI-TARE Groupe 2 par Aymeric MALLET Apprentissage technique de l'instrument.	La Gare : salle Pilat	Enfants de 7 à 12 ans 260 €
	APRÈS MIDI 13 H 30 14 H 30	JUDO par Nathalie CAMUZET Apprentissage des techniques d'utilisation de la force de l'adversaire. Le tarif comprend le prix de la licence	Salle des Miroirs	Enfants à partir de 6 ans 194 €
	APRÈS MIDI 14 H 00 15 H 30	CÉRAMIQUE par Pascale MARTINEZ Apprentissage des techniques spécifiques et création d'objets.	Salle Céramique	Enfants de 7 à 12 ans 204 €
	APRÈS MIDI 14 H 30 16 H 00	JUDO par Nathalie CAMUZET Apprentissage des techniques d'utilisation de la force de l'adversaire. Le tarif comprend le prix de la licence	Salle des Miroirs	Enfants à partir de 8 ans 224 €
	APRÈS MIDI 16 H 00 17 H 00	JUDO par Nathalie CAMUZET Apprentissage des techniques d'utilisation de la force de l'adversaire. Le tarif comprend le prix de la licence	Salle des Miroirs	Enfants à partir de 4 ans 174 €
	APRÈS MIDI 17 H 30 18 H 30	PILATES par Nathalie CAMUZET Ensemble d'exercices pour le développement des muscles profonds, amélioration de la posture, des muscles et des articulations.	Salle des Miroirs	Adultes 185 €
	NOUVEAU SOIRÉE 18 H 00 19 H 00	DANSES CABARET par Julie N'GUYEN Danse glamour regroupant plusieurs styles de danse. Permet de développer la confiance en soi et sa féminité. Peut se pratiquer avec des accessoires tels que des chaises ou autres.	La Gare : salle Pilat	Adultes 209 €
	SOIRÉE 18 H 45 19 H 45	SPORT SANTÉ REMISE EN FORME par Clément PLEVY Un peu de marche nordique, de la gym, du renforcement musculaire et du cardio.	Salle des Miroirs	Adultes 185 €
	SOIRÉE 19 H 00 20 H 00	FITNESS par Julie N'GUYEN Souplesse, renforcement musculaire et synchronisation.	La Gare : salle Pilat	Adultes 209 €
	SOIRÉE 20 H 00 21 H 00	FITNESS par Julie N'GUYEN Souplesse, renforcement musculaire et synchronisation.	La Gare : salle Pilat	Adultes 209 €

Toutes les activités

	JEUDI			
	Activités SPORTIVES			
	Activités DE BIEN-ÊTRE			
Activités ARTISTIQUES ET CULTURELLES				
	MATINÉE 9 H 00 10 H 00	PILATES DÉBUTANTS par Maud BLETON Ensemble d'exercices pour le développement des muscles profonds, amélioration de la posture, des muscles et des articulations.	Salle des Miroirs	Adultes 185 €
	APRÈS MIDI 17 H 00 18 H 00	CIRQUE par Cécile DESBENOIT Techniques d'équilibrisme, d'acrobatie et de jonglage.	Salle des Miroirs	Enfants de 5 à 12 ans 207 €
	APRÈS MIDI 17 H 15 18 H 15	MULTISPORTS par Ibrahim SALI Motricité, jouer collectif, connaissance des règles de jeu.	Gymnase	Enfants de 4 à 6 ans 154 €
	SOIRÉE 18 H 30 19 H 30	QI GONG par Charly MAGRO Techniques respiratoires et d'assouplissements harmonieux.	La Gare : salle Gier	Adultes 185 €
	SOIRÉE 18 H 30 19 H 30	PILATES par Nathalie CAMUZET Ensemble d'exercices pour le développement des muscles profonds, amélioration de la posture, des muscles et des articulations.	Salle des Miroirs	Adultes 185 €
	SOIRÉE 19 H 30 20 H 30	PILATES par Nathalie CAMUZET Ensemble d'exercices pour le développement des muscles profonds, amélioration de la posture, des muscles et des articulations.	Salle des Miroirs	Adultes 185 €



Toutes les activités

VENDREDI		Activités SPORTIVES		
		Activités DE BIEN-ÊTRE		
		Activités ARTISTIQUES ET CULTURELLES		
NOUVEAU	APRÈS MIDI 17 H 00 18 H 00	ARTS PLASTIQUES par Héloïse BAUD Approche des différents courants artistiques, expérimentation et réalisation de travaux plastiques.	Salle Céramique	Enfants de 6 à 8 ans 207 €
	APRÈS MIDI 17 H 15 18 H 15	ÉCOLE SPORT NATURE par Clément PLÉVY Techniques de coopération et d'endurance.	Ext. ou Miroirs	Enfants de 7 à 13 ans 154 €
	APRÈS MIDI 17 H 30 18 H 30	THÉÂTRE par Patrice LATTANZI Développement de l'imaginaire, de la mémoire et de la rigueur.	La Gare : salle Pilat	Enfants de 8 à 12 ans 207 €
NOUVEAU	APRÈS MIDI 18 H 00 19 H 30	ARTS PLASTIQUES par Héloïse BAUD Approche des différents courants artistiques, expérimentation et réalisation de travaux plastiques.	Salle Céramique	Enfants de 9 à 12 ans 260 €
	SOIRÉE 18 H 30 19 H 30	CROSSFIT par Clément PLÉVY Renforcement musculaire complet, jeux d'opposition.	Ext. ou Miroirs	Ados plus de 13 ans 154 €
	SOIRÉE 18 H 30 19 H 30	THÉÂTRE par Patrice LATTANZI Développement de l'imaginaire, de la mémoire et de la rigueur.	La Gare : salle Pilat	Enfants de 8 à 12 ans 207 €

Toutes les activités

SAMEDI		Activités SPORTIVES		
		Activités DE BIEN-ÊTRE		
		Activités ARTISTIQUES ET CULTURELLES		
MATINÉE 8 H 00 12 H 00	BADMINTON en autonomie (E. Chalard) Sport collectif complet, développe la coordination, l'acuité visuelle, la souplesse et l'endurance.	Gymnase	Adultes Ados plus de 13 ans	133 € 133 €
	MATINÉE 9 H 30 11 H 30	MARCHE NORDIQUE par Clément PLÉVY Marche rapide, excellent pour le cardio-musculaire, l'endurance et la coordination.	Extérieur	Adultes 255 €



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.confianceobseques.fr

ANTHONY LERIQUE
PAYSAGISTE
06.33.79.18.38



A.L. PAYSAGE
ENTRETIEN • ELAGAGE • CREATION

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 cette 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

ESSAYEZ L'EQUITATION CETTE ANNÉE

- Au parc du Millard
- De 4 à 12 ans
- Stages découverte
- Activités d'extérieur

Apprenez à monter
07.81.31.29.37

UN COURS
ACHÈTE

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

Les rendez-vous INCONTURNABLES

- **Mercredi 4 septembre**
Reprise de l'accueil de loisirs du mercredi
- **Samedi 7 septembre à 14 h**
Forum des associations - La Gare
- **Lundi 9 septembre**
Reprise des activités hebdomadaires
- **Vendredi 27 septembre à 19 h**
Présentation de la saison culturelle - La Gare
- **Samedi 15 mars 2025**
Carnaval de Saint Martin la Plaine
- **Dimanche 13 avril 2025**
39^{ème} Rando des Chauskipeux
- **Samedi 24 mai 2025 à 10 h**
Assemblée Générale de la MJC - La Gare
- **Du 10 au 16 juin 2025**
Festival des activités
- **Vendredi 27 juin 2025**
Fête(s) de la Musique et de la Jeunesse.

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



Pour rester AU COURANT

L'actualité de la MJC est foisonnante avec un ou plusieurs rendez-vous chaque semaine.

Pour vous permettre de ne manquer aucune info ou événement qui vous intéresse, nous vous recommandons :

- **De vous abonner à notre newsletter mensuelle sur simple inscription sur notre site internet.**
- **De choisir la station MJC sur l'application Illiwap.** 
- **De nous suivre sur les réseaux sociaux**  
- **De consulter régulièrement notre site internet**
- **De pousser la porte de l'accueil de la MJC dès que vous en avez l'occasion.**



L'accueil de la MJC est ouvert

04 77 75 47 41

Lundi uniquement sur rendez-vous

www.mjcmartin.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 ou en voyage... Pour ne pas manquer un événement proposé par la MJC, le plus simple c'est encore de s'inscrire à notre Newsletter sur www.mjcmartin.fr/newsletter

