

MJC DU MONTBRISONNAIS

CREATRICE DE

LIENS

SAISON 2024-2025

Nous contacter

Espace des Jacquins 12 avenue Charles de Gaulle
42600 Montbrison
www.mjc-montbrison.com
montbrisonmjc@gmail.com
04-77-58-57-24



La MJC du Montbrisonnais

La MJC en tant qu'association d'Education Populaire depuis 1968 défend les valeurs de partage, de transmission, de découverte, d'écoute, d'accueil de tous et d'ECHANGES. Ainsi nous vous proposons des activités culturelles, sportives, de bien-être...pour tous les publics. . Les communes de Montbrison, Savigneux, Ecotay L'Olme, Champdieu et Pralong participent au fonctionnement ce qui vous permet de bénéficier du tarif conventionné.

Adhésion

Pour participer à nos activités vous devez vous munir de la carte d'adhésion au tarif unique de 10€ pour chaque individu valable de septembre 2024 à août 2025.

Adhérer c'est participer d'une façon ou d'une autre à notre vie associative, soit en pratiquant une activité, soit en venant rencontrer les autres, échanger.

Cotisation

La cotisation de chaque activité est à régler lors de l'inscription. Plusieurs modalités s'offrent à vous: espèces, carte bleue, chèques (retirés en début de chaque trimestre),prélèvement automatique mensuel, chèques vacances, e-ancv ou coupons sports.

Parrainage

Vous avez la possibilité de parrainer un ami, un membre de votre famille en prenant une cotisation annuelle, le parrain et le filleul recevront un bon de 10€ utilisable sur les ateliers ou des stages. Les bons ne sont pas cumulables et non monétaires.

Modalités

- -25% sur la cotisation annuelle pour les minima sociaux (ARE, AAH, AEH, RSA) sur présentation d'un justificatif
- -25% sur la cotisation annuelle pour les étudiants de 16-25 ans sur présentation d'un justificatif
- à partir de la 2ème activité annuelle tarif dégressif de -15% (activité la moins chère) et -20% à partir de la 3ème activité annuelle (la moins chère)
- possibilité d'utiliser le "Passculture" pour les 18 ans
- possibilité de prendre des activités à la séance au prix de 12€/la séance
- une remise de 7% pour les anciens adhérents

Horaires Accueil:

14H-18H du lundi au vendredi
(Ces horaires sont susceptibles d'être modifiés.)

La MJC du Montbrisonnais

Notre Maison des Jeunes et de la Culture est un lieu vivant où travaillent, se détendent, s'informent et se rencontrent près de 1000 personnes.

Pour donner du sens aux actions en place ou à développer auprès de ce public, notre MJC a formalisé ses raisons d'agir qui expriment la vision de ce qu'est notre MJC.

C'est l'objet du projet associatif, élaboré à partir des réponses de nos adhérents, des réflexions des administrateurs, des salariés permanents et des animateurs techniciens. Il doit permettre à l'ensemble de nos forces vives et à nos partenaires de comprendre ce qui explique nos envies et nos actions au quotidien.

Nos objectifs sont donc développés ci-dessous:

1) M-> MAISON

- Etre un lieu d'accueil au quotidien de tous et contribuer au vivre ensemble

- a) Ouvrir et multiplier les espaces de convivialité et de rencontres
- b) Favoriser la démarche participative
- c) Continuer l'accueil et l'accompagnement des différents publics
- d) Favoriser les rencontres interculturelles

2) J-> JEUNESSE

- Donner et/ ou redonner la place aux jeunes

- a) Accompagner le ou les jeunes dans des projets collectifs
- b) Développer le sens des responsabilités et d'esprit d'initiative
- c) Faciliter la venue du public
- d) Développer les partenariats avec les structures existantes

3) C-> CULTURE

- Favoriser l'accès à la culture et avoir une offre diversifiée

- a) Développer les pratiques participatives, collaboratives
- b) Favoriser et organiser la diffusion culturelle
- c) Proposer et développer des activités régulières liées à la culture, aux loisirs
- d) Promouvoir la culture auprès des différents publics

Danses

Adulte	1h	1h30
Normal	225€	243€
Réduit	205€	230€

DANSES DE SALON

Vous danserez au rythme de la Give, du Tango, de la Valse Viennoise ou bien du chacha avec *Geoffrey Jacob*.

ZUMBA

Vous aimez danser et faire exprimer votre corps sur des musiques rythmées et engageantes alors la zumba est pour vous! Mélangent de fitness et de danses latines la zumba vous donnera la pêche avec *Augustine Perrin*.

Enfant 1h	
Normal	210€
Réduit	191€

Ado / Adulte	
Normal	7€ la séance
Réduit	6€ la séance

ZUMBA KIDS : 5-6 ans

Idéale pour les enfants aimant danser Ils pourront se défouler au rythme de leur musique favorite en s'initiant et en jouant sur des chorégraphies avec *Katia Rochette*.

ZUMBA KIDS : 7-10 ans

Idéale pour les enfants fans de zumba. Ils pourront se défouler au rythme de leur musique favorite en s'initiant aux mouvements adaptés, basés sur des chorégraphies avec *Katia Rochette*.

Enfant 1h	
Normal	210€
Réduit	191€

Réduit= Montbrison, Champdieu, Savigneux, Ecotay l'Olme et Pralong

2014-2024

J'ai 10 ans!

Librairie
Papeterie
Lavigne

MONTBRISON

Loisirs créatifs, Beaux arts, encadrement
ZAC des Granges - Rue de Laplatte
42600 Montbrison - 04 77 58 76 27

biocoop | Scop ForezBio

LA BIO NOUS RASSEMBLE

Bio Équitable Local

9H00 - 19H00
Du Lundi au Samedi

Complexe C.Briant - La Bruyère - 42600 Savignieux

MEUBLES
ANDRÉ GAY

Mobilier Séduction

17, bd Carnot
42600 MONTBRISON

meublesgay@orange.fr Tél. 04 77 58 42 40

SALONS • SALLES À MANGER • CUISINES • CHAMBRES
LITIERES et ACCESSOIRES • DRESSING • DÉCORATION

RESTAURANT

Mise en Scène

DU MARDI AU SAMEDI :
12H00 À 13H30

DU JEUDI AU SAMEDI :
19H15 À 20H45

15 PLACE DES PÉNITENTS
MONTBRISON

04 77 76 28 13

@CONTACT@MISEENSCENE.PRO

f MISE EN SCÈNE

imprimerie

ipm

Imprimerie de la Plaine - Montbrison

22 boulevard des Entreprises - Z.I. de Vaure
42600 MONTBRISON 04 77 58 32 17

Danses / Musique

Adulte

Normal 235€

Réduit 215€

DANSE ROCK

Plongez ou replongez dans cette danse exceptionnelle qu'est le Rock'n'roll. Avec des influences swing et boogie du pas de base aux enchainements endiablés. Ambiance conviviale avec *Stéphane Morales*.

SALSA

Danse tonique qui permet d'allier plaisir et exercices physiques sur des rythmes afro cubains avec *Geoffrey Jacob*.

Ado /Adulte 1H

Normal 235€

Réduit 215€

Enfant: de 5 à 11 ans

Normal 224€

Réduit 204€

CAPOEIRA

Initier vos enfants à un éveil musical en apprenant à bouger en rythme en musique et à jouer des instruments sur les rythmes afro bresiliens avec *Noemie Tastavin* et l'association "Capoeira Quebrada do Sertao"

New!

GUITARE SÈCHE

Apprendre la guitare rien de tel pour développer son écoute, sa coordination main droite et main gauche, sa concentration. La musique adoucit les moeurs et vous permettra ainsi qu'à votre enfant de progresser collectivement avec *Eric Tamet*.

A partir de 6 ans 1h

Normal 323€

Réduit 294€

Réduit= Montbrison, Champdieu, Savigneux, Ecotay l'Olme et Pralong

JouéClub!

ZAC des Granges
1 allée Jean 1er du Forez
42600 MONTBRISON

Tél: 04.77.58.61.59
Email: jc-montbrison@joueclub.net

 Jouéclub Montbrison Loire

 joueclubmontbrison42

koesio

Le paradis des enfants | name it®



Spécialiste de la mode 0-18 ans



www.paradis-des-enfants.fr

10 place des Combattants
Montbrison
Tél. 04 77 58 79 12

 - Nouvelle page  - Je salue moi 

OUVERT DU MARDI AU SAMEDI
DE 9H À 12H ET DE 14H À 19H



*Au service des familles
depuis 1906*

7J/7 - 24h/24

31 rue de Laplatte
Zac des Granges
42600 MONTBRISON

04 77 96 88 11

www.pompesfunebresprioux.fr



Arts

New!

STOP MOTION (8-12,adultes)

Enfants, adultes venez découvrir la création d'un film d'animation en stop motion (image par image) en construisant les décors, les histoires et l'utilisation des différentes techniques des films d'animations en équipe grâce aux savoirs faire d'Oriane GROS.

	1h	1h30
Normal	190€	250€
Réduit	170€	230€

COUTURE ENFANTS

Vos enfants pourront apprendre à réaliser des patrons, des vêtements ou des accessoires en fonction de leurs envies et de leurs goûts avec **Anthony DARNE**. Venir avec son matériel.

	Enfant/ado
Normal	224€
Réduit	204€

Jeunes
1h30

Adultes
1h30

Normal	280€	280€
Réduit	260€	260€

CIRQUE

Faites initier votre enfant ou ado aux arts du cirque avec de la jonglerie, des assiettes chinoises, des diabolos, équilibre sur objet telle que mono cycles, fil tendu pour jouer au funambule ou encore une boule. Le cirque n'a plus de secret pour *Fabien Graci*.

8-14 ans: 1h30

Normal	New!	244€
Réduit		224€

THÉÂTRE Enfants/Ados

Faites découvrir à votre enfant des exercices qui l'amèneront progressivement à découvrir le potentiel d'expression qu'il a en lui. Improvisations et découverte de la notion de théâtre sont expérimentées avant même l'approche du texte avec *Valérie Ponchon*.

Réduit= Montbrison, Champdieu, Savigneux, Ecotay l'Olme et Pralong

DESSIN-PEINTURE

Un trait, de l'imagination, quelques couleurs et l'artiste en devenir sera, alors pourquoi pas vous ou votre enfant? Faites vous plaisir en découvrant les différentes techniques d'expression plastique comme l'huile, le pastel...et la construction d'un tableau avec *Véronique Peytour*.

	Jeunes 1h30	Adultes 2h
Normal	215€	282€
Réduit	196€	257€

Ado / Adulte 2h

Normal	325€
Réduit	296€

COUTURE

Découvrez comment réaliser des patrons, des vêtements, des accessoires en fonction de vos envies et de vos goûts. Mais aussi en apprenant différentes techniques de montage avec *Caroline Juban-Durand*.

CLUB SCIENCE

Faites découvrir à votre enfant les joies des sciences. Curieux de tout, et surtout de sciences, de nombreuses découvertes dans la bonne humeur t'attendent. Votre enfant saura être l'apprenti scientifique d'*Anthony Darne*.

7-12 ans: 1h30

Normal	244€
Réduit	224€

tous publics 1h30

Normal	244€
Réduit	224€

PAPERCRAFT

Viens découvrir l'utilisation du papier ou du carton comme support artistique pour la création d'objets en trois dimensions grâce aux savoirs faire d'*Anthony Darne*.

Réduit= Montbrison, Champdieu, Savigneux, Ecotay l'Olme et Pralong

SOPHROLOGIE

relaxation

Sophrologie relaxation est proposé à tous les publics afin d'apprendre à retrouver sérénité, bien-être et légèreté dans votre vie qui peut parfois déborder. Cours adaptés aux femmes enceintes. *Cindy Chevillard* vous aidera à trouver cette sérénité.

Adulte 1h	
Normal	232€
Réduit	211€
Future maman	6€/séance

SOPHROLOGIE

remise en forme physique et psychologique

Vous traversez un ou des moments difficiles (maladies, douleurs, handicaps, deuils...) venez apprendre à vous remettre dans le positif et à revoir la vie en couleurs avec *Cindy Chevillard*.

Adulte 1h	
Normal	232€
Réduit	211€

Normal	Ado / Adulte 1h30
Normal	280€
Réduit	255€

QI GONG

Initiez vous aux mouvements lents et fluides ainsi qu'à la respiration et l'intention. Le Qi Gong, bien être énergétique se pratique debout ou assis pour faire travailler l'énergie du corps et la faire circuler. *Alexandre Bois* vous guidera dans les mouvements.

Réduit= Montbrison, Champdieu, Savigneux, Ecotay l'Olme et Pralong

Le Mieux-Être

TAI CHI forme Yang

Initier vous au Taï Chi forme yang avec ses enchainements de mouvements entre équilibre corporel, harmonie intérieure, bien-être, anti-stress et développement de sa relation aux autres et à soi-même. *Jean-Paul Adam* vous accompagnera dans cette initiation.

Ado /Adulte 1h30	
Normal	277€
Réduit	252€

Ados/adultes 1h	
Normal	232€
Réduit	211€

HATHA YOGA

Venez découvrir ce yoga qui met l'accent sur la respiration, les postures physiques et la méditation. Ses bienfaits pour le corps et l'esprit sauront vous séduire avec Paula Enfroy.



Crédit Mutuel

CRÉDIT MUTUEL MONTBRISON

18 T Boulevard Lacheze
42600 Montbrison

2 Place du 8 Mai
42450 Sury-le-Comtal

Email : 07251@creditmutuel.fr

 04 77 44 24 13

Réduit= Montbrison, Champdieu, Savigneux, Ecotay l'Olme et Pralong

POUND FITNESS

Mélange de percussions, de danse et de cardio, le Pound permet de dépenser des calories. Cours de fitness hyper dynamique qu'on exécute sur une musique stimulante à l'aide de baguettes. Vous passerez un moment extrêmement fun et défoulant et développerez votre coordination et votre mémorisation avec *Vanessa Chabert*.

Adulte	
Normal	15€
Réduit	10€

SKATEBOARD

Sport urbain où votre enfant découvrira les notions de glisse avec son équilibre, ses figures, le plaisir de rouler avec son skate. *L'animateur se fera une joie d'initier votre enfant. Guillaume PAUTY l'accompagnera dans sa progression.*

Adultes	
Normal	235€
Réduit	215€

SECTION MARCHÉ

Départ depuis le parking des Jacquins. Vous sillonnerez les monts du Forez, les montagnes du matin, les monts du Lyonnais....

Mardi 13h45: allure soutenue entre 13 et 16km

Vendredi 13h45: allure modérée entre 9 et 13km

Enfants 7-11 ans 1h30	
Normal	264€
Réduit	244€

Réduit= Montbrison, Champdieu, Savigneux, Ecotay l'Olme et Pralong

BOXE: 5-7 ans et 8-11 ans

Laissez votre enfant s'initier à ce sport de combat qui lui sera très bénéfique tant au niveau physique que mental.

"Baby-boxe" pour les 5- 7 ans où les enfants s'entraînent sur cible ou sac de frappes autour d'ateliers sportifs et ludiques.

"Boxe éducative" pour les 8-11 ans où les enfants auront une pratique douce de la boxe sans risque et sans puissance avec Karim Djaïd.

Enfants: 5-7 ans et 8 -11 ans

Normal	200€
--------	------

Réduit	180€
--------	------

Adulte

Normal	215€
--------	------

Réduit	195€
--------	------

BOXE adultes

Pratiquer la boxe avec des oppositions conviviales et respectueuses. Chacun pourra ainsi pratiquer la boxe anglaise, la boxe pieds/poing en toute sécurité avec Karim Djaïd.

Ados/adultes

Normal	215€
--------	------

Réduit	195€
--------	------

SELF-DEFENSE féminin

Discipline préparatoire à une éventuelle agression, dont la gestion de la distance et l'apprentissage de techniques efficaces sont des éléments clés. L'esprit de ce sport est de pouvoir se protéger et réagir aux éventuelles attaques avec Karim Djaïd.

Réduit= Montbrison, Champdieu, Savigneux, Ecotay l'Olme et Pralong

Le sport "bien être" (référéncé CDOS)

PILATES

Venez développer et renforcer vos muscles profonds, améliorer la posture et l'assouplissement articulaire dans une bonne ambiance.

Le Pilates sollicite essentiellement les muscles profonds qui vont soutenir la colonne vertébrale et renforcer les articulations. Cette activité sera *rondement menée par Katia Rochette.*

Adulte 1h	
Normal	210€
Réduit	190€

Adultes 1h	
Normal	210€
Réduit	190€

GYM DOUCE

Venez partager un moment de détente autour d'une activité de gym pour tonifier, assouplir l'ensemble du corps grâce à des techniques douces. Une activité variée pour tous et menée par *Katia Rochette.*



GYM TONIC

Venez partager un moment dynamique pour tonifier, assouplir et renforcer l'ensemble du corps grâce à des techniques stimulantes et entraînantes.

Une activité variée pour tous et menée par *Katia Rochette.*

Ado / Adulte	
Normal	210€
Réduit	190€

Réduit= Montbrison, Champdieu, Savigneux, Ecotay l'Olme et Pralong



l'outil coupant métal
usinage / pneumatique / serrage

Z.I. de Vaure - CS10059
42602 MONTBRISON CEDEX

Tél. : 04 77 58 73 00 - Fax : 04 77 58 73 44

www.vaco-france.com - contact@vaco-france.com



SPONSORS/PARTENARIATS :

VOUS SOUHAITEZ VOUS INVESTIR AU SEIN DE NOTRE MJC (sponsors, don de matériaux, projets, partage de compétences..) N'hésitez pas à venir nous rencontrer pour que l'on réfléchisse et construise ensemble.

Le sport "santé" (référéncé CDOS)

SPORT SANTE

sur prescription médicale - **Prix: 250€ l'année**

Intervenant sportif: Vivien Cladet

Le programme "sport santé sur prescription médical" s'adresse à des personnes adultes souffrant d'une maladie chronique et/ou en affection de Longue Durée (diabète, obésité, affection respiratoire, hypertension, cancer...)

Vous pouvez venir via votre médecin traitant sur prescription médicale afin de pratiquer une activité physique adaptée, pouvant être prise en charge par certaines mutuelles, au même titre qu'une séance d'acupuncture ou d'ostéopathie.

Vous pouvez être orienté par la plateforme "Sport Santé" de Saint Etienne.

Un bilan et entretien individuel sera réalisé en début de saison sous forme de questionnaires et tests de conditions physiques.

Un autre bilan et entretien individuel sera fait en fin de cycle, à l'identique du premier, afin de voir l'évolution.

Le cycle du sport santé est d'une durée totale de 38h incluant les rdv psy, les rdv diététicien et les séances d'activités physiques adaptées.

Démarrage Jeudi 26 septembre et ce jusqu'au 26 juin 2025. (planning définitif à l'inscription) de 14h00 à 15h00. Plus d'informations à la rentrée de septembre.

Séance d'essai le **JEUDI 19 SEPTEMBRE DE 14H A 15H**

SPORT SANTE

sur prescription médicale

Au programme:

- activité physique adapté afin de travailler et développer l'ENDURANCE, la SOUPLESSE, l'EQUILIBRE et la FORCE MUSCULAIRE.
- intervention d'une psychologue, car la santé, c'est aussi le bien-être social et mental. Il est parfois difficile de s'ouvrir aux autres, l'intervention d'une psychologue a pour objectif de faciliter les échanges et une reprise de confiance en soi au travers d'échanges en sécurité avec les autres. Cette intervention n'a pas de vocation thérapeutique, mais bien de soutenir les habiletés sociales des participants.
- intervention d'une diététicienne: pour apporter, dans un premier temps, des conseils en alimentation, nutrition et diététique. Puis, dans un deuxième temps, organiser un atelier cuisine.
- LA SANTE GLOBALE= bien-être physique, social et psychologique.

L'ensemble du programme sera suivi et mis en œuvre par Vivien Cladet éducateur sportif spécialisé "activité physique adaptée"

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Boxe baby 5-7 ans			14h30-15h30			
Boxe éducative 8-11			15h30-16h30			
Boxe adultes					19h-20h	
Capoeira 5-11 ans				17h-18h		
Cirque 4-6 ans						9h30-10h30
Cirque 7-10 ans						10h30-12h
Club science					17h30-19h	
Couture	16h-18h et 18h-20h		17h-19h et 19h-21h	14h-16h		
Couture Enfant/ados				17h30-19h		
Danses de salon Débutant			17h-18h			
Danses de salon Confirmé			18h-19h30			
Danse rock Débutant		18h30-19h30				
Danse rock Intermédiaire		19h30-20h30				
Danse rock Confirmé		20h30-21h30				
Dessin-peinture Enfants			10h30-12h			
Dessin-peinture Ados			14h30-16h			
Dessin-peinture Adultes créneau de 2h		14h-16h et 17h30-21h				
Fab Lab		17h30-19h				
Guitare 1h				17h30h19h		
Gym douce	10h30-11h30					
Gym Tonic				18h15-19h15		

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Marche		13h45			13h45	
Papercraft						9h-10h30
Pilates adultes	9h30-10h30		9h-10h			
Pound fitness				19h15-20h15		
Qi Gong		17h30-19h				
Salsa			19h45-20h45			
Skateboard			10h-11h30			
Self Défense					18h-19h	
Sophrologie					14h-15h et 15h-16h	
Sport santé				14h-15h		
Stop motion 8-12 ans		17h-18h30				
Stop motion adulte		18h30-20h00				
Tai Chi 1ère année	19h-20h30					
Tai Chi 2ème année		19h-20h30				
Théâtre primaire	17h15-18h45					
Théâtre collégien					17h30-19h	
Théâtre lycéen					19h-20h30	
Yoga Hatha		17h30-18h30				
Zumba ado/adultes	17h30-18h30					
Zumba kids 5-6 ans			10h-11h			
Zumba kids 7-10 ans			11h-12h			

Ateliers

YOGA DU RIRE Seul ou en famille (dès 6 ans)

Ateliers animés par Marie-Pierre SAVEL

Rire est bon pour la santé !

Si le rire est essentiel à notre vie, il apporte un grand nombre de bienfaits tant sur le plan psychique, que sur le plan physique, car il oxygène aussi bien le cerveau que le corps. L'OMS (organisme mondial de la santé) préconise 15 mn de rire par jour pour être en bonne santé.

Le yoga du rire est un concept original et unique, mise au point par un médecin qui allie des exercices corporels ludiques et aux respirations du yoga. Pas la peine d'avoir de l'humour, ni de savoir raconter des blagues, seul le rire sans raison vous fera rapidement accéder à votre rire naturel et communicatif. Le rire est accessible à tous et inclusif. Toute personne est la bienvenue.

Marie-Pierre Savel (Mariegolade) animatrice certifiée par Corinne Cosseron (L'école internationale du yoga du rire).

TARIF: 20€ adulte, 25€ parent/enfant

NOUVEAUTE : carte de fidélité : 4 séances la 5eme gratuite

Samedi 9 septembre 2024 : les supers pouvoirs du rire

Samedi 19 octobre 2024 : Le rire ouvre le cœur (gratitude) et apaise l'esprit (bienveillance)

Samedi 9 novembre 2024 : Le rire repousse le courant d'air de la déprime, élimine la peur, chasse les sorcières !

Samedi 7 décembre 2024 : Ce qui met en joie : le plaisir de rire ensemble, le partage, penser à ce qui nous rend reconnaissant envers les autres et à la vie.

Samedi 11 janvier 2025 : Nouvelle année, nouvelle activité : le rire libérateur d'enthousiasme, fait rayonner comme le soleil. Le yoga du rire entraîne à être heureux.

Samedi 15 février 2025 : le rire est comme un feu d'artifice : faites le vide des soucis et le plein de bonne humeur !

Samedi 22 mars 2025 : Un bon fou rire contagieux. Pourquoi avons-nous besoin d'une raison pour rire ?

Samedi 12 avril 2025 : quand votre tête refuse de rire faites rire votre corps ! libérez les émotions emprisonnées et amusez-vous.

Samedi 17 mai 2025 : le rire nous rend heureux et une personne heureuse en contamine au moins dix autres .

Samedi 14 juin 2025 : Manifester sa joie de vivre, sa bonne humeur, le bonheur, l'amour : danser, chanter, voyager et RIRE.

Site : www.mariegolade.fr

Ateliers / Stage

ATELIER LITHOTHERAPIE

Atelier animé par Maryline SABY

les bases de la lithothérapie: utilisation des pierres et cristaux, purification, rechargement, bienfaits et vertus des 5 pierres les plus utilisées, comment choisir une pierre, comment programmer une pierre avec une intention personnalisée, étude de cas concret et confection d'un bracelet personnalisé.

Date: le samedi 05 octobre de 14h à 16h

le samedi 25 janvier de 14h à 16h

le samedi 05 avril de 14h à 16h

Prix: 35€ matériel de confection fourni

ATELIER DECOUVERTE DE L'OLFACTOTHERAPIE

Ateliers animés par Magali DHUMES

Samedi 12 octobre de 10h à 12h: Senteurs d'automne: A la rencontre des huiles essentielles en olfaction

Un programme tout en douceur pour découvrir, redécouvrir, apprivoiser, s'approprier le monde des senteurs grâce aux huiles essentielles (méthode, bienfaits, précautions..).

Samedi 30 novembre de 10h à 12h: Senteurs de l'hiver: méditation olfactive

Présentation d'huiles essentielles associées à la méditation. Réalisation d'un aromastick « doudou olfactif », puis méditation olfactive pour un temps de reconnexion à soi.

Samedi 22 mars de 10h à 12h: Senteurs printanières: créatif multi sensorielles

Création d'une plante « chimérique » par la rencontre avec 5 huiles essentielles issues de la distillation de différentes parties de plantes et exprimez vous librement par l'écriture, le dessin en vous laissant inspirer par de la musique

Samedi 14 juin de 10h à 12h: Senteurs de l'été: Le pouvoir des fleurs

Réalisation d'un roll-on à base d'huiles essentielles. Atelier qui cible des huiles essentielles dont la fleur est la partie de la plante qui est distillée

Prix par atelier: 20€ matériel de confection fourni

STAGE THEATRE ADULTE

Ateliers animés par Jean-Claude VIOU de la Compagnie Les Pas Sages

Le théâtre est un JEU et une ACTIVITE D'EXPRESSION . Ce stage a pour buts de permettre à chacun(e) de s'amuser en s'appuyant sur ses propres ressources et caractéristiques personnelles. Et ainsi de découvrir ou développer ses talents de comédien, de comédienne. Ce stage est ouvert aux Débutant(e)s comme aux Comédiens(nes) amateurs expérimentés

Stage de 6 séances de 2h, 19h30-21h30, un mercredi par semaine: du 6 novembre au 11 décembre: 120€

Stage de 8 séances de 2h, 19h30-21h30 , un mercredi par semaine: du 12 mars au 14 mai : 160€

(pas de séance pendant les vacances)

La participation à l'ensemble des séances d'un stage est obligatoire.

Pas d'obligation de s'inscrire aux deux stages.

CULTUREL

La saison 2024/2025 sera sous le signe d'évènements culturels, de la rencontre et de la découverte.

Culturels par des évènements qui permettront de nous rassembler autour de spectacles, concerts, initiations ...

Rencontre par le fait de construire ensemble des projets/ évènements en fonction de vos envies.

Découverte de nouveaux horizons, de culture et d'arts qui nous feront voyager le temps d'un instant..

Nous aurons une animatrice jeunesse et culturelle ainsi qu'une animatrice de proximité et numérique qui seront dans la co-construction d'évènements et qui seront disponibles pour vos envies et avis.

Restez attentifs, de nouvelles propositions arriveront régulièrement.

En attendant, voici nos évènements fixes qui n'attendent que vous.

Nos évènements

Fête de Noël : Samedi 7 décembre

Assemblée générale : Vendredi 28 mars

Vide grenier : Dimanche 6 avril

The final show : Date à confirmer

J'aime délirer : Date à confirmer

Soirée bénévoles/adhérents: Vendredi 27 juin

Contact: evenements.montbrisonmjc@gmail.com

Le centres de loisirs 3 - 12 ans

Pour les 3-5 ans: Ambiance Montessori

Pour les 6-11 ans: Ambiance Ateliers Libres

Soucieux de respecter les besoins et les rythmes de chaque enfant le centre de loisirs enfants de Montbrison s'adapte aux envies et aux attentes de vos enfants.

L'Ambiance Montessori au niveau du centre de loisirs c'est une salle entièrement aménagée qui permet à votre enfant de développer la confiance en soi, l'autonomie, les expérimentations et l'apprentissage en douceur. Il pourra faire librement et quand il le désire des ateliers adaptés pour lui.

Nos objectifs sont de favoriser son éveil, ses sens, son ouverture au monde et son développement tout en respectant son rythme et ses centres d'intérêts.

Votre enfant s'épanouira en découvrant plus d'une cinquantaine d'ateliers répartis en 4 aires différentes:

- l'aire du matériel sensoriel
- l'aire du langage
- l'aire de la vie pratique
- l'aire des mathématiques

L'Ambiance Ateliers Libres c'est une salle aménagée où chaque enfant peut effectuer l'atelier qui lui plait. Votre enfant peut expérimenter, aller à son rythme, prendre son temps et découvrir ce que bon lui semble.

Notre objectif est de lui laisser avoir recours à sa créativité, à ses envies, à l'autonomie, à la prise de décision, à l'entraide, à la libre circulation mais aussi et surtout de prendre en considération son rythme et ses besoins.

La disposition de la salle permet à votre enfant de faire différentes activités ludiques et variées.

En plus de ces **ateliers libres** des temps de jeux collectifs sont également mis en place ainsi que des sorties ou des projets construits avec votre enfant.

Contact: accueilloisirs.mjc@gmail.com ou par téléphone: 06 86 81 08 75

L'Espace Jeunes 11-17 ans

L'espace jeunes c'est quoi, c'est qui?

L'espace jeunes est, depuis 2019 mutualisé avec la ville de Montbrison.

Nous avons pour objectifs de:

- proposer un espace de rencontres et d'initiatives pour les jeunes
- responsabiliser, accompagner les jeunes dans l'élaboration de projets

L'espace jeunes est situé à Beauregard et est ouvert aux jeunes de 11 à 17 ans , quel que soit leur lieu d'habitation. Plus qu'un lieu de passage, l'Espace Jeunes est un lieu d'éducation, de socialisation, d'informations, d'échanges et d'activités.

Les jeunes fréquentent le local avant tout pour se retrouver entre amis ou se détendre. Ils viennent plus régulièrement pour échanger sur leur quotidien, leurs émotions et évoquer de futurs projets.

Vous pourrez retrouver un programme d'animation riche et varié sur les périodes des mercredis et des vacances scolaires, ainsi que la mise en place de projets et d'événements.

L'Espace Jeunes est animé par trois animateurs.

L'Espace Jeunes s'est aussi des interventions dans les collèges sur les temps de pauses méridiennes.

Pour s'inscrire à l'Espace Jeunes, rien de plus simple:

- au bureau EJS en face de la piscine



Le FAB'LAB

Le projet de mise en place du *Fab'Lab* fait suite aux nouveaux objectifs du projet associatif de la MJC du Montbrisonnais.

Les objectifs:

- stimuler le développement de la culture scientifique et technique
- favoriser l'innovation, la création et la collaboration
- faciliter la réalisation d'objets grâce aux équipements technologiques
- réduire les inégalités, notamment au niveau numérique
- favoriser et encourager les rencontres intergénérationnelles et le partage des connaissances
- explorer de nouvelles façons d'apprendre

Le *Fab'Lab* est un laboratoire de fabrication qui rentre dans une démarche de réduction des inégalités au niveau du numérique en ouvrant les portes de la structure à tous les publics et en favorisant les partenariats avec les différentes structures du territoire. Le *Fab'Lab* est un service complémentaire à l'ensemble de notre structure qui, dans un de nos objectifs associatifs, est de rassembler les individus autour de valeurs partagées, d'échanges et d'offrir un lieu accueillant et bienveillant.

L'innovation, la conception, le "faire soi-même" est totalement en accord avec les principes d'une MJC et pour cela nous souhaitons investir dans du matériel adapté.

Dans notre *Fab'Lab* vous y trouverez:

- brodeuse numérique
- imprimantes 3D
- découpe laser
- presses à badges
- presse à chaud avec sublimation
- machines à coudre numérique
- thermo formeuse
- ordinateurs

Contact : fablab.mjc@gmail.com ou
par téléphone au 04 77 58 57 24



FAB LAB 8- 12 ans

Initier votre enfant à la création numérique grâce à nos différents outils, ils pourront expérimenter, inventer et créer des objets en tout genre avec l'aide de Fatis CELEN.

Enfants 8 - 12 ans 1h30

Normal 190€

Réduit 170€

QUAI D'ASTRÉE

Prêt à porter féminin

6 rue Tupinerie - 42600 MONTBRISON
Tél. 04 77 24 48 11 - laboutiquedalexandra@orange.fr

cdG Formation

COMPATIBILITE

- Comptabilité générale
- Logiciel EBP Compta
- Opérations d'inventaire

NOS TITRES / CERTIFICATIONS :

- Assistant(e) Ressources Humaines
- Gestionnaire de paie
- Secrétaire Comptable
- Assistant(e) Comptable
- ASCA (Association de Comptabilité et d'Administration)
- TOSA

Nous proposons des formations sur mesure adaptées à vos besoins et ceux des entreprises.

9 rue des Métiers - 42600 SAVIGNEUX
Tél : 04 77 24 91 41 - www.cdgformation.com - Email : info@cdgformation.com

ADM plus

MAGASIN GRANDES TAILLES

DU 42 AU 54

GALERIE NOTRE DAME
8 RUE NOTRE DAME
MONTBRISON - 04.77.24.34.04

Horaires d'ouvertures :
Lundi : 14h30 - 18h30
Mardi au jeudi: 9h30 - 12h et 14h - 19h
Vendredi et samedi:
9h30 - 19h NON STOP

POMPES FUNEBRES MAZET
2 CHAMBRES FUNÉRAIRES

Salle de cérémonies à disposition de nos familles

A VOTRE SERVICE 7 jours / 7 - 24 heures / 24

MONTBRISON
Chambre Funéraire, Magasin
1, rue des Jacquins
04 77 58 30 38

ST GALMIER
Chambre Funéraire, Magasin
31 B, Rte de Cuzieu
04 77 94 91 23

ETS Horticoles VERNET
Producteur

*Géraniums,
plantes à massifs, suspensions,
plants de légumes, etc...*

Rue des Vignes
42600 MONTBRISON
Tél. 04 77 58 24 76

Collecte des déchets **VEOLIA**

Agence de Montbrison
ZAC des Granges
1 rue des Vernes
42600 Montbrison
Tél.: 04 77 97 08 86
www.veolia.com

Ressourcer le monde

P'TITES CANAILLES

Partenaire agréé

Tél: 04 69 34 20 42

37, rue Tupinerie 42600 MONTBRISON

Hôtel **
vous accueille toute l'année
30 chambres climatisées

- > Terrasse d'été, véranda
- > Hommes sans et sans le lit gratuits
- > Parking fermé

Les étoiles du Forez

ZAC de Crémérieux
BP 68
42600 Savigneux
04 77 96 00 96
Fax: 04 77 58 74 35
lesetoilesduforez@orange.fr
www.lesetoilesduforez.com

GRAVO-CLES

- Clés
- Photos
- Imprimerie
- Cravure
- Serrurerie

Tél: 04 77 58 41 46
Fax: 04 77 58 53 46
gravo-cles@wanadoo.fr
65 Rue Tupinerie - 42600 MONTBRISON

AUTOSUR SAVIGNEUX
CONTROLE TECHNIQUE AUTOMOBILE

3 av. Charles De Gaulle
42600 Savigneux
04 77 58 02 03

La MJC du Montbrisonnais

DANSES
ROCK ET SALON

PILATE

THEATRE

DESSIN

SOPHRO

SELF-
DEFENSE

QI GONG

GYM
DOUCE

CIRQUE

ZUMBA

YOGA
HATHA

MARCHE

BOXE

SCIENCES

COUTURE

TAI CHI

POUND
FITNESS

PAPER
CRAFT

SPORT
SANTE

SKATE

STOP
MOTION

COUTURE
ENFANT

FAB LAB

GYM
TONIC

PORTES OUVERTES

DU LUNDI 9 AU SAMEDI 21
SEPTEMBRE 2024

Réservation obligatoire: 04-77-58-57-24 ou portesouvertesmjc@gmail.com
Plus d'infos: www.mjc-montbrison.com



**DES ENTREPRISES QUI SOUTIENNENT
LA CULTURE ET LA JEUNESSE !!!**



Intermarché
MONTBRISON

Ouvert du lundi au samedi de 8h30 à 20h NON STOP
le dimanche de 9h à 12h30

ZAC des Granges - Tél. 04 77 96 34 44

MONTBRISON

leDRIVE
Intermarché

LIVRAISON A DOMICILE ENTRE
PARTICULIERS VIA SHOPOPOP

www.ledriveintermarche.com

Ouvert du lundi au samedi de 8h30 à 19h30

Loire
LE DÉPARTEMENT

