

BOUGEZ VOUS  
*la Vie*

MJC Saint-Just Saint-Rambert



**SAISON** | 20**22**/20**23**



**Maison des Jeunes et de la Culture**

Place Gapiand • 42170 Saint-Just Saint-Rambert

**Tél. : 04 77 36 62 15**

**[www.bougezvouslavie.fr](http://www.bougezvouslavie.fr) • [accueil@bougezvouslavie.fr](mailto:accueil@bougezvouslavie.fr)**



## INSCRIPTIONS POUR LA RENTRÉE :

- Pour le périscolaire et l'accueil de loisirs du mercredi :
- Pour les nouvelles familles à compter du 20 juin 2022 au 29 juillet 2022 puis à compter du 16 août 2022 pour créer votre compte et récupérer vos codes d'accès au Portail Famille.
- Pour les familles déjà inscrites à la MJC avec un accès sur le Portail Famille à partir du lundi 4 juillet 2022 (plus de détails en page 11).

**Attention du 1<sup>er</sup> au 15 août la MJC sera complètement fermée.**  
**Dans ce contexte, aucune synchronisation du « portail famille » ne sera faite**  
**(merci de ne pas faire de demande d'inscription ou réservation durant cette période.)**

- Pour les activités hebdomadaires :

Dès le 27 juin 2022 à 14h, jusqu'au 8 juillet 2022 « période d'inscription réservée uniquement pour les adhérents de la saison 2021-2022 ». Puis du 11 au 29 juillet 2022 pour les retardataires et les nouveaux adhérents, selon les horaires d'ouverture de l'accueil. Les inscriptions reprendront à compter du 16 août 2022 en fonction des places disponibles.

**1 semaine « découverte » : du 5 septembre au 10 septembre 2022 sur toutes les activités enfants et adultes.** Pour ceux qui veulent découvrir une nouvelle activité, les nouveaux, les indécis et les curieux. **Mais attention votre place n'est réservée qu'après validation de votre inscription par l'accueil en fonction des places restantes.**

### DÉBUT DE LA SAISON :

- Accueil périscolaire le jeudi 1<sup>er</sup> septembre 2022
- Secteur jeune le jeudi 1<sup>er</sup> septembre 2022
- Accueil mercredi le 31 août 2022
- Activités hebdomadaires le 5 septembre 2022

### PERMANENCES SECRÉTARIAT ACCUEIL :

MJC Pôle Culturel - Place Gapiand - 42170 Saint-Just Saint-Rambert  
Tél. : 04 77 36 62 15 • E-mail : accueil@bougezvouslavie.fr

- Lundi - 14h/18h45 • Mardi, jeudi - 13h30/18h45
- Mercredi - 8h30/11h30 & 13h30/18h30 • Vendredi - 8h30/11h30 & 14h/18h30

**Infos page 23 sur les modalités d'accueil et de gestion des inscriptions du 28 juin au 30 septembre.**

### Point règlement intérieur et tarification :

#### Adhésion familiale obligatoire (sauf pour les stages)

17 € l'année scolaire pour les familles de la commune

22 € l'année scolaire pour les familles extérieurs à la commune

Pour les activités hebdomadaires : règlement et inscription à l'année avec tarification en fonction des quotients des familles.

Coeff	<450	<700	<1000	>1000
Réduction	-40%	-30%	-15%	Tarif maxi

Réduction de 20% pour la 2<sup>ème</sup> voire la 3<sup>ème</sup> activité pour la même personne (sur l'activité la moins chère et non cumulable avec d'autres réductions). Inscription à l'année avec paiement par prélèvement sur 10 mensualités « sept à juin ». Les prélèvements se font au terme du mois le 1<sup>er</sup> jeudi du mois suivant.

**ATTENTION :** En cas d'arrêt en cours d'année, 50% des paiements qui ne sont pas réalisés restent dus à la MJC. Merci de signaler votre arrêt dans les temps.

**Modes de règlements acceptés :** espèces, chèques, Cesu, ANCV, coupons sport, prélèvements, paiement en ligne par le portail famille pour les familles ayant un compte actif.

**Règlement par prélèvement mensuel sur toutes les activités sauf en cas de chèques vacances. Mode de règlement à activer à l'inscription « RIB nécessaire de la famille ».** En cas de période Covid certains cours seront maintenus en Visio. Pour les cours non maintenus = pas de facturation et avoir pour les familles ayant payé à l'année.

# ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES



## LES ACTIVITÉS DE CRÉATION

### ATELIER PEINTURE - SCULPTURE

ACRYLIQUE, AQUARELLE ET HUILE

• **Animatrice** : Barbara Pradel • **Publics** : adultes et jeunes



Atelier	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
Peinture libre 2h30		9h00-11h30		9h00-11h30
Peinture libre 2h				18h45-20h45
Peinture dirigée 1h30 et 2h	18h45-20h45		19h00-20h30	
« Peinture & sculpture » dirigées		15h15-17h15		



**Inscription à l'année** • **Atelier 1h30** : 236 € / an  
• **Atelier 2h** : 280 € / an • **Atelier 2h30** : 295 € / an

### ATELIER DESSIN & MATIÈRES

• **Animatrice** : Barbara Pradel  
• **Publics** : enfants à partir de 6 ans et jeunes



Atelier	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
Enfants Préados 1h30	17h15-18h45	17h15-18h45	15h30-17h00	17h15-18h45
Ados 2h			17h00-19h00	



**Inscription à l'année** • **Atelier 1h30** : 236€ / an  
• **Atelier 2h** : 280€ / an

### ATELIER ENCADREMENT

• **Animateur** : Anne Chabance • **Publics** : adultes

Atelier	Vendredi
Adultes	13h30-16h00



**Inscription à l'année** • **Atelier 2h30** : 280 € / an  
(1 vendredi tous les 15 jours)



### AU GRÈ DES FILS ET DES AIGUILLES ET LA TRICAUSERIE

• **Animatrices** : ateliers de partage de savoir-faire animés par des bénévoles Angèle Boyer, Muriel Falgon et Michèle Gidrol  
• **Publics** : adultes



Lundi « couture » Angèle	Mardi « laine » Muriel	Jeudi « patch » Michèle
13h30-16h30	15h00-17h30	14h00-16h30



**Inscription à l'année** • 30€ l'année - activités encadrées par des bénévoles

# ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES



## LA DANSE SOUS TOUTES SES FORMES

### EVEIL À LA DANSE



- **Animateurs** : Jamie Lee Martin et Alexia Dury
- **Publics** : enfants déjà scolarisés en Moyenne Section

Mercredi Jamie Lee Martin M. S. - 4 ans	Jeudi Jamie Lee Martin MS-GS - 4-5 ans	Vendredi Alexia Dury G. S. + 5 ans
9h00-9h45	17h15-18h00	17h15-18h00



Inscription à l'année • Atelier 45 minutes : 137€

### DANSE CLASSIQUE



- **Animateur** : Alexia Dury
- **Publics** : + 6 ans, ados, jeunes et adultes

	Mercredi	Vendredi
Débutant 1h (6 ans)	9h00-10h00	
Élémentaire 1h (7-8 ans)	10h00-11h00	
Moyen 1 - 1h15 (8-11 ans)	11h00-12h15	
Moyen 2 - 1h30 (11-14 ans)		18h00-19h30
Intermédiaire Avancé 1h30 (+14 ans)		19h30-21h00
Adultes 1h30		



• **Atelier 1h** : 183€ / an • **Atelier 1h15** : 220€ / an  
 • **Atelier 1h30 enfants et ados** : 246€ / an

### HIP-HOP



- **Animateur** : Antar Bentakouka Cie Dyptik
- **Publics** : Enfants + 6 ans ados jeunes et adultes

	Enfants débutants 1h	Enfants initiés 1h15	Ados Niv.1 - 1h15	
Mardi	17h15-18h15		encadré	autonome
Mercredi	13h30-14h30	14h30-15h45	15h45-17h00	17h00-17h45



• **Atelier 1h** : 183€ / an • **Atelier 1h15** : 220€ / an  
 (dont les séances de pratique autonome)

## MODERNE JAZZ

- **Animatrice** : Jamie Lee Martin
- **Publics** : enfants + 6 ans, ados et adultes



	Lundi	Mercredi	Jeudi
Initiation 1h (6 ans)	17h15-18h15	9h45-10h45	
Débutants (7-8 ans) 1h15		10h45-12h00	
Élémentaire (7-8 ans) 1h15			18h00-19h15
Moyen 1 - 1h30		13h30-15h00	
Moyen 2 - 1h30		15h-16h30	
Intermédiaire 1 - 1h30		16h30-18h00	
Intermédiaire 2 - 1h30	18h15-19h45		
Intermédiaire / Avancé 3 +16 ans, 1h30			19h15-20h45
Adultes	19h45-21h15		



- **Atelier 1h** : 183€ / an • **Atelier 1h15** : 220€ / an
- **Atelier 1h30 enfants et ados** : 246€ / an

## DANSE INDIENNE BOLLYWOOD

- **Animatrice** : Anne Pupet
- **Publics** : + 6 ans, ados, jeunes et adultes



Mercredi		Jeudi	Samedi
Enfants + de 6 ans	Ados adultes	Enfants + de 6 ans	Ados adultes
11h00-12h00	19h00-20h30	18h15-19h15	11h00-12h30



- **Atelier 1h** : 183€ / an • **Atelier 1h30** : 246€ / an



au cœur de vos territoires  
agence **reciproque**.fr  
pile l'agence qu'il vous faut

# ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES



## DANSES LATINES, SALSA, MERENGUE

- **Animateur** : Gaëtan Herbert
- **Publics** : Jeunes et adultes



	Débutants - Niveau 1	Niveau 1 - 2
Mercredi	18h30-19h30	19h30-20h30



Inscription à l'année • Atelier 1h : 186€ / an

## LES ACTIVITÉS D'EXPRESSION

### LE THÉÂTRE

- **Animateurs** : B. Moulin et P. Grenier Cie la Tarlatane
- **Publics** : Enfants, jeunes et adultes



	Enfants et Pré-Ados	Ados + 13 ans	Adultes "Atelier"
Lundi	17h30-19h00 « 11-13 ans »		19h15-20h45
Jeudi	17h30-19h00 « 7-10 ans »	19h15-20h45	



Inscription à l'année • Atelier 1h30 : 246 € / an

### LE CIRQUE

- **Animatrice** : Cécile Desbenoit Cie « les Kipounis »
- **Publics** : Enfants



	Enfants GS & CP	Enfants CP et CE	Enfants CE et CM
Mardi	17h15-18h15	18h15-19h15	19h15-20h15



Inscription à l'année • Atelier 1h : 195 € / an

## LES ACTIVITÉS SPORTIVES

### MARCHE NORDIQUE

- **Animateurs** : Denis Bouchet, Dominique Colson, Robert Brunel, Sophie Luquet et Marina Le Marie
- **Publics** : Adultes

Lundi 24 places maxi	Mercredi	Jeudi + Dynamique 18 places maxi
9h00-11h00	18h30-20h00	9h00-11h00



Inscription à l'année : 30€ / an + participation supplémentaire si sortie avec transport extérieur de la commune. (**certificat médical obligatoire**).

## L'ÉVEIL SPORTIF

• **Animatrices** : Anne Pupet et Alexandra Blanc\* • **Publics** : Enfants

Lundi	Mercredi			Jeudi
4-5 ans (MS-GS) *	3-4 ans (MS-GS)	3-4 ans (PS-MS)	4-5 ans (MS-GS) *	4-5 ans (MS-GS)
17h30-18h30	9h00-10h00	10h00-11h00	10h00-11h00	17h15-18h15



**Inscription à l'année • Atelier 1h** : 186 € /an

## BOXE SAVATE LOISIR

• **Animateur** : Thomas Possamai • **Publics** : Pré-ados, jeunes et adultes « mixte »

	Mardi	Samedi
Boxe éducative 6-11 ans	18h15-19h15 « 6-8 ans »	9h00-10h00 « 9-11 ans »
Boxe Savate 11-16 ans		10h00-11h30
+ de 16 ans et adultes	19h15-20h45	



**Inscription à l'année • Atelier 1h** : 186 € /an • **Atelier 1h30** : 246 € /an

## FOOT EN SALLE

• **Animateur** : Charles Utheza (Foot)  
• **Publics** : Jeunes et adultes



**Inscription à l'année** : 30 €

Dimanche	Foot en salle : 18h30-20h00
----------	-----------------------------

## ÉCOLE DE SKATE

• **Animateur** : Club de School Yard Rider,  
• **Publics** : Enfants et jeunes

Mercredi		
Débutants	Enfants initiés	Ados 12-16 ans
10h30-12h00	13h30-15h00	15h00-16h30



**Inscription à l'année • Atelier 1h30** : 230 €

## ÉTIREMENT ET ASSOULISSEMENT

• **Animatrices** : Elisabeth Lafanechère et Anne Pupet\* • **Publics** : Jeunes et adultes « mixte »

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Samedi
12h15-13h15			17h30-18h30	10h00-11h00*
17h00-18h00 Atelier adapté	13h15-14h15	19h30-20h30	18h30-19h30	
18h00-19h00				



**Inscription à l'année • Atelier 1h** : 193 € /an

## PILATES

• **Animatrices** : Elisabeth L. et Alexandra B.\*  
• **Publics** : Jeunes et adultes « mixte »

Niveau	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Débutants	13h15-14h15			19h30	17h30
	18h30-19h30 *			20h30	18h30*
Initiés « 1 & 2 »	19h00-20h00	12h15 13h15		18h30 19h30 *	
Initiés « 2 & 3 »	20h00-21h00		18h30 19h30		



**Inscription à l'année • Atelier 1h** : 205 € /an

# ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES



## FITNESS, ZUMBA ET CARDIO



- **Animatrices** : Alexandra Blanc, Anne Pupet\* et Catherine Peiller\*\*
- **Publics** : Jeunes et adultes

	Fitness	Zumba
Lundi	19h30-20h30	
Mercredi	9h00-10h00	
Jeudi	17h30-18h30 Cours Ados 19h15-20h15 Adultes	19h30-20h30
Vendredi	19h30-20h30	18h30-19h30
Samedi	9h00-10h00**	10h00-11h00**



Inscription à l'année • 1h Fitness ou Zumba : 193 € /an

## LES ACTIVITÉS BIEN-ÊTRE



### YOGA RELAXATION



- **Animatrices** : Laurence Jacquet, Chantal-Gislaine Faure\* et Cathy Peiller\*\*
- « Yoga 12-16 ans » • **Publics** : Jeunes et adultes « mixte »

Lundi	Mardi	Jeudi	Samedi
10h00-11h15 « Yoga adapté »			11h00-12h15 Atelier Yoga « 12-16 ans » **
15h00-16h30	17h30-19h00	9h30-11h00	
18h30-20h00 *	19h00-20h30		
20h00-21h30 *			

### QI GONG



- **Animatrices** : Sylvette Caritg\* Parc 3 et Antoinette Thouilloux
- **Publics** : Jeunes et adultes « mixte »

	Lundi	Mardi
Débutants et initiés 1	18h30-20h00 *	9h00-10h30
Initiés 1 et 2		10h30-12h00 / 19h00-20h30 *

## SOPHROLOGIE - MÉDITATION

- **Animatrice** : Caroline Gardes • **Publics** : Jeunes et adultes « mixte »

Mardi	Mercredi	Jeudi
17h15 - 18h00 Ados	10h00-11h00 enfants	9h00-10h30
18h00-19h15 / 19h15-20h45	11h00-12h15	9h00-10h30



**Inscription à l'année des activités bien-être • Atelier 1h15** : 233 € / an  
 • **Atelier 1h30** : 275 € / an • **Atelier 1h** 184€/ ans & **45 mn** : 140 € / ans

## LES ACTIVITÉS DE LOISIRS ET CULTURELLES

### CLUB PYRAMIDE

- **Animatrice** : Michèle Elsen, bénévole
- **Publics** : Jeunes et adultes « mixte »



Lundi	Jeudi
14h00-16h00	



**Inscription à l'année** : 30€ plus cotisation FF Club Pyramide pour les compétitions.

### CLUB ÉCHECS

- **Animateurs** : Activité encadrée par des bénévoles Bruno, François, Philippe, Roland (initiation, perfectionnement, compétition)
- **Publics** : Enfants jeunes et adultes « mixte »



Samedi	14h00-17h00
--------	-------------



**Inscription à l'année** : 30€ à l'année + Licence FF Échecs A ou B en fonction de la catégorie et de l'âge

### COURS D'ANGLAIS

- **Animatrice** : Catherine Degeorges
- **Publics** : Enfants, jeunes et adultes



**Constitution des groupes pour les nouveaux le samedi 3 septembre à 9h30 à la MJC**

Lundi	Enfants 5-6 ans Atelier Eveil	45 min	17h15 -18h00
	Adultes « Débutants – Faux débutants »	1h15	18h00-19h15
	Adultes Pré intermédiaires	1h15	19h15-20h30
Mardi	Enfants Initiés	1h	17h45-18h45
	Adultes Pré intermédiaires avancé	1h15	18h45-20h00
Mercredi salle ados	Enfants 3-4 ans Atelier Eveil	45 min	9h15-10h00
	Enfants 4-5 ans Atelier Eveil	45 min	10h00-10h45
	Enfants Débutants	1h	10h45-11h45
	Ados - Jeunes	1h15	13h30-14h45



**Inscription à l'année des activités • Atelier 45 mn** : 136€ / an  
 • **Atelier 1h** : 192€ / an • **Atelier 1h15** : 243€ / an • **Atelier 1h30** : 287 € / an



## CLIN D'OEIL À UNE ASSOCIATION LOCALE !

### L'ASSOCIATION PONT ET PIGNONS - SAINT-JUST SAINT-RAMBERT



Pont et Pignons, association d'usagers du vélo, souhaite développer la pratique du vélo comme moyen de déplacement quotidien et de loisirs sur la commune de Saint-Just Saint-Rambert et ses environs. A terme, et dans une démarche participative, l'association disposera aussi d'un local pour y implanter une « maison du vélo » afin d'accueillir ses adhérents autour d'événements, d'ateliers d'auto-réparation et de récupération de vélos.

Leur initiative vous intéresse plus d'infos sur : [www.facebook.com/pontetpignons/](http://www.facebook.com/pontetpignons/)

Adhésion possible en ligne : [www.helloasso.com/associations/pont-et-pignons/adhesions/adhesion-a-l-association-pont-et-pignons](http://www.helloasso.com/associations/pont-et-pignons/adhesions/adhesion-a-l-association-pont-et-pignons) • Mail : [contact@pont-et-pignons.fr](mailto:contact@pont-et-pignons.fr)

Bar à cocktails  
St Just St Rambert  
[www.zone154.fr](http://www.zone154.fr)  
**ZONE 154**  
Complexe de loisirs  
enfants & adultes  
04.77.945.815

**ESCAPE GAME**      **BOWLING**

**REALITE VIRTUELLE**

**KARAOKE PRIVATIF**

**LASER GAME**      **MINI GOLF FLUO**

## AUTO-ECOLE

*A vos côtés depuis 1979*

### SAINT-JUST-SAINT-RAMBERT

04-77-36-48-80

---

## AUTO - MOTO - REMORQUE

BOITE AUTO - PMR & - SCOOTER - VOITURE SANS PERMIS

[www.aers.fr](http://www.aers.fr)

[@autoecoleaers](mailto:@autoecoleaers)

[auto-ecole-aers@orange.fr](mailto:auto-ecole-aers@orange.fr)

**Ouvert du L au Sa :**

**8h à 10h (sauf Me)**

**16h à 19h (sauf Sa)**

# CHI FOU MI

**JEUX DE SOCIETE - JOUETS - PUZZLES  
LOISIRS CREATIFS**

Du mardi au samedi  
Et même le dimanche matin !

1 Rue Colombet Solle, 42170 Saint-Just-Saint-Rambert

06 58 23 92 46    [chifoumiboutique.fr](http://chifoumiboutique.fr)

[@chifoumiboutique](https://www.facebook.com/chifoumiboutique)

[@boutiquechifoumi](https://www.instagram.com/boutiquechifoumi)

## LES SECTEURS ENFANTS

Des accueils adaptés sur les temps périscolaires, les mercredis & les vacances.

**Portail famille** : vous gérez de chez vous votre compte pour les réservations, les annulations et les règlements.

- **Les nouvelles familles doivent au préalable passer à la MJC, pour remplir les démarches administratives obligatoires lors d'une première inscription. Lors de votre inscription, nous vous remettrons votre code de connexion à votre compte famille.**
- **Les familles ayant déjà un accès sur le portail famille doivent impérativement actualiser leur dossier (voir notice dans « docs à télécharger » du site internet). Le changement d'école n'est pas possible sur le portail famille, merci de le signaler par mail à l'adresse : [accueil@bougezvouslavie.fr](mailto:accueil@bougezvouslavie.fr)**

### LE PÉRISCOLAIRE

Le périscolaire ; Une organisation aménagée en fonction des effectifs, des restrictions sanitaires et du bien-être des enfants après l'école.

#### LES LIEUX D'ACCUEIL :

**Les maternelles : accueil dans les groupes scolaires. Sauf :**

- Les barques aux Matrus
- St Nicolas St Rambert aux Matrus
- St Nicolas St Just au Pôle Culturel

**Les primaires : accueil dans les pôles :**

- St Just au Pôle Culturel
- St Rambert aux Matrus

- Accueil jusqu'à 19h sur tous les sites

- Accompagnement sur les activités pour les maternelles et les élémentaires  
**Plus de regroupement fratrie possible**

Les enfants sont encadrés par l'équipe d'animation. Ils disposent d'espaces lecture, jeux, activités de créations, bricolage ou tout simplement pour jouer, discuter ou encore ne rien faire et se donner à rêver ! Le temps d'accueil est rythmé par un goûter : salé, sucré, fruit ou laitage en fonction des jours.

**Les familles peuvent aussi utiliser le périscolaire pour faire accompagner leur enfant sur une activité de la commune et de la MJC : attention l'accompagnement pour les activités qui débutent uniquement à partir de 17h15 et sur les horaires suivants, sous réserve que les associations respectent l'organisation et les heures fixées en amont au regard des contraintes d'organisation et des navettes !**

« Basket ULR - la Pontoise, l'ASJR Foot, l'Ecole de Musique, la Chorale, Fazz and Co, 100% Sport, Shotokan Karaté, Dojo St Just, Fjep Gym, la Base de Loisirs et les activités MJC »

#### MODES DE RÉSERVATIONS :

- **Systématique, régulier, dépannage occasionnel** : réservation de chez vous mais attention l'anticipation reste de mise pour nous permettre d'assurer un accueil sécurisé. **Les réservations et les annulations prévisibles devront être faites jusqu'à J-3 via le portail famille.**

**En cas de modification à J-2 & J-1 : merci de prévenir par mail à [periscolaire@bougezvouslavie.fr](mailto:periscolaire@bougezvouslavie.fr)**

**Dépannage « lié à des urgences », réservation ou annulation par SMS :**

au « **07 82 62 18 16** » le jour même avant 15h, **coté Saint-Just**

au « **07 67 38 08 02** » le jour même avant 15h, **coté Saint-Rambert**

**Merci de respecter les délais d'annulations et d'inscriptions précisés et de ne pas abuser des messages par mail et SMS.**

**Attention toute annulation même signalée le jour J sera facturée à hauteur de 50% d'une heure d'accueil.**

Dans le cadre de la nouvelle organisation :

- Les maternelles pourront être récupérés **dès 17h00** puis en fonction de l'heure d'arrivée des parents.
- Les élémentaires pourront être récupérés seulement à partir de **17h15** puis au-delà de 18h en fonction de l'heure d'arrivée des parents.

# LES SECTEURS ENFANTS

*c'est matin pour  
les 3-11ans*

## LE CENTRE DE LOISIRS

### DÉROULEMENT DE L'ACCUEIL :

Un programme d'activités est établi en fonction de 5 tranches d'âge les mercredis et les vacances scolaires pour chaque période de fonctionnement avec des ateliers créatifs, des sports collectifs, des activités d'expression, du bricolage, de la cuisine, des activités culturelles, des spectacles, des sorties ou encore des rencontres avec d'autres structures. Le temps d'accueil est rythmé sur la journée en fonction des activités du repas mais aussi de temps calmes et du goûter.

**Les familles peuvent aussi utiliser l'accueil le mercredi pour faire accompagner leur enfant sur une activité de la MJC !**

Quand	Les temps d'accueil	Les modes d'accueil
Les mercredis	7h30 à 19h00	Journée complète avec repas
		Journée avec repas + accompagnement sur activité MJC et retour sur l'Alsh après activité
	7h30 à 13h30	Demi-journée « matin + repas »
	11h30 à 19h00	Demi-journée « repas + après-midi »
	13h30 à 19h00	Demi-journée sans repas
	7h30 à 12h00	
	7h30 à 13h30	Demi-journée avec repas + accompagnement sur activité MJC et retour sur l'Alsh après activité
	11h30 à 19h00	
Les vacances	de 7h30 à 18h30.	Pour les - de 6 ans à la journée ou demi-journée avec repas (7h30-13h30 ou 11h30-18h30)
		Pour les + de 6 ans à la journée avec repas (18h30 maxi)
	Pour les + 6 ans : Multi « semaine à thème », mini camps et camps en fonction des périodes	

Les mercredis l'accueil se fait au Pôle Culturel mais les groupes peuvent se déplacer aux locaux annexes des Matrus. Les enfants ne peuvent pas être récupérés avant **17h30** ou de manière exceptionnelle.

**Merci de le signaler à l'équipe.**

### MODE D'INSCRIPTIONS :

- **Les mercredis** inscriptions & ou annulations au plus tard le lundi par le portail famille.
- **Pour les vacances** inscriptions par le portail famille ou par l'accueil pour les nouvelles familles. Merci de vous inscrire en fonction des tranches d'âges définies et non pas en fonction de vos goûts et de vos convenances. Sur ces périodes l'accès au portail famille est fait uniquement pour réserver et non pour annuler.

**Attention les inscriptions et les réservations ne sont plus possibles 7 jours avant le début de la période. (Pour les retardataires obligation de passer ou téléphoner à l'accueil pour vérifier les jours et places disponibles)**

## LES TARIFS DU SECTEUR ENFANT :

Périscolaire	Tarification modulée en fonction du quotient de la famille		
	Temps d'accueil	< 450	< 1500
1 heure et accompagnement sur les activités	2,10€	1.63 € + (Quotient x 0.116%)	3,56€
Au-delà de 17h45	3,11€	2.95 € + (Quotient x 0.116%)	5,16€

Accueil de loisirs du mercredi et vacances	Tarification modulée en fonction du quotient de la famille		
	Temps d'accueil	< 450	< 1500
Journée avec repas : les mercredis « 7h30-19h00 » les vacances « 7h30-18h30 »	5,20€	3,57 € + (Quotient x 1,059%)	19,52€
Journée mercredi avec repas et accompagnement sur les ateliers MJC retour sur l'Alsh « 7h30-19h00 »	4,16€	3,57 € + (Quotient x 1,059%) -1,50 €	17,96€
Demi-journée mercredi avec repas 7h30-13h30 ou 11h30-19h00	4,16€	3,43 € + (Quotient x 0.794 %)	15,92€
Vacances 11h30-18h30			
Demi-journée mercredi avec repas & accompagnement sur les ateliers MJC et retour sur l'Alsh 7h30-13h30 ou 11h30-19h00	4,16€	3,57 € + (Quotient x 0.794 %) -1,5 €	14,35 €
Demi-journée mercredi sans repas 7h30-12h00 ou 13h30-19h00	4,16€	3,57 € + (Quotient x 0.53 %)	11,83 €

## MODALITÉS DE RÈGLEMENT SUR LES ACTIVITÉS DU SECTEUR ENFANT :

- **Périscolaire et les mercredis** : règlement à réception d'une facture mensuelle par prélèvement à activer au bureau avec un RIB sauf dans le cas de règlement avec des CESU.
- **Pour les vacances** : les règlements sont exigés et encaissés à l'inscription sauf dans le cas d'un mode de paiement par prélèvement.

Les frais de périscolaire et des temps extrascolaires sont déductibles des impôts pour les - de 6 ans et les règlements par CESU sont possibles.

- **Sur l'accueil du mercredi** : toute annulation le jour J sera facturée à hauteur de 50% si message par mail et **100% sans information préalable**.
- **Sur l'accueil des vacances** : toutes annulations non signalées 7 jours avant seront facturées à hauteur de 50%.

**Pour le périscolaire toutes annulations seront facturées 50 %.**

(1) Tarification pour les enfants scolarisés sur la commune ou avec justificatif d'adresse sur la commune après déduction de la part financée par la commune.

(2) **Pour les autres enfants : majoration du tarif de 3.22 € pour une journée ou 1.56 € demi-journée sauf quotient inférieur à 450.**

## SECTEUR JEUNE : Collège / Lycée



### OBJECTIFS

- Proposer des temps d'accueil adaptés sur les mercredis et les vacances pour les 11-16 ans.
- Responsabiliser, accompagner les jeunes dans l'élaboration des actions et le contenu des programmes.
- Susciter la participation des jeunes à la vie locale.

### L'ACCUEIL JEUNE SUR L'ANNÉE SCOLAIRE :

**Le mercredi de 13h30 à 18h00 : un temps d'accueil passerelle avec un programme d'activités par période.**

**Inscription préalable obligatoire et réservation via le portail famille.**

**« Tarification selon quotient familial »**

### L'ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ :

Tu as besoin d'un coup de pouce, d'une aide, des bénévoles et l'animateur jeune sont là pour t'aider et t'accompagner dans ta scolarité. Les principes : inscription par les parents avec le jeune et élaboration d'un projet individuel concerté avec l'équipe du collège pour travailler dans le même sens !

- Les lundis et jeudis (6<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup>) de 16h30 à 18h30
- Les mardis et vendredis (4<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup>) de 17h00 à 19h00

### LES PROPOSITIONS SUR LES PETITES VACANCES SCOLAIRES ET L'ÉTÉ :

Des propositions sur toutes les périodes de vacances scolaires d'accueil à la journée, élaborées en concertation avec les jeunes, le réseau d'animateurs Loire Forez et complétées par l'offre de l'équipe d'animation (inscription à la journée).

### DES SÉJOURS À LA SEMAINE EN FONCTION DES PÉRIODES :

Vos projets : il suffit d'être à l'initiative, de lancer une idée, de vous bouger avec l'aide des animateurs : travaux saisonniers, chantiers, actions citoyennes...

**Tu n'es pas encore dans le réseau alors soit curieux : programme des activités en cours et à venir à télécharger sur le site ou sur notre compte Facebook, Instagram, Snapchat : dynamique jeunes mjc**

Attention les projets de l'été se préparent dès le mois de décembre : alors bouge-toi, implique-toi avec tes potes aux côtés de l'animateur jeunesse comme ça, tu es certain d'avoir ta place !

**Alors à toi d'agir ! À toi d'être force de proposition avec tes potes !**

Animateur Jeune : Alparslan YABANCI

**Téléphone "secteur jeune": 04 77 73 67 35 - (07) 83 53 44 98**

secteurjeune@bougezvouslavie.fr

# PACKS ACTIVITÉS - STAGES



## LES ATELIERS MENSUELS BIEN-ÊTRE

Les ateliers mensuels : une manière de s'inscrire dans la durée, dans un cadre moins contraignant que les activités hebdomadaires, tout en favorisant un apprentissage progressif qui laisse le temps d'assimiler et de vous entraîner.

### LA SOPHROLOGIE - MÉDITATION

Une fois par mois, venez expérimenter différentes techniques pour vous relaxer, vous ressourcer, gérer votre stress, avec Caroline Gardes...

Respiration, sophrologie, méditation sur le souffle, relaxation dynamique, auto-massages sont autant d'outils qui vous permettront d'augmenter votre bien-être. Ces 9 séances vous sont proposées pour vous permettre d'intégrer pleinement ces techniques.

Date		Horaires
Samedi 15 octobre	Samedi 18 mars	9h00-11h00
Samedi 19 novembre	Samedi 1 <sup>er</sup> avril	
Samedi 10 décembre	Samedi 6 mai	
Samedi 14 janvier	Samedi 3 juin	
Samedi 25 février		



**Tarif** : 27€ la séance - 189€ le pack des 9 séances.  
Pas d'entrée possible au-delà des trois premières séances.

### LA SOPHRO - DANSE

Venez découvrir avec **Caroline Garde**, la méthode « Sophrologie-Danse » une discipline dynamique, vivante qui stimule le positif tout en tenant compte de la réalité. Elle permet, de vivre son corps, en dehors de tout jugement. Les techniques sont simples et peuvent être adaptées en fonction des objectifs, des possibilités et du niveau d'entraînement de chacun. Elle vise à mieux connaître, mieux comprendre notre corps en mouvement.

Dates		Horaires
Vendredi 18 novembre	Vendredi 24 mars	18h30-20h00
Vendredi 3 février	Vendredi 5 mai	
Vendredi 24 février	Vendredi 2 juin	



**Tarif** : 27€ la séance - 126€ le pack des 6 séances  
Inscription possible à la séance tout au long du cycle.

# PACKS ACTIVITÉS - STAGES



## MÉDITATION BOLS TIBÉTAINS

Nouveau

**Claire Saleta** va vous faire découvrir l'utilisation des bols tibétains et la manière d'entrée dans un état de méditation profond grâce notamment aux résonances harmoniques qu'ils produisent. C'est un puissant outil pour se détendre et lâcher prise.

Dates		Groupe 1	Groupe 2
Samedi 22 octobre	Samedi 25 mars	11h00-12h30	13h30-15h00
Samedi 26 novembre	Samedi 8 avril		
Samedi 17 décembre	Samedi 13 mai		
Samedi 21 janvier	Samedi 17 juin		
Samedi 4 mars			



**Tarif** : 27€ la séance - 189€ le pack des 9 séances  
Pas d'entrée possible au-delà des trois premières séances.

## RÉFLÉXOLOGIE PLANTAIRE

Nouveau

**Kathleen Héritier** vous propose de découvrir cette discipline ancestrale, pour en connaître les bases et les intégrer dans votre quotidien pour apaiser le stress, mais aussi les tensions du corps.

Dates		Horaires
Samedi 8 octobre	Samedi 11 mars	9h00-11h00
Samedi 5 novembre	Samedi 8 avril	
Samedi 3 décembre	Samedi 3 juin	
Samedi 14 janvier		



**Tarif** : 27€ la séance  
147€ le pack des 7 séances  
Entrée possible tout au long du stage.

## STAGES PHOTO

**Isabelle François** du « Studio Liberté d'images » vous propose de vous initier ou de vous perfectionner par le biais de stages photo théorie et pratique sur 6 dates.



Dates	Thème	Horaires
Samedi 7 janvier 2023 « théorie » Samedi 14 et 21 janvier 2023 « pratique »	Composition, reflets et cadrage	9h00-12h00
Samedi 3 juin « théorie » Samedi 10 et 17 juin 2023 « pratique »	Macro, photographie ombres et lumières	



**Tarif** : Tarif : 53€ les 2 séances «pratique et théorique» ou 65€ les 3 dates

## STAGE PÂTISSERIE

Nouveau

Dates	Thème
Samedi 22 octobre 2022	Gâteaux aux châtaignes
Samedi 19 novembre 2022	Bûche trois chocolats
Samedi 17 décembre 2022	Les mendiants et malakoffs
Samedi 14 janvier 2023	Brioches bordelaises et pralines
Samedi 25 février 2023	La pâte à chou
Samedi 18 mars 2023	Les babas au rhum
Samedi 13 mai 2023	Trois chocolats croquants



Horaire de 9h00 à 12h00

**Tarif** : 25 € le stage  
60 € le pack de 3 stages et forfait « adulte et un enfant +5 € ».

## STAGES « ŒNOLOGIE »

**8 rendez-vous** pour reconnaître les parfums, nommer les saveurs, connaître les cépages et parcourir le monde viticole. Apprendre à associer les saveurs et les goûts en variant les plaisirs entre fromages de terroirs et charcuterie.

Dates	Thème
Jeu 20 octobre	Dégustation à l'aveugle
Jeu 24 novembre	Bourgogne et Beaujolais
Jeu 26 janvier	Les vins du Bugey et Savoie
Jeu 23 février	Les vins d'Alsace et du Jura
Jeu 23 mars	Les vins étrangers
Jeu 27 avril	Les vins du Larzac
Jeu 25 mai	Les méthodes champenoises
Jeu 8 juin	Les vins du Lubéron



Stages organisés en partenariat avec la **Cave à Goûts La Jasserie**

**St André** et animés par **Marie Bouteille Œnologue**

- De 20h00 à 22h00
- 15 places par soirée
- 27€ / stage ou 68€ / pack de 3 stages ou 168€ / pack de 8 stages

## STAGE PRODUITS COSMÉTIQUES ET MÉNAGERS

**Kathleen Héritier** vous propose de découvrir dans la convivialité comment réaliser vos cosmétiques naturels et produits ménagers en connaissant les produits à utiliser, les précautions à prendre et les différentes étapes de fabrication.

Dates	Thème
Vendredi 7 octobre 2022 - 19h30-20h30	Soin du Visage « Anti Age »
Vendredi 21 octobre 2022 - 19h30-20h30	Produits Ménagers Écologique
Vendredi 2 décembre 2022 - 19h30-20h30	Soin du Corps « Spécial Noël »
Vendredi 13 janvier 2023 - 19h30-20h30	Cosmétiques Solides « Zéro déchets »
Vendredi 10 mars 2023 - 19h30-20h30	Produits d'Hygiène « Déo-Dentifrice »



**Tarif** : 27€ la séance - 68€ le pack de 3 séances - 100€ le pack de 6 séances.

# LES NOUVEAUTÉS DE LA SAISON À DÉCOUVRIR

## STAGE FLAMENCO

**Luna danse** et enseigne le flamenco subjuguée par le charme et le rythme de cette danse. Goûter au flamenco, c'est allumer une flamme en vous qui ne s'éteindra jamais, autour de la danse, du chant et de la percussion ! Cette danse s'adresse à tout le monde, enfants, hommes ou femmes ! Une activité à découvrir qui se clôturera par un temps de convivialité.

Dates		Horaires
Samedi 15 octobre 2022	Samedi 25 février 2023	14h00-16h00 (1) De 17h00 à 19h00 suivi d'une soirée Flamenco de 19h00-21h00
Samedi 19 novembre 2022	Samedi 11 mars 2023	
Samedi 10 décembre 2022	Samedi 8 avril 2023	
Samedi 14 janvier 2023	Samedi 6 mai (1) 2023	



**Tarif** : 168€ le pack des 8 séances

## STAGE BACHATA DANSE CUBAINE

**Gaëtan Herbet** vous propose de découvrir la Bachata et les danses Cubaines dans ses différentes déclinaisons : Rumba, Afro Cubain, Cha-Cha, Son,

16h - 18h	
Samedi 15 octobre 2022	Samedi 25 février 2023
Samedi 26 novembre 2022	Samedi 18 mars 2023
Samedi 10 décembre 2022	Samedi 29 Avril 2023
Samedi 14 janvier 2023	-



**Tarif** : Entrée possible tout au long du stage.  
15 € la séance ou 70 € le pack des 7 séances



## L'ART DU CLOWN

Nouveau

**Valérie Descroix** transmet l'Art du Clown et vous propose de découvrir la magie à la fois ludique et profonde de cette pratique. L'occasion de découvrir des facettes de soi enfouies et de développer la confiance en soi. Notre Clown se joue de nos émotions, nos caractères, nos qualités, nos imperfections, nos talents, nos ressources... C'est un allié précieux pour nous apprendre la Joie, l'Authenticité, la Pleine Présence et l'Émerveillement avec soi et les autres. Un Art à la portée de tous. Mais attention...la Joie est Contagieuse !

Enfants 17h30-19h00		Jeunes / Adultes 9h00-10h30	
Vendredi 21 octobre	Vendredi 24 mars	Samedi 22 octobre	Samedi 25 mars
Vendredi 25 novembre	Vendredi 7 avril	Samedi 26 novembre	Samedi 8 avril
Vendredi 16 décembre	Vendredi 12 mai	Samedi 17 décembre	Samedi 13 mai
Vendredi 20 janvier	Vendredi 16 juin	Samedi 21 janvier	Samedi 17 juin Animation de rue pour la fête de la musique
Vendredi 3 mars		Samedi 4 mars	



**Tarif** : 189€ le pack des 9 séances.

Pas d'entrée possible au-delà des trois premières séances.

## STAGE ÉCRITURE

Découvrir la joie de jouer avec les mots, leur musique et leurs multiples sens avec **Valérie Descroix**. Elle vous fera explorer des formes variées du récit de vie jusqu'au slam en passant par la poésie, le conte, l'écriture libre. Les exercices proposés seront à la fois libres et encadrés, individuels et collectifs ; ils ne requièrent aucun prérequis et surtout pas scolaires. L'acte d'écriture est un acte libre qui invite au voyage, à l'émerveillement, à la découverte de soi, des autres et du monde. Un Art à la portée de tous ceux qui désirent exprimer leur monde intérieur en toute liberté et créativité.

Enfants 17h30-19h00		Jeunes / Adultes 10h45-12h15	
Vendredi 14 octobre	Vendredi 17 mars	Samedi 22 octobre	Samedi 25 mars
Vendredi 18 novembre	Vendredi 31 mars	Samedi 26 novembre	Samedi 8 avril
Vendredi 9 décembre	Vendredi 5 mai	Samedi 17 décembre	Samedi 13 mai
Vendredi 13 janvier	Vendredi 9 juin	Samedi 21 janvier	Samedi 17 juin
Vendredi 3 mars		Samedi 4 mars	



**Tarif** : 189€ le pack des 9 séances.

Pas d'entrée possible au-delà des trois premières séances.

## STAGE BANDE DÉSSINÉE

**Jonathan, alias Sojo**, vous propose de découvrir l'Art de la BD et du Fanzine. Il vous initiera aux techniques de la narration graphique, aux langages de la BD tout en s'amusant à raconter une histoire, explorer son imaginaire. Le stage permettra au groupe de créer et d'éditer un recueil collectif qui sera présenté lors de **l'exposition de Sojo au mois de février**. Ces ateliers sont accessibles dès 7 ans et sont également ouverts aux adolescents.

17h30-19h00	
Vendredi 21 octobre	vendredi 16 décembre
Vendredi 18 novembre	Vendredi 6 janvier
Vendredi 25 novembre	Vendredi 20 janvier
Vendredi 2 décembre	Vendredi 3 février



**Tarif :** 189€ le stage de 8 séances et le recueil.

## ANIMATION GLOBALE - CONVIVIALITÉ - DÉCOUVERTE



### CLUB LECTURE

Rendez-vous le 1<sup>er</sup> jeudi du mois à 17h00 à la médiathèque « hors vacances scolaires ». Échanger autour de livres qui nous ont passionnés et plus largement autour de sujets d'actualités. La bonne humeur, la convivialité et l'écoute sont les éléments privilégiés de ces moments de rencontre.

### LES SOIRÉES JEUX

en partenariat avec 

Une soirée ou un après-midi par mois venez découvrir de multiples Jeux de société ou autres dans une ambiance conviviale et chaleureuse au sein de la MJC. Les vendredis : soirée Ados et adultes et samedi en famille au Pôle Culturel Place Gapiand

Dimanche 20 novembre 14h30 et 16h30	Une après-midi jeux de société, jeux de plateaux, jeux de logiques et d'ambiance En famille, entre amis
Vendredi 3 février 19h30-21h30	Une soirée jeux de plateaux, jeux stratégiques et jeux d'ambiance dans la convivialité Public ados / adultes



**Entrée gratuite** mais apporter du sucré ou du salé et la MJC vous offrira une collation.

Réservation et inscription au 04 77 36 62 15, accès limité à 30 places

**SOIRÉE PARENTALITÉ**

Trois soirées animées par **Claire Marsot**, de l'Atelier des Émotions, pour trouver ensemble les solutions, les stratégies pour faire face à des situations complexes mais souvent partagées par toutes les familles.

Dates	Thème
Vendredi 30 septembre à 19h00	Rivalité frères et sœurs
Mardi 31 janvier à 19h00	Un enfant différent au sein de la famille
Lundi 27 mars à 19h00	Les écrans dans la famille



**Tarif** : 7€ la soirée ou 10€ pour les 2 parents - 18€ le pack des 3 séances ou 25€ pour les 2 parents

Inscriptions

**LES TEMPS FORTS ET LES EXPOSITIONS**

**Cette année, le hall d'exposition permettra d'accueillir 9 expositions.**

L'occasion de découvrir des talents, des savoirs faire locaux, de débattre, de s'informer. Les expositions seront le prétexte à des animations, des temps de rencontres, dans une dynamique partenariale. Détails du programme pour chaque période au fil de la saison.

Septembre	<b>UNE EXPOSITION DE JEUNES ARTISTES</b> Créer à l'Ecole Beaux-arts.
Octobre	<b>UNE EXPOSITION DE BERNARD PEYROCHE</b> Peinture Acrylique & Paysages orientaux
Novembre	<b>EXPOSITION DES ATELIERS LIBRES DE PEINTURE</b> des élèves de Barbara Pradel
Décembre	<b>EXPOSITION DES ATELIERS « DIRIGÉS DE PEINTURE &amp; SCULPTURES » DE BARBARA PRADEL</b> Soirée Surprise pour Petits et Grands le vendredi 9 décembre à 17h30. Les vitrines enchantées de Noël de la MJC se dévoileront
Janvier	<b>UNE EXPOSITION DE FRANÇOISE BAJARD</b> Portraits et Esquisses de Femmes, « Peinture Acrylique »
Février	<b>UNE EXPOSITION DE JONATHAN SAUVEBOIS : SOJO la BD et le Fanzine</b> Sojo explore un univers labyrinthique peuplé de créatures fantaisistes. Son monde prend vie sur différents supports : illustrations en noir et blanc, pages de bandes dessinées, petits livres auto-édités, sérigraphies ou peintures.  Une édition en fanzine des ateliers BD qu'il propose à la MJC sera présentée en écho à son travail.

## LES TEMPS FORTS ET LES EXPOSITIONS



Mars	<p>UNE EXPOSITION PHOTOS DE DOMINIQUE DUVAL l'Islande : Des paysages magnifiques, faunes et flores sauvages.</p>
Avril	<p>EXPOSITION ATELIER ENCADREMENT ET CRÉATIONS DE LA MJC Cette exposition sera l'occasion de mettre en valeur le travail de l'activité encadrement animée par Anne Chabance mais aussi le travail des ateliers Au Gré des Fils et des Aiguilles.</p>
mai 2023	<p> TEMPS FORTS EN PARTENARIAT AVEC PONT &amp; PIGNONS, le Club Cyclo de St-Just St-Rambert, le Family Cinema et l'Office des Sports Un mois pour adopter et promouvoir les déplacements doux ! Une exposition, des animations, des temps d'échange, un engagement citoyen. + d'infos début mars</p>
Juin 2023	<p>TEMPS FORT CULTURES URBAINES - Skate- Hip Hop – Graff Scène Place Gapiand pour la Fête de la Musique » En partenariat avec la Compagnie Dyptik, La Médiathèque, le Cinéma Family et School Yard Riders</p>

## VIE ASSOCIATIVE



**Date assemblée Générale statutaire samedi 13 mai 2023 à 18h30**

**DES ANIMATIONS LOCALES, DES SOIRÉES FESTIVES,  
À DÉCOUVRIR TOUT AU LONG DE L'ANNÉE**

**Forum des associations** : samedi 3 septembre 2022

**L'été du prieuré** : samedi 17 septembre 2022 « Quartier Saint-Rambert »

**Fête de la Musique** : samedi 17 juin 2023 sur la place Gapiand

**Galas de fin de saison** : du 23 juin au 2 juillet 2023 en fonction calendrier à confirmer !



## BOURSE AUX SKIS EN DÉBUT DE SAISON

Programme du calendrier des sorties à la journée disponible courant du mois de novembre.

Les dates des week-ends :

- Saint Sorlin « Domaine des Sybelles » le 20-21 janvier 2023
- Saint François Longchamps le 4-5 mars 2023
- Seez « Les Arcs - Tignes » le 1- 2 avril 2023

## PROGRAMME ENFANTS ADOS :

- Camp Ados les **7 Laux** « 5 jours » : du 4 février 2023 au 8 février 2023,
- Camp Enfants les **7 Laux** « 4 jours » : du 8 février 2023 au 11 février 2023
- Camp Ados les **7 Laux** « 5 jours » : du 11 février 2023 au 15 février 2023
- Camp Enfants les **7 Laux** « 4 jours » du 15 février 2023 au 19 février 2023

## Modalités de fonctionnement pour la gestion des inscriptions pour la période du 28 juin au 30 septembre :

Dans l'objectif de permettre le respect de la distanciation physique, de limiter l'attente et de simplifier la gestion des inscriptions, l'association propose pour cette saison :

Inscriptions par téléphone et mail pour les ateliers uniquement à : <a href="mailto:accueil@bougezvouslavie.fr">accueil@bougezvouslavie.fr</a> , 04 77 36 62 15 *pour les anciens adhérents ayant validé le paiement par prélèvement	Lun. & vend : 9h00-11h30 Traitement et confirmation par retour de mail. Uniquement sur ces jours.
Inscriptions pour secteur enfants « nouvelles familles » et les démarches ne pouvant pas être faites sur le portail pour les autres	Mar. & jeu : 13h30-19h00 « 18h30 pendant le mois de juillet »
Inscriptions pour ateliers	Lun. & vend : 13h30-19h00 « 18h30 pendant le mois de juillet »
Inscriptions secteur enfant & ateliers	Mercredi : 13h00-19h00 « 18h30 pendant le mois de juillet »

En cas de situation pandémique et de période de confinement, les activités qui s'y prêtent pourront être maintenues en Visio « à partir de 10 ans »

**Organisation des ateliers hebdomadaires : ils fonctionneront du 5/09/22 au 24/06/23 à l'exception des vacances scolaires.**

La tarification des activités hebdomadaires est calculée sur la base de **30 à 33 séances** sur la saison en fonction des jours fériés.

Périodes de fermeture de la MJC durant la saison :

- 1<sup>er</sup> novembre, 11 novembre 2022
- 10 avril 2023
- 1<sup>er</sup> mai, 8 mai, 18, 19 et 20 mai, 29 mai 2023
- 14 juillet 2023
- Du 3 au 15 août 2023

 **Sylvain ROCHE INFORMATIQUE**  
contact@roche-info.fr - www.roche-info.fr - 04.77.10.90.46

**Votre spécialiste INFORMATIQUE**



**10% de réduction  
sur toutes nos prestations**

Sur présentation de ce livret - Offre non cumulable avec d'autres offres en cours.



**Ordinateur - Portable - Ecran - Imprimante**

**Dépannage - Installation - Formation**

131 Bvd Jean Jaurès - 42170 St Just St Rambert - Face au Laser Fun

**Désormais, profitez de la nouvelle loi de résiliation  
infra annuelle pour nous confier  
votre complémentaire santé.**

Contactez-nous par mail [contact@phil-assur.com](mailto:contact@phil-assur.com)

ou par téléphone au **06.82.00.08.85**



**Phil-Assur.Com**  
Philippe Carrot Assurances

Ortas 13008215

14 rue Crozet Fourneyron / 42170 ST-JUST-ST-RAMBERT



**CAISSE  
D'ÉPARGNE**

Loire Drôme Ardèche

*Vous être utile.*



*Garage*  
**OLIVIER**

**Vente véhicules neufs  
et occasions**

☎ 04 77 52 32 19

🌐 [www.garage-olivier.fr](http://www.garage-olivier.fr)

✉ [contact@garage-olivier.fr](mailto:contact@garage-olivier.fr)

**CARROSSERIE - BRIS DE GLACE  
MÉCANIQUE - DÉPANNAGE**

📍 135, Montée de Collonges  
42170 St-Just-St-Rambert