

## ÉDITO

Nous sommes contents de vous retrouver !

La nouvelle équipe de professionnels et de bénévoles a le plaisir de vous proposer, en plus des accueils enfance et jeunesse, les activités 2021-2022.

Orientées sur le bien-être, les activités extérieures et familiales, nous espérons que vous aurez plaisir à y participer. Claire TAILLANDIER, présidente de la MJC VAM.

## LA MJC ANIME SUR LE TERRITOIRE DE NOMBREUSES ACTIONS GRÂCE AU SOUTIEN :

Des Communes d'Antigny, Nalliers, Saint-Germain et Saint-Savin

De la Communauté de Communes Vienne et Gartempe

De la Caisse d'Allocations Familiales de la Vienne

De la Mutualité Sociale Agricole Sèvres-Vienne

Du Conseil Départemental de la Vienne

De la Région Nouvelle-Aquitaine

Du Service Départemental à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports

## LES MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

M. Emmanuel BRIAND

M. Gérald LAVERGNE

Mme Alexia PIOT

Mme Marion BRUXELLE

Mme Angélique LEFEUVRE

Mme Paola PIOT

Mme Chérifa COTTALORDA

Mme Dolorès MAITRE

Mme Véronique REMONDIÈRE

Mme Pascale DAGONAT

M. Ludovic MORIN

Mme Claire TAILLANDIER

Mme Emilie DUTARTRE

Mme Céline MUNIER

## L'ÉQUIPE PROFESSIONNELLE

Stéphanie PEROCHON, directrice

Angéline HERPIN, assistante compta-gestion

Pauline ROUGERIE et Bergamote MERLIN, animatrices et responsables enfance

Charlotte GUILBAUD, animatrice et responsable jeunesse

Thomas CHAGNON, animateur socioculturel

Patricia GUYONNET, agent de service

Et des animateurs saisonniers, assistants d'inclusion, techniciens d'activités, prestataires de services, stagiaires...

## DEVENIR BÉNÉVOLE

La MJC est ouverte à tous, elle est un espace de liberté, de démocratie et de citoyenneté.

Si vous souhaitez donner un peu de votre temps, échanger et créer des liens avec d'autres personnes, rejoignez l'équipe de bénévoles et de professionnels.

**ADHÉRER À L'ASSOCIATION** ... une démarche simple, un soutien nécessaire, un engagement volontaire.

Le fait d'adhérer permet de faire entendre sa voix, de prendre part à la vie démocratique de l'association et de participer aux actions menées.

L'adhésion est valable du 1er juillet au 30 juin. Tarifs Enfant 5€ / Adulte 10€ / Famille 20€ / Association-Gruppe 25€

## INFORMATIONS PRATIQUES

Adresse postale et bureau de la MJC : **2 RUE DES ÉCOLES 86 310 SAINT GERMAIN**

Animation Enfance : 07.83.32.11.41 -> enfance@mjcvm.fr

Animation Jeunesse : 06.25.43.26.17 -> jeunesse@mjcvm.fr

Accueil : 09.51.95.27.09 -> accueil@mjcvm.fr

Coordination générale : 07.50.20.64.65

Informations sur notre site : [www.mjcvm.fr](http://www.mjcvm.fr)

## TARIF DES ACTIVITÉS EN FONCTION DES REVENUS

Quotient Familial	A	B	C	D	A la séance (sur réservation)
QF1 : inférieur à 700€	20	50	90	115	6
QF2 : 701€ à 850€	25	60	110	130	8
QF3 : de 851€ à 1000€	35	75	125	155	10
QF4 : de 1001€ à 1400€	50	100	165	195	12
QF5 : supérieur à 1400€	65	125	195	235	15

Moyens de paiements : Chèque, chèque vacances, chèque décliné pour les élèves de 3<sup>ème</sup>, espèces.

**! ACTIONS SOUMISES À LA RÉGLEMENTATION SANITAIRE EN VIGUEUR**

ANIMATIONS  
- CULTURES  
- LOISIRS -  
TERRITOIRE

SAISON #2021-2022



MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE DE LA VIGNE AUX MOINES



## ACTIVITÉS

DÉMARRAGE DES ACTIVITÉS À PARTIR DU 23 SEPTEMBRE.  
INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS AUPRÈS DE LA MJC  
OU SUR NOTRE SITE INTERNET WWW.MJCVAM.FR  
L'ADHÉSION EST OBLIGATOIRE.



### ▶ ATELIER TECHNIQUE NIA

**Quoi :** la Technique Nia est une pratique de bien-être physique qui combine des mouvements dansés, l'esprit du yoga, des mouvements d'arts martiaux et de la relaxation. Chaque atelier spécifique va inviter le participant dans une ambiance bienveillante, respectueuse et ludique à se remettre en forme en douceur. Le Nia se pratique dans le respect du corps, et s'adapte aux besoins et aux capacités de chacun en reliant corps, mental et émotions.

**Pour Qui :** Jeunes et adultes, à partir de 13 ans

**Avec qui :** Nadine Chadefaux

**Quand :** samedi de 10h à 11h30, 1 fois/mois

**23 OCT, 27 NOV, 18 DEC, 8 JANV, 5 FÉV, 5 MARS, 2 AVRIL, 7 MAI ET 25 JUIN**

**Où :** au dojo à Saint-Savin

**Combien :** tarif B

### ▶ ATELIERS ENFANTS-PARENTS MULTI ACTIVITÉS PHYSIQUES

**Quoi :** atelier en famille pour travailler de façon ludique son corps, son énergie et sa complicité. Différentes activités vous seront proposées (Escalade, randonnées, jeux collectifs, renforcement musculaire, jeux d'opposition...)

**Pour Qui :** des duos ou plus, dans le cadre familial à partir de 3 ans. 1 duo = 1 enfant de moins de 14 ans et 1 parent (père, mère, papy, mamie...). Les duos peuvent évoluer au fil de l'année dans le cadre d'une adhésion familiale (20 euros).

**Avec Qui :** partenaires extérieurs : François Male, CPA Lathus...

**Quand :** deux samedis par mois en dehors des vacances de 14 h 00 à 17 h 00 (accueil, préparation, pratique, retour de séance dans la convivialité) **DES LE SAMEDI 25 SEPTEMBRE**

**Où :** à la MJC VAM

**Combien :** 1 adulte : Tarif D, un enfant (3 à 13 ans) : Tarif B pour l'année

### ▶ CLUB ACTIVITES DE PLEINE NATURE BULLE D'AIR

**Quoi :** des animations dehors pour sentir et ressentir ! Kayak, paddle, escalade, VTT, orientation, marche, équitation, tir à l'arc, cani rando...

**Pour Qui :** les jeunes dès 13 ans et les adultes

**Avec Qui :** partenaires extérieurs : François Male, CPA Lathus...

**Quand :** tous les samedis matin en dehors des vacances scolaires de la zone A de 10 h à 12 h 30 du 25 septembre au 18 décembre 2021 et plus si affinités ! **DES LE SAMEDI 18 SEPTEMBRE**

**Où :** à la MJC VAM

**Combien :** Tarif B pour le trimestre.

### ▶ DANSE POP'

**Quoi :** travailler votre rythme, votre équilibre et votre déhanché avec Lori sur des musiques actuelles.

**Où :** à la MJC VAM

**Avec Qui :** Danse avec Lori

**Pour Qui et Quand :** **DES LE SAMEDI 25 SEPTEMBRE**

Éveil : pour les enfants de 4 à 7 ans : Le samedi de 9 h 30 à 10 h 30

Pour les enfants de 8 à 15 ans : Le samedi de 10 h 45 à 11 h 45

Pour les jeunes à partir de 16 ans et adultes : Le samedi de 12 h à 13 h

**Combien :** plus de 16 ans : Tarif C, un enfant (4 à 15 ans) : Tarif B pour l'année

### ▶ DANSE TRAD'

**Quoi :** danser, rigoler, être ensemble venez découvrir différentes danses traditionnelles, culturelles dans la bonne humeur !

**Pour Qui :** toutes et tous

**Avec Qui :** Martine Dubreuil

**Où :** la salle des Fêtes de Nalliers

**Quand :** 1 jeudi par mois à 20h, possibilité d'augmenter à 2 séances par mois suivant la volonté du groupe

**PREMIÈRES SÉANCES LES JEUDIS 23 SEPTEMBRE ET 21 OCTOBRE**

**Combien :** tarif A pour l'année

### ▶ QI-GONG, MÉDITATION, ATELIERS YOGA DU RIRE :

**Quoi :**

**Ateliers QI - GONG** (adultes) : les mardis de 14 h à 15 h 30 **PREMIÈRE SÉANCE LE 28 SEPTEMBRE 2021**

**Ateliers méditation :** les mardis de 13 h à 14 h

**Yoga du rire :** Une fois par mois le samedi et à la demande. Première séance le **SAMEDI 18 SEPTEMBRE** de 11 h à 12 h à la MJC VAM (les autres dates seront à définir avec le public et seront publiées sur notre site Internet et notre page Facebook).

**Pour Qui :** jeunes à partir de 16 ans et adultes. Pour venir pratiquer il faut être équipé d'une tenue confortable et d'un tapis.

**Avec Qui :** Christelle Villette

**Où :** à la MJC VAM

**Quand :** **À PARTIR DU 18 SEPTEMBRE**, en dehors des vacances scolaires de la zone A

**Combien :** Méditation : tarif C, QI-GONG : Tarif D, Yoga du rire : à la séance

### ▶ YOGA

**Quoi :** vous pourrez avec Stéphanie, diplômée de Sivananda Advaita Vedanta & l'Ecole Française d'Ashtanga Yoga, découvrir différents styles de Yoga correspondant aux besoins de chacun.e.s : Hatha Yoga, Nidra (relaxation), Yoga thérapeutique (doux), Vinyasa Yoga et Ashtanga. Pour venir pratiquer il faudrait être équipé d'une tenue confortable et d'un tapis.

**Où :** à la MJC VAM

**Avec Qui :** Stéphanie Di Peri

**Pour Qui et Quand :** **À PARTIR DU 23 SEPTEMBRE**

Pour les enfants de 8 à 12 ans : Le jeudi de 18 h à 18 h 45

Pour les adultes : le jeudi de 19 h 00 à 20 h 00

**Combien :** tarif D

### ▶ ATELIER MUSICAL, POUR TOUTES ET TOUS !

**Quoi :** vous aimeriez **pratiquer, apprendre**, la musique, tester des instruments (percussion, guitare, basse, clavier,...) et en **fabriquer**, dans un cadre ludique et sympathique, cet atelier est fait pour vous !

**Où :** à la MJC VAM

**Pour Qui :** pour toutes et tous de 8 à 99 ans !

**Quand :** le lundi de 18 h à 19 h venez découvrir et fabriquer différents instruments tout en profitant des conseils d'artistes locaux. **PREMIÈRE SÉANCE LE LUNDI 27 SEPTEMBRE !**

**Combien :** Tarif B

### ▶ ATELIER MODELAGE ET SCULPTURE CÉRAMIQUE

**Quoi :** avec Elena Hita-Bravo céramiste espagnole venez vous essayer au modelage et à la sculpture figurative.

**Pour Qui :** pour toutes et tous de 6 à 99 ans !

**Où :** à la MJC VAM

**Quand :** le vendredi soir à partir de 17 h 30, 1 fois/mois en fonctions de vos disponibilités

**Combien :** tarif à la séance

## ▶ LA MJC VAM C'EST AUSSI

### LES ACCUEILS DE LOISIRS PÉRISCOLAIRES

- Accueil de loisirs pour les enfants scolarisés de la petite section de maternelle au CM2 les mercredis scolaires de 12h à 18h30 à la MJC VAM
- Animations pour les jeunes scolarisés au collège Prosper Mérimée pendant la pause méridienne

### LES ACCUEILS DE LOISIRS EXTRASCOLAIRES

- Accueil de loisirs extrascolaire 3 - 11 ans,
- Accueil de loisirs extrascolaire 12 - 18 ans,

## ▶ RENDEZ-VOUS CULTURELS

Diffusions de spectacles vivants dans le cadre de La Boullit', Cinéma, rencontres animées sur des thèmes...

### DES ACTIONS FAMILLES

Des rendez-vous thématiques, conférences, conférences gesticulées, spectacles, cafés papotages, sorties...

### DES OREILLES À L'ÉCOUTE

Vous souhaitez nous faire part de vos besoins ou envies, n'hésitez pas à nous les communiquer, par mail, téléphone, en présentiel. Nous sommes à votre écoute.