



18  
—  
19

## NOS PARTENAIRES

---



Désormais bien installée au 25 de la Vallée, la MJC a connu, lors de la saison 2017/2018, une fréquentation au-delà de ses espérances. Ceci démontre que la MJC remplit parfaitement son rôle de «réseau social» local, et stimule l'équipe toujours enthousiaste de la MJC qui supporte sans faille le projet associatif.

Comme chaque année, la période estivale marque pour la MJC, la fin d'une saison, et aussi le début d'une nouvelle. C'est pour elle une période d'intense activité et un joyeux bourdonnement se répand dans toute la maison car il faut mener de front deux activités :

- d'une part, l'encadrement du festival Lez'Arts de la Vallée, moment fort de la vie de l'association, pendant lequel ses adhérents trouvent l'occasion de s'exprimer, de restituer une année de travail et d'implication.

- d'autre part, il faut «caler» la saison à venir, repenser les plannings, prendre en compte les disponibilités des salles, des intervenants, parfois en recruter de nouveaux, faire des paris sur les activités qui plairont... en un mot, «organiser» la nouvelle saison.

Pour la MJC, il s'agit de sentir les évolutions de la société, de répondre aux attentes des Chavillois... et de se renforcer encore dans son rôle de créatrice de lien social au cœur du territoire, au service de l'échange et du partage entre ses adhérents.

Vous avez donc sous vos yeux la brochure de la saison 2018/2019, fruit de ce long et délicat travail.

Vous y trouverez la description détaillée des activités qui se dérouleront cette saison à la MJC ainsi que toutes les informations pratiques autour de la MJC. Si des questions subsistent n'hésitez pas à venir vous renseigner à l'accueil du 25 de la Vallée.

Pour être parfaitement informés sur les événements organisés à la MJC vous pouvez consulter le site internet et également vous abonner à la page Facebook.

Benoît LANCE  
*Président de la MJC de la Vallée*

# LE SOMMAIRE

---

|                                      |           |
|--------------------------------------|-----------|
| LE PROJET ASSOCIATIF                 | 6         |
| MJC PRATIQUE                         | 8         |
| LES ACTIVITÉS DU PÔLE ARTISTIQUE     | 10        |
| <b>LA DANSE</b>                      | <b>10</b> |
| <b>L'ART DRAMATIQUE</b>              | <b>14</b> |
| <b>L'ART PLASTIQUE</b>               | <b>16</b> |
| <b>LA MUSIQUE</b>                    | <b>18</b> |
| LES ACTIVITÉS DU PÔLE SOCIO-CULTUREL | 20        |
| <b>LE PÔLE LUDIQUE</b>               | <b>20</b> |
| <b>LA PETITE ENFANCE</b>             | <b>21</b> |
| <b>LES LOISIRS</b>                   | <b>22</b> |
| <b>LE MULTIMÉDIA</b>                 | <b>23</b> |
| <b>LE SPORT</b>                      | <b>24</b> |
| LES STAGES DE LA MJC                 | 29        |
| EN SAVOIR PLUS                       | 29        |
| L'ÉQUIPE DE LA MJC                   | 30        |
| LA MJC EN QUELQUES DATES             | 31        |





## LA MJC DE LA VALLÉE

---

Actrice du développement local au cœur de la ville, la MJC de la Vallée favorise l'accès à la culture et aux loisirs. Destinés à tous types de publics, de nombreux ateliers sont proposés. Quatre domaines sont favorisés : les arts de la scène, l'espace famille, le bien être et les musiques actuelles.

Pour cette année, toute notre attention est tournée vers les activités. La semaine de 4 jours a permis à la MJC de la Vallée de remodeler sa programmation en proposant des activités le mercredi matin.

Parallèlement, la structure s'est associée avec l'association sportive de loisirs de Chaville (ASLC) pour proposer une journée « culture/sport » aux enfants le mercredi toute la journée. Nous sommes ravis d'initier ce type de proposition innovante et adaptée aux familles chavilloises.

La créativité, l'innovation, l'anticipation sont des compétences essentielles pour faire vivre cette maison.

Il faut continuer à capitaliser la fidélisation des adhérents qui depuis 2015 ne fait qu'augmenter.

La pratique d'activités est une partie de notre autofinancement et compter sur une base solide d'adhérents est un atout fort pour notre structure et son développement.

Vous retrouverez au cours de cette saison une programmation de concerts composée de découvertes et de références musicales.

Aujourd'hui, ce sont plus de 2200 adhérents et 52 intervenants qui s'arrêtent à la Maison avec une équipe qui se partage entre le pôle artistique et le pôle socio-culturel.

Merci donc à vous tous de votre confiance, nous sommes heureux de vous présenter cette nouvelle saison.

*Anouk Guily, directrice*

# LE 25 DE LA VALLÉE

## LE PÔLE ARTISTIQUE

### Scène de musiques actuelles

Plus qu'une simple salle de concert, le 25 de la Vallée est un projet artistique autour des musiques actuelles. En plus d'une quarantaine de représentations alliant concerts d'artistes renommés ou d'amateurs, nous proposons tout au long de l'année de nombreuses actions artistiques en direction du public et des artistes.

Une dizaine de groupes en résidence à l'année intervient également auprès des adhérents et en milieu scolaire pour partager leurs expériences artistiques. Des actions de sensibilisation et des journées thématiques sont organisées pour mieux découvrir l'univers de la musique.

Que vous soyez rock, rap, chanson reggae... publics, musiciens, amateurs ou professionnels venez participer au projet du 25. Les studios et les salles vous sont ouverts !

*La programmation artistique et culturelle se déroule de septembre à juin. Pour découvrir tous les spectacles et concerts de la MJC, consultez la plaquette trimestrielle disponible à la MJC.*

## LE PASS' SPECTACLES

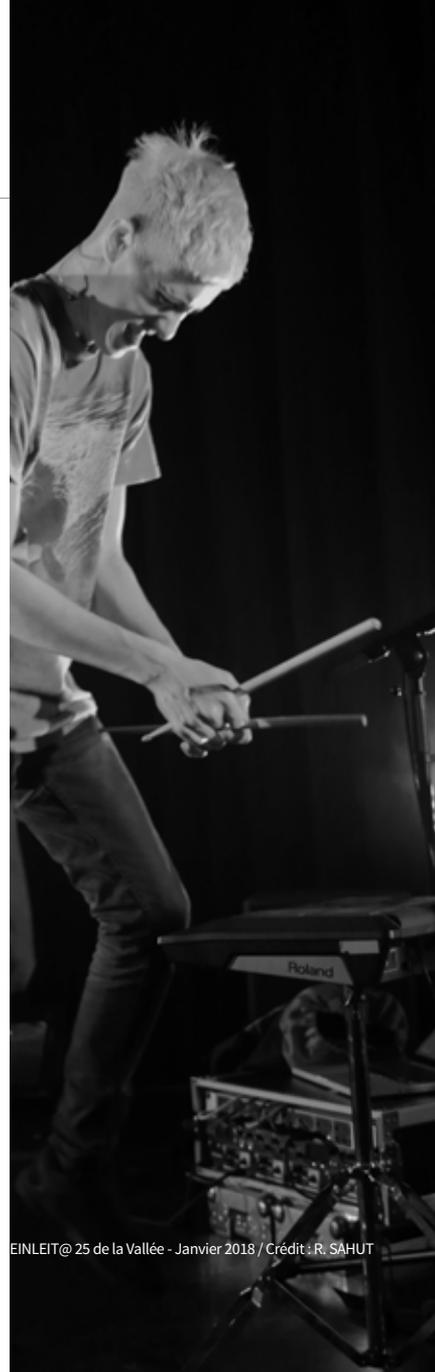
Valable à l'année et nominatif, ce Pass' Spectacles fera de vous un privilégié ! Ce pass vous permet de bénéficier de :

- Tarifs réduits sur tous les spectacles de la saison 2018/2019
  - 1 concert au choix gratuit sur la saison 2018/2019
  - Vestiaire gratuit le soir des spectacles
  - Envoi de la programmation par courrier postal chaque trimestre
  - 1 tarif réduit pour 1 personne si le détenteur du Pass' Spectacles qui assiste au spectacle est accompagné de 2 personnes
  - Accès à tous les événements réservés aux adhérents de la MJC de la Vallée
- TARIF: 15€ + adhésion (12€) pour l'année

## DATES À VENIR

Rendez-vous en octobre pour le premier concert de la saison spécial prix Chorus.  
Au mois de novembre, une soirée dub avec Zenzile.  
En décembre, une soirée métal acoustique avec Lofofora.  
Et tous les mois retrouvez les soirées soupes.

Toutes les infos et les réservations sont sur le [www.mjcdelavallee.fr](http://www.mjcdelavallee.fr)



EINLEIT@25 de la Vallée - Janvier 2018 / Crédit : R. SAHUT

# MJC PRATIQUE

## HORAIRES DE L'ACCUEIL

La MJC est ouverte le lundi et mercredi de 09h00 à 12h30 et de 14h00 à 20h00, le mardi et le jeudi de 09h00 à 12h30 et de 16h00 à 20h00, le vendredi et le samedi de 09h00 à 12h30 et de 14h00 à 19h00. Durant les vacances scolaires les activités annuelles de la MJC sont interrompues et l'accueil est ouvert du lundi au vendredi de 09h00 à 12h30.

*Fermetures exceptionnelles : 22 avril, 01, 08, 30 mai, 10 juin, 14 juillet.*

## L'ADHÉSION 2018/2019

- L'adhésion à l'association est obligatoire pour pouvoir participer aux activités. Elle est individuelle et annuelle.
- Elle s'élève pour tous à un montant de 12€.
- Elle est préalable à toute inscription et valable du 27 juin 2018 au 31 août 2019.
- L'adhésion est payable avec le premier versement de la cotisation et n'est pas remboursable.
- L'adhésion vous garantit une assurance MAIF pour vos activités.
- Elle vous propose de participer au projet associatif par un droit de vote à l'AG.
- Une carte adhérent est remise à toutes les personnes le jour de leur adhésion. Cette carte est obligatoire pour accéder aux activités.
- Toute carte perdue doit être signalée à l'accueil, un forfait de 5€ sera demandé pour la refaire.

## CONDITIONS D'INSCRIPTIONS

La cotisation est à régler dans son ensemble à l'inscription.

Les moyens de paiement :

- Espèces : 1 seul versement annuel.

- Chèques : 1, 2 ou 3 chèques pour toute somme supérieure à 100€.

*(1<sup>er</sup> chèque débité à la fin du mois de l'inscription, 2<sup>ème</sup> chèque le 31/12/2018, 3<sup>ème</sup> chèque le 31/03/2019)*

- Carte bleue : 1 seul versement.
- Aucun chèque de caution ne sera accepté.
- Une réduction de 5% sera consentie sur la facture où est mentionnée la troisième activité (excepté : reliure, ludothèque, stages et carte gym à la séance).

## RÈGLEMENT DES SALLES

Par respect des salles, tous les adhérents fréquentant les salles d'expression sont priés de se munir de chaussures propres et adaptées à la discipline. Les semelles en caoutchouc noir sont interdites.

Tous sacs et autres affaires personnelles ne sont pas autorisés dans les salles d'expression. Des casiers sont à disposition dans les vestiaires, merci de vous munir d'un cadenas.

## PERTE OU VOL

L'association n'est en aucun cas responsable en cas de perte ou de vol dans ses locaux.

## ACCÈS AUX ATELIERS

Pour le bon déroulement des activités, les intervenants se réservent le droit de refuser l'accès aux activités en cas de retard. La MJC se réserve le droit de refuser l'accès aux ateliers à un participant qui ne se serait pas acquitté de sa cotisation ou non muni de sa carte adhérent.

## RESPONSABILITE PARENTALE

Les mineurs participant aux activités de la MJC demeurent sous la responsabilité des parents.

L'ascenseur peut être utilisé par les enfants si et seulement s'ils sont accompagnés d'un adulte.

## ABSENCE

En cas d'absence d'un intervenant, nous mettons tout en oeuvre afin de prévenir les participants dans les meilleurs délais. A cet effet, nous vous recommandons de nous communiquer plusieurs numéros de téléphone ainsi qu'une adresse mail.

## ANNULATION

**Toute inscription à la MJC est ferme et définitive. Aucun remboursement ne sera effectué en cours d'année.**

- Quelques cas de force majeure motivés et justifiés, peuvent être étudiés pour un avoir ou un remboursement. Vous devez transmettre à la directrice, soit une attestation d'employeur pour un déménagement soit un certificat médical pour un arrêt d'activité exceptionnel. Cette demande doit être formulée par écrit accompagnée des justificatifs. 12% du montant de l'activité restent acquis à l'association pour frais de dossier.
- Toute demande prendra effet à la date de réception de la lettre de réclamation écrite.
- À compter du 1<sup>er</sup> mars, la MJC ne procédera plus à aucun remboursement ni avoir.
- Aucun remboursement ne sera envisagé pour les cours individuels de musique.
- La MJC se réserve le droit d'annuler ou réduire une activité si le nombre d'inscrits est insuffisant. Les sommes engagées seront remboursées en cas d'annulation.
- Les statuts de l'association définissent qu'aucune activité n'aura lieu le jour et à l'heure de l'assemblée générale. Aucun rattrapage ne sera donc assuré.



## ENFANTS 3-10 ANS

### ÉVEIL CORPOREL

Atelier permettant à l'enfant d'acquérir des notions de mouvements et d'espace afin de créer sa propre gestuelle. Cours créatif sur des musiques variées.

MARDI : 17h15 à 18h00 · 3 ans  
MERCREDI : 9h00 à 9h45 · 3 ans  
MERCREDI : 9h45 à 10h30 · 4 ans  
MERCREDI : 17h00 à 17h45 · 3 ans  
SAMEDI : 16h15 à 17h00 · 3 ans  
ANIMATION : M. Lamriki / J. Aumaitre  
LIEU : Salle Expression MJC  
TARIF : Chaville / GPSO : 191€ • Extérieurs : 229€

### DANSE EXPRESSION

Découvrir le corps et les codes de la danse, développer sa créativité, son expressivité, sa sensibilité. Exploration de l'espace, de l'écoute.

MARDI : 18h00 à 19h00 · 4/5 ans  
MERCREDI : 10h30 à 11h30 · 6/7 ans  
MERCREDI : 11h30 à 12h30 · 8/10 ans  
MERCREDI : 13h45 à 14h45 · 5/6 ans  
MERCREDI : 16h00 à 17h00 · 7/9 ans  
JEUDI : 16h45 à 17h45 · 4/5 ans  
JEUDI : 17h45 à 18h45 · 6/7 ans  
SAMEDI : 14h15 à 15h15 · 8/10 ans  
SAMEDI : 15h15 à 16h15 · 5/6 ans  
ANIMATION : M. Lamriki / J. Aumaitre  
LIEU : Salle Expression MJC  
TARIF : Chaville / GPSO : 201€ • Extérieurs : 241€

### HIP HOP ENFANTS

Initiation à la gestuelle Hip-Hop debout. Un mélange de jeux et de pas de danses inspirés de différents styles.

MERCREDI : 10h15 à 11h15 · 8/10 ans  
MERCREDI : 11h15 à 12h15 · 6/7 ans  
MERCREDI : 13h45 à 14h45 · 6/7 ans  
VENDREDI : 17h15 à 18h15 · 8/10 ans

ANIMATION : C. Mvondo / S. Keita  
LIEU : Salle Expression MJC  
TARIF : Chaville / GPSO : 201€ • Extérieurs : 241€

### CAPOEIRA

A travers cet art martial plusieurs disciplines sont abordées : le combat mais également la percussion, le chant et le sens du rythme.

SAMEDI : 13h30 à 14h30 · 6/10 ans  
ANIMATION : Association Vida De Capoeira  
LIEU : Salle Expression MJC  
TARIF : Chaville / GPSO : 201€ • Extérieurs : 241€

### CLAQUETTES

Apprentissage des pas de base et mise en place de pas simple en musique. Exploration de la coordination, rythmes et percussions.  
MARDI : 17h30 à 18h30 · 7/10 ans  
ANIMATION : S. Voinot  
LIEU : Salle Expression MJC  
TARIF : Chaville / GPSO : 201€ • Extérieurs : 241€



## JEUNES 11-18 ANS

### ATELIER HIP-HOP

Travail d'interprétation et perfectionnement en vue de mettre en scène tous types de pièces chorégraphiques.

MERCREDI : 14h45 à 16h00 · 11/12 ans  
MERCREDI : 16h00 à 17h15 · 13/15 ans  
ANIMATION : C. Mvondo  
LIEU : Salle Expression MJC  
TARIF : Chaville / GPSO : 259€ • Extérieurs : 297€

### ZUMBA

Activité de danse qui s'inspire de chorégraphies sur des rythmes latinos.

JEUDI : 18h45 à 19h30 · 14/17 ans  
ANIMATION : N. Mathieu  
LIEU : Salle Expression MJC  
TARIF : Chaville / GPSO : 171€ • Extérieurs : 205€

### DANSE MODERNE

Découvrir le corps, développer sa créativité, son expressivité, sa sensibilité. Les pas de base sont explorés dans tous les sens et sur tous les rythmes.

MERCREDI : 17h45 à 19h00 · 11/15 ans  
ANIMATION : J. Aumaitre  
LIEU : Salle Expression MJC  
TARIF : Chaville / GPSO : 259€ • Extérieurs : 297€

### DANSE EXPRESSION

Découvrir le corps et les codes de la danse, développer sa créativité, son expressivité, sa sensibilité. Exploration de l'espace, de l'écoute.

MERCREDI : 14h45 à 16h00 · 10/12 ans  
ANIMATION : M. Lamriki  
LIEU : Salle Expression MJC  
TARIF : Chaville / GPSO : 259€ • Extérieurs : 297€

### CAPOEIRA

A travers cet art martial plusieurs disciplines sont abordées : le combat mais également la percussion, le chant et le sens du rythme.

SAMEDI : 14h30 à 15h45 · 11 ans et +  
ANIMATION : Association Vida De Capoeira  
LIEU : Salle Expression MJC  
TARIF : Chaville / GPSO : 259€ • Extérieurs : 297€





BARRE AU SOL TRADITIONNELLE @ MJC de la Vallée - Mai 2018

## 16 ANS ET +

### DANSE MODERNE

Permettre de se découvrir soi-même, travailler sa technique, son expressivité, sa créativité.

MERCREDI : 19h00 à 20h15 · tous niveaux

ANIMATION : J. Aumaitre

LIEU : Salle Expression MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 275€ • Extérieurs : 310€

### DANSE JAZZ

Cette danse allie les rythmes, les styles et les techniques.

SAMEDI : 11h00 à 12h15 · tous niveaux

ANIMATION : J. Aumaitre

LIEU : Salle Expression MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 275€ • Extérieurs : 310€

### BARRE AU SOL TRADITIONNELLE

Atelier composé d'exercices d'assouplissement et de musculation vous permettant d'améliorer posture et tonicité du corps.

MERCREDI : 20h15 à 21h30 · tous niveaux

ANIMATION : J. Aumaitre

LIEU : Salle Expression MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 242€ • Extérieurs : 269€

*Forfait une danse spécifique + barre au sol :*

*TARIF : Chaville / GPSO : 453€ • Extérieurs : 544€*

*Activité accessible dans le Pass'Gym.*

### BARRE AU SOL DYNAMIQUE

Tout en musique, ce cours allie exercices au sol et à la verticale. Exécution tonique, musculation profonde avec un travail d'équilibre. Vous aborderez également la conscience du corps avec des temps de relaxation, de souplesse.

SAMEDI : 12h15 à 13h30 · tous niveaux

ANIMATION : J. Aumaitre

LIEU : Salle Expression MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 242€ • Extérieurs : 269€

*Forfait une danse spécifique + barre au sol :*

*TARIF : Chaville / GPSO : 453€ • Extérieurs : 544€*

*Activité accessible dans le Pass'Gym.*

### DANSE COUNTRY «LINE DANCE»

Danse populaire qui incorpore une séquence répétée de pas en ligne. Musique folklorique rythmée et entraînante.

MERCREDI : 20h15 à 21h15 · Débutants / Novices

ANIMATION : M. Cannone

LIEU : Salle Expression MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 260€ • Extérieurs : 299€

### BAL POP

Valse, tango, java... à l'heure où les bals pop' font leur grand retour, venez vous initier aux danses de bal dans un esprit à la fois rétro et résolument moderne !

JEUDI : 21h00 à 22h15

ANIMATION : K. Lefort / R. Blouin

LIEU : Salle Expression MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 275€ • Extérieurs : 310€

### DANSE FLAMENCO

Venez vous initier au flamenco, à ses rythmes, au son enjôleur du chant et de la guitare espagnole. Travail du rythme, de la posture, apprentissage technique et chorégraphique.

JEUDI : 20h15 à 21h15 · déb.

JEUDI : 21h15 à 22h15 · inter.

ANIMATION : Association Acompas

LIEU : Salle Expression MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 283€ • Extérieurs : 325€

### HIP HOP ADULTE

Apprentissage des différentes techniques de la danse Hip Hop. Approche sur la musicalité, improvisation.

VENDREDI : 18h15 à 19h30 · tous niveaux

ANIMATION : S. Keita

LIEU : Salle Expression MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 275€ • Extérieurs : 310€

### SALSA CUBAINE

Cet atelier de salsa cubaine s'adresse aussi bien aux grands débutants qu'à ceux qui ont déjà des bases de salsa, et qui cherchent à donner un style cubain à leur danse. Le but de cet atelier est de découvrir et partager la culture cubaine à travers sa musique et sa danse.

NEW

VENDREDI : 19h30 à 20h30 · tous niveaux

ANIMATION : N. Hubert

LIEU : Salle Expression MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 260€ • Extérieurs : 299€

### CLAQUETTES

Danse composée d'enchaînements de pas, travail de rythme et de percussions. Séances composées d'échauffements, de techniques et de variations.

MARDI : 19h00 à 20h00 · Débutants

ANIMATION : S. Voinot

LIEU : Salle Expression MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 260€ • Extérieurs : 299€

NEW

### CAPOEIRA

A travers cet art martial plusieurs disciplines sont abordées : le combat mais également la percussion, le chant et le sens du rythme.

SAMEDI : 14h30 à 15h45 · 11ans et +

ANIMATION : Association Vida De Capoeira

LIEU : Salle Expression MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 275€ • Extérieurs : 310€

NEW

## LE PASS' GYM/DANSE

**INSCRIVEZ-VOUS À UNE DANSE ET AU PASS GYM !**

PASS' GYM / DANSE : Pass' Gym + 1 danse

TARIF : Chaville / GPSO : 453€ • Extérieurs : 544€

## ENFANTS 3-10 ANS

### THÉÂTRE

Jouez la comédie : imaginez, inventez des histoires, des personnages, découvrez des textes.

LUNDI : 16h45 à 17h45 · 8/10 ans

MERCREDI : 10h15 à 11h15 · 6/7 ans

MERCREDI : 11h15 à 12h15 · 8/10 ans

MERCREDI : 13h30 à 14h30 · 8 ans

MERCREDI : 14h30 à 15h30 · 6/7 ans

MERCREDI : 15h30 à 16h30 · 9/10 ans

SAMEDI : 9h30 à 10h30 · 4/5 ans

SAMEDI : 10h30 à 11h30 · 6/7 ans

SAMEDI : 11h30 à 12h30 · 8 ans

SAMEDI : 14h30 à 15h30 · 9/10 ans

ANIMATION : Socha / Compagnie L'Air de Rien / REC

LIEU : Salle Activités MJC / Le CAF

TARIF : Chaville / GPSO : 201€ • Extérieurs : 241€

## JEUNES 11-18 ANS

### THÉÂTRE

Travail du corps à travers un échauffement ludique. Exercices développant la concentration, la disponibilité, l'imaginaire. Improvisation, travail sur textes, notions de mise en scène. Spectacle au programme.

LUNDI : 18h00 à 19h15 · 11/12 ans

LUNDI : 17h45 à 19h00 · 13/14 ans

LUNDI : 19h00 à 20h15 · 15 et +

SAMEDI : 13h15 à 14h30 · 11/13 ans

ANIMATION : Compagnie L'Air de Rien / REC

LIEU : Salle Activités MJC / Le CAF

TARIF : Chaville / GPSO : 259€ • Extérieurs : 310€

### IMPRO THÉÂTRALE

Vous avez envie de passer un bon moment en groupe, vous défouler ? Vous allez apprendre à jouer et vous allez vous surprendre...

MERCREDI : 18h45 à 20h00 · 14/17 ans

ANIMATION : G. Richard

LIEU : Salle de spectacle

TARIF : Chaville / GPSO : 259€ • Extérieurs : 310€

## ADULTES 18 ANS ET +

### IMPRO THÉÂTRALE

Vous avez envie de passer un bon moment en groupe, vous défouler ? Vous allez apprendre à jouer et vous allez vous surprendre...

LUNDI : 20h00 à 22h00 · Tous niveaux

MERCREDI : 20h00 à 22h00 · Tous niveaux

ANIMATION : G. Richard

LIEU : Salle Activités MJC / Le Caf

TARIF : Chaville / GPSO : 302€ • Extérieurs : 356€



## ENFANTS 3-10 ANS

### LES PETITS POUCES

Atelier d'éveil aux arts plastiques. Prendre plaisir avec les couleurs, les gestes et les matières. Peindre, tracer, coller, chiffonner, déchirer, faire des empreintes, tamponner, mélanger, assembler...

MERCREDI : 10h00 à 10h45 · 3/4 ans

ANIMATION : E. Ghertman

LIEU : Salle Arts Plastiques MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 191€ • Extérieurs : 229€

NEW

### LES PETITS PATOUILLEURS

Atelier d'éveil à la peinture, modelage, dessins sur différents supports.

MERCREDI : 10h00 à 10h45 · 4 ans

ANIMATION : JP. Huber

LIEU : Salle Bricolage MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 191€ • Extérieurs : 229€

### « LES MAINS CRÉATIVES »

Peinture sur tous supports et exploration de différents matériaux : argile, plâtre, pâte à sel... Tout est permis pour manipuler, utiliser différents outils en s'amusant afin de réaliser ses propres sculptures, peintures, dessins.

MERCREDI : 9h00 à 10h00 · 5/6 ans

ANIMATION : JP. Huber

LIEU : Salle Bricolage MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 201€ • Extérieurs : 241€

### DESSIN / PEINTURE

L'atelier pour découvrir en s'amusant ! Les couleurs en peinture, les pastels, les collages... Faites le plein de créativité ! Réalisations individuelles et collectives.

MERCREDI : 15h00 à 16h00 · 4/5ans

ANIMATION : C. Barberi

LIEU : Salle Arts Plastiques MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 201€ • Extérieurs : 241€

### ATELIER BD

Atelier ouvert à tous ceux, qui aiment dessiner et raconter des histoires. On y aborde la technique de la bande dessinée par étapes, en laissant à chacun l'occasion d'exprimer son style personnel.

MERCREDI : 11h15 à 12h15 · 6/8 ans

MERCREDI : 13h45 à 14h45 · 9/11 ans

ANIMATION : JP. Huber

LIEU : Salle Bricolage MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 201€ • Extérieurs : 241€

NEW

### SCULPTURE / MODELAGE

Découvrir différentes matières (terre, plâtre), apprendre à coordonner ses gestes, choisir les bons outils pour apprendre à fabriquer, créer.

MERCREDI : 14h45 à 15h45 · 6/8 ans

TARIF : Chaville / GPSO : 201€ • Extérieurs : 241€

ANIMATION : JP. Huber

LIEU : Salle Bricolage MJC

MERCREDI : 15h45 à 17h00 · 9/11 ans

TARIF : Chaville / GPSO : 267€ • Extérieurs : 320€

### ARTS PLASTIQUES

Dessiner, peindre, découper, assembler, coller : pratiquer les arts plastiques en se faisant plaisir avec les couleurs tout en découvrant différentes techniques. (peinture, pastels, crayons, encre...)

MERCREDI : 9h00 à 10h00 · 8/10 ans

MERCREDI : 11h00 à 12h00 · 6/7 ans

SAMEDI : 11h00 à 12h00 · 6/7ans

SAMEDI : 12h00 à 13h00 · 8/10ans

ANIMATION : E. Ghertman

LIEU : Salle Arts plastiques MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 201€ • Extérieurs : 241€

### CRÉATIONS PLASTIQUES / BRICOLAGE

Une année de créativité et d'imagination avec peinture, collages et constructions en volume pour filles et garçons ...

MERCREDI : 16h00 à 17h00 · 6/8 ans

ANIMATION : C. Barberi

LIEU : Salle Arts plastiques MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 201€ • Extérieurs : 241€

MERCREDI : 17h00 à 18h15 · 9/11 ans

TARIF : Chaville / GPSO : 242€ • Extérieurs : 292€

## JEUNES 11-17 ANS

### STYLISME

Le stylisme met en œuvre matières, volumes et couleurs. C'est aussi un peu de technique pour devenir autonome et créer des vêtements.

MERCREDI : 18h30 à 20h00 · 11/15 ans

ANIMATION : C. Barberi

LIEU : Salle Arts plastiques MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 267€ • Extérieurs : 320€

### CRÉATIONS PLASTIQUES / BRICOLAGE

La créativité et l'imagination au programme! Dessin, peinture, collage mais aussi recyclage pour créer en 2D et 3D sur des thèmes variés. Il y aura aussi des séances plus libres où, forts de leurs acquis, les créateurs en herbe laisseront parler leur personnalité.

MERCREDI : 17h00 à 18h15 · 9/11 ans

ANIMATION : C. Barberi

LIEU : Salle Arts plastiques MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 242€ • Extérieurs : 292€

### ATELIER SCULPTURE / MODELAGE

Découvrir différentes matières (terre, plâtre), apprendre à coordonner ses gestes, choisir les bons outils pour apprendre à fabriquer, créer.

MERCREDI : 15h45 à 17h00 · 9/11 ans

ANIMATION : JP. Huber

LIEU : Salle Bricolage MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 267€ • Extérieurs : 320€

### ATELIER BD

MERCREDI : 13h45 à 14h45 · 9/11 ans Cf: 3-10ans



## ENFANTS 3-10 ANS

### ÉVEIL MUSICAL

Les enfants explorent toutes les possibilités de jeu sur différents instruments. Une palette sonore leur permettra d'élaborer des séquences musicales.

MERCREDI : 9h15 à 10h00 · 3/4 ans

MERCREDI : 10h00 à 10h45 · 5/6 ans

SAMEDI : 9h15 à 10h00 · 3/4 ans

SAMEDI : 10h00 à 10h45 · 5/6 ans

ANIMATION : J. Brosset / D. Gicquel / P. Gauthé

LIEU : Studios MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 191€ • Extérieurs : 229€

MERCREDI : 10h45 à 11h45 · 7/8 ans

MERCREDI : 13h30 à 14h30 · 7/8 ans

SAMEDI : 10h45 à 11h45 · 7/8 ans

TARIF : Chaville / GPSO : 216€ • Extérieurs : 259€

### FA SI LA CHANTEZ JUNIORS

Chorale qui permettra à votre enfant de partager, d'écouter l'autre sur différents répertoires. Travail sensoriel et corporel.

MARDI : 18h00 à 19h00 · 8/12 ans

ANIMATION : L. Monteyrol

LIEU : le CAF

TARIF : Chaville / GPSO : 201€ • Extérieurs : 241€

### PRATIQUES COLLECTIVES

Instrument au choix : basse, guitare, batterie et piano/clavier, Cours de 1h. A partir de 8 ans. Niveaux : débutant, initié et confirmé.

Batterie

LUNDI : 17h30 à 18h30 • JEUDI : 17h00 à 19h00

Guitare/Basse

LUNDI : 17h30 à 18h30 • MARDI : 17h00 à 18h00

MERCREDI : 9h00 à 11h00 • 14h30 à 16h30 •

14h00 à 15h00

Clavier/Piano

MERCREDI : 10h00 à 12h00 • 14h00 à 15h00 •

SAMEDI : 10h à 11h

ANIMATION : J. Brosset / S. Thomas / L. Godart / R.

Lupu / R. Courty / P. Gauthé

LIEU : Studios MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 402€ • Extérieurs : 481€  
*Les horaires pourront être réaménagés au mois de septembre pour constituer des groupes homogènes.*

### ATELIER MULTI-INSTRUMENTS

Atelier idéal pour découvrir et pratiquer plusieurs instruments avant de s'orienter vers un atelier collectif. (guitare, basse, batterie, piano)

MARDI : 17h00 à 18h00

MERCREDI : 11h00 à 12h00

ANIMATION : L. Jaulin

LIEU : Studios MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 283€ • Extérieurs : 340€

NEW

## JEUNES 11- 17 ANS

### PRATIQUES COLLECTIVES

Instrument au choix : guitare, piano/clavier, chant et batterie. Cours de 1h. A partir de 11 ans. Niveaux : débutant, initié et confirmé

Batterie

LUNDI : 18h30 à 19h30 • MARDI : 18h00 à 20h00

MERCREDI : 18h00 à 19h00

Guitare/Basse

LUNDI : 18h30 à 19h30 • MARDI : 18h00 à 20h00

MERCREDI : 15h00 à 17h00 • SAMEDI : 10h00 à

11h00

Piano/Clavier

MERCREDI : 15h00 à 17h00

Chant

MARDI : 18h00 à 19h00

JEUDI : 19h00 à 20h00

ANIMATION : J. Brosset / S. Thomas / L. Godart /

R. Lupu / Kshoo

LIEU : Studios MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 402€ • Extérieurs : 481€

### ENSEMBLE ADOS

Vous souhaitez faire partie d'un groupe de rock, faire des concerts, découvrir le jeu en groupe. Chaque semaine, un atelier d'une heure vous permet de répéter, accompagné

par un intervenant.

MERCREDI : 17h00 à 18h00

MERCREDI : 19h00 à 20h00

LIEU : Studios MJC

ANIMATION : J. Brosset / S. Thomas

TARIF : Chaville / GPSO : 283€ • Extérieurs : 340€

TARIF ATELIER + COURS :

Chaville/GPSO : 182€ • Extérieurs : 222€

*Tarif annuel pour l'adhérent à un cours de musique.*

### ATELIER MAO

Apprendre à créer de la musique en utilisant l'outil informatique.

MERCREDI : 14h00 à 15h00

ANIMATION : L. Jaulin

LIEU : Studios MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 283€ • Extérieurs : 340€

NEW

### ATELIER INDIVIDUEL

Pour perfectionner sa technique instrumentale ou vocale : guitare, basse, batterie, piano/clavier ou chant. Cours de 30mn.

Batterie

LUNDI : 17h00 à 20h30 • MARDI : 20h à 20h30

MERCREDI : 17h30 à 21h00 • JEUDI : 19h à 20h30

Guitare/Basse

LUNDI : 17h00 à 20h30

Guitare

MERCREDI : 16h30 à 17h30

Basse

SAMEDI : 13h00 à 14h00

Piano/Clavier

MERCREDI : 13h30 à 19h00 • JEUDI : 18h00 à 20h00

• SAMEDI : 11h00 à 12h30

Chant

MARDI : 17h30 à 20h30 • MERCREDI : 18h00 à

20h00 • JEUDI : 17h à 21h00

ANIMATION : Kshoo / J. Brosset / S. Thomas /

L. Godart / D. Gicquel

LIEU : Studios MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 695€ • Extérieurs : 834€

NEW

## ADULTES 16 ANS ET +

### ENSEMBLE ADULTES

MARDI : 20h00 à 21h00

LIEU : Studios MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 253€ • Extérieurs : 304€

*Tarif annuel pour l'adhérent à un cours de musique.*

### ATELIER INDIVIDUEL

Cf p.18

### CHORALE FA SI LA CHANTEZ

Découvrez le "chant" autour d'un répertoire de variétés. Représentations prévues sur différents sites pour partager votre passion.

LUNDI : 20h15 à 22h15

ANIMATION : L. Monteyrol

LIEU : Salle spectacles

TARIF : Chaville / GPSO : 258€ • Extérieurs : 309€

## LES STUDIOS DE RÉPÉTITION

La MJC propose trois nouveaux studios de répétition insonorisés, équipés d'une sono et d'un backline complet ainsi que d'une régie d'enregistrement.

HORAIRES : Lundi 14h00 à 22h30 / Mardi et jeudi 10h00 à 00h00 / Mercredi 10h00 à 14h00 et 19h00 à 00h00 / Vendredi 10h00 à 20h00 / Samedi 10h00 à 19h00

Tarifs + adhésion obligatoire

TARIF JOUR : 10h00 à 20h00 · 9€ / heure

TARIF SOIR : 20h00 à 22h00 · 12€ / heure

TARIF NUIT : 22h00 à 00h00 · 14€ / heure

• Musicien solo : 6€ / heure

(entre 10h et 20h puis tarif soir et nuit après 20h)

• Forfait annuel 2h hebdo : 700€

• Forfait 10 séances de 2h : 250€

*Réservations et renseignements à  
studio@mjcdevallee.fr.*



Le pôle ludique est un espace dédié aux jeux et aux jouets pour tous les adhérents inscrits au Pass'Ludic. L'équipe est à votre disposition pour vous faire découvrir la richesse et le plaisir du jeu et saura vous conseiller dans le choix des jeux que vous pourrez emprunter.

Retrouvez toutes les informations du pôle ludique sur [mjcdelavallee.fr](http://mjcdelavallee.fr)

## LE PASS'LUDIC

### JEUX, JOUETS, PARTANTS POUR UNE PARTIE ?

Ce Pass'ludic offre aux adhérents :

- l'accès à l'espace ludique aux horaires d'ouverture :  
mardi de 16h30 à 18h30,  
jeudi de 10h00 à 12h00 pour les enfants de moins de 3 ans  
vendredi de 16h à 19h00,  
Le samedi de 10h à 12h et de 14h à 18h (sauf durant les vacances scolaires).
- Des prêts de jeux jusqu'à 3 jeux.

TARIF ANNUEL :

PassUno 8€\*. (+ 12€ non adhérents).

\* à partir du 5<sup>ème</sup> membre de la famille inscrit, les PassUno suivants seront offerts. Attention, cette offre est uniquement valable si tous les membres concernés (enfants, parents, grands-parents) adhérent au Pass'Ludic le même jour.  
PassCoop : 4€ (+ 12€ non adhérents) pour les accompagnateurs.trices (nounou, baby-sitter...).

**NEW**

## LE MERCREDI

### LA LUDO DU MERCREDI

L'espace de jeux est ouvert le mercredi après-midi tout au long de l'année uniquement pour les enfants inscrits à une activité hebdomadaire le mercredi entre 9h00 et 12h00 et entre 14h00 et 18h00.

Votre enfant peut profiter de cet espace avant ou après son activité hebdomadaire pour une durée maximale de 2 heures. Inscription obligatoire.

TARIF ANNUEL par an et par enfant : 45€.

### PÉDI'MOBIL

Un animateur de la MJC effectue à pieds le trajet entre l'école Anatole France et la MJC. Ainsi, les enfants inscrits à ce service peuvent profiter d'une activité l'après midi.

TARIF ANNUEL : 60€ avec une adhésion obligatoire à la ludo du mercredi.

*Inscription à la MJC à partir du 27 juin 2018.*

*Début du PÉDI'MOBIL le 12 septembre 2018.*

*Places limités*

## SOIREEES JEUX

Le pôle ludique organise une fois par mois des soirées jeux (de société, vidéo, de rôles...). Gratuites et sans inscription, ces soirées sont ouvertes aux enfants de + de 10 ans, aux ados, aux adultes, et aux familles.

Souvent à thème, les soirées jeux sont l'occasion pour tous de se retrouver le temps d'une partie (ou de plusieurs), de se rencontrer et de partager un moment ludique dans une ambiance conviviale.

# LA PETITE ENFANCE

## **EVEIL BÉBÉ (Atelier parent / enfant)**

Atelier offrant un espace de découverte et d'exploration propice aux rencontres. Des activités d'éveil ludique vous seront proposées.

**NEW**

JEUDI : 10h00 à 10h30 · 10/15 mois

JEUDI : 10h30 à 11h00 · 15/18 mois

JEUDI : 11h00 à 11h30 · 18 /24 mois

ANIMATION : C. Bordry

LIEU : Salle Activités MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 157€ • Extérieurs : 188€

+ Adhésion obligatoire pour l'adulte 12€.

## **ÉVEIL MUSICAL (Atelier parent / enfant)**

Atelier d'éveil parent / enfant en chanson. Partagez avec votre enfant sa découverte musicale et sa sensibilité.

SAMEDI : 11h00 à 11h30 · 1/2 ans

SAMEDI : 11h30 à 12h00 · 1/2 ans

SAMEDI : 12h00 à 12h30 · 2/3 ans

ANIMATION : J. Brosset

LIEU : Salle d'activité MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 157€ • Extérieurs : 188€

+ Adhésion obligatoire pour l'adulte 12€.

## **LES PETITS ATELIERS DU JEUDI MATIN (Atelier adulte / enfant)**

Le pôle ludique vous propose une fois par mois des ateliers thématiques adulte-enfant (motricité, Montessori, musique ...).

**NEW**

JEUDI : 9h15 à 10h00

LIEU : Ludothèque

TARIF : Chaville / GPSO : 15€ (1 adulte / 1 enfant

) 20€ (1 adulte / 2 enfants) • Extérieurs : 18€ (1

adulte / 1 enfant) 24€ (1 adulte / 2 enfants)

+ Adhésion obligatoire 12€ pour les non adhérents.



## ENFANTS 3-10 ANS

### ENGLISH PLAYTIME

Initiation / apprentissage ludique de l'anglais pour que l'enfant l'associe à une activité amusante suscitant son intérêt. Autour de chansons, histoires, jeux, les plus jeunes se familiarisent avec les sonorités anglaises. Acquisition de structures grammaticales simples pour les plus grands.

LUNDI : 17h00 à 18h00 · Niv : CE1/CE2

LUNDI : 18h00 à 19h00 · Niv : CM1/CM2

MARDI : 17h00 à 18h00 · Niv : CP

MERCREDI : 9h00 à 10h00 · 4 ans

MERCREDI : 11h00 à 12h00 · 5 ans

MERCREDI : 13h30 à 14h30 · 4/5 ans

MERCREDI : 14h30 à 15h30 · Niv : CM1/CM2

TARIF : Chaville / GPSO : 210€ · Extérieurs : 252€

MERCREDI : 10h00 à 10h45 · 3ans

TARIF : Chaville / GPSO : 191€ · Extérieurs : 229€

ANIMATION : B. De Palma

LIEU : Salle Multimédia MJC / Salle Activités MJC

## JEUNES 11-17 ANS

### ENGLISH FOR TEENS COLLÈGE

Une excellente recette pour progresser en anglais : « renforcer en douceur les bases de grammaire, y rajouter quelques brins de vocabulaire, pratiquer l'ensemble dans des sketches et des jeux. It's fun and it works !! »

LUNDI : 19h00 À 20h00 · 5<sup>ème</sup> 4<sup>ème</sup>

MARDI : 18h00 à 19h00 · 6<sup>ème</sup>

ANIMATION : B. De Palma

LIEU : Salle Multimédia MJC / Salle Activités MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 237€ · Extérieurs : 285€

## CONNECT TO THE WORLD

NEW

What's this ? What's up ? What for ?

Parler anglais peut être un jeu.

Nous imaginons des situations, mais toujours avec le même objectif : échanger plus facilement en anglais 'Just have a try ...

MARDI : 19h00 à 20h00 · Niv 3<sup>ème</sup> et lycée

ANIMATION : B. De Palma

LIEU : Salle Multimédia MJC / Salle Activités MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 237€ · Extérieurs : 285€

## ADULTES 16 ANS ET +

### L'ATELIER RELIURE

Local et matériel mis à disposition des adhérents. Les consommables sont à la charge des participants.

MARDI : 14h00 à 17h00

VENDREDI : 10h00 à 12h00

LIEU : Salle Bricolage MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 82€ · Extérieurs : 98€

### ATELIER COUTURE

Vous souhaitez faire vos ourlets, monter une fermeture, créer un vêtement.. Vous découvrirez la couture, le plaisir de coudre à la machine.

MARDI : 19h30 à 21h30 · Tous niveaux

JEUDI : 19h00 à 21h00 · Tous niveaux

ANIMATION : Sophie Alduy

LIEU : Salle Arts plastiques MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 319€ · Extérieurs : 383€

### JARDIN PARTAGÉ ASSOCIATIF

Le jardin partagé de la MJC situé Sente des Châtres Sacs est un jardin en mouvement, dont le projet se dessine autour d'une gestion en adéquation avec l'environnement et la biodiversité.

LIEU : Sente des Châtres-Sacs

TARIF : Adhésion 12€

## LANGUES

### ANGLAIS

Cours de conversation anglaise avec vidéo, livres, magazines pour approfondir votre anglais parlé. Des rencontres teatime vous seront proposées au cours de l'année.

MARDI : 14h00 à 15h30 · Intermédiaire

JEUDI : 14h00 à 15h30 · Avancé

ANIMATION : A. Chaurand

LIEU : Salle Multimédia MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 295€ · Extérieurs : 339€

### ESPAGNOL

Pratique de l'espagnol orale et écrite, approfondissement du vocabulaire et des connaissances culturelles avec supports variés.

SAMEDI : 9h00 à 10h30 · Débutant

SAMEDI : 10h30 à 12h00 · Intermédiaire

ANIMATION : J. Estevez

LIEU : Salle Multimédia MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 295€ · Extérieurs : 339€

## POÉSIE

### INTERVENTION À HAUTE VOIX

Activité de création et d'édition de cahiers poétiques. Des numéros de revues et de recueils sont conçus et édités dans l'année. Possibilité d'abonnement ou de participation à l'atelier poétique.

ANIMATION : Gérard FAUCHEUX

[gerard.faucheux@numericable.fr](mailto:gerard.faucheux@numericable.fr)

TARIF : Participation à l'atelier poésie

Chaville/GPSO : 70€ · Extérieurs : 84€ + adhésion (12€)

Abonnement – Simple : 30€ / Associatif : 30€ /

Soutien : 60€ / Etranger : 50€.

# LE MULTIMÉDIA

## ENFANTS 3-10 ANS

### ATELIER « ARTS NUMÉRIQUES »

Différents ateliers pour une initiation ludique à la création de dessin et au montage d'images pour les plus jeunes. Création de bandes dessinées, construction de modules avec des LEGOS pour les 8/10ans.

MERCREDI : 14h00 à 15h00 · 8/10 ans

MERCREDI : 15h00 à 16h00 · 6/7 ans

ANIMATION : V. Lolicart

LIEU : Salle Multimédia

TARIF : Chaville / GPSO : 210€ · Extérieurs : 250€

## JEUNES 11-17 ANS

### ATELIER « ARTS NUMÉRIQUES »

Cet atelier propose d'aborder le dessin en 2D/3D et l'initiation au montage multimédia (audio, vidéo).

MERCREDI : 16h00 à 17h00 · 11/13 ans

ANIMATION : V. Lolicart

LIEU : Salle Multimédia

TARIF : Chaville / GPSO : 210€ · Extérieurs : 250€

## ADULTES 16 ANS ET +

### LA MATINALE NUMÉRIQUE

Matinée dédiée aux échanges autour du numérique pour résoudre les petits soucis, réaliser des travaux personnels et rester en lien avec l'évolution des nouvelles technologies. Basée sur la convivialité, la matinale ambitionne aussi de produire publiquement des réalisations collectives.

MARDI : 9h30 à 12h00

ANIMATION : T. Jamet

LIEU : le CAF'

TARIF : Chaville / GPSO : 201€ · Extérieurs : 241€

Possibilité d'inscription à une carte de 10 séances valable entre le 10 septembre 2018 et le 11 juin 2019.

### ATELIERS INFORMATIQUES

- Atelier permettant de se familiariser avec le PC, de faire ses premiers pas sur le web et courrier électronique.

VENDREDI : 9h30 à 10h45 Débutant

ANIMATION : V. Lolicart

LIEU : Salle multimédia

TARIF : Chaville / GPSO : 295€ · Extérieurs : 339€

- Approfondissement de la navigation sur le web et courrier électronique. Gestion des fichiers et des dossiers, découverte des réseaux sociaux, paramétrage et mise à jour du PC.

VENDREDI : 10h45 à 12h00 · Intermédiaire

ANIMATION : V. Lolicart

LIEU : Salle multimédia

TARIF : Chaville / GPSO : 295€ · Extérieurs : 339€



DESSIN / PEINTURE @ MJC de la Vallée - Mai 2018

## ENFANTS 3-10 ANS

### LES PETITS GALOPINS

Activité d'éveil physique pour les enfants de 2 ans. Vos enfants s'amuseront à découvrir des parcours de motricité riches en couleurs en toute sécurité. Activité sans parents

JEUDI : 9h00 à 10h00 · 2 ans

ANIMATION : C. Bordry · 8 places disponibles

LIEU : Salle Activités MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 191€ • Extérieurs : 229€

### LES PETITS BOUGEURS

C'est en jouant que l'enfant apprend, grandit et s'épanouit ! C'est en bougeant qu'il découvre son corps, explore son environnement et apprend progressivement à organiser son mouvement.

MERCREDI : 9h00 à 10h00 · 3 ans

ANIMATION : C. Bordry · 8 places disponibles

LIEU : Salle Activités MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 191€ • Extérieurs : 229€

NEW

### PETITS CASSE-COU

Idéal pour développer sa coordination, son sens de l'équilibre. Rouler, ramper, grimper. Un vrai bonheur de pouvoir faire ce dont on a envie ! Activité sans parents.

SAMEDI : 9h00 à 10h00 · 4 ans

SAMEDI : 10h00 à 11h00 · 5 ans

ANIMATION : R. Danso · 10 places disponibles

LIEU : Salle Activités MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 191€ • Extérieurs : 229€

### ZUMBA PARENTS-ENFANTS

Partagez un temps privilégié avec votre enfant autour d'une activité de danse simple et festive sur de la musique rythmée. A partir de 6 ans.

SAMEDI : 10h45 à 11h30

ANIMATION : N. Mathieu

LIEU : Salle Expression MJC

TARIF : Chaville / GPSO : 269€ • Extérieurs : 322€

Inscription pour 2 personnes.

## ADULTES 16 ANS ET +

### LE PASS' GYM

#### LA GYM POUR TOUS, QUAND VOUS LE VOULEZ !

Il fait la joie de beaucoup d'entre vous, chaque année la MJC vous propose ce Pass' Gym pour pratiquer et diversifier vos activités gym. Qu'elles soient douces ou dynamiques, vous pouvez varier les plaisirs quand vous voulez, autant de fois que vous le voulez dans la semaine. Un réel programme complet pour rester en forme toute l'année. **Chaville / GPSO : 269€ • Extérieurs : 299€**

Sans engagement, profitez d'une remise en forme à votre rythme. Une séance gym quand vous voulez !

TARIF : Chaville / GPSO / Extérieurs : 10€

Pour 1 séance + Adhésion obligatoire à l'année (12€)

### LOISIRS

#### VOLLEY-BALL

Pratique en équipes du volley-ball loisir.

LUNDI : 20h30 à 22h00 · Volley en autonomie

JEUDI : 20h30 à 22h00 · Volley-ball

ANIMATION : R. Dajoux (uniquement le jeudi)

LIEU : Gymnase Léo Lagrange

#### ZUMBA

Un mélange de plusieurs danses latines, de fitness et d'aérobic. La zumba permet de travailler les muscles cardiaques, de tonifier

tous les muscles du corps, de s'amuser et de décompresser.

LUNDI : 9h45 à 10h30 · N. Mathieu

LUNDI : 19h00 à 19h45 · C. Jolivet

MERCREDI : 19h15 à 20h15 · C. Jolivet (Stretch 15min.)

SAMEDI : 10h00 à 10h45 · N. Mathieu

ANIMATION : C. Jolivet/N. Mathieu

LIEU : Salle Expression MJC

### COACHING SPORTIF

Atelier associant la course à pied en groupe, à une préparation physique collective.

SAMEDI : 10h00 à 12h00

ANIMATION : AC. Ardaillon

LIEU : Bois de Chaville

### CARDIO

#### STEP

Cours dynamique, monter et descendre une marche tout en chorégraphie.

JEUDI : 19h30 à 20h15 · Tous niveaux

ANIMATION : R. Dajoux

LIEU : Salle Expression MJC

### CARDIO ATTACK / INTERVAL

Travail de coordination, séquences de gestes rapides en vue d'un renforcement musculaire. Cours intensif.

LUNDI : 19h45 à 20h45

ANIMATION : C. Jolivet

LIEU : Salle Expression MJC

### CROSS TRAINING

Un mélange de cardio et de renforcement musculaire dynamique, avec du petit matériel. Travail d'endurance, d'équilibre sous forme d'atelier.

MERCREDI : 18h30 à 19h15

ANIMATION : C. Jolivet

LIEU : Salle Expression MJC

## LIA (LOW IMPACT AEROBIC)

Cours alliant du fitness et de la danse sur des musiques très tendances. Exercices cardio, coordination. Cours dynamique.

LUNDI : 18h30 à 19h15  
ANIMATION : M. Boucault  
LIEU : Salle Expression MJC

## AFRO HOUSE

Un savant mélange entre la musique house et la musique africaine. Cours alliant des mouvements de danse africaine sur un rythme soutenu.

VENDREDI : 19h30 à 20h15  
ANIMATION : S. Keita  
LIEU : Salle Expression MJC

## CX FIT-RENFO

Travail dynamique et intensif des muscles profonds de la ceinture abdominale, exercices avec élastiques poids.

LUNDI : 18h30 à 19h00  
ANIMATION : C. Jolivet  
LIEU : Salle Expression MJC

## MUSCULAIRE

### MARCHE ACTIVE

Activité de marche soutenue dans la forêt de Chaville accompagnée d'exercices ludiques de renforcement musculaire.

VENDREDI : 9h15 à 10h45  
ANIMATION : N. Mathieu  
LIEU : Bois de Chaville

### FIT&ZEN

Cours de fitness chorégraphié s'inspirant de Tai-chi, yoga, pilâtes et stretching pour renforcer en profondeur et assouplir.

MARDI : 20h30 à 21h30

SAMEDI : 8h45 à 9h45  
ANIMATION : M. Boucault  
LIEUX : Salle Expression MJC

## BARRE AU SOL

Voir page13

## CAF/STRETCH

### CUISSES ABDOS FESSIERS / STRETCHING

Travail intensif de la ceinture abdominale et musculation dynamique des fessiers complété par des étirements.

LUNDI : 20h45 à 21h30  
ANIMATION : M. Boucault  
LIEU : Salle Expression MJC

### BODY SCULPT

Renforcement musculaire en musique, des épaules, du dos et des abdos.

MARDI : 9h00 à 9h45 · K. Hamdach  
MERCREDI : 8h45 à 09h30 · M. Boucault  
ANIMATION : K. Hamdach / M. Boucault  
LIEU : Salle Expression MJC

### TCAF (TAILLE CUISSES ABDOS FESSIERS)

Travail intensif de la ceinture abdominale et musculation dynamique des fessiers et des cuisses.

LUNDI : 9h00 à 9h45 · N. Mathieu  
JEUDI : 9h00 à 9h30 · M. Boucault  
SAMEDI : 9h00 à 10h00 · N. Mathieu  
ANIMATION : M. Boucault / N. Mathieu  
LIEU : Salle Expression MJC

## GYM BALLON

Tonifier, raffermir les muscles de l'abdomen, les fessiers, le bassin et le dos en développant la souplesse. Améliorer la coordination avec le plaisir du jeu avec le ballon.

JEUDI : 19h30 à 20h15  
ANIMATION : N. Mathieu  
LIEU : Salle Expression MJC

## FITNESS

### BODY FORME

Cours dynamique alliant renforcement musculaire, exercices cardio, coordination stretch.

MARDI : 9h45 à 10h30 · K. Hamdach  
MARDI : 19h30 à 20h30 · M. Boucault  
JEUDI : 18h30 à 19h30 · R. Dajoux  
ANIMATION : R. Dajoux / K. Hamdach / M. Boucault  
LIEU : Salle Expression MJC

### FITNESS CUBAIN

Cours alliant du fitness et de la danse sur des airs latinos.

JEUDI : 20h15 à 21h00  
ANIMATION : N. Mathieu  
LIEU : Salle Expression MJC

### PILATES

Méthode douce basée sur la respiration permettant de travailler les muscles profonds.

LUNDI : 19h15 à 20h00 · Niveau 2  
LUNDI : 20h00 à 20h45 · Niveau 1  
MARDI : 18h30 à 19h30 · Niveau 1  
MERCREDI : 9h30 à 10h15 · Niveau 1  
JEUDI : 9h30 à 10h15 · Niveau 2  
SAMEDI : 9h45 à 10h30 · Niveau 1  
ANIMATION : M. Boucault  
LIEU : Salle Expression MJC

NEW

## BIEN-ÊTRE

### ATELIER ÉQUILIBRE

Atelier optimisant les potentialités physiques. Il préserve l'équilibre et la mémoire avec la pratique d'une activité adaptée.

VENDREDI : 9h00 à 10h00

ANIMATION : MT. Duclos

LIEU : Salle Expression MJC

### GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

Étirements, coordination, enchaînements en musique, travail cardio-respiratoire, renforcement musculaire.

MARDI : 9h00 à 10h00 · Salle Atrium

JEUDI : 20h00 à 21h00 · Salle Activités MJC

ANIMATION : MT. Duclos

LIEUX : Salle Atrium / Salle Activité MJC

### GYM DOUCE / BALLON

L'élément ludique parfait pour améliorer le tonus des muscles profonds et l'équilibre.

LUNDI : 10h00 à 10h45

ANIMATION : R. Duchier

LIEU : Salle Expression MJC

### SOPHROLOGIE

Retrouvez l'harmonie corps-esprit. Gestion des émotions et du stress.

MARDI : 8h45 à 10h00

MARDI : 18h45 à 20h00

ANIMATION : E. Gruel-Charpentier

LIEU : Gymnase A. Halimi

### DOS ET POSTURE

Prendre conscience de ses postures, les corriger pour améliorer sa santé et faciliter ses gestes quotidiens. Ce cours permet un regard nouveau sur son anatomie.

LUNDI : 9h00 à 10h00

ANIMATION : R. Duchier

LIEU : Salle Expression MJC

### DAO YIN

Le DAO YIN est une succession de mouvements lents et harmonieux, accordés à la respiration qui guide l'énergie dans le corps.

LUNDI : 9h00 à 10h15 · S. Canovas

MERCREDI : 18h45 à 20h00 · C. Froger

ANIMATION : C. Froger / S. Canovas

LIEU : Salle Activités MJC

### YOGA

Postures traditionnelles du yoga et relaxation.

LUNDI : 10h30 à 11h45 · Vinyasa

MARDI : 10h15 à 11h30 · Hatha Yoga

MARDI : 19h00 à 20h15 · Vinyasa

MARDI : 20h15 à 21h30 · Hatha Yoga

VENDREDI : 10h30 à 11h45 · Hatha Yoga

VENDREDI : 18h30 à 19h30 · Vinyasa

ANIMATION : E. Humez / M. Christin / A. Budillon

LIEUX : Salle Activités MJC / Salle Expression MJC /

Gymnase A. Halimi

### RELAXATION

Méthode visant à obtenir une détente physique et morale.

LUNDI : 10h45 à 11h15 · Salle Expression MJC

MERCREDI : 10h00 à 11h15 · Gymnase Halimi

ANIMATION : R. Duchier / I. Goutard

LIEUX : Salle Expression MJC / Gymnase Halimi

### STRETCHING

Travail de contraction et d'étirement des muscles dans le but d'augmenter la souplesse.

MARDI : 10h30 à 11h15 · K. Hamdach

JEUDI : 10h15 à 11h00 · M. Boucault

VENDREDI : 10h45 à 11h30 · N. Mathieu

SAMEDI : 10h30 à 11h00 · M. Boucault

ANIMATION : M. Boucault / K. Hamdach / N. Mathieu

LIEU : Salle Expression MJC

### QI GONG

Le Qi Gong est une gymnastique traditionnelle chinoise douce associant mouvements lents, exercices de respiration, de concentration et automassage.

LUNDI : 19h15 à 20h30 · Salle d'Activités

MARDI : 10h15 à 11h30 · Salle Expression MJC

ANIMATION : A. Miassedova

LIEUX : Salle Expression MJC / Salle d'Activités

### TAÏ CHI CHUAN

Le Tai Chi Chuan fait partie de l'école interne des arts martiaux chinois, celle qui privilégie la souplesse et le "lâcher prise" sur la dureté et la force.

LUNDI : 19h00 à 20h15 · Ludothèque

MARDI : 9h00 à 10h15 · Salle Expression MJC

VENDREDI : 9h00 à 10h15 · Gymnase A. Halimi

ANIMATION : P. Montalva

LIEUX : Salle Expression MJC / Gymnase A. Halimi

/ Ludothèque

### DO IN

Pratique de méditation assise traditionnelle d'origine japonaise. Des étirements, des mouvements simples, de l'automassage sont proposés afin de relâcher les tensions et améliorer la circulation de l'énergie vitale.

JEUDI : 9h00 à 10h15 · Salle Expression MJC

JEUDI : 18h45 à 20h00 · Salle Activités MJC

ANIMATION : R. Faivre

LIEUX : Salle Expression / Salle Activités MJC

### MOUVEMENT BIEN-ÊTRE

Les mouvements bien-être sont basés sur les chaînes musculaires et articulaires.

Il privilégie la conscience et la détente corporelle.

NEW

MERCREDI : 9h00 à 10h00  
JEUDI : 10h15 à 11h15  
ANIMATION : R. Faivre  
LIEU : Gymnase A. Halimi

## LE + ACTIVITÉ UNIQUE

### LA GYM ÉQUILIBRE

VENDREDI : 9h00 à 10h00  
ANIMATION : MT. Duclos  
LIEU : Salle Expression MJC  
TARIF : Chaville / GPSO : 172€ • Extérieurs : 191€

### GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

MARDI : 9h00 à 10h00 · Salle Atrium  
JEUDI : 20h00 à 21h00 · Salle Activité MJC  
ANIMATION : MT. Duclos  
LIEUX : Salle Atrium, Salle Activité MJC  
TARIF : Chaville / GPSO : 172€ • Extérieurs : 191€

### VOLLEY-BALL

LUNDI : 20h30 à 22h00 · Volley en autonomie  
JEUDI : 20h30 à 22h00 · Volley-ball  
ANIMATION : R. Dajoux (uniquement le jeudi)  
LIEU : Gymnase Léo Lagrange  
TARIF : Chaville / GPSO : 172€ • Extérieurs : 191€

### YOGA THÉRAPIE

Un atelier spécifique qui favorise le développement de ses ressources personnelles, restaure l'équilibre naturel aussi bien physique que moral à partir d'outils et de postures du yoga.

MERCREDI : 20h00 à 21h15  
ANIMATION : A. Budillon  
LIEU : Salle Activités MJC  
TARIF : Chaville / GPSO : 185€ • Extérieurs : 222€  
*COURS À L'UNITÉ : 20€*

NEW





## SHIATSU

NEW

Le shiatsu est une méthode manuelle, douce et naturelle qui permet de soulager les tensions, la fatigue, les douleurs et active notre force vitale, physique et mentale. Par des pressions manuelles stables et continues sur le trajet des méridiens, des mobilisations et des étirements, il harmonise la circulation dans le corps.

Objectifs : acquérir les règles de base de postures et de respiration, afin de pouvoir donner un shiatsu sur l'ensemble du corps dans un cadre familial ou de proches.

SAMEDI : 11h30 à 14h00 • 9 séances dans l'année

ANIMATION : R. Faivre

LIEU : Salle Expression

TARIF : Chaville / GPSO : 230€ • Extérieurs : 276€

Calendrier disponible à la MJC.

## ART FLORAL

Vous souhaitez épater vos amis par l'originalité de vos tables ? Vous découvrirez les nouvelles tendances des fleurs et de tous les accessoires qui feront de vos invitations une véritable réussite.

SAMEDI : 9h00 à 11h00 • 1 séance par mois

ANIMATION : S. Olie

LIEUX : Salle Bricolage MJC / Arts plastiques

TARIF : Chaville / GPSO : 246€ • Extérieurs : 296€

Calendrier disponible à la MJC.

## FELDENKRAIS

NEW

Le plaisir d'apprendre dans un corps libre à fluidifier et affiner le mouvement. Entre maîtrise et lâcher-prise retrouver nos capacités sensorielles tant dans la vie quotidienne que dans les pratiques artistiques et sportives.

SAMEDI : 11h30 à 14h00 & 15h45 à 18h15 •

9 séances dans l'année

ANIMATION : C. Rahlf

LIEU : Salle Expression

TARIF : Chaville / GPSO : 350€ • Extérieurs : 420€

Calendrier disponible à la MJC.

## LES AIDES FINANCIÈRES

### PASS 92

Le Passeport loisirs, destiné aux collégiens inscrits dans le 92, propose une aide financière du Conseil Général des Hauts-de-Seine pour toute inscription à 1 activité culturelle ou sportive.

Renseignements à la MJC ou sur le site du Conseil Général 92.

### COUPON DE REDUCTION CCAS

Ce coupon permet une réduction sur une inscription à une activité sportive ou culturelle à la MJC.

Renseignements et retrait du coupon à la mairie de Chaville.

Pour plus d'informations contactez la mairie au 01 41 15 40 00.

### CAISSE D'ALLOCATIONS FAMILIALES

Aide financière annuelle pour les jeunes et enfants.

Conditions d'attribution :

- Habiter dans les Hauts-de-Seine,
- Régime Général de la Sécurité Sociale,
- Prise en compte des ressources selon le QFR.

Renseignement au CCAS. Ce dispositif est ouvert à tous les Chavillois.

### TARIFS MAIRIE DE CHAVILLE

La MJC propose aux employés municipaux de la ville de Chaville et leur familles (époux, épouse, enfants de -18 ans) des tarifs préférentiels pour la saison 2018/2019. Une réduction de 10% est appliquée sur l'ensemble des activités de la MJC. La réduction s'effectuera lors de votre inscription. Ces tarifs sont applicables sur présentation d'une fiche de paie.

## LOCATION DE SALLES

Réunions, locations de salles ponctuelles en fonction de la disponibilité des salles.

Renseignements au : 01 47 50 23 93 • direction@mjcdevallee.fr

## PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE

- Toutes les salles d'activités de la MJC sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.
- La MJC dispose d'un ascenseur adapté aux personnes à mobilité réduite.
- Certaines activités, en fonction des exigences techniques de celles-ci et de l'intervenant, pourront être intégrées par des personnes à mobilité réduite.

## LES PARTENAIRES

La MJC collabore en fonction des projets artistiques et culturels avec différentes associations et institutions : la Ville de Chaville, le collège Jean Moulin, les écoles primaires, l'institut St Thomas de Villeneuve, la bibliothèque, le Conservatoire de Chaville, l'Atrium, le magasin bio « Nature et Compagnie », le Conseil Départemental des Hauts de Seine, le Conseil Régional d'Île de France, le RIF, le CNV, la Compagnie L'Air de Rien, l'ALJT.

## DEVENEZ BÉNÉVOLES

### LA MJC DE LA VALLÉE A BESOIN DE VOUS !

Sur les spectacles, les concerts, les événements ludiques et thématiques... En cuisine, en technique, à la communication, à l'accueil, à la logistique... L'équipe de bénévoles participe toute l'année à la vie de la MJC.

Rejoignez l'équipe de bénévoles en contactant Laurent : laurent.jaulin@mjcdevallee.fr

# L'ÉQUIPE DE LA MJC

---

## LE BUREAU

**PRÉSIDENT**  
Benoit Lance

**VICE PRÉSIDENTE**  
Fanette Boisot

**TRÉSORIÈRE**  
Martine Dubos

## L'ÉQUIPE MJC

**DIRECTRICE**  
Anouk Guily

**RESPONSABLE PROJET ARTISTIQUE  
ET CULTUREL**  
Rémy Ardaillon

**COORDINATRICE ASSOCIATIVE**  
Nadia Caminade

**CHARGÉE DE COMMUNICATION**  
Lucile Delacavefer

**COORDINATEUR PÉDAGOGIQUE STUDIO  
ET ACCOMPAGNEMENT ARTISTIQUE**  
Laurent Jaulin

**COORDINATRICE JEUNESSE ET ACTION  
CULTURELLE**  
Angèle Guilbert

**COORDINATRICE PÔLE LUDIQUE**  
Audrey Pereira

et 52 intervenant(e)s d'activités.

# LA MJC EN QUELQUES DATES

| Août 2018 |    |    |    |    |    |    | Sept. 2018 |    |    |    |    |    |    | Oct. 2018 |    |    |    |    |    |    |
|-----------|----|----|----|----|----|----|------------|----|----|----|----|----|----|-----------|----|----|----|----|----|----|
| lu        | ma | me | je | ve | sa | di | lu         | ma | me | je | ve | sa | di | lu        | ma | me | je | ve | sa | di |
|           |    | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 3          | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 1         | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  |
| 6         | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 10         | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 8         | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 13        | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 17         | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 15        | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 20        | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 24         | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 22        | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 27        | 28 | 29 | 30 | 31 |    |    |            |    |    |    |    |    | 29 | 30        | 31 |    |    |    |    |    |

| Nov. 2018 |    |    |    |    |    |    | Déc. 2018 |    |    |    |    |    |    | Janv. 2019 |    |    |    |    |    |    |
|-----------|----|----|----|----|----|----|-----------|----|----|----|----|----|----|------------|----|----|----|----|----|----|
| lu        | ma | me | je | ve | sa | di | lu        | ma | me | je | ve | sa | di | lu         | ma | me | je | ve | sa | di |
|           |    | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 1         | 2  |    |    |    |    |    | 1          | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  |
| 6         | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 3         | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 7          | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 13        | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 10        | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 14         | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 19        | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 17        | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 21         | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 26        | 27 | 28 | 29 | 30 |    |    | 24        | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 28         | 29 | 30 | 31 |    |    |    |
|           |    |    |    |    |    |    | 31        |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    |    |    |    |

| Févr. 2019 |    |    |    |    |    |    | Mars 2019 |    |    |    |    |    |    | Avr. 2019 |    |    |    |    |    |    |
|------------|----|----|----|----|----|----|-----------|----|----|----|----|----|----|-----------|----|----|----|----|----|----|
| lu         | ma | me | je | ve | sa | di | lu        | ma | me | je | ve | sa | di | lu        | ma | me | je | ve | sa | di |
|            |    |    |    | 1  | 2  | 3  |           |    |    | 1  | 2  | 3  | 1  | 2         | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  |    |
| 4          | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 4         | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 8         | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 11         | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 11        | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 15        | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 18         | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 18        | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 22        | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 25         | 26 | 27 | 28 |    |    |    | 25        | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 29        | 30 |    |    |    |    |    |

| Mai 2019 |    |    |    |    |    |    | Juin 2019 |    |    |    |    |    |    | Juil. 2019 |    |    |    |    |    |    |
|----------|----|----|----|----|----|----|-----------|----|----|----|----|----|----|------------|----|----|----|----|----|----|
| lu       | ma | me | je | ve | sa | di | lu        | ma | me | je | ve | sa | di | lu         | ma | me | je | ve | sa | di |
|          |    | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  |           |    |    |    | 1  | 2  |    | 1          | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  |
| 6        | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 3         | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 8          | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 13       | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 10        | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 15         | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 20       | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 17        | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 22         | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 27       | 28 | 29 | 30 | 31 |    |    | 24        | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 29         | 30 | 31 |    |    |    |    |

|                      |                     |                    |              |                   |
|----------------------|---------------------|--------------------|--------------|-------------------|
| REPRIS DES ACTIVITÉS | PASSEPORTS D'ESSAIS | VACANCES SCOLAIRES | JOURS FÉRIÉS | FIN DES ACTIVITÉS |
|----------------------|---------------------|--------------------|--------------|-------------------|

## INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS

Du mercredi 27 juin au vendredi 13 juillet et à partir du lundi 27 août 2018

Pendant les vacances scolaires l'équipe de la MJC propose des temps d'animations et stages pour les 3/5 ans, 6/10 ans et 11 ans et +.

*Les programmes seront disponibles au cours de l'année à la MJC.*

## LES PREMIERS RENDEZ-VOUS

- **Forum des associations**  
Samedi 8 septembre 2018  
*Inscriptions à la MJC uniquement.*
- **Portes ouvertes du Pôle Ludique**  
Samedi 15 septembre 2018
- **Portes ouvertes au jardin**  
Samedi 8 septembre 2018 15h/17h
- **Stage BAF A Approfondissement**  
*«La place de la musique dans l'animation»*  
Lundi 29 octobre au samedi 03 novembre 2018.

MJC DE LA VALLÉE au « 25 de la Vallée »  
25 rue des Fontaines Marivel • 92370 CHAVILLE  
Tél : 01 47 50 23 93 / direction@mjcdevallee.fr  
www.mjcdevallee.fr

Rejoignez la MJC de la Vallée sur Facebook : *MJC de la Vallée*  
& sur Instagram : *MJC / 25 de la Vallée*

DESIGN GRAPHIQUE · Astrid Arnaud / Lucile Delacavefer  
ILLUSTRATION COUVERTURE · Lucile Delacavefer  
PHOTOGRAPHIES · Romain SAHUT : p.6, p.7, p.19, p.28  
MJC de la Vallée : p.5, p.9, p.11, p.12, p.15, p.17, p.21, p.23, p.27  
IMPRESSION · Imprimerie Grillet

