

A stylized illustration on a teal background with various green leaves and white berries. The letters 'MJC' are formed by people in various poses and outfits. The 'M' is dark blue, the 'J' is red, and the 'C' is dark blue. The people are wearing various clothing like a striped shirt, a sailor's uniform, a polka-dot dress, and a white shirt with red pants. One person is holding a bowl of red flowers.

MJC

Vieux-Lyon

19 - 20

5 place Saint-Jean
69005 Lyon
Tel : 04 78 42 48 71
www.mjcduvieuxlyon.com



croc ethic

Des produits frais & locaux

Vos paniers à la MJC du Vieux Lyon tous les jeudis de 17h15 à 19h

Abonnement par Mail: croc.ethic@gmail.com
ou par Téléphone: 04 72 04 39 26
Informations sur <http://croc.ethic.org>

Toutes les couleurs
RESTAURANT

13 ans LOCAL BIO

DE CUISINE CRÉATIVE ET VÉGÉTALE

On n'a pas fini de partager nos plaisirs !

100% bio 100% Gourmand

Déjeuner du mardi au samedi
Dîner vendredi et samedi
26 rue Émile Cohlès
69001 Lyon

04 72 00 03 95
www.touteslescouleurs.fr



MUSEE CINEMA ET MINIATURE - Vieux Lyon

Àvant Scène

Dispositif d'accompagnement collaboratif en musique actuelle

dispositif-avant-scene.fr

6 DÉJEUNERS CONCERTS

MJC DU VIEUX LYON
MPT DES RANCY
MJC CONFLUENCE

ATELIERS COLLABORATIFS

POUR ACCOMPAGNER LES ARTISTES EN VOIE DE PROFESSIONNALISATION

Depuis plus de 30 ans, l'Espace Gerson fait rire le Vieux Lyon !

L'ESPACE GERSON
Café théâtre - Humour

1 place gerson - 69005 Lyon - 04 78 27 96 99 - www.espacegerson.com



ÉDITO

CULTIVONS LES BONHEURS!



Les 50 ans récemment célébrés par notre MJC ont permis de mesurer son chemin parcouru dans l'éducation populaire et le développement d'une conscience citoyenne et soulignent l'attachement profond de ses adhérents à notre maison et ses valeurs favorisant lien social et esprit critique.

À travers nos rencontres, nos échanges et nos projets, savourons maintenant notre bonheur. Celui de se retrouver régulièrement ou ponctuellement autour d'une activité sportive ou culturelle, d'un débat ou d'un concert. Sachons profiter de ces moments heureux que nous offre notre vie associative et qui nous fourniront à nouveau de formidables souvenirs. Partageons ce bonheur avec les différents acteurs du quartier et même au-delà. Sans optimisme béat, gardons notre sensibilité au Monde qui nous entoure, aux changements sociétaux et sociaux et apportons notre participation, nos efforts pour le plus grand bonheur commun. Attentifs et attentionnés, avisés et bienveillants, ne serait-ce pas là de bonnes bases pour cultiver les bonheurs ?

Bruno SAMY
Président de la MJC du Vieux Lyon

Infos pratiques	p. 4
Vie de la maison	p. 5
Inscriptions	p. 6
Découvrir la MJC	p. 8
Actions culturelles	p. 9
Vie de quartier	p. 10
Enfance familles	p. 11
• ALAE	p. 11
• Accueil de loisirs 3-11 ans	p. 12
• Mini séjours 6-10 ans	p. 13
• Accueil ados 11-14 ans	p. 14
• Animations familiales	p. 16
Ateliers parents / enfants	p. 18
Activités enfants (18 mois-12 ans).....	p. 19
Activités ados (13-16 ans)	p. 24
Stages adultes	p. 26
Activités adultes	p. 28
École de musique	p. 36



INFOS PRATIQUES



Contact

5 place Saint-Jean

69005 Lyon

Tel : 04 78 42 48 71

www.mjcduvieuxlyon.com

accueil@mjcduvieuxlyon.com

Suivez-nous sur les réseaux sociaux

 @Salle.Ferré & @LaMJCduVieuxLyon

 @MJCduVieuxLyon

Horaires d'accueil

Lundi : 14h-20h30

Mardi : 10h-12h/16h-20h30

Mercredi : 10h-12h/14h-20h30

Jedi : 10h-12h/14h-20h30

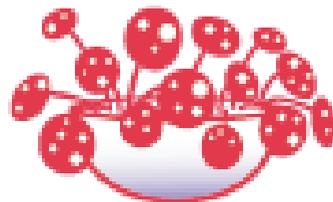
Vendredi : 14h-20h30

Samedi : 9h-12h30

Pendant les vacances : du lundi au vendredi

>> 8h30-12h (accueil physique + téléphonique)

>> 14h-18h (uniquement accueil téléphonique)



VIE DE LA MAISON



L'équipe

Directeurs : Fabien Renaudin Castay / Antoine Tasseau

Responsable du secteur enfance / familles : Myriam Lyaudet

Coordinatrice des activités et vie de quartier : Myriam Cartier

Coordination de l'action culturelle : Lorette Vuillemand

Responsable de l'accueil : Lilas Sapinho

Chargée de communication : Maryon Pellarin

Chargée d'accueil : Carine Vaucanson

Comptable : Monique Michelon

Secrétaire / aide-comptable : Virginie Tissot

Aide-comptable : Joël Carvalho

Directrice ALAE (Accueil de Loisirs Associé à l'École) Gerson : Margot Mounier

Directeur ALAE (Accueil de Loisirs Associé à l'École) Fulchiron : Virgile Arnaud

Directrice ALAE (Accueil de Loisirs Associé à l'École) Lamartine : Julie Lemoine

Directrice adjointe accueil de loisirs : Yaelle Rosillo

Animateur enfance / ados : Romain Berthet-Pilon

Régisseur : Raphaël Faverjon

Gardien : David Garcin

Agente d'entretien : Carla Ramos Gaspar

Les animateurs-trices d'activités et des accueils de loisirs

Création graphique : Atelier des Créations Fantasques

www.creationsfantasques.com

Avec le soutien de :



GRAND LYON
la métropole





DATES INSCRIPTIONS

Juillet

Mercredi 3 >> 18h-20h30 : inscriptions à l'accueil de loisirs du mercredi 2019-2020 et toute l'année dans la limite des places disponibles.

Septembre

Lundi 2 >> 10h-13h & 15h-19h : réouverture de l'accueil

Mercredi 4 >> reprise de l'accueil de loisirs

Vendredi 6 >> 18h-20h : inscriptions aux activités musicales (individuelles & collectives)

Samedi 7 >> 9h-16h : inscriptions à toutes les activités

Du lundi 9 au vendredi 13 septembre >> 10h-13h & 15h-19h : inscriptions aux accueils de loisirs vacances + mini-camps + autres activités + séances d'essai

Lundi 16 septembre >> reprise des activités

NB : à partir du 9 septembre, les inscriptions et réservations aux séances d'essai se poursuivent aux horaires d'accueil de la MJC dans la limite des places disponibles.

INSCRIPTIONS

1 INSCRIPTION

= ADHÉSION À L'ASSOCIATION
+ SIGNATURE DU RÈGLEMENT INTÉRIEUR
+ PAIEMENT DE L'ACTIVITÉ

Avant toute inscription, merci de consulter le règlement intérieur de la MJC. Les renseignements concernant les modalités d'inscriptions, les annulations et les séances d'essai sont disponibles dans le livret de l'adhérent ou sur www.mjcduvieuxlyon.com.

Adhésion & cotisation

La carte d'adhésion est obligatoire, nominative, annuelle et non-remboursable. Elle comprend une assurance, permet de participer aux activités et de voter lors de l'Assemblée Générale.

Adhésion enfant : 9 €

Adhésion adulte : 14 €

Adhésion familiale : 26 €



Séance d'essai

Chaque adhérent a la possibilité d'essayer une séance gratuitement sur réservation (10 € à partir du 04/11/19). L'inscription doit être confirmée dans les 3 jours suivant l'essai à l'accueil de la MJC. Pas de séance d'essai pour les activités de moins de 25 séances.

Réservation séance d'essai à partir du 09/09/19.



INSCRIPTIONS ET TARIFS A, B ET C



Pièce nécessaire à l'inscription Adulte

>> Attestation quotient familial de la CAF (pour justifier d'une réduction si le QF est inférieur à 700 €).

Pièces nécessaires à l'inscription Enfant

- >> N° allocataire de la CAF
- >> Attestation quotient familial de la CAF
- >> Carnet de santé
- >> Fiche enfant remplie et signée par le responsable légal (*gagnez du temps : retirez-la en avance à l'accueil ou téléchargez-la sur le site*).
- >> Photo d'identité de l'enfant (accueil de loisirs uniquement)

Tarifs

Pour connaître le tarif qui vous correspond, merci de vous référer à votre attestation de quotient familial de la CAF ou votre avis d'imposition. Les tarifs pour les enfants sont calculés selon le quotient familial de la CAF.

>> Se référer aux tableaux p.19 et p.24

Pour les adultes, des réductions sont accordées sur la 1^{re} activité pour les tranches de quotient les plus basses (QF < 400 € : 20 % / QF < 700 € : 10 %).

Réductions

- >> -20 % sur la seconde activité (la moins chère)
 - >> -20 % pour deux inscriptions dans la même famille
 - >> -10 % à partir de la 3^e activité ou à partir de 3 inscriptions dans la même famille
- Aucune réduction sur les ateliers d'instruments individuel et duo (sauf tranche de quotient 1, inférieur à 400 €), stages, animations, sorties familiales et accueil de loisirs.

Modes de paiements

Chèque, CB, chèques vacances, espèces, coupons-sports, prélèvements bancaires échelonnés jusqu'au mois d'avril (+2 €, prévoir un RIB).

Annulation

La MJC est une association à but non lucratif, et n'a donc pas vocation à générer des profits mais à assurer un équilibre budgétaire pérenne tout en garantissant l'accessibilité à la pratique pour tous et le maintien de l'emploi des salariés : tarification la plus basse possible, réduction ponctuelle pour les très bas salaires, prise en compte des accidents de vie...

Le coût des activités est calculé à l'année. L'adhérent contribue au maintien de son activité, de l'emploi de son animateur et des secteurs les plus précaires (activités ados, locaux de répétitions pour les jeunes, actions culturelles, etc.) et de l'organisation générale de la MJC, et cela, pour toute la saison.

Pratiquer une activité à la MJC, c'est aussi défendre consciemment les valeurs de solidarité et vous engager à la viabilité de notre projet commun.

Les conditions contraignantes d'annulation garantissent ce bon fonctionnement et la viabilité de notre économie et notre projet politique. À ce titre : Aucun remboursement, même partiel, ne sera effectué en cours d'année sauf conditions exceptionnelles définies dans le règlement intérieur de la MJC.

Aucun remboursement ne sera effectué pour inaptitude à la pratique. Il est de votre responsabilité de vous assurer de votre aptitude.

Merci de votre compréhension.



DÉCOUVRIR LA MJC



FÊTE DE RENTRÉE

SAMEDI 28 SEPTEMBRE
À 16H

Vous êtes nouvel adhérent ? Nouvel habitant ? Ou vous avez envie de passer un bon moment dans une Maison où tout est possible ! Venez jouer, partager, découvrir, tous les projets de la MJC : spectacles, accueil périscolaire, maison des associations, activités, stages... seul ou en famille (à partir de 3 ans). Après un grand jeu d'exploration qui vous mènera aussi « hors les murs », nous nous retrouverons pour un spectacle familial. Demandez le programme de la fête de la rentrée !

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ET PETITE AG

Vendredi 3 avril à 19h

La MJC du Vieux Lyon est une association loi 1901 à but non lucratif où l'on peut adhérer librement, pour et dans le respect de ses valeurs et ses orientations. Une fois par an, le Conseil d'Administration, élu par les adhérents, rend des comptes et fait son bilan à ses membres. Ce temps, que l'on imagine uniquement administratif, est en réalité un des rares moments où tous les adhérents peuvent se rencontrer, partager, échanger et vivre une histoire commune : celle de leur MJC. Les enfants ont aussi leur AG ! Avec les animateurs du secteur jeunesse, un temps leur est dédié pour s'exprimer sur leurs envies et leur vie au sein de la MJC.

FRUITS DE SAISON

Du 25 mai au 3 juillet 2020

Rencontres des pratiques amateurs

Journée Fruits de Saison, le samedi 13 juin

À travers plusieurs journées et événements, venez découvrir ce que les adhérents des différents ateliers artistiques ont fait pendant l'année. Galas de danse, musique, théâtre (...), mais également la **Journée Fruits de Saison** où expositions et concerts dans toute la maison vous permettront de découvrir concrètement nos activités et de rencontrer les intervenants. Toutes les infos sur www.mjcduvieuxlyon.com ou sur Facebook (@LaMJCduVieuxLyon)

MAISON DES ASSOCIATIONS

Outil indispensable au développement de la vie associative et des rapports sociaux du quartier, elle accueille chaque année plus de 50 associations et 400 réunions. La Maison des Associations de la MJC du Vieux Lyon est un lieu de mutualisation de locaux, de matériels, de savoirs, une possibilité de siège social et qui accompagne les initiatives. Renseignements / réservations de salles auprès de David Garcin (dgarcin.mjcvl@orange.fr) ou par téléphone au 04 78 42 48 71 (lun-ven : 18h-21h / mer : 10h-12h / sam : 9h-12h) à partir du 16 septembre 2019.

BAR ASSOCIATIF

"EN BAS DE LA COLLINE"

Développer et soutenir le lien entre producteurs locaux et consommateurs, sensibiliser à l'importance des choix de consommation : voilà le projet du bar associatif de la MJC ! Ouvert aux horaires d'accueil (cf p.4), il propose exclusivement des produits issus d'un commerce équitable ou d'une production locale et, dans la mesure du possible, biologique. Une distribution de paniers de producteurs avec Croc'Ethic a lieu tous les jeudis soir.

ACTIONS CULTURELLES



La MJC du Vieux Lyon / Salle Léo Ferré vous propose une programmation culturelle variée et accessible pour favoriser la curiosité, la découverte et la rencontre. Venez participer à nos événements : **concerts, spectacles jeune public, expositions, débats, festivals,...**

2 MJC = 1 ABONNEMENT COMMUN

PRÉSENTATION DE SAISON

SALLE LÉO FERRÉ / SALLE DES RANCY

dans le cadre de l'offre d'abonnement partagé

VENDREDI 20 SEPTEMBRE 2019

À LA MPT DES RANCY

249 rue Vendôme - Lyon 3
Réservation conseillée au 04 78 60 64 01

DEVENIR BÉNÉVOLE

Fête de Quartier, spectacles, débats citoyens, Fête de la Musique, bar, programmation de La Brèche-Espace d'art... ces projets fonctionnent toute l'année grâce à l'aide précieuse de nos bénévoles !

Chacun.e peut devenir bénévole à sa façon : pour une heure ou une journée, de manière régulière ou occasionnelle, pour un coup de main sur un événement, en participant aux commissions d'élaboration des projets, en rejoignant le Conseil d'Administration...

Inscription / renseignements : accueil@mjcduvieuxlyon.com

DATES DES PREMIÈRES COMMISSIONS

DÉBATS CITOYENS
Jeudi 19 septembre
à 19h

FÊTE DE QUARTIER
Mardi 15 octobre
à 19h

FÊTE DE LA
MUSIQUE
Mardi 21 janvier
à 19h

ENFANCE-
FAMILLES
Lundi 11 février
à 19h30



VIE DE QUARTIER

LES DRAGONS DE SAINT-GEORGES

Association d'habitants d'ici ou d'ailleurs, motivés et accueillants, trouvant tous les prétextes pour vivre ensemble, se solidariser et s'accueillir les uns les autres. Ils organisent :

- >> **Le vide grenier des Dragons :** dimanche 29 septembre
- >> **Le loto des Dragons :** samedi 25 janvier
- >> **Et le fameux et néanmoins convivial Carnaval de Saint-Georges :** samedi 28 mars
- >> **AG des Dragons :** mercredi 10 juin

Plus que jamais à la recherche de personnes motivées pour partager, s'amuser et œuvrer avec eux, ils vous accueillent dans leur grotte du 53 rue St Georges tous les mercredis de 20h à 22h.

contact@dragons-saintgeorges.org
http://dragons-saintgeorges.org

LES VIEUX-LIONS

Rendez-vous tous les jeudis à 15h à la MJC.

Ouvert aux « papys » et « mamies » pour échanger, jouer, fabriquer divers objets qui seront vendus lors du Marché de Noël des Potes Âgés de la MJC.

Marché de Noël des Potes Âgés
du 25 novembre au 13 décembre.

PANIERS DE PRODUCTEURS

Croc' éthic (www.croc-ethic.org)

Favoriser l'agriculture locale, limiter le transport et les emballages, proposer aux habitants de se rencontrer dans une ambiance conviviale, c'est possible avec la distribution de paniers de fruits et légumes de producteurs locaux par l'association Croc'éthic.

Tous les jeudis de 17h à 19h, au bar de la MJC.

FÊTE DE LA MUSIQUE

Dimanche 21 juin

Comme tous les ans, la MJC vous invite à venir participer à la fête de la musique qui est organisée place St Jean. Venez participer à son organisation en nous rejoignant aux commissions prévues tout au long de l'année à la MJC. Pour les musiciens souhaitant se produire sur scène, le dossier d'appel à participation sera disponible sur le site dès le lundi 18 novembre 2019, jusqu'au dimanche 5 janvier 2020.

Date de la 1^{er} commission :
mardi 21 janvier à 19h

FÊTE DE QUARTIER

Samedi 27 juin

Temps fort de la vie de quartier, cet événement est co-construit par les habitants, les associations, les crèches, les écoles, des bénévoles et la MJC. Venez l'élaborer lors des commissions prévues tout au long de l'année et y participer avec nous ! Au programme : animations pour petits et grands, concerts et spectacles, repas de quartier.

Date de la 1^{er} commission :
mardi 15 octobre à 19h

ENFANCE FAMILLES



Le secteur Enfance / Familles de la MJC du Vieux Lyon est soutenu par la Caisse d'Allocations Familiales (CAF) et la Ville de Lyon.

LES A.L.A.E

Les Accueils de Loisirs Associés à l'École des écoles GERSON, FULCHIRON et LAMARTINE sont gérés par la MJC en partenariat avec la Ville de Lyon. Les A.L.A.E. s'occupent de vos enfants pendant la **pause méridienne** (12h-14h15), les accueils périscolaires du soir (16h45-17h30-18h30) et le **mercredi matin** (8h30-12h). Vous trouverez à la MJC, dans les écoles et sur notre site internet le livret d'accueil, les équipes, les programmes d'activités et le règlement.

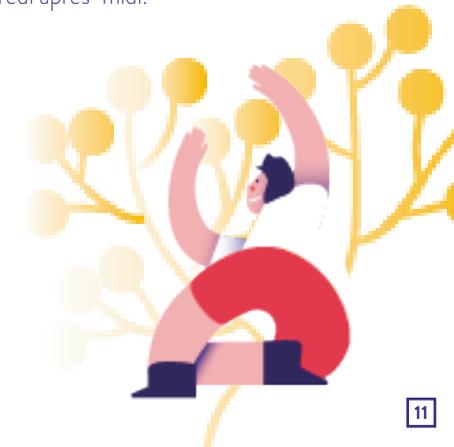
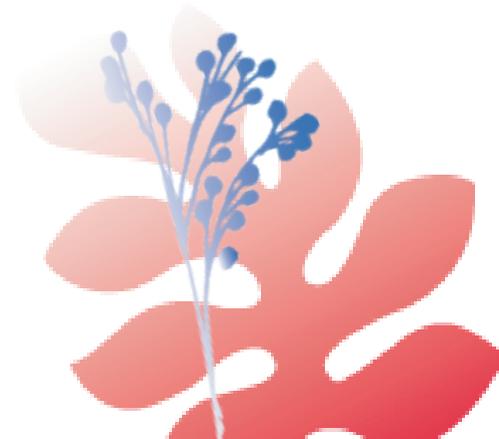
Les A.L.A.E. proposent une permanence de pré-rentree les **28 et 29 août 2019 de 12h30 à 18h30 à la MJC, pour répondre à toutes vos questions concernant votre rentrée.**

Les tarifs sont définis par la Ville de Lyon, vous les trouverez actualisés, tous les ans, sur le site www.lyon.fr ou en mairie. Préinscriptions dès le mois de mai, auprès des services de la Ville de Lyon. Puis, au cours de l'année scolaire, auprès de votre A.L.A.E.

A.L.A.E. de l'école Fulchiron : alae.fulchiron@orange.fr
A.L.A.E. de l'école Gerson : alae.gerson@orange.fr
A.L.A.E. de l'école Lamartine : alae.lamartine@orange.fr

La MJC propose une **garderie le mercredi** de 12h à 12h30

La MJC propose une passerelle des A.L.A.E. du mercredi matin **vers** l'accueil de loisirs du mercredi après-midi.



L'ACCUEIL DE LOISIRS 3-11 ANS

2 sites en fonction de l'âge des enfants :

École LAMARTINE

2 rue Jean Fabre, Lyon 2^e

3 ans : les Chamallows

4 ans : les Zebullons

5 ans : les Zig-Zag

6-8 ans : les Sensass

MJC

5 place St Jean, Lyon 5^e

9-11 ans : les Wizz

ACCUEIL DE LOISIRS

DU MERCREDI APRÈS-MIDI

Tous les mercredis du 4 septembre au 1^{er} juillet.

Inscription **annuelle** ou inscription **ponctuelle** possible dans le mois qui précède la date demandée en fonction des places disponibles.

2 formules d'inscription

Après-midi : de 13h30 à 17h (accueil jusqu'à 18h)

Repas + après-midi : de 12h à 17h (accueil jusqu'à 18h)

Nous proposons une passerelle si votre enfant est inscrit à l'ALAE du mercredi matin.

Plus d'infos à la MJC ou sur le site internet (livret d'accueil et programmes d'activités).

À L'UNITÉ TRANCHE QUOTIENT	À PARTIR DE 12H	À PARTIR DE 13H30
T1 < ou égal 400 €	9,50 €	5,50 €
T2 de 401 à 700 €	12 €	7 €
T3 de 701 à 1 000 €	13,50 €	8,50 €
T4 de 1 001 à 1 300 €	14,50 €	9,50 €
T5 de 1 301 € à 1 700 €	15,50 €	10,50 €
T6 de 1 701 € à 2 500 €	16 €	11 €
T7 > à 2 051 €	16,50 €	11,50 €

ACCUEIL DE LOISIRS

DES VACANCES

Vacances

Vacances d'automne : du 21 au 31 octobre

Vacances d'hiver : du 24 février au 6 mars

Vacances de printemps : du 20 au 30 avril

Vacances d'été : du 6 au 24 juillet

Fermé à Noël et du 27 juillet au 31 août

3 formules d'inscription

Journée complète : de 10h à 17h

(accueil dès 8h30 jusqu'à 18h)

Matinée : de 10h à 12h (accueil dès 8h30)

Après-midi : de 13h30 à 17h (accueil jusqu'à 18h)

Inscriptions ponctuelles ou à la semaine.

Inscriptions à l'accueil de la MJC
à partir du 9 septembre.

À L'UNITÉ TRANCHE QUOTIENT	MATIN	APRÈS- MIDI	JOURNÉE
T1 < ou égal 400 €	3,50 €	5,50 €	11 €
T2 de 401 à 700 €	4,50 €	7 €	13,50 €
T3 de 701 à 1 000 €	5,50 €	8,50 €	16 €
T4 de 1 001 à 1 300 €	6,50 €	9,50 €	18 €
T5 de 1 301 € à 1 700 €	7 €	10,50 €	20 €
T6 de 1 701 € à 2 500 €	7,50 €	11 €	21 €
T7 > à 2 051 €	8 €	11,50 €	22 €

LES MINI-SÉJOURS D'ÉTÉ

LES MINI-SÉJOURS AU TIPI-CAMP

DU DOMAINE DU VIERRE

Saint-Victor-sur-Rhins

9-10 ans : mini-séjour 'Aventure'

Du 6 au 10 juillet 2020 (12 places)

Le lundi, les enfants préparent leur séjour à l'accueil de loisirs. Départ en train le mardi matin et retour le vendredi. Les enfants profiteront de la nature, la rivière et des animaux du domaine. Au programme : cabanes, pêche, jeux de piste, journée baignade et accrobranche au Lac des Sapins, randonnée et veillée au coin du feu !

Tarif pour la semaine :

T1 : 145 € – **T2** : 150 € – **T3** : 155 € – **T4** : 160 €

T5 : 165 € – **T6** : 170 € – **T7** : 175 €

6-8 ans : mini-séjour 'Indien'

Du 15 au 17 juillet 2020 (18 places)

Départ en train le matin, escale pique-nique au Lac des Sapins et baignade, puis installation des indiens au Tipi-Camp. Les enfants profiteront de la nature, la rivière et des animaux du domaine. Au programme : jeux de piste et veillée de sioux !

Tarif pour les 3 jours :

T1 : 100 € – **T2** : 105 € – **T3** : 110 € – **T4** : 115 €

T5 : 120 € – **T6** : 125 € – **T7** : 130 €



LES ADOS 11-14 ANS

Pour se rencontrer, buller,
faire de nouvelles découvertes
et vivre des projets collectifs !

2 groupes

Lieu > MJC du Vieux Lyon

5 place St Jean, Lyon 5^e

11-12 ans : Les Big-Bulles

13-14 ans : Planète Ados



VACANCES

Nous proposons un mix d'activités de découvertes (vidéo, musique, sports...) et des activités à choisir collectivement en prenant en compte les envies du groupe et les contraintes budgétaires, sous l'œil bienveillant des animateurs.

LES PETITES VACANCES

Après-midi : de 13h30 à 17h (accueil jusqu'à 18h)

Repas + après-midi : de 12h à 17h

(accueil jusqu'à 18h)

L'ÉTÉ

Journée complète : de 10h à 17h

(accueil dès 8h30 jusqu'à 18h)

Inscriptions ponctuelles ou à la semaine.

Inscriptions à l'accueil de la MJC
à partir du 9 septembre.

À L'UNITÉ TRANCHE QUOTIENT	REPAS + APRÈS-MIDI	APRÈS-MIDI	JOURNÉE
T1 < ou égal 400 €	9,50 €	5,50 €	11 €
T2 de 401 à 700 €	12 €	7 €	13,50 €
T3 de 701 à 1 000 €	13,50 €	8,50 €	16 €
T4 de 1 001 à 1 300 €	14,50 €	9,50 €	18 €
T5 de 1 301 € à 1 700 €	15,50 €	10,50 €	20 €
T6 de 1 701 € à 2 500 €	16 €	11 €	21 €
T7 > à 2 051 €	16,50 €	11,50 €	22 €

MINI-SÉJOURS D'ÉTÉ

11-12 ans `Big-bulles`

mini-séjour au Lac des Sapins

Du 6 au 10 juillet 2020 (12 places)

Le lundi, les enfants préparent leur séjour toute la journée à la MJC (menus, courses, matériel de camping...). Départ en train le mardi matin et retour le vendredi. Ils logeront sous tente dans un camping réservé aux mini-séjours d'enfants.

Les enfants seront conviés pour construire leur séjour le samedi 15/02/19 de 10h30 à 12h.

Ils feront des choix face aux multiples activités du Lac des Sapins : voile, paddle, planche à voile, accrobranche, équitation, VTT, tir à l'arc, roller, course d'orientation, etc...

Tarif pour la semaine :

T1 : 145 € – T2 : 150 € – T3 : 155

T4 : 160 € T5 : 165 € – T6 : 170 € – T7 : 175 €

13-14 ans `Planète ados`

mini-séjour à inventer

Du 20 au 24 juillet 2020

Une aventure collective à construire ensemble : rivières, montagne, lac ? À vous de jouer !

3 dates pour construire votre séjour : samedi 18/01 – 14/03 et 16/05 à 15h à la MJC.

Tarif pour la semaine :

Financements des familles (en fonction du projet choisi les ados pourront mettre en place des actions d'autofinancement en amont de leur séjour).

T1 : 200 € – T2 : 205 € – T3 : 210 €

T4 : 215 € – T5 : 220 € – T6 : 225 € – T7 : 230 €

LES SAMEDIS DES ADOS

Un temps pour construire des projets ou simplement pour le plaisir d'être ensemble et de s'éclater. C'est gratuit et ouvert à tous.

Samedi 23 novembre à 18h >> salade de rire :

entraîne-toi au Stand Up' et présente ton numéro sur scène.

Samedi 18 janvier à 17h >> murder party, pour rire d'effroi !

Samedi 21 mars à 18h >> salade de bruits : sur scène ou en karaoké collectif, viens chanter à tue-tête et faire la fête

Samedi 30 mai de 11h à 18h >> deviens animateur de grand jeu. Une mission qui vous aidera à financer vos projets collectifs.

À CONSTRUIRE ENSEMBLE

Journée mythique, une journée qui vous ressemble à construire ensemble pour fêter la fin de l'année scolaire.

Mini-séjour à inventer

Pour les 13/14 ans : (cf ci-dessus)

ANIMATIONS FAMILIALES



Les animateurs de la MJC et des Lieux Accueil Parents des écoles GERSON, FULCHIRON et LAMARTINE vous proposent des temps de rencontres pour échanger sur le bonheur d'être parent (et ses difficultés aussi) : des temps d'information pour comprendre l'école, et plein d'occasions de s'y impliquer et de partager des moments conviviaux dans son quartier.

Le journal trimestriel BOOMERANG répertorie ces événements. Il est disponible dans les écoles, à la MJC et en ligne.

À noter dès à présent dans votre agenda

ENTRE PARENTS

Le bonheur est au bout... du dodo !

Du 25 au 29 novembre

Une semaine thématique autour du sommeil des enfants.

Au programme : expo et animations pour tous et « conférence-atelier » pour les parents.

Cultivez la joie au quotidien

Lundi 27 janvier de 20h à 22h

Les intervenants d'Éveil Actif proposent un temps d'échange pour cultiver le bonheur en famille : comprendre, s'écouter et se tourner vers l'autre, dans la joie et sans culpabilité.

Notre petit coin de paradis

Lundi 11 février à 19h30

Un temps pour faire converger les idées et les initiatives pour notre quartier et accompagner les changements.

EN FAMILLE

Des BONHEURS à partager en famille ou entre familles.

Les animations sont gratuites mais sur inscription à la MJC au auprès de vos L.A.P. Participation financière pour les escapades (tarifs disponibles 2 mois avant la date)

Samedi 28 septembre

Viens à la **Fête de la rentrée** de la MJC rassembler toutes les couleurs du bonheur glanées dans la quartier. Un grand jeu en famille dès 3 ans. RDV à 16h à la MJC.

Samedi 23 novembre

Salades de RIRES : quel bonheur de rire en famille ! Scène ouverte de Stand Up, spectacle jeune public et déambulations clownesques... À partir de 15h à la MJC

Samedi 1^{er} février

Escapade à la neige
Saint Pierre de Chartreuse (38).

Samedis 15 et 22 février, 14, 21 et 28 mars

Nous vous donnons rendez-vous pour un **Carnaval** haut en couleur le samedi 28 mars à 15h ! Pour préparer la fête, nous proposons des espaces de créations (costumes accessoires, chars...) les samedis du 15 / 02 au 28 / 03 de 10h30 à 12h30 à la MJC. Avec l'association des Dragons de St Georges.

Samedi 21 mars

Les mélodies du bonheur : scène ouverte, karaoké et quizz en famille. Dans le cadre du festival des Chants de Mars (programmation à venir)

Samedi 16 mai de 10h à 12h

Escapade dans les parcs et jardins
« L'invitation au bonheur » est une balade dans le 5^e arrondissement, qui regorge de parcs et de jardins, propices à des cueillettes, collectes de feuilles et petits bouts de bois, qui raviront les botanistes en herbe. Même en ville, on trouve une nature pleine de richesses, d'émotions, de petits bonheurs à trouver et de trésors à récolter. Nous finirons par un pique-nique au parc de la Visitation. Avec Patrick Mathon de Lyon City Trek

Samedi 30 mai

Viens jouer dans les années bonheur
La quête du bonheur mènera personnages de l'histoire et utopistes d'aujourd'hui dans une enquête très... flower power
Un grand jeu en famille dès 6 ans. RDV à 15h à la MJC.

Dimanche 14 juin

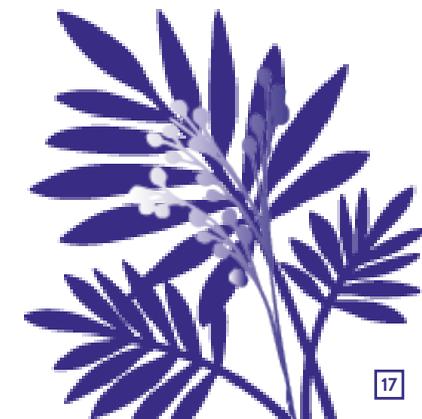
Escapade dans les eaux bleues
Lac Genin (01).

ET AUSSI

Débats Parents-Enfants Parents-Ados



Cette saison, la MJC du Vieux Lyon vous propose de venir débattre en famille de sujets du quotidien : l'influence de la publicité, la surconsommation, la face cachée du net,... Un rendez-vous familial pour exercer son sens critique, dès 8 ans. Thèmes et dates à découvrir dans la plaquette culture ou sur www.mjcduvieuxlyon.com



LES ATELIERS PARENTS— —ENFANTS

Nouveau



Magie en famille

Enfants à partir de 8 ans

Samedi 16 novembre de 14h à 16h

13 € + adhésion gratuite

Samedi 18 janvier de 14h à 16h

13 € + adhésion gratuite

Venez en famille vous initier à l'art de la magie, apprendre des tours simples et savoir comment les présenter. Vous pourrez tout reproduire chez vous pour épaté vos amis. Les stages présenteront des tours différents, vous pouvez donc vous inscrire aux deux !

Initiation Katana Artistique

Dès 7 ans

Samedi 23 novembre de 14h à 17h

15 € + adhésion gratuite

Les films de samurai vous font rêver ? En un après-midi vous découvrirez les bases du maniement du mythique katana et mettez en scène une chorégraphie digne d'un film de Kurosawa. Expression, création, techniques et fous rires sont au programme ! Le matériel est prêt pour l'occasion, venez avec votre enthousiasme !

Archi-Malle

Dès 7 ans

Samedi 4 avril de 14h à 16h, dès 7 ans

13 € + adhésion gratuite

Pratiquer l'architecture de façon ludique ? Même avec vos enfants ? C'est magique ! Et qui dit magie, dit Harry Potter et son univers grâce auquel on peut imaginer et dessiner une maison à l'intérieur d'une valise ou d'une malle. Le temps d'un après-midi en famille, Matthieu, animateur des ateliers d'architecture fantasy, vous accompagne dans la réalisation de dessins et maquettes pour découvrir la pratique architecturale et le plaisir d'explorer son imaginaire.

Danse Improvisée et Mouvement libre

Samedi 6 juin de 14h à 16h

11 € + adhésion gratuite

Envie de laisser aller votre mouvement en lien avec vos sensations et émotions, vous faire plaisir et vivre un moment de danse bienveillant, en famille dans la joie et le partage ! Pas besoin d'être danseur, cet espace est pour vous.

ENFANTS DE 18 MOIS À 12 ANS

LE CHOIX D'UNE ACTIVITÉ EST IMPORTANT !

Pour respecter son envie, sa motivation et affirmer son choix, chaque enfant peut effectuer une séance d'essai dans 1 activité de son choix selon les places disponibles (gratuitement jusqu'aux vacances d'automne).

FRANCHES DE QUOTIENT FAMILIAL DE LA CAF	A	B	C
T1 < ou égal 400 €	141 €	161 €	177 €
T2 de 401 à 700 €	159 €	181 €	196 €
T3 de 701 à 1 000 €	172 €	193 €	212 €
T4 de 1 001 à 1 300 €	183 €	205 €	223 €
T5 > 1 301 €	199 €	223 €	243 €

EXPRESSIONS ARTISTIQUES

Dès 4 ans

Arts plastiques

(4-7 ans)

Mercredi 10h30 / 11h45

Nouveau créneau

(7-10 ans)

Mercredi 13h45 / 15h15

Nouveau créneau

Tarif B + adhésion 9 €

Tes petites mains arriveront à dompter colle et ciseaux pour que les créations qui sortent de ton imaginaire prennent forme !



Architecture Fantasy

(8-13 ans)

Mardi 17h30 / 19h

Tarif B + adhésion 9 €

Dessiner une maison... c'est bien... mais dessiner une station spatiale, LA maison de vos rêves, ou réinventer la Batcave ou la Pokéball, c'est mieux ! Apprendre à dessiner, bricoler et inventer, vous pourrez faire tout ça et bien plus encore dans les ateliers d'architecture fantasy.

BD fanzine

(8-13 ans)

Mercredi 15h30 / 17h

Tarif B + adhésion 9 €

Le mercredi tu bulles ? Fais-en un fanzine, un fanatic magazine ! Scénario, dessin, textes, mise en page, impression... Ça y est ! Tu l'as dans les mains... Et maintenant, tu peux buller en lisant !

Nouveau créneau



Dessin / peinture

(8-12 ans)

Lundi 17h15/18h30

Tarif B + adhésion 9 €

Atelier de création et d'apprentissage des techniques : dessin au crayon, fusain, plume et encre de chine, peinture acrylique, pastels... Toutes les techniques seront l'occasion pour toi de t'amuser et de t'exprimer.

Terre et modelage

(9-12 ans)

Mardi 17h30/19h

(4-5 ans)

Mercredi 16h/17h

Nouveau créneau

(6-8 ans)

Mercredi 17h/18h30

1h = tarif A + adhésion 9 €

1h30 = tarif B + adhésion 9 €

Dans cet atelier, tu peux fabriquer tout ce qui te passe par la tête. On mélange de la terre, de l'eau, des couleurs ; on allume le four, et ça fera... Mystère !

Terre à 4 mains

(à partir de 4 ans)

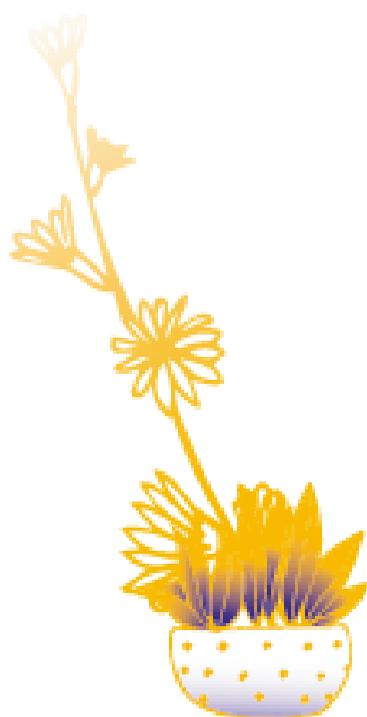
Samedis 14h30/16h30 (15 séances par an)

Les 28/09, 12/10 – 16/11 – 30/11 – 14/12 – 11/01 – 25/01 – 08/02 – 22/02 – 14/03 – 28/03 – 18/04 – 16/05 – 30/05 – 20/06

180 € + adhésion 9 € (par personne)

Un atelier ludique dédié à la pratique du modelage terre en famille.

Cet atelier céramique s'ouvre aux après-midis en famille. Il s'adresse aux débutants comme aux experts, pour découvrir ou redécouvrir les grandes vertus de la terre.



EXPRESSION THÉÂTRALE

CIRQUE

Dès 6 ans

NOUVEAU PARTENARIAT



AVEC L'ÉCOLE DE CIRQUE / MJC DE MENIVAL

Dans le cadre d'une nouvelle collaboration entre nos deux structures, l'école de cirque / MJC de Ménéval proposera à nos adhérents **Acrogym et Cirque** :

>> 1 invitation pour un spectacle de la scène découverte

>> 1 rencontre d'artistes circassiens professionnels en résidence

>> 1 possible participation aux pistes ouvertes amateur pour la présentation d'un numéro

Ainsi, grâce à ce maillage entre nos structures, l'activité cirque prend un nouvel essor et se diversifie, dans une pratique toujours plus créative et artistique !

Acrogym

(6-9 ans)

Gymnase Thézillat (5, montée St Barthélémy, à gauche de la gare St Paul)

Vendredi 17h/18h

Tarif A + adhésion 9 €

Voltigeur ? Porteur ? Pareur ? Tu seras indispensable pour réaliser des pyramides humaines dans cette discipline sportive qui mêle chorégraphie, gymnastique au sol et cirque.

Théâtre

(6-8 ans)

Mercredi 10h/11h30

Nouveau créneau

(9-12 ans)

Mercredi 14h/15h30

15h45/17h15

Nouveau créneau

Tarif B + adhésion 9 €

À travers des exercices corporels, vocaux, de relaxation et de diction, apprends à jouer des personnages différents, à improviser, à dire des textes. Choisis avec ton groupe une pièce de théâtre du répertoire jeunesse (pièce humoristique, policière, historique) et joue un spectacle à la fin de l'année devant le public ! Une initiation à la marionnette est aussi prévue pour les plus grands.

Cirque

Gymnase Thézillat (5, montée St Barthélémy, à gauche de la gare St Paul)

(6-8 ans)

Jeudi 17h/18h30

(9-13 ans)

Vendredi 18h15/19h45

Tarif B + adhésion 9 €

Jonglerie, jeu d'acteur, équilibre sur objets, acrobatie, aérien : ces disciplines sont un support pour que tu te sentes artiste au sein d'un groupe.

Radio

New

(9-13 ans)

Mercredi 14h/15h30

Tarif B + adhésion 9 €

1^{re} séance : 25/09/2019

Les enfants découvriront le monde de la radio pour créer et enregistrer leurs propres émissions. Chacun expérimentera différents métiers essentiels à la réalisation d'une émission de radio : présentateur, chroniqueur, invité, ingénieur du son... À la fois sur le plateau d'enregistrement et derrière la table de mixage, ils pourront voir et participer à toutes les étapes nécessaires à la fabrication de plusieurs émissions !

DANSE

Dès 4 ans

Capoeira

(dès 6 ans)

Gymnase Thézillat (5, montée St Barthélémy, à gauche de la gare St Paul)

Samedi 11h / 12h15

Tarif B + adhésion 9 €

Mélange de sport, danse, art martial et acrobaties, le tout en musique, la capoeira t'aide à développer ta créativité, le sens du rythme et la coordination.

Éveil danse

(5 ans)

Samedi 9h45 / 10h30

(4 ans)

Samedi 10h30 / 11h15

Tarif A + adhésion 9 €

Viens découvrir le plaisir du mouvement, de la construction de ton corps et de l'éveil à la créativité artistique tout en t'amusant !

Danse initiation

(6-7 ans)

Samedi 11h15 / 12h15

Tarif A + adhésion 9 €

C'est une transition entre l'éveil à la danse et les cours techniques. Tu y apprendras les bases de la danse tout en conservant la spontanéité, l'envie de t'exprimer et le plaisir de danser.

Danse classique

(7-9 ans)

Lundi 17h15 / 18h

(10-12 ans)

Lundi 18h / 19h

Tarif A + adhésion 9 €

Tu as toujours rêvé de danser comme un petit rat d'opéra ? Alors viens t'initier à la danse classique. Cette activité t'apportera grâce, élégance et souplesse.

Danse jazz

(7-9 ans)

Mercredi 13h45 / 14h45

Tarif A + adhésion 9 €

(10-12 ans)

Mercredi 14h45 / 16h

Tarif B + adhésion 9 €

Tu aimes danser ? Viens découvrir une technique issue d'horizons différents pour te défouler sur des musiques dynamiques. Grâce à la rigueur tu pourras acquérir des techniques de sauts, de tours, etc... Te permettant ainsi de t'exprimer librement sur la musique sans limitation physique.

Hip-Hop

(7-11 ans)

Vendredi 17h15 / 18h15

Tarif A + adhésion 9 €

À travers la découverte de la culture Hip-Hop, le but est de transmettre l'essence de la danse urbaine, consistant à trouver son identité, être libre de ses mouvements tout en ayant des bonnes bases techniques, exprimer ses émotions et énergie propre à travers une chorégraphie ou du free style.

SPORT

Dès 18 mois

Bébé-gym

(18 mois-3 ans)

Lundi 9h15 / 10h15

Tarif A + adhésion 9 €

Roule, cours, joue, découvre ! Cet atelier, ouvert aux enfants ayant acquis la marche jusqu'à 3 ans, les aidera à développer les possibles de leur être. Les accompagnants (parents, nounous...) sont conviés à assister à l'atelier.

Éveil judo

(4-5 ans)

Gymnase Thézillat (5, montée St Barthélémy, à gauche de la gare St Paul)

Mercredi 16h30 / 17h30

Tarif A + adhésion 9 €

Initie-toi aux joies du judo pour ton épanouissement physique et mental ! Tu apprendras les règles de cet art martial et quelques prises aussi, à travers des jeux et des petits combats.

Judo

Gymnase Thézillat (5, montée St Barthélémy, à gauche de la gare St Paul)

(6-11 ans)

Lundi 17h / 18h30

(5-8 ans)

Mercredi 15h30 / 16h30

(8-13 ans)

Mercredi 17h30 / 19h

1h = Tarif A + adhésion 9 €

1h30 = Tarif B + adhésion 9 €

Art martial ayant de jeu et de combat, le judo t'apporte rigueur et bien-être, dans un esprit d'entraide : politesse, maîtrise de soi et respect.

Multi-sports

Gymnase Thézillat (5, montée St Barthélémy, à gauche de la gare St Paul)

(6-8 ans)

Mardi 17h15 / 18h (accueil à partir de 17h)

(9-12 ans)

Mardi 18h / 19h

Tarif A + adhésion 9 €

Le multi-sports permet à chaque enfant de découvrir différentes activités sportives et les approfondir. Chaque début d'année, après quelques séances découvertes, les enfants choisissent les activités qu'ils vont pratiquer tout au long de l'année. Mais le but premier reste de se faire plaisir et de s'amuser chaque mardi.

ADOS

13 - 16 ans

TRANCHES DE QUOTIENT FAMILIAL DE LA CAF	A	B	C
T1 < ou égal 400 €	141 €	161 €	177 €
T2 de 401 à 700 €	159 €	181 €	196 €
T3 de 701 à 1 000 €	172 €	193 €	212 €
T4 de 1 001 à 1 300 €	183 €	205 €	223 €
T5 > 1 301 €	199 €	223 €	243 €

EXPRESSION THÉÂTRALE

Théâtre

Lundi 18h / 20h (à partir de 15 ans)
Tarif C + adhésion 9 €

Ateliers consacrés à un entraînement à l'improvisation à travers des jeux qui permettent de mettre en valeur la voix, le corps et la création de personnage. Chacun avec son univers fera l'expérience collective de la création d'un spectacle.

EXPRESSIONS ARTISTIQUES

BD Fanzine

Jusqu'à 13 ans

Mercredi 15h30 / 17h
Tarif B + adhésion 9 €

Nouveau créneau

Le mercredi ? Tu bulles ? Fais-en un fanzine, un fanatic magazine ! Scénario, dessins, textes, mise en page, impression... Ça y est ! Tu l'as dans les mains... Et maintenant, tu peux buller en lisant !

Dessin New

Mercredi 17h15 / 18h45
Tarif B + adhésion 9 €

Le dessin est ta passion ? Viens l'exprimer dans cet atelier où tu pourras découvrir différentes techniques qui seront pour toi l'occasion de perfectionner ton art !

Stylisme

Jeudi 17h30 / 19h (tous niveaux)
Tarif B + adhésion 9 €

Dans la mode, dessiner est le premier outil que le styliste utilise pour créer. Il utilise aussi d'autres techniques graphiques pour rassembler ses idées et penser sa collection ! Tu vas pouvoir dessiner des vêtements, accessoires et même une collection en t'inspirant de ce que tu aimes de la mode.

DANSE

Danse classique New

Lundi 19h / 20h15
Tarif B + adhésion 9 €

Demi-pointes, entrechats ou pas de bourrée, tu aimes la danse classique ? Viens t'initier ou approfondir ta technique ! Cette discipline t'apportera grâce, élégance et souplesse.

Danse modern'jazz

Mercredi 16h / 17h15 (débutant)
17h15 / 18h30 (confirmé)

Tarif B + adhésion 9 €

Tu aimes danser ? Viens découvrir une technique issue d'horizons différents pour te défouler sur des musiques dynamiques. Grâce à la rigueur tu pourras acquérir des techniques de sauts, de tours, etc... Te permettant ainsi de t'exprimer librement sur la musique sans limitation physique.

Hip-Hop

Vendredi 18h15 / 19h15 (12-16 ans)
Tarif A + adhésion 9 €

Découverte de la culture Hip-Hop à travers une introduction aux bases de la hype, du bboying et de la new style avec des cours techniques et des ateliers thématiques (musicalité, free style, danse contact, gestion des transferts, des appuis, travail au sol,...). Et tout ça pour trouver son identité, être libre de ses mouvements, exprimer ses émotions et énergie propre à travers une chorégraphie ou du free style.

ET PENDANT
LES VACANCES ?

Retrouvez le
secteur ados
p. 14

ET LA
MUSIQUE ?
Retrouvez nos
activités musique
p. 36



STAGES

STAGES BIEN-ÊTRE

S'équilibrer dans son quotidien

Comment cultiver le bonheur au quotidien ? La première étape, c'est de prendre soin de soi. Marjorie propose de vous accompagner à travers 5 stages qui vous aideront à développer l'écoute de soi, l'ancrage et le lâcher-prise. Vous aborderez les liens entre le fonctionnement des organes et les émotions selon la médecine chinoise. Vous explorerez également des techniques de respiration, de massage et de méditation. Enfin, vous découvrirez le lien entre les différentes zones du corps.

Respiration et auto-massages

Samedi 12 octobre 14h / 16h
25 € + adhésion 4 €

Découverte de techniques simples à faire chez soi et au travail. On établit le lien entre respiration, anxiété et stress ; on teste une technique spécifique de respiration. On pratique des exercices de prévention (canal carpien, effets néfastes des écrans sur les yeux, etc...) et d'auto-massage.

Massage du ventre

Samedi 18 janvier 14h / 16h
25 € + adhésion 4 €

Repérage de certains organes digestifs et techniques de massage. Travail avec les points d'acupression et de médecine chinoise pour libérer les tensions de l'abdomen.

Méditation des organes

Samedi 8 février 14h / 16h
25 € + adhésion 4 €

Explication du lien entre les organes et notre fonctionnement physiologique et psychologique selon la médecine chinoise. Méditation par visualisation pour renforcer ces organes.

Visage et crâne en duo

Samedi 4 avril 14h / 16h
25 € + adhésion 4 €

La zone nuque / crâne est souvent en tension et irradie jusque dans le haut du dos. Vous aurez le plaisir de délasser cette zone par une gestuelle simple et précise. C'est l'occasion de développer votre sens du toucher dans un moment d'échange : déconnection garantie !

Massage Dos en duo

Samedi 16 mai 14h / 16h
25 € + adhésion 4 €

Notre zone de massage préférée : le dos. Nous vous proposons un massage habillé issu de plusieurs techniques. Nous vous transmettons des gestes efficaces pour dissiper les tensions et d'autres plus harmonisants et enveloppants. Nous verrons également le lien entre le dos et les organes digestifs.

Pensez à apporter une serviette et un plaid.
Contre indications : plaies, inflammations cutanées (psoriasis, eczéma), inflammations (maladie de crohn, rectocolite hémorragique...), grossesse de moins de 3 mois et fièvre.

STAGES CRÉATIFS

Poterie New

Poterie en 2 temps
Stage céramique : matières et effets.
Samedi 15 février et 21 mars
10h / 12h30 et 13h30 / 16h30
60 € + adhésion 4 €

Un stage pour explorer les matières céramiques et leurs effets : les terres sigillées, les craquelures, les textures, les jeux d'émaux et d'oxydes, ou encore les patines. Ces deux journées vous permettront de transformer le caractère de vos réalisations en terre, ou d'apporter une touche finale à un ouvrage inachevé que vous apporterez à cette occasion.

Calligraphie New

Taille du roseau en calame
Samedi 21 mars 9h / 12h et 13h30 / 16h30
60 € + adhésion 4 €

La calligraphie qu'elle soit arabe, latine ou hébraïque a besoin d'un bon outil qu'on appelle calame. Venez apprendre à tailler votre calame à partir du roseau ou bambou (symbole du souffle créateur) avec le Maître Calligraphe Mohammed Rafed. Il vous transmettra tous les secrets concernant la cueillette, le séchage, le conditionnement et enfin la taille avec ses 4 étapes suivant le type de calligraphie et les styles d'écriture. Vous repartirez avec vos calames taillés à votre main et serez dépositaires d'une transmission millénaire qui complètera votre formation de calligraphe.

Couture

Couture en 2 temps
Samedis 18 janvier et 1^{er} février 14h / 17h
45 € + adhésion 4 € (pour les deux samedis)

Vous avez du mal à finir un projet de couture ? Vous avez peur de vous lancer tout(e) seul(e) ? Nous avons la solution ! Cet atelier de 6h en deux week-ends vous permettra de commencer, avancer, finir un projet en cours, ou tout simplement, prendre le temps de coudre.

STAGES BALADES

À la découverte de Lyon

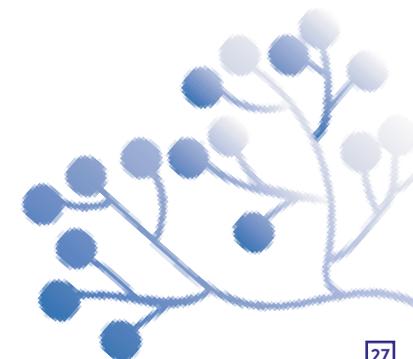
En famille, seul ou accompagné, venez découvrir Lyon et ses espaces verts au travers de balades accompagnés par un guide professionnel (Lyon City Trek). Décalage possible des séances en cas d'intempéries.

Découverte du Vieux Lyon

Samedi 5 octobre 9h30 / 12h30
4 € par personne + adhésion gratuite
Dès le Moyen-Âge, le Vieux Lyon s'organise en trois quartiers, chacun autour de son église : à Saint Georges ce sont les artisans et les premiers canuts, à Saint Jean, c'est l'Évêché et le Clergé, et à Saint Paul la bourgeoisie et les banquiers, riches comme Gadagne ! Nous irons à la découverte de ces trois quartiers et verrons leurs particularités, leurs bâtiments emblématiques, ruelles, escaliers et bien sûr leurs incontournables traboules !

La nature à Saint Just New

Samedi 4 avril 9h30 / 12h30
4 € par personne + adhésion gratuite
Des jardins familiaux, un verger de rue, des micro-implantations florales... C'est parti pour trois heures de balade à travers les ruelles, jardins partagés et autres secrets du quartier Saint Just. Prenez le temps de découvrir son histoire sous un nouvel angle !



ADULTES

DÈS 16 ANS

EXPRESSIONS ARTISTIQUES

Calligraphie arabe, latine et hébraïque

Samedi 9h/12h

9 séances : 12/10 – 09/11 – 07/12 – 18/01 – 08/02

28/03 – 11/04 – 16/05 – 30/05

178 € + adhésion 14 €

Au-delà de l'approche historique des styles d'écriture, initiez-vous à ces calligraphies. Le souffle, la symbolique, la taille du calame, la fabrication de l'encre seront abordés.

Calligraphie chinoise

Samedi 13h/16h

9 séances : 12/10 – 09/11 – 07/12 – 18/01 – 08/02

28/03 – 11/04 – 16/05 – 30/05

178 € + adhésion 14 €

La calligraphie chinoise vous amène à connaître dix traits et deux points ainsi que les quatre trésors pour pouvoir calligraphier un idéogramme et aller vers une expression artistique qui s'apparente plus à l'art abstrait.

Couture création autour du textile

Lundi 18h/20h
20h/22h

Judi 18h/20h
20h/22h

230 € + adhésion 14 €

Débutante ou expérimentée ? L'atelier est fait pour tous les niveaux. Libérez votre créativité et cousez à votre rythme dans le partage et la bonne humeur. Machines à disposition, tissus et petits matériels non fournis.

Nouveau créneau

Carnet de voyage

Lundi 14h/16h

341 € + adhésion 14 €

Si vous avez l'envie de raconter votre voyage en dessin, en couleur et faire des assemblages de vos souvenirs, ce cours vous permettra de réaliser un ou plusieurs carnets. On apprendra comment dessiner sur le vif, maîtriser l'aquarelle, et découvrir d'autres techniques, et comment interpréter d'après des photos, le voyage avec sa propre sensibilité.

Dessin

Lundi 18h30 / 20h30

20h30 / 22h

1h30 = 282 € + adhésion 14 €

2h = 341 € + adhésion 14 €

Atelier tous niveaux basé sur l'observation du réel et l'expérimentation graphique au crayon, fusain, plume et pinceau. Quelques séances de modèle vivant et de croquis en plein air seront aussi proposés. « Le dessin au trait est la traduction la plus directe et la plus pure de l'émotion » (Henri Matisse).

Dessin et aquarelle

Mercredi 19h / 21h

341 € + adhésion 14 €

L'atelier, ouvert aux débutants comme aux perfectionnants, offre de revisiter le vaste champ des possibles de l'aquarelle, allié au dessin.

Dessin d'illustration

Judi 19h / 21h

341 € + adhésion 14 €

Atelier d'illustration pour créer son propre livre. Raconter l'univers et l'ambiance de son texte avec sa propre sensibilité. Dessin des personnages, des décors, cadrage, crayonnés, mise en couleur, jusqu'à la maquette du livre que l'on imprimera en vrai objet.

Peinture

Mardi 19h / 21h30

352 € + adhésion 14 €

De la peinture à l'huile à l'acrylique, en passant par la découverte de nouvelles techniques, avec l'apprentissage des bases du dessin et de la peinture par des exercices. Venez développer votre expressivité, votre imaginaire et votre sensibilité.

Photographie

(argentique / numérique – Photo Projet)

Lundi 19h / 21h (intermédiaire)

341 € + adhésion 14 €

Nouveau créneau

Pour les personnes qui ont déjà une base de la pratique de la photographie et qui souhaitent réfléchir à la construction d'une série et de leur démarche photographique. L'objectif de fin d'année est de créer une exposition collective à la Brèche.

Accès Libre Labo Photo

50 € + adhésion 14 €

Pour tirer vos propres photos, les agrandir, les travailler. Matériel de qualité mis à votre disposition. Produits non-compris. Renseignement à l'accueil de la MJC.

Terre (poterie, céramique et sculpture)

Mardi 19h15 / 21h45

370 € + adhésion 14 €

Mercredi 19h / 21h

Samedi 9h30 / 13h30

15 séances par an : 28/09 – 12/10 – 16/11 – 30/11 – 14/12 – 11/01 – 25/01 – 08/02 – 22/02 – 14/03 – 28/03 – 18/04 – 16/05 – 30/05 – 20/06

343 € + adhésion 14 €

À travers la terre, les émaux, les patines, et leurs techniques, menez un projet de sa construction à sa finalisation. Que l'inspiration passe par une théière ou un visage, la céramique est la caverne des matières.

Terre à 4 mains

(dès 4 ans)

Samedis 14h30 / 16h30

15 séances par an : 28/09 – 12/10 – 16/11 – 30/11 – 14/12 – 11/01 – 25/01 – 08/02 – 22/02 – 14/03 – 28/03 – 18/04 – 16/05 – 30/05 – 20/06

180 € + adhésion 14 € (par personne)

Cet atelier céramique s'ouvre aux après-midis en famille. Il s'adresse aux débutants comme aux experts, pour découvrir ou redécouvrir les grandes vertus de la terre.

DANSE

Danse classique

Jeudi 18h15/19h30
222 € + adhésion 14 €

À tout âge, venez découvrir la danse classique et ses bienfaits sur la posture, la souplesse et le tonus musculaire. Le cours se déroule en deux étapes : la barre et son travail technique issu de la tradition classique et le milieu où la modernité s'appuie sur cette technique pour aller dans un mouvement plus libre.

Danse contemporaine

Lundi 20h15/21h45
260 € + adhésion 14 €

Fondamentaux de la danse contemporaine : travail du poids, du temps, du regard, de la musicalité. Un travail au sol à l'écoute des sensations corporelles et de la prise de conscience du corps. Debout, l'accent sera mis sur l'axe pour avoir une liberté de mouvement de la colonne vertébrale, permettant d'allier tonicité et fluidité dans les déplacements.

Danse modern'jazz

Jeudi 17h/18h15 (débutant)
19h30/20h45 (confirmé)
20h45/22h00 (intermédiaire)
222 € + adhésion 14 €

La danse modern'jazz est née de la rencontre des cultures africaines et européennes. Il en découle aujourd'hui une danse associant le travail rythmique et une technique dite « académique », permettant une grande liberté de corps très en lien avec la musique.

DANSES DE COUPLE

Lindy hop

Vendredi 19h30/21h (tous niveaux)
230 € + adhésion 14 €

Le lindy hop ? C'est la danse qui rend heureux ! Faites un détour par les années 30 pour mettre de la bonne humeur et de l'énergie dans votre vie. Au programme du cours : l'apprentissage des bases du lindy hop et du charleston pour vous permettre de danser rapidement en soirée. 5, 6, 7, 8, swinguez !

EXPRESSION THÉÂTRALE

Clown

Samedi 10h/13h
12 séances par an : 12/10—09/11—23/11—
07/12—11/01—01/02—15/02—14/03—
04/04—11/04—16/05—06/06
192 € + adhésion 14 €

Laisser émerger cette transposition de soi, le clown, grâce au nez rouge. Un atelier ludique pour un moment créatif où les limites sont repoussées. Devenir explorateur de ses émotions et sensations. Gagner en liberté d'expression. Être à l'écoute de ses sensations et émotions ici et maintenant. Révéler son univers poétique unique. Faire vivre son clown en public.

Cirque

Vendredi 20h/22h
24 séances par an
1^{re} séance le 04/10/2019
315 € + adhésion 14 €

Des artistes professionnels de l'école de cirque de Ménival se relayeront pour vous proposer trois grands thèmes de travail sur l'année : l'équilibre sur les mains, les portés acrobatiques et l'exploration d'autres techniques tel que le jonglage, l'aérien, l'équilibre sur objets, etc.

Théâtre

Lundi 18h/20h (15-20 ans)
20h/22h (tous niveaux)
Mardi 18h/20h (débutants)
20h/22h (confirmés)
Mercredi 20h/22h (tous niveaux)
343 € + adhésion 14 €

L'atelier sera axé sur la découverte et le développement du jeu d'acteur et aboutira à la rencontre avec le public grâce à une lecture et la création d'un spectacle. Des jeux de mise en disponibilité permettront d'épanouir sa présence sur scène et de développer son imaginaire. Chacun avec son univers fera l'expérience collective de la création d'un spectacle.

Théâtre d'impro

Mercredi 18h/20h 
343 € + adhésion 14 €

L'improvisation, un outil indispensable pour développer l'art de l'interprétation. À travers des jeux ludiques, exercer ses capacités d'écoute, d'exploration et d'invention. Et, pour que l'aventure soit complète, jouer en public.

ÉCRITURE - LANGUES

Atelier d'écriture

Lundi 19h/21h
25 séances
1^{re} séance le 07/10/19
279 € + adhésion 14 €

Dérouiller son stylo, réveiller ses projets de nouvelles, textes courts et poèmes ? Ou simplement (re)découvrir le plaisir d'écrire, le lundi soir, on s'évade avec un cahier... Embarquez, levez l'encre !

Atelier d'écriture autobiographique

Mercredi 18h/20h 
17 séances : 25/09—09/10—06 & 20/11—04 & 18/12—08 & 22/01—05 & 19/02—11 & 25/03—08/04—06 & 20/05—03 & 17/06
190 € + adhésion 14 €

Cet atelier vous propose un moment pour vous poser et porter un regard sur les images de votre vie réelle ou rêvée. Les mots se dessinent sur le papier, les textes se composeront pour le plaisir d'un moment à partager.

Français Langues Étrangères (FLE)

Mardi 19h/21h
23 séances hebdomadaires
Du 17 septembre au 30 mars
230 € + adhésion 14 €

Vous voulez apprendre le français ou mieux le maîtriser ? Une formatrice expérimentée anime, dans une ambiance sympathique, des ateliers axés sur la communication avec un programme adapté à vos besoins : production écrite / orale, jeux de rôles, improvisations, saynètes, vie quotidienne, phonétique, essais...

DÉGUSTATION

Bièrologie

Lundi 19h30/20h45
Cycle de 6 séances : 20/01—10/02—9/03—
30/03—11/05—25/05
125 € + adhésion 4 €

Comment fait-on la bière ? Quelles différences selon la couleur ? Quelles particularités selon la provenance ? Simple, double ou triple fermentation ? Cet atelier de dégustation permettra de découvrir le vaste univers de la bière.

œnologie Initiation

Lundi 19h30 / 22h

Cycle de 4 séances : 18/11—16/12—13/01— 03/02
135 € + adhésion 4 € (le cycle)

Les amateurs apprennent à exercer leurs sens pour apprécier le vin : couleur, odeur, saveur, notion de cépages. L'atelier amène à ne plus considérer le vin comme un simple produit de consommation. Ceux qui s'inscrivent à l'initiation peuvent aussi s'inscrire pour le perfectionnement.

œnologie Perfectionnement New

Lundi 19h30 / 22h

Cycle de 4 séances
16/03—06/04—18/05— 08/06
135 € + adhésion 4 € (le cycle)

Notions de vinifications classiques et particulières : qu'est-ce qu'un vin bio, biodynamique, « nature » ? Connaissances des cépages, approche des grands vignobles du monde, des terroirs.

Pratique du thé chinois

Lundi 19h / 22h

Cycle de 4 séances
18/11—09/12—10/02—04/05
65 € + adhésion 4 €

Cette initiation à une gestuelle de sérénité et d'énergie permet, tout en dégustant des grands crus de thé, de coïncider avec le présent et de réconcilier les cinq sens avec les saisons.

TECHNIQUES CORPORELLES

Barre au sol

Lundi 16h / 17h

Mardi 10h30 / 11h45
12h15 / 13h30

1h = 162 € + adhésion 14 €
1h15 = 174 € + adhésion 14 €

De la danse et de la gym au sol, sans les contraintes de la gravité, venez découvrir cette discipline qui détend et étire vos muscles. Des exercices en musique pour un corps souple et tonifié.

Conscience corporelle et Bien-être (Taiso)

Gymnase Thézillat (5, montée St Barthélémy, à gauche de la gare St Paul)

Jeudi 18h30 / 19h30
162 € + adhésion 14 €

Renforts musculaires, assouplissements, massages et auto-massages, exercices de respiration, de relaxation pour se réapproprié son corps.

Marche zen New

Vendredi 14h30 / 16h
198 € + adhésion 14 €

Marcher, écouter la rue, écouter le ciel, écouter le sol... Ressentir les vibrations, entendre son cœur battre, entrer dans le rythme de son corps... Lâcher les émotions de la semaine et prendre une heure pour marcher en toute sérénité !

Sophrologie

Mercredi 11h / 12h

12h15 / 13h15

162 € + adhésion 14 €

Un temps pour reprendre votre souffle. Respiration, mise en mouvement douce du corps, visualisations... Avec la sophrologie, apprenez à détendre votre corps et à vivre plus sereinement votre quotidien.

Stretching relaxation

Lundi 10h15 / 11h15

162 € + adhésion 14 €

Douce et revitalisante, discipline apportant son lot de bienfaits tant au niveau physique que mental. Acquisition ou entretien de la souplesse tout en détendant le corps.

Pilates stretch harmony

Jeudi 11h / 12h

162 € + adhésion 14 €

Cet atelier vise l'harmonie générale du corps, d'où l'enchevêtrement de plusieurs techniques : tai-chi, yoga, pilates, stretching, pour un bien-être total.

Tai-Chi Qi-Qong

Mardi 9h / 10h

17h / 18h

166 € + adhésion 14 €

Gestuelles de santé (par des exercices sur les mouvements, la respiration et la concentration) qui agissent sur le corps physique et le développement de la personne.

Yoga

Mercredi 18h30 / 20h

20h / 21h30

Vendredi 10h30 / 12h

12h15 / 13h30

14h / 15h30

15h30 / 17h

1h15 = 201 € + adhésion 14 €

1h30 = 253 € + adhésion 14 €

Faire du yoga, c'est s'offrir un moment de détente extraordinaire avec soi dans la sécurité d'une tradition millénaire, un luxe à la portée de tous, qui réconcilie le corps et l'esprit.

SPORTS

Aquagym

Piscine Delessert à Gerland
(40 rue Gerland, Lyon 7^e)

Jeudi 21h / 22h

162 € + adhésion 14 €

Gym douce dans l'eau qui apporte détente et bien être. Il n'est pas nécessaire de savoir nager. Les cours se font aussi bien au petit bain qu'au grand bain, avec ou sans matériel.

Badminton

Gymnase de la Quarantaine
(41 bis rue de la Quarantaine, Lyon 5^e)

Lundi 20h / 22h (tous niveaux)

Mardi 20h / 22h (tous niveaux)

229 € + adhésion 14 €

Que vous soyez débutant ou expérimenté, venez vivre une nouvelle expérience en progressant tout en s'amusant. Tout le monde joue avec tout le monde. Partage et convivialité garantie !

New
Nouveau
créneau

Basket ball

Gymnase Thézillat (5, montée St Barthélémy, à gauche de la gare St Paul)

Mardi 20h / 22h (tous niveaux)

140 € + adhésion 14 €

L'objectif est de prendre du plaisir dans la pratique régulière du basket, tout en permettant à chacun, quel que soit son niveau, de s'épanouir au sein du groupe. *Possibilité de championnat (37 € supplémentaires seront demandés pour la licence).*

Cardio-training

Mardi 18h / 19h ; 20h / 21h

162 € + adhésion 14 €

Séance sollicitant le système cardio vasculaire à travers des séances à « interval training », l'une des meilleures techniques pour la perte de calories et brûler les graisses. Sculptez votre corps grâce à la haute intensité physique de la séance. Retour au calme avec étirements à la fin.

Gym Sénior

Jeudi 9h30 / 11h

198 € + adhésion 14 €

Cours Sénior ? Oui, mais on ne s'ennuie pas ! Gym douce permettant de rester actif avec un soin particulier à l'adaptation des postures en fonction des possibilités de chacun. Tonus, équilibre, souplesse, mobilité, proprioception... Tant de notions travaillées dans cet atelier.

Gym dynamique

Lundi 13h45 / 15h15

Samedi 9h30 / 11h Gymnase Thézillat (5, montée St Barthélémy, à gauche de la gare St Paul)

198 € + adhésion 14 €

Un peu moins axé sur l'aspect cardio, cet atelier est adapté pour ceux qui souhaitent des variations dans les exercices et un travail de coordination. Une bonne alternative pour gagner en tonus musculaire et s'aérer l'esprit.

Gym tonique

Lundi 12h30 / 13h30

Mardi 19h / 20h

21h / 22h

Jeudi 12h30 / 13h30

1h = 162 € + adhésion 14 €

Séances de renforcement musculaire général avec des exercices un peu plus cardio pour tonifier et sculpter votre corps, en renforçant vos articulations et vos tendons afin d'améliorer votre posture. Retour au calme avec étirements à la fin.

Initiation à la marche nordique

Vendredi 9h30 / 11h

198 € + adhésion 14 €

La marche nordique est une activité sportive d'origine scandinave. Elle se pratique avec des bâtons, qui permettent d'allonger la foulée, et de soulager les genoux et le bassin. De plus, 80 % des muscles travaillent, ce qui en fait un sport complet. Les séances ont lieu dans les parcs lyonnais : Tête d'Or, Gerland, Parilly, voies vertes du 5^e, Berges du Rhône, Lacroix Laval... Nous commençons toujours par un échauffement et terminons par des étirements. La pratique en groupe ajoute une composante conviviale à une activité excellente pour garder la forme, la santé et le moral !

Multi-sports

Gymnase Thézillat (5, montée St Barthélémy, à gauche de la gare St Paul)

Mardi 19h / 20h (tous niveaux)

162 € + adhésion 14 €

Nous vous proposons des découvertes et initiations sur la pratique de différents sports collectifs et individuels. Participez à l'élaboration du programme de l'année. Ambiance conviviale et détente assurée.

Natation

Piscine Garibaldi (221 rue Garibaldi, Lyon 3^e)

Lundi 21h / 22h

1^{re} séance le 23 septembre

120 € + adhésion 14 €

Tous niveaux. Pour apprendre à nager et à se perfectionner dans différents modes de nage tout en améliorant sa forme physique... En toute convivialité !

Pilates

Lundi 11h15 / 12h30 (débutant)

Mercredi 9h / 10h (intermédiaire)

1 an de pratique min.)

10h / 11h (intermédiaire)

1 an de pratique min.)

Jeudi 13h45 / 14h45 (tous niveaux)

1h = 162 € + adhésion 14 €

1h15 = 174 € + adhésion 14 €

Prendre le temps, repenser son corps, le vivre et le comprendre tout en le tonifiant. Travail musculaire visant à renforcer les chaînes profondes du corps, principalement abdominales, mais pas que !

Volley-ball

Gymnase Thézillat (5, montée St Barthélémy, à gauche de la gare St Paul)

Mercredi 19h / 20h30 (débutant)

20h30 / 22h (confirmé)

132 € + adhésion 14 €

Vous souhaitez découvrir ou parfaire la pratique du volley-ball dans une ambiance décontractée et sportive, alors faites le plongeon et rattrapez la balle au vol. Nous vous attendons pour la balle de smash.

ARTS MARTIAUX

Aikido / Self Défense

Gymnase Thézillat (5, montée St Barthélémy, à gauche de la gare St Paul)

Lundi 20h / 21h30 et jeudi 19h30 / 21h30

240 € + adhésion 14 €

Discipline de défense, l'aikido impose de détourner l'agressivité de son adversaire tout en lui démontrant l'inutilité de son attaque... Accessible à tous.

Professeur : Farouk Benouali / 5^e DAN Aikikai

Iaido kenjutsu

Gymnase Thézillat (5, montée St Barthélémy, à gauche de la gare St Paul)

Lundi 18h30 / 20h

198 € + adhésion 14 €

Le i-ai-do, littéralement « la voie de l'existence harmonieuse » du corps et de l'esprit, est l'art de couper en dégainant le sabre. Il fait appel à l'habileté, à la concentration et au contrôle de soi.

Professeur : Farouk Benouali / 4^e DAN, style Muso Shinden Ryu



ÉCOLE DE MUSIQUE

RAPPEL

Toutes les inscriptions aux activités musicales auront lieu :

LE VENDREDI 6 SEPTEMBRE DE 18H À 20H

L'enseignement musical à la MJC du Vieux-Lyon est soutenu par la Métropole de Lyon dans le cadre du schéma départemental des enseignements artistiques

GRANDLYON
la métropole

COURS D'INSTRUMENTS

ET DE CHANT ENFANTS - ADOS / ADULTES

Cours en duo par niveau, d'une durée de 3/4 d'heure ou cours individuel de 30 min. (dans la limite des places disponibles). >> Attention, pas de séance d'essai

TARIFS ENFANTS ET ADOS

Cours individuel = 408 € + adhésion 9 €

Cours en duo = 263 € + adhésion 9 €

TARIFS ADULTES (À PARTIR DE 16 ANS)

Cours individuel = 544 € + adhésion 14 €

Cours en duo = 341 € + adhésion 14 €

Batterie

(à partir de 8 ans)
Mercredi 13h / 16h
Jeudi 17h / 20h

Piano

(à partir de 6 ans)
Lundi 17h / 19h
Mercredi 9h / 11h-12h / 18h45
Jeudi 17h / 20h30
Vendredi 15h / 20h
Samedi 14h / 18h

Piano jazz

(à partir de 10 ans)
2 ans minimum de pratique souhaitée
Mardi 16h / 20h30

Saxophone

(à partir de 8 ans)
Vendredi 18h / 20h

Violon et alto

(à partir de 5 ans)
Mardi 19h30 / 21h45
Mercredi 15h30 / 18h30
Jeudi 17h30 / 21h15

Chant Duo

(à partir de 16 ans)
Lundi 18h30 / 21h30

Soul & Jazz Vocal Duo

(à partir de 16 ans)
Samedi 13h / 16h
16 séances de 45 min, en binôme
1^{re} séance le 12/10/2019
310 € + adhésion 14 €
Comment approcher, interpréter, se réapproprier les standards de la musique afro-américaine tout en développant ses aptitudes vocales.

Accès Libre salles de musique, piano, batterie

50 € + adhésion 14 € (pour l'année scolaire)
Pour des répétitions, des rencontres musicales impromptues ou plus poussées entre adhérents de la MJC. Selon les disponibilités des salles. Renseignements à l'accueil de la MJC.

ATELIERS COLLECTIFS

ENFANTS

TRANCHES DE QUOTIENT FAMILIAL DE LA CAF	A	B	C
T1 < ou égal 400 €	141 €	161 €	177 €
T2 de 401 à 700 €	159 €	181 €	196 €
T3 de 701 à 1 000 €	172 €	193 €	212 €
T4 de 1 001 à 1 300 €	183 €	205 €	223 €
T5 > 1 301 €	199 €	223 €	243 €

Chant choral New

Mercredi 10h45 / 11h45
(6-10 ans)

Tarif A + adhésion 9 €

Découverte de la voix en polyphonie et des éléments d'écriture de la musique à l'aide de la lecture de partitions simples. Le répertoire sera varié et amènera les enfants à la présentation d'un concert en fin de saison.

Éveil musical

Mercredi 10h / 10h45
(4-5 ans)

Samedi 10h / 10h45
(4 ans)

10h45 / 11h30
(5 ans)

Tarif A + adhésion 9 €

Des rondes aux chansons, joue dans l'espace et pars à la découverte des sons et des rythmes avec ton corps et divers instruments (petites percussions, métalophone, cymbale, etc.).

Initiation musicale et solfège

(6-7 ans)

Samedi 11h30 / 12h30

Tarif A + adhésion 9 €

Passerelle entre l'éveil musical et la pratique d'un instrument, ici, tu pourras découvrir les éléments essentiels de la pratique musicale, comme le rythme et le solfège, par une approche ludique mais néanmoins sérieuse de la musique !

Guitare

(dès 10 ans)

Mardi 17h15/18h (débutant)

18h/19h (intermédiaire)

Mercredi 14h/15h (débutant)

Tarif B + adhésion 9 €

Nouveau
créneau

Les différentes techniques de base et d'accompagnement sont abordées selon le niveau. Apprivoise l'instrument à partir d'un répertoire musical que tu auras choisi !

Mini-Batucada

New

(8-12 ans)

Mercredi 16h30/18h

Tarif B + adhésion 9 €

Chant, percussions et danse sont au rendez-vous pour partager de bons moments tous ensemble, autour de la culture du carnaval, qu'il faut, à chaque fois, réinventer... Viens apprendre à développer des compétences rythmiques et polyrythmiques mais aussi à danser et chanter en jouant un rythme. Et le 28 mars, on défilera avec les grands pour le carnaval des Dragons !

ATELIERS COLLECTIFS

ADOS

Guitare

Mercredi 15h/16h30 (intermédiaire)

16h30/18h (avancé - guitare électrique)

Tarif C + adhésion 9 €

Cet atelier a d'abord pour objet de faire découvrir la guitare de façon ludique et concrète, afin d'acquérir les techniques de base de l'instrument et ensuite de mettre en pratique ces notions sur différents répertoires : chanson française, pop, rock, musique du monde...

ATELIERS COLLECTIFS

ADULTES

Accordéon diatonique

Mardi 18h/21h

17 séances par an - 1^{er} rdv le 24 septembre à 19h

1h = 217 € + adhésion 14 € (tous niveaux)

1h + musique d'ensemble = 271 € + adhésion 14 €

Musique d'ensemble seulement (tout instrument / 1 fois par mois) = 137 € + adhésion 14 €

Musique traditionnelle et jeu en public. L'atelier musique d'ensemble permet d'aller plus loin en étant accompagné par d'autres instruments (ouvert à tous et 1 fois par mois). Possibilité de location d'instrument pour les débutants.

Atelier d'écriture / texte

Chanson et Musique

Lundi 17h/18h30

226 € + adhésion 9 €

20 séances par an - 1^{re} séance le 30 septembre

Atelier de création ouvert à tout niveau de pratique : de l'écriture au concert. Écriture de textes / chansons, mise en musique et interprétation. Chacun sera invité à expérimenter des pistes d'écriture en abordant quelques éléments techniques, ustensiles pratiques pour faire germer les idées de façon ludique. Puis, musiciens ou non, quel que soit votre niveau, nous créerons ensemble l'accompagnement musical et sonore des textes en vue de les interpréter chantés, récités ou lus sur scène en fin d'année.

Batucada "Batudamba"

Samedis de 14h à 17h

12 séances par an : 21/09-05 & 19/10-

16 & 30/11-14/12-11 & 25/01-15/02-

14, 21 & 28/03

136 € + adhésion 14 €

Chant, percussions et danse sont au rendez-vous pour faire la fête et partager de bons moments tous ensemble, autour de la culture du carnaval, qu'il faut, à chaque fois, réinventer...

Si tu as l'envie et le virus des rythmes endiablés, en dansant et / ou chantant, alors cet atelier est fait pour toi ! Défilé de la batucada prévu pour le carnaval des Dragons, le 28 mars !

Chant Collectif

Mercredi 18h/20h (débutant)

20h/22h (confirmé)

341 € + adhésion 14 €

Apprentissage des techniques nécessaires à la présentation d'un tour de chant sur scène : techniques vocales, musicales et interprétation.

Chants du monde (chorale)

Jeudi 18h/19h15 (débutant)

19h30/21h (confirmé)

1h15 = 172 € + adhésion 14 €

1h30 = 206 € + adhésion 14 €

Travail sur la respiration et les vibrations du son de la voix, polyphonies issues du monde entier, improvisations en groupe...

Guitare

Lundi 18h/19h (débutant)

19h/20h (intermédiaire)

Mardi 19h/20h30 (intermédiaire)

Mercredi 18h/19h (débutant)

20h30/22h (intermédiaire)

1h = 217 € + adhésion 14 €

1h30 = 274 € + adhésion 14 €

Cet atelier a d'abord pour objet de faire découvrir la guitare de façon ludique et concrète, afin d'acquérir les techniques de base de l'instrument et ensuite de mettre en pratique ces notions sur différents répertoires : chanson française, pop, rock, musique du monde...

Percussions afro-caribéennes

Jeudi 20h/21h30

274 € + adhésion 14 €

Cours de percussions du monde afro : de l'Afrique jusqu'à Cuba en passant par le Brésil et d'autres destinations. Viens vibrer, rapper et chanter sur des polyrythmies endiablées.

ENSEMBLES MUSICAUX

ADULTES

Musiques actuelles

Mercredi 19h/20h30

274 € + adhésion 14 €

Cet atelier a pour objet d'accompagner des musiciens (tous âges) dans l'organisation de leurs répétitions de groupe, dans une perspective de scène. Le jeu d'ensemble permet d'optimiser l'utilisation de leurs connaissances et d'accroître ainsi la cohésion et le « son » du groupe. Un travail particulier sera effectué autour des conventions des différents styles abordés (musiques actuelles, rock, musiques du monde...).

Musique jazz

Mardi 20h30/22h

274 € + adhésion 14 €

Ouvert à tous instrumentistes souhaitant développer ses capacités d'improvisation, autour d'un répertoire jazz.

Workshop

Lundi 20h/22h

284 € + adhésion 14 €

Ouvert à tous les instruments, avec une perspective de scène affirmée. Cet atelier propose des méthodes de répétitions efficaces fin de construire un répertoire de groupe dans le style pop / rock.

SALLE LÉO FERRÉ

CULTIVEZ VOS BONHEURS EN MUSIQUE ET EN FAMILLE !



ABONNEZ-VOUS !*

pour la saison 2019-2020

Spectacles Jeune Public — Concerts

*Abonnement partagé avec la Salle Léo Ferré (Lyon 5) et la Salle des Rancy (Lyon 3)
Tarifs préférentiels pour les adhérents de la MJC du Vieux Lyon

Salle Léo Ferré - 5 place Saint Jean, 69005. Lyon - 04 78 42 48 71 - www.mjcduvieuxlyon.com

INSTITUT LUMIÈRE

Toute l'année, tous les cinémas !

Des rétrospectives, des avant-premières,
des invités, des festivals... et des films
pour toute la famille les mercredis,
samedis et dimanches (de 2 à 14 ans).

institut-lumiere.org

À 10 minutes du métro Vieux Lyon (Ligne D arrêt Monplaisir-Lumière)
Institut Lumière, 25 rue du Premier-Film, Lyon 8^e