



Vivre d'ouverture

**MJC**  
**SAINT-CHAMOND**

**21**  
**22**  
**20**

L'année dernière a été ponctuée par beaucoup d'activités à distance avec la crise du COVID. Maintenant, la situation s'améliore de plus en plus avec toutes activités adaptées aux consignes sanitaires obligatoires. Nous pouvons ainsi être nombreux à nous croiser, à nous côtoyer, à nous rencontrer, à échanger, à débattre et pourquoi pas à faire la fête grâce à la trentaine d'ateliers, d'expositions, de conférences, de spectacles vivants, de lien social, de concerts et d'autres événements dont vous pouvez en être l'initiatrice/teur. Faisons de cette année 2022, une période riche en liens sociaux grâce à nos actions dans les domaines du sport, de la pratique citoyenne, de la culture, de l'art, de l'expression et de la science.

Les encaissements de la cotisation annuelle se feront en dix mensualités pour que celle-ci soient traitées au fur et à mesure de l'actualité. Bonne saison à toutes et à tous à la MJC.

(Écrit le 21/06/21) - Le Président

**LE MOT DU PRÉSIDENT**

## A NE PAS MANQUER

### PORTES OUVERTES

11 septembre 2021 de 9h à 13h

### VIVONS ENSEMBLE LA RÉPUBLIQUE

du 25 septembre au 15 octobre 2021

### TIENS ! V' LÀ L' BON VIAN

14 octobre 2021 (dans le cadre du festival VELR)

### SALON DU LIVRE

du 1<sup>er</sup> au 3 avril 2022

### PRINTEMPS DES POÈTES

La scène coule à St-Chamond : 5 février 2022

### SEMAINE DU LOGICIEL LIBRE

du 19 au 23 avril 2022

### LIBERTY GAMES

20 avril 2022

### ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

24 juin 2022 à 19h

### GALA DE DANSE

26 juin 2022

### FÊTE DE LA MJC

2 juillet 2022

## PASS CULTURE

À utiliser dès 18 ans et valable 24 mois.

300€ de budget à dépenser pour découvrir la culture autour de chez soi.

<https://pass.culture.fr/>

**pass**  
**Culture** 

## ADHÉSION

Être adhérent à la MJC, c'est participer à son projet associatif d'éducation populaire et défendre les valeurs de tolérance, de démocratie et de laïcité. Prendre part à une activité nécessite le règlement d'une adhésion et d'une cotisation. L'adhésion, obligatoire, vous sert aussi d'assurance et vous permet de voter à l'assemblée générale.

L'adhésion vous permet de bénéficier de tarifs préférentiels lors des actions culturelles organisées par la MJC et ses partenaires (autres MJC, UPT, Coordination Culturelle, Le Grain...)

TOUS LES TARIFS D'ACTIVITÉS SONT CALCULÉS EN TENANT COMPTE DES JOURS FÉRIÉS ET DES VACANCES SCOLAIRES. Toutes les activités fonctionnent sur la base de 32 séances pour la saison.

## LIEUX

- MJC : 2a avenue de la Libération
- Annexe MJC : 3 rue du Presbytère
- Dojo Saint-Julien : Place Neyrand (Boulodrome)
- Dojo Coubertin : Bd de la Grande Terre
- Gymnase de Sainte-Marie : Rue Saint-Exupéry (Parking : Route du Coin)
- Observatoire de Luzernod : La Valla en Gier

## TARIFS ADHÉSION

Enfant (- de 18 ans) 16€

Adulte (+ de 18 ans) 18€

Famille 27€

Membres Associés 54€

**REDÉMARRAGE DES  
ACTIVITÉS  
LE 13 SEPTEMBRE**

## UNIVERSITÉ POUR TOUS

Programme éclectique dans le cadre de notre partenariat avec l'Université Jean Monnet sous forme de conférences et sorties : patrimoine, histoire, science, art ou mythologie.

## JOURNÉES EUROPÉENNES DU PATRIMOINE

18 septembre

**Quête Minecraft au Parc Nelson Mandela** - Parcourez la richesse du patrimoine des parcs et jardins de la ville.  
**Aqueduc romain du Gier** - Exposition photo

## SALON DU LIVRE

Du 1<sup>er</sup> au 3 avril 2022  
Les 1 et 2 avril, 4ème édition de l'Atelier des Mots. Il était une fois des histoires pour petits et grands...

Le 3 avril, le livre tient salon au Château du Jarez.

Saint-Chamond, la passion des livres.

## EXPOSITIONS

Du 1<sup>er</sup> septembre au 29 octobre 2021 >> BERLIER Solange >> Peinture

Du 15 au 26 novembre 2021 >> VIAL Joël >> Photo

Du 29 novembre au 28 janvier 2022 >> DUCLOT Philippe >> Pastel

Du 31 janvier au 25 février 2022 >> MOUELLEF Kamel >> Les étrangers dans la résistance

Du 28 février au 25 mars 2022 >> LEGROS Eliane >> Huile et acrylique

Du 28 mars au 29 avril 2022 >> ZENNAF Brahim >> Mini rétrospective du cinéma italien

Du 2 mai au 3 juin 2022 >> PHOTOCLUB de la MJC >> Photo

Du 7 juin au 1<sup>er</sup> juillet 2022 >> PEYRARD + CADEGROS >> Huile et pastel

## LA FOURMILIÈRE - Tiers Lieu Culturel - Espace Collectif de Projets

Partager des idées, réaliser des projets, s'attarder autour des nos imaginaires et nos envies, s'interroger sur le monde. Place à nos expériences, à nos diversités ; ouvrons un nouvel espace aux musiques, aux sciences, aux sports, aux danses, aux langues, au théâtre, à la littérature. Créons de nouvelles médiations à la Culture - « Faisons ensemble » courant d'idées et carrefour de diffusion des pratiques amateurs multiculturelles. « Ne désespérez jamais. Faites infuser davantage... » Henri Michaux. Ouvrons portes et fenêtres de la maison et prenons le temps d'imaginer d'autres moyens d'agir !

**Ados / Adultes - Tous les samedis de 11h à 17h**

## FÊTE DE LA SCIENCE

**2 octobre** de 14h à 19h - À la découverte de la biodiversité urbaine - Parc Nelson Mandela.

**4 octobre** - Aux origines de l'astro - Conférence UPT

**8 octobre** à 20h30 - Soirée d'observation astronomique - Une occasion d'avoir la tête en l'air, les yeux rivés sur la voûte céleste.

## SOIRÉES ASTRONOMIES

- 8 octobre -

Les Draconides

- 5 novembre -

Jupiter et Saturne

- 22 avril -

Les Lyrides

- 20 mai -

Ciel Profond

- 29 juillet -

Nuit des étoiles

## SEMAINE DU LOGICIEL LIBRE

Pour ses 12 ans, la semaine du Logiciel Libre proposera divers ateliers permettant de découvrir comment devenir acteur des outils informatiques.

**19 au 23 avril 2022**

# 25 septembre | 20h30 | Blue Tomorrow

Des décibels. Une musique explosive. Pas de concession. C'est ça, Blue Tomorrow. D'un côté, un chant et des riffs de guitare empreints des influences Green Day ou Ramones. De l'autre, des passages solos aux airs de Nirvana, Metallica. Un jeu de basse tantôt cool, tantôt agressif. Un batteur à fond dans ses rythmiques punk-rock / hardcore. Un véritable et d'étonnant cocktail musical, électrisant, dynamique, accompagné d'une énergie scénique dangereusement contagieuse...

# 20 novembre | 20h30 | Sueño Nuevo

Ce duo de guitares, composé d'Eddy Rabilloud et Lionel Rasclé, tous deux professeurs de guitare au conservatoire de Saint-Chamond, vous propose un univers musical mélangeant la guitare bossa nova et flamenco mais aussi jazz et classique.

# 4 février | 20h30 | Une femme libre

Une femme libre, nous projette dans la vie de Louise, femme au foyer, femme au travail, femme politique. On se réveille avec Elle, et durant un instant anodin de son quotidien, on se retrouve pris dans la spirale infernale de ce que peut être une de ses journées banales, de la routine de l'enfermement moral et physique naissent ses prises de parole qui nous interrogent sur la place des femmes. A la recherche de son téléphone, la voilà dialoguant avec son enfant, lancée dans une escalade à rebours pour retrouver ce fichu combiné.

# ACTIONS

# 5 février | La scène coule à Saint-Chamond

L'atelier des mots vous invite sur le Pont Des Arts en compagnie de la poésie, musique, danse, peinture, chanson, photo, théâtre. Un besoin de partager nos émotions, mélangeons les arts.

# 12 mars | 20h30 | The Famous Band

Une formation inter générations : cinq musiciens et chanteurs passionnés par le blues, le rock, la country et en particulier la musique des années 60/70. Pour leur plaisir et le vôtre, ils reprennent les Beatles, Rolling Stones, Creedence Clearwater et bien d'autres...



26 mars | 20h30 | Arbres

L'arbre est un grand frère pour l'Homme. À la fois présence apaisante qui invite à la respiration dans une vie frénétique, il est aussi l'être épineux qui vient nous rappeler qu'il sera là après nous... Plantés sur scène, deux instruments boisés émergent d'une forêt dénudée. Clavecin et marimba se rencontrent, se répondent, échangent leurs sons et leur histoire avec douceur et virtuosité. Les arbres s'éclairent et se dévoilent, reflétant les couleurs des saisons et du temps qui passe. Surgissant de la musique et de la vidéo, un récitant invite les spectateurs à un voyage poétique et philosophique, entre humour et mélancolie, méditation à l'ombre des grands arbres et des petits arbustes disant les états d'âme de l'être au monde. Un chemin sensoriel de poèmes murmurés, criés, proclamés, bruités, où il sera question d'amour, de forêt, de souvenir, de cueillir le jour, de saisons, de la musique des mots... du XVIème siècle à nos jours. Chemin parfois caillouteux, mais toujours lumineux et tout de rythme, avec la volonté de parler à tous les âges.

# CULTURELLES

30 mars | 20h30 | Franck Lepage

La conférence gesticulée est une forme de spectacle qui mêle le théâtre et la conférence. C'est une prise de parole publique engagée dans une démarche d'Education Populaire. Elle cherche à apporter sur le ton de l'humour, des éléments de compréhension de la politique ou de la société tout en développant l'esprit critique des spectateurs. C'est un acte fondé sur l'envie de partager ce qu'on a compris, tel qu'on l'a compris, là où on l'a compris. Elle invite celles et ceux qui la reçoive à se poser la question de leur propre place dans le système capitaliste qui régit notre société.

7 mai | 20h30 | The Cocktail

THE COCKTAIL ! C'est 5 musiciens proposant un voyage musical très varié, rythmé, aux couleurs chaleureuses dans une dynamique envoûtante. Groupe de reprises, Reggae, Blues, Rock, d'artistes tels que Bernard Lavilliers, Serge Gainsbourg, Francis Cabrel, Bob Marley, The Doors, Simple Minds, Chris Réa et bien d'autres... Si vous n'avez jamais entendu « La Javanaise » version Bossa Nova, alors venez découvrir THE COCKTAIL !

21 mai | 20h30 | Shaan Mystic

Artiste chanteur et compositeur dancehall reggae du Sénégal. Une voix soul avec des beat sur mesure à découvrir.

Arbres  
Duo Clavecin & Marimba  
26 mars à 20h30  
MJC de St-Chamond  
Tarifs : 7€ adh / 10€ ext

26 mars à 20h30  
MJC de St-Chamond  
Tarifs : 7€ adh / 10€ ext

conférence gesticulée  
par Franck Lepage

Mercredi 30 mars  
20h30

Tarifs : 7€ adh / 10€ ext

MJC de St-Chamond

CONCERT

THE COCKTAIL

Samedi 7 mai à 20h30  
MJC de Saint-Chamond

Tarifs : 7€ adh / 10€ ext

SHAAAN MYSTIC  
MJC DE ST-CHAMOND

LE 25 MAI  
20H30

Un Label NECC pour un espace interassociatif partagé et mutualisé

Un Label NECC a été créé, à l'initiative de la MJC et de l'association Le Grain, permettant une dynamique de projet et de programmation dans une démarche d'éducation populaire et citoyenne favorisant le vivre ensemble et l'accès à la culture pour tous. Ce Nouvel Espace Culturel et Citoyen associe dans ses réflexions et actions d'autres structures partageant les mêmes valeurs et désireuses de travailler ensemble.

**FONJEP** cget  
Fonds de coopération  
de la jeunesse et de l'éducation populaire

Commissariat  
général  
à l'égalité  
des territoires  
DIRECTION DÉPARTEMENTALE  
DE LA COHÉSION  
SOCIALE  
DU LOIRE

SAINT-ÉTIENNE  
la métropole

La  
MJC  
du  
Loire

SAINT-CHAMOND  
LE DÉPARTEMENT

# NOUVEL ESPACE

## 1-10

### De la question sociale à la question raciale...

Aujourd'hui, la question raciale semble apporter un démenti aux discours qui se réclament de l'universalisme républicain ; mais elle ne permet pas davantage de représenter la société exclusivement en termes de classes.

## 22-10

### Le dogme de la pensée unique

Nous avons tous observé ce phénomène de mimétisme qui fait qu'à un instant donné, tous les médias, tous les chroniqueurs, et tous les hommes politiques pensent et disent exactement la même chose, s'intéressent aux mêmes événements, en proposant la même explication ?

## 19-11

### Crise de la COVID 19, le monde d'après...

Quelques semaines ont suffi pour que le Covid-19 provoque l'effondrement de l'économie mondiale, poussant les gouvernements à prendre des mesures extraordinaires de soutien aux entreprises en difficulté. Cette crise révèle les fragilités de notre monde, soumis à des risques globaux et croissants, qu'il s'agisse de pandémies ou d'événements liés à la destruction des écosystèmes et au dérèglement climatique.

## 17-12

### Les guerres ne seraient-elles qu'un outil de développement et de régulation économique ?

Les guerres ont surtout suscité l'intérêt d'historiens, de politologues, de sociologues ou de philosophes, mais très peu celui des économistes. Les manuels de sciences économiques n'abordent pratiquement jamais cette question pas plus que celle des dépenses militaires qui lui est liée.

## 21-01

### L'empathie une nouvelle compétence ou un objet marketing ?

Le terme d'empathie est apparu il y a peu dans le vocabulaire commun. Cette notion désigne à la fois l'attention portée à autrui, la capacité à compatir, à éprouver ses souffrances, à prôner la bienveillance et à coopérer. Depuis, elle est aussi utilisée dans le monde politique, à l'école, dans l'entreprise comme une valeur cardinale et une compétence professionnelle.

## 18-02

### Chine-Monde occidental, une nouvelle guerre froide ?

(Conférencier en cours de sollicitation)  
Depuis son ouverture au reste du monde à la fin des années 70, la Chine n'a plus cessé de susciter la curiosité des Occidentaux. Aujourd'hui, elle constitue l'un des acteurs principaux du commerce mondial et tout porte à croire, que cette importance va continuer à grandir dans les prochaines années. Quelle place veut prendre la Chine dans le monde aujourd'hui ?

**4-03****Ces aliments qui nous rendent malades**

(Conférence/Débat animé par M. Walid Abboud)  
De nos jours, nous sommes confrontés à travers le monde à une croissance du nombre de cancers, qui est d'après l'OMS la 2ème cause de décès dans le monde. Nous assistons également à une montée en flèche des maladies dites de civilisation (obésité, diabète, syndrome métabolique,...), d'intolérances et allergies alimentaires mais également de maladies inflammatoires chroniques, autant que d'autisme, d'hyperactivité et déficit d'attention chez les enfants mais aussi de dépressions et de burn-out.

**L'Iran** - (Conférence/Débat animé par M. Walid Abboud Professeur Agrégé de Physique et Docteur d'État ès Sciences, conférencier spécialiste de l'Histoire et de la géopolitique du Moyen Orient). Dans un moment de tension préoccupante entre l'Amérique de TRUMP et la République islamique d'Iran et dans un contexte de tension régionale où les antagonismes avec ce pays se font de plus en plus menaçant, il nous est apparu nécessaire d'organiser une conférence pour mieux connaître l'Iran, son peuple et son histoire. De la civilisation de l'Élam (région de la Perse antique) à la République Islamique. Du mazdéisme zoroastrien à l'Islam Chiite : Comment a évolué la Perse ? Quelles sont les constantes profondes de ce pays et de ses habitants ? Comment fonctionnent aujourd'hui les institutions iraniennes ?

**20-05****La police prédictive : entre science, administration et droit**

Conférence/Débat animé par M. Bilel Benbouzid, Maître de conférences en sociologie à l'Université Gustave Eiffel, Science, Innovation et Société)

Depuis le début des années 2000, les entreprises de matériel informatique et de solutions logicielles n'ont jamais été autant visibles dans le débat public. Elles apparaissent de plus en plus impliquées dans les décisions publiques en matière de sécurité urbaine. En tirant profit des technologies de l'information et de la communication (TIC) et des données massives qui leur sont associées, elles sont devenues des acteurs à part entière de la prévention de la délinquance. Les villes comptent plus que jamais sur les vendeurs de technologies numériques pour contrôler les territoires et les populations. M. Benbouzid propose de se pencher sur le contenu et les visées d'usages de ces technologies.

**19 AU 30-04****Mini - Rétrospective du cinéma italien des années 60 à 80**

Dans l'élan du néoréalisme, les années 60 marquent un renouveau du cinéma italien. Le cinéma d'auteur s'épanouit et se diversifie grâce à la cohabitation de plusieurs générations de réalisateurs parmi lesquels on peut citer : Rossellini, De Sica, Visconti, Fellini, Antonioni et Pasolini. Le cinéma politique émerge aussi grâce à des cinéastes comme Francesco Rosi, Elio Petri ou Marco Bellochio, qui puisent leur inspiration dans les désordres politiques et sociaux qui règnent alors en Italie. Parallèlement, les films de Pietro Germi, Dino Risi posent les bases de la comédie à l'italienne. La dérision, la satire et l'humour noir sont les meilleures armes de ce nouveau genre contre l'État, l'Eglise et les tabous qui empêchent la libéralisation des mœurs. Nous vous proposons de voir ou revoir ensemble dans le cadre de soirées conviviales une sélection de 6 chefs-d'oeuvre de l'âge d'or du cinéma italien : La strada de Frédéric Fellini, Affreux Sales et Méchants, Une journée particulière d'Ettore Scola, Les Monstres et Parfum de Femme de Dino Risi, Pain et Chocolat de Franco Busati.

**18-06**

Les ami.e.s du Grain Magique :  
40ème anniversaire

# CULTUREL & CITOYEN

## Batterie - Lieu MJC

A partir de 10 ans  
Enfants et adultes  
Mercredi 30 min individuel

250€ > 10/15 ans  
340€ > adultes

## Percussion - Lieu MJC

7/9 ans : Mercredi  
Atelier de 45 min

200€ > 7/9 ans

## Guitare - Lieu MJC & annexe

A partir de 7 ans  
Enfants et adultes : Mercredi  
20 min individuel ou 40 min en duo

200€ > 7/9 ans  
250€ > 10/15 ans  
340€ > adultes

## Piano - Lieu MJC

A partir de 7 ans  
Mercredi de 17h30 à 20h30  
Jeudi de 17h30 à 20h30  
Jours de cours à fixer en septembre  
Atelier individuel de 30 min  
Atelier duo de 45 min

Indiv > 340€  
Duo > 500€

## Ukulélé - Lieu MJC

A partir de 16 ans : 2 samedis par mois  
Partager, échanger, apprendre à chanter et à jouer du Ukulélé  
avec d'autres musiciens amateurs, débutants ou confirmés.

50€ > année / indiv  
60€ > année / famille

## Chant - Lieu MJC

A partir de 10 ans  
Lundi : Débutant de 18h à 19h | Moyen de 19h à 20h | Avancé de 20h à 21h  
Le travail de la voix se base, notamment, sur le souffle et le soutien du diaphragme...Elle doit permettre au chanteur d'avoir la pleine maîtrise de son instrument et de se concentrer sur l'interprétation (émotion et musicalité).

215€ > année

## Chorale - Lieu MJC

+ de 12 ans : Samedi de 9h30 à 12h30  
« Choraband » est un petit groupe afro-gospel.  
Nous chantons en anglais ou en africain. Il n'est pas nécessaire de connaître le solfège. Ambiance sympathique et détendue.  
Inscription sur audition.

50€ > année / indiv  
60€ > année / famille

ARTS &

# Arts plastiques

## Lieu ANNEXE MJC

160€ > année

Journée d'inscription  
vendredi 10 septembre à 18h

Enfants : Vendredi de 17h00 à 18h00 pour les 6/8 ans et 18h15 à 19h15 pour les + de 10 ans.  
Découverte des techniques et développement de la créativité. Accompagnement de chacun à son propre rythme

## Dessin/Peinture - Lieu ANNEXE MJC

Lundi de 18h30 à 20h30

Ateliers au service de la créativité personnelle au travers de différentes techniques :  
crayon, pastel, peinture...

280€ > ados/adultes

## Page ouverte - Lieu MJC

Samedi de 10h à 12h | 1 fois par mois

Un rendez-vous mensuel pour favoriser les rencontres et les échanges autour des livres. Animation de la boîte à livres, participer à l'écriture de Mon Journal Couramaud, animation de l'Atelier des Mots dans le cadre du Salon du Livre

## « Voix-tu moi les » - Lieu MJC

Samedi 9h à 12h | 1 fois par mois

Des lectrices, des lecteurs pour partager des textes. Lecture atelier à voix haute.

Animation du théâtre de la palette 1 fois par mois en compagnie de Gautier Machado comédien professionnel

## Théâtre - Lieu MJC

215€ > enfants

275€ > adultes

Bienvenue à l'atelier théâtre, venez vous découvrir sur les planches et apprendre les techniques du comédien : expression corporelle, voix, confiance, lâcher prise, esprit de troupe...

Du jeu, du plaisir et une belle aventure vous attendent !

Mercredi de 10h à 11h30 (8-11 ans) | Jeudi de 17h30 à 19h (12-16 ans) | de 19h à 21h (adultes)

## Langues

220€ > année > adultes

## Lieu MJC ou ANNEXE MJC

Espagnol

Mardi de 17h45 à 19h ou 19h à 20h15

Anglais

Du lundi au mercredi

# EXPRESSIONS

## T A R I F S DANSES

160€ > 1 cours / semaine / enfants/ados

200€ > 2 cours / semaine / enfants/ados

250€ > 1 cours / semaine / adultes

320€ > 2 cours / semaine / adultes

Certificat médical obligatoire

# Street Dance (Hip-Hop) - Lieu MJC

Groupe 1 => 6/8 ans : Mercredi de 14h à 15h

Groupe 2 => 8/11 ans : Mercredi de 15h à 16h30

Groupe 3 => 11 ans et + : Mercredi de 16h30 à 18h30

## DANSE

### world émotionnelle - Lieu MJC avec ou sans accessoires

Les mardis de 17h30 à 18h30 - 6/11 ans

Les mardis de 18h30 à 19h30 - 12/16 ans

Les mardis de 19h30 à 20h30 - + de 16 ans

ARTS &

## Modern'jazz - Lieu MJC

6/8 ans Mercredi de 14h à 15h

9/11 ans Mercredi de 15h à 16h

12/15 ans Mercredi de 16h à 17h30

Adultes Lundi de 19h30 à 21h

## Zumba - Lieu MJC

6/10 ans : Mardi de 17h à 18h

11/15 ans : Mardi de 18h à 19h

## Zumba Fitness - Lieu MJC

Adultes : Mardi de 19h à 20h30

# EXPRESSIONS

# PROGRAMMATION

# JEUNE PUBLIC

26 octobre | Dans la tête de Titou

Espace José Cuadros - MJC St-Chamond

Titou, un jeune garçon de 10 ans passe le plus clair de son temps dans sa chambre en compagnie de son compagnon Baluchon, un ours en peluche brun...

SPECTACLE DE 3 à 133 ANS.

16 février | Jacob le clown

Centre Social Lavieu

Horreur... Malheur... Jacob a perdu sa girafe Gégé en route, que va t-il faire ? Que va t-il se passer ? Autant de suspens et de rebondissement dans son ClownShow entre numéros de jonglage, musique, magie, sculpture sur ballons et jeux.

SPECTACLE INTER ACTIF DE 3 à 133 ANS.

19 avril | L'amour prend l'eau

Espace José Cuadros - MJC St-Chamond

Wanda nous embarque avec humour et émotion dans l'aventure des archétypes de l'Amour : La Passion et son cheval sauvage, L'Orgueil et son miroir. Chaque personnage incarne un concept mis à l'épreuve dans son histoire de vie.

Qui pourra sauver l'Amour ?

SPECTACLE DE 3 à 133 ANS.



Wanda & Ced Nkora présentent  
*L'amour prend l'eau*  
Spectacle jeune public en musique



# SC

Journée d'inscription mardi 14 septembre

50€ > année / indiv  
60€ > année > famille

Démarrage le 17 septembre

## Astro adultes

Vendredi à partir de 20h30  
Club dédié à l'observation si le temps est favorable.  
Sinon, en salle : exposés, ateliers, actualités,  
montage d'expositions et organisation des soirées  
grand public au programme.

Démarrage le 23 septembre

## Photoclub

Jeudi de 18h30 à 20h  
Ateliers pratiques, étude, post-traitement, prises de  
vue, composition de l'image et de la lumière,  
traitement numérique. Comment utiliser son propre  
matériel au maximum.  
Travaux sur thématiques et mini-cours en vue d'un  
projet de réalisations d'expositions.

50€ > année / indiv  
60€ > année > famille

## Oenologie

1ère séance le 10 novembre

6 dates de rendez-vous pour la dégustation de 6 à 8 vins,  
accompagnée d'un plat chaud et d'un repas partagé.  
Saint-Joseph, Minervois, grands vins...  
6 dates (calendrier à définir)  
Par groupes de 12 participants

140€ > 6 stages

Démarrage le 23 septembre

## Club patchwork - Travaux d'aiguilles

Jeudi de 14h à 16h30  
(calendrier à définir)  
Echange de pratiques et de techniques.

50€ > année / indiv  
60€ > année > famille

## Coupe et couture

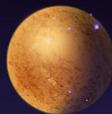
Mercredi matin (3h30) Jeudi après-midi (4h), 22 cours.  
Plusieurs stages dans l'année pour des réalisations  
formatrices et spécifiques (sur demande).

400€ > 88 heures  
350€ > 77 heures

Démarrage le 16 septembre

# NC

# IE



50€ > année / indiv  
60€ > année > famille



## Astro enfants

Mercredi de 17h à 18h30  
Sous forme d'ateliers encadrés et de  
projets. Les planètes, les étoiles, les  
constellations et autres objets célestes...  
pour comprendre notre univers.

Démarrage le 22 septembre



# ES

# TEC

# HNI

Journée d'inscription mardi 14 septembre

Démarrage le 21 septembre

## Initiation

100€ > 20 heures

200€ > 40 heures

Mardi après-midi de 14h à 15h15

S'approprier les connaissances de base jusqu'à l'autonomie.

## Perfectionnement

Mardi après-midi de 15h30 à 16h45

Pour approfondir ses connaissances.

Installation, sauvegarde, sécurisation...

Démarrage le 25 septembre

## Geek club

(Hackerspace - Fablab)

Samedi de 14h à 17h

Projets de groupe autour de l'électronique, de la programmation et des logiciels libres.

50€ > année / indiv

60€ > année > famille

## Club info ados

50€ > année

Mercredi de 14h30 à 16h30

Pratiques et projets informatiques encadrés :

jeux en réseaux, bidouiller et réparer des ordinateurs.

Démarrage le 21 septembre

## Club info adultes

50€ > année / indiv

60€ > année > famille

Mardi de 18h à 20h

Échange et partage de connaissances pour les personnes cherchant à améliorer leurs utilisations à travers des projets collectifs.

# &

## Stages

Suivant demandes :

tablettes, bureautique, dématérialisation, gestion contenu, site Internet, etc..



**LE CLOUD : 24 SEPTEMBRE**

Démarrage le 25 septembre

## Jeux de Rôle

Entrez dans le jeu

Incarnez le héros de votre choix dans différents univers de la littérature médiéval fantastique, d'horreur ou de contes modernes. Parcourez les intrigues, partagez vos compétences et formez une équipe de choc au travers de missions et de quêtes. Ce club a pour objectif de réunir joueurs et meneurs de jeu débutants ou confirmés.

Ados / Adultes - Les 1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> samedis de chaque mois de 14h à 17h

## Échecs

Avec le club des échecs de Saint-Chamond, découvrez le Roi des jeux. Développez vos capacités de concentration et de réflexion par la pratique. Les mercredis de 14h30 à 15h30

12 personnes max

50€ > année / indiv

60€ > année > famille

Démarrage le 22 septembre

# QUES

# Pilates - Lieu MJC

Lundi de 9h à 10h / 10h à 11h / 18h à 19h / 19h à 20h

16 ans et + : Mardi de 12h15 à 13h15

16 ans et + : Jeudi de 12h15 à 13h15

230€ > adultes > lundi (12 élèves maxi)

200€ > 1 cours / + 18 ans

300€ > 2 cours / + 18 ans

## TARIFS SPORTS

160€ > 1 cours / - 18 ans

200€ > 2 cours / - 18 ans

200€ adultes

# Parcours motricité

Lieu DOJO SAINT-JULIEN

4/5 ans : Mercredi de 14h à 15h

# Judo Jujitsu - Lieu DOJO MJC

5 ans (grande section) : Mardi de 17h à 18h

6/7 ans (cp/ce1) : Mardi de 18h à 19h / Mercredi de 14h à 15h

8/9 ans (ce2/cm1) : Lundi de 17h à 18h / Mercredi de 15h à 16h

10/11 ans (cm2/6<sup>ème</sup>) : Lundi de 18h à 19h / Mercredi de 16h à 17h

12 ans et + : Lundi de 19h à 20h15 / Mercredi de 17h30 à 19h

Jujitsu (self défense) à partir de 15 ans : Mercredi de 19h à 20h30

200€ > 1 cours

300€ > 2 cours

# Yoga - Lieu DOJO MJC

16 ans et +

Pour les cours :

Ashtanga Yoga dynamique : Jeudi de 12h15 à 13h15

Hatha Yoga dynamique : Jeudi de 18h15 à 19h15 ou 19h30 à 20h30

# Gymnastique douce - Lieu DOJO MJC

Stretching, renforcement musculaire, relaxation.

Adultes : Lundi de 18h15 à 19h30

Adultes : Jeudi de 10h à 11h15

Reprise lundi 4 octobre avec Abel

Reprise jeudi 16 septembre avec Monique

# SPORTS &

# Sophrologie - Lieu DOJO MJC

200€ > 1 cours / + 18 ans

160€ > 1 cours / - 18 ans

6/15 ans : Mardi de 17h45 à 18h45

16 ans et + : Mardi de 18h45 à 19h45

# Karaté - Lieu DOJO SAINT-JULIEN

6/8 ans : Mercredi de 15h à 16h

9/11 ans : Mercredi de 16h à 17h

2<sup>ème</sup> cours compétiteurs : Vendredi de 18h à 19h30



T A R I F S S P O R T S  
160€ > 1 cours / - 18 ans  
200€ > 2 cours / - 18 ans  
200€ adultes

# kick boxing Muay thai

Démarrage début octobre

Lieu et dates à définir  
Sous forme de stages

## Tai Chi - Qi Gong - Nei Gong

Lieu **DOJO MJC**

14 ans et + : Vendredi de 18h15 à 19h15

## Full contact

Reprise lundi 4 octobre

adultes 16 ans et + : Lundi de 18h30 à 20h30

**DOJO SAINT-JULIEN**

Enfants 6/11 ans : Mercredi de 15h30 à 16h30 Ados 12/15 ans : Mercredi de 16h30 à 17h30

**DOJO SAINT-JULIEN**

Adultes 16 et + : Mercredi de 18h30 à 20h30

**GYMNASE SAINTE-MARIE**

6-11 ans : Samedi de 9h30 à 10h30 12/15 ans : Samedi de 10h30 à 11h30

**DOJO SAINT-JULIEN**

## Capoeira

Lieu **MJC**

4/6ans : Mercredi de 10h15 à 11h

7/12 ans : Mercredi de 11h à 12h

## Circuit training

**DOJO SAINT-JULIEN**

Lundi de 19h45 à 21h Vendredi de 19h30 à 21h

## Aïkido

Lieu **DOJO MJC**

14 ans et + : Vendredi de 19h15 à 20h45

## Karaté défense

Lieu **DOJO COUBERTIN**

Mardi de 19h30 à 21h

L'étude de mouvements simples ou d'enchaînements techniques de percussions, pour permettre à chacune une meilleure gestion du stress et ainsi faire face à une situation difficile, en apportant une réponse adaptée.





*L'Heure des Mets*  
**RESTAURANT**  
 4 Avenue de la Libération - 42400 Saint-Chamond  
 Tél: 04 77 31 86 82  
 www.lheuredesmets.fr

*Les gourmandi'*  
**TRAITEUR**



38 Rue Victor Hugo, 42400 Saint-Chamond  
 Tel : 04 77 19 97 08

Ouvert le midi  
 Lundi | Jeudi | Vendredi | Samedi | Dimanche  
 Ouvert le soir  
 Du lundi au samedi

*Restaurant Chez Tonton*

*Sur place  
 ou  
 à emporter*



3, avenue de la libération  
 42400 SAINT CHAMOND  
 04 77 22 82 85



*le matériel pour tous les sports de combat*

Arts Martiaux Lyonnais  
 18 rue d'Austerlitz 69004 LYON  
 Tel : 04 78 39 60 60  
 Mail : artsmartiauxlyonnais@wanadoo.fr  
 Web : www.artsmartiaux-lyon.com

**PARTENAIRES**



La Coordination  
 Culturelle



ETROUVEZ NOUS SUR FACEBOOK

ENSEIGNEMENTS : MJC - 2A AVENUE DE LA LIBÉRATION - 04 77 31 71 15