

ÉDITO

Nous sommes contents de vous retrouver !

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

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

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

Des Communes d'Antigny, Nalliers, Saint-Germain et Saint-Savin
De la Communauté de Communes Vienne et Gartempe
De la Caisse d'Allocations Familiales de la Vienne
De la Mutualité Sociale Agricole Sevres-Vienne
Du Conseil Départemental de la Vienne
De la Région Nouvelle-Aquitaine
Du Service Départemental à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports

LES MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

M. Emmanuel BRIAND	M. Gérard LAVERGNE	Mme Alexia PIOT
Mme Marion BRUXELLE	Mme Angélique LEFEUVRE	Mme Paola PIOT
Mme Chérifa COTTALORDA	Mme Dolores MAITRE	Mme Véronique REMONDIÈRE
Mme Pascale DAGONAT	M. Ludovic MORIN	Mme Claire TAILLANDIER
Mme Emilie DUTARTRE	Mme Céline MUNIER	

L'ÉQUIPE PROFESSIONNELLE

Stéphanie PEROCHON, directrice
Angéline HERPIN, assistante-compta-gestion
Pauline ROUGERIE et Bergamote MERLIN, animatrices et responsables enfance
Charlotte GUILBAUD, animatrice et responsable jeunesse
Thomas CHAGNON, animateur socioculturel
Patricia GUYONNET, agent de service
Et des animateurs saisonniers, assistants d'inclusion, techniciens d'activités, prestataires de services, stagiaires...

DEVENIR BÉNÉVOLE

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

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

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

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

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

INFORMATIONS PRATIQUES

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

Animation Enfance : 07.83.32.11.41 -> enfance@mjcvam.fr
Animation Jeunesse : 06.25.43.26.17 -> jeunesse@mjcvam.fr
Accueil : 09.51.95.27.09 -> accueil@mjcvam.fr
Coordination générale : 07.50.20.64.65

Informations sur notre site : www.mjcvam.fr

TARIF DES ACTIVITÉS EN FONCTION DES REVENUS

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

Moyens de paiements : Chèque, chèque vacances, chèque dédic pour les élèves de 3^{ème}, espèces.

⚠️ ACTIONS SOUMISES À LA RÉGLEMENTATION SANITAIRE EN VIGUEUR

**ANIMATIONS
CULTURES
LOISIRS
TERRITOIRE**

SAISON #2021-2022

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

MJC
PRÉFET DE LA VIENNE
VIENNE & GARTEMPE
ALLOCATION FAMILIALE
CaF
la vienne
Mairie de NALLIERS
Mairie de SAINT-GERMAIN 86

ACTIVITÉS

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



▼ ATELIER TECHNIQUE NIA

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

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

Avec qui : Nadine Chadefaux

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

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

Où : au dojo à Saint-Savin

Combien : tarif B

▼ ATELIERS ENFANTS-PARENTS MULTI ACTIVITÉS PHYSIQUES

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

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

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

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

Où : à la MJC VAM

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

▼ CLUB ACTIVITÉS DE PLEINE NATURE BULLE D'AIR

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

Pour Qui : les jeunes dès 13 ans et les adultes

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

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

Où : à la MJC VAM

Combien : Tarif B pour le trimestre.

▼ DANSE POP'

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

Où : à la MJC VAM

Avec Qui : Danse avec Lori

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

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

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

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

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

▼ DANSE TRAD'

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

Pour Qui : toutes et tous

Avec Qui : Martine Dubreuil

Où : la salle des Fêtes de Nalliers

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

PREMIÈRES SÉANCES LES JEUDIS 23 SEPTEMBRE ET 21 OCTOBRE

Combien : tarif A pour l'année

▼ QI-GONG, MÉDITATION, ATELIERS YOGA DU RIRE :

Quoi :

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

Ateliers méditation : les mardis de 13 h à 14 h

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

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

Avec Qui : Christelle Vilette

Où : à la MJC VAM

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

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

▼ YOGA

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

Où : à la MJC VAM

Avec Qui : Stéphanie Di Peri

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

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

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

Combien : tarif D

▼ ATELIER MUSICAL, POUR TOUTES ET TOUS :

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

Où : à la MJC VAM

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

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

Combien : Tarif B

▼ ATELIER MODELAGE ET SCULPTURE CÉRAMIQUE

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

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

Où : à la MJC VAM

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

Combien : tarif à la séance

▼ LA MJC VAM C'EST AUSSI

LES ACCUEILS DE LOISIRS PÉRISCOLAIRES

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

LES ACCUEILS DE LOISIRS EXTRASCOLAIRES

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

▼ RENDEZ-VOUS CULTURELS

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

DES ACTIONS FAMILLES

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

DES OREILLES À L'ÉCOUTE

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