

La MJC Centre Social Nini Chaize est une association d'Éducation Populaire.

A ce titre, elle défend des valeurs et des principes :

- Faciliter l'accès à l'éducation pour tous
- Favoriser la culture de tous et par tous
- Lutter contre toute forme d'exclusion ou de marginalisation en militant pour des valeurs de solidarité, en fondant ses actions sur le partage, la transmission des connaissances, des savoirs
- Encourager et développer les pratiques citoyennes, l'innovation sociale pour permettre l'exercice quotidien de la démocratie
- Accompagner des projets collectifs de jeunes et d'adultes
- Contribuer au développement social et culturel du territoire

La MJC Centre Social vous accueille les

Lundi 13h30 - 17h30

Mardi 13h30 - 17h30

Mercredi 9h30 - 12h30 et 13h30 - 18h30

Jeudi 13h30 - 17h30

Vendredi 9h30 - 12h30 et 13h30 - 17h30

MJC CENTRE SOCIAL NINI CHAIZE

6 rue Gustave Gresse
26400 AOUSTE SUR SYE

Tél : 04 75 25 14 20

Courriel : accueil@mjcnicinichaize.org

Site internet : www.mjcnicinichaize.org



conception et réalisation graphique : Natacha FAILLET / Imprimerie du Crestois

LA MJC-Centre Social c'est aussi :

Le secteur famille-adulte : un espace d'accueil, des accompagnements à la parentalité, des ateliers «de la terre à l'assiette», des animations culturelles et ludiques hors les murs, et des actions au quartier Fontagnal.

Le secteur jeunes propose tout au long de l'année de multiples espaces et aventures, dans lesquelles les jeunes de 11 à 25 ans sont les bienvenu-e-s : chantiers loisirs, accompagnements de projets, activités de pleine nature, projections, information jeunesse, centre de loisirs 11-14 ans, mini-camps, séjours, etc...

N'hésitez pas à nous rendre visite au Bocal Jeunes à Aouste-s/Sye ou à l'Atelier Jeunes à Saillans.

Le secteur enfance : c'est un centre de loisirs 3-6 ans et 6-11 ans les mercredis en période scolaire, et tous les jours pour les 6-11 ans pendant les vacances scolaires (sauf mois d'août et fin d'année), une garderie périscolaire ainsi que l'accompagnement des temps méridiens au RPI Mirabel-Piégros.

Et une ribambelle d'autres actions dont certaines sont initiées et organisées par des collectifs de bénévoles : des accompagnements numériques (CAF, recherches d'emploi, etc...), des petits déjeuners partenaires, des cinés casse-croûte, des jardins partagés et des composteurs citoyens, une mise à disposition de vélo-cargos et de salles d'activités, des spectacles de la Comédie de Valence, des événements culturels...

FONCTIONNEMENT

La MJC Centre Social Nini Chaize a à cœur de pouvoir proposer une large gamme d'activités socioculturelles ouvertes et accessibles à toutes et tous. Dans cet esprit, l'association propose 5 tranches de quotient familial afin de moduler plus largement les tarifs. Aucun financement n'étant perçu par la MJC-Centre Social pour ces activités, les recettes doivent couvrir l'ensemble des frais.

L'inscription se fait auprès de la MJC Centre Social Nini Chaize aux horaires d'ouverture habituels (réouverture à partir du vendredi 27 août 2021).

Le forum des activités de la MJC CS aura lieu le 4 septembre 2021 de 9h30 à 13h à la MJC CS Nini Chaize.

Les activités débutent la semaine du 13 septembre 2021, et se terminent la semaine du 13 juin 2022.

- Possibilité de faire un cours d'essai entre le 13 et le 24 sept. 2021
- Les inscriptions et le règlement devront être à jour avant le 01 octobre 2021

En fonction du nombre de participants, les cours pourront être regroupés ou annulés.

Pensez à vous munir :

- de votre n° d'allocataire et de votre quotient familial (CAF ou MSA)
- d'un certificat médical de non contre-indication pour **TOUTES** les activités **PHYSIQUES**

La MJC Centre Social Nini Chaize se décharge de toute responsabilité en cas de propositions supplémentaires à ce qui est proposé sur cette plaquette par les intervenants en direction des adhérents de la MJC CS

LES TARIFS

L'adhésion à l'association

est nécessaire pour pratiquer une activité :

	QUOTIENT FAMILIAL				
	0 à 300	301 à 500	501 à 770	771 à 999	+ de 1000
individuelle adulte	10 €	12 €	13 €	14 €	16 €
famille (à partir de 3 individus)	16 €	18 €	20 €	21 €	24 €

Individuelle enfant/jeunes (jusqu'à 25 ans) : 5 €
Pour les bénéficiaires des minimas sociaux : 5 €

Nos tarifs d'activités

POSSIBILITE D'ENCAISSEMENT AU TRIMESTRE

Pour les habitants d'Aouste-sur-Sye dont le quotient familial est faible, le CCAS propose une participation financière. Contacter l'accueil de la mairie.

		QUOTIENT FAMILIAL A L'INSCRIPTION				
		0 à 300	301 à 500	501 à 770	771 à 999	+ de 1000
Moins de 18 ans	1h	82 €	103 €	118 €	133 €	137 €
	1h30	123 €	154 €	177 €	199 €	206 €
Plus de 18 ans	1h	101 €	126 €	144 €	163 €	168 €
	1h30	151 €	189 €	217 €	244 €	252 €
	2h	201 €	252 €	289 €	326 €	336 €

Une réduction de 30 € est appliquée sur la 2ème activité pratiquée par un même adulte.

Une réduction de 15 € est appliquée sur la 2ème activité pratiquée par un même enfant.

Une réduction de 15 € est appliquée pour l'inscription du 2ème, 3ème, ... enfant d'une même famille.

Pour les règlements,

- Sont acceptés : les chèques vacances, les chèques ANCV, les forfaits loisirs des bons CAF, les CESU.
- possibilité de payer en trois fois (chèques retirés chaque trimestre, en fonction des contraintes sanitaires).

Le remboursement des activités socioculturelles se fait au prorata des séances effectuées, **uniquement dans les circonstances suivantes** :

- en cas de suppression de l'activité
- en cas de problème de santé, sur présentation d'un certificat médical
- en cas de déménagement
- en cas de conditions sanitaires rendant impossible la pratique de l'activité en présentiel ou distanciel, un remboursement sera effectué en fin de saison au prorata du nombre de séances qui n'auront pas pu être proposées par l'intervenant.

MJC
Centre Social
NINI CHAIZE



SAISON
2021
2022

FORUM DES ASSOCIATIONS

LE 04 SEPT. 2021

DE 9H30 À 13H À LA MJC CS

ENFANTS

Atelier de bande dessinée - Martin SZTAJMAN NEW

Grâce à des exercices ludiques les enfants seront amenés à inventer des bandes dessinées de différentes formes.

MJC CS Nini Chaize salle Nini Chaize, Aouste / Sye

à partir de 6 ans Mercredi 15h15 - 16h45

Batucada - Philippe BOYER

Atelier de percussions brésiliennes. Découverte des sons, des instruments, des rythmes, du jeu en groupe.

MJC CS Nini Chaize salle Gaston Buis, Aouste / Sye

Enfants Mercredi 10h45 - 11h45

Cirque - Marina FELIX

Approche ludique des arts du cirque favorisant l'éveil corporel et la créativité.

Salle MPT, Mirabel et Blacons

6 - 12 ans Mercredi 14h - 15h30

4 - 6 ans Mercredi 15h45 - 16h45

Danse classique - Pascale GILLE NEW

Une approche de la danse rigoureuse et sensible qui prend soin de l'anatomie de l'enfant ainsi que de son épanouissement.

Dojo du gymnase Rif de Blanc, Piègros-la-Clastre

à partir de 6 ans Mercredi 14h - 15h

Mouv'Mômes - Pascale GILLE

Initiation à la danse contemporaine et à l'improvisation.

Dojo du gymnase Rif de Blanc, Piègros-la-Clastre

6 - 11 ans Mercredi 15h - 16h

3 - 5 ans Mercredi 16h - 17h

Orchestre d'enfants - Cécile STOCCHETTI

Adapté pour les enfants jouant déjà d'un instrument aussi bien que pour les enfants n'ayant pas encore commencé la musique.

MJC CS Nini Chaize salle Gaston Buis, Aouste / Sye

6 - 11 ans Mercredi 9h - 10h30

Sophrologie - Chrystel GUIER NEW

Un espace ludique pour apprivoiser le corps, les émotions et avoir confiance en soi.

MJC CS Nini Chaize salle Gaston Buis, Aouste / Sye

Enfants Jeudi 17h15 - 18h15

Théâtre d'impro : Impro Kids - Bérangère MATTON

Un grand moment de jeu sous le signe de l'écoute, de l'acceptation et de la réactivité!

MJC CS Nini Chaize salle Gaston Buis, Aouste / Sye

8 - 12 ans Mercredi 14h - 15h30

ADOS

Atelier de bande dessinée - Martin SZTAJMAN NEW

Grâce à des exercices ludiques les enfants seront amenés à inventer des bandes dessinées de différentes formes.

MJC CS Nini Chaize salle Nini Chaize, Aouste / Sye

Ados Mercredi 15h15 - 16h45

Danse classique - Pascale GILLE NEW

Une approche de la danse rigoureuse et sensible qui prend soin de l'anatomie de l'enfant ainsi que de son épanouissement.

Dojo du gymnase Rif de Blanc, Piègros-la-Clastre

jusqu'à 16 ans Mercredi 14h00 - 15h

Théâtre - Adeline FRANCIN NEW

Exploration du travail et de la conscience du corps, des émotions, de la voix, des images, mais aussi de la relation à l'autre, au groupe, en confiance.

MJC CS Nini Chaize salle Gaston Buis, Aouste / Sye

11 - 16 ans Mercredi 17h30 - 19h

Théâtre d'impro : Impro Ados - Bérangère MATTON

Venez inventer, partager et rire ensemble ! Let's Impro !

MJC CS Nini Chaize salle Gaston Buis, Aouste / Sye

Impro Ados 13 - 16 ans Mercredi 15h30 - 17h

ADOS / ADULTES

Arabe - Moufid MESSAOUD

Animation de l'apprentissage de la langue arabe littéraire et dialectale et discussion autour de thèmes culturels.

MJC CS Nini Chaize salle Nini Chaize - Aouste / Sye

Ados/Adultes Samedi 10h - 11h30

Darbatook, batucada orientale - Guillaume STORCHI

Ensemble de percussions du monde Arabe, pour jouer les polyrythmies les plus endiablées du Maghreb au Moyen-Orient. Ouvert aux musiciens comme aux curieux de rythmes.

MJC CS Nini Chaize salle Gaston Buis, Aouste / Sye

Adultes Lundi 12h - 14h

Futsal - Tarif 6 € - Mickaël LUBAC

Football amateur en salle sur terrain de Handball, jeu en 5 contre 5 de niveau amateur privilégiant la bonne ambiance et les actions collectives.

Gymnase Rif de Blanc, Piègros-la-Clastre

Ados/Adultes Mercredi 18h30 - 20h30

Gym tonique - Hélène VALLA

Travail cardio respiratoire et renforcement musculaire pour entretenir et améliorer ses capacités physiques. Travail en musique.

MJC CS Nini Chaize salle Gaston Buis, Aouste / Sye

Ados/Adultes Mardi 18h - 19h

ADOS / ADULTES

Couture - Marie-Paule RIOU

Tu rêves de réaliser toi même tes vêtements et tu es débutant-e ? Tu es déjà couturier-e et tu aimes échanger tes savoirs ? Viens partager tes envies et idées de couture avec Marie.

MJC CS Nini Chaize salle Nini Chaize - Aouste / Sye

Ados/Adultes Lundi 9h30 - 11h30

Ados/Adultes Lundi 18h30 - 20h30

Pilates

Le Pilates permet de renforcer les muscles profonds et stabilisateurs afin d'optimiser leur utilisation et d'améliorer les alignements corporels et l'équilibre.

MJC CS Nini Chaize salle Gaston Buis, Aouste / Sye - Audrey BADOIS

Pilates 1 Mardi 12h15 - 13h15

MJC CS Nini Chaize salle Gaston Buis, Aouste / Sye - Hélène VALLA

Pilates 1 Mardi 20h10 - 21h10

Pilates 2 Mardi 19h05 - 20h05

MJC CS Nini Chaize salle G. Buis, Aouste / Sye - Emmeline MARLHENS

Pilates 1 Lundi 19h - 20h

Pilates 2 Lundi 18h - 19h

Sophrologie - Chrystel GUIER

Méthode qui accorde une place privilégiée au corps et aux sensations, qui permet un apaisement du stress et renforce la confiance en soi.

MJC CS Nini Chaize salle Gaston Buis, Aouste / Sye

Ados/adultes Jeudi 18h30 - 19h30

Stretching - Audrey BADOIS

Séance axée sur l'étirement des muscles et un travail de souplesse en favorisant un bon confort articulaire.

MJC CS Nini Chaize salle Gaston Buis, Aouste / Sye

Ados/Adultes Mardi 11h - 12h

Yoga (Hatha/Vinyasa) - Sara BHASIN

Une approche du yoga variant énergie du mouvement, douceur, bonne humeur et puissance de la lenteur. Le tout allié à la respiration pour mieux ressentir l'intensité physique et mentale de la pratique.

Dojo du gymnase Rif de Blanc, Piègros-la-Clastre

Ados/Adultes Mardi 18h - 19h30

ADULTES

Anglais - Ryan HOLMES

Des cours ludiques, pour tous les niveaux, dans une atmosphère décontractée.

MJC CS Nini Chaize salle Nini Chaize, Aouste / Sye

Adultes Mardi 18h30 - 20h

Atelier de dessin - peinture - Pauline TROTTEREAU

Vous souhaitez explorer ou peaufiner la pratique de la peinture et du dessin dans une ambiance conviviale, venez découvrir dans cet atelier les bases du dessin et diverses techniques picturales.

MJC CS Nini Chaize salle Nini Chaize, Aouste / Sye

Adultes Lundi 16h30 - 18h

ADULTES

Atelier de généalogie - Tarif : adhésion seule

Marie-Thérèse MASSICOT

Venez enquêter sur vos ancêtres et apprendre à construire votre arbre généalogique.

MJC CS Nini Chaize salle Numérique - Aouste / Sye

Adultes Jeudi 9h - 12h

MOUV. LAB - Pascale GILLE

Mouv.lab est un laboratoire autour de la danse improvisée qui s'inscrit dans le courant de la Post modern dance.

Gymnase, Aouste/Sye

Adultes Lundi 18h - 20h

Théâtre - Adeline FRANCIN NEW

Exploration du travail et de la conscience du corps, des émotions, de la voix, des images, mais aussi de la relation à l'autre, au groupe, en confiance.

MJC CS Nini Chaize salle Gaston Buis, Aouste / Sye

Adultes mercredi 19h - 20h30

Atelier d'improvisation théâtrale - Bérangère MATTON

L'écoute, l'acceptation et la réactivité seront au coeur de cet atelier d'impro, dans un cadre bienveillant où le maître mot est le plaisir du partage et du lâcher prise.

Centre Rural d'Animation, Piègros-la-Clastre

Adultes Mardi 18h30 - 20h30

ADULTES / SÉNIORS

Danse Lindy Hop - Hong-Giao NGUYEN NEW

Ce cours est adapté pour celles et ceux qui souhaitent prendre le temps d'apprendre à danser et improviser sur la musique jazz swing, seul ou en duo (Lindy Hop, Charleston, ...).

MJC CS Nini Chaize salle Gaston Buis, Aouste / Sye

Débutants Lundi 16h - 17h30

Initiation et formation au Reiki - Laurent DALLONGEVILLE

Art japonais d'harmonisation du corps et de l'esprit - Développement personnel, méditation, initiation et pratique sur soi et sur l'autre.

MJC CS Nini Chaize salle Gaston Buis - Aouste / Sye

Adultes Jeudi 19h45 - 21h45

Initiation et perfectionnement à l'outil informatique - Arnaud BELONOSCHKIN

Comprenez les fondamentaux de l'informatique moderne en toute simplicité ! Les bases, clavier/souris, Windows, mailing, bureautique (Word, Excel, PowerPoint), internet, multimédia, matériel et réseaux) - Support de cours de 380 pages.

MJC CS Nini Chaize salle Numérique - Aouste / Sye

Adultes Mardi 9h30 - 11h30

Yoga sur chaise - Sara BHASIN NEW

Cette pratique adaptée à chacun.e mobilise en douceur les muscles et articulations pour entretenir son corps et sa respiration. Relaxation et bonne humeur pour se mettre en mouvement et accueillir chacun.e là où il.elle en est.

MJC CS Nini Chaize salle Nini Chaize - Aouste / Sye

Adultes Jeudi 11h - 12h