

# MJC MONTCHAT

Saison 25-26



MJC  
MONTCHAT  
LYON 3<sup>EME</sup>

# SOMMAIRE

- p. 2 Infos pratiques
- p. 3 Édito
- p. 4 Une MJC pour tous·tes
- p. 5 Animations et événements
- p. 6 Action culturelle et programmation
- p. 8 Une MJC écologique et solidaire
- p. 9 Le jeu
- p. 10 Enfance, jeunesse, famille
  - p. 11 3-11 ans, vive le péroisco et les mercredis aprem'
  - p. 12 4-13 ans, c'est les vacances !
  - p. 13 11-25 ans, à la sortie des cours
  - p. 14 11-25 ans, des projets toute l'année
  - p. 15 13-17 ans, les vacances côté jeunesse
- p.16 Les activités
  - p. 16 Modalités d'inscriptions
  - p. 17 Nouvelles activités
  - P. 18 Enfants et jeunes (3-16 ans)
  - p. 20 Adultes (16 ans et +)
  - p. 23 Activités ponctuelles et stages



# INFOS PRATIQUES

## Horaires

### Accueil et standard

- Lundi 14h-19h
- Mardi 14h-19h
- Mercredi 9h-12h | 14h-19h
- Jeudi 14h-19h
- Vendredi 14h-19h
- Samedi 9h-12h

### Pendant les vacances scolaires

du lundi au vendredi (14h-18h)  
et le mercredi (9h-12h)

### Fermeture annuelle de la MJC

Les deux premières semaines d'août

## Pour nous suivre

**Site** : [www.mjcmontchat.org](http://www.mjcmontchat.org)

**Facebook** : MJC Montchat

**Instagram** : mjc\_montchat

## Pour venir nous voir

### MJC Montchat & Salle Barbara

Espace Elsa Triolet  
53, rue Charles Richard  
69003 Lyon

### En tram

T3 | arrêt Reconnaissance-Balzac

### En bus

C26 ou 25 | arrêt Charles Richard

### En Velov'

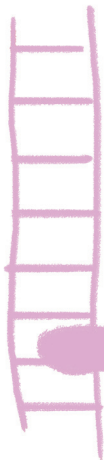
Station Place du Château

## Pour nous contacter

**Tél.** : 04 78 54 00 78

Durant les horaires  
d'ouverture de l'accueil

**Mail** : [accueil@mjcmontchat.org](mailto:accueil@mjcmontchat.org)



**Cher·ères adhérent·es, partenaires, habitant·es, curieux·ses,**

La MJC Montchat s'appuie sur trois piliers essentiels : Maison, Jeunesses, Culture, qui définissent notre identité et donnent vie à notre action au quotidien.

La Maison est avant tout un lieu d'accueil, de respect et de partage, où chacun·e peut se sentir reconnu·e et protégé·e. C'est aussi un foyer d'éducation populaire, ouvert à toutes et tous, où se tissent des liens forts entre générations et cultures. Notre maison est un refuge, grâce à des dispositifs tels qu'Angela\*, un espace d'inspiration notamment dans les démarches environnementales et sociales, et un lieu de vie pleinement intégré à son quartier.

Les Jeunesses sont au cœur de notre mission : nous accompagnons enfants, adolescent·es et jeunes adultes dans leur épanouissement, leur expression et leur engagement. Notre Espace Jeunes, ainsi que les temps périscolaires et les vacances, offrent des espaces d'initiative et de citoyenneté, portés chaque jour par des professionnel·les dévoué·es.

La Culture irrigue notre maison, avec une programmation riche et accessible, un soutien fort à la création artistique et une valorisation de la pratique amateur. À la MJC Montchat, la culture est un véritable levier d'émancipation et de lien social.

Si la MJC s'appuie avant tout sur l'expertise et l'investissement quotidien d'une équipe salariée robuste et motivée, l'implication de nos bénévoles demeure précieuse et essentielle.

À la MJC Montchat, le bénévolat se vit à la hauteur de ce que chacun·e peut et souhaite offrir, dans le respect des disponibilités et des envies.

Qu'il s'agisse d'une action ponctuelle ou irrégulière comme d'un investissement plus durable en tant que correspondant·e d'activité, au sein du conseil d'administration, ou auprès des équipes, chaque contribution compte et fait une réelle différence.

C'est cette diversité des engagements, combinée à la richesse des compétences et des énergies, qui nourrit et dynamise notre maison.

À toutes et tous, je vous invite à rejoindre cette belle aventure. Ensemble, salarié·es, bénévoles, adhérent·es et partenaires, continuons à faire de la MJC Montchat un lieu de solidarité et de création, au service de notre territoire.

Avec toute ma reconnaissance,

**Ninon VOUTAY, Présidente**

*\*Angela : <https://arretonslesviolences.gouv.fr/focus/plan-angela>*

# UNE MJC POUR TOUS·TES



La MJC Montchat a pour vocation d'être ouverte à tous·tes !  
Pour répondre à cet objectif l'association agit pour favoriser :

La diversité des  
projets et animations

L'aménagement des  
modalités d'accueil des publics  
des accueils de loisirs, des  
publics jeunes, des activités et  
animations, des habitant·es

L'organisation  
d'animations et  
d'événements culturels  
avec et pour tous·tes

Une politique tarifaire  
qui prend en compte  
le revenu des familles

L'accessibilité  
des locaux

Le développement  
de partenariats avec les  
associations locales

## ÊTRE ADHÉRENT·E À LA MJC

C'est adhérer à son projet associatif et l'accompagner dans ses engagements. L'adhésion est annuelle (de septembre à août) et individuelle.

Elle vous permet de **participer et de voter les orientations de l'association** à l'assemblée générale qui aura lieu en mai 2026. Elle est non remboursable, **obligatoire pour participer à toute activité** proposée par la MJC et peut vous ouvrir droit à des réductions sur la programmation de la Salle Barbara.

### Tarif des adhésions

- 20€ à partir de 26 ans
- 13€ pour les moins de 26 ans
- **Gratuit** pour les moins de 4 ans
- 6€ pour les autres personnes d'un même foyer
- 5€ pour des projets jeunes spécifiques et pour un stage d'activités
- 30€ pour les associations

## ÊTRE BÉNÉVOLE À LA MJC

La MJC peut compter sur l'engagement de nombreux·ses bénévoles pour fonctionner au quotidien. Ils acceptent de donner du temps mais ont surtout une grande envie de partager leurs compétences et leurs passions avec les autres. Ils rendent ainsi accessibles des activités de loisirs ou éducatives à un public varié et parfois en situation de fragilité. L'implication et la bienveillance de ces bénévoles font le succès de ces animations. C'est une richesse pour l'association.

**Quelques idées pour s'impliquer en tant qu'adhérent** : le Conseil des jeunes (p.14), les correspondant·es d'atelier (p.22), les Ateliers du Possible (p.13), l'Écologie (p.8), la ludothèque (p.9), les accueils de spectacles (p.6), le bar associatif...

**Si vous avez soif de rencontres, de partager vos compétences, de vous investir dans des projets collectifs, n'hésitez pas à nous contacter : [benevolat@mjcmontchat.org](mailto:benevolat@mjcmontchat.org)**



# ANIMATIONS ET ÉVÉNEMENTS

La MJC propose tout au long de l'année des animations à destination des habitant·es du quartier.

## L'Entre-Deux

La salle polyvalente de la MJC, aussi appelée L'Entre-Deux, est un espace de convivialité ouvert à tous·tes, tout au long de la semaine. Pour attendre quelqu'un ou une activité, discuter avec des ami·es ou membres de son groupe d'activité, lire un magazine (à disposition), voir une expo d'un·e artiste local·e (p.6), boire une boisson chaude ou fraîche ou même travailler (wi-fi public gratuit).

**Vous y retrouverez aussi :**

- **Le bar associatif** tenu par la jeunesse le mercredi de 15h-17h, pour leur permettre d'auto-financer leurs projets
- **Les soirées jeux**, les 1<sup>er</sup> jeudis du mois (p.9)
- **Les matinées famille**, un samedi matin par mois (p.22)

## Les After du Jeudi (19h-23h)

**16 oct. / 13 nov. / 18 déc. / 29 jan. / 26 fév. / 19 mars / 28 mai / 18 juin 26**

Un jeudi par mois, la Maison ouvre ses portes aux habitant·es du quartier, qu'ils soient adhérent·es ou non. Des animations conviviales vous attendent lors de ces soirées gratuites : **karaoké, blind-test, quizz, tournoi de jeux-vidéos, bal ou encore scènes ouvertes** se croiseront avec diverses **expositions** (Halloween et Pop Culture). Chaque soirée sera complétée par une proposition de **jeux**.

*Bar et petite restauration sur place*



## Le Printemps du jeu (p.9)

**Samedi 25 avril 2026**

Pendant ce festival, toute la MJC devient un terrain de jeu pour tous les âges !

## Le Festival de la MJC

**Du 8 au 20 juin 2026**

Le festival sera l'occasion de mettre en valeur ce qui aura été fait durant la saison par les adhérent·es : des activités (spectacles, expos, démos), des accueils de loisirs peri et extra-scolaires, des ateliers jeunesse, etc...

Une grande fête clôturera la saison pour se retrouver tous ensemble !

**Vous avez des idées pour animer  
la vie de l'association et du quartier :  
atelier, présentation, événement...  
Venez nous en parler !**

# ACTION CULTURELLE ET PROGRAMMATION

cinéma • concerts • spectacles jeune public • théâtre • expos



## LE CINÉMA À LA MJC

Le 7<sup>ème</sup> art a toute sa place dans la programmation de la Salle Barbara, ancien cinéma de quartier.

Trois programmes vous sont proposés :



- **Ciné Barbara**, un film culte à (re)voir sur grand écran, en VO sous-titrée, donc accessible aux personnes sourdes et malentendantes, un mardi par mois,
- **Ciné Madeleine**, chaque semaine des petites vacances, les parents choisissent un film "doudou" de leur enfance à partager avec leur tribu,
- **Ciné Gaïa**, un programme de films de fiction ou de documentaires pour éclairer notre regard sur le monde.

*La MJC accueille également dans ses locaux l'association Ciné Montchat et sa programmation en Salle Polyvalente.*

Salle  
**Barbara**  
LYON 3

la programmation de la Salle Barbara  
se dévoile petit à petit sur notre site  
[www.mjcmontchat.org](http://www.mjcmontchat.org),  
sur facebook et instagram

## EXPOSITIONS

Avec l'ouverture de L'Entre-Deux, la MJC a souhaité ouvrir un espace d'exposition pour les artistes amateur-rices. Photo, dessin, huile, graff, ... Tout ce qui s'accroche peut y être exposé et les vernissages permettent de rencontrer les artistes. Un appel à candidature est régulièrement publié sur notre site, ouvrez l'œil !

## DES ARTISTES ASSOCIÉES ET DES RÉSIDENCES

**La Compagnie Vilain.es**, portée par Julie Doyelle et Léa Marchand, est associée cette saison au projet culturel de la MJC. Ce sont d'abord les rencontres humaines, brutes et intimes qui sont à l'origine de leurs créations artistiques. Un moyen bien à elles de faire le lien avec l'Education Populaire.

Un premier RDV est donné **le 25 novembre à l'occasion de la journée internationale de lutte contre les violences faites aux femmes**, où elles nous présenteront leur spectacle *Robuste*, écrit à partir de témoignages de femmes victimes de violences.

Elles reviendront ensuite à partir de janvier, pour créer des **espaces de rencontres et d'échanges sur les questions du handicap et**

**de la parentalité**, qui viendront nourrir leur nouveau projet de spectacle sur le thème de la transmission. En fin de saison, elles nous présenteront sur scène un point d'étape de ce projet créé avec le public de la MJC.

**Les résidences** sont des temps de travail durant lesquels la MJC Montchat met à la disposition de compagnies professionnelles la scène et les moyens techniques de la Salle Barbara. Ces temps de résidence sont également des moments privilégiés de rencontre entre les artistes et les publics du territoire au cours d'ateliers, de sorties de résidence ou présentations publiques des spectacles en cours de création.



## UNE PROGRAMMATION EN RÉSEAU

Une part de la programmation s'inscrit dans des événements portés par des collectifs de MJC de la Métropole de Lyon. S'y inscrire, c'est dire la singularité des MJC dans le paysage culturel de notre agglomération, c'est donner à voir des œuvres artistiquement exigeantes qui répondent aux enjeux d'une éducation populaire tournée vers le sensible.

### La MJC Montchat y participe :

**Le Collectif Gones et Compagnies** qui rassemble 11 MJC de la Métropole de Lyon.

Le Collectif vit toute l'année pour mettre en réseau les acteurs culturels et les compagnies émergentes. Il organise également le Festival Gones et Compagnies, un rendez-vous festif, familial et professionnel dédié à la création pour le jeune public qui se déroulera du 2 au 20 février 2026. [gones-et-compagnies.fr](http://gones-et-compagnies.fr)



**Le Collectif Agitons nos idées** qui organise un festival de conférences gesticulées. Programmation à venir du 15 janvier au 6 février 2026 dans 15 MJC de la Métropole et du Rhône. [agitonsnosidees.fr](http://agitonsnosidees.fr)

### Festival Les Chants de Mars

Du 13 au 28 mars 2026, ce sera la 20<sup>ème</sup> édition du festival de chanson francophone porté par les Rancy - Maison Pour tous, la MJC du Vieux Lyon et leurs partenaires, dont nous faisons partie ! [leschantsdemars.com](http://leschantsdemars.com)



## ACTION CULTURELLE

La culture traverse toutes les activités de la MJC. Chaque programmation, chaque résidence, chaque geste artistique entre en résonance avec les thématiques travaillées par les équipes bénévoles et professionnelles.

Découvrez à l'accueil, dans nos infolettres et sur le site les projets menés sur les temps d'accueil péri et extrascolaires, et inscrivez-vous pour participer à des propositions ouvertes à tous·tes sur le temps de la famille.

Cinéphiles, spectateur·rices motivé·es, **rejoignez le groupe programmation !**

Rens. : [accueil@mjcmontchat.org](mailto:accueil@mjcmontchat.org)

## SORTIES CULTURELLES

La MJC vous propose à nouveau de partir à la découverte des lieux culturels de la Métropole. Théâtre, danse, musée, des sorties en groupe sont proposées de manière ponctuelle.

Le secteur culture de la MJC se charge de proposer les spectacles parmi la programmation foisonnante du territoire. Participez à ces sorties pour partager une expérience culturelle en groupe et bénéficier de tarifs avantageux.

*Sorties adultes. Tarifs variables en fonction de la sortie  
Accompagnement par un·e animateur·trice de la MJC  
Possibilité de faire le trajet aller-retour en groupe en transports en commun*

*Pour recevoir toutes les infos concernant les sorties, inscrivez-vous à l'infolettre sur [www.mjcmontchat.org](http://www.mjcmontchat.org)*

### Mise à disposition de la salle Barbara

La salle, d'une capacité de 240 places, peut vous être mise à disposition - avec une participation aux frais - pour l'accueil de vos événements publics ou privés.

Rens. : [accueil@mjcmontchat.org](mailto:accueil@mjcmontchat.org)

# UNE MJC ÉCOLOGIQUE ET SOLIDAIRE



Suivant notre projet associatif, la MJC s'engage pour :

- Permettre l'engagement de chacun·e, individuellement et collectivement, vers une transition écologique et solidaire, pour construire ensemble un avenir durable
- Tendre vers l'exemplarité sociale et environnementale dans le fonctionnement de la MJC.

La saison passée, nous avons proposé plusieurs animations sur les thèmes de l'énergie et de l'eau. La saison 2025-2026 sera axée sur 2 nouveaux thèmes :

## Consommer mieux

**De septembre à février.** La consommation est au cœur de nos habitudes de vie et de notre impact écologique, individuel et collectif. Nous chercherons les solutions pour la rendre plus vertueuse, pour notre santé personnelle et celle de notre planète.

## La biodiversité

**De mars à juillet,** nous proposerons, avec des partenaires associatifs, diverses façons de (re)découvrir le vivant. Balades, ateliers et autres animations permettront à tous·tes de mieux comprendre les enjeux essentiels de la faune et de la flore, d'aujourd'hui et de demain.

## LE GROUPE DE TRAVAIL ÉCOLOGIE

Envie de mieux comprendre et discuter des enjeux écologiques, de tester des alternatives de consommation (emprunt, seconde main, fait maison), de changer des habitudes (mobilité, alimentation, énergie, numérique), de découvrir la beauté de la biodiversité et surtout d'imaginer un monde plus écologique et solidaire pour demain ?

Vous êtes bienvenu·e pour participer à la réflexion et aux propositions de cette saison.

*Programme à créer puis à découvrir à l'accueil et à L'Entre-Deux*

## LE JARDIN DE LA MJC : plantation et partage

Cette saison, nous recherchons quelques jardinier·ères amateur·rice pour participer à l'entretien et au développement des plantations de la MJC : jardin des petits fruits, bacs des enfants, des aromates et des fleurs... Échanger, tester et passer un bon moment à l'air, les mains dans la terre...

Intéressé·e ? Contactez-nous à [ecologie@mjcmontchat.org](mailto:ecologie@mjcmontchat.org)







# LE JEU

## À LA LUDOTHÈQUE

### Un espace de jeu libre pour toutes et tous

Du tapis d'éveil aux jeux de société, en passant par les jouets, chacun-e trouvera ce dont iel a besoin pour profiter d'un moment de plaisir partagé. Un professionnel vous accueille dans un contexte bienveillant et propice à la découverte.

### Ouverture à partir du mercredi 3 septembre

**Mercredi 14h-18h, samedi 9h30-11h30**

*Hors vacances scolaires*

### Un mardi par mois de 16h30 à 18h30

*Ludo - Accueil en mixité sourds et entendants*

### Du prêt de jeux et jouets

Plus de 1 000 jeux et jouets à emprunter, avec les conseils d'un professionnel. Un bon moyen de prolonger le plaisir du jeu chez soi sans encombrer ses placards.

### Tarifs et accès à la ludothèque

Adhésion MJC obligatoire

1<sup>ère</sup> visite découverte gratuite

### Pour l'achat d'une carte, un prêt de jeu offert !

- 1 entrée enfant : 4 €
  - Carte 5 entrées enfant : 15 €
  - Carte 10 entrées enfant : 28 €
  - 1 entrée jeune (11 ans et +) ou adulte : 1 €
  - Carte 5 entrées jeune ou adulte : 5 €
  - Ticket de prêt : 2 € / jeu
  - Carte 5 prêts : 10 € (+ 1 offert)
- (chèque de caution de 50€)

### Découvrez les nouvelles formules d'abonnements trimestriels !

5 sept-13 déc. | 6 déc.-14 mars | 10 mars-1<sup>er</sup> juil.

- Enfant : 27€
- Jeune (11 ans et +) ou adulte : 9€

**Retrouvez toute l'année les programmes détaillés et informations à l'accueil, sur notre site et les réseaux sociaux**

## LES RENDEZ-VOUS LUDIQUES

### Activité jeux & convivialité

#### Les mardis 15h30-17h (hors vacances)

Un temps de plaisir et de partage autour du jeu pour les adultes !

- 1 séance à 9 €
  - Carte de 5 séances à 40 €
  - Carte de 15 séances à 109 €
- + adhésion à la MJC

### Les soirées jeux adultes

#### Les 1<sup>ers</sup> jeudis du mois 19h-23h (hors vacances)

Accès gratuit. (Les moins de 16 ans doivent être accompagnés par un adulte)

Venez profiter de soirées détendues autour d'un jeu et d'un verre et découvrir nos belles sélections de jeux.

### Le Printemps du jeu

#### Le samedi 25 avril 2026

Pendant ce festival, c'est toute la MJC qui devient un terrain de jeu pour tous les âges. Guettez la programmation...

### Les Ludoparc

En été, la ludothèque s'installe dans les parcs de Montchat pour que chacun-e puisse partager le plaisir verdoyant de la nature et du jeu réunis !

### Les After du Jeudi voir p. 5

#### Un jeudi par mois Adultes, plus de 16 ans

Retrouvez à chaque soirée une sélection de jeux pour un moment convivial.



# ENFANCE, JEUNESSE FAMILLE



LA MJC  
POUR LES ENFANTS  
ET LES JEUNES C'EST :

DÉCOUVRIR  
la diversité  
du monde

Prendre  
CONFIANCE  
EN SOI

Apprendre à  
VIVRE ENSEMBLE





Faire des  
DÉCOUVERTES

Inscrire  
LA CULTURE  
dans le  
quotidien

S'ÉMERVEILLER  
de la nature

Pouvoir  
FAIRE DES CHOIX

Toutes l'équipe d'animation œuvre au quotidien pour proposer des activités variées à tous les enfants et jeunes et leur transmettre les valeurs de la MJC.

 des choix,  
 des projets,  
 des activités,  
 pour toute la famille



# 3-11 ans

Dans les écoles Condorcet, Anatole France, Louise-Viala, la MJC organise l'animation des temps périscolaires en partenariat avec la Ville de Lyon.

## VIVE LE PÉRISCO ET LES MERCREDIS APREM'

### LES ALAÉ (Accueils de Loisirs Associés à l'École)

L'équipe d'animation met en place des activités variées, en lien avec des thématiques et un projet pédagogique construit, soucieux du respect du rythme de l'enfant : sport, grands jeux, activités manuelles et artistiques, expression...

#### La pause méridienne 12h-14h05

L'équipe d'animation organise le temps de pause des repas dans le respect des besoins des enfants : repos, socialisation, activités...

#### PEP'S 16h45-18h30

##### Forfait mini

Les enfants participent 1 ou 2 jours fixes par semaine, décidés en amont mais modifiables sous certaines conditions.

##### Le forfait Max

Pour profiter des activités de l'accueil périscolaire du soir de façon souple jusqu'à 4 jours par semaine.

#### Ateliers du mercredi matin (AME) : 8h30-12h

Les groupes d'enfants participent aux activités de leur choix.

**Attention !** L'accueil des enfants d'Anatole France et Louise / Viala se fait sur le groupe scolaire Anatole France.

L'accueil des enfants inscrits aux ateliers du mercredi matin (AME) et à l'accueil de loisirs du mercredi aprem' se déroule sur le groupe scolaire Condorcet.

Les préinscriptions périscolaires se font auprès des services de la Ville de Lyon, puis, au cours de l'année scolaire auprès du directeur ou de la directrice périscolaire de votre école.

Vous trouverez sur notre site ([mjcmontchat.org](http://mjcmontchat.org), rubrique périscolaire) et dans le cahier de liaison de votre enfant l'ensemble des informations et contacts concernant les inscriptions et facturations des temps périscolaires. Pour toute question, n'hésitez pas à contacter le directeur périscolaire de l'école de votre enfant.

### ACCUEIL DE LOISIRS DU MERCREDI APREM' 12h-18h30

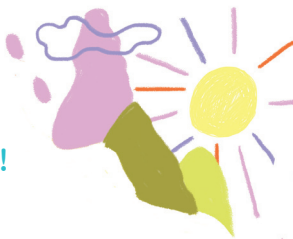
L'équipe d'animation de la MJC accueille les enfants de 3 à 11 ans dans les écoles Condorcet. L'inscription se fait auprès de la MJC Montchat et le tarif est calculé selon le quotient familial de la CAF.

Le règlement intérieur des accueils de loisirs périscolaires ainsi que les projets pédagogiques sont consultables sur la page périscolaire du site internet de la MJC.

Renseignements pour inscription dès le mois de mai.

# 4-13 ans

## C'EST LES VACANCES !



Rencontres et pratiques avec des artistes professionnels

Jeu libre  
à la ludothèque

Projet pédagogique  
disponible sur demande

### ACCUEIL DE LOISIRS

Pour les vacances, le directeur d'accueil de loisirs et l'équipe d'animation se sont donnés 4 missions pour vos enfants :

- Profiter de leurs vacances
- Les accompagner dans leur émancipation
- S'émerveiller du monde qui les entoure
- Les aider à devenir les citoyen·nes de demain

#### Lieux

##### Petites vacances et août

- à la MJC

##### Juillet

- à la MJC et dans une école du quartier

#### Temps d'accueil

**Matin** 8h-9h30

**Soir** 17h-18h

Repas et goûter fournis

#### Conditions d'annulation

À notifier par mail : [accueil@mjcmontchat.org](mailto:accueil@mjcmontchat.org)

#### Avant le début des vacances :

remboursement sauf adhésion et le montant d'une journée pour les frais de gestion.

#### Pendant les vacances :

aucun remboursement ne sera effectué. Possibilité d'un avoir si justificatif médical fourni dans les 48h.

**Après les vacances :** aucun remboursement

#### Inscriptions à la semaine

Les inscriptions se font à la MJC Montchat environ 1 mois et demi avant chaque période de vacances. Pour connaître les dates exactes, renseignez-vous en amont sur le site ou à l'accueil de la MJC.

#### Pièces nécessaires

- N° Allocataire CAF + QF CAF
  - Copie des vaccins du carnet de santé
  - Fiche sanitaire : gagnez du temps !
- Retirez-la à l'avance à l'accueil ou téléchargez-la sur le site internet.

#### Tarifs par semaine établis en fonction du quotient familial

**Tarif 1** (QF CAF inférieure à 400) : **67,50€**

**Tarif 2** (QF CAF de 400 à 700) : **82,72€**

**Tarif 3** (QF CAF 700 à 1000) : **97,95€**

**Tarif 4** (QF CAF de 1000 à 1500) : **108,10€**

**Tarif 5** (QF CAF de 1500 à 2000) : **118,25€**

**Tarif 6** (QF CAF supérieur à 2000) : **128,40€**

Adhésion annuelle obligatoire à la MJC

+ cotisation Accueil de Loisirs annuelle (1€)

#### Le petit +

##### Une veillée pour les 10-13 ans

les mercredis jusqu'à 21h.

### LES MINI-CAMPS 8-10 ans et 11-13 ans

Chaque année nous organisons en juillet 2 séjours camping pour permettre aux enfants de :

- S'éloigner de la ville en allant camper sur un site aménagé et protégé
- Prendre du temps pour découvrir et profiter de la nature
- Développer leur autonomie



## 11-25 ans À LA SORTIE DES COURS

### ESPACE JEUNES 11-25 ANS

L'Espace Jeunes ouvre ses portes pour discuter, jouer, lire, faire de la musique ou encore monter un projet.

**Les mercredis et vendredis de 10h30 à 12h puis de 14h à 18h30.**

**Le samedi, de 9h30 à 12h**, on monte des projets ou on chille (ateliers jeux de rôle une fois par mois). *Gratuit, sans inscription*

### DU SPORT sous toutes ses formes

**Les lundis soir de 18h à 20h**, rendez-vous au gymnase Tony Bertrand pour faire du sport avec les anims jeunesse : basket, foot, handball...

*Gratuit, sans inscription*

### LES ATELIERS DU POSSIBLE : du CM1 à la 3<sup>ème</sup>

Dans le cadre du Contrat local d'accompagnement à la scolarité (Clas) financé par la CAF

**Trouver du sens aux apprentissages**

**Donner l'envie d'apprendre**

**Prendre plaisir à expérimenter, découvrir**

**Renforcer ses qualités et ses forces**

**Évoluer au sein d'un groupe**

**Du 22 septembre 2025 au 27 juin 2026**

*Gratuit + adhésion MJC*

Inscription en présence du jeune et de ses parents dès septembre et durant toute l'année scolaire.

*Inscription, contacter Renaud au 06 73 73 16 28*

**1<sup>ère</sup> séance : l'atelier thématique - 1h30**

**Pour les 6<sup>e</sup>, 5<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup>, et 3<sup>e</sup> :**

mardi ou mercredi, de 17h à 18h30

**2<sup>ème</sup> séance : apprentissage par le jeu - 1h30**

**Pour les 6<sup>e</sup>, 5<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup>, et 3<sup>e</sup> :**

vendredi de 15h30 à 17h

**Pour les CM1, CM2, 6<sup>e</sup> :**

lundi ou jeudi, de 17h à 18h30

**Pour les CM1, CM2, 6<sup>e</sup> :**

vendredi de 17h à 18h30

**- 17h - 17h40 :** temps de goûter et d'échange, temps d'entraide scolaire

**- 17h40 - 18h30 :** activités créatives et de découvertes culturelles selon un thème défini entre chaque période de vacances.

Après un temps de goûter et d'échange, nous cherchons, par le détour du jeu à renforcer le raisonnement, les connaissances, la mémoire, l'expression écrite et orale.

L'Espace Jeunes recherche des bénévoles pour l'animation des Ateliers du possible.

**Venez partager avec les jeunes vos talents et passions !**



# 11-25 ans

## DES PROJETS TOUTE L'ANNÉE

### ATELIERS HORS-NORMES

Envie de t'impliquer dans un projet engagé ? Rejoins Hors-Normes : un projet fait pour parler santé sexuelle et affective, casser les stéréotypes et lutter contre les discriminations. C'est inclusif, ouvert à tous·tes, et surtout... c'est l'occasion d'apprendre à monter un projet de A à Z : organisation, budget, communication, tout y passe !



### ACCOMPAGNEMENT DE PROJETS COLLECTIFS

**Tu as un projet en tête ? L'envie de le réaliser mais tu ne sais pas par où commencer ?**

Prends rendez-vous avec tes anims jeunesse, ils seront là pour t'aider dans ton projet et le suivre. Prêt de salle, recherche de financement, écoute et conseil, mise en relation...

### LE CONSEIL DES JEUNES, CDJ

Envie de t'impliquer dans la vie de la MJC et de représenter la jeunesse ? De découvrir le monde associatif ? N'hésite pas à contacter l'Espace Jeunes pour plus d'infos !

### S'INVESTIR DANS UN PROJET EUROPÉEN

Tu as envie de découvrir de nouvelles cultures et rencontrer des jeunes d'ailleurs ? Une action te passionne ? Tu as envie de la partager avec de jeunes européens ? Viens monter un projet collectif qui peut t'amener à l'autre bout de l'Europe ! Viens faire part de tes idées à l'équipe d'animation.

### Les Rendez-vous INFO JEUNES

#### # NRIj\*

Besoin de parler ? Viens discuter avec tes anims ou te poser à l'Espace Jeunes après les cours les lundis de 14h30 à 16h30 (avec ou sans rendez-vous) et tous les jours sur rendez-vous. Si tu veux aborder une question en particulier : CV, jobs d'été, recherche de stage ou de logement, intimité, santé, numérique, mobilité,... nous sommes à l'écoute.

*\*Nous Rêvons l'Info Jeunesse*







# 13-17 ans

## LES VACANCES CÔTÉ JEUNESSE

### L'ESPACE JEUNES

13-17 ans

L'Espace Jeunes ouvre ses portes durant les vacances **du lundi au vendredi, de 14h à 18h**. Jeux, projets, activités sportives, artistiques ou culturelles sont proposées à la carte. Chaque semaine, les jeunes peuvent participer à une veillée jusqu'à 22h et à des rencontres inter-MJC.

*Adhésion obligatoire*

### CHANTIERS JEUNES

14-17 ans

Durant les vacances, tu peux t'engager auprès de ton quartier quelques jours sur des activités et préparer les sorties ou les vacances de ton choix : idées d'activités, gestion d'un budget, réservation, logistique,...

#### Bon à savoir :

Tu ne payes pas en argent, tu t'investis !  
(sous réserve d'adhésion à la MJC),

*Infos à l'accueil de la MJC*

### Contacte nous !

-  Espace Jeunes - MJC Montchat
-  espacejeunes\_mjcmontchat
-  snapchatmjcmontchat
-  Espace Jeunes - Montchat #7331
-  Appel & Sms : 07 88 09 18 68
-  info.jeunesse@mjcmontchat.org

#PromeneurDuNet

#BoussoleDesJeunes



Scanne le QR code

*pour accéder directement aux liens*



# LES ACTIVITÉS

Se retrouver, s'exprimer, s'éclater !



Du lundi au samedi, la MJC Montchat vous accueille dans une ambiance conviviale pour découvrir une large palette d'activités. Chacun-e y trouvera son bonheur, guidé-e par des animateur-rices passionné-es, professionnel-les ou bénévoles. Sport, pratiques artistiques, bien-être, langues étrangères... à vous de choisir ce qui vous fait envie cette année !

## Modalités d'inscription

Retrouvez les activités en détail à l'accueil et sur notre site

[www.mjcmontchat.org](http://www.mjcmontchat.org)

Début des activités  
lundi 15 septembre

La cotisation est calculée sur une **base forfaitaire annuelle**, elle vous permet de contribuer solidairement au maintien de l'activité et de l'emploi des animateur-rices. Votre engagement se fait ainsi sur la saison entière et nous vous invitons à **une présence régulière** afin de maintenir la dynamique du groupe.

*\* les tarifs A concernent les activités adultes encadrées par des bénévoles et les activités enfants de 45 minutes*

## ACTIVITÉS ENFANTS

	Q1 < 401	Q2 401 à 700	Q3 701 à 1000	Q4 1001 à 1500	Q5 1501 à 2000	Q6 > 2001
A*	118 €	134.5 €	151 €	153 €	158 €	163 €
B	150 €	170 €	191 €	196.5 €	203 €	206 €
C	165 €	186.5 €	210 €	213.5 €	219.5 €	224 €
D	187 €	211.5 €	238 €	242 €	248 €	252 €
E	214 €	241.5 €	271 €	275.5 €	282 €	290 €
F	251 €	284 €	317 €	322 €	331 €	340 €

## ACTIVITÉS ADULTES

	Q1 < 401	Q2 401 à 700	Q3 701 à 1000	Q4 1001 à 1500	Q5 1501 à 2000	Q6 > 2001
A*	118 €	135 €	151 €	155 €	162 €	167.5 €
B	155 €	174.5 €	197 €	202.5 €	209 €	216.5 €
C	165 €	186.5 €	210 €	215.5 €	224 €	232.5 €
D	192 €	215.5 €	243 €	250 €	259 €	268 €
E	214 €	241.5 €	271 €	278 €	288 €	298 €
F	251 €	284.5 €	317 €	325.5 €	338 €	350 €

## Calendrier des activités

**Semaines du 15 septembre au 13 juin**  
(hors vacances scolaires)

## Tarification du quotient

**Quel est mon quotient MJC (Q) ?**

- Quotient Familial CAF\* de la famille
- ou revenu fiscal de référence\* (du dernier avis d'imposition 2025), divisé par le nombre de parts, divisé par 12.
- Si vous choisissez de ne pas renseigner votre quotient, le tarif maximum sera automatiquement appliqué.

\*sur justificatif

## Modes de paiement

Carte bleue, chèque, chèques-vacances ANCV, espèces, gonettes.  
Prélèvement en 5 fois :  
remplir une autorisation et fournir un RIB.

## Conditions d'annulation (extrait)

*L'annulation doit être notifiée par écrit à  
[accueil@mjcmontchat.org](mailto:accueil@mjcmontchat.org)*

**Du 01/06 au 28/09/2025**

La MJC conserve le montant de l'adhésion et 30€ de frais administratifs.

**Du 29/09 au 31/12/2025**

Pas de remboursement sauf cas de force majeure sur justificatif.

**À partir du 1<sup>er</sup> janvier 2026**

Plus de remboursement possible.

*Nous recommandons aux adhérent-es qui souhaitent pratiquer une activité sportive de consulter au préalable leur médecin traitant.*



## NOUVELLES ACTIVITÉS !

### Yoga Flow

**Tout niveau - Mardi de 17h à 18h**

Le Yoga Flow permet d'assouplir et tonifier son corps, apaiser ses tensions mentales et physiques avec des enchaînements fluides et en musique.

### Initiation musicale 6/7 ans

**Mercredi de 11h à 12h**

Jouer, chanter, écouter, bouger... les enfants découvrent les sons et les rythmes en s'amusant. Une approche ludique pour éveiller l'oreille, la créativité et le sens du rythme. Un moment joyeux pour s'exprimer en musique et partager avec les autres !

### Danse créative 9/12 ans

**Mercredi 14h-15h**

Les séances mêlent avec fluidité danse contemporaine et modern jazz, dans une ambiance dynamique et conviviale. L'activité développe à la fois l'expression corporelle, la souplesse et la coordination.

### Dessin Gravure 9/14 ans

**Mercredi 17h15-18h45**

Un cours destiné à approfondir la pratique du dessin tout en découvrant les techniques de gravure : linogravure, lithogravure et tetragravure.

### Les Explor'artistes 7/10 ans

**Mercredi 10h30-12h**

Chaque trimestre, les enfants vont découvrir une activité artistique différente : cinéma, cirque puis sténopé

### Guitare Collectif adultes

**Mardi 19h-20h15 (Débutant)**

**Mardi 20h15-21h30 (Intermédiaire)**

Par petit groupe de 8 personnes, venez vous initier ou continuer votre apprentissage de la guitare.  
Venir avec son instrument

# ENFANTS & JEUNES (3-16 ans)

\* Nouvelle activité : voir les descriptifs sur le site de la MJC



## ACTIVITÉS D'ÉVEIL (de 3 à 6 ans)

Arts plastiques .....	4-5 ans	Mercredi	15h30-16h30	<b>B</b>
Éveil Danse .....	4-5 ans	Mercredi	9h30-10h15	<b>A</b>
	4-5 ans	Mercredi	10h15-11h	<b>A</b>
	5-6 ans	Mercredi	11h-12h	<b>B</b>
Éveil rythmes et mélodie .....	3-5 ans	Samedi	9h-9h45	<b>A</b>
	4-6 ans	Samedi	9h50-10h35	<b>A</b>
Jardin musical .....	3-4 ans	Mercredi	9h30-10h15	<b>A</b>
	5-6 ans	Mercredi	10h15-11h	<b>A</b>
Éveil corporel .....	3 ans	Mercredi	15h-16h	<b>B</b>
	4-5 ans	Mercredi	14h-15h	<b>B</b>
Éveil sportif .....	4-6 ans	Mercredi	9h50-10h50	<b>B</b>
	4-6 ans	Mercredi	16h-17h	<b>B</b>
Escalade .....	5-6 ans	Lundi	18h-19h	<b>C</b>
	5-6 ans	Jeudi	18h-19h	<b>C</b>

## EXPRESSION ARTISTIQUE (de 6 à 16 ans)

Arts plastiques .....	6-10 ans	Lundi	17h-18h30	<b>D</b>
	6-10 ans	Mercredi	14h-15h30	<b>D</b>
Cirque .....	5-7 ans	Vendredi	17h15-18h	<b>A</b>
	5-7 ans	Vendredi	18h-18h45	<b>A</b>
	8-10 ans	Vendredi	19h-20h	<b>B</b>
Initiation danse .....	6-8 ans	Mercredi	16h30-17h30	<b>B</b>
Danse contemporaine .....	12-16 ans	Mercredi	17h45-19h	<b>C</b>
Danse créative *	9-12 ans	Mercredi	14h-15h30	<b>D</b>
Danse hip-hop .....	9-14 ans	Lundi	17h30-18h45	<b>C</b>
Dessin Gravure *	9-14 ans	Mercredi	17h15-18h45	<b>D</b>
Les Explor'artistes *	7-10 ans	Mercredi	10h30-12h	<b>D</b>
Stylisme .....	8-15 ans	Mercredi	14h-16h	<b>F</b>
	8-15 ans	Mercredi	16h-18h	<b>F</b>
Théâtre .....	6-8 ans	Mercredi	15h45-16h45	<b>B</b>
	8-11 ans	Mercredi	16h45-18h15	<b>D</b>
	12-17 ans	Mercredi	18h15-19h45	<b>D</b>

# ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES

Une lettre, un tarif

Voir p. 16



## EXPRESSION ARTISTIQUE (suite)

### Guitare acoustique collective \*

Débutant.....	<b>7-12 ans</b>	Mercredi	14h-15h	<b>C</b>
Intermédiaire.....	<b>7-14 ans</b>	Mercredi	15h-16h	<b>C</b>
Débutant.....	<b>7-12 ans</b>	Mercredi	16h-17h	<b>C</b>

<b>Initiation musicale *</b> .....	<b>6-7 ans</b>	Mercredi	11h-12h	<b>C</b>
------------------------------------	----------------	----------	---------	----------

## LOISIRS SPORTIFS (de 6 à 16 ans)

Au Gymnase Anselme - 14 rue Antoinette Lyon 3<sup>ème</sup>

<b>Badminton</b> .....	<b>9-12 ans</b>	Mercredi	17h30-18h45	<b>C</b>
	<b>13-17 ans</b>	Lundi	17h45-18h45	<b>B</b>

<b>Escalade</b> .....	<b>7-8 ans</b>	Lundi	19h-20h	<b>C</b>
	<b>7-8 ans</b>	Mercredi	17h30-18h30	<b>C</b>
	<b>8-10 ans</b>	Mercredi	18h30-19h30	<b>C</b>
	<b>9-11 ans</b>	Jeudi	19h - 20h	<b>C</b>
	<b>10-13 ans</b>	Mercredi	19h30-20h30	<b>C</b>
	<b>11-14 ans</b>	Mardi	17h45-18h45	<b>C</b>
	<b>14-16 ans</b>	Mardi	18h45-19h45	<b>C</b>
	<b>16-35 ans</b>	Jeudi	20h-21h	<b>C</b>

<b>Multisports collectifs</b> .....	<b>6-7 ans</b>	Lundi	18h-18h45	<b>A</b>
	<b>8-9 ans</b>	Lundi	18h45-19h45	<b>C</b>

À la MJC Montchat

<b>Gym ludique</b> .....	<b>6-8 ans</b>	Mercredi	10h50-11h50	<b>B</b>
	<b>6-8 ans</b>	Mercredi	17h-18h	<b>B</b>

<b>Judo</b> .....	<b>6-8 ans</b>	Lundi	17h-18h05	<b>C</b>
	<b>9-15 ans</b>	Lundi	18h10-19h15	<b>C</b>

## LANGUES (de 7 à 10 ans)

<b>Anglais ludique</b> .....	<b>7-10 ans</b>	Mercredi	14h-15h	<b>B</b>
------------------------------	-----------------	----------	---------	----------

# ADULTES (16 ans et +)

Une lettre, un tarif

Voir p. 16

## DANSE

Danse contemporaine Débutant .....	<b>Mercredi</b>	19h15-20h30	<b>D</b>
Intermédiaire/avancé .....	<b>Mercredi</b>	20h30-22h	<b>E</b>
Danse modern jazz Tout niveau .....	<b>Lundi</b>	20h15-21h45	<b>E</b>

## ARTS MARTIAUX

Jujitsu .....	<b>Lundi</b>	20h30-22h	<b>E</b>
Kajukenbo self-defense .....	<b>Mardi</b>	18h15-19h45	<b>E</b>
Taïso renforcement musculaire .....	<b>Lundi</b>	19h20-20h20	<b>B</b>

## BIEN-ÊTRE

Pilates .....	<b>Lundi</b>	12h15-13h15	<b>B</b>
	<b>Mardi</b>	10h-11h	<b>B</b>
	<b>Jeudi</b>	10h-11h	<b>B</b>
	<b>Jeudi</b>	11h-12h	<b>B</b>
	<b>Vendredi</b>	10h-11h	<b>B</b>
	<b>Vendredi</b>	17h-18h	<b>B</b>
	<b>Vendredi</b>	18h-19h	<b>B</b>
Pilates flow .....	<b>Mardi</b>	15h-16h	<b>B</b>
	<b>Vendredi</b>	11h-12h	<b>B</b>
Qi gong .....	<b>Lundi</b>	14h-15h30	<b>E</b>
	<b>Lundi</b>	15h30-17h	<b>E</b>
	<b>Jeudi</b>	18h15-19h30	<b>D</b>
Sophrologie .....	<b>Lundi</b>	15h45-16h45	<b>C</b>
	<b>Lundi</b>	17h-18h	<b>C</b>
	<b>Lundi</b>	18h10-19h10	<b>C</b>
	<b>Lundi</b>	19h15-20h15	<b>C</b>
Tai chi chuan .....	<b>Jeudi</b>	19h30-20h45	<b>E</b>
Yoga ashtanga Débutant .....	<b>Jeudi</b>	18h-19h30	<b>E</b>
	<b>Jeudi</b>	19h40-21h10	<b>E</b>
	<b>Jeudi</b>	20h45-22h	<b>D</b>
Yoga flow * Tout niveau .....	<b>Mardi</b>	17h-18h	<b>C</b>
Yoga hatha Tout niveau .....	<b>Mardi</b>	18h-19h30	<b>E</b>
	<b>Jeudi</b>	9h15-10h45	<b>E</b>
Yoga vinyasa * Tout niveau .....	<b>Mardi</b>	16h-17h	<b>C</b>
Yoga yin Tout niveau .....	<b>Mardi</b>	19h40-21h10	<b>E</b>



\* Nouvelle activité

## LOISIRS SPORTIFS

● Gymnase Anselme - 14 rue Antoinette - Lyon 3<sup>ème</sup>

● Gymnase de la SEPR - 46 Rue professeur Rochaix - Lyon 3<sup>ème</sup>

<b>Badminton</b>	Tout niveau 1h .....	● <b>Lundi</b>	18h45-19h45	<b>B</b>
	Tout niveau 1h15 .....	● <b>Mercredi</b>	18h45-20h	<b>D</b>
		● <b>Jeudi</b>	21h30-22h45	<b>A</b>
	Perfectionnement 1h .....	● <b>Lundi</b>	19h45-20h45	<b>B</b>
	Confirmé 1h15 .....	● <b>Mardi</b>	20h30-21h45	<b>A</b>
		● <b>Jeudi</b>	18h-19h15	<b>A</b>
<b>Basket</b>	Confirmé .....	● <b>Jeudi</b>	20h30-21h45	<b>A</b>
<b>Escalade</b>	Tout niveau .....	● <b>Lundi</b>	20h-21h15	<b>D</b>
		● <b>Mardi</b>	19h45-21h	<b>D</b>
	16-35 ans .....	● <b>Jeudi</b>	20h-21h15	<b>D</b>
<b>Volley</b>	Tout niveau .....	● <b>Mercredi</b>	20h-21h45	<b>A</b>

## GYM

<b>Gym douce</b>		<b>Lundi</b>	14h-15h	<b>B</b>
		<b>Mercredi</b>	20h30-21h30	<b>B</b>
		<b>Jeudi</b>	9h-10h	<b>B</b>
		<b>Jeudi</b>	11h-12h	<b>B</b>
		<b>Jeudi</b>	17h-18h00	<b>B</b>
		<b>Vendredi</b>	9h-10h	<b>B</b>
		<b>Vendredi</b>	10h-11h	<b>B</b>
<b>Gym dynamique</b>		<b>Mardi</b>	9h-10h	<b>B</b>
		<b>Mardi</b>	17h30-18h30	<b>B</b>
		<b>Mardi</b>	18h30-19h30	<b>B</b>
		<b>Mardi</b>	19h30-20h30	<b>B</b>
		<b>Mercredi</b>	18h30-19h30	<b>B</b>
		<b>Mercredi</b>	19h30-20h30	<b>B</b>
		<b>Jeudi</b>	9h-10h	<b>B</b>
<b>Gym danse</b>		<b>Vendredi</b>	15h30-16h30	<b>B</b>
<b>Gym cardio tonique</b>		<b>Lundi</b>	18h45-19h45	<b>B</b>
		<b>Lundi</b>	20h-21h	<b>B</b>
		<b>Mardi</b>	20h30-21h30	<b>B</b>
<b>Remise en forme</b>	Tout niveau .....	<b>Vendredi</b>	20h-21h	<b>B</b>
<b>Stretching</b>		<b>Jeudi</b>	10h-11h	<b>B</b>
		<b>Vendredi</b>	11h-12h	<b>B</b>
		<b>Vendredi</b>	19h-20h	<b>B</b>
<b>Cuisses Abdos Fessiers</b>		<b>Vendredi</b>	14h30-15h30	<b>B</b>

# ADULTES (16 ans et +)

Une lettre, un tarif  
Voir p. 16

## LANGUES

<b>Anglais</b> Débutant .....	<b>Lundi</b>	18h30-19h45	<b>D</b>
Débutant + .....	<b>Mardi</b>	20h-21h15	<b>D</b>
Intermédiaire .....	<b>Mardi</b>	18h30-19h45	<b>D</b>
Conversation intensive .....	<b>Lundi</b>	20h-21h15	<b>D</b>

## CHANT MUSIQUE

<b>Chorale</b> .....	<b>Jeudi</b>	18h30-20h	<b>D</b>
<b>Technique vocale</b> .....	<b>Jeudi</b>	20h-21h	<b>D</b>
<b>Chant Jazz'n Pop</b> .....	<b>Jeudi</b>	19h30-21h30	<b>E</b>
<b>Guitare Collectif</b> Débutant .....	<b>Mardi</b>	19h-20h15	<b>D</b>
Intermédiaire .....	<b>Mardi</b>	20h15-21h30	<b>D</b>

## EXPRESSION ARTISTIQUE ET MANUELLE

<b>Couture</b> .....	<b>Mardi</b>	18h30-20h30	<b>F</b>
	<b>Mercredi</b>	18h30-20h30	<b>F</b>
	<b>Jeudi</b>	9h15-11h15	<b>F</b>
<b>Peinture</b> .....	<b>Lundi</b>	18h30-20h30	<b>F</b>
	<b>Jeudi</b>	18h30-20h30	<b>F</b>
<b>Dessin Croquis</b> .....	<b>Mercredi</b>	18h30-20h30	<b>F</b>
<b>Théâtre</b> .....	<b>Mercredi</b>	20h-22h	<b>F</b>
<b>Théâtre pluriel</b> .....	<b>Lundi</b>	19h15-20h30	<b>B</b>
<b>Atelier clown</b> .....	<b>Vendredi</b>	20h-22h	<b>F</b>

## DEVENEZ CORRESPONDANT-E D'ACTIVITÉ

### 3 Conseils d'Activité par an (mi-octobre, mi-janvier et mi-avril)

Vous avez envie de participer aux échanges d'informations et d'idées entre votre groupe d'activité et l'équipe de la MJC afin de bonifier l'organisation des activités et des projets ? Vous êtes les bienvenu-es dans l'équipe des Correspondant-es.

Infos à l'accueil et à [accueil@mjcmontchat.org](mailto:accueil@mjcmontchat.org)

## LES MATINÉES FAMILLES 1 samedi par mois, de 10h à 11h30.

Venez partager un moment convivial en famille, à l'Entre-Deux de la MJC.

Nous vous attendons nombreux-ses afin de construire ensemble une programmation dédiée aux parents et enfants : des animations autogérées, des activités ou ateliers avec des intervenant-es, des jeux, des sorties...

*Temps gratuits. Activités sur inscription en fonction de la programmation à venir.*

*Retrouvez les dates des matinées familles sur notre site internet ou à l'accueil.*

# ACTIVITÉS PONCTUELLES & STAGES

**En complément des activités hebdomadaires, la MJC propose tout au long de l'année des ateliers ponctuels et des stages.** Ces rendez-vous permettent de découvrir de nouvelles disciplines, d'expérimenter et de s'impliquer à son rythme, selon ses envies et ses disponibilités.

*Programme détaillé disponible à l'accueil ou sur notre site internet.*

## Jeux & convivialité

**Activité "à la carte" les mardis de 15h30 à 17h**

*Voir p. 9*

Un temps ludique pour se retrouver, jouer ensemble et stimuler ses capacités intellectuelles dans une ambiance détendue et bienveillante. Parce qu'il n'y a pas d'âge pour s'amuser !

## Ateliers Création plastique

**Un vendredi par mois de 14h30 à 17h**

Temps d'échange et de partage inclusif autour des arts plastiques.

*En partenariat avec l'association AREVALE.*

*Gratuit avec adhésion à la MJC*

## Ateliers Poterie

**Un samedi par mois de 10h à 11h30**

Une parenthèse créative pour mettre les mains dans la terre, explorer la matière et réaliser ses propres pièces.



## Ateliers "Des idées plein la tête"

**L'art du débat philosophique et introspectif**

**Un samedi par mois de 10h à 12h.**

Des ateliers pour s'exprimer avec confiance, partager ses idées et nourrir sa pensée critique sur des sujets philosophiques contemporains : le bonheur, le temps, l'identité... Se questionner, écouter et échanger pour apprendre à mieux se connaître.

*En partenariat avec l'association La Scène 27*

## Sorties pédestres du jeudi

**À la journée ou demi-journée**

**(niveaux et horaires variables)**

Envie d'évasion ? Ces sorties conviviales et accessibles vous emmènent à la découverte des paysages de notre belle région.

## Ateliers Tricot

**Un mardi sur deux de 14h à 16h**

Un moment chaleureux pour partager des astuces autour du tricot et du crochet.

Débutant-e ou passionné-e, chacun-e est bienvenu-e !

**Vous avez un talent,  
un savoir-faire ?**

**Vous souhaitez le partager ?**

Pourquoi ne pas proposer un atelier ponctuel à la MJC ?

*Contactez-nous pour discuter  
de votre projet :*

*[accueil@mjcmontchat.org](mailto:accueil@mjcmontchat.org)*



Tout au long de l'année,  
retrouvez notre programmation  
culturelle et d'animation :  
sur notre site

**[www.mjcmontchat.org](http://www.mjcmontchat.org)**

en vous abonnant à notre newsletter  
sur les réseaux sociaux



MJC Montchat  
sallebarbaralyon



mjc\_montchat  
sallebarbara\_lyon3  
à l'accueil de la MJC

Illustrations : Noémie Barral • Graphisme : Anne-Cécile Cuenat

MJC Montchat - 53 rue Charles Richard - Lyon 3 - Tél. : 04 78 54 00 78 - [accueil@mjcmontchat.org](mailto:accueil@mjcmontchat.org)

