



ENS MJC
Serge Gainsbourg

LIEU
D'ÉCHANGES, ET
D'ACTIVITÉS

2024 - 2025

Qu'est ce qu'une MJC ?



Pour cette nouvelle saison, l'équipe de l'EVS-MJC Serge Gainsbourg, salariés, animateurs et bénévoles vous présente sa programmation d'activités et d'événements pour tous, enfants, jeunes, familles, adultes et seniors.

Donnez-vous le temps de lire la plaquette.

Prenez un moment pour choisir une ou des activités. Venez tester avant de vous engager.

N'hésitez pas à vous renseigner et à nous rejoindre dans un esprit d'échange, de partage, de convivialité et de créativité.

La présidente, Chantal Guillataud

Votre MJC

Une association loi 1901, dirigée par des bénévoles. La MJC c'est une grande équipe autour d'un projet associatif :

- Un projet associatif d'Éducation Populaire en direction d'un large public en veillant à la pluridisciplinarité, l'intergénérationnel, aux principes de laïcité, d'égalité et de fraternité citoyenne
- Des bénévoles, aussi bien dans l'animation d'une activité que dans le fonctionnement statutaire, constituent un élément essentiel de notre fonctionnement.

C'est une équipe de 12 membres élus au conseil d'administration, Une équipe de professionnels-elles :

- 5 personnes dédiées aux fonctions supports et entretien
- 3 responsables de secteurs
- 9 animateurs-trices (de la petite-enfance à l'enfance) et des animateurs-trices saisonniers
- 1 alternant en apprentissage
- 2 animateurs d'activités

La MJC inscrite dans des réseaux fédérés : FR MJC / UDMJC / FCOL
C'est aussi la relation de confiance avec nos partenaires :

- Institutionnels : CAF, Conseil départemental, SDJES, l'Etat, la Région, l'éducation Nationale
- Collectivités : les mairies de Fléac, Saint-Saturnin et Linars
- Acteurs locaux : les associations sportives, culturelles, artistiques et solidaires

2024

Août
Fléac fête l'été

Septembre
Soccer cup

Octobre
Soirée Halloween
Stage vitrail

Novembre
Conférence : Fléac au Cœur du Sport

Février
Soirée Gaming

Avril
Carnaval

Mai
Assemblée Générale
Concours / Expo peintures
Brin d'Aillet

Juin
Ciné de plein air
Fléac fête l'été
Soccer cup

Nos événements marquants de la saison

Espace de Vie Sociale

Mais concrètement, un Espace de Vie Sociale, c'est quoi ? C'est un lieu de proximité ouvert à tous les habitants, qui développe des actions pour renforcer les liens et les solidarités ! On y trouve des espaces de rencontres intergénérationnelles, d'échanges, d'aide à la parentalité de soutien, de convivialité.

Mais pour qui ? Un EVS, c'est pour lui, pour elle, pour eux pour moi et pour toi !

Si vous avez des idées et souhaitez-vous impliquer n'hésitez pas à nous contacter !

**Ateliers
Parentalités**

**Espace
numérique**

**Actions
d'insertions**

**Animations globales
hors les murs**

**Vacances
familles**

**PDN
Parentalité**

Responsable : Fanny MUKMENOV
Téléphone : 07 86 75 54 47
Mail : evsmjc@mjcsgainsbourg.com
FB : Espace de vie sociale : famille et solidarité

Les solidarités

C'est également un espace privilégié pour nouer des relations, s'engager dans des projets collectifs, et obtenir du soutien en cas de besoin. Il aide à renforcer les liens sociaux, à lutter contre l'isolement, et à promouvoir l'épanouissement personnel et collectif.

**Temps
conviviaux**

**Sorties
culturelles**

**Marches
solidaires**

**Actions collectives
Mona Lisa séniors**

Référente : Mélaine CAPAROS
Téléphone : 07 86 75 54 47
Mail : animationsociale@mjcsgainsbourg.com

Petite-enfance - Micro-crèche 10 sem. à 6 ans

*Ouverture les lundis, mardis, jeudis et vendredis
de 8h30 à 16h30 en période scolaire*

La micro-crèche est régie par une Délégation de service public attribuée par la commune de Fléac.

C'est un lieu d'éveil et de socialisation au contact des pairs et d'autres adultes. Elle accueille les enfants les lundis, mardis, jeudis et vendredis de 8h30 à 16h30 en période scolaire.

On découvre

Eveil autour des couleurs, des sons, ...
Ateliers patouilles
Ateliers des « Petits Chefs », ...

On bouge

Sortie à la médiathèque
Motricité fine, ...

Responsable : Fanny MUKMENOV
Téléphone : 07 86 75 54 47
Mail : haltegarderie@mjcsgainsbourg.com

Enfance - Accueil de Loisirs 3 / 11 ans

*L'accueil de loisirs fonctionne les mercredis et pendant
les vacances scolaires (du lundi au vendredi sauf jours
fériés) de 7h30 à 18h30*

Les matinées sont axées sur la créativité (bricolage, peinture, pâte à modeler, atelier cuisine...)

Les après-midis sont tournés vers la découverte de sports, d'activités culturelles, de la nature (jeux sportifs, chasse aux trésors, sortie extérieure, piscine, musée...)

Pendant les vacances estivales, des sorties à la journée avec pique-nique, des camps sont organisés.

Des soirées

Une soirée pizza / film
1 vendredi par mois
(pour les 6 / 10 ans)

On voyage

Séjours sportifs, mer, culturel,
nature et environnement

On partage

Projets intergénérationnels
Rencontre inter-centre
Actions UNICEF

Responsable : Nicolas LEFRANC
Téléphone : 06 01 84 55 00
Mail : enfance@mjcsgainsbourg.com
FB : Accueil de Loisirs EVS-MJC 5 Gainsbourg

Les Jeunesses (à partir de 11 ans)

Vacances scolaires : de 8h30 à 18h00

Hors vacances scolaires : Un vendredi soir et un samedi après-midi par mois (30€ / an)

Sur RDV : Aide à l'écriture de CV, lettres de motivation, parcours BAFA, ...

Réseaux sociaux : Veille sur les réseaux sociaux via les Promeneurs du Net

Venez découvrir un espace où vous pouvez échanger, vous divertir, et vous impliquer dans des projets qui vous passionnent. Que vous soyez intéressés par des ateliers créatifs, des sorties culturelles, des activités sportives ou des soirées à thème, vous trouverez forcément de quoi vous épanouir à la MJC.

Tu as un projet, tu as besoin de soutien, de conseils ou simplement envie de partager des moments conviviaux avec d'autres jeunes ? C'est l'endroit où il faut être.

On découvre

Culture gaming
Création de films
Festivals culturels
Expositions (BD, manga, ...)

On voyage

Séjour à la neige
Festival des jeunes talents à Pau
Séjour d'été en Juillet

On bouge

Laser game, Aqua jump,
City stade,
Baignades

L'engagement jeunes

Vous avez une Passion, où vous rêvez d'aventures ou vous souhaitez améliorer la vie dans votre ville, ou vous souhaitez découvrir ou participer à une aventure collective.

TOUT EST POSSIBLE!

À vos idées et à vos envies !

Expérimentations projets jeunesse

Formation projet collectif jeunes
Organisation d'événements
Bénévolat

On vous accompagne

Recherche de stages
Collectif de jeunes

Responsable jeunesse : Océane RAMM
Référente : Méline CAPAROS
Téléphone : 06 84 26 14 96
Mail : jeunesse@mjcsgainsbourg.com

FB : Océane MJCgainsbourg
Insta : Oceanemjcsgainsbourg
Snap : Mjc Serge Gainsbourg

Collège

Débats citoyens, projets,
rencontres, ...

Engagement bénévole

Les pratiques amateurs

La MJC compte 8 activités portées par des collectifs et bénévoles :

Art floral
Couture
Tarot
Vitrail
Multi-sports
Randonnée
Tennis de table
Yoga

Elles sont encadrées par des bénévoles passionnés qui accompagnent les participants dans leur pratique.

C'est favorisant l'épanouissement, le développement des compétences et la découverte de pratiques que des projets sont portés par ces bénévoles comme le Brin d'Aillet, concours et expos peintures, stage vitrail, ...

L'entente associative

Des acteurs et actrices associatifs volontaires coopèrent, collaborent et mènent des actions communes dans le but de contribuer au dynamisme du territoire.

Fléac fête l'été est l'évènement fédérateur de ce collectif, il permet aux associations de partager un temps festif, culturel et sportif avec les habitants.

Vie associative du territoire

Nous proposons des adhésions associatives aux associations du territoire dans le but de faciliter la réalisation de leurs projets. Du prêt de matériel à l'appui technique, nous sommes présents.

Nous contribuons aussi aux différents événements organisés par les associations et la Mairie de Fléac :

- La Chalonnaise
- La Fléacoise
- Repas du comité de jumelage
- Fléac au coeur du sport, ...



ENTENTE ASSOCIATIVE
FLÉAC

Responsable animation socioculturelle :
Océane RAMM
Téléphone : 06 84 26 14 96
Mail : activites@mjcsgainsbourg.com

Enfances

Baby gym

De 3 ans à 6 ans - Motricité

Mercredi : 11h00 - 12h00

(Enfants scolarisés)

85€/an + Adhésion

Dessin BD

Apprenez à dessiner votre BD

De 9 ans à 10 ans

Samedi : 10h45 - 12h00

115€/an + Adhésion

Dessin Manga

Apprenez à dessiner, découvrez la culture japonaise et se perfectionner en imagination de personnages

De 9 ans à 10 ans

Mercredi : 17h30 - 19h00

190€/an + Adhésion

Multisports

Découvrez différentes activités physiques et sportives

De 6 ans à 10 ans

Mercredi : 14h00 - 15h30

120€/an + Adhésion

LIA / Mouvement rythmé

De 7 ans à 10 ans

Mercredi : 14h00 - 15h00

100€/an + Adhésion

Yoga enfant

De 7 ans à 10 ans

Mardi : 16h45 - 17h45

170€/an + Adhésion

Jeunesse

Danse Afrobeat

De 11 ans à 16 ans

Mercredi : 17h45 - 18h45

170€/an + Adhésion

Dessin BD

Apprenez à dessiner votre BD

De 11 ans à 15 ans

Samedi : 10h45 - 12h00

115€/an + Adhésion

Dessin Manga

Apprenez à dessiner, découvrez la culture japonaise et se perfectionner en imagination de personnages

A partir de 11 ans

Mercredi : 17h30 - 19h00

190€/an + Adhésion

Section loisirs sportifs

Pratiquez un maximum d'activités

A partir de 15 ans

Mercredi : 20h00 - 22h00

40€/an + Adhésion

Tennis de table

Pratiquez en loisir ou compétition

A partir de 13 ans

Mardi & Vendredi : à partir de 20h30

32€/an + Adhésion + licence (78€)

Zumba

Entretenez votre corps en musique

A partir de 13 ans

Jeudi : 19h00 à 20h00

120€/an + Adhésion

Arts & Loisirs

Art floral

Créez des compositions florales

A partir de 6 ans

Un mardi par mois : 20h30 - 22h30

20€/an + Adhésion + 25€/séance

Couture

Créez, réparez, ...

Adultes

Mercredi : 18h00 - 20h00

35€/an + Adhésion

Dessin - Peinture

Pour amateurs et confirmés

Adultes

Mardi : 18h00 - 19h45

145€/an + Adhésion

Informatique

Pratique numérique débutant

Lundi : 9h00 - 11h30

Pratique numérique Intermédiaire

Mardi : 9h00 - 11h30

Utilisation tablette / téléphone

Mardi et Jeudi : 13h30 - 15h30

Les actualités du numériques

Vendredi : 9h00 - 11h30

1 séance : 40€/an + Adhésion

2 séances : 80€/an + Adhésion

3 séances : 120€/an + Adhésion

Photographie

Des fondamentaux à la retouche

Tout public

Mercredi : 18h00 - 22h00

35€/an + Adhésion

Activité annulée

Tarot

Pratiquez en loisir

Vendredi : 14h30 - 17h00

20€/an + Adhésion

Vitrail

Travail du verre, création décoration

A partir de 16 ans

Lundi : 13h30 - 17h30

Mercredi : 13h30 - 17h30

Samedi : 09h00 - 12h00

80€/an + Adhésion



Sports & Bien-être

Danse Africaine

Guinéenne avec musicien
Adultes
Mardi : 19h30 - 21h00
260€/an + Adhésion

Equilibre motricité séniors

Séniors
Vendredi : 10h45 - 11h45
80€/an + Adhésion

Gym douce

Lundi, mercredi et vendredi : 9h30 - 10h30
1 séance : 75€/an + Adhésion
2 séances : 115€/an + Adhésion
3 séances : 155€/an + Adhésion

Gym pilates

Pour un réalignement de tout le corps
Mardi : 17h30 - 18h30 *et/ou* 18h30 - 19h30
1 séance : 155€/an + Adhésion
2 séances : 225€/an + Adhésion

Qi gong (Gym. chinoise)

Entretenez votre santé et votre vitalité
Adultes
Vendredi : 10h00 - 11h30
170€/an + Adhésion

Randonnée pédestre

Famille - Marches loisirs ou sportives
Lundi : 8h00
Marche sportive de 20kms à 6km/h
Mardi : 8h30
Marche de 10,5kms à 5km/h
et Marche de 8kms à 4km/h
Jeudi : 8h30
Marche de 13 à 14kms à 5km/h
et Marche de 8kms à 4km/h
Samedi : 8h30
Marche modérée autour du plan d'eau de St-Yrieix
pour 7kms à vitesse adaptée
20€/an + Adhésion

Respiration consciente active

Adultes
Mardi : 10h45 - 11h45
250€/an + Adhésion

RMG

Renforcement musculaire général
Adultes
Lundi : 20h15 - 21h15
90€/an + Adhésion

Section loisirs sportifs

Adultes à partir de 15 ans
Pratiquer un maximum d'activités
Mercredi : 20h00 - 22h00
40€/an + Adhésion

Sophrologie

Adultes
Jeudi : 18h00 - 19h00
250€/an + Adhésion

Step

Adultes
Mardi : 18h00 - 19h00
90€/an + Adhésion

Stretching

Adultes
Lundi & Jeudi : 10h45 - 11h45
1 séance : 90€/an + Adhésion
2 séances : 150€/an + Adhésion

Swiss ball

Adultes
Jeudi : 19h00 - 20h00
80€/an + Adhésion

Tennis de table

Pratiquez en loisir ou en compétition
Adultes à partir de 13 ans
Mardi : 20h30 - 22h30
Vendredi : 20h30 - Minuit
32€/an + Adhésion + licence (78€)

Yoga

Relaxation, équilibre, émotions ...
Adultes
Lundi : 15h00 à 16h30 ou 18h30 à 20h00
160€/an + Adhésion

Zumba

Entretenez votre corps en musique
Adultes à partir de 13 ans
Jeudi : 19h00 à 20h00
120€/an + Adhésion



Adhésion et Cotisations

L'adhésion à l'EVS-MJC est obligatoire pour participer aux activités de l'association.
Elle est annuelle du 1^{er} septembre 2024 au 31 août 2025 et non remboursable.

Moins de 16 ans : 8€ / an
Plus de 16 ans : 10€ / an
Adhésion familiale : 20€ / an
Adhésion associative : 35€ / an

Modalités de règlements :
Possibilité de paiement en 3 fois.
Différentes modalités et facilités sont possibles :



Chèques ANCV, aides de la CAF, aides des C.E.
L'adhésion à la MJC et les cotisations sont les seules perceptions financières requises pour pratiquer une activité. Toute autre sollicitation ne peut servir qu'après accord préalable écrit de la direction.

Cotisation aux activités :

La cotisation annuelle est calculée sur la base de 35 semaines d'activités minimum de septembre à juin, hors période de vacances scolaires.

Remboursement :

Le montant des cotisations des activités ne peut être remboursé que sur justificatif :

- raison médicale
- mutation professionnelle
- perte d'emploi
- déménagement à plus de 40 km

Dans tous les cas, une retenue de 10% correspondant aux frais de gestion administrative et l'adhésion reste acquise.

Une attestation médicale vous sera demandée pour certaines activités

Présidente : GUILLATAUD Chantal

Directrice : RIFAÏ Hanane

Conseil d'administration : CAMPO Bernadette,
CHARBONNIER Chrystel, CHEVALLIER Annette
HYVERNAUD Didier, LE ROY Elisabeth,
MONTAZEL Marie-Laure, NICOLAS Jean-Louis,
PIAUD Alain, RAULT Julie, ROSSIGNOL Patrick,
SCHMITT Pascal

Suivez nous
sur les réseaux



[evs-MJC Serge Gainsbourg](#)



[evsmjc_serge_gainsbourg](#)

Merci à nos partenaires :



ACCUEIL

Lundi, Jeudi et Vendredi

9h-12h et 14h-17h

Mardi et Mercredi

9h-12h et 14h-18h30

secretariat@mjcsgainsbourg.com

05 45 91 24 39

www.mjcsgainsbourg.com

6, place de l'Église - 16730 Fléac

© EVS-MJC Serge Gainsbourg

Tous droits réservés - 2024