

PARTAGER
DES MOMENTS



DE LOISIRS & DE CULTURE





SOMMAIRE

4

En quelques mots

6

Art / Ateliers expressions

10

Danse / Théâtre

12

École des musiques

16

Gourmandises / Langues

18

Sports / Détente

22

Mercredis / vacances scolaires

24

Art contemporain

26

Événements / Manifestations

28

Accompagnement

29

Renseignements



les activités enfants sont signalées par

UNE FOURMILIÈRE D'ACTIVITÉS, UN PROJET D'ÉDUCATION POPULAIRE.

Equipement de loisirs et de culture implanté au sein d'un remarquable ensemble architectural, composante du patrimoine historique de la ville de Nancy, la MJC Lillebonne propose à tous, enfants, adolescents, adultes, plus d'une centaine d'activités.

Tout au long de l'année elle organise et accueille un grand nombre de manifestations, expositions, conférences, spectacles et accompagne également l'activité de nombreuses associations.

Au-delà de la simple offre d'activités et de l'organisation d'événements, la MJC Lillebonne est attentive à permettre aux jeunes, comme aux adultes, de développer leur personnalité, de prendre conscience de leurs aptitudes et de se préparer à devenir les citoyens actifs et responsables d'une communauté vivante.

Comme toutes les associations, elle est gérée par un conseil d'administration composé d'adhérents élus lors de l'Assemblée Générale qui se réunit une fois par an.

La MJC Lillebonne Saint Epvre est affiliée à la Fédération Régionale des MJC de Lorraine.

Elle est également membre de l'Union locale des MJC réunissant les 7 MJC de Nancy : Bazin, Beauregard, Desforges, Haut du lièvre, Lillebonne, Pichon, Trois Maisons

Site internet de l'Union Locale des MJC de Nancy:

www.mjcnancy.fr



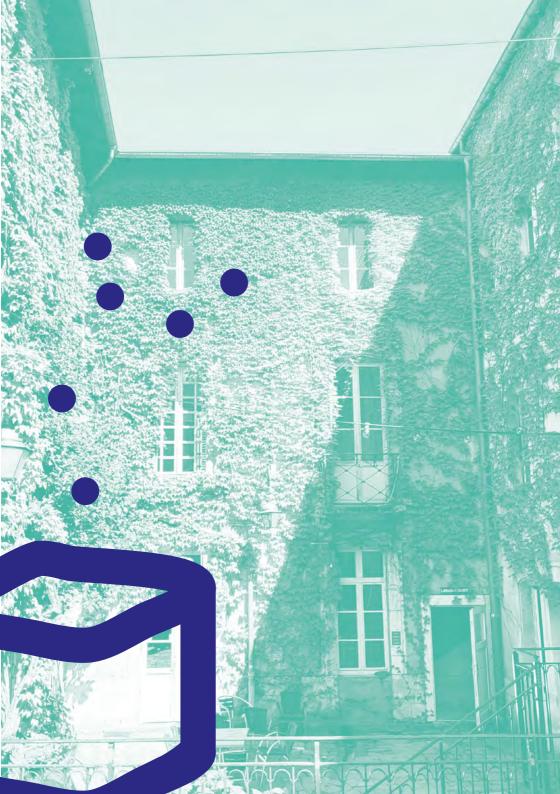
www.mjclillebonne.fr



MJCLillebonne54



mjclillebonne



ART / ATELIERS EXPRESSIONS

ARTS PLASTIQUES DESSIN/BD

Chloé Revel

ENFANTS (6-11 ANS)

- Mercredi: 9h00-10h30 10h45-12h15

Tarif:198€

Moé Yamakoshi

PRÉ-ADOS (10-13 ANS)

- Mercredi: 13h30-15h00 15h00-16h30

Tarif: 198€

ADOS (13 ANS ET +)

- Mercredi: 16h30-18h30

Tarif: 264€

• CALLIGRAPHIE ARABE

En partenariat avec l'ATMF, Diwan en Lorraine & France-Syrie Entraide

Programme de stages à venir

• CALLIGRAPHIE LATINE

Malika Boustol

ADULTES

- Lundi: 18h00-20h00

Tarif: 267€

• CLUB LECTURE

Paule Mahyer

Littérature contemporaine

ADULTES

- Vendredi (1x/mois): 15h-17h Les 22/09, 20/10, 24/11, 15/12, 26/01, 23/02, 22/03, 19/04, 17/05, 14/06.

Tarif: 36€

COUTURE

Laurent Sicard, Styliste, modéliste ADULTES - Mardi: 18h00-20h00 - Jeudi: 18h00-20h00

Tarif: 318€

DESSIN / ARTS PLASTIQUES / EXPRESSION

Peinture, collage, modelage, dessin etc..

Franck Hommage

Réunion d'information jeudi 28/09 à 18h30 - Reprise le 6/10

ADULTES, ÉTUDIANTS, ADOS

- Vendredi: 9h00-12h00 - Samedi: 9h00-12h00

Tarif: 414€

Étudiants ou en recherche

d'emploi: 315€

DESSIN, MANGAS

Moé Yamakoshi

ADOS (15 ANS ET +)

- Mardi: 17h00-19h00

Tarif: 264€

• ENSEMBLE LYRIQUE INTERLUDE

ADULTES

- Lundi: 20h15-21h45 Informations au 06.14.19.60.59

Tarif: 180€, étudiants: 90€ + 20€ d'adhésion à l'association

GRAVURE

Franck Hommage

Ouvert à tous, débutants ou initiés, artistes, groupes scolaires.

Réunion d'information jeudi 28/09 à 18h30.

ADULTES, ÉTUDIANTS, ADOS

Du jeudi 5/10 au jeudi 28/03, puis utilisation libre de l'atelier jusque fin juin.



- Jeudi.: 19h00-22h00 Tous niveaux. Toutes techniques de gravure.

Tarif: 414€. Étudiant ou en recherche d'emploi: 315€

Pour l'utilisation libre de l'atelier de Gravure. Merci d'établir un contact préalable avec Franck Hommage

JEUX DE SOCIÉTÉ

Olivier FRANTZ avec la Caverne du Gobelin

ADOS/ADULTES

- Mercredi: 20h00-23h00

Tarif: 24€

MODELAGE / SCULPTURE

Florence Grivot

ADULTES

• Du geste à la forme, approche poétique du modelage

- Lundi: 14h00-16h30

Tarif: 441€

• Anatomie artistique, de l'observation à l'interprétation

- Mercredi: 17h00-19h00

Tarif: 369€*

 Accompagnement de projets individuels

- Lundi: 18h00-20h00 - Mercredi: 19h00-21h00

Tarif: 369€*

*Les tarifs comprennent la cuisson des pièces réalisées en atelier) + 20 € de supplément pour les engobes et émaux.

PHOTOGRAPHIE ARGENTIQUE

Laboratoire des photographies expérimentales Mise à disposition d'outils propres à la photographie analogique et argentique

Clément Martin

ADOS (DÈS 16 ANS) / ADULTES

• Initiations et autonomisation débutants

Permanences:

- Mardi: 19h00-21h00

Tarif: 310€*

 Pratiques et projets individuels, procédés alternatifs & expérimentaux

- Du lundi au vendredi: 10h00-17h00 (sur rendez-vous)

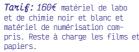
Tarif: 310€* l'année

*comprend le libre accès au laboratoire aux heures d'ouverture de la mjc, le matériel de chimie noir et blanc (développement de film et tirages), le développement de film Couleur (60 films par an), la chimie cyanotype, le matériel de numérisation. Reste à charge film et papier

Espace laboratoire argentique noir et blanc (en accès libre)

- Lundi: 19h00-21h00 - Mercredi: 19h00-21h00

Connaissances nécessaires avec le matériel de laboratoire.





PHOTOGRAPHIE NUMÉRIQUE

Francois Ferir

ADULTES

- Jeudi: 19h00-21h00

Tarif: 30€

PHILOSOPHIE DE L'ART

QU'EST CE QUE L'ART?

Jean Mariage, professeur agrégé de philosophie.

ADULTES

Réflexion philosophique autour de la notion d'œuvre d'art

- Lundi: 18h00-20h00

Tarif: 207€

• RELIURE

Maryline Borg

ADULTES

- Jeudi: 9h15-11h45 14h00-16h30 16h30-19h00

Tarif: 291€

• <u>SÉRIGRAPHIE</u>

Atelier L'Antre
Camille Berniard

ADOS/ADULTES

- Lundi: 18h00-20h30 - Mardi: 18h00-20h30 - Mercredi: 18h00-20h30

Tarif: 384€

carte 6 séances: 150€ carte 12 séances: 240€

Stages en week-end et à la journée ou demi-journée durant les vacances scolaires

• SKETCHING

Cédric Jacquillard
Dessin d'objet, dessin
d'espace, dessin d'ambiance,
carnet de voyage

ADOS/ADULTES

- Mercredi: 18h00-20h30

Tarif: 342€

🕨 TERRE MODELAGE 🕲



Céline Blaudez

ENFANTS

- Mercredi:

5-8 ans: 9h00-10h30 5-8 ans: 13h30-15h00 8-12 ans: 15h00-16h30

Tarif:264€ - matériel fourni

ADOS (DÈS 12 ANS)

- Mardi: 18h00-20h00

Tarif: 309€ - matériel fourni

• TYPOGRAPHIE MANUELLE

Par l'Imprimerie Bâtard

ENFANTS (Â PARTIR DE 5 ANS)/ ADOS / ADULTES / PERSONNES EN COURS D'ACQUISITION DU FRANÇAIS, PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Composition et impression typographique plomb et bois Création d'objets imprimés à la main.

Ateliers-découverte à la commande

à la MJC Lillebonne ou dans votre structure.

Conditions d'ateliers et tarifs sur demande à limprimeriebatard@gmail.com (présenter votre structure et préciser votre projet)







CONTACT IMPRO

Un mélange d'art, sport et méditation

Marêge Moreno

ADOS (à partir de 15 ans) / **ADULTES**

Pas de pré-requis nécessaire

- Mercredi: 20h00-22h00

Tarifs: 10 cours: 180€. 20 cours: 320€, Annuel: 430€

DANSES D'AFRIQUE DE L'OUEST

Bamba Camara avec interventions ponctuelles de Marielle Durupt, Cie La Torpille. Avec musiciens en live

ADULTES

- Vendredi: 20h00-21h30

Tarif: 276€ + adhésion à la cie la Torpille

DANSE CLASSIQUE

Noële Pajeot

Réunion d'infos et d'inscription le 6/09 de 16h30 à 19h00

ADOS/ADULTES

Cours 1

Application classique

- Vendredi: 16h45-17h30

Moven/Supérieur

- Vendredi: 17h30-18h30

Cours 3 Barre à terre/Tous niveaux

- Mercredi: 17h30-18h30 - Samedi: 13h00-14h00

Tarif:

1h/semaine: 315€ 2h/semaine: 415€ 3h/semaine: 515€ +3h/semaine: 595€

DANSE DE SALON

Rock, valse, samba, cha cha, salsa, rumba

Noële Pajeot

Réunion d'infos et d'inscription le 6/09 de 16h30 à 19h00

ADOS/ADULTES

- Jeudi.: 19h30-20h30

Tarif: 315€

DANSE ÉGYPTIENNE

Liz Nakhil. association Almase

ADULTES

Tous niveaux

- Mardi: 19h30-20h45

Tarif: 208€

DANSE HIP-HOP

Hamza Boumaza. Manu Hannequin Camille Villard

Association Street Harmony

Stage d'initiation le 10/09 de 16h30 à 17h30 et inscrip-tions jusqu'à 19h30

ENFANTS (6/12 ANS)



- Lundi (9/12 ans): 18h00-19h00 (Hamza)
- Mercredi (6/9 ans): 17h00-18h00 (Camille)

PUBLIC EN SITUATION DE HANDICAP

Danse adaptée

- Mercredi:18h00-19h00 (Camille)

Tarif: 147€ ADOS/ADULTES

Débutants

- Lundi: 19h00-20h30 (Hamza)

Intermédiaires

- Mardi: 19h00-20h30 (Hamza)

Confirmés

- Mercredi: 19h00-20h30 (Hamza) - Jeudi: 19h00-20h30 (Manu)

Tarif: 219€

Des stages seront organisés au cours de la saison.



DANSE MODERN' JAZZ

Noële Pajeot

Réunion d'infos et d'inscription le 6/09 de 16h30 à 19h00

ADOS/ ADULTES

- Mercredi: 17h30-18h30 (barre à terre)

- Venchedi: 18h30-19h30 - Samedi: 13h00-14h00 (barre à terre)

Tarifs:

1h/semaine: *315*€ 2h/semaine: *415*€ 3h/semaine: *515*€

• THÉÂTRE ADULTES

Jacques Rimbert

Initiation

- Lundi: 20h30-23h00

Création

- Mercredi: 20h30-23h00

Tarif: 240€

<u>THÉÂTRE</u> D'IMPROVISATION



Anthony Zarsoso

ENFANTS (7/12 ANS)

- Mercredi: 14h00-15h30

PRÉ-ADOS (13 ANS ET+)

- Mercredi: 15h45-17h15

Tarif:198€

• THÉÂTRE RECHERCHE & CRÉATION

Chantal Puccio Reprise le 5/10

ADULTES

- Jeudi: 20h00-23h00

+ quelques week-end dans

l'année

Week-end découverte les 23 et 24/09

Tarifs: 310€. Étudiants: 295€ WE découverte: 40€ déductible de la cotisation annuelle



UNE ÉCOLE OUVERTE À TOUTES LES MUSIQUES

LES INSTRUMENTS



ALTO Céline Frantz

BATTERIE

Laurence Bridard & Charlie Davot

CHANT CLASSIQUE VARIÉTÉ (rock, pop, ...) Bertha Saard

CLARINETTE

Christelle Guichoux

CONTREBASSE Achille Landois

FLÛTE TRAVERSIÈRE - À BEC Elise Allart

GUITARE BASSE Olivier Beche

GUITARE CLASSIQUE Éric Hurpeau

GUITARE JAZZ Éric Hurpeau

HAUTBOIS / COR ANGLAIS HAUTBOIS BAROQUE Florine Hardouin

PERCUSSIONS
Guy Constant

PIANO CLASSIQUE Isabelle Caroit

PIANO JAZZ

Vincent Houplon

SAXOPHONE Mathilde Jeangeorges

TROMBONE Carl Lelonge

TROMPETTE
Albert Bomont

VIOLON

Céline Frantz & Sonia Gasmi

VIOLONCELLE Nelly Madigou

LE PROJET

L'École Des Musiques a pour objectif de permettre à chaque élève: enfant, adolescent, adulte de découvrir différents univers musicaux en suivant à son rythme, un cursus complet d'enseignement musical: éveil musical, formation instrumentale ou vocale, formation et culture musicale, musique d'ensemble vocale et instrumentale.

L'enseignement est organisé par cycles définis selon des objectifs d'apprentissage précis.

L'évaluation des acquis des élèves est réalisée de manière continue et un livret de formation les accompagne tout au long de leur cursus.

La participation à deux scènes ouvertes durant l'année scolaire fait partie de l'évaluation.

Chaque fin de cycle est validée par le travail et l'interprétation publique d'un morceau choisi par l'équipe pédagogique.

Chaque année, au-delà du cursus d'enseignement musical, différents projets artistiques sont menés en partenariat avec des structures actives au sein de la vie culturelle nancéienne: Tekhne, le Bazardier, la Galerie Lillebonne et avec les artistes accueillis en résidence à la MJC.

C'est pourquoi, nous demandons à nos enseignants, outre leur formation musicale et pédagogique, une pratique professionnelle reconnue et une bonne expérience de la scène.

FORMATION MUSICALE

Assurée par Laurence Bridard et Éric Hurpeau

ORCHESTRES

Le Gâteau sur la Cerise, la Fanfarone, la Petite Fanfare, Combo Jazz, ensemble de musique de chambre,...

UN ENSEIGNEMENT COMPLET QUI COMPREND

• Une formation instrumentale structurée en 3 cycles : de la découverte de l'instrument à la pratique autonome.

• Une formation musicale

Structurée sur 5 niveaux : lecture de notes, travail du rythme (lecture et percussion corporelles), théorie musicale, travail de l'oreille, écoute, découverte d'univers musicaux…

• Une pratique de la musique en groupe grâce à la participation possible à l'un des orchestres ou ateliers de l'école.

• Une pratique de la scène

Tout au long de l'année des « scènes ouvertes » accessibles à tous sont organisées. Elle permettent la confrontation au public dans des conditions de concert et la rencontre avec d'autres musiciens issus de l'école.

TARIFS POUR UN CYCLE D'ENSEIGNEMENT COMPLET

• ENFANTS pour les 2 premières années de cycle 1:

- 3 élèves en 1h ou 2 élèves en 45 min: *516*€/élève

- 1 élève en 1/2h ou

2 élèves en 1h: *615*€/élève



ATELIERS & **PRATIQUES** COLLECTIVES

ATELIER CHANT

(Chœur et instruments) Bertha Saard

ADOS/ADULTES

- Lundi: 18h45-20h15

ATELIER D'ORCHESTRE (



- Mercredi: 17H30-18h30

• Le Gâteau sur la Cerise Vincent Petit

ADOS (13/18 ANS)

- Mardi: 18h00-20h00

Combos Jazz

Eric Hurpeau ADULTES

- Jeudi: 19H00-20h30

The Little Bones

Improvisation jazz Mathilde Jeangeorges

ENFANTS/ADOS/ADULTES

- Lundi: 18H30-19H30

ATELIER PERCUSSIONS (**)

Guv Constant

ENFANTS (8/12 ANS)

- Lundi : 17h30-18h30 ADOS / ADULTES

- Lundi: 18h30-20h00

CHORALE Bertha Sgard

ENFANTS (6/12ANS)

- Lundi: 17h30-18h15

FANFARONE

Christelle Guichoux ADOS/ADULTES

Fanfare festive, éclectique et débridée (instruments à vents et percussions)

- Mardi: 20h00-21h00

MUSIQUE DE CHAMBRE

Florine Hardouin

ENFANTS

- Mercredi: 17h00-17h45

- Jeudi.: 17h30-18h30

ADULTES

- Mercredi: 18h00-19h00

165€ pour 3/4h d'atelier 216€ pour 1h d'atelier et le gâteau sur la cerise 264€ pour 1h30 d'atelier

Il est possible de s'inscrire à ces ateliers sans suivre une

FORMATION ET ÉVEIL MUSICAL

FORMATION MUSICALE

Laurence Bridard et Eric Hurpeau

ENFANTS/ADOS

Les horaires sont communiqués à chaque enfant en fonction de son ni.veau.

ADULTES

- Mercredi: 18h30-19h30

Il est possible de s'inscrire en formation musicale sans suivre une formation instrumentale.

Tarif: 117€

ÉVEIL MUSICAL Isabelle Caroit



ENFANTS (5/6 ANS)

Initiation à la formation musicale

- Mercredi: 17h15-18h15

Tarif: 195€





«Good Island» Stéph Sonotone

Enregistrement, mixage, arrangements et composition. Accompagnement personnalisé de projets.

sonotone@free.fr



FANFARE DES ENFANTS DU BOUCHER

Un projet participatif pour les fêtes de la Saint Nicolas





RÉUNION D'INFORMATION ET D'INSCRIPTION POUR L'ÉCOLE DES MUSIQUES

- Mercredi 6 sept de 14h à 15h (éveil musical) de 16h30 à 18h30 (instruments)

- Jeudi 7 sept de 17h30 à 19h30 (instruments)

Pour toute inscription après ces dates, contactez l'accueil de la MJC au 03 83 36 82 82.



GOURMANDISES LANGUES

• CUISINE CHINOISE

Avec l'association des Amitiés Franco-Chinoises

ADULTES

- Jeudi (1sem./2): 18h30-20h30

Tarif: 160€ les 15 séances

Places limitées - S'informer au 03.83.41.15.40 ou sur contact@chinenancy.org

CUISINE JAPONAISE

Noo Schiltz

Avec l'association Franco-Japonaise Nancy Lorraine (AFJNL)

ADOS/ADULTES

- Vendredi (1/mois): 18h-21h30

Planning complet sur www.afjnl.org

Tarif: 35€/séance, 20€/séance pour les adhérents à l'AFJNL

CUISINE RUSSE

Avec le Centre Pouchkine

Portes ouvertes le sam 9/09 de 13h à 17h.

ADULTES

- Samedi: 10h00-13h00 (6 séances/an)

Tarif: 50€ à l'année 1er cours possible à 15€

RIENNE INDIENNE

Uma NATH MISRA Avec l'association Sciences du Yoga traditionnel

ADULTES

- Samedi: 9h30-14h30 Les 14/10, 13/01, 10/02, 13/04, 25/05

Tarif: 20€/cours

Renseignements / inscriptions : mfvinet@gmail.com
07 80 30 97 07

OENOLOGIE

Jean Walch, Sommelier L'Auberge Francine

Tout niveau accepté

ADULTES

- Mardi (8 séances): 20h-22h30

Programme:

Initiation à la dégustation 3 octobre

...

Vin bio, biodynamique et naturel

7 novembre

Foie Gras et bulles

5 décembre

Bourgogne VS Loire g janvier

<u>Cépages rares et oubliés</u> 6 février

Tour de France des blancs et rouges - Partie 1 12 mars

Tour de France des blancs et rouges - Partie 2 2 avril

Rosé d'été sous toutes ses formes 7 mai

Tarif: 246€





• ARABE Wain Kafa

En partenariat avec l'ATMF, Diwan en Lorraine & France-Syrie entraide

ENFANTS (à partir de 7 ans)/ADOS

- Mercredi: 17h00-18h00

ADOS/ADULTES

Débutants:

- Mardi: 18h00-19h00

Intermédiaires:

- Mardi: 19h00-20h30

Avancés:

- Mercredi: 18h00-19h30

Tarifs: 171€ cours d'1h 258€ cours d'1h30

• CHINOIS

Avec l'association des Amitiés Franco-Chinoises

Pour découvrir une langue et une culture radicalement différentes.

ADULTES

Niveau 1:

- Lundi: 18h00-20h00

Niveau 2:

- Mardi: 18h00-20h00

Niveau 3:

- Mercredi: 18h00-20h00

Niveau 4:

- Mardi: 14h00-16h00

Tarif: 320€ / 60h

CHORALE RUSSE

Avec le centre Pouchkine

Portes ouvertes le sam 9/09 de 13h à 17h. Reprise le 26/09.

ADULTES

- Mardi: 19h00-20h30

• ESPAGNOL

Jose-Manuel Romero

ADULTES

Débutants:

- Mercredi: 18h00-19h30

Intermédiaires:

- Jeudi: 18h00-19h30

Tarif: 258€

FLE (Français Langue Étrangère)

ADOS/ADULTES

- Lundi, Mardi, Mercredi, Jeudi, Vendredi: 10h00-11h30

- *Vendredi:* 14h00-16h00 Contact: 06 73 64 93 07

ITALIEN

Antoinette Manonni

ADULTES

Débutants:

- Mercredi: 19h30-20h30

Avancés:

- Mercredi: 18h30-19h30

Tarif: 216€

JAPONAIS

Avec l'association Franco-Japonaise Nancy Lorraine (AFJNL)

ADOS/ADULTES

Noriko ZIEGLER

Niveau 1:

- Mercredi: 19h25-20h40

Tarif: 270€

Noriko BELOUET, Noriko ZIEGLER

Niveau 2:

- Mercredi:18h00-19h15

Niveau 3:

- Mercredi: 18h00-19h15

Niveau 4:

- Mercredi: 19h25-20h40

Tarif: 250€

+ 20€ d'adhésion à l'AFJNL

• RUSSE

Avec le Centre Pouchkine

Portes ouvertes le sam 9/09 de 13h à 17h. Reprise le 25/09

ADULTES

7 niveaux de langue, de débutant à confirmé 2h par semaine soit 60h/an

Tarif: 350€ Étudiants: 300€

nancy.pouchkine@gmail.com Tél : 03.83.35.74.34 (répondeur)

POLONAIS

Monika Rozumek

ADULTES Débutants:

- Lundi: 18h30-20h00

Avancés:

- Lundi: 17h00-18h30

Tarif:258€





Streching

- Lundi: 19h30-20h30

Tarifs:

1h/sem.: 246€/an illimité: 321€/an

JUDO - JU JITSU 🤠



Zouhir De Fouad

JUDO

4/6 ans

- Lundi: 16h45-17h30 - Vendredi: 16h45-17h30

6/9 ans

- Lundi: 17h30-18h30 - Mercredi: 17h45-18h45 - Vendredi: 17h30-18h30

JUDO ET JUJITSU

Ados (10 ans et +)/Adultes

- Lundi: 18h30-19h30 - Mercredi: 18h45-19h45 - Vendredi: 18h30-19h30

JUJITSU BRÉSILIEN

ADOS/ADULTES

- Lundi: 19h30-21h00 - Mercredi: 19h45-21h00 - Vendredi: 19h30-21h00

Tarifs:

Séance de 3/4 d'h: 197€ Séance d'1h: 210€ Séance d'1h30: 225€ Cours supplémentaire: 69€ Licence FFJDA comprise.

KU-JITAO

Zouhir De Fouad

ADULTES

- Lundi: 9h00-10h15 - Mardi: 9h00-10h15 - Jeudi: 9h00-10h15

Tarifs:

1 cours: 237€, 2 cours: 354€

MASSAGE ÉNÉRGÉTIQUE CHINOIS

Dany Sargis & Chloé Cincio

ADULTES

Programme des séances à venir

MÉTHODE **FELDENKRAIS**

Nathalie Bonafé Ghislaine Ernest Saintianon Catherine Oculi

ADULTES

- Mercredi: 19h00-20h30

Tarif: 327€

NINJUTSU Bujinkan Dojo Nancy Laxou

ADULTES

- Jeudi: 20h30-22h30

Tarif: 285€ licence comprise

Possibilité de participer à deux autres entraînements au Dojo Victor Hugo à Laxou:

- Lundi: 20h00-22h00 - Mercredi: 21h00-22h30

PILATE / SOFT BALL **SWISS BALL**

Noële Paieot

Réunion d'infos et d'inscription le 6/09 de 16h30 à 19h00

ADOS / ADULTES

- Mardi: 18h30-19h30 - Mercredi: 16h30-17h30

- Jeudi: 18h30-19h30 - Samedi: 9h45-10h45 12h00-13h00

Tarifs:

1h/semaine: 315€ 2h/semaine: 415€ 3h/semaine: *515*€ + de 3h/semaine: 595€

PLONGÉE SOUS-MARINE

Isabelle Dazv Henri-Pierre Miecaze

ADOS/ADULTES

Réunion d'information et d'inscription à la MJC le lundi 11/09 à 19h00.

Baptêmes le 13/09. Reprise de l'activité le 20/09 à la piscine de Laneuveville

Entrainements hebdomadaires

- Mercredi : 20h30-22h00 (piscine de Laneuville)
- Formation pratique et théorique(Niveaux 1, 2, 3 & 4)
- Formation RIFA-Plongée
- Formation NITROX
- Stages en milieu naturel (Vosges - Méditerranée -Mer rouge)

Tarifs:

16/26 ans: 240€ Adultes: 313€

Tout compris:

licence – adhésion – prêt du matériel (stab et détendeur) formations niveaux - diplômes www.plongee-lillebonne.fr

SIN-MOO-HAPKIDO



Nicolas Tacchi

ENFANTS

- Mercredi: 14h00-15h00 - Samedi: 14h00-15h00

ADOS (DÈS 12 ANS) / ADULTES

- Mercredi: 15h00-16h30 - Samedi: 15h00-16h30

Tarifs:

Enfants: 210€ Ados/Adultes: 225€ Cours supplémentaire: 69€





SOPHROLOGIE

Caroline Comunello

ADULTES

- Samedi: 10h00-11h30

Tarif: 237€

TAI JI QUAN/ QI GONG & MÉDITATION TAOÏSTE

École Hun Yuan Professeur Dany Sargis, Assisté de Francine Savre, Ahmed Boutelis et Olivier Le Goallec

ADULTES

Qi Gong et relaxation

- Lundi: 9h30-10h30

Tai Ji Quan Tous niveaux

- Lundi: 20h30-21h30

Tai Ji Quan prolongation pour avancés

- Lundi: 21h30-22h15

Méditation taoïste - Qi Gong

- Mardi: 10h30-11h30

Tai Ji Quan, à partir de 3 années de pratique

- Jeudi: 20h45-22h00

Tai Ji Quan - Qi Gong

Fondamentaux
- Vendredi: 14h00-15h15

Tarif: 213€

TISSU AÉRIEN/TRAPÈZE

Atelier de suspension aérienne

Diane Vaicle, Cie Rouge Carmin Mathilde Clapeyron, Cie Epissure

ADOS (Dês 12 ans)

- Lundi: 18h00-19h30

Tarif:198€

ADULTES

10 séances min. avec Diane 10 séances min. avec Mathilde 10 séances max. en autonomie

- Lundi: 19h30-22h00

Tarif: 253€

• Atelier libre

Mary Charlotte Spinelli

- Mardi: 21h00-23h00 Réservé aux initiés

Tarif: 150€

• Atelier technique

Mary Charlotte Spinelli

- Jeudi: 20h30-22h30

Tarif: 280€

YOGA Catherine Frinot

ADULTES

- Lundi: 12H00-13h00

13H00-14H00

- Jeudi: 17H00-18H00 18H00-19H00

Tarif: 183€

YOGA ÉNERGIE DES SAISONS

Aline Aumont

Au fil des semaines, se synchroniser à l'énergie propre à chaque saison

ADULTES

- Mardi: 18h00-19h30 19h30-21h00

Tarif: 300€ Pass 10: 159€

Nombre de places limité, priorité sera donnée à l'abonnement annuel



MERCREDIS OVACANCES

LE CENTRE DE LOISIRS

Les mercredis 6/12 ans :

De 8h à 18h.
Inscription en journée complète, demi-journée avec ou sans repas (possibilité de cumuler avec la formule Pouce).

Tarifs:

- ½ journée: 9€

- ½ journée + repas: 13€

- journée complète + repas: 19€

Avec prestations de service (CAF): Quotient familial $\leq 800 \in :17 \in /j$ Quotient familial $\geq 800 \in :18 \in /j$

Accueil Pouce:

Formule permettant aux enfants participant à des activités au sein de la MJC, de bénéficier d'un accueil avant ou après leur activité. L'accueil pouce est encadré par un animateur du centre de loisirs.

Tarifs: 1,5€ la demi heure

Les vacances 6/9 ans et 10/14 ans :

Toussaint, hiver, printemps, été, les enfants sont accueillis du lundi au vendredi, de 8h à 18h (4 journées minimum).

Tarifs:

- la semaine: 110€

avec aide aux temps libres: 91ϵ

Avec prestations de service (CAF): Quotient familial≤ 800€: 100€ Quotient familial≥ 800€: 105€

- Les paiements se font
- à l'inscription
- Inscription obligatoire de 4 Jours minimum

Les + des vacances :

• Des veillées tous les jeudis soirs de 18h à 22h pour les ados inscrits sur la semaine de vacances.

Tarif : 5 €/veillée

- **Des Nuitées** au jardin partagé de la MJC des 3 Maisons pendant les vacances d'été Tarif : 8€/nuitée
- Mini-camp ados, en août, pour les 10 à 15 ans Dates et tarif à déterminer en fonction du séjour

Chèques vacances et florains acceptés

Documents à fournir:

- Fiche d'inscription et fiche sanitaire (téléchargeable sur www.mjclillebonne.fr)
- Copie des vaccins à jour
- Certificat médical de non contre indication à la vie en collectivité
- Attestation quotient familial (Aide aux temps libres et prestations de services)
- le règlement intérieur du centre de loisirs signé



<u>Une journée type</u> au centre de loisirs:

Le matin, arrivée des enfants entre 8h et 9h30, pour un début de journée en douceur. Au choix de chacun: bd, jeux de société, baby-foot, dessin, mangas...

De 9h30 à 12h et de 14h à 16h, suivant les saisons, les envies et le fil rouge du moment, diverses activités sont proposées aux enfants : activités manuelles, sportives, jeux de société, théâtre, jeux collectifs .

Le repas et le goûter sont pris à la cafétéria, ou si la météo le permet, dans la cour intérieure de la MJC.

Après le goûter, les enfants retournent en bibliothèque dans l'attente de leurs parents entre 17h et 18h.

La saison 2023/2024 sera portée sur une dimension artistique, où les enfants exploreront le vaste champ des Arts.

En parallèle des activités proposées, les enfants participent régulièrement à différents projets en lien avec la MJC (Festival du Jeu, Fanfares & Spaghetti, atelier typographie avec l'imprimerie Bâtard, atelier d'initiation à la sérigraphie avec "l'Antre", projet du Défilé de la St Nicolas en collaboration avec les MJC de Nancy...).

SAMEDIS ADOS 10/14 ANS

Club de jeux de sociétés et de jeux de rôles

Au programme:

- Jeux de plateaux (Zombicide, Bunny Kingdom, Massive Darkness, Jamaïca, Smallword...)
- Jeux de cartes ou de dés (Poker, Munchkin, Tarot, Bang, Zombidice ...);
- Jeux de rôle (l'appel de Cthulhu, The witcher)

Mais aussi:

- Création JDR (personnages, plateau, histoire, quête...)
- Peinture de figurines;
- Création d'Escape Game
- Participation et organisation du Festival du jeu!

Pour Qui?

les Ados de 10 à 14 ans et +

Quand?

Tous les samedis de l'année (Hors vacances scolaires) de 14h à 18h

Où ?

A la MJC Lillebonne, dans la salle Ados

Tarif:

25€/trimestre + adhésion MJC de 8€

Inscription:

à l'accueil de la MJC Lillebonne

Date d'ouverture :

le samedi 16 septembre 2023



GALERIE LILLEBONNE ESPACE CULTUREL D'ART CONTEMPORAIN

Un projet culturel triptyque

Diffusion / Soutien à la création

Formation & éducation

La Galerie Lillebonne vous propose des expositions présentant quelques aspects de la création contemporaine. Riche de plus de 39 années d'activité et d'expertise, elle tentera de vous émerveiller, vous surprendre et/ou vous déconcerter… Mais à coup sûr, elle vous emmènera dans des questionnements sur l'art, ses fonctions multiples et la place prépondérante que la création et ses artistes occupent dans notre société et entretiennent avec la population.

Son partenariat exemplaire avec la Maison Lillebonne font de la Galerie un pôle d'excellence au sein de notre ville, notre région et bien au-delà.

Sa programmation artistique, éloignée de toute idée partisane ou opportuniste, n'a pour souci que d'introduire dans notre ville la «création qui se fait ailleurs» tout en aménageant une place de choix et un soutien aux artistes de la région.

La Galerie Lillebonne participe également à la maîtrise d'œuvre de la manifestation biennale des «ouvertures d'ateliers d'artistes» dont la prochaine édition aura lieu au printemps 2025.

Galerie ouverte selon le calendrier des expositions, du mardi au samedi de 14h à 19h et sur rendez-vous.

CONTACT

Marc Decaux
galerielillebonne@wanadoo.fr





ÉVÊNEMENTS MANIFESTATIONS

RENDRE LA CULTURE ACCESSIBLE AU PLUS GRAND NOMBRE: UNE MISSION? UN RÊVE? UNE UTOPIE? TOUT CELA À LA FOIS, ET EN TOUT CAS, UN OBJECTIF POUR LA « MAISON» LILLEBONNE & SES PARTENAIRES ET AMIS.

Expositions, concerts, conférences, spectacles, festivals. soirées...

Nos évènements sont humanistes, sociaux, culturels, historiques, citoyens, artistiques, écologiques, littéraires, scientifiques, objectifs ou partiaux, paisibles ou turbulents...

Cette saison sera marquée par de nombreuses manifestations issues de partenariats précieux avec les structures associatives et culturelles du Grand Nancy telles l'Enfer, le Bazardier, Locomotion, le NJP, Nancy Blast Frustration, Diwan en Lorraine, Culture et Communication, la compagnie La Torpille, le Centre Culturel André Malraux, la Libre Pensée 54, France Syrie Entraide, la Cie Fight Impro, la Société d'Histoire de Nancy, Nancy France Pologne, la SLAAM, la Cie Flex, les MJC de Nancy.

Retrouvez tous nos événements et manifestations

sur www.mjclillebonne.fr
sur Facebook: MJCLillebonne54
sur Instagram: mjclillebonne



PREMIER DEGRÉ

Petit lieu d'accueil temporaire.

Au premier étage de l'hôtel de Lillebonne, un espace dédié au dessin, à la bande dessinée alternative, aux fanzines et à la photographie.





ACCUEIL D'ASSOCIATIONS

Mise à disposition de locaux, domiciliation postale, prêt de matériel, appui administratif, appui technique, aide au montage de dossiers...

ACCOMPAGNEMENTS DE PROJETS ARTISTIQUES

Accueil en résidence, appui administratif, technique, artistique, prêt de salles de répétition, mise en réseau, coproduction…

ACCOMPAGNEMENTS DE PROJETS JEUNES

Accueil de stagiaires, orientation et information sur les métiers de l'animation, suivi de parcours professionnels, aide au projet, appui administratif, technique...

ACCUEIL

Nous disposons d'une cafétéria, lieu dans lequel de nombreux projets voient le jour et qui permet aussi d'accueillir le temps d'un repas tiré du sac les classes et groupes d'enfants en visite à Nancy.

Pour tout renseignement sur ces différents aspects de l'activité de la MJC prenez contact avec l'équipe d'animation.

SEIGNEMENT

MODALITÉS D'INSCRIPTIONS & PRÉCISIONS

- L'adhésion à l'association est nécessaire pour pratiquer une activité, son montant est de 9€ pour la saison (de septembre à août).
- La carte d'adhérent est valable dans les autres MJC de Nancy.
- La cotisation aux activités est calculée sur la base du calendrier scolaire avec un minimum de 30 séances annuelles.
- La MJC Lillebonne accepte le Florain, les chèques vacances et les aides aux temps libres de la C.A.F., le Pass Culture.
- Le paiement des cotisations peut être échelonné sur plusieurs mois.
- Nous veillons à proposer des solutions aux familles et personnes rencontrant des difficultés financières.
- L'inscription à une activité sportive doit être accompagnée d'un certificat médical.
- Les parents doivent amener et venir rechercher leur(s) enfant(s) à l'entrée de la salle d'activité et s'assurer que l'animateur est présent.

POUR LA RENTRÉE

Reprise des activités à partir du lundi 11 septembre* 1 séance offerte (bon à récupérer à l'accueil de la MJC)

JOURNÉES INFOS & INSCRIPTIONS*

Mercredi 6 sept.

14h00-15h00

> Écoles des musiques: éveil musical

16h30-19h30

> Écoles des musiques: instruments

18h00-20h00

> Activités Enfants > Danse / Théâtre > Sport / Détente > Centre de Loisirs

Jeudi 7 sept. 17h30-19h30

> Écoles des musiques: instruments

18h00-20h00

- > Gourmandises Langues > Expression artistique
 - et Création



www.mjclillebonne.fr



MJCLillebonne54



(i) miclillebonne

* sauf mention contraire dans le descriptif de l'activité sur cette plaquette ou sur notre site Internet.

RENSEIGNEMENTS UTILES

MJC Lillebonne S^t Epvre 14, rue du Cheval Blanc 54000 Nancy

Tél: 03.83.36.82.82 contact@mjclillebonne.fr

Horaires d'ouverture:

En période scolaire:

- du lundi au vendredi: 8h30-23h00

- samedi: 8h30-18h00 Pendant les vacances:

- du lundi au vendredi: 8h00-18h00

Horaires accueil / secrétariat:

En période scolaire:

- lundi: 14h00-20h00

- du mardi au vendredi: 8h30-12h30 / 13h30-23h00

- samedi: 8h30-12h30 / 13h30-18h00

Pendant les vacances:

- du lundi au vendredi: 8h00-12h00 / 13h30-18h00

Transports

Située en plein cœur de ville, la MJC est facilement accessible

En hus:

- arrêt place Carnot:

Lignes 10-12-13-16

- arrêt place Dombasle:

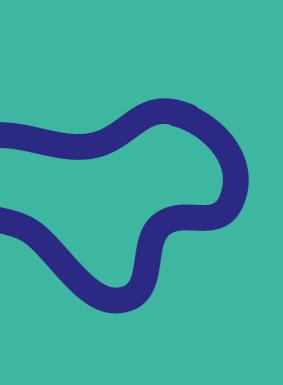
Lignes T2-T4-11-15-Corol

- arrêt S^t Epvre:

Ligne Citadine

En voiture:

Parking Carnot ou Léopold à 1€ les quatre premières heures à partir de 19h





MjC lillebonne

14, Rue du Cheval Blanc 54000 Nancy Tél 03.83.36.82.82 / contact@mjclillebonne.fr

