

MAISON DES JEUNES  
ET DE LA CULTURE  
ST RAMBERT-  
L'ILE BARBE  
LYON 9

SAISON  
2011/12

une  
maison  
ouverte à tous



CITOYENNETÉ  
LAÏCITÉ  
MIXITÉ SOCIALE  
INTERGÉNÉRATIONNEL  
INTERCULTUREL  
CONVIVIALITÉ

Le mot de la Présidente

Septembre 2011 est notre dernière rentrée dans la petite maison rue Ernest Fabrègue ! Ainsi s'achève le premier épisode 1964-2011 des « Aventures de la MJC de Saint Rambert ». Le deuxième épisode s'ouvrira (très bientôt !) dans un grand bâtiment flambant neuf dont vous êtes et serez, adhérents et bénévoles, les principaux acteurs ! Certes les locaux vont être mieux adaptés et plus agréables à vivre, mais le plus important, c'est que ce second épisode, que nous écrivons avec et pour vous, soit aussi riche que le précédent ! Ecoute, initiatives, engagement, convivialité, culture, jeunesse, démocratie... autant de mots qui nous parlent et que nous continuerons à faire vivre. Je suis fière de pouvoir participer, pendant un moment de ma vie, à cette nouvelle aventure de la MJC dans le Pôle Social et Culturel, et je vous invite à partager avec mes collègues de notre Conseil d'Administration, les initiatives qui vont se prendre.

Nicole Manaranche  
*Votre Présidente*

C'est aux alentours de Noël que la MJC et le Centre Social de St Rambert déménageront pour partager 2100 m<sup>2</sup> de nouveaux locaux.

Les administrateurs des 2 structures, réunis au sein d'une Association de Gestion du bâtiment que j'ai l'honneur de présider, sont d'ores et déjà à pied-d'oeuvre pour offrir à notre quartier un Lieu de Rencontre, d'Echange et de Convivialité en complément de leurs activités respectives.

Lionel Caura  
*Président de l'Association de Gestion*



**Côté Entrée**

Une maison ouverte à tous !



## Une équipe de bénévoles et de professionnels unie !

### Le conseil d'administration

- 12 bénévoles élus par les adhérents
- Réfléchissent et débattent sur les orientations
- Décident des actions
- Gèrent le budget

### 40 bénévoles

Proposent, participent, organisent des actions

### 20 animateurs techniciens d'activités

- Font partager leur passion
- Transmettent un savoir, une technique
- Vous accompagnent dans vos projets

### 5 professionnels

- Accueillent, écoutent, soutiennent vos initiatives
- Veillent à la bonne marche de la maison
- Mettent en œuvre les décisions du Conseil d'administration

### Une Assemblée Générale annuelle

Moment clé pour l'association

Elit des représentants des adhérents au Conseil d'administration

Choisit les orientations et les actions de l'association

Vote les bilans et le budget

Débat

Rendez vous le **le 14 décembre 2011**  
à **20h00**



# Être Adhérent(e), être Bénévole, c'est être au cœur de la MJC

## Je suis toujours bienvenu(e) dans la maison

J'adhère à une activité

J'exprime mes envies

Je discute de mes projets

Je m'engage dans leur réalisation

Je peux donner de mon temps, partager, aider

Je participe à l'assemblée générale et aux réunions

Je fais vivre les commissions

Je construis les projets de fin d'année

Je propose mes compétences et mes idées

J'échange, j'apporte mon point de vue

Je m'investis dans la vie locale

J'accueille les nouveaux venus

J'apporte des éléments pour faire évoluer l'association

Je me mobilise pour soutenir les projets et les initiatives

Je communique sur les activités pour valoriser les actions de la MJC

**Tout cela en fonction de mes disponibilités !**

Pour en savoir plus rendez vous

à la soirée des bénévoles

jeudi 20 octobre 2011 à 19h30

## Côté Cuisine

Une maison ouverte à tous !



## Préparons les rencontres autour des mêmes envies

Vous pouvez participer à la vie de l'association à travers les commissions et les projets qui rythment la saison. Vous y rencontrez des adhérents motivés et vous participerez ainsi à l'animation du quartier... Vous trouverez certainement le projet qui vous intéresse ! Vous voulez proposer des actions, des animations, des réflexions ? Nous vous aiderons à monter votre projet, dans la mesure où il est compatible avec les valeurs que nous défendons : celles de l'Éducation Populaire..

### Les Commissions

Des petits groupes d'adhérents se rencontrent régulièrement autour de projets qui leur tiennent à cœur.

### Le Journal L'Ernest

Participer au comité de rédaction du journal interne de la MJC : rechercher des informations, faire des prises de vues, interviewer les adhérents, les animateurs, réaliser une mise en page, partager votre perception de la MJC ou du quartier, distribuer ou mettre en ligne l'information.

Aucune qualification n'est requise, seule la motivation compte ! Première commission le jeudi 22 septembre à 20h.

### Partageons nos talents

Préparer ensemble des moments chaleureux par et pour les habitants du quartier. (Cf p10) Première commission le lundi 17 octobre à 19h30.

### Les Dimanches de l'Île Barbe

Décider de la programmation, participer à la communication, assurer la buvette, l'accueil des artistes et du public... (Cf p10)

### Musique

Organiser des rencontres musicales, des concerts, suivre le fonctionnement de la salle de répétitions, rencontrer d'autres

musiciens... Première commission le samedi 17 septembre à 10h30. (Cf p8)

### Arts Martiaux

Organiser des projets réunissant les différents arts martiaux de la MJC. Première commission le lundi 26 septembre à 19h.

### Les Projets liés aux Activités

Des adhérents, souvent accompagnés de leur animateur d'activité, organisent un projet en lien avec leur activité.

### Rejoignez-les !

Les sorties culturelles (Cf. p 6-7), Le Gala des Arts Martiaux, les Tournois de Badminton, les Expositions des ateliers dessin peinture, photo, le Spectacle de Théâtre et le Concert Guitare... Tous ces moments privilégiés permettent de vivre autrement votre activité ! **Pour en savoir plus, rendez-vous à la soirée des bénévoles le jeudi 20 octobre à 19h30**



## La Mezzanine

Une maison ouverte à tous !

# J'agis, j'organise, je participe...

### Je veux m'exprimer !

J'ai entre 15 et 17 ans, j'ai des choses à dire, j'ai des questions sur des sujets particuliers, je veux agir sur mon quartier, je veux passer du temps avec mes amis...

J'habite le quartier Vergoin, Saint Rambert ou l'Industrie, rendez-vous au local associatif du Vergoin les mercredis de 17h à 19h.

### The Big Day

Une journée, pour les 12-17 ans, remplie de jeux et de rencontres avec les autres adhérents de la MJC. Tu veux organiser cette journée avec nous ?

Viens proposer tes idées...

Sortie prévue le samedi 21 avril.

### Sorties culturelles

Découvrir un musée de façon originale, rencontrer les métiers des salles de spectacles, échanger avec les artistes et assister à un spectacle.

Tu veux te joindre à nous ?

Découvre le programme des sorties tout au long de l'année.

### Je participe à « zéro carbone »

J'ai entre 12 et 17 ans, j'ai envie de faire des sorties et de partir en vacances sans polluer et donc sans impact pour la planète. Je m'inscris aux sorties qui se dérouleront : mercredi 21 décembre, mercredi 22 février, mercredi 18 avril et au séjour du 9 au 13 juillet 2012. Les activités seront à définir ensemble (luge, chiens de traîneau, randonnée à cheval, kayak, etc.).

Rendez-vous le jeudi 13 octobre à 18h pour organiser le séjour et les activités

*Tarif en fonction du quotient familial.*

QF < 400 : 180 €

QF entre 401 et 700 : 205 €

QF entre 701 et 1000 : 240 €

QF > 1000 : 295 €

### J'ai besoin d'aide pour réaliser un projet !

J'ai entre 12 et 25 ans, j'ai des projets et j'ai besoin d'aide pour les réaliser !

La MJC m'accompagne dans mes démarches et m'assure un encadrement spécifique privilégié !

Je peux aussi être aidé dans l'élaboration d'un PRODIJ (programme de développement initiatives jeunes) proposé par la ville de Lyon.

RESPONSABILISATION  
LUTTE CONTRE LES DISCRIMINATIONS  
MIXITÉ

## Je gagne 100€ pour financer des activités

J'ai entre 14 et 17 ans...

J'échange 20h de travail contre l'équivalent de 100€ pour des activités de loisirs !

Les trois chantiers proposés :

- 4 jours durant les vacances de Toussaint : le lundi 24, mardi 25, mercredi 26 et jeudi 27 octobre de 10h à 13h et de 14h à 16h.

- 4 jours durant les vacances d'hiver : le lundi 13, mardi 14, mercredi 15 et jeudi 16 février de 10h à 13h et de 14h à 16h

- 4 jours durant les vacances de printemps : mardi 10, mercredi 11, jeudi 12 avril et vendredi 13 avril de 10h à 13h et de 14h à 16h

En échange, je participe à des sorties ou à « zéro carbone ».

## Je suis supporter de l'OL

Je suis adhérent, je peux disposer gratuitement de places pour le championnat de France de football à Gerland. Une caution de 200€ est demandée lors du retrait des places. Celle-ci est restituée au retour des abonnements.

## J'ai envie de pratiquer une activité hebdomadaire

Du 12 septembre au 24 septembre, je peux essayer gratuitement une activité hebdomadaire (sauf guitare, basse, batterie et chant). Il suffit de retirer un bon d'essai à l'accueil de la MJC. Dans la limite des places disponibles.

J'ai entre 7 et 20 ans et j'habite Lyon, je peux bénéficier d'aides financières sur mon activité en fonction du quotient familial et du coût de l'activité.

## Je bouge pendant les vacances

Pendant les vacances, des sorties et des activités sont organisées. Je peux aussi en proposer.

## Confédération des MJC de France

PAROLES DE JEUNES, REGARDS CROISES

Les 11, 12 et 13 novembre 2011 à Lyon

Parce que les jeunes ont une voix à faire entendre, parce qu'ils sont force d'actions et de propositions, acteurs du changement, les MJC se mobilisent.

Plus de 1000 jeunes du réseau des MJC en France auront la possibilité de s'exprimer sur leur engagement à travers leurs pratiques artistiques ou culturelles et leurs actions, la manière dont ils mènent des projets, dont ils sont initiateurs d'événements et même créateurs de nouvelles formes d'expressions artistiques...

## Les thématiques proposées sont :

- Les Politiques jeunesse
- Parcours de jeunes au sein des MJC
- Pratiques artistiques, engagement et culture
- Démocratie participative
- Jeunes et international
- Apprentissage, jeunes et bénévoles
- Formation des animateurs jeunes, la spécificité des MJC



## Côté Garage

Une maison ouverte à tous !



# Musiques : jouer, se confronter et progresser

## Accueillir

Une salle de répétitions est disponible sur des créneaux fixes avec le groupe. Une base de matériel est prêtée : amplificateurs, batterie...

Nous accueillons des groupes amateurs de moins de 18 ans et des majeurs. Nous mettons en place un accompagnement à l'année obligatoire pour les groupes mineurs. Un livret du musicien regroupant les conditions et le fonctionnement du pôle musique sera disponible lors des inscriptions.

## Accompagner

Des rencontres sont organisées avec des intervenants professionnels pour les soutenir dans leur démarche artistique et technique.

## Valoriser

Des concerts pour mettre en scène les musiciens amateurs : des « bœufs », rencontres musicales ouvertes à tous.

## Encourager

Des stages pour aider les musiciens à évoluer techniquement et des ateliers de pratique en groupe

La MJC accompagne tout au long de l'année des groupes de musique, débutants ou émergents. Le principe est basé sur l'échange, la rencontre et la mutualisation des savoir faire.

## Stage « son » obligatoire

pour les mineurs le  
mercredi 2 novembre 2011 de  
17h à 19h30

## Modalités

Inscriptions :

**du 2 au 17 septembre**

Début des répétitions :

**19 septembre**

Réunion commission musique :

**samedi 17 septembre à  
10h30**

## Tarifs

**60 € par mineur**

**100 € par majeur**

(comprenant la mise à disposition du matériel, de la salle de répétitions, l'accompagnement spécifique et les stages).

ACCOMPAGNEMENT  
VALORISATION ENCOURAGEMENT

- Une commission musique, composée de représentants de chaque groupe, ouverte à tous les adhérents, coordonne, soutient et oriente les divers projets des groupes (gestion du local de répétitions, réalisation d'enregistrements musicaux, rencontres musicales, improvisations collectives, concerts, scènes ouvertes, participation aux 8 temps forts culturels de la MJC...).

## Côté Scène

Une maison ouverte à tous !

### BROC A ZIC

**Samedi 24 septembre 2011**

Tu as de vieux instruments, des partitions ou des CD à revendre, tu cherches une guitare pas trop chère ?

**Participe à la deuxième édition de notre brocante « zic ».**

Règlement disponible sur le site de la MJC.

### SOIREE SCENES OUVERTES

Une fois par trimestre, les adhérents du pôle musique organisent des scènes ouvertes thématiques ouvertes à tous.

Tu joues d'un instrument et tu aimerais jouer tes morceaux préférés en groupe, ces soirées sont pour toi !

Les commissions musique fixent les rendez vous. (Cf. p8)

### CONCERT GUITARE

Chaque année en fin de saison, tous les adhérents guitare, accompagnés par les bassistes, les batteurs et les chanteurs de la MJC, montent sur la scène du Rail Théâtre pour un grand concert rock de 18h à minuit ! Du débutant au confirmé, tout le monde participe !



# L'animation culturelle de quartier

**S'impliquer dans les événements culturels, préparer des projets, intégrer l'équipe d'organisation d'un spectacle, s'investir dans l'action culturelle, le tout dans la convivialité... Seule la motivation est requise !**



## Partageons nos talents

Talents de lecteur, de musicien, de chanteur, d'orateur...enfants, jeunes et moins jeunes sont nombreux à en avoir sur notre quartier ! Il suffit de leur donner l'occasion de les exprimer pour s'en apercevoir ! C'est ce qu'ils ont fait ces trois dernières années dans les rencontres culturelles et amicales proposées et organisées par des bénévoles : soirées lectures à voix haute, espace scénique « Cabaret » toujours plus fréquenté, fête de la MJC... Autant d'occasions données pour se rencontrer, se connaître, échanger.

Venez prendre plaisir à préparer ces rencontres dans la joie et la bonne humeur !

**La première soirée est prévue le jeudi 1<sup>er</sup> décembre 2011.**

## Le ciné Plein air

Le ciné à la MJC c'est reparti ! Plusieurs soirées de projection gratuites vont se dérouler dans nos locaux et sur le quartier, avec pour commencer un ciné plein air avec le film « Le Concert », une

fable chaleureuse sur la revanche des humiliés. C'est brouillon, grotesque, lyrique, émouvant, slave, gitan, formidablement joué et emporté par la virtuosité de Mihaileanu. RDV le vendredi 9 septembre place Schönberg à 21h30.

Et c'est gratuit !

## Soigne ton quartier

Les habitants du Vergoin et les partenaires sont mobilisés autour d'actions sur le développement durable. Après la réalisation de fleurs en objets recyclés, d'un forum de l'emploi et de la formation, de ramassage de déchets, de visites au centre de tri, de débats, retrouvez, dès septembre, une animation photos avec les habitants. Elle sera suivie d'autres projets en 2012...

Côté Parc

Une maison ouverte à tous !



## Les Dimanches de l'Île Barbe

Juillet 2012  
GRATUIT

Embarquez en famille ou entre amis pour des spectacles au bord de l'eau !

Sur l'Île Barbe, écrin préservé au milieu de la Saône, nous vous invitons à découvrir dans une ambiance très nature et festive de nombreux spectacles, du théâtre de rue à la musique classique, en passant par le jazz et les musiques du monde.

Rejoignez l'équipe organisatrice du festival, et participez à la programmation, la communication, l'accueil du public ou la buvette !



DÉCOUVERTE  
RENCONTRE  
CONVIVALITÉ

## Côté Bureau

Une maison ouverte à tous !



### L'accueil : un lieu privilégié d'écoute et d'informations

C'est aussi une aide à vos initiatives, des informations sur la vie de la MJC, sur le quartier et sur la ville et le lieu d'adhésion et d'inscription aux différentes activités proposées.

### Inscriptions :

**Journée spéciale réinscriptions le vendredi 2 septembre de 14h à 19h30. Les adhérents de la saison 2010-2011, ainsi que leur famille (parents et enfants) pourront se réinscrire.**

**Du 3 au 10 septembre les mercredis, jeudis, vendredis de 14h à 19h30 et les samedis de 9h30 à 12h30. Inscription pour tous.**

**A partir du lundi 12 septembre, les lundis, mardis et jeudis de 14h à 20h, vendredis de 14h à 19h, mercredis de 9h à 12h30 et de 14h à 20h, samedis de 9h30 à 12h30.**

**Une info :** Retrouvez le stand de la MJC à l'occasion des forums des associations le samedi 10 septembre place des Tanneurs de 9h à 16h et le samedi 17 septembre place Schönberg de 14h à 17h.

### Comment s'inscrire ?

Il est indispensable de nous fournir : Un règlement soit en espèces, en chèques vacances ou par chèques bancaires. 1 certificat médical pour les activités sportives (aikido, judo, karaté).

### Le démarrage des activités :

lundi 12 septembre 2011

### Le calendrier annuel des activités :

Pendant les vacances scolaires, les activités s'arrêtent pour laisser place à l'accueil de loisirs et aux stages :

- > **Vacances de Toussaint :** du 22/10/11 au jeudi 03/11/11
- > **Vacances de Noël :** du samedi 17/12/11 au lundi 02/01/12
- > **Vacances d'Hiver :** du samedi 11/02/12 au lundi 27/02/12
- > **Vacances de Printemps :** du samedi 07/04/12 au lundi 23/04/12

### Ce que vous réglez...

Votre inscription est composée de plusieurs parties :

- l'adhésion (votre soutien à notre projet associatif). Le montant est de 9€ pour les mineurs et 15€ pour les majeurs.
- la cotisation à l'activité que vous avez choisie, elle est variable (cf pages suivantes)
- parfois une licence que nous transférons intégralement à la fédération sportive

- un supplément de 12€ est appliqué à chaque activité pour les personnes résidant hors de Lyon.

Avant de prendre votre engagement annuel, vous avez la possibilité d'essayer une séance gratuitement dans la limite des places disponibles, en venant retirer un bon d'essai à l'accueil (sauf guitare, basse, batterie et chant).

Seul un abandon justifié en cours d'année pourra faire l'objet d'un remboursement après étude. La MJC se réserve le droit d'annuler l'activité en fonction du nombre d'inscrits (remboursement au prorata). Attention le nombre de places dans les activités est limité. En cours d'année, nous pouvons créer des cours supplémentaires ou de nouvelles activités en fonction de la demande.

### Vous pouvez payer moins :

Pour les habitants de Lyon : 10% de réduction à partir de la troisième activité au sein d'une famille. Si vous avez moins de 20 ans possibilités d'aides financières sur les cotisations aux activités hebdomadaires en fonction de votre quotient familial.

### Vous pouvez nous aider...

Vous avez quelques heures disponibles courant septembre, **vous pouvez participer et nous aider aux inscriptions** et ainsi réduire l'attente des adhérents. **Rendez-vous jeudi 1<sup>er</sup> septembre à 19h** afin que l'on s'organise ! Votre bonne volonté suffit.

## Un laboratoire et une fabrique d'activités permanentes

Le pôle activités régulières : s'épanouir par la pratique sportive ou culturelle

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES

ACTIVITÉS	INTERVENANTS	AGES	JOURS/HORAIRES	LIEUX	TARIFS
<b>ARTS PLASTIQUES</b> Créativité et techniques : féerie de papier, sculpture modelage et pastels secs	Nathalie GUYOT Diplômée des Beaux Arts	<b>8/16ans</b>  <b>17ans et +</b>	1 samedi sur 2 de 10h à 12h 1 samedi sur 2 de 10h à 12h	A	182€
<b>ATELIER PHOTO</b> Connaissance du matériel, prise de vue, observation, lumière	Hervé HUGUES Photographe professionnel	<b>16ans/adultes</b>	Niveau 1 mardi 18h30 à 20h30 Niveau 2 mercredi 18h30 à 20h30	A et exté- rieur	210€
<b>DESSIN PEINTURE</b> Apprentissage des techni- ques de base, jusqu'à une progression vers l'autonomie et la créativité personnelle	Caroline BONARDI Diplômée Ecole d'Art	<b>8/16ans</b>  <b>17ans et +</b>	mercredi 17h à 19h  mercredi 19h à 21h	A	260€
<b>THEATRE</b> Appréhender le jeu, partager des émotions, apprendre ce qu'est un personnage et l'interpréter, au travers des différentes pièces du théâtre contemporain et classique	Nathalie BUIGUES Formation cours Florent «Et trois p'tits points compagnie»	<b>11/17ans</b> <b>Adultes</b>	mardi 17h30 à 19h30 mardi 19h30 à 21h30	A	238€

### LANGUES

Séances basées sur l'écoute et la conversation, à partir d'activités ludiques, découvrez la culture, la langue et l'écriture du pays.

ACTIVITÉS	INTERVENANTS	AGES	JOURS/HORAIRES	LIEUX	TARIFS
<b>ANGLAIS</b> basé sur l'écoute et la conversation	Nathalie GUYOT Diplômée de Cambridge	<b>Adultes</b> intermédiaire  débutant	mardi 18h30 à 20h vendredi 9h30 à 11h mardi 20h à 21h30 vendredi 11h à 12h30	A	228€

## MUSIQUE

ACTIVITÉS	INTERVENANTS	AGES	JOURS/HORAIRES	LIEUX	TARIFS
<b>ACCOMPAGNEMENT DE GROUPES</b>	Miroslav MILAKOVIC BPJEPS accompagnement de groupe	- de 18ans	Selon créneaux des groupes	A	mineur : 60€ adulte : 100€
<b>BASSE</b> Pratique collective, groupe de trois personnes		+12ans/adultes	jeudi de 17h30 à 18h30 ou de 18h30 à 19h30	A	420€
<b>GUIRE</b> Pratique collective, groupe de trois personnes	Jean-Michel GALY Formation AIMRA	+6ans/adultes	lundi et mardi 15h à 21h45 mercredi 9h à 20h	A	420€
<b>NOUVEAU</b> <b>BATTERIE</b> Cours de 3 personnes	Xavier ROSE Formation Drumtech Londres	8ans/adultes	jeudi 19h30 à 20h30 ou 20h30 à 21h30	A	420€
<b>NOUVEAU</b> <b>CHANT</b> (musiques actuelles) cours à 3, techniques vocales, interprétation	Tamara DANNREUTHER DEM chanson	+12ans/adultes	Samedi 10h à 11h ou 11h à 12h	A	420€

## MULTIMÉDIA

ACTIVITÉS	INTERVENANTS	AGES	JOURS/HORAIRES	LIEUX	TARIFS
<b>CLUB INFO</b> Echange de connaissances en bureautique, programmation, tableur, sécurité	Roland ROUSSEL Passionné d'informatique	+16ans	samedi 10h à 12h	A	adhésion
<b>INFORMATIQUE/MULTIMEDIA</b> Initiation et perfectionnement à différentes utilisations de l'ordinateur et d'internet	Philippe REY	Adultes	sessions de 14h réparties sur 8 séances lundi ou jeudi 14h15 à 16h ou 18h à 19h45	A	110€ la session de 14h
<b>JEUX DE STRATÉGIE EN RÉSEAU</b> Jeux historiques, de science fiction ou fantastiques	Serge DUERINCKS passionné d'histoire Jean-Yves LEROUX informaticien	12/17ans	dimanche 10h à 12h tous les 15 jours	A	60€

## DANSE, EXPRESSION CORPORELLE

ACTIVITÉS	INTERVENANTS	AGES	JOURS/HORAIRES	LIEUX	TARIFS
<b>BODY JAM</b> Entre le sport et la danse	Catherine MASSON Danseuse professionnelle	<b>15ans/adultes</b>	débutants jeudi 19h à 20h avancés jeudi 21h à 22h	A	173€
<b>DANSE DÉCOUVERTE</b> Découvrir différentes danses, appréhender l'espace, la musi- que et les autres	Méline VIOIX Arts du Spectacle	<b>5/7ans</b> <b>8/10ans</b>	mercredi 11h15 à 12h15 mercredi 10h15 à 11h15	A	173€
<b>BOLYWOOD FUSION</b> Mélange de danse indienne et danse orientale		<b>15ans/adultes</b>	lundi 20h15 à 21h45	A	233€
<b>DANSE ROCK</b> Une danse de contact basée sur une rythmique à 6 temps	Alain VASSEROT Diplômé A.M.D.F.	<b>15ans/adultes</b> <b>Débutants</b> <b>Avancés (+1an)</b>	vendredi 19h à 20h samedi 10h30 à 11h30	B A	173€ couple : 330€
<b>MODERN' JAZZ</b> Allie harmonieusement les rythmes, les styles et les techniques	Méline VIOIX Arts du Spectacle	<b>10/13ans</b> <b>14/16ans</b>	vendredi 17h à 18h30 vendredi 18h30 à 20h	A A	228€ 228€
<b>SALSA</b> Au programme : souplesse, équilibre, coordination, sens du rythme	Alain VASSEROT Diplômé A.M.D.F.	<b>15ans/adultes</b> <b>Débutants</b> <b>Avancés (+1an)</b>	vendredi 20h à 21h samedi 11h30 à 12h30	B A	173€ couple : 330€
<b>TOUTES DANSES</b> Apprentissage du tango, paso, cha cha, valse, rumba	Alain VASSEROT Diplômé A.M.D.F.	<b>15ans/adultes</b> <b>Débutants</b>  <b>Avancés (+1an)</b>	vendredi 12h à 13h ou vendredi 18h à 19h vendredi 13h à 14h ou samedi 9h30 à 10h30	C B C A	173€ couple : 330€

## DETENTE PHYSIQUE, SPORTS, ARTS MARTIAUX

ACTIVITÉS	INTERVENANTS	AGES	JOURS/HORAIRES	LIEUX	TARIFS
<b>AÏKIDO</b> Un art martial qui se pratique à main nue, au sabre, poignard ou bâton	Guy GRENARD 5 <sup>ème</sup> Dan	<b>7/14ans</b>  <b>15ans/adultes</b>	mercredi 18h30 à 19h30  mercredi 19h30 à 21h	A	173€ + Licence : 23€ si né(e) après le 1 <sup>er</sup> juillet 98 33€ si né(e) avant le 1 <sup>er</sup> juillet 98

ACTIVITÉS	INTERVENANTS	AGES	JOURS/HORAIRES	LIEUX	TARIFS
<b>ASSOULPISSEMENT</b> Etirements qui procure un bien-être général	Catherine MASSON Danseuse professionnelle	<b>15ans/adultes</b>	jeudi 17h à 18h jeudi 20h à 21h	A	173€
<b>BADMINTON</b> Activité proposée en auto encadrement pour le loisir	Gilles REPIQUET Nicolas KRETZ Vincent COUROUSSE	<b>16ans/adultes</b>	lundi 18h30 à 20h samedi 11h30 à 13h samedi 12h à 13h30	F F E	60€
<b>BODY KARATÉ</b> Mélange cardio, chorégraphie, musculation. Sur des rythmes musicaux soutenus	Djamel HEDEF 4 <sup>ème</sup> Dan	<b>15ans/adultes</b>	mardi 12h30 à 13h30 mardi et/ou jeudi de 20h30 à 21h30	A	173€ pour 1h 260€ pour 2h
<b>ENTRETIEN FORME</b> Raffermer son corps, se muscler, se détendre	Catherine MASSON Danseuse professionnelle	<b>15ans/adultes</b>	jeudi 18h à 19h	A	173€
<b>JUDO</b> Art martial japonais qui se pratique debout et au sol	Jérémy CURE 2 <sup>ème</sup> Dan Erwan LEMAIRE 3e Dan	Né en : 02/03 04/05 06/07 98/99/00/01	les mercredis 9h15 à 10h15 ou 16h30 à 17h30 10h15 à 11h15 ou 14h30 à 15h30 11h15 à 12h15 ou 15h30 à 16h30 17h30 à 18h30 2 <sup>ème</sup> cours possible : vendredi de 17h15 à 18h15	A	173€ + Licence 33€  260€ pour 2h
<b>KARATÉ</b> Art martial japonais d'autodéfense à main nue	Djamel HEDEF 4 <sup>ème</sup> Dan	<b>6/12ans</b>  <b>+13ans/adultes</b>	mardi 17h30 à 18h30 et jeudi 18h30 à 19h30 mardi+jeudi 19h30 à 20h30	A	260€ + Licence 33€
<b>KARATÉ DÉFENSE</b> Développer la maîtrise de soi	Djamel HEDEF 4 <sup>ème</sup> Dan	<b>15ans/adultes</b> <b>Vétérans</b> <b>(+45ans)</b>	mardi 18h30 à 19h30  mardi 15h à 16h	A	173€ + Licence 33€
<b>QI GONG</b> Gymnastique traditionnelle de santé chinoise	Guy GRENARD Diplômé de l'institut Shaoyang	<b>15ans/adultes</b>	lundi 19h30 à 20h45	A	200€
<b>TAÏ CHI</b> Pratique corporelle chinoise ancestrale de santé	Guy GRENARD Brevet de professeur diplômé fédéral	<b>15ans/adultes</b>	mercredi 17h à 18h15	B	200€

ACTIVITÉS	INTERVENANTS	AGES	JOURS/HORAIRES	LIEUX	TARIFS
<b>YOGA</b> Pratique du Hatha Yoga alliant le physique et le souffle afin d'apaiser le moral	Catherine AMOROSO Diplômée de la Fédération Française de Hatha Yoga	<b>16ans/Adultes</b>	lundi 18h30 à 20h mardi 9h30 à 11h mardi 12h15 à 13h30 mercredi 18h30 à 20h	A A A B	1h15 : 200€ 1h30 : 233€ 3h00 : 420€

## ET LES STAGES DANS TOUT ÇA ?

Cette saison, notamment pendant les vacances, vous aurez la possibilité de faire des stages de...

ACTIVITÉS	CONTENU DU STAGE	PUBLIC	FONCTIONNEMENT
<b>APPRIVOISER LA PHOTO NUMÉRIQUE</b> Avec Hervé HUGUES	Apprivoisez le matériel, les différents éléments de l'image, triez vos photos...	<b>A partir de 15 ans</b>	29 octobre 10h30/12h30 et 14h/17h Tarif : 30€
<b>BODY KARATÉ</b> Avec Djamel HEDEF	Association de karaté et d'aérobic, qui améliore la souplesse et la coordination	<b>A partir de 15 ans</b>	25 et 27 octobre de 20h à 21h Tarif : 6€/la séance
<b>KARATÉ DÉFENSE</b> Avec Djamel HEDEF	Développez votre maîtrise de soi et mobilisez vos ressources physiques et psychologiques	<b>A partir de 15 ans</b>	25 et 27 octobre de 19h à 20h Tarif : 12€/h
<b>SALSA</b> Avec Alain VASSEROT	Venez découvrir ou vous perfectionner à la Salsa, la Rueda et le Merengué	<b>Débutants à partir de 15 ans</b>	26, 27 et 28 octobre de 19h à 21h Tarif : 36€
<b>TECHNIQUE DU SON ET RISQUES AUDITIFS</b>	Maîtrisez les indispensables pour jouer dans de bonnes conditions	<b>A partir de 12 ans</b>	mercredi 2 novembre de 17h à 19h30 Tarif : 15€
<b>CHANTIER LOISIRS</b>	Gagnez 100€ pour financer votre séjour du 9 au 13 juillet 2012	<b>14/17 ans</b>	du 24 au 27 octobre 10h à 12h30 ou 13h30 à 16h

## SANS OUBLIER «THE BIG DAY»

Pour les jeunes de 11 à 17 ans : participation à cette journée le samedi 21 avril 2012.

Tarif : en fonction du quotient familial (cf pages 6-7).





# GARAGE SAINT RAMBERT

Aurélien PERET



48, Rue des Docteurs Cordier, 69009 Lyon

**04 78 83 82 17**

AGRÉÉ ASSURANCES  
MÉCANIQUE - CARROSSERIE - PEINTURE  
VENTE DE VÉHICULES NEUFS  
ET D'OCCASION

[www.garage-saintrambert-lyon.renault.fr](http://www.garage-saintrambert-lyon.renault.fr)



## ÎLE BARBE

5 PLACE HENRI BARBUSSE - LYON 9<sup>ÈME</sup>

04 78 83 98 35

## HALLES DE LYON

102 COURS LAFAYETTE - LYON 3<sup>ÈME</sup>

04 72 77 52 50

## CHARTREUX

49 RUE DES CHARTREUX - LYON 1<sup>ÈR</sup>



Aujourd'hui...



Les activités  
seront  
transférées  
au cours de  
la saison  
2011-2012



...demain !

# VACANCES ENTRE COPAINS ? PETITS BOULOTS D'ÉTÉ ?

Essentiel pour recevoir votre 1<sup>er</sup> salaire, effectuer des retraits ou des paiements en France comme à l'étranger :

**AVOIR UN COMPTE CHÈQUE  
+ UNE CARTE BANCAIRE ADAPTÉE<sup>(1)</sup>!**

**OFFRE  
DÉCOUVERTE :**

• votre carte bancaire  
• le suivi de vos comptes  
par téléphone et internet  
**GRATUITS 1 AN<sup>(2)</sup>**

Juillet 2011 – Document non contractuel

**Cma  
Banque**

**Venez vite rencontrer un conseiller  
et découvrir nos offres exclusives !**

**Crédit Mutuel**  
**LA banque à qui parler**  
[www.creditmutuel.fr](http://www.creditmutuel.fr)

(1) Ouverture d'un compte chèque et souscription d'une carte de retrait ou d'une carte de paiement possible dès 16 ans sous réserve de l'autorisation du représentant légal pour les mineurs. Sous réserve d'agrement de votre demande. Voir conditions en agence. (2) Offre sous conditions dans le cadre d'un Eurocompte VIP, valable jusqu'en octobre 2011. Caisse Fédérale de Crédit Mutuel et Caisses affiliées, 34 rue du Wacken, 67913 Strasbourg Cedex 9, 588 505 354 RCS Strasbourg.



**Maison des Jeunes et de la Culture  
Saint Rambert-l'Île Barbe**

8 rue Ernest Fabrègue 69009 LYON

Tél 04 78 83 29 68 // Fax 04 78 64 08 95

[mjc@mjcstrambert.info](mailto:mjc@mjcstrambert.info) // [www.mjcstrambert.info](http://www.mjcstrambert.info)

[www.myspace.com/mjcstrambertilebarbe](http://www.myspace.com/mjcstrambertilebarbe)

