

SAISON 2023/2024

MJC de Viry



CHRISTINE BÉNEVOLE ET KRISTINA STACIARE

La convivialité créative

notre site

WWW.MJC VIRY74.FR



notre Facebook

@MJC VIRY74



notre Instagram

@MJC VIRY74



SP BALLY Pneus neufs et occasions
 atelier de montage et équilibrage



1182 Rue des Grands Champs Sud
 74580 VIRY
 Tél. 04 50 37 05 86
 spbally@hotmail.com

Auto-Moto
École
de Viry



17, place Gérard Bochet
 74580 VIRY
04 50 04 78 90

Mardi à Vendredi:
 de 17h. à 19h.
 Samedi:
 de 10h. à 13h.

LE CITY



PIZZA À EMPORTER À PARTIR DE 18H
04 50 74 31 26

DRIVE IDEAL

VOS COURSES
ECORESponsables
 sur www.ledriveperdi.com

Local Vrac Bio
 Artisanal Equitable

GARAGE JACQUET



Agent Renault garage.jacquet.74@gmail.com
 Tél 04 50 04 75 88



267 Route de Fagothin
 L'Elusset
 74580 VIRY

www.garage-jacquet.com

NET-UP


VENTE DE PRODUITS D'HYGIENE & MATERIELS DE NETTOYAGE PROFESSIONNELS

ASPIRATEURS - AUTOLAVEUSES - MONOBROSSES
 CHARIOTS & SEAUX - BROSSEUSE & RACLETTE
 NETTOYAGE VITRES - ESSUYAGE & ABRASIVE
 ENTRETIEN GENERAL
 HYGIENE ALIMENTAIRE - PRODUITS ECOLABEL
 SACS À DECHETS - PRODUITS PISCINES

350 route de Rozon - 74160 Collonges sous Salève
 Tel / Fax : 04 50 04 86 50 - Port. : 06 16 49 44 48
www.netup-materiel-nettoyage.com

RESTAURANT & PIZZERIA

LE ROMANTIGA



Le Romantica

Bât. "Les Coulerins" - 74580 - VIRY
 Tél. 04 50 04 73 01

BOULANGERIE
PÂTISSERIE
 DU CENTRE



21, rue des Coulerins - 74580 VIRY
 Tél : 04 50 75 34 48

Horaires :
 mardi au vendredi : 06h00 - 12h30 et 14h30 - 19h30
 Samedi : 06h00 - 12h30 et 14h30 - 19h00
 Dimanche : 06h00 - 12h30

EDITO

Bienvenue à la MJC pour cette saison 2023 / 2024

Bienvenue à vous, adhérents, futurs adhérents ou juste visiteurs d'un jour !

Il y a 50 ans, les fondations de notre MJC étaient posées. Pour commencer les festivités, la thématique de cette nouvelle saison, pour le programme et le site, sera les années 70. Dans ce programme, vous découvrirez les visages de ceux qui font la mjc aujourd'hui, bénévoles, salariés, stagiaires.

Comme vous pourrez le remarquer, les tarifs ont été remaniés afin de rendre accessible à tous, nos activités, l'accueil de loisirs, secteur jeunes.

Grosse nouveauté pour cette nouvelle saison, la création du secteur multimédia. Vous pourrez y retrouver toutes les propositions de Loïc.

Nous sommes toujours à la recherche d'idées, d'astuces pour vous simplifier l'accès à toutes nos actualités. Vous découvrirez au fil des pages de ce programme des QR codes qui vous guideront sur le site internet de la MJC, pour plus d'actualités en temps réel. Nous voulons une MJC, bienveillante, créative, épanouie et dynamique. Ouvrez ce programme, parcourez le et trouvez ce qui vous convient.

L'équipe bénévole du conseil d'administration et celle des salariés de la MJC mettront tout en œuvre pour vous faire découvrir ce qu'est la convivialité créative. La MJC Viry est votre MJC, et sans adhérent, pas de MJC !

Christine Barras - Présidente



Sommaire Page

MODALITÉS ET INFOS	2 - 3
ENFANTS	4 - 5
MONTAGNE	5
FAMILLES	6 - 7
JEUNES	8 - 9
MULTIMEDIA	10
DANSES	11 à 14
MUSIQUE	15 à 17
ION THÉÂTRALE ET CORPORELLE	17
CRÉATIF ET CULTUREL	18 à 19
SPORT ET DIVERTISSEMENT	20 à 26
BIEN-ÊTRE	27
PARTENAIRES	27
TARIFS	28

Laura SALARIÉE PERMANENTE

Le conseil d'administration

Présidente : Christine BARRAS
Trésorière : Catherine JACQUEMOUD
Secrétaire : Dominique MICHOU
Secrétaire adjointe : Martine REYBAZ
Membre du Bureau : Frédérique BOETTGE
Membres élus du C.A : Chrystel BERNARD, Jean Marie CARISEY, Emmanuelle JACQUEMOUD, Simon DELENNE
Membres de droit : Mairie de Viry, Mairie de Présilly, Mairie de Feigères
Membres associés : Apollon 74, A.P.E Viry, Directeur MJC

L'équipe des permanents

Directeur : Ludovic BOUSSAND
Accueil/Secrétariat : Laura HUE
Comptabilité : Meriem ZOUINE
Agent d'entretien : Adeline PERREIRA
Secteur Familles : Adeline BOCQUET
Secteur Enfants : Manon BENAT, Aurélie MARTIN
Secteur Jeunes : Kévin FELLMAN, Rachel ZAGAGNONI
Secteur Multimédia : Loïc CUGNET

Nos partenaires

Mairie de VIRY, Mairie de PRESILLY, Mairie de FEIGERES, la CAF de la Haute-Savoie, Conseil général et REAAP74, Région Auvergne Rhône Alpes, l'Etat



INFOS ET MODALITÉS

Accueil administratif

Horaires à partir du 11 septembre 2023 :

Lundi : 16h – 19h

Mardi : 9h – 11h / 16h – 19h

Mercredi : 9h - 11h / 15h - 19h

Jeudi : 16h - 19h

Pendant les vacances scolaires, les horaires d'accueil et/ou de permanence

téléphonique peuvent différer.

Ils sont mis à jour sur le site internet.

Nous contacter

140, rue Villa Mary 74580 Viry

Téléphone: 04 50 74 57 49

Mail pour information générale:

accueil@mjcviry74.fr

Mail pour inscriptions:

inscriptions@mjcviry74.fr

Site Internet : www.mjcviry74.fr

Facebook : @mjcviry74.fr

Instagram : @mjcviry74.fr

Inscriptions

Modalités

Pour pratiquer une activité ou participer à l'accueil de loisirs, il faut avoir pris son adhésion et réglé une cotisation forfaitaire pour l'année en cours ou la période concernée.

L'adhérent s'engage à participer à l'activité durant toute la saison ou la période concernée.

En cas d'abandon, AUCUN remboursement ne sera effectué.

Le nombre de séances s'élève à 30 cette saison, sauf indications spéciales dans l'activité. La MJC met tout en œuvre pour remplacer les cours en cas d'annulation. Si ce n'est pas possible, un forfait de 5 séances peut être retenu sur la cotisation en cas d'impossibilité d'effectuer les séances attendues.

Les activités collectives proposées ne peuvent fonctionner qu'avec un minimum de participants. La MJC se réserve le droit d'annuler une activité n'ayant pas un nombre d'inscrits suffisant.

Un remboursement sera alors procédé au prorata des séances effectuées.

Chaque adhérent et usager de la MJC doit respecter le règlement intérieur de la MJC (disponible sur le site de l'association, sur demande ou sur le panneau d'affichage).

En cas de non-respect, des sanctions seront prises et appliquées par les administrateurs. L'accueil des adhérents est soumis aux contraintes sanitaires.

En cas d'impossibilité d'accueil, le conseil d'administration étudiera les demandes de remboursement des adhérents. Toutefois, les remboursements ne seront pas systématiques et prendront en compte le contexte et les impacts pour l'association et les adhérents.

La MJC se réserve le droit de proposer les animations en visio ou via des vidéos réalisées par les animateurs si les conditions ne permettent pas les accueils physiques.

Toute annulation du fait de la MJC liée à l'annulation du cours par manque d'inscrits ou en raison de l'absence de l'animateur pour maladie, donne lieu au remboursement de la cotisation d'activité restant due sauf en cas de force majeure.

Début et arrêt des activités

Activités hebdomadaires

à partir du lundi 11 septembre 2023

Début des inscriptions

(aux horaires d'accueil)

à partir du lundi 17 juillet 2023

Accueil de loisirs sans hébergement (enfants, jeunes) et les séjours

à partir du mercredi 6 septembre 2023

Début des inscriptions

(aux horaires d'accueil)

Automne 2023

dès le mardi 26 septembre 2023

Hiver 2024

dès le samedi 14 décembre 2023

Printemps 2024

dès le mardi 12 mars 2024

Été 2024

dès le samedi 14 mai 2024

Attention : les modalités d'inscriptions seront disponibles sur le site et transmises par mail aux adhérents

(programme et informations 8 jours minimum avant chaque période d'inscription).

Les dates peuvent être modifiées en cas de nécessité.

Pas d'activités régulières pendant les vacances scolaires (sauf conditions particulières) :

Automne :

Du 22 octobre 2023 au 5 novembre 2023

Noël :

Du 24 décembre 2023 au 7 janvier 2024

Hiver :

Du 18 février 2024 au 3 mars 2024

Printemps :

Du 14 avril 2024 au 28 avril 2024

Et les jours fériés

(sauf conditions particulières) :

Mercredi 1 novembre 2023

Samedi 11 novembre 2023

Lundi 1 avril 2024

Mercredi 1 et 8 mai 2024

Pont de l'Ascension : 9, 10 et 11 mai 2024

Lundi 20 mai 2024

Pas d'activités régulières, d'accueil de loisirs enfant, jeunes, de secteur multi-média et famille et du 24/12/23 au 7/01/24 inclus et du 28/07/24 au 11/08/24 inclus.



INFOS ET MODALITÉS



Inscriptions

Cours d'essai

Une séance d'essai est possible pour certaines activités de la MJC Viry. Toutefois, elle ne vous assure pas une place dans l'activité choisie.

Pas de bon d'essai possible pour les cours particuliers de musique.

Consignes

Assurance

Les adhérents à jour de leurs cotisations sont couverts par l'assurance de la MJC pendant l'activité.

Toutefois, conformément à l'article L. 227-5, la MJC informe les responsables légaux des mineurs de leur intérêt à souscrire un contrat d'assurance de personnes couvrant les dommages corporels durant les activités auxquelles ils participent.

Responsabilités

La MJC n'est pas responsable des vols ou pertes d'objets personnels des adhérents.

La MJC n'est pas responsable des enfants en dehors des heures d'activités auxquelles ceux-ci participent.

Informations aux parents

Les enfants sont pris en charge par l'animateur technicien selon les horaires de début et de fin d'activités confirmés par l'animateur.

Nous demandons aux parents des mineurs de les accompagner et de vérifier au début de chaque séance que l'animateur technicien est présent pour l'activité. Les parents doivent être présents à l'heure pour reprendre les enfants en fin d'activité.

Il est important de respecter les horaires des séances pour ne pas pénaliser le groupe. Nous vous demandons de venir chercher vos enfants à l'heure indiquée. Plus d'informations sur notre site internet.



Adhésion

Etre adhérent, c'est approuver le projet associatif d'éducation populaire de la MJC. La carte est commune aux 3 MJC du canton (Maison des habitants St Julien en Genevois, MJC du Vuache et de Viry)

Elle est obligatoire pour toutes inscriptions au sein de la MJC.

Moins de 18 ans, étudiants et chômeurs : 7 €

Adultes : 14 € Familles : 28 €

La carte est non remboursable

Règlements des activités hebdomadaires

Les cotisations aux activités sont réglées en totalité dès l'inscription.

Pour les cotisations < 300€ : possibilité de 3 chèques (septembre à novembre)

Pour les cotisations > 300€ : possibilité de 9 prélèvements (septembre à mai)

NB : les frais bancaires pour non approvisionnement sont à votre charge

Pour les prélèvements bancaires, transmettre un relevé d'identité bancaire lors de l'inscription.

Chèques, chèques vacances et espèces sont acceptés (frais chèques étrangers : 15€)

Possibilité de mettre en place des prélèvements automatiques pour des paiements > à 300€

L'adhérent s'engage à participer à l'activité durant toute la saison ou la période concernée.

**En cas d'abandon,
AUCUN remboursement
d'activité ne sera effectué.**

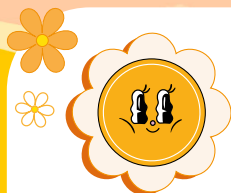
Conditions de remboursements

En cas de maladie et sur présentation d'un justificatif, la demande sera étudiée après que l'adhérent ait rempli le formulaire disponible à l'accueil (maximum un mois après l'arrêt de l'activité).

Des frais administratifs pourront être retenus (plafonnés à 100€)

En cas de déménagement ou de mutation professionnelle, la demande sera étudiée après que l'adhérent ait rempli le formulaire de demande de remboursement (maximum quinze jours après l'arrêt de l'activité).

Un justificatif sera obligatoirement joint à la demande. Des frais de 20% seront retenus (plafonnés à 150€).



Accueil de loisirs des enfants de 3 à 10 ans

La MJC de Viry vous propose un accueil sans hébergement les mercredis et les vacances scolaires

Notre accueil est basé sur les valeurs de l'éducation populaire.

Nous déclinons nos objectifs dans notre projet pédagogique qui découle du projet associatif de la structure (disponible sur place ou sur le site de la MJC).

Notre accueil est rythmé d'activités, de jeux, de sorties pour apprendre à vivre en collectivité, créer ses repères à l'accueil de loisirs.

Tout au long de l'année, l'équipe d'animation accompagne les enfants avec des outils pédagogiques adaptés à chaque tranche d'âges.

Nous mettons en avant la découverte des loisirs et l'accès à la culture pour tous.

Nous souhaitons que les enfants soient acteurs de leurs loisirs et tentons de les emmener vers l'autonomie.

L'équipe d'animation est composée d'une directrice, d'animateurs permanents et vacataires.

Les programmes d'activités et les dates de réunions d'informations seront annoncés à l'avance sur le site internet et affichés à l'ALSH.

Des séjours courts peuvent être proposés en plus de l'ALSH sur certaines périodes.

Nous ne proposons pas d'accueil pendant les vacances de fin d'année et **fermeture du 28/07/24 au 11/08/24 inclus**

Ouverture dès le mercredi 6 septembre 2023

L'accueil des enfants se fait au 110, rue Villa Mary (école maternelle des Gomettes).

Les mercredis : 8h-18h (inscription sur la journée entière, possible à l'année, au trimestre)

Les vacances scolaires : 8h-18h (inscription obligatoire à la semaine).

Tarifs Mercredis

de 8h à 18h repas compris

Quotient familial	Viry, Feigères et Présilly	Autres communes
Moins de 801 €	17 €	19 €
801 € à 1100 €	20 €	22 €
1101 € à 1500 €	25 €	27 €
1501 € à 1700 €	32 €	35 €
1701 € à 2000 €	36 €	40 €
plus de 2000 €	39 €	43 €

Pour les mercredis, 5 € de remise à partir du deuxième enfant du même foyer

Modalités : Voir modalités d'inscriptions en page 2 et 3

Pour les vacances scolaires, les tarifs sont indiqués dans la plaquette de chaque période.

Ils peuvent varier en fonction des activités proposées.

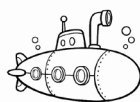
Periscope

Pour les enfants de CM1 et CM2

Des jeux sportifs, collectifs, des jeux de société, des jeux de rôle, expression corporelle et bien d'autres seront proposés.

Les vendredis de 16h45 à 18h30 à partir du vendredi 6 octobre 2023

Adhésion + participation à la séance



tarifs

<801€	801€ à 1100€	1101€ à 1500€	1501€ à 1700€	1701€ à 2000€	>2000€
1,90€	2€	2,10€	2,20€	2,30€	2,40€

Scannez le QR code pour accéder au site internet



ENFANTS



Accompagnement à la scolarité pour les enfants du CP au CM2

Nous proposons un temps d'accompagnement à la scolarité aux enfants de l'école élémentaire. La première heure est consacrée à de l'aide aux devoirs, et le deuxième temps aux ateliers collectifs de découverte (scientifique, culturel, historique, littéraire...) en lien avec le programme scolaire. Une séance par mois est consacrée quant à elle entièrement à une sortie culturelle ou un atelier d'approfondissement. Ces ateliers sont proposés en complément de l'aide aux devoirs classiques se veulent ludiques et coopératifs et sont façonnés par les intervenants en fonction des besoins des enfants et du programme scolaire.

Le mardi : 16h45 - 18h45 à partir du mardi 10 octobre 2023
20€ par an + carte d'adhérent / modalités et inscriptions page 2 et 3



MANON SALARIÉE PERMANENTE

MONTAGNE

Le ski et les activités montagne

La MJC propose différentes activités pour les enfants et les jeunes, à savoir :

Les sorties journées dès 5 ans (26 février au 1 mars 2024)

Ces sorties sont rythmées par des déplacements à la station de Praz de Lys Sommand pour un cours avec les moniteurs ESF. Encadrés par des bénévoles, les enfants peuvent découvrir ou se perfectionner dans la pratique du ski alpin tout au long de la semaine. Chaque enfant doit avoir son matériel.

Tous ont rendez-vous le vendredi pour les photos de groupes, les remises de médailles et de diplômes.

Journées activités découverte montagne (4 au 8 mars 2024)

Pendant cette semaine, les enfants vont découvrir d'autres sports. Ils seront amenés à pratiquer plusieurs disciplines à la montagne...

Le programme peut être adapté aux conditions climatiques et à la fatigue des enfants. Chaque jour, le groupe se déplace dans une station différente. Les enfants doivent être habillés en fonction des conditions climatiques et de l'activité proposée.

Si vous ne disposez pas de matériel, la MJC se charge des locations nécessaires.

Séjour montagne pour les 11 - 17 ans (26 février au 1 mars 2024)

A proximité de Morzine, nous proposons un séjour pour les 11-17 ans.

Dans une ambiance conviviale, les jeunes se retrouvent pour partager des moments inoubliables. Ils pratiquent du ski alpin et d'autres activités de montagne (ex : curling, luge, VTT sur neige).

Ces activités sont proposées en fonction des conditions climatiques et de la fatigue du groupe. Il est nécessaire d'avoir un bon niveau de ski pour participer à cette semaine.

Pas de cours ESF. Matériel individuel nécessaire.



AURÉLIE SALARIÉE PERMANENTE





ESPACE FAMILLES

Le secteur familles est dédié spécialement aux parents et à leurs enfants de 0 à 17 ans. C'est un lieu d'écoute et de partage où chacun a sa place.

Tout au long de l'année, nous vous proposons des activités, des sorties, des moments à venir vivre en famille. Il y en aura pour tout le monde et tous les âges !

Le secteur familles évolue avec vous et grâce à vous. Vos retours, envies, besoins sont toujours les bienvenus afin que nous construisions ensemble les projets.

Nous vous invitons à prendre contact avec Adeline responsable secteur familles au 06 52 74 15 95 ou adeline.b@mjcviry74.fr pour toutes questions et inscriptions.

Venez régulièrement nous rendre visite sur le site de la MJC pour connaître les nouveaux projets.

Mais en attendant voilà déjà quelques temps forts :

Espace parents/enfants (0/3 ans et un adulte)

Tous les mardis de 16h à 17h30 ou de 10h à 12h (*selon notre décision*) et les jeudis de Tous les mardis de 16h30 à 18h et les jeudis de 10h à 12h salle 6 (hors vacances scolaires)

Nous vous invitons à venir jouer avec votre/vos enfant(s) dans un lieu adapté aux plus petits. C'est un moment de convivialité où petits et grands prennent le temps d'apprendre, de discuter et se découvrir. Les jeunes enfants peuvent vivre les premiers temps libres de socialisation sous le regard bienveillant de l'adulte qui l'accompagne. C'est aussi un lieu ressource sur les questions de la famille et de la parentalité, qui favorise le lien entre les familles et au sein même de la famille.

1 fois par trimestre nous invitons un(e) professionnel(le) afin d'approfondir des thèmes et des questionnements que l'on peut se poser en tant que parent.

La carte d'adhérent famille est obligatoire pour la saison.

Réouverture le mardi 12 septembre 2023

Jeux en famille (0/17 ans et un adulte)

Les mercredis après-midi de 15h30 à 17h30 dans le hall de l'Ellipse. (Hors Vacances scolaires)

Venez en famille pour des moments de partages et d'échanges autour du « jeu ».

Le jeu est un très bon outil de sociabilisation, et au fil des parties, il nous apprend à écouter les autres, à respecter des règles, à patienter et à gérer les émotions en cas de frustration.

Selon les envies nous vous proposons des jeux de société, en bois, ou de cartes, des petits ateliers créatifs...

Ces temps de jeux pourront être ponctuellement délocalisés sur le parvis de l'Ellipse ou au parc de la villa Mary.

Gratuit et pour tous

La Blabloterie

1 fois par trimestre (hors vacances scolaires), le mardi de 19h à 20h

Mais qu'est-ce donc ??? « La Blabloterie » est un café parent où nous pouvons partager, autour d'un café, nos expériences, nos préoccupations, nos questionnements...

c'est un lieu pour échanger des idées, s'apporter mutuellement des pistes de solutions, être écouté et être rassuré.

« La Blabloterie » est ouvert à tous les parents !

Il est animé par Adeline, référente secteur familles de la MJC de Viry et également afin d'approfondir des thèmes et des questionnements que l'on peut se poser en tant que parent, nous pourrions être accompagnés de professionnel de la famille et de l'enfant.

Afin de préserver cet espace de discussion entre parents, les enfants ne sont pas acceptés.

Son accès est libre et gratuit.

Inscription conseillée

Scannez
pour plus d'infos sur la saison 2023-2024



FAMILLES

ESPACE FAMILLES

Café des parents d'ados

1 fois par trimestre (hors vacances scolaire), le mercredi de 19h à 20h30 au foyer jeunes. Être parents n'est pas une tâche facile ! Être parents d'un adolescent encore moins ! Venez faire connaissance et échanger avec d'autres parents. Des professionnels de la jeunesse et de la famille animeront ces rencontres. Ils répondront aux questions que vous vous posez sur l'adolescence (sujets tabous, conduites à risque, gestion des conflits...). N'hésitez pas ! C'est ouvert à tous, gratuit et sans engagement ! Inscription conseillée

Théâtre d'impro parents/ados : «Et si tu prenais ma place ...»

Venez en duo parent/ado (11-17ans) vous exprimer sans jugement, vous (re)découvrir, vous voir sous un autre masque, vous écouter et vous faire confiance afin de vous (re) trouver.

Nous vous proposons des ateliers d'exercices d'improvisation accompagnés par des professionnels du spectacle.

Ateliers bricol'en famille

1 mercredi matin par mois (hors vacances scolaire)

Parents et enfants vont apprendre à se découvrir autrement.

Ne vous inquiétez pas si vous n'êtes pas le plus grand artiste du monde ! Être simplement enclin à essayer est de toute façon une leçon en soi pour vos enfants.

Programme et dates sur le site de la MJC mis à jour régulièrement.

Inscriptions obligatoires.

Vacances en famille

Des programmes sont établis pour chaque période de vacances et seront disponibles sur le site de la MJC.

Inscriptions obligatoires.

Des sorties peuvent être également organisées en fonction des demandes du groupe.



JEUNES DE 11 À 17 ANS

Le secteur jeunes c'est

- Un accompagnement dans la mise en place de vos projets.
- Des chantiers éducatifs en partenariat avec « l'Association Passage ».
- Un lieu de rencontre, d'écoute, d'information, de conseils et de convivialité.
- Pour ne rien rater rendez-vous sur le site "MJC Viry"
- Et aussi :

Accueil libre au foyer (de 14 à 17 ans)

Ouvert à partir du mercredi 20 septembre 2023 et tous les mercredis pour les 14 – 17 ans de 13h30 à 16h.

C'est avant tout un espace de rencontres, de jeux, de création et d'échange où vos projets trouveront une oreille attentive et une boîte à idées prête à accueillir toutes vos envies futures, dans la mesure du réalisable et des valeurs de l'association.

Les jeunes sont encadrés par des animateurs professionnels et ils sont libres de leurs allées et venues.

L'adhésion de 7€ et le passeport jeunes de 20€ sont obligatoires pour participer au foyer.

Actions Jeunes Citoyennes (AJC)

Ces actions, possible dès 14 ans, permettent aux jeunes de participer à des actions d'aides chez des particuliers, de ventes de gâteaux ou de nettoyage de voitures sur la place de Viry.

Le but est de financer des activités lors d'un séjour organisé par eux. Ils peuvent ainsi organiser leur propre séjour, choisir leur destination dans la mesure du raisonnable et s'impliquer dans la vie de la cité.

Les groupes se créent au fur et à mesure des années, lors des divers temps d'activités proposés par le secteur jeunes.

Ces actions permettent surtout aux jeunes de tisser du lien, de comprendre la valeur de l'argent et de mettre en avant leurs compétences.

Pendant les vacances

Des semaines d'activités et des séjours à thèmes seront au rendez-vous.

Il y aura au moins un séjour sur chaque période de vacances (sauf vacances de décembre). Les jeunes ont la possibilité de pouvoir proposer des activités qui se dérouleront pendant les vacances, toujours dans la mesure du possible.

Accompagnement des groupes de musique (dès 14 ans)

Nous mettons à votre disposition un accompagnement et un local de répétition avec du matériel, pour les groupes naissants ou confirmés.

Conditions : participation forfaitaire de 50€ par personne pour l'année + carte d'adhésion + signature de convention.

PEACE
LOVE
MUSIC

Scannez le QR code ci-dessous pour la section Jeunes



JEUNES DE 11 À 17 ANS



Accompagnement à la scolarité

Les mercredis

En partenariat avec le collège Arthur Rimbaud et l'association de prévention "Passage", nous vous accompagnons pour surmonter vos difficultés et vous organiser dans votre scolarité. Nous proposons un temps de réalisation des devoirs mais notre fonction première est de vous accompagner dans votre méthodologie scolaire à l'aide d'intervenants et de débats.

A partir du mercredi 20 septembre 2023 et tous les mercredis de 13h30 à 19h.

Journée découpée avec un temps dédié aux devoirs (13h30-16h), un goûter (16h-17h), un temps de jeux collectifs (17h – 19h). Les deux dernières parties se dérouleront au foyer. Passeport jeunes : 20€ l'année scolaire) + adhésion

Cet accompagnement comporte :

- Une charte à lire et à se conformer
- Un accord quadriparti entre l'école, le jeune, la MJC et les parents
- Respecter les horaires et avertir en cas d'absence des jeunes.
- Un temps d'accueil par les ados, d'enfants de 9 à 10 ans, au secteur jeunes un mercredi par période scolaire.

Le reste de l'année

L'accompagnement à la scolarité concerne aussi l'apprentissage de la vie, de soi et de son environnement de différentes manières.

Nous mettons en place :

- Des soirées jeunes 1 fois par mois, soirées à thèmes avec des débats, spectacles, films, des discussions et des jeux en rapport avec les préoccupations ou envies des jeunes.
- Des sorties culturelles et éducatives mises en place sur plusieurs samedis. (Voir l'affiche sur le site MJC).

'Animation de proxi'

Viens t'amuser avec tes amis ou rencontrer de nouvelles personnes autour du jeu de sociétés !

Nous vous donnons rendez-vous tous les jeudis soir de 18h à 20h, uniquement pendant les périodes scolaires.

- Jeux en présentiel au foyer jeunes de la MJC, le 1er et 3ème jeudi du mois
- Jeux en ligne et explication de "C'est quoi internet ?", le 2ème et 4ème jeudi du mois

Nous intervenons le vendredi au collège Arthur Rimbaud, sur le temps d'étude du vendredi soir de 16h10 à 17h05 pour tisser du lien et mettre en place des activités ludiques, culturelles et sportives.

Il y aura des sorties culturelles, sportives et éducatives mises en place sur plusieurs samedis. (Voir l'affiche sur le site MJC).

Nous nous expatrierons de la MJC pour nous rendre dans les hameaux environnant la commune de Viry et proposer des jeux animés et des activités scientifiques, culturelles et sportives.





SECTEUR MULTIMEDIA

Nous mettons à votre disposition un accompagnement et un local de répétition avec du matériel, pour les groupes naissants ou confirmés.

Conditions : participation forfaitaire de 50€ par personne pour l'année + carte d'adhésion + signature de convention.

Le secteur Multimédia est ouvert à tous, à partir de 7 ans.

C'est un espace où chacun peut utiliser, jouer, apprendre et créer grâce à différents outils numériques. Tout au long de l'année, nous vous proposons des ateliers et accompagnements en informatique, des soirées jeux en réseaux local, et un accès aux ordinateurs et internet.

Vos retours, envies et besoins sont les bienvenus afin que nous construisions ensemble des projets.

Nous vous invitons à prendre contact avec Loïc, responsable secteur Multimédia au 07 83 00 68 69 ou loic.c@mjcviry74.fr pour toute question ou inscriptions. Venez régulièrement nous rendre visite sur le site de la MJC pour découvrir les nouveaux projets....

En attendant de vous retrouver, voilà déjà quelques temps forts :

Le cyber espace

Tous les mardis de 18h30 à 20h30 et les samedis de 10h à 12h au secteur multimédia (hors vacances scolaires). Nous mettons à disposition les postes informatiques pour une utilisation personnelle dans le respect de la charte d'utilisation.

Jeux en réseaux

Un vendredi par mois de 20h00 à 22h00 (hors vacances scolaires)

Nous vous proposons de vous retrouver pour vous confronter et/ou collaborer avec d'autres joueurs sur différents jeux vidéo en réseaux local.

Module d'informatique

Vous êtes débutants en informatique et souhaitez apprendre à utiliser un ordinateur ?

Nous vous présenterons différents modules en fonction de vos besoins. Ils vous permettront d'acquérir, via la pratique, les bases pour utiliser un ordinateur et découvrir différentes compétences telles qu'apprendre à créer et gérer une boîte mail ou réaliser certaines démarches administratives en ligne.

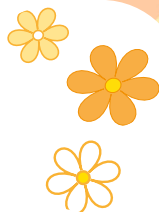
Module Microsoft Office

Vous avez besoin de rédiger un document, une lettre de motivation ou un cv avec le logiciel Word, de créer une feuille de calcul sur Excel ou concevoir un diaporama sur Powerpoint ?

Tout au long de l'année nous vous proposerons divers modules autour de l'utilisation des logiciels de la suite office.



ACTIVITÉS



Danses

BALLET MODERN'JAZZ JUNIOR

Fanny VESIN

Prendre part à la création du spectacle de la MJC, danser sur diverses manifestations dans une ambiance conviviale, dynamique et bienveillante. Vous êtes curieux, motivés ? Rejoignez-nous ! Je vous accompagnerai tout au long de l'année dans cette nouvelle aventure artistique. L'objectif est de développer sa technique avec des exercices adaptés au niveau de chacun, de travailler l'interprétation et de développer sa sensibilité artistique afin de créer ensemble une pièce chorégraphique.

Tenue : Leggings de sport noir et tee-shirts uni ou un justaucorps sous le legging, pieds nus, cheveux attachés.

Pour qui ?

11 - 13 ans

Quand ?

Jeudi 18 h - 19 h

Tarif E

CLASSIQUE

Fanny VESIN

Accessible aux enfants ayant déjà suivi le cours de préparatoire classique depuis 2 ans ou aux enfants de 9 ans souhaitant démarrer la danse classique.

Ce cours est le prolongement du cours de préparatoire classique, le cours de danse classique démarrera toujours par un échauffement à la barre, nous travaillerons sur le placement et la posture (des pliés, des dégagés, étirements...). Des exercices techniques reprenant les différentes étapes réalisées précédemment à la barre seront ensuite proposés au milieu, sans la barre, en intégrant des déplacements dans l'espace. Nous apprendrons également à tourner, sauter... nous parlerons aussi des grands ballets classiques. La patience et la persévérance seront des atouts lors de ce cours, toutefois nous n'oublierons pas une chose essentielle : le plaisir de danser.

Tenue obligatoire : justaucorps, collants et demi-pointes, cheveux attachés.

Pour qui ?

9 - 11 ans

Quand ?

Mercredi 11 h 45

Tarif E



DANSE ADOS

Fanny VESIN

En plus de la technique modern'jazz décrite ci-dessus, partez tout au long de l'année à la découverte de diverses stylistiques. Voyager de l'Inde à New York avec la danse Bollywood et la danse inspirée des comédies musicales de Broadway ! Venez danser sur des musiques issues des films du cinéma indien pour un dépaysement garanti, puis direction Broadway laissez-vous transporter par les strass et les paillettes !!! Le tout dans une ambiance dynamique et festive ! déjà pratiqué cette discipline envoutante, rejoignez nous.

Pour qui ?

A partir de 14 - 17 ans déjà 2 ans de cours

avec Fanny

Quand ?

Mercredi de 19 h 15 - 20 h 15

Tarif : E

Scannez cet
QR code pour plus d'infos sur les activités
MJC





ACTIVITÉS

Danses

DANSES ADULTES MODERN'JAZZ, BOLLYWOOD, CABARET

Fanny VESIN

A travers ce cours nous aborderons différentes stylistiques, le modern'jazz, le cabaret et le music-hall, les débutants sont les bienvenus !

L'objectif est de se faire plaisir, de lâcher prise dans une ambiance festive !

Nous découvrirons les fondamentaux de la danse modern'jazz à travers un travail technique et scénique.

La touche cabaret vous permettra d'enrichir votre danse en lui apportant féminité et élégance. Des chorégraphies sur des musiques actuelles ou issues de grands films du cinéma indien, des comédies musicales (Broadway), et du music-hall vous seront proposées.

Nous intégrerons aussi en fonction de la stylistique abordée, des talons, et divers accessoires : chapeaux, canne, chaises...

DANCEHALL AFRO

Fama SAMBA

Le Dancehall est une musique originaire de Jamaïque.

Fama aura le plaisir de vous enseigner cette danse tout autant entraînante que séduisante. Pour suivre les tendances actuelles une touche afro sera ajoutée aux chorégraphies et musiques.

DANSE ORIENTALE

Fama SAMBA

La danse orientale est une danse d'origine égyptienne (Maghreb, Proche-Orient) qui comprend de nombreux styles. Le style majeur «Raqs Sharqi» s'est développé en occident à partir des années 90 et connaît un succès fulgurant.

A l'origine, la danse orientale est une danse spontanée et improvisée, mais elle est aujourd'hui enseignée de manière académique partout dans le monde. Tous les styles de cette danse riche seront explorés: le baladi, les percussions, le voile, les ailes d'isis, le tribal...

Que vous soyez débutantes ou que vous ayez déjà pratiqué cette discipline envoûtante, rejoignez nous.

HIP HOP

Fama SAMBA

La danse hip-hop est née d'un courant musical en vogue dès les années 70 dans le Bronx, à New York. Par la suite, de nombreuses danses urbaines se sont développées : la street dance, le break dance, le locking, le popping, le krump... Ainsi, cette expression corporelle est devenue une activité sportive très populaire principalement chez les adolescents. Elle est bien plus qu'une danse de rue et s'avère une aide thérapeutique incontestable pour traverser ce cap inévitable. En effet, elle est parfaite pour les jeunes et leur apporte de multiples bénéfices pour leur santé physique et mentale.

Pour qui ?

Adultes

Quand ?

Jeudi 20 h 15 - 21 h 30

Tarif N

Pour qui ?

Dés 15 ans et adultes

Quand ?

Mercredi 20 h - 21 h

Tarif N



Pour qui ?

Dés 16 ans

Quand ?

Mercredi de 19 h - 20 h

Tarif : E

Pour qui ?

6 - 16 ans

Quand ?

Mercredi 13 h 45 - 14 h 45 :

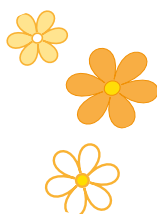
6 - 10 ans

Mercredi 16 h 15 - 17 h 15 :

avancés et 11 - 16 ans

Tarif E

ACTIVITÉS



Danses

INITIATION DANSE

Fanny VESIN

Ce cours est l'occasion d'acquérir ou d'approfondir les fondamentaux nécessaires à l'apprentissage de la danse de façon ludique. C'est aussi l'occasion d'apprendre les premiers termes techniques liés au vocabulaire de la danse.

Un travail sur la rythmicité, la coordination, l'espace, les qualités de mouvements, l'improvisation... sera effectué sur des musiques variées ! Travailler en atelier pour développer la créativité et l'imagination de chacun afin d'accroître sa sensibilité artistique.

MODERN'JAZZ

Fanny VESIN

En évolution permanente, le Modern'jazz est le résultat d'un échange entre diverses influences, danse jazz, africaine, moderne.... C'est une danse dynamique, scénique, un art où nous faisons de notre corps un moyen d'expression à part entière. Sur des musiques variées et actuelles nous travaillerons la technique, l'interprétation et l'improvisation. Le cours démarrera par un échauffement, puis nous apprendrons divers pas « jazz », à tourner, à sauter... avant de préparer les chorégraphies du spectacle. **Tenue** : leggings de sport noir, tee-shirt uni ou justaucorps, cheveux attachés, en chaussettes ou pieds nus.

POMPOM DANCE

Fama SAMBA

Le cours de Pompom dance se décompose d'un échauffement, de la manipulation des pompons et l'adoption de la posture associée. Fama enseignera également les portés et pyramides liés à cette discipline. Nous aurons l'honneur d'encourager notre équipe locale de football féminine (9-11ans) lors des matches. Tout au long de la saison, nous allons apprendre des chorégraphies rythmées dans lesquelles les pompons seront nos accessoires numéro un ! L'enseignement de cette discipline se fera par la pédagogie du jeu tout en musique.

PRÉPARATOIRE CLASSIQUE

Fanny VESIN

La danse classique développe rigueur et persévérance, cela ne nous empêchera pas de l'aborder de façon ludique et de la pratiquer tout en s'amusant ! Le cours débutera à la barre, avec un échauffement et un travail sur le placement, la posture (des pliés, des dégagés, des équilibres, des étirements...) tout un rituel et vocabulaire spécifique à découvrir et expérimenter ensemble !

Puis nous travaillerons au milieu, sans la barre, pour découvrir et apprendre les pas de bases de la danse classique. Tenue : justaucorps, collants et demi-pointes, cheveux attachés.

Pour qui ?

5 ans (révolus au 31/12)

6 ans débutants et aux enfants de 5 ans ayant déjà suivi l'éveil à la danse.

Quand ?

Mercredi 9 h - 9 h 45

Tarif F

Pour qui ?

9 - 10 ans

Quand ?

Jeudi 17 h - 18 h

Tarif E

Pour qui ?

De 5 à 12 ans

Quand ?

Mercredi 12 h 45 - 13 h 45 : 5 - 8 ans

Mercredi 14h 45 - 16 h 15: 9 - 12 ans ou deuxième année

Tarif : N

Pour qui ?

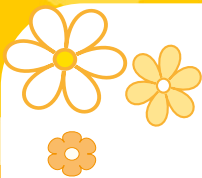
7 ans (révolus au 31/12)- 8 ans

Quand ?

Mercredi 9 h 45 - 10 h 45

Tarif : E





ACTIVITÉS

Danses

PRÉPARATOIRE MODERN JAZZ

Fanny VESIN

Pour découvrir les fondamentaux de la danse modern jazz (page 12) et ses spécificités, partage, énergie et dynamisme seront de la partie pour que chacun ait du plaisir à découvrir et évoluer dans cette pratique artistique !

Le cours démarrera toujours par un travail d'échauffement, puis nous apprendrons les pas de bases spécifiques à cette esthétique et nous terminerons par l'apprentissage d'une chorégraphie que nous présenterons sur scène lors du spectacle. Tenue : leggings de sport noir, tee-shirt uni ou justaucorps, cheveux attachés, en chaussettes ou pieds nus

PROGRESSING BALLET TECHNIQUE (PBT)

Fanny VESIN

Ce cours est ouvert à toute personne souhaitant entretenir ou développer son activité musculaire. Aucune pratique de la danse n'est nécessaire pour s'épanouir dans cette activité, débutants bienvenus. Le PBT est un programme créé par Marie Walton-Mahon, pour aider les danseurs à activer leur mémoire musculaire, travailler l'ensemble des muscles du corps en profondeur (activation de son centre...), améliorer sa posture, l'équilibre, le placement du poids du corps...

Que vous soyez sportif ou non cet entraînement régulier sera bénéfique pour votre corps. Nous utiliserons des Swissball, des petits ballons, des bandes élastiques... et travaillerons à la fois sur le sol et debout, avec ou sans la barre. Nous renforcerons nos muscles profonds tout en gagnant en souplesse. Nous développerons notre conscience corporelle et apprendrons à engager les bons muscles pour effectuer chaque mouvement.

TIK TOK AND DANCE

Fama SAMBA

Une approche différente de Tik Tok: Fama enseignera les célèbres chorégraphies Tik Tok qu'elle aura choisies en accord avec ses élèves. Aucune vidéo n'est diffusée sur le réseau social ce qui permet à vos enfants de connaître les chorégraphies sans avoir de contact avec Tik Tok.

Ils restent donc dans l'air du temps des danseurs de la cours de récréation. Pour la finalisation des chorégraphies Fama fera appel à sa technique et son inspiration, un mélange de Hip Hop et Street Jazz fera danser vos ados.

Pour qui ?

7 ans (au 31/12) déjà initiés -

8 ans débutants

Quand ?

Mercredi 10 h 45 - 11 h 45 Tarif E

Pour qui ?

Adultes

Quand ?

Jeudi 14 h 15 - 15 h 15 :

adultes débutants

et 2ème année

Jeudi 15 h 15 - 16 h 15 :

adultes 3ème année

Tarif : N

Pour qui ?

De 11 à 17 ans

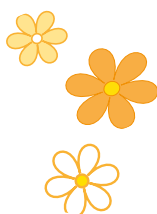
Quand ?

Mercredi 17 h 15 - 18 h 15

Tarif : E



ACTIVITÉS



Activites musique

BATTERIE

Jérôme RACT

Découvrez le monde de la batterie.
Maîtrisez diverses techniques et jouez sur vos morceaux préférés.
Tous niveaux, du débutant au passionné averti.

Pour qui ?
A partir de 6 ans
Quand ?
Mercredi 10 h - 19 h 45
Collectif (45 min) 15 h 45 à 16 h 30
Tarif A* : 30 min
Tarif M* : 45 min
Tarif B** : collectif de 2 personnes

ESPACE DE RÉPÉTITION (TARIF 50€ PAR MUSICIEN + ADHÉSION)

Nous mettons à disposition des groupes musicaux, en famille, entre amis ou en solo, une salle adaptée et équipée pour répéter dans de bonnes conditions.
Horaires à définir avec les utilisateurs.

VEIL MUSICAL (PARENTS / ENFANTS)

Cécile MENETRIER

A travers des activités successives de 5 minutes environ, nous explorons les sons et les rythmes mais aussi les parties du corps, les chiffres et bien d'autres choses encore !
Pour éveiller à la musique et par la musique.
Présentations d'instruments, percussions, histoires, jeux, chansons et comptines, danse et mouvement.

L'enfant se développe et prend confiance au sein du groupe. C'est une riche opportunité d'établir un contact privilégié entre l'enfant et l'adulte qui l'accompagne.

Pour qui ?
Parents / Enfants
Enfant de 2 et 3 ans accompagné d'un adulte
Quand ?
Mercredi 16 h 45 - 17 h 15
Tarif F**

VEIL MUSICAL

Cécile MENETRIER

A travers des activités successives de 10 minutes environ, petits et grands collaborent pour aborder les premières fondations du langage musical. C'est fort ou doux ? Rapide ou lent ? Grave, médium ou aigu ? Quels sont les noms des notes de musique ? Les paroles riment ?

Chaque instrument présenté est dessiné la fois suivante. Percussions, histoires, jeux, chansons et comptines, danse et mouvement.
L'activité peut être l'occasion de préparer l'apprentissage instrumental.

Pour qui ?
Enfant 4 à 6 ans
Quand ?
Mercredi 16 h - 16 h 45
Tarif E**

FLUTE TRAVERSIERE

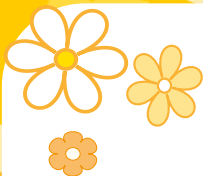
Gaëlle FOURRE

Ne nécessitant aucun prérequis, ils s'adaptent à tous les objectifs et toutes les envies. Une large palette de styles peut être abordée afin de répondre à la sensibilité de chacun.

Un premier contact ou un approfondissement du jeu sur flûtes historiques (traversos médiévale, Renaissance et baroque) peut être proposé afin de découvrir l'interprétation sur instrument « d'époque ».

Pour qui ?
A partir de 6 ans
Quand ?
vendredi 16 h - 19 h 30
Tarif A* : 30 minutes
Tarif M* : 45 minutes





ACTIVITÉS

Activités musique

GUIWARE

(CLASSIQUE, ÉLECTRIQUE, BASSE ET D'ACCOMPAGNEMENT)

Serge DUCROS

Tous les niveaux sont acceptés ! Cours particulier pour les enfants à partir de 7 ans et adultes. Ces cours se déroulent avec ou sans solfège suivant la demande des adhérents. Différents styles peuvent être : classique, variétés, folk, blues, rock & hard rock etc... Des cours de guitare et voix sont également proposés aux personnes désirant chanter et s'accompagner en même temps. Et bien sûr, tout ça dans la bonne humeur

PERCUSSION

Jérôme RACT

Assemblez et créez des rythmes au sein d'un ensemble de percussions. Apprenez le solfège rythmique et les différentes techniques de tambour. A vos baguettes !

PIANO

Myriam POMMIER

De l'enfant à l'adulte, en passant par l'adolescent, tout le monde y trouve son plaisir. La méthode d'enseignement est personnalisée en fonction de son niveau et de son goût. Toujours dans le respect et la sensibilité, vous découvrirez tout un monde musical qui s'ouvre à vous.

PIANO DEBUTANT

Gaëlle FOURRE

Ne nécessitant aucun pré-requis, ils s'adaptent à tous les objectifs et toutes les envies. Une large palette de styles peut être abordée afin de répondre à la sensibilité de chacun. Les notions solfégiques sont enseignées en parallèle de l'apprentissage instrumental, qu'il s'agisse de développer un jeu soliste ou une pratique d'accompagnement.

PIANO, HARPE

Desisslava MANUARD

Cours individuels de harpe celtique ou piano pour débutants ou avancés. Les méthodes pédagogiques sont adaptées à chaque cas individuel et évoluent selon le rythme d'avancement de chacun. Pas de prérequis de solfège ou de culture musicale mais la pratique régulière est souhaitable. Les morceaux étudiés relèveront de styles variés et seront choisis en fonction des aspirations des élèves, stimulant ainsi leur motivation et favorisant leur expression et épanouissement personnel.

Pour qui ?

Dès 7 ans

Quand ?

Lundi 14 h 30 - 20 h 30

Jeudi 14 h 30 - 20 h 30

Samedi 8 h - 13 h 30

Cours collectif : en fonction des demandes et des disponibilités

Tarif A* : 30 min

Tarif M* : 45 min

Pour qui ?

A partir de 6 ans

Quand ?

Mercredi 11 h 30 - 12 h 30

Tarif D**

Pour qui ?

A partir de 5 ans

Quand ?

Mercredi 9 h 15 - 14 h 15 et

15 h 30 - 20 h 30

Jeudi 15 h - 21 h 15

Tarif A* : 30 min

Tarif M* : 45 min

Pour qui ?

A partir de 6 ans

Quand ?

Vendredi 16 h - 19 h 30

Tarif A* : 30 minutes

Tarif M* : 45 minutes

Pour qui ?

A partir de 7 ans pour la harpe

A partir de 6 ans pour le piano

Quand ?

Lundi 16 h - 20 h 15

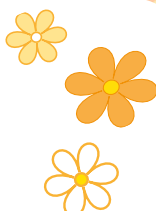
Mardi 16 h - 18 h 30

Mercredi 9 h 30 - 14 h 45 et 15 h 30 - 20 h

Tarif A* : 30 min

Tarif M* : 45 min

ACTIVITÉS



Activités musique

VIOLON, FLÛTE À BEC

Cécile MENETRIER

Pour débiter au violon, le choix d'une méthode avec CD aide à sentir le rythme et la hauteur des notes. Pour débiter à la flûte à bec, Cécile a créé sa propre méthode liée au chant de sorte que l'élève connaît déjà dans sa tête la musique qu'il s'appête à jouer.

L'élève avancé.e est encouragé.e à exprimer ses préférences de styles.

La théorie est intégrée à la pratique. Il est recommandé de travailler régulièrement son instrument à la maison.

Cécile se veut bienveillante et patiente !

Pour qui ?

A partir de 6 ans

Quand ?

Mardi 19 h 30 - 20 h

Mercredi 14 h 30 - 15 h 30 et

17 h 45 - 20 h

Jeudi 19 h 15 - 20 h

Tarif A * : 30 min

Tarif M * : 45 min



CÉCILE ANIMATRICE TECHNICIENNE D'ACTIVITÉ

Expression théâtrale et corporelle

COMÉDIE MUSICALE

Mélany HENNART

Vous connaissez Lalaland, Greatest showman, Grease et vous adorez faire le show ?! Alors venez danser, chanter et jouer la comédie tout en vous mettant en scène ! Vous découvrirez vos talents et vous pourrez mettre en lumière votre potentiel artistique, tout en apprenant et en prenant du plaisir en groupe.

Pour qui ?

Enfants, ados 10 - 15 ans

Quand ?

Mercredi 13 h 30 - 14 h 45

Tarif N

THÉÂTRE

Mélany HENNART

Si à la maison vous aimez jouer la comédie, vous prendre pour des comédiens, alors ce cours de théâtre pourra mettre tout votre talent en lumière !

Découvrez-vous au travers des émotions, de l'improvisation, d'exercice de théâtre, en groupe et ou seul afin de vous amuser tout en apprenant !

Pour qui ?

5 - 11 ans

Quand ?

Mercredi 12 h - 13 h 30 : 8 - 11 ans

Tarif E

THÉÂTRE D'IMPROVISATION

Corane DE CARLO

L'improvisation permet de s'exprimer à travers des exercices ludiques, de se retrouver au sein d'un groupe et de prendre plaisir à « jouer » tous ensemble. Venez découvrir les bases, les codes, les petits trucs et astuces qui vous permettent d'inventer des histoires ! En Impro, tout est possible : l'imagination n'a pas de limites !

Pour qui ?

Dés 13 ans / adultes

Quand ?

lundi 18 h - 19 h 15 : 13 - 17 ans

Lundi 19 h 30 - 21 h : Adultes

Tarif E : 13 - 17 ans

Tarif D : Adultes



CORANE ANIMATRICE TECHNICIENNE D'ACTIVITÉ



Selon disponibilités et horaires * cours individuels **





ACTIVITÉS

Activités créatives et culturelles

ARTS PLASTIQUES

Victoria MOREL

Expression, expérimentation par la pratique de techniques ludiques : le découpage, le collage, la peinture, les pochoirs...

L'idée est d'accompagner les enfants dans leurs créations, de les guider tout en leur transmettant les notions de bases du dessin.

De nombreuses références graphiques nous inspireront. Nous créerons des illustrations, des affiches, des cartes de vœux, des dessins en volume.

De nombreuses choses pour découvrir le dessin sous toutes ses formes et ses supports.

Pour qui ?

6 - 12 ans

Quand ?

Mercredi 15 h 30 - 17 h : 6 - 8 ans

Mercredi 17 h - 18 h 30 : 9 - 12 ans

Tarif : D

COUTURE & RECYCLAGE TEXTILE

Hélène BUTET

Découvrez la couture engagée avec Hélène, styliste modéliste de formation.

Du recyclage textile à la lecture d'un patron, vous réaliserez les créations de votre choix sous les conseils de notre animatrice.

Les projets sont libres, guidés et adaptés à vos envies.

Venez personnaliser votre garde robe ou coudre des accessoires uniques lors de ces ateliers couture sur mesures !

Pour qui ?

Dés 15 ans / adultes

Tous niveaux

Quand ?

Samedi (une fois par mois cf calendrier) :

9h - 12h

Dates : 16/09+ 07/10+ 18/11+ 02/12+

13/01+ 03/02+ 09/03+ 06/04+ 04/05+ 01/06

Tarif : N

CREATION D'UN LIVRE ILLUSTRÉ

Victoria MOREL

Dans cet atelier nous réaliserons nos propres livres du début à la fin.

Nous explorerons les nombreuses étapes de création de livres, de l'écriture à l'illustration pour aboutir à la finalisation de l'objet.

Parfois, nous nous mettrons dans la peau de l'auteur, parfois dans celle de l'illustrateur autour de travaux personnels et collectifs. La conception d'un livre est une occasion de découvrir les plaisirs de la création, de la réflexion et de l'expérimentation.

Pour qui ?

8 - 10 ans

Quand ?

Mercredi 10 h 30 - 12 h

Tarif : D

DESSIN PEINTURE

Victoria MOREL

L'objectif est d'acquérir dans un premier temps des bases solides de dessin afin de pouvoir par la suite s'exprimer librement, quelle que soit la technique (crayon, peinture, aquarelle, acrylique, pastels...).

Des travaux d'observations, des réinterprétations d'œuvre ou de courant artistique permettront d'entraîner l'œil et la dextérité.

Pour les travaux plus personnels, un suivi, des conseils et un regard extérieur seront à disposition.

Cet atelier est avant tout un laboratoire où l'on peut expérimenter sans complexer, et savourer le plaisir de dessiner.

Pour qui ?

A partir de 13 ans / adultes

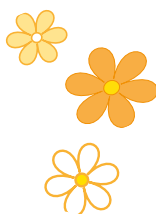
Quand ?

Mercredi 18 h 35 - 20 h 35

Tarif : C



ACTIVITÉS



Activités créatives et culturelles

DO YOU SPEAK ENGLISH ?

Cécile MENETRIER

Nous travaillons la conjugaison, la grammaire et l'orthographe. A la demande des familles, la méthode choisie est plutôt scolaire.

L'activité est ouverte aux enfants motivés de 7 ans.

Sur l'année, un temps de culture générale est consacré à 5 pays anglophones et le groupe interagit au moins une fois avec une personne de langue maternelle anglaise.

L'enfant personnalise un cahier qui résume nos séances. Pour débutants et faux débutants.

Pour qui ?

7 - 10 ans

Quand ?

Judi: 18 h -19 h

Tarif : E

EVEIL À L ANGLAIS

Cécile MENETRIER

Avec des jeux, des vidéos et des histoires, l'enfant s'approprie des mots et des phrases à l'oral.

Nous utilisons ainsi de façon ludique le vocabulaire des chiffres, des couleurs, de la nourriture, des animaux ou des émotions.

Sur l'année, un temps de culture générale est consacré à 5 pays anglophones et le groupe interagit au moins une fois avec une personne de langue maternelle anglaise.

L'enfant personnalise un cahier qui résume nos séances. Pour débutants.

Pour qui ?

4 - 6 ans

Quand ?

Judi: 17 h -17 h 45

Tarif : F

ANGLAIS

Gaëlle FOURRE

Ce cours s'adresse aux adultes (faux) débutants qui ont déjà eu un premier contact avec la langue anglaise. Au fil des séances, les participants seront amenés à développer leurs compétences aussi bien à l'écrit qu'à l'oral. L'effectif modeste permettant de s'adapter aux objectifs de chacun et chacune : révision d'aspects de base de la langue, acquisition de nouveaux outils grammaticaux, élargissement du vocabulaire, expression orale (saynètes, dialogues «sur le vif»...).

Pour qui ?

Dés 15 ans et adultes

Quand ?

Vendredi: 20 h -21 h 30

Tarif : D

LIGNE URBAINE

Victoria MOREL

Dans cet atelier, nous ferons des pochoirs, des graffs, des pochettes de CD, nous dessinerons sur les objets du quotidien, explorerons les possibilités du posca, de l'acrylique, de la bombe. Nous nous essayerons sur de grands formats toujours en portant une attention particulière à l'apprentissage du dessin et à la maîtrise de la ligne.

Pour qui ?

11 - 14 ans

Quand ?

Mercredi 14 h - 15 h 30

Tarif : D

THE GAME

Loïc CUGNET

Toi aussi tu es fan de jeux de sociétés ou de jeu en réseau ? Tu souhaites découvrir de nouveaux jeux, rencontrer d'autres joueurs ou perfectionner tes stratégies ? Alors THE GAME est ce qu'il te faut ! Cette année, nous explorerons des jeux de bluff comme le Perudo, le Complot ou le Skull, de deck-building comme le Munchkin, Dice Throne ou Living Forrest, de stratégie et de coopération comme Pandemic, Carcassonne, où citadelles. Ce sera aussi l'occasion de jouer en ligne avec chacun son PC pour s'affronter ! Attention, certaines parties peuvent durer plusieurs séances !

Pour qui ?

11 - 17 ans

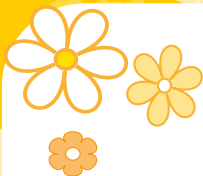
Quand ?

Vendredi 18 h 30 - 20 h 30

Tarif : G

Scannez
pour découvrir les activités
proposées en ligne





ACTIVITÉS

Sports et divertissements

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

Séverine ROGER

L'activité physique adaptée (APA) s'adresse à toutes les personnes en situation de maladies ou de handicap moteur ou sensoriel. Il s'agit de faire correspondre aux envies, aux attentes et aux capacités de la personne, un programme personnalisé d'activités physiques sollicitant la mobilité, l'équilibre, le renforcement musculaire, la souplesse, l'orientation spatio-temporelle, la coordination.

L'objectif est d'augmenter l'autonomie et la qualité de vie. Vous êtes en ALD (Affection longue durée), vous rencontrez des problèmes de santé ? Problèmes cardiovasculaires, diabète, obésité etc. Venez découvrir l'activité sportive adaptée à votre pathologie.

BABY GYM

Séverine ROGER

Les cours de baby gym seront rythmés par des parcours évolutifs tout au long de l'année. Les enfants travaillent leur motricité.

Cette activité leur permet d'améliorer leurs capacités motrices et d'évoluer dans plusieurs environnements.

BODY SCULPT-GYM ET STRETCHING

Jenny FERNANDES

Venez renforcer tous vos muscles à travers des entraînements chorégraphiés sur musique cardio, renforcement musculaire et stretching pour finir la séance. Séances pouvant utiliser du matériel : steps, élastiques, poids ou altères. Cours fait avec bonne humeur et fun. Vous ne verrez pas le temps passer !

BLABLA CONSEIL

Jenny FERNANDES

Prenez un café ou un thé et si vous avez envie de discuter et échanger des idées ! Cet endroit vous est dédié ! En compagnie de Jenny, comme à la maison, elle vous reçoit dans une ambiance conviviale. Conseils sur vos postures, conseils d'exercices, conseils nutritionnels, tout est fait pour vous !

BLABLA PILATES

Jenny FERNANDES

Accordez-vous un temps pour vous avec des moments d'échanges ou vous pourrez partager avec les autres membres du groupe et l'animatrice.

Lors des séances, les exercices dynamiseront tout votre corps.

Un temps d'échange autour d'un thé, une tisane ou un café en compagnie de Jenny en fin de la séance est inclus. Ambiance garantie et bonne humeur assurée !

Pour qui ?

Dés15 ans et adultes

Quand ?

Mercredi 18 h - 19 h

Tarif : N

Pour qui ?

De 3 à 5 ans

Quand ?

Mercredi 15 h 30 - 16h 15 : 4 - 5 ans

Mercredi 16h15 - 17h : 3 - 4 ans

Tarif : F

Pour qui ?

Dés15 ans et adultes

Quand ?

Lundi 9 h 15 - 10 h

Tarif : E

Pour qui ?

A partir de 15 ans / adultes

Quand ?

Lundi : 10 h - 10 h 30

Tarif : F



Pour qui ?

A partir de 15 ans / adultes

Quand ?

Mardi : 8 h 45 - 10 h 15

Tarif : C

Scannez le QR code pour accéder aux activités et réserver vos places



ACTIVITÉS



Sports et divertissements

BOOT CAMP & LEGG DANCE

Jenny FERNANDES

Le cours est coupé en deux séquences ! On se muscle avec des exercices traditionnels, fonctionnels, techniques, qui parfois brûlent nos muscles. Puis des enchaînements chorégraphiques, de la technique, du physique dans les bras et les jambes, de l'expression corporelle gracieuse et glamour.

Tous niveaux, tous styles, toutes morphologies ! Venez vous aimer pour bouger sur de la musique et mettre le feu dans votre intérieur !

Pour qui ?

A partir de 15 ans

Quand ?

Jeudi 18 h - 19 h 15

Tarif : N

CUISSE ABDOS FESSIERS - CAF

Jenny FERNANDES

Du renforcement musculaire ciblé sur ces 3 zones en bonne humeur bien sûr !

De la bonne musique, une ambiance qui met le feu et vous ne verrez pas le temps passer ! Se muscler sans s'en rendre compte, quoi de mieux ! Ce cours est assez calme, moyennement difficile dans les exercices musculaires. Sans sauts ni impacts, il s'adresse à tous les âges et morphologies puisque tous les exercices ont des niveaux différents et sont adaptables.

Pour qui ?

A partir de 15 ans

Quand ?

Jeudi 17 h 15 - 18 h

Tarif : E



CIRCUIT TRAINING - HIIT

Carolina MARTINS DE MIRANDA

Cette activité va permettre à la fois de brûler les calories, de renforcer la masse musculaire et obtenir une silhouette affinée et harmonieuse. La progression se fait sur une saison complète avec des exercices variés et évolutifs.

Pour qui ?

A partir de 15 ans

Quand ?

Lundi 19 h - 19 h 45

Tarif : E

CLUB DE JEUX

Hélène AROD

Temps convivial avec des jeux de cartes, des jeux de société.

Pour qui ?

Adultes

Quand ?

Lundi 14 h - 17 h

Tarif : Adhésion uniquement





ACTIVITÉS

Sports et divertissements

CROSS FITNESS

Jenny FERNANDES

Un cours sympa pour se muscler, bouger, transpirer, accélérer, souffler, se reposer ! Efficacité absolue pour ce cours ! Les résultats seront là et le cœur vous dira merci ! Venez trouver, une vraie séance de training Fitness. Vous ne serez pas déçus ! Au programme une diversité de matériel adapté et une coach performante !

Pour qui ?
A partir de 15 ans
Quand ?
Mercredi 19 h - 19 h 45
Tarif : E

★ Nouveau ★

FIT DANSE

Carolina MARTINS DE MIRANDA

Le fit dance est un ensemble de chorégraphies qui permet de travailler ses muscles ainsi que son endurance tout en s'amusant. Si vous aimez danser et bouger, cette activité est faite pour vous ! Aucun prérequis nécessaire.

Pour qui ?
Dés 15 ans et adultes
Quand ?
Lundi 18 h 15 - 19 h
Tarif : N

GIRL POWER

Jenny FERNANDES

Viens bouger avec nous sur de la musique qui met le feu à ton être intérieur ! Explore ton corps et ton cœur, bouge au rythme « des vibes » sous forme d'enchaînements chorégraphiques des années 80 ! Nous travaillerons la souplesse, la tonicité, la coordination, la mémorisation, le cardio ! Tout pour avoir un corps sculpté !

Pour qui ?
Adultes
Quand ?
Lundi : 17 h 30 - 18 h 15
Tarif : E

★ Nouveau ★

GIRL POWER II

Jenny FERNANDES

Une envie et un besoin de vibrer sur le son d'une musique aimée et de sentir son corps transpirer, se mouvoir, changer de semaines en semaines, avec bienveillance pour soi ? Jenny vous propose de faire du sport de façon joyeuse, fun et dans une super ambiance ! Pas de niveau, pas de stress, pas de difficulté, juste des exercices de cardio, de renforcement musculaire, rythmés au son de la musique ! Avec ou sans matériel, nous ferons du step, des séances avec des poids, etc.

Pour qui ?
Adultes
Quand ?
Mardi : 12 h 15 - 13 h
Tarif : E

★ Nouveau ★

GIRL POWER III

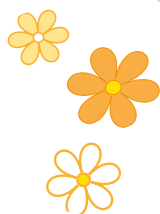
Jenny FERNANDES

On met la tenue et on bouge, on se déhanche, chante sur des titres marquants comme flashdance, fame, Grease. D'autres surprises feront partie de notre univers ! Se muscler, apprendre la coordination en rires, accepter son corps et sa façon de bouger, c'est la féminité dans toute sa splendeur !

Pour qui ?
Adultes
Quand ?
Vendredi : 9 h 30 - 10 h 15
Tarif : E

★ Nouveau ★

ACTIVITÉS



Sports et divertissements

GYM LOISIRS

Séverine ROGER

Gymnastique pour évoluer autour de figures gymniques. (souplesse avant, arrière, roue, rondade et autres.) Pour les plus petits, nous travaillerons l'apprentissage de la roue, la rondade, le grand écart et la souplesse.

JARDIN PARTAGÉ

Frédéric DUMOULIE

Venez rejoindre le collectif de jardinier(e)s pour participer seul, en couple ou en famille, au jardin partagé. Un temps de rencontre est organisé tous les vendredis soirs dans un espace situé au chef-lieu, pour apprendre, cultiver, semer et entretenir un jardin biologique.

Cette année, le jardin partagé s'est agrandi pour construire un projet de solidarité, d'entraide et de cultures partagées.

KARATÉ DO, SELF DÉFENSE, SELF DÉFENSE MIXTE, SELF DÉFENSE DE RUE

Alain RADIGUET

Art martial qui regroupe stretching, gainage, cardio, body combat, karaté do, self-défense, relaxation (zazen), bien-être. Au programme des cours : stretching, Cardio, renforcement musculaire, gainage, développement technique, Self Defense Mixte.

Avec enseignants diplômés : 3ème Dan Karaté Do, 2ème Dan et 1er Dan - Diplômé numéro, 13 197.

Deux stages multi-disciplines offerts aux adhérents de l'activité karaté.

Présence obligatoire une fois par semaine pour ces cours.

Pour qui ?

6 - 11 ans

Quand ?

Mercredi 14 h 30 - 15 h 30 : 6 - 8 ans

Mercredi 13 h 30 - 14 h 30 : 9 - 11 ans

Tarif : E

Rendez-vous du groupe le vendredi de 18h à 20h

Tarif : 45€ + adhésion famille

Pour qui ?

Dès 12 ans et adultes

Quand ?

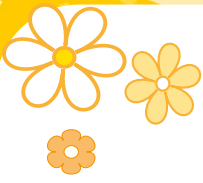
Lundi 19 h - 20 h 30

Jeudi 19 h - 20 h 30

(2 cours dans la semaine adultes)

Tarif : L





ACTIVITÉS

Sports et divertissements

MARCHE NORDIQUE

Sandrine BERGUERRE

La marche nordique est une pratique de marche avec des bâtons en pleine nature.

Elle s'adresse ainsi à tous les publics, quels que soient votre âge et votre condition physique.

Ce sport complet, accessible aux débutants comme aux sportifs aguerris, est idéal pour garder la forme.

L'essayer, c'est l'adopter ! Prêt de bâtons.

Pour qui ?

Tout niveaux adultes

Quand ?

Du lundi 11/09 au lundi 20/11/23 inclus et du lundi 18/03 au lundi 03/06/24 inclus.

Départs de l'Ellipse en début de saison.

Tarif : F

OSETOQYM

Jenny FERNANDES

Quoi de mieux que de connaître ses faiblesses pour mieux les travailler au quotidien et se remettre en bonne forme ? Nous connaissons les bobos qui nécessitent des séances d'ostéopathie, kinésithérapie, rééducation, traitements. Chaque semaine cette séance vous permettra de faire le point sur vous-même et Jenny vous proposera des exercices individualisés pour chacun, réalisés seuls ou en binôme durant le cours. Adopter les bons réflexes et routines matinales, connaître et comprendre son corps pour appréhender au mieux ses douleurs. C'est souvent dans le mouvement que l'on vit le mieux et le plus longtemps en meilleure forme !

Pour qui ?

Adultes

Quand ?

Mardi 11 h 30 - 12 h 15

Tarif : E



ACTIVITÉS

sports et divertissements

PÊCHE

Raymond BARTHASSAT

Apprentissage des différentes techniques de pêche et sensibilisation des enfants au milieu aquatique dans un site naturel exceptionnel. Encadrants adultes bienvenus.

Matériel personnel ou fourni par la MJC à l'exception des appâts.

Lac de Minzier : du 13/09/23 au 22/11/23 et du 20/03/24 au 05/06/24 inclus.

Pour qui ?

7 - 16 ans

Quand ?

Mercredi 14 h - 16 h

Tarif : G

PILATES

Jenny FERNANDES

Techniques de renforcement musculaire en profondeur associé à la concentration et à la précision, sur des rythmes respiratoires propres à soi. Amélioration de la souplesse dans son ensemble. Bien-être garanti après la séance.

Pour qui ?

A partir de 15 ans / adultes

Quand ?

Vendredi 11 h - 12 h

Jeudi 19 h 15 - 20 h

Tarif N : 1h

Tarif E : 45 min

PILATES

Carolina MARTINS DE MIRANDA

Le pilates travaille les muscles profonds sans impact et sans à-coup avec ou sans matériel, tout en ayant un lâcher-prise de notre corps. Carolina vous accompagne dans les exercices adaptés à chacun en fonction de ses besoins et capacités.

Faire une activité physique permet de garder la forme aussi bien physique que mentale.

Pour qui ?

A partir de 15 ans

Quand ?

Lundi 19 h 45 - 20 h 30

Tarif : E

PILATES PETIT MATÉRIEL

Jenny FERNANDES

Découvrez avec Jenny la tonicité de votre corps et découvrez de nouveaux muscles ! Différents exercices sont proposés en utilisant différents matériels : altères, élastiques, ballons, swiss ball. Découvrez donc de nouveaux assouplissements et faites du bien à votre corps !

Pour qui ?

A partir de 15 ans

Quand ?

Lundi 15 h 30 - 16 h 30

Tarif : N

(maximum 15)

RENFORCEMENT SANGLE ABDOS PERINEE

Jenny FERNANDES

On parle toutes de la même chose, le périnée qui soutient toute la sangle à foyer et bien plus encore. Toute la vie, sans cesse, il faut la renforcer, alors prenons du temps pour le faire, avec des prises de conscience et des exercices simples et sans efforts. Une suite logique à la dynamique de vouloir être en forme et se sentir bien dans son corps à tout âge.

Pour qui ?

A partir de 15 ans

Quand ?

Lundi 8 h 45 - 9 h 15

Tarif : F



ACTIVITÉS

Sports et divertissements

STRETCHING

Jenny FERNANDES

Dans ce cours très calme et avec une super ambiance, venez nous retrouver pour prendre soin de vos muscles, tensions, et votre stress. Prenez conscience de votre respiration et, avec douceur et concentration, nous travaillerons les étirements profonds. Déconnexion garantie !

Pour qui ?
A partir de 15 ans
Quand ?
Lundi 10 h 30 - 11 h 30
Tarif : N

✦ Nouveau ✦

TABATA

Jenny FERNANDES

Entraînement avec du petit matériel qui stimule l'ensemble du corps en cardio comme en renforcement musculaire. Cours spécifiques pour atteindre des objectifs de bien-être. Jenny utilise des supports musicaux pour faire plusieurs exercices variés. Travail intense et adapté pour chacun.

Pour qui ?
A partir de 15 ans
Quand ?
Lundi 16 h 45 - 17 h 30
Vendredi 10 h 15 - 11 h
Tarif : N

TWIRLING BATON

Jenny FERNANDES

Le Twirling Bâton est une discipline qui allie la danse, la gymnastique, le théâtre et le maniement du bâton. Le twirling bâton exige des qualités physiques et une concentration qui permettent de développer à la fois le corps et l'aspect artistique. C'est un sport complet et varié.

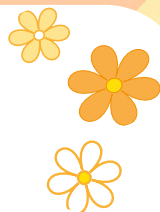
Il y aura plusieurs séquences, échauffement - techniques du bâton chorégraphies - assouplissements.

Pour qui ?
10 - 15 ans
Quand ?
Mercredi 14 h - 15 h 30
Tarif : D

✦ Nouveau ✦



ACTIVITÉS



Bien-être

YOGA

Françoise URBAN

Le YOGA, c'est un moment que l'on se donne pour prendre le temps de s'écouter avec bienveillance, respecter son propre rythme:

- Avec des mouvements simples, un souffle qui s'allonge, les tensions peuvent se dénouer, le rythme des pensées se ralentir. Ceci va favoriser un certain discernement, améliorer la concentration, développer la réceptivité et permettre, grâce à une meilleure connaissance de soi, un certain dépassement de soi-même !
- Ou tout simplement se détendre... et bien commencer ou finir la journée !

Pour qui ?

Dès 15 ans

Quand ?

Mardi 19 h - 20 h 30 : à partir de 15 ans

Mercredi 18 h 30 - 20 h : à partir de 15 ans

Tarif C

YOGALATES

Jenny FERNANDES

Le Twirling Bâton est une discipline qui allie la danse, la gymnastique, le théâtre et le maniement du bâton. Le twirling bâton exige des qualités physiques et une concentration qui permettent de développer à la fois le corps et l'aspect artistique. C'est un sport complet et varié.

Il y aura plusieurs séquences, échauffement - techniques du bâton chorégraphies - assouplissements.

Pour qui ?

10 - 15 ans

Quand ?

Mardi 10 h 30 - 11 h 30 (Tarif N)

Jeudi 16 h 30 - 17h15 (Tarif E)



PARTENAIRES



COMMUNE DE
VIRY



Haute-Savoie

MAIRIE
DE
PRESILLY

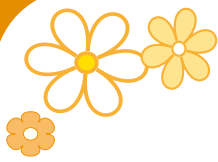


HAUTE-SAVOIE



Mairie de Feigères





Rappel :

L'ADHÉRENT S'ENGAGE À PARTICIPER À L'ACTIVITÉ DURANT TOUTE LA SAISON.

EN CAS D'ABANDON, **AUCUN** REMBOURSEMENT D'ACTIVITÉ NE SERA EFFECTUÉ.

POUR TROUVER VOTRE QUOTIENT FAMILIAL : DOCUMENT TRANSMIS PAR LA CAF OU LA MSA, OU CALCULÉ À PARTIR DU REVENU FISCAL DE RÉFÉRENCE LE PLUS RÉCENT (REVENU / 12 / NOMBRE DE PARTS), FOURNIR JUSTIFICATIF À L'INSCRIPTION

POUR LES ACTIVITÉS « **SPORT ET DIVERTISSEMENT** », UNE RÉDUCTION DE **20%** EST APPLIQUÉE LORS DE VOTRE INSCRIPTION À PARTIR DE LA TROISIÈME ACTIVITÉ POUR LE MÊME ADHÉRENT (SUR L'ACTIVITÉ LA MOINS CHÈRE).

TARIFS VIRY PRÉSILLY FEIGÈRES 2023-2024

Quotient familial	A	B	C	D	E	F	G	K	L	M	N
< 801 €	308 €	196 €	143 €	122 €	85 €	74 €	48 €	61 €	101 €	459 €	90 €
801 à 1100 €	362 €	231 €	168 €	144 €	100 €	87 €	56 €	72 €	119 €	540 €	106 €
1101 à 1500 €	452 €	289 €	211 €	179 €	125 €	109 €	70 €	90 €	148 €	675 €	133 €
1501 à 1700 €	580 €	370 €	270 €	230 €	160 €	140 €	90 €	115 €	190 €	865 €	170 €
1701 à 2000 €	655 €	418 €	305 €	260 €	181 €	158 €	102 €	130 €	215 €	977 €	192 €
+ 2001 €	708 €	452 €	330 €	281 €	195 €	171 €	110 €	140 €	232 €	1056 €	207 €

TARIFS EXTÉRIEURS 2023-2024

Quotient familial	A	B	C	D	E	F	G	K	L	M	N
< 801 €	369 €	235 €	172 €	146 €	102 €	89 €	57 €	73 €	121 €	551 €	108 €
801 à 1100 €	439 €	277 €	202 €	172 €	120 €	105 €	67 €	86 €	142 €	648 €	127 €
1101 à 1500 €	543 €	346 €	253 €	215 €	150 €	131 €	84 €	108 €	178 €	810 €	159 €
1501 à 1700 €	696 €	444 €	324 €	276 €	192 €	168 €	108 €	138 €	228 €	1038 €	204 €
1701 à 2000 €	786 €	502 €	366 €	312 €	217 €	190 €	122 €	156 €	258 €	1173 €	231 €
+ 2001 €	849 €	542 €	395 €	337 €	234 €	205 €	132 €	168 €	278 €	1267 €	249 €



notre site

WWW.MJC VIRY74.FR



notre Facebook

@MJC VIRY74



notre Instagram

@MJC VIRY74



590 Avenue Charles de Gaulle
74800 LA ROCHE SUR FORON
04 50 03 74 74

info@leztroy.fr
www.facebook.com/LEZTROY/
leztroy-restaurant.com

Pauline STEFANI Opticienne Optométriste

Viry

Optique

60 rue du Marronnier - 74 580 Viry
pauline@viryoptique.com
04 50 75 29 57

UNVINDIXVINS
Passion de poésie technique

Votre caviste
51, place des Aviateurs - 74580 VIRY
06 16 33 27 34
unvindixvins@gmail.com

TABAC/PRESSE/CADEAU/
PAPETERIE/FDJJ/PMU
18 ALLEE DES
CHALANDS 74580
VIRY
04.50.04.73.21

voyages
Gal

Tendances's Fleurs
Artisan Fleuriste

Mariage, Anniversaire,
Réception, Deuil...

66 rue des Marronniers
74580 Viry
Tel: 04.50.75.64.07

Livraison à domicile.
CB à distance.

rebecca.b.event@gmail.com
www.tendancesfleursvirvy.fr

Viry Kebab
12 Place Gérard Bochet,
74580 VIRY
04 50 84 37 91
virykebab@gmail.com
Facebook / Instagram : Viry Kebab

Agence de Viry
40 route de Frangy
74580 Viry
04 50 19 40 58
viry@ca-des-savoie.fr

Crédit Agricole des Savoie
302 958 491 RCS Annecy - ORIAS n°07 022 417.

notre site

www.mjcviry74.fr



notre Facebook

@MJCVIRY74



notre Instagram

@MJCVIRY74



Mamma Mia

PIZZA TRUCK - STREET FOOD

Profitez d'une pizza Margherita offerte à partir de 30€ d'achat.

Prononcez "MAMMA MIA"

www.mammamiaviry.com