

MJC APT L'ARCHIPOP

ESPACE DE
VIE
SOCIALE

ACTIVITÉS
2023/2024

EDITO

L'Archipop-MJC du pays d'Apt et alentours est heureuse de vous présenter sa nouvelle plaquette d'activités pour la saison 2023-2024. Pouvoir proposer des activités dans les domaines des arts vivants, arts créatifs, musique, langues, sport et bien-être, ... de qualité et accessibles à tous est l'un des piliers des actions de la MJC. Elles contribuent à faire vivre les valeurs d'éducation populaire, de citoyenneté et de solidarité que nous défendons, et favorisent l'épanouissement, l'autonomie de tous, les rencontres et les partages intergénérationnels et culturels.

La covid et ses suites cumulées à un déficit structurel des tarifs sur les années précédentes ont mis en danger cette mission.

Le conseil d'administration et la direction ont donc mis en place des mesures difficiles et nécessaires pour permettre de pérenniser notre offre et son accessibilité financière.

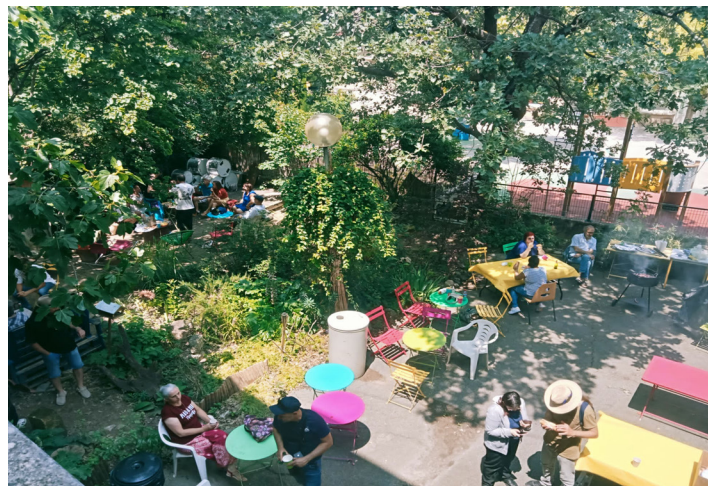
Cela dépend aussi de vous : il est indispensable que vous soyez toujours plus nombreuses et nombreux, jeunes et moins jeunes, à venir, adhérer, pratiquer vos activités préférées, à échanger, partager, débattre, à faire vivre cette maison ouverte à tous, qui n'existe que pour vous et par vous.

Nous comptons sur vous et nous savons pouvoir le faire.

L'avenir est à nous toutes et tous

Ensemble faisons vivre les valeurs de l'éducation populaire pour contribuer à un monde meilleur.

Les membres du bureau



SOMMAIRE

EDITO

page 2

ASSOCIATION MJC D'APT

page 3

REJOIGNEZ NOUS

pages 4 et 5

LA MJC DANS LES QUARTIERS

page 6

LES JEUNES

page 7

FAMILLE

pages 8 et 9

ADHÉSION SOLIDAIRE

page 10

AGENDA

page 11

PITCHOUNS 4/7ANS

page 12

ENFANTS 8/12ANS

page 13

ADOS 13/18ANS

page 14

ADULTES

page 15, 16 et 17

TARIFS

page 18 et 19

L'ASSOCIATION MJC D'APT

QUI
SOMMES
NOUS ?

ASSOCIATION

La MJC d'Apt est une **ASSOCIATION** Loi 1901 à but non lucratif ancrée dans le centre ville d'Apt depuis 1964 dénommée l'Archipop en 2012. Affiliée à la Fédération Régional des MJC, c'est une maison **OUVERTE**, où des citoyens s'associent dans la convivialité pour pratiquer des activités culturelles.

EQUIPE

Le conseil d'administration est composé d'adhérents, de représentants de la Mairie d'Apt et de partenaires financeurs comme la CAF. Il assure le bon fonctionnement et prend des décisions. L'équipe administrative coordonne le fonctionnement et la gestion du lieu et ses animateurs. Les animateurs, les prestataire d'activités et les associations proposent différents ateliers artistiques, culturels et sportifs.



FONCTIONNEMENT

Une part importante des ressources de la MJC est alimentée par les cotisations aux activités et les adhésions.

A cela s'ajoute, la subvention de fonctionnement et la mise à disposition des locaux par la ville d'Apt. La MJC perçoit également des subventions par projet pour les secteurs Espace de vie sociale, opérations en pieds d'immeubles et parentalité périnatalité.

ESPACE DE VIE SOCIALE (EVS)

Structure de proximité, la MJC l'Archipop, avec des actions concrètes, participe à l'animation de la vie sociale, renforce des liens sociaux et familiaux, les solidarités de voisinage, la coordination des initiatives citoyennes et le lien intergénérationnel. La MJC l'Archipop favorise le «**MIEUX VIVRE ENSEMBLE**».

ET AUSSI...

La MJC crée et dynamise ses propres actions et activités comme la **JOURNÉE DES RE**, participe à différentes actions comme , la fête du jeu, le **SALON DES ASSOCIATIONS**...elle est présente pour les partenaires du territoire en prêtant ses locaux aux associations et écoles du Pays d'Apt et alentours.

REJOIGNEZ NOUS

OUVERT
À
TOUS

BÉNÉVOLAT

Vous souhaitez donner un coup de main au jardin, organiser un événement ou faire partie du conseil d'administration, de façon régulière ou ponctuel, il y a plusieurs façons de s'investir à la MJC d'Apt. En fonction de vos envies et de vos disponibilités rejoignez nous pour nous aider à faire vivre la MJC !

REPAS PARTAGÉ

On se retrouve à 12h pour déjeuner ensemble.. Aux beaux jours, dans le jardin, autour d'un barbecue et plancha, chacun partage son repas surtout un bon moment ensemble. En hiver cette convivialité se fait, **1 fois/mois**, dans la cuisine qui permet de préparer et réchauffer ses plats.



AU JARDIN !

Rendez vous avec Loic pour entretenir le jardin de la mjc, vous détendre, bénéficier et partager ses conseils de jardinier.

1 fois par mois de 16h à 20h



ATELIER NTIC

Nouvelle technologie d'information et de communication informatique. Faites nous savoir lors votre inscription vos besoins, vos disponibilités et vos attentes. en fonction du nombre de participants les ateliers seront maintenus ou pas. Les thèmes abordés pourraient être : Whatsapp, Facebook, Word, Excel, navigation internet, e-mail...**À 18h tous les lundis**

CAFÉ ASSOCIATIF

Ouverture de notre café associatif au sein de la MJC ! : Nous le voulons lieu de vie convivial, qui favorise le lien entre les adhérents, rassemble, avec des ateliers, des activités culturelles et créatives. . Il fonctionne sur la base du bénévolat, faites vous connaître et venez nous rejoindre.

CONTACT : 07 67 17 70 32 : ANIMATION@MJCAPT.COM

REPEINDRE LA MJC !

Envie de peindre, nettoyer ou même décorer la MJC ?

Proposez nous vos idées et remontons nos manches ensemble pour repeindre les murs de la MJC. Nous organiserons des sessions durant les vacances scolaires, alors n'hésitez plus, inscrivez vous !



ÉMISSION RADIO

Le Kikikoi de la MJC c'est notre émission de radio diffusée sur Comète FM. Si vous avez envie de partager vos impressions sur une musique, un artiste, un film, l'activité que vous pratiquez à la MJC ou tout simplement ce que vous vivez à la MJC, venez participer à l'enregistrement de l'émission dans les studios de Comète FM.

Diffusion : 1er dimanche du mois à 19h

ORGANISER UN LOTO ? UN VIDE GRENIER ? ...



Vous avez l'âme d'un organisateur, vous souhaitez prendre part à l'organisation d'un événement comme un loto, un vide grenier ou une soirée à thème à la MJC, c'est possible !

Faites nous part de votre projet, constituez votre équipe avec vos amis, vos partenaires d'ateliers et on vous épaulera sur votre projet !

ATELIER CUISINE DU MONDE

Tous les 2ème mercredis du mois, par qui souhaite nous faire découvrir un plat d'un autre pays, vous devenez animateur le temps d'une soirée et montrez comment confectionner le plat de votre choix. Tous les participants apprennent à faire le plat ensemble et ensuite à table ! Cet atelier est bien plus qu'un cours de cuisine classique, c'est une escale au bout du monde qui mélange cuisine et culture. Moment festif et convivial garanti !

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Composé de membre élus, de membres de droits et de représentants d'associations, il se réunit tous les trois mois pour prendre les décisions et les initiatives en application des orientations de l'Assemblée Générale.

Chaque adhérent soucieux du bien commun et de l'épanouissement de chacun à travers la culture, les loisirs, les savoirs peut y apporter sa contribution et dynamiser ce conseil.

**ADHÉSION
MJC
15€/an**

LA MJC DANS LES QUARTIERS

Familles

AU PLUS PROCHE DES HABITANTS

Impliquée au plus près des habitants des quartiers de la ville, notamment en participant à l'accompagnement des plus précaires vers des partenaires locaux mais aussi en mobilisant les habitants dans leur pouvoir d'agir autour de projets individuels ou collectifs qui leur tiennent à cœur.



AUX PIEDS DES IMMEUBLES

Pendant les vacances scolaires et tous les mercredis (d'avril à octobre). La MJC et ses partenaires sont présents dans les quartiers Saint Joseph, Marguerite et Saint Michel. Des ateliers et animations pour petits et grand sont proposés.

STREET ART GRAFF

La MJC porte et coordonne des projets participatifs financés notamment, dans le cadre de la Politique de la ville. Le projet Street Art en est une belle illustration. Les ateliers sont programmés dans l'Espace Public, en direction des adolescents et adultes. Des pratiques artistiques éclectiques (Pochoir, vidéoprojecteur, bombing...) sont proposées aux participants. L'objectif ? la réalisation d'œuvres pérennes ou éphémères, visibles et valorisées dans l'espace public .



CONTACT : 07 81 48 53 78 : MEDIATION.SAINTMICHEL@MJCAPT.COM



LES JEUNES

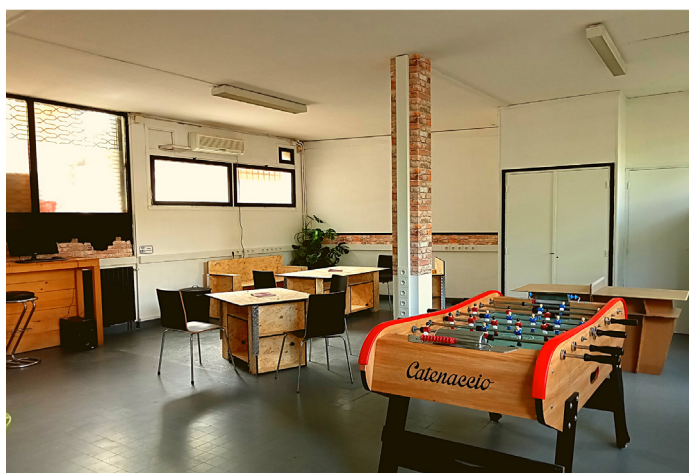
12/18
ans

PAUSE BUISSONNIÈRE 12H-14H / 16H-18H

Passer un bon moment entre amis autour d'un repas. Profiter du jardin pour refaire le monde, organiser des parties de ping pong, de foot en salle, badminton, improviser un concert au piano.

PROJET

Si tu as un projet, seul ou en groupe, la MJC peut te soutenir dans sa réalisation. Les projets déjà réalisés par les jeunes : soirée à thème, concert, défilé de mode, exposition...



COMITÉ JEUNES

Dès 16 ans viens rejoindre le comité des jeunes et faire bouger la MJC !

Lors des conseils d'administration (3 fois/an) tu pourras proposer et mettre en place des projets comme par exemples : scène ouverte, voyage...

Et c'est quoi un Conseil d'Administration ? Le CA s'occupe de la gestion courante de l'association et définit les orientations principales de l'association.

BÉNÉVOLAT

Envie de nous donner un coup de main pour une soirée, pour décorer la MJC...

CONTACT : 07 67 17 70 32 : ANIMATION@MJCAPT.COM



Suivez nous sur Facebook et Instagram

7/20

ADHÉSION
JEUNES
3€/an

FAMILLE

De
0 à 7
ans

PERINATALITÉ & PARENTALITÉ

Ce projet s'appuie sur un réseau de parents, de bénévoles et de professionnels. Il permet l'accompagnement périnatal, intervient auprès de futurs ou jeunes parents, pour faciliter l'élaboration de leur parentalité, restaurer leur autonomie, et favoriser un vécu positif de cette période si particulière qui entoure l'arrivée d'un enfant.



LES
MERCREDIS

Espace parents/enfants JOUONS ENSEMBLE !

Amélie

Espace ludique dédié aux familles. Venez passer un temps de complicité avec votre ou vos enfants et de convivialité entre parents. Tous les mercredis hors vacances scolaires
Enfants de 0 à 7 ans et parents.

Mercredi 9h30-12h

PARENTS
ENFANTS

YOGA

Mérida

Le yoga parents-enfants invite à un temps de partage ludique dans un espace temps favorisant : les liens, l'éveil au corps, au souffle, aux sens ... au BIEN-ETRE.

Sur inscription : 07 70 19 29 23

Mercredi 10h-11h

13/09 - 15/11 - 13/12 - 10/01 - 7/02 - 3/04 - 15/05
12/06

5€/SÉANCE

3 mois
6 ans

MOUVEMENTS ET JE(U) DANSE

Aude

Corps en mouvement, corps qui jouent, entre éveil corporel et sensoriel, spontanéité et émerveillement, une connexion joyeuse avec nos enfants.

Sur inscription : 06 62 36 69 30

Mercredi 10h-11h

20/09 - 18/10 - 22/11 - 24/01 - 21/02 - 20/03 - 17/04 - 22/05 -
19/06

5€/SÉANCE

3 mois
6 ans

CIRQUE

Association Ska Barré

Un moment de partage ludique pour découvrir le cirque en famille.

Sur inscriptions : 06 68 84 89 94

Mercredi : 10h-11h

25/10 - 8/11 - 6/12 - 17/01 - 14/02 - 27/03 - 5/06

5€/SÉANCE

3 / 6
ans

BABY-HAND

Pays d'Apt Handball

Une séance de découverte du Handball sous le signe du jeu et du partage entre les enfants et les parents.

Mercredi : 10h-11h30

27/09 - 29/11 - 20/12 - 31/01 - 13/03 - 10/04 - 29/05 - 26/06

GRATUIT

3 / 6
ans

ET AUSSI...

ACCOMPAGNEMENT À LA PARENTALITÉ

Laetitia & Clémentine

Ateliers portage et papotage autour de l'allaitement.

Sur inscription : 06 63 91 01 61

Lundi 9h30-11h30

Dates :

25/09 - 6/11 - 4/12 - 15/01 - 12/02 - 11/03

8/04 - 6/05 - 17/06

parents

GRATUIT

COULEURS EN FAMILLE

Guillaume

Peinture parents -enfants. Utiliser la peinture, s'amuser et exprimer librement sa créativité !

Sur inscription : 06 95 14 69 34

Mardi 9h30-10h30

Dates :

12/09 - 10/10 - 14/11 - 12/12 - 9/01 - 13/02 - 12/03

9/04 - 14/05 - 11/06

enfants
marcheurs
à 6 ans

5€/SÉANCE

MASSAGE BÉBÉ EN FAMILLE

Lucile

Venez apprendre à masser votre bébé pour un moment de détente et de complicité, à reproduire ensuite à la maison ! Sur inscription : 06 87 49 65 63

Mardi : 10h-11h

Dates :

03/10 - 10/10 - 17/10 - 19/03 - 26/03 - 2/04 - 14/05

21/05 - 28/05 - 11/06 - 18/06 - 25/06

0 à
10
mois

GRATUIT

ATELIER SOPHRO'PARENT

Céline

Rejoignez notre atelier de sophrologie interactive dédié aux parents combinant pratiques bien-être, partages bienveillants et des conseils sophrologiques concrets pour une relation plus harmonieuse avec vos enfants.

Sur inscription : 07 50 22 13 18

Mardi 19h30- 20h30

Dates :

19/09 - 3/10 - 17/10 - 14/11 - 28/11 - 12/12 - 9/01 - 23/01 - 6/02

12/03 - 26/03 - 9/04 - 14/05 - 28/05 - 11/06

parents

5€/SÉANCE

CHANT PRÉNATAL

Anais

Chanter, vibrer pour soi et son bébé ! Explorer ses sensations, tisser et renforcer le lien avec son bébé.

Sur inscription : 06 80 20 25 44

Mercredi 17h -18h

Dates :

13/09 - 11/10 - 15/11 - 13/12 - 10/01 - 14/02 - 13/03 - 10/04

15/05 - 12/06

femmes
enceintes

GRATUIT

JE PARLE AVEC MES MAINS !

Guillaume

Bien avant la parole, bébé est capable de mettre son corps en mouvement pour se faire comprendre. Découvrir les gestes empruntés à la langue des signes afin de mieux communiquer avec votre tout petit. Sur inscription : 06 95 14 69 34

Judi 17h15-18h15

Dates :

21/09 - 19/10 - 16/11 - 21/12

parents

5€/SÉANCE

CERCLE DE MAMANS

Claudèle

Devenir mère, quel voyage ! Doula, elle vous propose des cercles de parole pour échanger sans tabou sur la maternité et tisser des liens avec d'autres femmes tout en partageant un moment de découverte avec votre enfant. Sur inscription : 06 49 80 77 36

Mardi : 9h30-11h30

Dates :

Femmes enceintes : 7/11-28/11- 19/12

Mamans et bébés : 23/01- 20/02- 12/03

Mamans et bébés : 9/04- 07/05- 04/06

femmes
bébés

GRATUIT

FESTIVAL L'UN VERS L'AUTRE

CONTACT : 07 66 35 00 36 : PARENTALITE@MJCAPT.COM

ADHÉSION
FAMILLE
25€/an



ADHÉSION SOLIDAIRE

SOUTENEZ LA MJC

PRENDRE UNE ADHESION À 50€
VOUS REVIENT SEULEMENT À 17€

POURQUOI UNE ADHÉSION SOLIDAIRE ?

Les associations sont de plus en plus en difficultés, que ce soit par les réductions de subventions au niveau de l'État, des Régions ou des Communes. L'impact au niveau de l'accueil des usagers, du maintien de certaines activités et du fonctionnement quotidien d'une structure comme la notre est considérable. Les valeurs républicaines, d'éducation populaire, de laïcité, de solidarité, de tolérance et de responsabilité portées par notre association sont en danger.

ET CONCRETEMENT ?

- Participer à la pérennité des activités
- Maintenir les emplois
- Développer les actions auprès de la jeunesse
- Permettre aux adhérents de la MJC de s'épanouir pleinement dans des locaux fonctionnels et accueillants.

COMMENT ÇA MARCHE ?

A l'inscription uniquement, vous choisissez le montant d'adhésion solidaire que vous souhaitez (dès 50€).

Si vous êtes imposable, vous bénéficiez d'une déduction fiscale de 66% sur vos dons.

Nous vous adresserons ensuite par mail, un reçu fiscal que vous utiliserez lors de votre déclaration d'impôt.

EXEMPLE

ADHÉSION SOLIDAIRE 50 € : -66% : COÛT RÉEL = 17€

ADHÉSION SOLIDAIRE 100 € : -66% : COÛT RÉEL = 34€



NOS ACTIVITÉS



AGENDA

11 juillet à 10h : Inscriptions sur <https://mjcapt.goasso.org>

30 août à 10h : Ouverture de la MJC

11 septembre : Reprise des activités

21 octobre au 6 novembre : Vacances de la Toussaint

23 décembre au 8 janvier : Vacances de Noël

24 février au 11 mars : Vacances d'hiver

20 avril au 6 mai : Vacances de printemps

(Les activités n'ont pas lieu pendant les vacances scolaires. La MJC est fermée au public pendant les vacances de Noël et au mois d'août.)

15 juin 2024 : Fête de la MJC

30 juin 2024 : Arrêt des activités

INSCRIPTIONS



PITCHOUNS

soit
- de 4€
la séance

4/7
ans

PARCOURS TRAINING

Dorian : Asso Sport santé en Luberon

Parcours ludique et sportif avec jeux de balles pour développer la motricité de votre enfant.

Mardi : 17h-18h

3/7
ans

INITIATION CIRQUE

NOUVEAU

Association Ska barré

Découverte de l'activité cirque : enseignement ludique autour des aériens, jonglage, équilibres, acrobaties...

Jeudi : 17h-17h45

4/6
ans

GYM RYTHMIQUE & DANSE

Nicole Oravec (gymnase Guigou)

Entre danse et gymnastique, un sport ludique et complet !

Mardi : 18h-18h45 : 5/7ans
18h45-19h30 : 8/10 ans

4/7
ans

INITIATION DANSE

Céline Bardou

Les enfants seront guidés vers des explorations autour des fondamentaux de la danse que sont le corps, l'espace, le temps, l'énergie et la relation aux autres. Du plaisir, de l'autonomie et du déploiement de soi

Lundi : 17h-18h

5/7
ans

GYM ARTISTIQUE & SPORTIVE

NOUVEAU

Nicole Oravec (gymnase du lycée)

Développer son sens de l'équilibre en jouant avec son corps sur les différents agrès (sol, saut, barres asymétriques, poutre).

Mercredi : 14h-15h : 8/10ans
15h-16h : 4/7ans
16h15-17h30 : 11ans et +

4/7
ans

HIP-HOP

Rafik

Liberté, Agilité, Vitalité.

Mercredi : 17h15-18h

6/10
ans

POTERIE

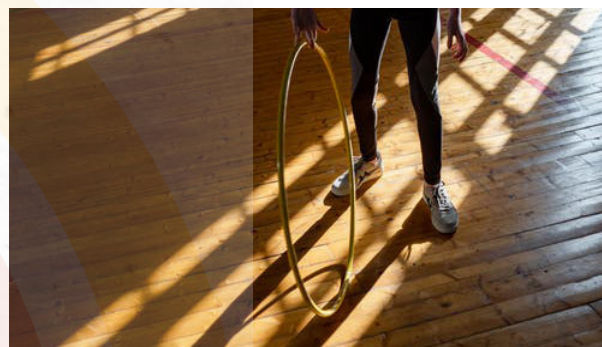
Aline Caron

Éprouver le plaisir du travail de la matière et de nos mains agiles, donner naissance à des objets.

Mercredi : 9h30-11h

Fournitures : 25€ à l'année

4/7
ans



Tarifs

130€/an
Aptésien

143€/an
Non Aptésien



Suivez nous sur Facebook et Instagram

ENFANTS

soit
- de 4€
la séance

8/12
ans

ANGLAIS

Marie Félisaz-Cérasale

Jouer avec les mots Anglais comme s'il s'agissait d'un puzzle

Lundi : 16h45-17h45 : 8-10 ans

Mercredi : 14h30-15h30 : 10-12 ans

8/12
ans

BD/MANGA

Mad

Apprends des trucs et astuces pour dessiner des personnages de BD/Manga

Mercredi : 16h30-17h30

10 ans
et +

CAPOEIRA

Zora - Association Yalode

Entre art, danse et combat, viens t'initier à la capoeira

Lundi : 17h30-18h15

6/10
ans

DANSE CONTEMPORAINE

Céline Bardou

Un échauffement apporte les bases techniques de danse contemporaine avant de s'élaner dans des diagonales de grands sauts, puis de développer sa créativité en composant des chorégraphies.

Lundi : 18h-19h

8/12
ans

NOUVEAU CLAQUETTES

Luna Mosner - Terra Incognita

Découvrir les claquettes comme instrument de percussions et de danse

Vendredi : 17h-18h

8/12
ans

MAGIE

Magic Kevin

Découverte de la Magie pour surprendre tes amis

Jeudi : 17h-18h30

8/12
ans

GYM RYTHMIQUE & DANSE

Nicole Oravec

Entre danse et gymnastique, un sport ludique et complet !

Créneaux à confirmer

8/10
ans

NOUVEAU

GYM ARTISTIQUE & SPORTIVE

Nicole Oravec

Développer son sens de l'équilibre en jouant avec son corps sur les différents agrès (sol, saut, barres asymétriques, poutre).

Créneaux à confirmer

8/10
ans

HIP-HOP

Rafik

Liberté, Agilité, Vitalité

Mercredi :

17h15-18h : 6/10 ans

18h15-19h15 : 11/18 ans

8ans
et +

POTERIE

Aline Caron

Éprouver le plaisir du travail de la matière et de nos mains agiles, donner naissance à des objets.

Mercredi : 11h15-12h45

Fournitures 25€/an

8/12
ans

Tarifs

130€/an
Aptésien

143€/an
Non Aptésien

Inscriptions : MJC ou <https://mjcapt.goasso.org>

ADOS

soit
- de 4€
la séance

13/18
ans

ANGLAIS

Marie Félisaz-Cérasale

S'amuser à parler Anglais...en prenant l'accent british.

Mardi : 17h30-18h30 : 13-15 ans

BD/MANGA

Mad

Apprends des trucs et astuces pour dessiner des personnages de BD/Manga

Mercredi : 16h30-17h30



DANSE CONTEMPORAINE

Céline Bardou

Explorer les ressources du mouvement du corps dans l'espace. Après l'échauffement, les éléments chorégraphiques sollicitent l'imagination et les émotions de chacun.

Lundi : 19h-20h15

DANSE ORIENTALE

Lorie - Association sport santé en Luberon

Découverte des techniques et de la gestuelle orientale et passer un moment agréable.

Mardi : 18h30-19h30

13/15
ans

13/18
ans

GUITARE

Jean Claude Mauro

10 séances de guitare, base solfège, accompagnement débutants et perfectionnement

65€ les 10 séances

Jeudi : 18h-19h : 13-18 ans

HIP-HOP

Rafik

Liberté, Agilité, Vitalité

Mercredi : 18h-19h15 : 11-18 ans

L'ARBRE : ORCHESTRE PARTICIPATIF

Pascal Charrier - Compagnie Naï No

L'Arbre est un espace de création musicale collective ouvert à tous, où chacun peut apporter ses idées pour construire un répertoire commun !

Samedi : 10h-17h (1 fois/mois)

Dates : 25/11 - 9/12 - 13/01 - 10/02 - 16/03 - 13/04

GYM ARTISTIQUE & SPORTIVE

Nicole Oravec

Développer son sens de l'équilibre en jouant avec son corps sur les différents agrès (sol, saut, barres asymétriques, poutre).

Créneaux à confirmer

THÉÂTRE

Justine

Amateurs, débutants ou avancés souhaitant se divertir, partager, s'exprimer et progresser dans un cadre de loisirs détendu et enthousiaste

Jeudi : 18h-20h

NOUVEAU

13/18
ans

11/18
ans

13/18
ans

NOUVEAU

13/18
ans

16 ans
et +

13/18
ans

13/18
ans

14/20

Tarifs

130€/an
Aptésien

143€/an
Non Aptésien

ADULTES

- de 10€ la séance

ANGLAIS

Marie Félisaz-Cérasale

Pourquoi ne pas se remettre à l'Anglais, cette langue magique et nécessaire.

Lundi : 18h-19h
Mardi : 16h30-17h30

BATUCADA

Zora - Association Yalodé

L'incomparable dynamique musicale de la Batucada avec ses rythmes brésiliens irrésistibles.

Lundi : 18h30-20h

DANSE CONTEMPORAINE

Céline Bardou

Aborder la danse contemporaine grâce à un travail de conscientisation du mouvement par la sensation. Chacun.e peut entrer dans la danse, dans ce plaisir d'apprendre à apprivoiser ce corps et à le déployer

Lundi : 12h30-13h45 : débutant
20h15-21h45 : intermédiaire/avancé

CHANT CHORAL

Anaïs Jamet - Association Watsu sound

Dans une atmosphère chaleureuse et bienveillante, découvrir sa voix seule et au sein du groupe, et plonger dans la magie des polyphonies du monde !

Mercredi : 18h30-20h

CLAQUETTES

Luna Mosner - Terra Incognita

Découvrir les claquettes comme instrument de percussions et de danse

Vendredi : 18h-19h

NOUVEAU

DANSE ORIENTALE

Lorie - Association sport santé en Luberon

Découverte des techniques et de la gestuelle orientale et passer un moment agréable.

Mardi : 18h30-19h30

DANSE ROCK ET SALON

Nadia Jaillette et Jacques Lombart

Cours adultes et ados, évolutifs pour permettre de progresser tout au long de l'année.

Mardi : 20h-21h : Salon *inter/avancé*
21h-22h : Rock *inter/avancé*
Mercredi : 20h-21h : Salon *débutant*
21h-22h : Rock *débutant*



Tarifs

à partir de **195€/an**
Aptésien tarifs bleu

QF < 15200€ jusqu'à **-30%**

détails tarifs page 19



Suivez nous sur Facebook et Instagram

15/20

ADULTES

- de 10€ la séance

GYM DOUCE

Françoise Lepron

Avec ou sans matériel, le corps travaille en douceur. Un moment de sophrologie pour terminer.

Vendredi : 10h45 -12h00

GYM DYNAMIQUE

Françoise Lepron

Même en musique, on n'échappe pas aux adbos fessiers ! On batifole entre ballons et cordes à sauter, avant de s'étirer et d'affronter la journée.

Vendredi : 9h15-10h30

GYM FITNESS

Marine - Association Sport Santé en Luberon

Une attention constante à la respiration et à la posture pour des exercices en musique.

Jeudi : 18h-19h

NOUVEAU

GITARE

Jean Claude Mauro

10 séances de guitare, base solfège, accompagnement débutants et perfectionnement

65€ les 10 séances

Jeudi : 18h-19h

NOUVEAU

MOUVEMENT SENSORIEL & AÉRIEN

Luna Mosner - Terra Incognita

Créer son spectacle, apprendre un numéro simple sur agrès aériens. Intégration de chant et de musique

Samedi : 14h-17h

GYM PILATES

Miriam Curel

Bien être, souplesse, détente, énergie : des effets bénéfiques garantis et une attention personnalisée grâce au nombre limité de participants (12).

Mardi : 12h30-13h45

Mercredi : 10h -11h15

11h15- 12h30

12h30 -13h45

Jeudi : 20h -21h15

INTERPRETATION CHANSONS

Claude Carles - Association C'est comme C

Y'a d'la joie ! Travail de la voix et du geste, initiation à la scène afin de se produire tout au long de l'année devant un public. Travail individuel et collectif.

Lundi : 19h-21h

NOUVEAU

ATELIER VOCAL

Elisabeth Wiener

Actrice, chanteuse et auteur-compositeur-interprète, Aptésienne est notamment connue pour ses collaborations avec Michel Polnareff et Jacques Higelin

Mercredi : 14h-15h



Inscriptions : MJC ou <https://mjcapt.goasso.org>



HATHA YOGA

Marielle Marfoure et Laurence Salas

Une pratique millénaire, venez ressentir le bien-être physique et mental qui s'installe peu à peu.

Lundi : 10h -11h30 : Laurence Salas

Mardi : 17h-18h30 : Marielle Marfoure

18h30-20h : Marielle Marfoure

Jeudi : 10h-11h30 : Laurence Salas

18h30-20h : Laurence Salas

L'ARBRE : ORCHESTRE PARTICIPATIF

Pascal Charrier - Compagnie Naï No

L'Arbre est un espace de création musicale collective ouvert à tous, où chacun peut apporter ses idées pour construire un répertoire commun !

Samedi : 10h-17h (1 fois/mois)

Dates : 25/11 - 9/12 - 13/01 - 10/02 - 16/03 - 13/04

POTERIE

Claudine Lawn

Éprouver le plaisir du travail de la matière et de nos mains agiles, donner naissance à des objets.

Lundi (1 semaine/2) : 17h-20h

Fournitures 25€/an

STRETCHING

Marine - Association Sport Santé en Luberon

Dans le calme et en musique, un moment agréable de relaxation et d'assouplissement.

Mercredi : 9h-10h

PHOTO ARGENTIQUE

Cedrick Baudry

Par une chambre noire, avoir la faculté de rendre visible à autrui ce que seul votre oeil n'avait perçu, c'est en fait partager votre vision du monde

Samedi : 10h-11h30 (1 fois/mois)

QI GONG

Nathalie Burckbuchler

Accessible à tout âge, ce «yoga de la verticalité» allie souffle, relaxation, délié du corps et assouplissement. Possibilité de cours en plein air aux beaux jours.

Jeudi : 9h45-11h

12h15-13h30

SALSA BACHATA

Nadia Jaillette et Jacques Lombart

Acquisition des pas et figures de base sur des rythmes modérés.

Jeudi : 20h-21h intermédiaire/avancé

21h-22h débutant

THÉÂTRE

Justine

Amateurs, débutants ou avancés souhaitant se divertir, partager, s'exprimer et progresser dans un cadre de loisirs détendu et enthousiaste.

Jeudi : 18h-20h



Tarifs

à partir de **195€/an**
Aptésien tarifs bleu

QF < 15200€ jusqu'à **-30%**

détails tarifs page 19

TARIFS

2023
2024

Grâce à ses adhérents, la MJC continue à vivre et à faire vivre son territoire. Nous vous remercions chaleureusement pour votre confiance !

POUR VOUS INSCRIRE

A la MJC ou sur notre site
<https://mjcapt.goasso.org>

LUNDI, MARDI,
MERCREDI, JEUDI
09H - 12H 14H - 18H
VENDREDI : 10H - 12H



ADHESION

Obligatoire, l'adhésion vous permet d'accéder aux activités moyennant le paiement de leurs cotisations. Elle comprend l'assurance pour être couvert en cas d'accident et représente votre adhésion à l'association pour l'année (du 1er septembre au 31 août).

Elle n'est pas remboursable.

VACANCES

Les activités n'ont pas lieu pendant les vacances scolaires. La MJC est fermée au public pendant les vacances de Noël et au mois d'août.

PAIEMENT & REMBOURSEMENT

Facilité de paiement : La cotisation doit être réglée en totalité le jour de l'inscription avec un échelonnement des paiements possible (maximum 9 chèques).

Paiements acceptés : CB, chèque, chèque cadeau du Groupement Commercial et Artisanal du Pays d'Apt, chèques vacances.

Remboursement Possible (hors adhésion MJC) uniquement en cas :

d'arrêt définitif de l'activité, sur demande par courrier ou email à l'attention de la direction et sur présentation d'un justificatif selon les cas suivants : **déménagement (+de 30km) - mutation - maladie.**

50€ de votre cotisation seront déduit du remboursement (back office : administratif/frais de gestion)
La cotisation s'établissant à l'année, en cas de mise en place de mesures sanitaires obligeant l'arrêt des activités, aucun remboursement ne sera effectué.

RÈGLEMENT DES ACTIVITÉS

Les cours ne sont pas assurés durant les vacances scolaires. Un nombre suffisant de participants inscrits doit être atteint pour pouvoir maintenir un cours. Le cas échéant, nous nous réservons le droit de le supprimer. Un certificat médical d'aptitude est demandé pour toutes les activités physique et sportives.

RESPONSABILITÉ

La responsabilité de l'Archipop n'étant engagée que pendant la durée de l'activité, il est demandé aux parents d'accompagner leurs enfants dans la salle de cours et de s'assurer de la présence de l'animateur avant de les laisser. Ils doivent les récupérer auprès de l'animateur à l'issue du cours.

ENGAGEMENT

Les cotisations aux activités se font à l'année (septembre à juin). Néanmoins des facilités de paiement sont possibles. L'Archipop propose des tarifs et des réductions selon le QF, à l'année ou à la session. Renseignez vous à l'accueil.

ADHÉSION MJC D'APT



ADULTES
15€



ENFANTS
10€



FAMILLE
25€



SOLIDAIRE
50€ et +



ASSOCIATION
30€

Période d'adhésion : du 1/09/2023 au 30/08/2024
non remboursable

COTISATIONS ADULTE

195€/an
= 5,74€/séance

240€/an
= 7,05€/séance

260€/an
= 7,65€/séance

Hors communes d'Apt + 10%

COTISATIONS ENFANT

130€/an
= 3,82€/séance
Hors communes d'Apt + 10%

RÉDUCTIONS

QUOTIENT FAMILIAL

Lors de votre inscription, présentez votre N° d'allocataire CAF ou votre dernier avis d'imposition.
CALCUL QF: Numéro d'allocataire CAF : Quotient x12 **ou** Dernier avis d'imposition sur le revenu :
Revenu fiscal de référence / Nombre de parts = QF

QF1 < 9120 :

-30%

137€/an

168€/an

182€/an

QF2 de 9121 à 15200 :

-20%

156€/an

192€/an

208€/an

PARRAINAGE

15 € de réduction

sur votre cotisation si vous parrainez 1 personne sur une activité
*Le filleul ne doit pas avoir été adhérent depuis au moins 1 an.
(Selon la limite des places disponibles)*

RÉDUCTIONS

-5 % pour les couples

-10 % pour 2 activités* / -20 % dès 3 activités*

**pour une seule et même personne, réduction accordée sur le total à régler (hors adhésion).
Réductions non cumulables.*

Maison des Jeunes et de la Culture d'Apt

77 boulevard National
84400 APT
04 90 04 88 80
contact@mjcapt.com
mjcapt.com

ACCUEIL OUVERT
Lundi mardi mercredi jeudi
9h-12h / 14h-18h
Vendredi
10h-12h

l'Archipop

MJC D'APT ET SES ENVIRONS

Inscriptions : MJC ou <https://mjcapt.goasso.org>

