

EDITO

par Sophie Graeff, Présidente de la MJC

L'année 2016-2017 s'est terminée par le poétique spectacle de Ma<mark>ry Poppins quidé par l'enthousiasme</mark> de Méline où tous les adhérents et intervenants ont eu le plaisir de se découvrir, de jouer ensemble et d'apprécier leurs talents mutuels.

La MJC continue de proposer la saison prochaine de multiples lieux où vou<mark>s épanouir, vous détendre, réfléchir</mark> et créer. Venez avec nous pour mettre en place des actions citoyennes de protection de l'environnement, pour réfléchir à notre Projet Associatif, au futur de la MJC et favoriser les rencontres humaines et artistiques, l'essence même de notre MIC.

La saison prochaine : c'est quatre saisons!

- L'automne pour redécouvrir le ruisseau des Echets avec une randonnée nocturne à faire en famille dans une forêt dévoilant un monde merveilleux.
- L'hiver pour revisiter la tradition du calendrier de l'avent... en partena<mark>riat avec l'association « La Grange</mark> à Sons » de Quincieux qui nous a initiés à sa magie...
- Le printemps pour sourire et nous redonner du baume au cœur : un spectacle d'humour dans un lieu
- L'été pour nous faire sortir, nous retrouver autour d'une batucada géante pleine de surprises déambulant dans le village et permettre à tous les artistes, même ceux qui s'ignorent, de s'exprimer.

La richesse de la MJC, c'est vous et les salariés qui nous font vivre des expériences inattendues qui nous portent tout au long de l'année et nous chargent en émotions délicieuses jusqu'à la saison suivante!

La MJC est notre maison à tous. Alors à nous de jouer!

Culturellement vôtre. Sophie





à votre association ! Et c'est vous qui décidez de votre degré

A fand que una manifestation : not les mois ?

A fand que una manifestation : not les mois ? A fond sur une manifestation qui vous tient à cœur ?

N'hésitez pas à venir nous rencontrer pour CALENDRIER DES ACTIVITES 2017/2018

Les activités de 17h débutent le lundi 4 septembre (sauf FM et instrument qui suit le calendrier ci-dessous)

- Fin des activités (de 17h) le 7 juillet

■ Début de toutes les autres activités lundi 18 septembre

- Fin des activités le 23 juin

Pas d'activités pendant les vacances scolaires et les jours fériés

HORAIRES ACCUEIL

Lundi, mardi, jeudi 15h-18h30 Mercredi de 9h30 à 12h00 et de 14h à 18h30 Vendredi fermé Samedi de 10h à 12h en période scolaire

REMERCIEMENTS

Merci à la Mairie de Fontaines St Martin, à La Métropole de Lyon, et la CAF de Lyon qui nous accompagnent dans nos projets, et nous soutiennent financièrement.

Merci à Gilles MEURISSE, l'auteur de la plupart des photos de cette plaquette! Vous pouvez retrouver l'intégralité de ses photos sur son site www.loeilpantois.fr

Merci à Guy FORGEOIS pour la réalisation de la plaquette et à Alexandre GIRARD, animateur à la MJC, pour l'illustration de couverture.

FONTAINES Saint-Martin



GRANDLYON

Ia métropole

INFORMATIONS **PRATIQUES**

Vous avez du temps libre ? Vous avez envie de convivialité, d'échange et de partage ?

Venez rejoindre l'équipe des bénévoles de la MJC!

MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE

295 Montée de la Ruelle 69270 Fontaines Saint Martin Tel: 04 78 22 06 87 Courriel: mjc.fontaines@wanadoo.fr

Retrouvez toutes les infos, la présentation de notre équipe, les photos, les événements et les horaires d'ouverture sur notre site :

www.mjc-fsm.com



ARTS DE LA SCENE



MAGIE NOUVEAU



L'atelier de magie est une invitation à appréhender l'art du mystérieux dans une ambiance ludique et pédagogique, devenez apprenti magicien ! Une étonnante manière de se divertir puis de distraire son entourage.

7/11ans : Lundi 17h-18h (36 séances) Ados-adultes à partir de 12ans : Lundi de 18h00 à 19h30

TROUPE DE THEATRE



La troupe de théâtre amateur de la MJC a repris du poil de la bête la saison passée dans la joie et la bonne humeur... Alors c'est reparti pour une nouvelle création dès l'automne et qui se jouera le dernier week-end de mai! Bienvenue à vous pour faire partie cette prochaine aventure théâtrale!

8

Adultes : Lundi de 20h30 à 22h

CLOWN



Trouver son clown, prendre appui sur lui, chercher ses faiblesses, les reconnaître, les afficher, s'en moquer publiquement, et incidemment, FAIRE RIRE. Un atelier ludique de théâtre improvisé.

Adultes : Jeudi 20h30-22h15

CIRQUE



Jonglage, acrobatie, fil... Les arts du cirque permettent aux enfants de prendre conscience de leur corps et de l'espace qui les entoure, à maîtriser leurs émotions, à dépasser leurs peurs, à se surpasser.

4/5 ans : Mercredi 15h30-16h30 6/7ans : Mercredi 16h30-17h30 8ans et + : Mercredi 14h00-15h30





Exercices ludiques autour de la voix, du corps, de l'espace, de l'improvisation, et réalisation d'un spectacle de fin d'année.

CP/CE1/CE2 : Mardi 17h-18h30 (36 séances) CM1/CM2 : Mardi 17h-18h30 (36 séances) 6ème/5ème : Mardi 18h30-19h45 (36 séances) + 1 stage de 3 heures dans l'année

4ème/3ème : Mardi 18h30-19h45 (36 séances) + 1 stage de 3 heures dans l'année Lycée : Lundi 18h45-20h15 (32

séances)





4

DANSE



DANSE(S)



Danser ensemble sur différents styles musicaux. Aborder la danse classique, la danse moderne, la danse africaine, le hip-hop... Bref, tous les styles! Chaque danse est univers. Cela permet sur l'année de s'essayer à plusieurs techniques, et de découvrir des musiques et des rythmes variés. D'improvisation en répétition apparaîtront des chorégraphies dont certaines seront (re)présentées au cours d'un spectacle.



MODERN'DANCE NOUVEAU



La Modern'Dance est nourrit de nombreux styles comme l'Afro Jazz, le Street Jazz, le Funky Jazz, le Latin Jazz... et est une source continuelle d'inspiration pour le Lyrical Jazz, le Broadway Jazz, le Jazz Fusion, le Latin Fusion, le Lyrical Contemporary Jazz certains courants Hip-Hop. Le métissage de toutes ces danses a construit sa technique basée sur les ruptures, les arrêts soudains, la vitesse, les accents, les isolations, les sauts, etc.

C'est une danse accessible à tout public alliant technicité, ressenti avec le travail d'interprétation et plaisir, sur des musiques de styles variées.

12/17 ans : Jeudi 18h15-19h30

ATELIER CHOREGRAPHIQUE



Un atelier qui propose d'aborder des exercices issus de différentes techniques pour se déployer dans des enchaînements et compositions chorégraphiques variés. Danser avec plaisir, en alternant conscience du mouvement et lâcher prise. Selon la dynamique et les envies au sein du groupe, aucune obligation, mais possibilité d'aller vers une création et une présentation.



Adultes: Mercredi 20h-21h30

BARRE AU SOL



La Barre au sol est une discipline de danse qui se pratique comme son l'indique au sol mais la « barre » signifie « échauffement ». On ne travaille pas avec une barre. Une séance pour travailler en finesse et en conscience pour aller vers plus de fluidité dans sa mobilité. Assouplissements ? Respiration, muscles profonds, des orteils aux cheveux... on (r)éveille tout le corps en douceur et avec le sourire!



Adultes - Mardi 20h30-21h30 (niveau 2) ou Mercredi 19h-20h (niveau 1)

(La barre au sol fait partie du programme Fitness, voir page 11)

ARTS MANUELS

ARTS PLASTIQUES



Variation de techniques d'art : illustration, dessin, calligraphie, peinture aquarelle, acrylique, encre, fusain, etc... Une approche complète des différentes techniques de dessin et de peinture!

Auxquelles s'ajoutent collages, modelages, sculptures, origami et bien d'autres pour une approche complète des arts plastiques.



6/11 ans : Jeudi 17h-18h30 (36 séances) 8/12 ans : Mercredi 17h-18h30 (32 séances)

BANDE DESSINEE



Raconter en dessinant, des petites cases ou des grandes pages. Venez tracer, inventer, exercer votre regard, apprendre les codes pour les contourner, tester des médias et découvrir des auteurs.

(Dessin d'Alexandre GIRARD)

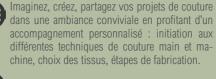


Ados-adultes à partir de 12ans : Samedi 10h-12h (1 semaine sur 2) 1e date : Samedi 23 septembre

COUTURE



NOUVEAU





POTERIE



Un atelier pour imaginer, créer, découvrir et maîtriser les techniques de la poterie. (Tournage, modelage, émaillage...Et la magie de la cuisson l'

7-11 ans : Mardi 17h-18h30 (36 séances) Ados +12ans : Mardi 18h30-20h00 (32 séances) Adultes : Lundi 19h30-21h45 (1 semaine sur 2) Stages Ados Adultes : Samedis 13, 20, 27 ianvier et 3 février 2018 de 9h à 12h

TRICOT



Le tricot c'est facile : d'abord la base sérieusement académique avec la maille endroit et la

NOUVEAU

Ensuite c'est très amusant car ça peut être tout à l'endroit où tout à l'envers, ou alterner maille endroit maille envers, ou 2 à l'endroit et autant à l'envers, les tricoter comme elles se présentent ou bien les contrarier... On peut les réduire ou bien les augmenter, en apparent ou en invisible, et on peut tricoter à plat ou en circulaire...

Bref, le tricot c'est des écharpes de l'amour des bonnets du plaisir des châles des snood des cadeaux des pulls des gilets des sacs... Du bonbeur l

9/14 ans : Mercredi 15h-16h30

VOIR COTISATIONS SUR TABLEAU p14



DIVERS

ECOLE DE MUSIQUE



CLUB RANDO



Randonnées « découverte » : Marches faciles d'environ 3 heures, autour de Lyon.

Venez marcher dans une ambiance conviviale! Départ en covoiturage vers 13h30 de la MJC, pour des petites randos de 3 heures, préparées avec soin par Raymonde et Marie-Claire, les deux bénévoles animatrices de ce club! Ambiance conviviale garantie! N'hésitez pas à venir nous rejoindre!

Mardi 13h30-17h (1 fois / mois) Adhésion obligatoire 13€ (17€ si ext. à la commune)

ANGLAIS



Débutants : apprentissage ou révision des bases (vocabulaire et grammaire) utilisables de suite à l'oral. Intermédiaires et confirmés : compréhension et expression orales de la vie quotidienne et conversation.



Débutants : Lundi 9h-10h30 Intermédiaires : Lundi 10h30-12h Avancés : Lundi 14h-15h30

OENOLOGIE



Dégustation, arômes, tanins, florale, rafles, A.O.C, tannât, bio, acidité, SO2, grand crus... Qu'ont-ils en commun ? Venez le découvrir lors d'une soirée mensuelle, animée par un sommelier, dans une ambiance aussi sérieuse que conviviale.



Parcours 1: Les vins de France Adultes -1 Lundi/mois 20h30 – 22h30 (10 séances)

Parcours 2: Les vins du Bordelais Adultes - 7 Lundis/an - 20h30 – 22h30

1ère date : 2 octobre

SOIREE JEUX





Un samedi par mois à partir de 17h.

Découverte de multiples jeux de société dans une ambiance conviviale et chaleureuse au sein de la MJC. Ces soirées sont ouvertes à tous : enfants et adultes. Chacun pourra apporter un plat salé ou sucré (pas de possibilité de cuisson sur place) et une boisson à partager. Les jeux seront proposés par l'équipe d'animation avec la possibilité d'amener vos jeux pour les faire découvrir.



1ère date : 23 septembre 2017

CLUB PHOTO





«La beauté appartient moins à l'objet regardé qu'à la manière dont il est regardé.» André Kertész

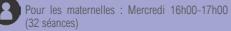
Vous rêvez de belles photos et vous êtes parfois déçu par les vôtres. Vous aimeriez échanger concrètement avec d'autres photographes pour trouver des solutions pratiques. La MJC vous offre cette année une solution simple et souple : une activité photo d'une dizaine de séances dans l'année, indépendantes l'une de l'autre, dont les dates seront fixées entre les participants. Les thèmes seront choisis selon vos demandes mais l'on peut en imaginer quelques-uns : manipulation appareil, observation et critique de photos, enfants, œuvres d'art, animaux, flash, fêtes, rue, principes de base, voyage...

1ère séance à la MJC : Jeudi 12 octobre à 20h. Adhésion obligatoire 13 € (17 € si ext. à la commune)

EVEIL MUSICAL



L'éveil musical propose une découverte ludique de la musique par le chant, l'écoute et la créativité : apprentissage de comptines et chanson et appropriation du langage musical par le biais d'extraits sonores, de jeux, de rythmes, etc.



FORMATION MUSICALE



Apprentissage de la théorie de la musique de manière collective et ludique avec son instrument : lectures, harmonie, chant, rythme, arrangement...

Primaire du CP au CM2 : Mardi de 17h à 18h Du CM1 à la 5ème : Mercredi de 17h-18h Collège / lycée : Mercredi de 17h à 18h

ENSEMBLES



Le plaisir de se retrouver pour jouer à plusieurs un répertoire varié (rock, chansons, jazz, classique, atelier guitare...) ou des arrangements personnels de morceaux dans un atelier animé par un intervenant musical. 1h/semaine



Ateliers ROCK confirmés mardi 19h30-20h30 Ateliers ROCK débutants jeudi 18h30-19h30 Ateliers VENTS 1 samedi/2 11h-12h30 Ateliers ROCK Adultes 1 samedi/2 9h-11h

CLASSE DECOUVERTE



Grande maternelle au CE1

Découvrir la pratique de plusieurs instruments dans une même année et les appréhender par la pratique en orchestre. Une bonne solution pour les jeunes musiciens n'ayant pas encore fait leur choix! Cette année: violon, trompette, flûte traversière et percussions



6-8ans : Mercredi 13h30 – 14h30

PRATIQUE INSTRUMENTALE



Cours particuliers : Batterie / flûte traversière / Flûte à bec / Guitare classique / Guitare électrique / Basse / Piano / Saxophone / Trompette / Tuba / Trombone / Violoncelle / Violon / Alto En plus de votre cours individuel, vous est proposé gratuitement la formation musicale, le travail en ensemble et des stages spécifiques pendant l'année.



Enfants ou adultes : 30 ou 45 min par semaine + gratuit et en option : FM, Ensembles, Stages...



Partenaire officiel de l'Ecole de Musique de la MJC Adhérents, bénéficiez de nombreux avantages chez notre partenaire ! (Plus d'infos à l'accueil de la MJC)



SPORTS ETFORME

VARCHE NORDIQUE



La marche nordique est un sport de plein air, une marche accélérée avec des bâtons. La marche nordique est dérivée du ski de fond et de la marche athlétique. L'utilisation de bâtons permet de solliciter 90% des muscles. C'est un sport d'endurance et de fitness.



Vendredi 14h-16h (1 semaine sur 2) 1ère date : 22 septembre

JIU-JITSU BRESILIEN





Le jiu-jitsu brésilien est un art martial, un sport de combat et un système de défense personnelle dérivé de techniques du judo et du jujitsu importées du Japon au Brésil. Le concept est qu'une personne peut se défendre face à un opposant plus lourd et fort en utilisant les techniques appropriées, plus particulièrement en amenant le combat au sol. Avec Christin Ambada : Champion de France de Jiu-Jitsu Brésilien et Ceinture noir 1ère Dan de Taekwondo



7/11ans : Jeudi 17h-18h30

EVENTAIL DU TAI CHI



Issue du Tai Chi Chuan (mains nues), art martial dit « interne », cette discipline harmonieuse alliant tonicité et douceur, développe la souplesse et la coordination du corps, l'endurance, tout en favorisant l'apaisement de l'esprit et la circulation du Qi (énergie interne). L'éventail est un «outil» ludique et «vivant» permettant une approche plus «détendue» par le jeu (enfants) et facilitent le «lâcher-prise» (adultes).



Enfants (7-12 ans): 9h45-11h 1 sam matin/2 Adultes: Vendredi 18h30-20h00 1ère date samedi 22 septembre

ROLLERS





Chausse tes rollers et apprend tout en t'amusant! (jeux, hockey, rando..) 10 sessions en Automne et 10 sessions au Printemps. Jeux collectifs et ludiques en période hivernale.



6/12 ans : Jeudi 17h-18h (36 séances)



Le yoga est une pratique corporelle basée sur la relaxation, des étimes est relaxation, des étirements, des postures et des exercices respiratoires. Accessible à tous, elle favorise la détente mentale et musculaire.



Adultes: Mardi 14h30-15h45 Adultes: Mardi 18h-19h15 Adultes: Mardi 19h15-20h30

ZUMBA KIDS/JEUX SPORTIFS





De la Zumba, des étirements, comme les grands. nés... Et s'étirer ! Le tout mélangé à des jeux sportifs qui amuseront vos enfants tout en travaillant rythmes, mouvements et chorégraphies!



-11ans : Jeudi 17h-18h30

YOGA ANGLAIS ENFANTS





Le yoga adapté aux enfants est appréhendé sous forme de jeux, à travers les animaux, la nature. etc... Améliorant leur concentration, l'apaisement, il aide l'enfant à découvrir son corps, son inscription dans le monde, à exprimer ses émotions. Hors compétition, le yoga prône le caractère unique et parfait de l'individu, tel qu'il est.



7/11ans : Lundi 17h-18h (36 séances)

Stage Yoga parents/enfants:
Samedis 20 janvier, 3 février, 10 mars, 24 mars et 7 avril 2018 de 9h à 12h



Le parkour ou art du déplacement est une activité physique qui vise un déplacement libre et efficace dans tous types d'environnements, en particulier hors des voies de passage préétablies. Ainsi les éléments du milieu urbain ou rural se transforment en obstacles franchis grâce à la course, au saut, à l'escalade, au déplacement en équilibre, à la quadrupédie, etc...



/11ans : Lundi 17h-18h15 (36 séances) + de 11ans : Lundi 18h15-19h30 (32 séances)

FITNESS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI VENDREDI	
	8h30-9h30	8h45-9h45	8h30-9h30	8h30-9h30
	RENFO. MUSCULAIRE	CIRCUIT TRAINING	RENFO. MUSCULAIRE	GYM ENTRETIEN
	Grande salle MJC / Christine	Grande salle MJC / Christine	Grande salle MJC / Auréline	Grande salle MJC / Christine
10h-11h	9h30-10h30	9h45-10h45	9h30-10h30	
PILATES & STRETCHING	STRECTCHING / RELAX	GYM BALL	BODY ZEN	
Grande salle MJC / Christine	Grande salle MJC / Christine	Grande salle MJC / Christine	Grande salle MJC / Auréline	
11h-12h	10h30-11h30		10h30-11h30	
GYM SENIORS	PILATES		PILATES	
Grande salle MJC / Christine	Grande salle MJC / Christine		Grande salle MJC /Isabelle	
12h15-13h15				1 semaine/2
PILATES				Marche Nordique (Hors Pass)
Grande salle MJC / Christine				14h-16h
			18h30-19h30	Avec Christine
15h30-16h30			PILATES niv 1	
PILATES			Salle Polyvalente / Auréline	
Grande salle MJC / Méline		18h-19h	19h30-20h30	
		GYM TONIQUE	JUMPING FITNESS	
		Grande salle MJC / Christin	Salle Polyvalente / Auréline	
18h30-19h30	20h00-21h00	18h-19h	19h30-20h30	
PILATES	CIRCUIT TRAINING	MIX' GYM	ZUMBA	
Grande salle MJC / Christine	Salle Polyvalente / Christin	S alle Polyvalente / E lodie	Grande salle MJC / Marine	
19h30-20h30	20h30-21h30	19h-20h	20h30-21h30	
PILATES	BARRE AU SOL	STRETCHNG / RELAX	PILATES niv 2	
Grande salle MJC / Christine	Grande salle MJC / Méline	Salle Polyvalente / Elodie	Salle Polyvalente / Auréline	
		19h-20h	20h30-21h30	
		BARRE AU SOL	ZUMBA STEP	
		Grande salle MJC / Méline	Grande salle MJC / Marine	

Gvm zen!

Pilates Développez harmonieusement votre physique et votre moral en travaillant l'ensemble du corps en profondeur.

Stretching / Relax Activité basée sur l'étirement, l'assouplissement en profondeur et la tonification des muscles posturaux tout en maitrisant sa respiration pour évacuer stress et tensions Body Zen Le Body Zen associe des exercices de Yoga, Tai-Chi, Qi-Gong et de Pilates pour acquérir force et flexibilité, concentration et calme

Fitness pour tous!

Gym Entretien Entretenez votre condition physique et votre souplesse - Tous niveaux.. A votre rythme!

Cardio Training Développez un corps mince et musclé, amincissez votre silhouette et tonifiez votre corps.

Mix' Gym Travail complet du corps, avec ou sans matériel, en alternant cardio, renfo musculaire, CAF... terminé par du stretching

Renfo Cuisses Abdos Fessiers... Musclez vous !

Gym Ball Le Gym Ball (Gym avec des gros ballons) permet de réaliser des exercices de tonification, de proprioception et de stretching pour tous les muscles du corps.

Gym Tonique Du cardio! Du renfo! Du streching! Une heure de fitness complète

Circuit Training Simple, rapide, efficace et ludique, le circuit training est une méthode d'entraînement intéressante pour améliorersa coondition physique!

Gym fun!

Zumba Mélange de fitness et de danse rythmée, c'est le sport de prédilection de ceux souhaitant affiner leur silhouette dans la joie et la bonne humeur. Zumba Sten Du sten... Sur des rythmes latinos!

Jumping Fitness Se pratique sur un petit trampoline individuel et consiste à réaliser une série d'exercices plus ou moins soutenus. Le jumping Fitness est basé sur une sensation de liberté et encourage l'éffort physique!

Gym seniors Ensemble d'exercices et de méthodes de conditionnement physique, adapté à la physiologie du public senior.

Fitness avec des danseuses!

Barre au Sol Le nom de cette discipline peut réveiller les rêves de ballerines. Mais la basse au sol se pratique... sans barre!! Les exercices qui s'effectuent normalement debout sont adaptés au sol. Ces assouplissments donnent à votre silhouette l'allure rêvée : le maintien et la finesse d'une étoile.

LES FORMULES:

Une heure fixe/ semaine A:146€/B:162€/C:180€

Deux heures fixes / semaine A:180€/B:200€/C:222€

Accès illimité : PASS GYM A:274€/B:304€/C:338€

MARCHE NORDIQUE

Adhérent Gvm :

A:89€ / B:99€ / C:108€

Non-adhérent Gym: A:146€ / B:162€ / C:180€

Plus 5 % de la tranche pour les habitants extérieurs

OXY'JEUNES

Tu as entre 11 et 17 ans?

Tu souhaites rencontrer d'autres jeunes, t'éclater, découvrir de nouvelles choses, faire des activités sportives ou culturelles ? (Accrobranche, Cinéma, Piscine, Escape Game...) et des séjours pendant les vacances scolaires ?!

OXY'JEUNES est fait pour toi!

Viens seul ou avec tes potes, inscrits toi à l'activité de ton choix pour passer de super moments, t'éclater et rencontrer de nouvelles personnes!

Tu as une envie de monter un projet ? La porte est ouverte! Nous t'aiderons à le réaliser!

OXY'JEUNES est ouvert à chaque vacances scolaires (sauf Août), et une soirée par mois !

Adhésion annuelle : 2 €

Plus d'infos : www.mjc-fsm.com/oxyjeunes

Mail: oxy_jeunes@orange.fr

Tel : 04 78 22 06 87







Après l'école

Avec la MJC de Fontaines St Martin
www.mic-fsm.com

Tel: 04 78 22 06 87

Un vrai coup de pouce donné aux parents !

Avec des activités qui suivent le calendrier scolaire ! Toutes les activités de 17h après l'école sont accessibles en pedibus !



Pour les 7-11 ans et les maternelles dès 16h30 (lundi, mardi et jeudi)

La MJC met au service des parents, l'organisation d'un pédibus pour assurer le trajet de l'école à la MJC. Les pédibus de 16h30 sont assurés soit par des parents à qui nous offrons une activité, soit par les intervenants de la MJC.



AGENDA

■ PROGRAMME «LES QUATRE SAISONS»

Randonnée nocturne samedi 21 octobre



■ DIAPORAMA : La Bolivie, vous en rêvez ?

Vendredi 1er décembre à 20h15

Coincé entre de grands voisins, Argentine, Pérou, Chili, Brésil et Paraguay, l'Etat Plurinational de Bolivie reconnait 36 langues et offre une grande diversité de cultures. Des sommets de la cordillère aux hauts plateaux de l'Altiplano en passant par les plaines du Chaco ou l'Amazonie, La Bolivie offre également une diversité considérable de paysages. Pour autant, état le plus pauvre et le moins peuplé de la région, souverainiste et anti-impérialiste, il reste ignoré des grands médias et à l'écart des principaux circuits touristiques.

Il offre pourtant au visiteur une réelle authenticité, des paysages époustouflants, et une riche histoire omniprésente dans le quotidien Le récit de cinq semaines de voyage au travers de cette diversité.

■ PROGRAMME «LES QUATRE SAISONS»

Fenêtres en Avent Dimanche 3 décembre 17h En partenariat avec l'association la Grange à Sons (Qunicieux) Les fenêtres s'animent chez l'habitant...



■ GOÛTER DE NOËL: Mercredi 13 décembre 15h — Salle Polyvalente Spectacle: QUELQU'UN Compagnie Alces Alces

Le jour se lève au coin de la rue. Au petit matin, dans la rue, il y a toujours une poubelle. Quelqu'un qui dormait là se réveil. La faim le tire de son sommeil. Ça sent bon !..Ça sent quoi ?... Suzanne cherche. Ça sent le chocolat ! Une journée exceptionnelle l'attend.

Elle joue avec ce qu'elle trouve. La poubelle déborde d'un monde surprenant. Etrange et étranger, quelqu'un est là ! Il est temps d'embarquer avec un capitaine armé de brosses et de chiffons.

QuelQu'un ? est un voyage fantastique, une rêverie marine pleine d'espérances et de poésie.*

- CONCERT ROCK Samedi 10 mars 2018 à 20h
- **PROGRAMME «LES QUATRE SAISONS»**

Spectacle d'humour hors les murs

- WEEK END THEATRE Vendredi 25 et samedi 26 mai 2018
- PROGRAMME «LES QUATRE SAISONS»
 FETE MJC Samedi 9 juin 2018
- APERO ROCK Mercredi 13 iuin

Pour recevoir toutes les infos de stage et de spectacle au fil de la saison, et ne rien manquer, inscrivez-vous à notre newsletter, sur la page d'accueil de notre site :



COTISATIONS 2017/201	2018	Habitants de Fontaines St Martin		Habitants extérieurs à la commune			
	Semaines d'activité	Tranche A	Tranche B	Tranche C	Tranche A	Tranche B	Tranche C
ARTS DE LA SCENE							
Cirque 8 ans et +	32	221 €	246 €	273 €	232 €	258 €	287 €
Cirque 4-5 ans	32	148 €	164 €	182 €	155 €	172 €	191 €
Cirque 6-7 ans	32	147 €	164 €	182 €	155 €	172 €	191 €
Clown Adultes	32	281 €	312 €	347 €	295 €	328 €	364 €
Magie 7/1 lans	36	168 €	186 €	207 €	176 €	196 €	217
Magie + 12ans	32	227 €	252 €	280 €	238 €	265 €	294
Troupe théâtre Adultes	32 32	240 € 215 €	267 € 239 €	297 € 265 €	252 € 225 €	281 € 250 €	312
Théâtre Lycée							278
Théâtre Collège (36 semaines -	.	221 €	246 €	273 €	232 €	258 €	287
Théâtre Primaire	36	249 €	276 €	307 €	261 €	290 €	322
DANSE							
Atelier Chorégraphique	32	240 €	267 €	297 €	252 €	280 €	311 :
Danse(s)	36	249 €	276 €	307 €	261 €	290 €	322
Modern' Danse	32	198 €	222 €	247 €	208 €	234 €	260
Zumba Kids	36	249 €	276 €	307 €	261 €	290 €	322 :
ARTS MANUELS							
Arts Plastiques du jeudi	36	255 €	284 €	315 €	268 €	298 €	331 \$
Arts Plastiques du mercredi	32	227 €	252 €	280 €	238 €	265 €	294
Bande Dessinée 12 ans et +	16	148 €	164 €	182 €	155 €	172 €	191
Couture	16	174 €	194 €	215 €	183 €	203 €	226
Poterie 7-11 ans	36	259 €	288 €	320 €	272 €	303 €	336
Poterie 12 ans et +	32	230 €	256 €	284 €	242 €	269 €	298
Poterie adultes (1 fois tous les 15 jours)	16	190 €	212 €	235 €	200 €	222 €	247
Poterie stage janvier adhérents poterie	4	50 €	56 €	62 €	53 €	58 €	65
Poterie stage janvier non-adhérents poterie	4	67 €	74 €	82 €	70 €	78 €	87
Tricots 9-14ans	32	227 €	252 €	280 €	238 €	265 €	294
DIVERS							
Anglais adultes	32	241 €	268 €	298 €	253 €	281 €	313 :
Club Photo	10	Adhésion seule de 13€		Adhésion seule de 17€			
Club Rando	10		dhésion seule de 13€			dhésion seule de 17€	
Oenologie Découverte 10 séances	10	258 €	286 €	318 €	271 €	301 €	334
Oenologie Le Bordelais 7 séances	7	258 €	286 €	318 €	271 €	301 €	334
Soirées jeux	10		Cotisation	5€ + adhésion 13€		Cotisation	5€ + adhésion 17€
SPORT ET FORME							
liu-Jitsu Brésilien	36	249 €	276 €	307 €	261 €	290 €	322
Parkour 7-11 ans	36	249 €	276 €	307 €	261 €	290 €	322
Parkour + de 11 ans	32	221 €	246 €	273 €	232 €	258 €	287
Rollers 17h	36	167 €	185 €	206 €	175 €	195 €	216
Taï-Chi enfants	16	101 €	112 €	125 €	106 €	118€	131 :
Taï-Chi adultes	32	227 €	252 €	280 €	238 €	265 €	294 \$
Yoga Anglais Enfants	36	167 €	185 €	206 €	175 €	195 €	216
Yoga Adultes	32	201 €	223 €	248 €	211 €	235 €	260
Cycle Yoga enfants/parents adhérents (5 séances)	5	33 €	37 €	41 €	35 €	39 €	43 :
FITNESS							
Gym 1 heure fixe	32	146 €	162 €	180 €	153 €	170 €	189
Gym 2 heures fixes	32	180 €	200 €	222 €	189 €	210 €	234 :
Gym illimitée (21h/semaine)	32	274 €	304 €	338 €	287 €	319 €	355 :
Marche Nordique adhérent gym	16	88 €	99 €	108 €	94 €	104 €	114
Marche Nordique non adhérent Gym	16	150 €	167 €	185 €	157 €	175 €	194
ECOLE DE MUSIQUE	10	130 €	10/ €	103 €	137 €	1/3 €	174
	22		-		510 -	500 -	***
Classe découverte (5-8 ans)	32	514 €	571 €	634 €	540 €	598 €	666
Eveil Musical	32	148 €	164 €	182 €	155 €	172 €	191
Ensemble non-adh. Mus. Jeunes ou Adultes FM sans instrument adultes	32 32	159 €	176 € 179 €	196 € 199 €	167 € 169 €	185 € 188 €	206 209
rm sans instrument adultes FM sans instrument enfants	32	161€			169 €		
		148 €	164 €	182 €		172 €	191 :
Instrument 30 min individuel	32	523 €	581 €	646 €	549 €	610€	678
Instrument 45 min individuel	32	737 €	819 €	909 €	774 €	859 €	955 :
PEDIBUS							
PEDIBUS DE 16h30	36	43 €	48 €	54 €	45 €	51 €	56 \$

L'ADHESION

L'adhésion à l'association est de 13 euros pour les St Martinois, et de 17 euros pour les extérieurs. Dans une même famille, la troisième adhésion, (et les suivantes!) sont offertes.

LES COTISATIONS et MODALITES D'INSCRIPTION

Dans une volonté d'équité, la MJC applique une cotisation dégressive basée sur le revenu familial, et le nombre de parts. Au moment de l'inscription, munissez-vous de votre dernier avis d'imposition.

Si vous souhaitez calculer votre cotisation vous-même. Prenez votre revenu fiscal, et divisez-le par le nombre de parts. Si le résultat obtenu est

- inférieur à 9 000 vous êtes en tranche A,
- s'il est compris entre 9 000 et 17 000, vous êtes en tranche B,
- s'il est supérieur à 17 000 vous êtes en tranche C.

Si vous n'habitez pas à Fontaines St Martin alors une majoration de 5% est appliquée à la tranche trouvée. Vous êtes en tranche « EXTERIEURE ».

- Le règlement des activités est dû en totalité le jour de l'inscription.
- Nous acceptons les CHEQUES VACANCES et les COUPONS SPORT (ANCV)
- Remise de 5 % pour un montant total d'activités supérieur à 1 300 euros et de 10 % pour un montant supérieur à 2 400 euros.
- Aucune activité ne sera remboursée. (cf. règlement intérieur)
- En fonction des effectifs et des imprévus liés au calendrier, la MJC se réserve le droit de modifier les dates et les horaires des cours et des stages, tout en en informant ses adhérents. Certains ateliers (hors musique en individuel) peuvent être arrêtés sur décision du Conseil d'Administration, si le nombre de participants est inférieur à 6.



15 PLACE DU 8 MAI 1945 69270 FONTAINES SAINT MARTIN 04,78,22,62,12 pharmacie.vincent@keyyomail.com





www.mic-fsm.com

La ferme d'Emile

Pain au levain, fromages, fruits, légumes, viandes, miel, confitures, vins, bières,...

1, quai de la Libération 69660 Collonges au mont d'or www.la-ferme-d-emile.com du lundi au samedi Tél: 04 78 83 63 79

Entreprises: Devenez mécène! Un partenariat réussi est un partenariat où tout le monde est gagnant!

- Vous avez des besoins en spectacles professionnels (théâtre, danse, cirque, musique) pour organiser votre fête de fin d'année, arbre de Noël ou une fête ponctuelle.

 Vous avez besoin d'invitations sur des spectacles occasionnels en accès privilégié, pour remercier vos partenaires ou vos clients.

 Vous souhaitez organiser des ateliers découvertes et bénéficier d'avan-
- tages exclusifs pour vos salariés ou pour leurs enfants.
- Vous souhaitez bénéficier d'une visibilité unique et montrer quelles sont vos valeurs. Vous vous affirmez comme une entreprise citoyenne et responsable ancrée dans son territoire.
- Vous renforcez votre image en externe et en interne autour de projets concrets d'action artistique, culturelle et sportive.
- Vous bénéficiez d'un cadre exceptionnel d'échanges avec vos clients et

Notre souhait est que ce projet de mécénat corresponde à votre entreprise et vous permette d'affirmer vos valeurs au travers d'un partenariat sur mesure.

La MJC est là pour vous ! En contrepartie de votre soutien, bénéficiez de nombreux avantages réservés à nos mécènes :

Un cadre fiscal avantageux - la loi du 1er août 2003 en faveur du mécénat d'entreprise permet à votre entreprise de bénéficier d'une réduction d'impôt de 60% du montant de votre don.

Lorsque vous faites un don à la MJC , il ouvre droit à une réduction d'impôt égale à 60 % du montant de votre versement, pris dans la limite de 5 pour mille du chiffre d'affaires. (Article 238 bis du code général des impôts). La MJC est autorisée à vous offrir des contreparties dans la limite d'un coût direct pour elle, inférieur à 25% du montant de votre don. En répon-dant directement à vos besoins, nous pouvons construire ensemble un partenariat où tout le monde sera gagnant ! N'hésitez pas à nous contacter...

Merci à **nos mécènes**. ci-contre et page suivante. Véritables partenaires de la MJC, ils nous soutiennent et nous encouragent. Faites comme nous: Accordez-leur votre préférence!



LE Bar Tabac Presse de Fontaines St-Martin

10 place de l'Eglise 69270 Fontaines St-Martin



4 place Jean Moulin 69270 Fontaines St Martin

> Tel. 04 78 22 59 98 Email: boulangelimax@free.fr



tes Halles des **3** Fontaines

PRIMEUR

04 78 22 50 48

25 avenue Simon Rousseau 69270 FONTAINES SUR SAONE



Agence de Fontaines Sur Saône 23 avenue Simon Rousseau Tel: 04 78 22 10 80

le Régal au Palais



IMPRIMERIE DELTA Laissez-vous impressionner!

DE NOMBREUSES REFERENCES, UNE MEME CONFIANCE



47, rue Ampère - BP 99 69685 CHASSIEU CEDEX Tél. 04 78 90 48 40 Fax 04 78 40 16 64 E-mail : j.depres@imp-delta.com Mob. 06 11 56 50 07 www.imp-delta.com



philippe.fumey@windemia.com 06.88.39.74.02 / 09.82.40.95.72

69270 Fontaines Saint Martin

Tél. 04 78 33 84 40



FROMAGERIE 20 rue Pierre-Carbon 69270 FONTAINES/Saône 04 72 42 01 31





4, Place Jean Moulin 69270 Fontaines St Martin Tél. 04 78 22 63 49





30 place de l'église 69270 Fontaines Saint Martin UENTE ET DÉGUSTATION
VINS, CHAMPAGNES, WHISKYS, RHUMS,
SPIRITUEUX ET BIÈRES ARTISANALES

17, rue Pierre Carbon
69270 Fontaines-sur-Saône



n.vallet@sophrologie-evolution

9 rue Pasteur 69270 FONTAINES/SAONE

www.sophrologie-evolution.fr



-Promotion immobilière--Terrains à bâtir-

Actipôle de la Fonderie 350, route du Tilleul 69270 Cailloux-sur-Fontaines

Tel.: 04 69 60 20 33 www.stylimmo.fr

Ils soutiennent la MJC. Accordez-leur votre préférence!