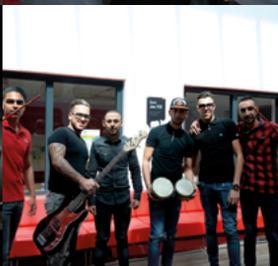


# Les rendez-vous

# de la MJC

Septembre - Décembre 2017

22



ÉVÈNEMENTS  
STAGES  
SORTIES



Lézignan-Corbières

# Les événements

## • Samedi 9 Septembre

### **JOURNÉE PORTES OUVERTES**

Comme tous les ans, la MJC organise une journée Portes Ouvertes afin de présenter les activités de la saison à venir.

Les responsables des clubs vous attendront pour vous informer et prendre les pré-inscriptions, vous permettant ainsi de sélectionner pour vous ou votre enfant une activité qui vous apportera un maximum de plaisir tout au long de l'année. Vous pourrez également consulter et retirer les guides des activités ou vous renseigner sur les événements, stages et sorties à venir.

*De 9h30 à 12h et de 14h à 17h30 à la MJC et dans le Jardin Public*

## • Samedi 23 Septembre

### **VERNISSAGE DE L'EXPOSITION**

#### **« LES PIBOULARDS FONT LEUR CINÉMA »**

La bande des Piboulards a tourné des films dans les années 70 et participé activement à la vie lézignanaise de l'époque ... photos, articles de journaux, présentation du livre « Piboulards, un jour, toujours » édité en Septembre. Apéritif dînatoire offert par la Mairie.

*À partir de 18h, à la MJC, entrée libre*

## • Du 23 Septembre au 7 Octobre

### **EXPOSITION « LES PIBOULARDS FONT LEUR CINÉMA »**

Voir ci-dessus.

*Horaires d'ouverture de l'accueil, à la MJC, entrée libre*

## • Vendredi 6 Octobre

### **SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ**

Notre ludothécaire vous proposera une large sélection de jeux mais vous pouvez également amener le vôtre, si vous souhaitez les faire découvrir ou tout simplement rencontrer de nouveaux partenaires pour vos jeux préférés ... vous pouvez amener un encas à partager (ou pas) pour les fringales tardives.

*Par la Ludothèque LUDULE, de 17h à 23h à la MJC  
Entrée libre et gratuite*

## • Dimanche 22 Octobre

### **VIDE-DRESSING**

Réservez votre emplacement à la MJC (10 € les 3 mètres). Vente de vêtements et de chaussures. Restauration rapide et boissons sur place. Les recettes seront intégralement reversées au Téléthon.

*De 9h à 18h, au Palais des Fêtes, entrée libre*





Cette programmation peut évoluer, n'oubliez pas de vérifier les informations relatives à l'évènement de votre choix quelques jours avant sa date en appelant l'accueil ou en consultant le site internet de la MJC

• **Dimanche 5 Novembre**

**FOIRE AUX JOUETS ET AUX JEUX**

Réservez votre emplacement à la MJC (10 € la table de 1m80). Possibilité de vendre des jouets, jeux, livres, vélos et puériculture.  
*De 9h à 18h, au Palais des Fêtes, entrée libre*

• **Vendredi 10 Novembre**

**SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ**

Notre ludothécaire vous proposera une large sélection de jeux mais vous pouvez également amener les vôtres, si vous souhaitez les faire découvrir ou tout simplement rencontrer de nouveaux partenaires pour vos jeux préférés ... vous pouvez amener un encas à partager (ou pas) pour les fringales tardives.

*Par la Ludothèque LUDULE, de 17h à 23h à la MJC*  
*Entrée libre et gratuite*

• **Vendredi 1<sup>er</sup> Décembre**

**SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ**

Notre ludothécaire vous proposera une large sélection de jeux mais vous pouvez également amener les vôtres, si vous souhaitez les faire découvrir ou tout simplement rencontrer de nouveaux partenaires pour vos jeux préférés ... vous pouvez amener un encas à partager (ou pas) pour les fringales tardives.

*Par la Ludothèque LUDULE, de 17h à 23h à la MJC*  
*Entrée libre et gratuite*

• **Du 6 au 9 Décembre**

**TÉLÉTHON 2017**

Programme complet et détaillé à retirer à la MJC et à consulter sur le site internet à partir de mi-novembre.

La MJC et ses clubs d'activités participent au Téléthon. De nombreuses animations seront proposées dès le mercredi sur le marché, en centre-ville et à la MJC.

*Programme complet à venir*



# Les stages

La MJC de Lézignan-Corbières propose des stages thématiques tous les mois pour découvrir des pratiques inédites ... Ces stages sont encadrés par des professionnels reconnus.

Le paiement doit être effectué à la réservation au secrétariat de la MJC (encaissé après le stage). Pour les non-adhérents, la majoration de 10 € par stage correspond à l'assurance.

## • Samedi 14 Octobre de 9h à 12h

### **CRÉA DÉCO > MES BIJOUX EN FIMO**

Création de bijoux colorés en pâte polymère « FIMO ». Découvrez la technique des « Canes », un assemblage de boudins de couleurs pour créer des bijoux personnalisés aux motifs originaux et uniques.

Venez essayer et repartez avec votre collier, vos boucles d'oreilles et votre bague.

*Ados à partir de 12 ans et adultes*

*20 € adhérents / 30 € non-adh.*

## • Samedi 14 Octobre de 9h à 12h

### **ATELIER FLORAL > BOUQUET CARRÉ**

Après avoir marié les espèces ou joué avec les textures, vous repartez avec votre magnifique composition.

*Ados à partir de 15 ans et adultes*

*30 € adhérents / 40 € non-adh.*

## • Samedi 14 Octobre de 14h à 16h

### **SALSA CUBAINE**

Danse en couple afin de perfectionner les différentes passes et faire connaître à ceux qui ne connaissent pas la danse en couple.

*Adultes*

*10 € adhérents / 20 € non-adh.*

## • Samedi 14 Octobre de 14h à 16h30

### **INFORMATIQUE > SÉCURITÉ & PRÉVENTION**

Les virus, les anti-virus, les autres menaces, les règles de prudence (exercices avec logiciel de nettoyage et anti-malware).

Dépanner et sécuriser son ordinateur (les virus, les programmes espions, le nettoyage et le téléchargement d'outils adaptés).

*Adultes*

*8 € adhérents / 18 € non-adh.*

## • Lundi 23, mardi 24 & jeudi 26 Octobre de 10h à 13h

### **PEINDRE ... LES 4 ÉLÉMENTS**

L'eau, la terre, l'air et le feu ré-inventés au fil des pinceaux.

*Ados et adultes*

*Les 3 journées >> 40 € adhérents / 50 € non-adh.*

## • Samedi 18 Novembre de 9h à 12h

### **ATELIER FLORAL > COMPOSITION PIQUÉE**

Après avoir marié les espèces ou joué avec les textures, vous repartez avec votre magnifique composition.

*Ados à partir de 15 ans et adultes*

*30 € adhérents / 40 € non-adh.*

## • Samedi 18 Novembre de 10h à 12h30 (dessin) et/ou de 13h30 à 16h (peinture)

### **INITIATION ET CONSEILS > CROQUIS ET ÉBAUCHES COLORÉES**

Prendre de proportions, comment mettre en place sa composition ... les différentes étapes de la création.

*Ados et adultes*

*La journée >> 35 € adhérents / 45 € non-adh.*

*La demi-journée >> 25 € adhérents / 35 € non-adh.*

## • Samedi 18 Novembre de 14h à 16h

### **SALSA CUBAINE**

Danse en couple afin de perfectionner les différentes passes et faire connaître à ceux qui ne connaissent pas la danse en couple.

*Adultes*

*10 € adhérents / 20 € non-adh.*



• **Samedi 18 Novembre de 14h à 16h30**

**INFORMATIQUE > TECHNIQUE DE RECHERCHE D'INFORMATIONS**

Vocabulaire et mots clés, méthodologie, élément de syntaxe, l'évaluation et l'expertise, le web 2.0. Organiser son information (flux RSS et newsletter), règles à retenir.

*Adultes*

*8 € adhérents / 18 € non-adh.*

• **Samedi 25 Novembre de 9h à 12h**

**CRÉA DÉCO > AUX ALLURES DE NOËL**

Pour une ambiance authentique et sous le signe de la création, venez confectionner des décorations de Noël en feutrine.

Au programme : Père Noël, Bonhomme de neige, Renne, Sapin, Ange ou Cœur, à vous de choisir !

*Ados à partir de 12 ans et adultes*

*20 € adhérents / 30 € non-adh.*

• **Samedi 2 Décembre de 9h à 12h**

**ATELIER FLORAL > COURONNE DE L'AVEUT**

Après avoir marié les espèces ou joué avec les textures, vous repartez avec votre magnifique composition.

*Ados à partir de 15 ans et adultes*

*30 € adhérents / 40 € non-adh.*

• **Samedi 2 Décembre de 10h à 12h30 (dessin) et/ou de 13h30 à 16h (peinture)**

**INITIATION ET CONSEILS > DE L'HIVER À NOËL**

Aide dans vos réalisations : peindre la neige ou réaliser des illustrations de Noël ... au choix !

*Ados et adultes*

*La journée >> 35 € adhérents / 45 € non-adh.*

*La demi-journée >> 25 € adhérents / 35 € non-adh.*

• **Samedi 16 Décembre de 9h à 12h**

**ATELIER FLORAL > CHANDELIER TABLEAU**

Après avoir marié les espèces ou joué avec les textures, vous repartez avec votre magnifique composition.

*Ados à partir de 15 ans et adultes*

*30 € adhérents / 40 € non-adh.*

• **Samedi 16 Décembre de 14h à 16h**

**SALSA CUBAINE**

Danse en couple afin de perfectionner les différentes passes et faire connaître à ceux qui ne connaissent pas la danse en couple.

*Adultes*

*10 € adhérents / 20 € non-adh.*

• **Samedi 16 Décembre de 14h à 16h30**

**INFORMATIQUE > TÉLÉCHARGEMENT & INSTALLATION DE LOGICIELS**

Que choisir entre l'enregistrement, le téléchargement ou l'installation (exercices aux choix). Télécharger des logiciels et des applications à partir d'internet de façon légale et sécurisée, désinstaller des logiciels, maintenance de l'ordinateur.

*Adultes*

*8 € adhérents / 18 € non-adh.*



# Les sorties

## DÉCOUVERTE DU PATRIMOINE

### • Dimanche 22 Octobre

#### **GARD**

Aigues mortes, la Camargue, les Saintes-Marie de la Mer.

### • Samedi 18 Novembre

#### **SIGEAN-SALSÉS**

Musée des Corbières à Sigean et Oppidum de Pech Maho ; forteresse de Salses.

### • Samedi 16 Décembre

#### **MONTPELLIER**

Thèmes de visites à déterminer et Marché de Noël.



## RANDO MONTAGNE

### • Dimanche 1<sup>er</sup> Octobre

#### **GORGES DE LA FRAU**

Départ 7h. Comus (aude).

*Dénivelé-920m / temps de marche-5h (17km)*

### • Week-end 14 & 15 Octobre

#### **ÉTANGS DE NAGUILLE**

Départ 9h le samedi. Refuge d'En Beys.

*Dénivelé-900m et 330m/ temps de marche-6h et 4h*

*Inscription avant le 16/09*

### • Dimanche 29 Octobre

#### **LE MARCOU**

Départ 7h30 (1h45 de trajet).

*Dénivelé-720m / temps de marche-5h (12km)*

### • Dimanche 12 Novembre

#### **BELVÉDÈRES DE GINOLES**

Départ 8h (1h30 de trajet).

*Dénivelé-1000m / temps de marche-4h30 (14km)*

### • Dimanche 26 Novembre

#### **BALCONS DE TAURINYA**

Départ 8h (1h40 de trajet).

*Dénivelé-520m / temps de marche-4h (14km)*

### • Dimanche 10 Décembre

#### **TOUR DU FORT BEAR**

Départ 8h.

*Dénivelé-500m / temps de marche-5h (14km)*

### • Dimanche 17 Décembre

#### **S<sup>T</sup> MICHEL DE MECOIROL**

Départ 8h. Hérault.

*Dénivelé-500m / temps de marche-4h (12km)*





## Septembre

Date	Départ	Destination	Tps/km	Déniv.
Mardi 19	13h30	Oupia - Eoliennes	10km	200
	14h	Fontcouverte	8km	100
Vendredi 22	14h	Rando Santé - Luc - Eoliennes	6km	non
Dimanche 24	8h30	Langlade (34) Sault de Vesoles	15km	600
Mardi 26	13h30	Ribaute - Col des Abeilles - Lagrasse	11km	260
	14h	Narbonne - Parc de la Campana	8km	100
Vendredi 29	14h	Rando Santé - Trausse	6km	non

## Octobre

Dimanche 1 <sup>er</sup>	7h30	Villasavary + cassoulet / inscription	3 niv	
Mardi 3	9h	Digne d'Amont	15km	300
	13h30	Gruissan entre iles et Salins	12km	100
Vendredi 6	14h	Le Somail	7km	non
	14h	Rando Santé - Sérème	6km	non
Dimanche 8	8h30	Boucle des Moulins du Cassés	19km	250
Mardi 10	13h30	Maisons	9km	360
	14h	S' Pierre la Mer - l'Œil Doux	8km	50
Vendredi 13	14h	Rando Santé - Cesseras	6km	non
Dimanche 15	8h30	Rouvenac - Le Bouichet	15km	500
Mardi 17	13h30	St Laurent - Roque danseuse	9km	250
	14h	St Couat d'Aude	8km	80
Vendredi 20	14h	Rando Santé - Leucate	6km	non
Dimanche 22	8h	La Salvetat sur Agout - Le Fayet	16km	400
Mardi 24	13h30	Narbonne - Aussières	11km	120
	14h	Fontjoncouse - Le Dèvéze	8km	100
Vendredi 27	14h	Rando Santé - Aigne	6km	non
Dimanche 29	8h	Albine - Roc de Peyremaux	13km	600
Mardi 31	13h30	Floure - Les Bénitiers	9km	300
	14h	Lagrasse - Le Pied de Charlemagne	8km	160

## Novembre

Vendredi 3	14h	Rando Santé - Talairan-les Planètes	6km	50
Dimanche 5	8h30	Monze - Les Sources	15km	300
	8h30	St Denis - Les lavoirs	13km	330
Mardi 7	13h30	Montolieu	9km	150
	14h	Roubia - Les Bosquets	7km	125
Vendredi 10	14h	Rando Santé - Montlaur - Le Plo	6km	non
Dimanche 12	? h	Aragon - Rando Challenge	2 niv.	
Mardi 14	13h30	Montserrat - Les clauzes	10km	120
	14h	Villar en Val	8km	100
Vendredi 17	14h	Rando Santé - Blomac	6km	non
Dimanche 19	8h30	Maisons - Mont Tauch	16km	600
Mardi 21	13h30	Talayran - Gourg Goutonnier	10km	100
	14h	Ormaisons	8km	100
Vendredi 24	14h	Rando Santé - Pouzols	6km	non
Dimanche 26	9h	Boutenac - Bassin du Tourenc	19km	400
Mardi 28	13h30	Vignevieille - Noirs charbonniers	9km	360
	14h	La Redorte	8km	non

## Décembre

Vendredi 1 <sup>er</sup>	14h	Rando Santé - Ribaute	6km	non
Dimanche 3	9h	Sigean - Port Mahon	12km	100
	9h	Narbonne - Pech Redon	11km	250
Mardi 5	13h30	Minerve	9km	150
	14h	Névian - La garrigue	7km	90
Vendredi 8	14h	Rando Santé - Fabrezan	6km	non
Dimanche 10	8h30	La Rigole de la Montagne Noire	17km	100
Mardi 12	13h30	Villerouge La Crémade	10km	200
	14h	Conilhac La Roque	8km	50
Vendredi 15	14h	Rando Santé - Conilhac la Plaine	6km	non
Dimanche 17	9h	Caux et Sauzens	14km	100
Mardi 19	13h30	Montirat - Madeleine	10km	150
	14h	Argens - Bassanel	8km	non
Vendredi 22	14h	Rando Santé - Cruscades	6km	non



Participez également à l'activité Marche Nordique tous les jeudis, départ de la MJC à 8h45 pour 2h de parcours.

## Activité proposée par Lézig'zagueurs

Depuis 2002, le Club Randonnée Pédestre de la MJC «Lézig'zagueurs» est affilié à la FFRandonnée, il offre toute l'année une activité sportive de plein air et de découverte avec des randonnées de différents niveaux.

Retrouvez tous les renseignements sur la MJC, les infos, les animations, l'histoire, le fonctionnement, etc... sur

[www.mjc-lezignan-corbieres.com](http://www.mjc-lezignan-corbieres.com)



**Maison des Jeunes et de la Culture  
 Centre International de Séjour**

25, rue Marat  
 11200 Lézignan-Corbères  
 Tél. 04 68 27 03 34  
 Fax : 04 68 27 85 01  
 Mail : [mjc.lezignan.corbieres@wanadoo.fr](mailto:mjc.lezignan.corbieres@wanadoo.fr)

*Fondée en 1946, affiliée à la Fédération Régionale des MJC du Languedoc-Roussillon et à la Confédération des MJC de France. Agréée par le Ministère des Sports, de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et de la Vie Associative.*

