

myc
Lézignan-Corbières



23 > 24



Source de passions !

ÉDITO

LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

Isabelle Poursine

Une nouvelle saison commence et c'est avec grand plaisir que je rédige cet éditorial.

Cette plaquette reflète l'ensemble des activités ou services de la MJC, véritable pilier de notre commune. Notre maison est un lieu de rencontres, d'échanges et d'apprentissages pour toutes et tous, grâce à nos 80 clubs et ateliers, mais aussi à travers les actions de l'Espace de Vie Sociale, dont l'agrément est en cours de renouvellement pour les 4 ans à venir.

J'espère que vous prendrez du plaisir dans la ou les activités choisies (15 nouveautés cette année), au Fablab, lors des soirées de la Micro-Folie ou autres animations. Du plaisir également en découvrant notre restaurant associatif où le lien social et le partage sont tout aussi présents.

Vous êtes les meilleurs ambassadeurs de notre association et nous comptons sur vous pour promouvoir tout ce qu'elle vous offre, dans ou en dehors de ses murs.

Je tiens à vous remercier pour votre fidélité, ainsi que nos partenaires pour leur confiance renouvelée chaque année. Je n'oublie pas la direction et les salariés pour leur professionnalisme, les membres du Conseil d'Administration et les autres bénévoles pour leur implication sans compter ou leurs conseils avisés. Toutes ces forces vives permettent d'avoir une structure aussi dynamique.

Je vous souhaite une excellente saison 2023-2024 à la MJC de Lézignan-Corbières, une véritable **source de passions !!!**



LE MOT DU MAIRE DE LÉZIGNAN-CORBIÈRES

Gérard Forcada

Les activités proposées par la MJC sont le reflet de notre richesse associative et de notre volonté de développer des services publics de qualité. Elles permettent à chacun, quel que soit son âge ou son parcours, de s'impliquer dans des projets collectifs, de s'épanouir à travers des pratiques culturelles, sportives, artistiques ou encore sociales. La diversité des initiatives portées par la MJC de Lézignan-Corbières témoigne de sa vocation à favoriser l'épanouissement de tous, en créant des liens forts au sein de notre communauté.

La commune de Lézignan-Corbières continuera à apporter tout son soutien à la MJC. Nous croyons en son rôle central dans le développement du territoire.

Félicitations à toute l'équipe de la MJC et aux nombreux bénévoles pour votre engagement et la richesse des activités proposées.

Mais la MJC n'existerait pas sans la pièce maîtresse que représentent ses adhérents. Vous trouverez dans cette plaquette la programmation de tous leurs événements.

Bonne découverte et bonne saison à tous !



SOMMAIRE

Nos actions / Nos services

06 ENFANCE & JEUNESSE

08 CULTURE & ANIMATION

10 NUMÉRIQUE

12 ACCUEIL & TOURISME SOCIAL

Nos clubs / Nos ateliers

18 ART & EXPRESSION

20 DANSE & MUSIQUE

22 LOISIRS & DÉCOUVERTES

24 SAVOIR & INNOVATION

26 SPORT & BIEN-ÊTRE

En savoir +

Comment ça marche ?	04 à 05
Clubs ou ateliers ?	14
On démarre quand ?	15
Que faut-il savoir avant de s'inscrire ?.....	16
Réductions, aides, facilités de paiement ?.....	17
Comment s'inscrire ?.....	31 à 33
Quelles formules d'adhésions ?.....	34
Quels avantages permet l'adhésion ?	35 à 40
Je veux soutenir, m'engager à la MJC ?	41
Infos pratiques	42 à 43



BIENVENUE

Depuis 1946, notre association agit sans interruption et peut s'enorgueillir d'être la plus ancienne MJC de France de par sa longévité.

Pour faire fonctionner cette institution, des bénévoles et des professionnels se démènent pour proposer autant d'activités, d'actions, de projets, d'animations ou de services aux habitants ...

DES VALEURS D'ÉDUCATION POPULAIRE

- L'accès pour tous à l'éducation, à la culture, aux sports et aux loisirs.
- Un espace où l'on favorise l'autonomie et l'épanouissement.
- La maison de la mixité sociale et de l'intergénérationnel.
- Un lieu d'expérimentation et d'innovation sociale.
- L'encouragement à l'initiative, à la prise de responsabilité et à la pratique citoyenne.

UNE ÉQUIPE DYNAMIQUE ET IMPLIQUÉE

- 1850 adhérents la saison dernière.
- 5000 usagers tous les ans.
- 80 bénévoles et 4 volontaires en service civique impliqués.
- 35 salariés permanents font vivre le projet associatif.

UNE GESTION Saine ET UNE RECONNAISSANCE INSTITUTIONNELLE

- 1,2 million de budget annuel dont 30% sont des subventions et 70% de l'autofinancement.
- 15 affiliations à des Fédérations sportives et réseaux.
- 11 agréments délivrés par l'État ou d'autres organismes qui attestent de la qualité de nos actions.

Comment ça marche ?

L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE (A.G.)

L'A.G. est composée des adhérent-e-s et se réunit une fois par an. Temps fort de la vie de la M.J.C., c'est l'occasion de réfléchir ensemble à notre action et à son devenir. Au cours de celle-ci, on procède aux votes des bilans de la saison écoulée et on valide les orientations de celle à venir. On y procède aussi à l'élection du Conseil d'Administration (C.A.). Il faut avoir au minimum 16 ans pour voter et pour être candidat au C.A.

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION (C.A.)

Composé de 24 membres élus par et parmi les adhérent-e-s lors de l'A.G., le C.A. se réunit au moins 3 fois par an. Y sont prises toutes les décisions utiles à la marche de la Maison. Il gère les finances. Il assure les contacts extérieurs et veille au respect des statuts et des principes démocratiques dans la vie de la M.J.C. Il vote les tarifs, valide les créations d'emplois permanents. Ses membres sont élus pour un mandat de trois ans et renouvelables par 1/3 (huit postes tous les ans). Ils peuvent se représenter.

LE BUREAU EXÉCUTIF (B.E.)

Le B.E., élu par et parmi les administrateurs-trices, se réunit tous les 15 jours et assure aux côtés de la direction le fonctionnement quotidien de la M.J.C.. Il est composé de la présidente, des vice-président-e-s, du trésorier et de son adjointe, de la secrétaire et de son adjoint et d'autres membres.



ENFANCE & JEUNESSE

Engager des actions pour les enfants et les jeunes est une part importante de nos missions.

Ainsi, nous travaillons dans le cadre d'un partenariat étroit avec les collectivités et institutions pour animer les accueils de loisirs du territoire ou accompagner les projets des adolescents et jeunes adultes.

Nos équipes développent les objectifs éducatifs suivants :

1. Contribuer au développement de l'autonomie de l'enfant et de l'adolescent.
2. Encourager l'initiative, la prise de responsabilités et la pratique citoyenne.
3. Permettre à chacun de trouver sa place dans la société.
4. Promouvoir la tolérance et la solidarité.
5. Epanouir à travers l'accès à la culture, aux sports, aux loisirs.



ACCUEIL DE LOISIRS (3-11 ANS)

L'accueil de loisirs "LA LAUSETA" est situé dans le parc de Gaujac. Il accueille toute l'année vos enfants le mercredi de 7h45 à 18h15 en période scolaire ou du lundi au vendredi de 7h30 à 18h15 pendant les vacances.

La tarification est modulée en fonction des quotients familiaux.

Les réservations sont obligatoires et doivent être enregistrées auprès :

- de la Mairie (04.68.27.10.32) pour les mercredis scolaires
- de la Communauté des Communes (04.68.27.03.35) pour les vacances scolaires

+ D'INFOS ? > Tél 06.59.32.07.36

Consultez les projets éducatifs et les programmes sur le site internet.

ESPACE ADOS (12-17 ANS)

La MJC accueille les adolescents en dehors du temps scolaire. Cet accueil libre se fait dans une salle dédiée (coin détente, console de jeux, babyfoot, table de ping-pong, ...) :

- les mercredis et samedis en période scolaire de 13h à 19h.
- les vendredis soirs de 18h à 22h pour l'organisation de soirées.
- du lundi au vendredi en vacances scolaires de 10h à 19h.

Des sorties thématiques, des colos, séjours culturels, ludiques ou sportifs, sont programmés principalement pendant les vacances.

L'accès à la salle est gratuit, toutefois des participations financières et l'adhésion annuelle seront demandées pour les sorties et séjours.

+ D'INFOS ? > Tél 06.59.32.07.36

Consultez les agendas et programmes détaillés sur le site internet.



POINT INFO JEUNE (16-29 ANS)

Cet espace informe et accompagne les jeunes (ainsi que leurs parents) dans les domaines suivants : emploi, études, mobilité internationale, vie quotidienne, loisirs, ...

Un programme d'ateliers thématiques ou de projets d'insertion des jeunes sera proposé (Jobs d'Été, conception de C.V., découverte des métiers de l'animation, immersion dans un job avec la réalité virtuelle, chantiers jeunes, ...).

L'accueil, anonyme et gratuit, se fait aux horaires d'ouverture de l'espace ados.

Des entretiens sur rendez-vous peuvent être programmés.

Des permanences en ligne et sur les réseaux sociaux sont également proposées.

+ D'INFOS ? > Tél 06.59.32.07.36

La MJC participe aussi à un programme d'actions visant à repérer et mobiliser des jeunes dits « invisibles », alors si vous connaissez des jeunes entre 16 et 29 ans hors système scolaire, sans formation ni emploi, contactez-nous on a des plans !!!

Vous pouvez également suivre le compte instagram « info_jeunes_lezignan » sur lequel vous trouverez des offres d'emploi, de formation, de loisirs, mais aussi des conseils, interview...

CULTURE & ANIMATION

LES RENDEZ-VOUS DE LA MJC



Les soirées "Grains de Folie"

Une fois par trimestre, la MJC vous concocte des soirées culturelles surprenantes et conviviales, agrémentées d'une petite restauration pour vous mettre en bouche !



Les expositions dans le patio

Au cœur de notre Maison, cet espace se prête particulièrement à la découverte de talents locaux, dans des domaines variés. Néophyte ou amateur averti, n'hésitez pas à pousser les portes du Patio, lors des expositions régulières.



Le Téléthon

La MJC coordonne l'opération caritative sur notre Ville. De nombreux événements seront proposés. Faites selon vos compétences et vos envies et prenez part au combat citoyen pour donner encore plus de force aux malades, aux familles et aux chercheurs !



"LézArts en Fête"

Des retrouvailles en grand ! Après quatre années d'absence, nous renouons avec la manifestation phare de nos activités. Rendez-vous en juin.



"L'Été Culturel" et les "Quartiers d'Été"

Les lundis et/ou mardis de juillet, la MJC propose une multitude d'animations pour habitants et estivants dans le jardin public. Du sport, de la culture, des loisirs et du divertissement, mais aussi des solidarités, de l'accès aux droits

Tout cela gratuitement et en toute convivialité.



Le Vide-Grenier

La MJC organise fin juillet sur le site de Gaujac son traditionnel vide-grenier ouvert à 200 exposants avec possibilité de restauration sur place.

LA MICRO-FOLIE

Un musée numérique, c'est quoi ? Et quel drôle de nom !
La MJC ne serait-elle pas tombée sur la tête ? Pas du tout !

Venez expérimenter sur écran géant et tablettes ce concept génial qui met à portée de main toutes les formes d'Art des plus grands musées nationaux et internationaux (Peinture, Sculpture, Musique, Théâtre, Danse, Sciences...).

En un clic, on agrandit les détails d'un tableau, on écoute de la musique ou on reconstruit des œuvres mises en puzzle ! Venez découvrir à votre rythme les trésors du monde entier !

Notre médiatrice culturelle proposera tout au long de l'année : tables de jeux, casques de réalité virtuelle à contenu pédagogique et culturel, Contes-Cabane, Apéro-Musée, Rest'O Musée ...

EN PRATIQUE >

En période scolaire, la Micro-Folie est ouverte les mercredis :

- entre 10h et 12h > pour les enfants accompagnés et âgés de 3 à 10 ans.
- entre 15h et 20h > pour tous.

Pendant les vacances scolaires la Micro-Folie est ouverte les mercredis :

- entre 10h et 12h > pour les enfants accompagnés et âgés de 3 à 10 ans.
- entre 14h et 16h > pour tous.

Seul, en groupe, en famille, entre amis... les mercredis c'est gratuit !



+ D'INFOS

Consultez notre programmation culturelle et artistique complète dans l'agenda édité en septembre, en janvier et en mai que vous pourrez récupérer sur les présentoirs à la MJC ou télécharger sur le site internet.

NUMÉRIQUE

L'ACCOMPAGNEMENT

**Vous souhaitez acquérir des compétences et gagner en autonomie ?
Le numérique vous semble compliqué ?
Le Pôle Numérique de la MJC est là pour vous aider.**

> DÉCOUVERTE DU MONDE DU NUMÉRIQUE :

Tout au long de l'année notre Médiatrice Numérique vous propose : des stages, des initiations (ordinateurs, Smartphones, tablettes), des déambulations numériques, des parcours individualisés, des conférences thématiques, ...

> UN ACCÈS LIBRE À INTERNET :

Un ordinateur ou une connexion WIFI sont disponibles à l'Espace Bar pour vous connecter ou imprimer vos documents (connexion gratuite mais impressions facturées à l'unité).

> UNE AIDE NUMÉRIQUE INDIVIDUALISÉE (APTIC OU AIDANT CONNECT) :

Bénéficiez de divers services d'accompagnement numérique personnalisés et sur rendez-vous grâce aux chèques APTIC. Ces chèques sont distribués par les collectivités, entreprises, mutuelles, banques, administrations ...
Grâce à l'habilitation "Aidant Connect" nous vous aidons dans l'accomplissement de vos démarches numériques (carte grise, carte d'identité, pôle emploi ou AMELI...).

> DES FORMATIONS PROFESSIONNELLES :

Notre pôle numérique est habilité QUALIOPi, ce qui permet aux entreprises et particuliers demandeurs d'emploi de bénéficier de financements dans le cadre de la formation professionnelle.



LE FABLAB



Un fablab (signifiant laboratoire de fabrication) est un lieu collaboratif ouvert à toutes et tous (jeunes, entrepreneurs, artistes, étudiants, retraités, enfants, familles ...).

Le fablab est situé en rez-de-jardin de la MJC. Nous vous y accueillons dans un espace rénové et climatisé de 60m².

Nos machines à commande numérique (imprimantes 3D, découpe laser, fraiseuse, presse à chaud, brodeuse, découpeuse vinyle ...) sont mises à la disposition du public pour concevoir et réaliser toutes sortes d'objets dans le cadre de divers projets (création, prototypage, réparation, cadeaux ...).

Notre Fabmanager est là pour vous guider, vous former, vous accompagner dans la réalisation de projets collectifs ou personnels.

NOS FORMULES

> Le **CLUB FABLAB** :

C'est un atelier collectif hebdo tout au long de l'année scolaire. Réalisation de projets collectifs en fonction des thèmes retenus.

> L'**ATELIER D'HABILITATION MACHINE** :

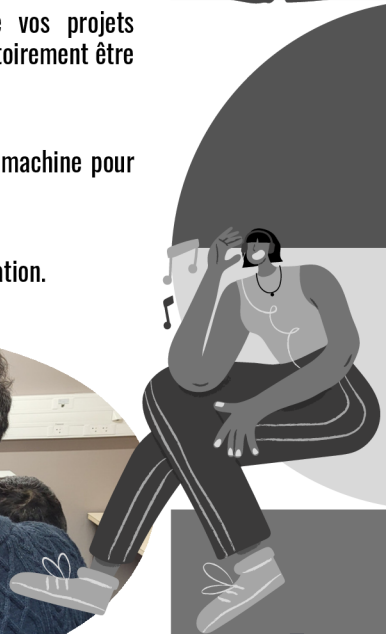
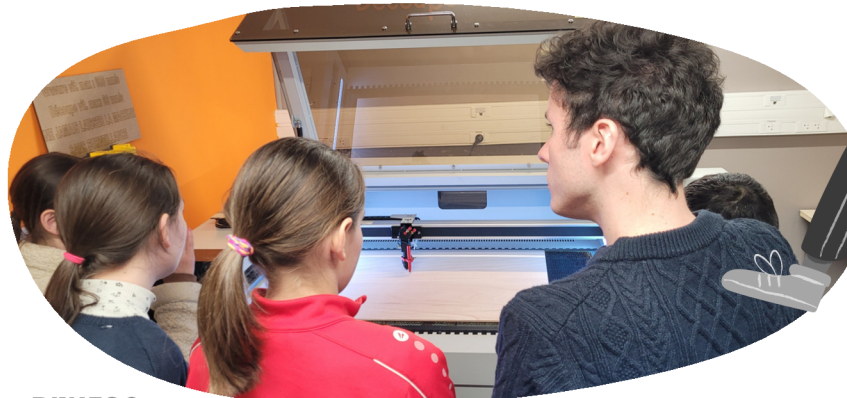
Vous souhaitez accéder au FABLAB pour réaliser en autonomie vos projets personnels dans le cadre de l'OPEN LAB ? Pour cela, vous devez obligatoirement être accrédité en suivant la formation pour la machine souhaitée.

> L'**OPEN LAB** :

Une fois habilité, la formule OPEN LAB vous permet de réserver une machine pour réaliser un projet personnel (consommables à votre charge).

> **LES STAGES THÉMATIQUES** :

Tout au long de l'année, nous proposons des stages thématiques d'initiation.



+ **D'INFOS**

Consultez le site dédié au fablab : www.lezilab.org

ACCUEIL & TOURISME SOCIAL

LE RESTAURANT ASSOCIATIF

L'équipe des cuisines vous concocte des petits plats servis en formule self-service. Il vous est proposé deux choix d'entrées ou desserts, un plat principal avec garniture, du pain, vin à discrétion. Le café est en supplément (+1€).

Pour bénéficier du service restauration il faut obligatoirement être adhérent-e. Les non-adhérent-e-s à l'année ont la possibilité de souscrire une adhésion spécifique « RESTO » à régler lors du premier repas au tarif de 5 €.

Le tarif du repas est fixé à 6€ (jusqu'à 17 ans) et à 9€ de 18 à 99 ans.

La réservation des repas est indispensable et peut se faire par téléphone au 04.68.27.03.34 ou en ligne sur le site internet jusqu'au matin même 9h30.

Au-delà de cet horaire (en fonction du menu du jour), la réservation et l'accueil de l'adhérent-e ne seront pas garantis.

LIBRE SERVICE DU LUNDI AU VENDREDI DE 12H À 13H30

MENU RESTO MJC
SEMAINE DU 24 AU 28 JUILLET

LUNDI :
Tarte à l'origan et charcuterie
Purée / poulet
Fromage ou yaourt
Salade de fruits ou fruit

MARDI :
Salade de brocolis et jambon ou porc
Papillote de poisson aux légumes
Fromage ou yaourt
Mousse au chocolat ou fruit

MERCREDI :
RESTO FERME

JEUDI :
Salade composée ou charcuterie
Légumes farcis
Fromage ou yaourt
Panna cotta ou fruit

VENDREDI :
Champignons à la grecque ou charcuterie
Coquilles / frites
Fromage ou yaourt
Tartes aux fruits ou fruit



SCAN ME

+ D'INFOS
Consultez les menus en ligne >



L'HÉBERGEMENT

LE CENTRE EST OUVERT TOUTE L'ANNÉE SUR DEMANDE

Notre MJC gère un centre d'hébergement de 58 couchages ouvert toute l'année. Nous disposons de 18 chambres réhabilitées récemment et toutes équipées de salle de bain et WC.

Tarifs 2023/2024 :

- 88€/nuit la chambre de 4 personnes (soit 22€/pers)
- 72€/nuit la chambre de 3 personnes (soit 24€/pers)
- 52€/nuit la chambre de 2 personnes (soit 26€/pers)
- 30€/nuit la chambre individuelle

Les résidents peuvent en supplément se restaurer sur place (petits-déjeuners, déjeuners, dîners, goûters ...)

+ D'INFOS

Envoyez un mail à > hebergement@mjc-lezignan-corbieres.com



L'ACCUEIL DE SÉMINAIRES

Disposant de nombreuses salles équipées, la MJC permet d'accueillir des séminaires, des réunions, des formations, ou des stages ...

Différentes formules sont proposées (collations, repas, buffet, mise à disposition de vidéoprojecteur, sonorisation ...).

N'hésitez pas à nous consulter pour plus d'information.



LES ACTIVITÉS CLUBS / ATELIERS



A la MJC c'est plus de 80 activités (clubs ou ateliers) qui vous sont proposées cette saison avec de nombreuses nouveautés : De l'art, de l'expression, de la danse, de la musique, des loisirs, de la découverte, des savoirs et de l'innovation, du sport ou du bien-être.

Vous allez voir dans les pages suivantes qu'il y a en a pour tous les goûts et tous les âges ...

En tant qu'acteur majeur de l'animation de la vie sociale, la MJC a obtenu un agrément Espace de Vie Sociale de la CAF. Cette reconnaissance a pour objectif de :

- renforcer les liens sociaux, familiaux et les solidarités,
- encourager les initiatives favorisant la vie collective et la participation de tous à la vie sociale.

Ce soutien nous permet de proposer des actions complémentaires conçues sous forme d'ateliers.

Clubs ou ateliers ?

Les activités s'organisent selon deux formules différentes :



le CLUB MJC

- L'adhésion à la MJC est obligatoire pour s'inscrire.
- On s'engage pour toute l'année en s'acquittant d'une cotisation annuelle.
- Il y a une régularité, une progression et une continuité d'enseignement d'une séance à l'autre.



l'ATELIER EVS

- Pas d'adhésion nécessaire à la MJC pour s'inscrire.
- On réserve à la séance en s'acquittant d'un paiement à bas tarif.
- Pas de régularité et une thématique différente d'une séance à l'autre.

On démarre quand ?

DU 22 AU 31/08/23

Les adhérent-e-s de la saison précédente peuvent pré-réserver leur place en ligne ou auprès de l'accueil de la MJC. **Attention le règlement doit intervenir avant le 31/08.**

Au delà de ce délai la pré-réservation sera automatiquement annulée.

DÈS LE 22/08/23

Ouverture du portail d'inscription en ligne pour la saison 2023/2024.

 **S'inscrire, créer son compte, pré-réservez, réservez en ligne >>>**
www.mjc-lezignan-corbieres.aniapp.fr

DÈS LE 01/09/23

Ouverture des inscriptions pour tous (en ligne ou sur place).

LE SAMEDI 09/09/23

Les animatrices et animateurs des clubs et ateliers vous attendent sur le **FORUM DES ASSOCIATIONS** pour répondre à toutes vos questions.

DÈS LE 11/09/23

Début des activités qui fonctionnent uniquement pendant les périodes scolaires (sauf rattrapages, programmes spécifiques ou salle de sport). Les activités sont suspendues les jours fériés.

ENTRE LE 11 ET 30/09

Séances d'essais des activités proposées par la majorité des clubs (possible sur réservation uniquement auprès de l'accueil de la MJC).

BONS D'ESSAIS >>> Comment ça marche ?

Avant de vous inscrire dans un club, nous vous permettons d'essayer l'activité moyennant une participation financière couvrant l'assurance. Attention vous devez **OBLIGATOIREMENT** réserver la place en amont (y compris pour les activités se déroulant sur d'autres sites que la MJC).

Pour cela vous devrez impérativement vous présenter à l'accueil et vous acquitter d'un montant de 2€ par activité essayée.

Nous vous remettons un bon, précisant la date et l'heure de l'essai. Ce bon sera à présenter au responsable de l'activité le jour du rdv. Une fois l'activité essayée, vous disposez de 48h pour confirmer votre inscription. Le secrétariat déduira le montant que vous avez versé, pour l'essai, sur le tarif de l'activité.

Que faut-il savoir avant de s'inscrire ?

- S'inscrire dans une association loi 1901 n'entre pas dans le champ d'une prestation commerciale. Ainsi **la relation entre un club et un adhérent ne peut être assimilée à un rapport entre un prestataire et son client**. En effet, l'adhésion matérialisée par une cotisation annuelle est un acte volontaire qui ne constitue pas l'achat d'une prestation tarifée. Nos adhérents-es sont les parties prenantes d'un projet collectif dans un cadre statutaire défini et en aucun cas des consommateurs d'activités dispensées à la séance. En ce sens, vous disposez d'un droit d'accès aux informations qui concernent sa gestion et, dans le cadre des dispositions prévues dans les statuts, participez lors de l'Assemblée Générale à toutes les décisions qui engagent son avenir. L'Assemblée Générale de l'association se déroule chaque année fin février / début mars. A cette occasion, les ateliers prévus au moment de l'AG sont suspendus afin de permettre aux adhérents-es et à l'équipe d'être présents à ce temps fort de la vie de l'association. Les séances annulées ne sont pas reportées.
- L'inscription vaut engagement à respecter les statuts et le règlement intérieur de notre association (consultable sur simple demande au secrétariat ou téléchargeable sur le site internet de l'association : www.mjc-lezignan-corbieres.com).
- Pour les clubs MJC, l'adhésion et les cotisations correspondent à un engagement à participer à l'activité souscrite durant toute la saison 2023/2024. **Aucun remboursement ne sera accordé en cas d'arrêt ou d'abandon en cours d'année à l'initiative de l'adhérent-e ou des ses parents** (y compris pour raisons médicales, déménagement, perte d'emploi ...).



Réductions, aides, facilités de paiement ?



Pour les activités MJC, des réductions d'un montant variable peuvent être accordées sur le tarif de la cotisation dans les cas suivants :

- - 10% pour les étudiants, les demandeurs d'emploi et les personnes en situation de handicap
- - 20% pour tous sur la 3ème activité* (individuelle ou familiale)
- - 50% pour tous sur la 4ème activité* (individuelle ou familiale)

Pour bénéficier de la réduction de 10%, il faudra présenter (ou déposer sur votre compte en ligne) un justificatif daté du mois en cours. Concernant les réductions de 20% et 50%, elles seront appliquées aux activités les plus chères souscrites le même jour (dans le même panier). En cas de rajout d'activités ultérieurement, les réductions s'appliqueront à ces dernières, quel que soit le montant de l'activité éligible supplémentaire choisie.

* Attention, les activités dont le montant de la cotisation est inférieur à 51€ ne seront pas comptabilisées dans cette assiette de réduction.



CHÈQUE PASSERELLE DU DÉPARTEMENT DE L'AUDE

Le collégien ou l'apprenti audois boursier, inscrit dans un établissement scolaire audois (public ou privé), adhérent de la MJC et y pratiquant une activité sportive, danse, théâtre, cirque, musique ou arts plastiques se verra, directement rembourser la somme de 50 €.

Si votre enfant est éligible, il suffit de demander le chèque en ligne sur le site du Conseil Départemental.

LE PASS SPORT DU MINISTÈRE DES SPORTS ET DES JEUX

Le Pass'Sport est une allocation de 50€ pour le 6-17 ans, les aidant à financer une partie d'inscription dans une activité sportive et danse pour la saison 2023/24. Pour en bénéficier, il faut être éligible à l'allocation de rentrée scolaire ou à l'allocation d'éducation de l'enfant handicapé (AEEH).












Les jeunes de 16 à 30 ans percevant l'allocation aux adultes handicapés ainsi que les étudiants (âgés jusqu'à 28 ans révolus) titulaires d'une bourse universitaire sont éligibles.

Vous êtes éligibles ? Vous avez reçu dans l'été un courriel contenant un code unique. Pour bénéficier de la réduction de 50€, ce code devra être communiqué à la MJC au moment de l'inscription.

pass Culture DU MINISTÈRE DE LA CULTURE

Pour accompagner les jeunes de 15 à 18 ans en leur offrant une allocation financière permettant un plus grand accès à la culture. L'offre individuelle est accessible via une application qui permet aux jeunes de bénéficier d'un crédit de 20€ à 15 ans, de 30€ à 16 et à 17 ans et de 300€ l'année de ses 18 ans. Les ateliers MJC concernés seront accessibles via l'application à télécharger sur smartphone ou tablette.

ART & EXPRESSION

<p>AQUARELLE 18-99 ANS Technique de peinture à l'eau sur papier.</p>	 1 JEUDI PAR MOIS	 350€ L'ANNÉE	
<p>BD-MANGAS 11-16 ANS Création de personnages dessinés et d'histoires.</p>	<p>1 VENDREDI PAR MOIS</p>	<p>90€ L'ANNÉE</p> <p>pass Culture </p>	
<p>CIRQUE 4-12 ANS La pratique comprend le développement des capacités motrices, d'écoute ou de concentration de façon ludique.</p>	<p>STAGES DE 5 JOURS PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES</p>	<p>DE 85€ À 115€ LE STAGE</p>	
<p>CONTE 15-99 ANS Apprenez l'art du conte avec une conteuse professionnelle.</p>	<p>1 SAMEDI PAR TRIMESTRE</p> <p>pass Culture </p>	<p>40€ LA SÉANCE</p> <p>90€ LES 3 SÉANCES</p>	
<p>CRÉA-DÉCO 16-99 ANS Atelier mélangeant l'artisanat, les loisirs créatifs et de tendance.</p>	<p>TOUS LES MARDIS</p>	<p>40€ L'ANNÉE</p>	
<p>DESSIN PEINTURE 5-99 ANS Découverte et pratique des différentes techniques de dessin et peinture.</p>	<p>TOUS LES LUNDIS OU MERCREDIS</p>	<p>DE 190€ À 240€ L'ANNÉE</p> <p>pass Culture </p>	
<p>PATCHWORK 18-99 ANS Confection d'ouvrage en assemblant différents morceaux de tissus.</p>	<p>TOUS LES LUNDIS</p>	<p>40€ L'ANNÉE</p>	

Pour obtenir plus d'infos (calendriers, matériels, équipe d'animation, tarifs et horaires détaillés) nous vous invitons à consulter notre site internet ou retirer une fiche détaillée de l'activité qui vous intéresse sur les présentoirs à l'accueil de la MJC.

n nouveautés
23/24

PHOTO ARGENTIQUE
18-99 ANS
Apprentissage et/ou utilisation du labo pour le développement argentique en noir et blanc.



FORMATION
ET/OU
ACCÈS
PRIVATIF AU
LABO PHOTO
SUR RDV



DE 80€
À 150€
L'ANNÉE

pass
Culture



PHOTO NUMÉRIQUE
18-99 ANS
Utilisation de l'appareil, prise de vue, initiation et retouche des images sur ordinateur.

TOUS LES
MARDIS
+ 1 SORTIE
PAR MOIS

80€ À
L'ANNÉE

pass
Culture



POÉSIE
12-99 ANS
Lire et/ou écouter de la poésie ensemble.

1 VENDREDI
PAR MOIS

10€ À
L'ANNÉE

pass
Culture



POTERIE / MODELAGE
6-99 ANS
Confection d'objets avec de la terre modelée et travaillée.

TOUS LES
MERCREDIS,
JEUDIS OU
VENDREDIS

DE 240€
À 390€
L'ANNÉE

pass
Culture



REG'ARTS
18-99 ANS
Observer et affiner sa propre démarche artistique avec une grande place à l'imaginaire et l'interprétation.

n

TOUS LES
JEUDIS

210€
L'ANNÉE

pass
Culture



SCRAPBOOKING
16-99 ANS
Introduction d'images dans un décor en rapport avec le thème abordé. Réalisation d'albums et de cartes décoratives.

TOUS LES
JEUDIS

40€
L'ANNÉE

pass
Culture



THÉÂTRE ATELIER
8-15 ANS
Apprentissage de la technique théâtrale.

TOUS LES
MERCREDIS

150€
L'ANNÉE

pass
Culture



THÉÂTRE COMPAGNIES
16-99 ANS
Exercez vos talents de comédien dans les spectacles proposés par nos deux troupes (Tilleul ou Artscéniq).

TOUS LES
MARDIS
OU JEUDIS

20€
L'ANNÉE

pass
Culture



n
nouveau
23/24

DANSE & MUSIQUE

<p>BATUCADA 16-99 ANS Genre de musique très rythmée avec des percussions qui se pratique en collectif.</p>	 TOUS LES VENDREDIS	 110€ L'ANNÉE pass Culture 	
<p>BIODANZA 16-99 ANS Redécouvrir le plaisir de bouger, de vibrer, de ressentir et d'exprimer des émotions, sur des mouvements simples et accessibles à tous.</p>	 2 JEUDIS PAR MOIS	215€ L'ANNÉE LE PASS SPORT 	
<p>CHANT 7-15 ANS A travers des exercices ludiques, les élèves sont invités à développer leurs talents artistiques.</p>	 TOUS LES MERCREDIS	180€ L'ANNÉE pass Culture 	
<p>COMÉDIE MUSICALE 16-99 ANS Vous aimez chanter ? vous auriez voulu être un artiste ? ... Pourquoi pas vous ?</p>	TOUS LES MERCREDIS	150€ L'ANNÉE pass Culture 	
<p>DANSE AFRICAINE 16-99 ANS Percussions et musiques, corps et danse, temps et espace. Le rituel et la tradition du cercle pour danser avec l'autre.</p>	TOUS LES MARDIS	210€ L'ANNÉE LE PASS SPORT  pass Culture 	
<p>DANSE CLASSIQUE ET POINTES 8-12 ANS Apprentissage de la technique classique : placement, maintien, travail de pointes ...</p>	TOUS LES MARDIS OU MERCREDIS	DE 230€ À 260€ L'ANNÉE LE PASS SPORT  pass Culture 	

Pour obtenir plus d'infos (calendriers, matériels, équipe d'animation, tarifs et horaires détaillés) nous vous invitons à consulter notre site internet ou retirer une fiche détaillée de l'activité qui vous intéresse sur les présentoirs à l'accueil de la MJC.

DANSE DE SALON

16-99 ANS

Rock'n'roll, tango, valse, rumba, samba, cha cha cha ... apprenez vite à danser dans une ambiance conviviale...



TOUS LES LUNDIS



130€ L'ANNÉE

pass Culture



DANSE FLAMENCO

16-99 ANS

Synonyme de soleil et de passion, le flamenco est une danse espagnole. A découvrir sous forme de stages...

n

5 SAMEDIS PAR AN

40€ LE STAGE

pass Culture



DANSE HIP-HOP / BREAKDANCE

7-99 ANS

Style de danse caractérisé par ses mouvements de corps saccadés, son aspect acrobatique et ses figures au sol.

TOUS LES JEUDIS

230€ À L'ANNÉE

pass Culture

LE PASS SPORT



DANSE MODERN-JAZZ

4-99 ANS

C'est une danse où le corps entier est en jeu.

TOUS LES MARDIS OU MERCREDIS

DE 195 À 230€ L'ANNÉE

LE PASS SPORT

pass Culture



DANSE ORIENTALE

16-99 ANS

Qui dit danse orientale dit déhanchement, ondulation, sensualité...

n

5 SAMEDIS PAR AN

40€ LE STAGE

pass Culture



DANSE SALSA-BACHATA

18-99 ANS

Initiez-vous aux célèbres danses latines dans une ambiance festive et bienveillante.

TOUS LES MARDIS OU JEUDIS

190€ L'ANNÉE (350€ SI COUPLE)

pass Culture



ENSEMBLE VOCAL - CHORALE

16-99 ANS

Ensemble où les choristes chantent en groupe sous la direction d'un chef de chœur.

TOUS LES MERCREDIS

40€ L'ANNÉE

pass Culture



ÉVEIL MUSICAL

3-6 ANS

L'éveil par la musique contribue au développement de l'enfant et lui permet de s'épanouir en s'exprimant.

TOUS LES MERCREDIS

130€ L'ANNÉE



n

nouveautés
23/24

LOISIRS & DÉCOUVERTES

<p>BELOTE 16-99 ANS Apprentissage collectif de ce célèbre jeu de cartes et organisation de tournois.</p>	 TOUS LES MERCREDIS	 30€ L'ANNÉE	
<p>BRICOLE-CAFÉ 16-99 ANS Réparer ensemble, partager des connaissances, s'entraider ... lors de rencontres ouvertes à tous.</p>	1 SAMEDI PAR MOIS	DE 2€ À 4€ LA SÉANCE	
<p>ÉCO-ATELIER 16-99 ANS Apprendre à faire soi-même. Astuces et méthodes permettant de limiter les impacts sur sa santé et l'environnement.</p>	1 LUNDI PAR MOIS	DE 2€ À 4€ LA SÉANCE	
<p>GOURMANDISES DE SAISON 16-99 ANS Partagez recettes et astuces salées ou sucrées de nos régions ou du monde.</p>	1 JEUDI PAR MOIS	DE 2€ À 4€ LA SÉANCE	
<p>JUMELAGE 18-99 ANS Renforcer les liens avec notre ville jumelle, Lauterbach, en Allemagne ...</p>	UNE RENCONTRE PAR TRIMESTRE	10€ L'ANNÉE	
<p>LECTURE 18-99 ANS Découverte, échange, partage, discussion autour d'œuvres littéraires choisies ensemble.</p>	1 LUNDI PAR MOIS	30€ L'ANNÉE	

n nouveautés
23/24

Pour obtenir plus d'infos (calendriers, matériels, équipe d'animation, tarifs et horaires détaillés) nous vous invitons à consulter notre site internet ou retirer une fiche détaillée de l'activité qui vous intéresse sur les présentoirs à l'accueil de la MJC.



LUDIK'ESPACE

0-99 ANS EN FAMILLE

n

Espace ouvert aux parents et aux enfants proposant des activités et jeux éducatifs ou de société, des temps d'informations et d'accompagnement ...

TOUS LES MARDI ET VENDREDIS

GRATUIT

ACTION EVS

MÉMOIRE LÉZIGNANAISE

18-99 ANS

Réalisation d'expos ou d'articles sur l'histoire et le patrimoine local.

TOUS LES LUNDIS

10€ L'ANNÉE



PATRIMOINE

18-99 ANS

Découverte de sites culturels d'Occitanie, d'autres régions de France ou d'Europe.

1 SORTIE PAR MOIS / 2 SÉJOURS PAR AN

TARIF À LA SORTIE OU AU SÉJOUR



PHILO

16-99 ANS

Philosophons ensemble sans prise de tête.

2 JEUDIS PAR MOIS

20€ L'ANNÉE



PROMENADE

5-99 ANS EN FAMILLE

n

La pinède est belle et assez vaste pour s'y promener sans effort. Ensemble nous partirons sur sentiers plats et accessibles.

TOUS LES LUNDIS

GRATUIT

ACTION EVS

SCRABBLE

18-99 ANS

Découvrez le célèbre jeu de mots sous forme de tournois en toute convivialité.

TOUS LES MARDIS ET JEUDIS

30€ L'ANNÉE



SORTIES DÉCOUVERTE

0-99 ANS

Pour mieux connaître activités, institutions, richesses du territoire. Échange, convivialité.

1 SORTIE PAR MOIS

DE 0 € À 50€ LA SORTIE

ACTION EVS

TAROT

16-99 ANS

L'ancêtre des jeux de cartes.

TOUS LES JEUDIS

30€ L'ANNÉE



SAVOIR & INNOVATION

ANGLAIS 16-99 ANS

Apprentissage de la langue de manière ludique et conviviale.



TOUS LES
MERCREDIS
OU JEUDIS



210€
L'ANNÉE



ASTRONOMIE 12-99 ANS

n

Observation du ciel nocturne afin d'en savoir plus sur les astres que l'on peut y voir.

3 SOIRÉES
DANS
L'ANNÉE

DE 10€
À 20€
LA SÉANCE



BIODIVERSITÉ / ÉDUCATION À L'ENVIRONNEMENT 8-14 ANS

Observation en nature, bricolage et aménagements de zones naturelles, observation d'animaux, végétaux, insectes ...

STAGES
PENDANT LES
VACANCES
SCOLAIRES

DE 30€
À 60€
LE STAGE



n
nouveau
23/24

BRIDGE 16-99 ANS

Apprentissage collectif de ce célèbre jeu de cartes et organisation de tournois.

TOUS LES
MARDIS ET
VENDREDIS

30€
L'ANNÉE



FABLAB-CLUB 8-99 ANS

Réalisation de projets collectifs grâce à l'utilisation de machines à commande numérique.

TOUS LES
MERCREDIS

50€
L'ANNÉE



ESPAGNOL 16-99 ANS

n

Apprentissage de la langue de manière ludique et conviviale.

TOUS LES
LUNDIS OU
MARDIS

210€
L'ANNÉE






INFORMATIQUE 16-99 ANS

Parcours individualisés ou collectifs adaptés à tous niveaux avec thématiques ou sur mesure.

DU LUNDI
AU VENDREDI
SUR RDV















DE 60€
À 100€
L'ANNÉE



<p>LUDI'SCIENCES 7-11 ANS Expériences et enquêtes scientifiques.</p>	 TOUS LES LUNDIS	 90€ L'ANNÉE	
<p>NUMÉRIQUE 16-99 ANS Ateliers d'animations autour du monde numérique.</p>	DU LUNDI AU VENDREDI SUR RDV	DE 0€ À 5€ LA SÉANCE	
<p>OENOLOGIE 18-99 ANS Apprentissage de la technique de dégustation de nos vins. Avec modération.</p>	UN JEUDI PAR MOIS	210€ L'ANNÉE	
<p>ORNITHOLOGIE 0-99 ANS EN FAMILLE Venez apprendre à observer, connaître et reconnaître les oiseaux et leurs chants.</p>	8 SORTIES PAR AN LES SAMEDIS	DE 3€ À 6€ LA SORTIE	
<p>PÂTISSERIE 16-99 ANS Confectionnez et emportez de bons desserts.</p>	5 SAMEDIS PAR AN	110€ L'ANNÉE	
<p>ROBOTIQUE - CODAGE PROGRAMMATION 8-12 ANS Création de robots, dessins animés et jeux vidéo. Expérimenter, tester et apprendre en s'amusant...</p>	TOUS LES MERCREDIS	90€ L'ANNÉE	

Pour obtenir plus d'infos (calendriers, matériels, équipe d'animation, tarifs et horaires détaillés) nous vous invitons à consulter notre site internet ou retirer une fiche détaillée de l'activité qui vous intéresse sur les présentoirs à l'accueil de la MJC.

SPORT & BIEN-ÊTRE

<p>AIKIDO 7-99 ANS Art martial japonais adapté à tous publics.</p>	<p> TOUS LES MARDIS OU JEUDIS</p>	<p> 160€ À 240€ L'ANNÉE </p>	
<p>AQUAGYM 16-99 ANS Pratique de mouvements dans l'eau qui permettent de travailler de nombreux muscles ...</p>	<p>UNIQUEMENT DE JUIN À AOÛT</p>	<p>DE 30€ À 80€</p>	
<p>ATHLÉTISME 6-99 ANS Ensemble d'épreuves sportives combinant la course, le saut et le lancer.</p>	<p>TOUS LES MARDIS, MERCREDIS, JEUDIS OU VENDREDIS</p>	<p>180€ L'ANNÉE </p>	
<p>BABYGYM 3-4 ANS La baby gym ou gym éveil est une activité de gymnastique ludique adaptée aux plus petits.</p>	<p>TOUS LES LUNDIS</p>	<p>130€ L'ANNÉE</p>	
<p>BADMINTON 6-99 ANS Sport de raquettes apprécié par les débutants comme les compétiteurs.</p>	<p>TOUS LES MERCREDIS OU JEUDIS</p>	<p>DE 90€ À 115€ L'ANNÉE </p>	
<p>CANYONING 14-99 ANS Grimpez et glissez encadré et en sécurité dans des sites naturels.</p>	<p>UNE SORTIE PAR MOIS</p>	<p>TARIF À LA SORTIE </p>	
<p>COURSE D'ORIENTATION 7-99 ANS Activité de pleine nature qui se pratique avec une carte et une boussole.</p>	<p>TOUS LES MERCREDIS</p>	<p>DE 57€ À 211€ L'ANNÉE </p>	

ESCALADE-BLOC

12-99 ANS

Grimper vous démange ?
Vous cherchez un sport complet,
sans prise de tête et qui façonne
le corps ? Découvrez l'escalade de
bloc à "Lézibloc"

n



À PARTIR DE
JANVIER
2024

LE PASS SPORT



PAIEMENT À
LA SÉANCE OU
FORMULES
D'ACCÈS AU
MOIS OU AU
TRIMESTRE



FELDENKRAIS

18-99 ANS

Approche corporelle basée sur la
prise de conscience par le
mouvement.

TOUS LES
LUNDIS OU
VENDREDIS

240€
L'ANNÉE



FITNESS-MUSCULATION

16-99 ANS

650m² de locaux rénovés dédiés
à la musculation et à la remise en
forme. Plus de 35h de cours
collectifs hebdomadaires, du
coaching ...

OUVERT
TOUTE
L'ANNÉE
DU LUNDI
AU SAMEDI

LE PASS SPORT

40€
LE MOIS
105€
LE TRIMESTRE
180€
LE SEMESTRE
300€
L'ANNÉE



GYM ARTISTIQUE

5-17 ANS

Mouvements acrobatiques sur le
sol et avec les agrès (Sol, cheval
d'arçons, trampoline, cerceaux,
rubans...).

TOUS LES
LUNDIS OU
MERCREDIS

170€
L'ANNÉE

LE PASS SPORT



JUDO

3-99 ANS

Sport de combat qui est aussi un
moyen d'éducation du corps et de
l'esprit basé sur de fortes valeurs
morales.

TOUS LES
LUNDIS OU
MERCREDIS

DE 135€
À 210€
L'ANNÉE

LE PASS SPORT



LUTTE

14-99 ANS

Forme de combat à mains nues au
cours duquel les adversaires se
mesurent au corps à corps.

n

TOUS LES
VENDREDIS

150€
L'ANNÉE

LE PASS SPORT



MARCHE NORDIQUE

18-99 ANS

Discipline accentuant le
mouvement de balancier des bras
avec bâtons.

TOUS LES
JEUDIS

58€
L'ANNÉE


LE PASS SPORT



n

nouveautés
23/24

SPORT & BIEN-ÊTRE

<p>NATATION 6-17 ANS Apprentissage de la nage.</p>	<p> TOUS LES MARDIS OU VENDREDIS</p>	<p> 215€ L'ANNÉE </p>	
<p>RANDONNÉE MONTAGNE 18-99 ANS Marche en moyenne montagne.</p>	<p>UNE SORTIE PAR MOIS</p>	<p>58€ L'ANNÉE </p>	
<p>RANDONNÉE PÉDESTRE 18-99 ANS Marchons ensemble à différents niveaux selon nos capacités.</p>	<p>TOUS LES MARDIS, VENDREDIS OU CERTAINS DIMANCHES</p>	<p>58€ L'ANNÉE </p>	
<p>RIGOLOGIE 18-99 ANS Discipline émotionnelle ludique qui a pour vocation de reconnecter chacun à sa joie de vivre.</p>	<p>UN SAMEDI PAR MOIS</p>	<p>DE 2€ À 4€ LA SÉANCE</p>	
<p>SELF-DÉFENSE 15-99 ANS Par des jeux et des exercices en duo, l'atelier self défense vise à empêcher le combat...</p>	<p><i>n</i> TOUS LES MERCREDIS</p>	<p>50€ L'ANNÉE </p>	
<p>SKI - RAQUETTES 14-99 ANS Organisation des sorties dans les stations des Pyrénées pour tous. Ski, raquettes ou balades ...</p>	<p>2 DIMANCHES EN JANVIER 2 DIMANCHES EN FÉVRIER</p>	<p>DE 50€ À 60€ LA SORTIE </p>	
<p>SOPHROLOGIE 18-99 ANS Méthode de relaxation, psychothérapie, pratique psychocorporelle et technique de développement personnel.</p>	<p>TOUS LES LUNDIS ET JEUDIS</p>	<p>360€ L'ANNÉE</p>	

<p>TAI-CHI / QI GONG 18-99 ANS</p> <p>Gym énergétique par mouvements continus et circulaires exécutés avec lenteur et précision dans un ordre préétabli.</p>	 <p>TOUS LES LUNDIS ET / OU JEUDIS</p>	 <p>DE 200€ À 300€ L'ANNÉE</p> 
<p>TENNIS DE TABLE 4-99 ANS</p> <p>Appelé aussi Ping-Pong, c'est un sport de raquettes opposant deux ou quatre joueurs autour d'une table.</p>	<p>TOUS LES LUNDIS, MERCREDIS OU VENDREDIS</p>	<p>DE 105€ À 130€ L'ANNÉE</p>  
<p>YOGA 18-99 ANS</p> <p>Pratique d'un ensemble de postures et d'exercices de respiration visant à apporter un bien être physique et mental.</p>	<p>TOUS LES JEUDIS</p>	<p>215€ L'ANNÉE</p> 

Pour obtenir plus d'infos (calendriers, matériels, équipe d'animation, tarifs et horaires détaillés) nous vous invitons à consulter notre site internet ou retirer une fiche détaillée de l'activité qui vous intéresse sur les présentoirs à l'accueil de la MJC.



n
nouveau(s)
23/24

Athlétic club

PÔLE FORME ET MUSCU
DE LA MJC

+ DE 40 COURS HEBDOS

+ DE 60 HEURES D'OUVERTURE SEMAINE

650 M² DE LOCAUX RÉNOVÉS ET CLIMATISÉS

A PARTIR DE 16 ANS

SALLE OUVERTE NON-STOP
À PARTIR DU 4 SEPTEMBRE

DU LUNDI AU VENDREDI
DE 8H À 20H

ET SAMEDI DE 8H30 À 12H00



mjc
Lezignan-Corbieres



www.mjc-lezignan-corbieres.com

Comment s'inscrire ?

Vous avez trouvé une activité qui vous intéresse et vous comptez vous inscrire ? Rien de plus simple, les inscriptions aux activités proposées par la MJC de Lézignan-Corbières se font en ligne via un site internet dédié :



SCAN ME

www.mjc-lezignan-corbieres.aniapp.fr



L'équipe de l'association reste bien évidemment disponible pour vous accueillir, vous informer, vous conseiller et vous orienter dans vos choix, mais également pour vous accompagner dans ces démarches dématérialisées si vous rencontrez des difficultés avec le numérique.

ÉTAPE N°1 > Créer et/ou se connecter à son compte

Une fois sur le site il vous faudra soit :

- créer un compte personnalisé pour une première inscription
Cliquez en haut à gauche sur : 

- utiliser celui que vous avez créé la ou les saisons précédentes
Cliquez en haut à gauche sur : 

Cela vous permettra d'accéder, pour vous et votre famille, à un formulaire d'inscription. Le formulaire et le compte peuvent s'actualiser régulièrement en fonction de votre situation (inscription d'une personne supplémentaire, choix d'une nouvelle activité, changement de coordonnées, consultation de votre situation financière vis-à-vis de la MJC, dépôt de documents ...).

Lors de votre première inscription sur le site, vous serez donc amené à choisir un identifiant et un mot de passe. L'identifiant est unique et ne peut donc pas être un identifiant déjà utilisé. La communication d'une adresse mail est obligatoire pour s'inscrire en ligne.

N'hésitez pas à nous solliciter en cas de perte de votre identifiant et/ou mot de passe.





- Cliquez sur l'onglet "ACTIVITÉS". Puis vous pouvez filtrer par âges, catégories, jours, structures ...

- Regardez le détail des activités qui vous intéressent puis choisissez votre jour et cliquez sur "INSCRIPTION"

11 > 24
Sept. > Juin

BABYGYM
Lundi 17:00 - 17:45
MJC Léznigan-Corbières
📍 HALLE AUX SPORTS LOUIS TOURNIER

3 à 4 ans
Tous niveaux > carte mjc + 130 €

Inscription
20 place(s) restante(s)

- Choisissez le membre de votre famille à inscrire à l'activité sélectionnée en cliquant sur "AJOUTER UN MEMBRE" :

BABYGYM



5/ SPORT & BIEN-ÊTRE
BABYGYM
3 à 4 ans - TOUS NIVEAUX > CARTE MJC + 130 €
📍 MJC Léznigan-Corbières

+ Ajouter un membre

Lundi 17:00 - 17:45 (HALLE AUX SPORTS LOUIS TOURNIER)

- Cliquez sur "AJOUTER AU PANIER" pour terminer. Recommencer l'opération pour autant d'activités ou de membres à inscrire.

Ajouter au panier

- Une fois les sélections terminées choisissez "VALIDER MON PANIER" puis passer à l'étape suivante qui est le paiement et qui enregistrera définitivement vos inscriptions.

ÉTAPE N°3 > Régler ses réservations d'activités

Pour un atelier proposé dans le cadre de l'E.V.S., le paiement unitaire doit être effectué directement auprès de l'accueil de la MJC, au plus tard le jour qui précède l'activité.

Pour un club MJC, le règlement de l'intégralité de la cotisation et de l'adhésion est indispensable pour que l'inscription soit définitive.

Vous disposez de deux possibilités pour procéder au paiement :



En cliquant sur "PAIEMENT EN LIGNE", votre commande nous est automatiquement transmise. Après vérification elle sera validée ou annulée si par exemple vous cochez des réductions auxquelles vous n'êtes pas éligibles (dans ce cas vous en serez informé par téléphone). Cette vérification se fera dans les 24 heures qui suivent (48h le week-end).

Dès validation de votre panier vous recevez un mail vous invitant à cliquer sur un lien permettant de procéder au paiement par le biais de votre carte bancaire sur la plateforme sécurisée de paiement en ligne MONGOPAY. Le mail sera envoyé avec l'adresse suivante : noreply@aniapp.fr (vérifiez vos SPAM si vous ne le recevez pas).

Vous disposez de 24h à partir de la réception de ce mail pour procéder au paiement. **Attention, passé ce délai et sans réponse de votre part, toutes vos réservations sont automatiquement annulées et réattribuées.**

Veuillez noter que la plateforme de paiement rajoutera une commission à votre charge (1,90% de la somme à régler + 0,20 € par transaction).



En cliquant sur « PAIEMENT SUR PLACE », votre commande nous est automatiquement transmise.

Vous disposez de 72h pour vous présenter à l'accueil de la MJC afin de régulariser votre commande par chèque bancaire, espèces, chèques vacances, coupon sport, carte bancaire.

Si vous bénéficiez d'une aide (chèque passerelle du Département, PASS SPORT, PASS CULTURE, PASS LOISIRS MSA, comité d'entreprise, ...) vous fournissez les justificatifs.

A partir de 100 €, un paiement échelonné est possible en établissant jusqu'à 4 chèques. Un échéancier d'encaissement est alors établi lors du dépôt.

Attention, si vous ne vous présentez pas dans les 72h qui suivent la validation de votre commande, toutes vos réservations sont automatiquement annulées et réattribuées.



ADHÉRER

L'adhésion est obligatoire pour pratiquer une ou plusieurs activités à la MJC. Elle est renouvelable tous les ans en septembre pour l'année scolaire en cours. L'adhésion est à souscrire soit en ligne soit à l'accueil de la MJC.

Adhérer c'est :

- respecter les valeurs et principes de notre association,
- disposer d'une assurance pendant la pratique de votre activité,
- soutenir un réseau de plus de 45.000 adhérents en Occitanie,
- bénéficier d'une multitude d'avantages chez nos partenaires.

FORMULE D'ADHÉSION ANNUELLE

La carte 2023/2024 est valable du 01/09/2023 au 31/08/2024

- De 0 à 15 ans > 16.50 €
- De 16 à 25 ans > 21.50 €
- De 26 à 99 ans > 26.50 €

FORMULE D'ADHÉSION LIMITÉE

- Carte Estivale (valable de juin à août 2024) > 10.00 €
- Carte Resto (valable de septembre 2023 à août 2024) > 5.00 €

Grâce à votre carte d'adhésion, vous bénéficiez de très nombreux avantages, réductions ou offres préférentielles proposés par nos partenaires que vous retrouvez dans les pages suivantes. Pour récupérer votre carte et bénéficier de ses avantages, nous vous invitons à la retirer auprès de l'accueil de la MJC. Il vous suffira ensuite de la découper, d'y collez votre photo puis la présenter à l'enseigne partenaire de votre choix.

Club Avantages

mjc
Lézignan-Corbières



**Commerçants ? Artisans ?
Prestataires d'activités ?
... rejoignez le club
des partenaires de la MJC
en proposant une offre
préférentielle
aux adhérents**

contactez-nous par mail à
infos@mjc-lezignan-corbieres.com

Téléphonie

LAGUENS TÉLÉPHONIE

48, avenue des Corbières
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.27.28.28

10% sur le
développement



Sport & Loisirs

LES BAINS DE MINERVE

5, chemin de Sainte-Marie
11160 PÉYRIAC-MINERVOIS
Tél 04.68.24.67.89

site : www.lesbainsdeminervois

Tarifs préférentiels sur
l'entrée à l'espace
aquatique (application
du tarif résident)



Sport & Loisirs

CENTRE ÉQUESTRE LE PARC

Domaine de Gaujac
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.27.55.27

20% de réduction
sur le premier mois
d'équitation
à poney ou à cheval.



Sport & Loisirs

CHUTEXTREM

Aérodrome - Plaine de Conilhac
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.48.20.41

site : www.chutextrem.com

Saut en parachute
tandem 239 € au
lieu de 259 €



Sport & Loisirs

SPORT 2000 LÉZIGNAN

26, rue des Romains
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.27.20.21

10 % de remise sur le
rayon sport



Club Avantages

mjc
Lézignan-Corbieres

Sport & Loisirs

FLYZONE

Aérodrome - Plaine de Conilhac
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.48.20.41
site : www.flyzone.fr

Fly pass kid 2 vols (-12 ans) 45.90€ + 1 photo mail offerte au lieu de 51.90€

Fly pass initiation 2 vols 49.90€ au lieu de 59.90€

Fly pass progression 4 vols 89.90€ au lieu de 99.90€



Sport & Loisirs

CYCLES CYCLOS

59, avenue Wilson
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.41.76.32
site : www.cyclescyclos.fr

10% de remise à partir de 80€ sur les réparations ou les ventes de pièces détachées.



Automobile

AUTO SERVICE LÉZIGNAN

15, avenue des Corbieres
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.42.37.85
site : www.autoservicelezignan.fr

10 % de remise sur la main d'oeuvre et les prestations de services



Automobile

CCTBS GAUJAC CONTRÔLE

Zone Industrielle de Gaujac
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.27.39.66
site : www.dekra-norisko.fr

10% de réduction sur une visite technique périodique



Automobile

LÉZI-PNEU EUROPNEU

Zone Industrielle de Vitrac / Rue Alfred Nobel
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.27.56.14
site : www.profilplus.fr

Remise 15€ pour l'achat et la pose de 2 pneus
10 % sur vidange ou prestation mécanique



Automobile

AUTO ÉCOLE POUMES

65 Ter, avenue Frédérique Mistral
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.27.24.91
site : www.audepermis.com

Frais de dossier offerts : 60€



Club Avantages

njc
Lézignan-Corbières

Beauté / bien être
CUTTING'R COIFFURE

4, Avenue Wilson
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 06.21.16.73.53
site : www.cuttingrcoiffure.com

10% sur les forfaits
coupe uniquement



Beauté / bien être
2 VIENS STAR

21, avenue Georges Clémenceau
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 06.83.41.55.34

Un soin cheveux offert
pour une coupe avec
shampooing



Beauté / bien être
YVES ROCHER

53, cours Lapeyrouse
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.27.50.90
site : www.yves-rocher.fr

20% sur une prestation
soin du visage / 20%
sur une prestation soin
du corps au choix



Beauté / bien être
ZEN & SENS

57, avenue Wilson
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.27.39.97
site : www.zen-et-sens.wixsite.com

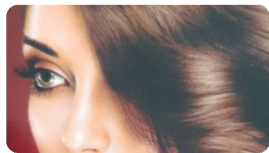
10% de réduction
à partir
de 100€ d'achat de
soins
20% de réduction
à partir
de 200€ d'achat de
soins



Beauté / bien être
SALON DE COIFFURE CO'COIFF

12, rue Hector Malot
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 06.83.48.66.28

10% sur la technique
Un brushing offert au
bout du 5ème passage



Beauté / bien être
ADDICT PARIS SAS

Zone Industrielle de Vitrac / Rue Alfred Nobel
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.40.49.49
site : www.addict-paris.fr

20% de réduction sur
les tarifs à la carte (hors colorations et soins)



Club Avantages

nyc
Lézignan-Corbières

Pressing **SAKA PRESSING**

8 bis, avenue des romains
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.27.64.75

Remise de 5% aux
porteurs de la carte



Puériculture **C.FAMILY**

2, rue Gustave Eiffel
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.27.67.10
Site internet : www.bbnous.com

10% hors promotions,
soldes et listes



Santé **LANGUEDOC MÉDICAL**

45, avenue Maréchal Foch
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.27.11.41

10% de remise sur le
magasin à l'exception
des produits déjà en
promotion et LPPR



Fleurs **ARUM & SENS**

Zone industrielle des Corbières
9 rue des romains
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.45.68.22

Remise de 10% sur les
fleurs fraîches et
plantes uniquement



Fleurs **FOULQUIER FLEURS**

4, rue Guynemert
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.27.06.26
site : www.fleuristes-et-fleurs.com

15% de réduction



Restauration **AU BON PAIN**

55, Avenue Wilson
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.58.32.63

10% de remise sur
tout le snacking /
10% de remise sur la
pâtisserie



Club Avantages

njc
Lézignan-Corbières

Restauration **LÉZI' PIZZ**

32, cours de la République
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.27.68.30

1 pizza achetée, 1
boisson offerte
3 pizzas achetées, 1
bouteille de soda
offerte
4 pizzas achetées, 1
bouteille de vin offerte



Restauration **LES PAINS DE GAUJAC**

5, rue de l'Alaric
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.33.10.35

5 % de remise sur les
pâtisseries et les
gâteaux



Restauration **MC DONALD'S LÉZIGNAN**

Un SANDWICH ou un
SUNDAE OFFERT pour
l'achat d'un menu
MAXI BEST OF au
choix,* Parmi les
sandwichs suivants :
Boîte de 4 Chicken
McNuggets,
Cheeseburger,
Hamburger, Croque
McDo

1, rue Alfred Nobel
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.33.10.92
site : www.mcdonalds.fr



Restauration **PIZZA BONICI**

2, rue Gustave Eiffel
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.70.83.02
site : www.magasins.pizzabonici.com

Menu duo 11€
Menu burger +
pâtisserie 11€



Restauration **PIZZA MATÉO**

7, rue de l'Alaric
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.33.97.53
site : www.pizzamateo-lezignancorbieres.com

10% de remise sur
tous les produits



Restauration **LE CAVEAU DU CLOS**

15, avenue des corbières
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.48.36.69
site : www.lecaveau-du-clos.com

5% aux porteurs de la
carte MJC
hors promotions en
cours



Club Avantages

njc
Lézignan-Corbrières

Matériaux **BRICO D'OC**

Rue des Garrigues
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.70.55.01
site : www.bricodoc.com

5% de remise hors promotions et gaz



Culture **ESPACE CULTUREL DES CORBIÈRES**

Avenue de Lézignan
11200 Ferrats Corbières
Tél 04.68.27.03.35
site : www.ccrclcm.fr

Tarif préférentiel sur la programmation de l'Espace Culturel proposée par la Communauté de Communes de la Région Lézignanaise Corbières et Minervois



Papeterie **PAPETERIE PRATX CALIPAGE**

Zone Industrielle de Vitrac / rue Alfred Nobel
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.27.01.35

Remise de 10% sur toute la papeterie (hors promotions) et sur les consommables compatibles
Remise de 5% sur la librairie



Optique **OPTIC 2000**

28, rue des Romains I
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.45.94.93
site : www.opticiens.optic2000.com

Remise de 20% sur les solaires
Remise de 10% sur les lentilles
40€ de réduction sur l'optique



Prêt à porter **BOUTIQUE CLÉMENTINE**

17 bis, rue Guynemer
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.27.38.10

5% de remise hors soldes



Assurance **AGENCE AXA MULERO**

38, avenue Wilson
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél 04.68.27.31.17

30€ de réduction dès 2 contrats consécutifs



Club Avantages

njc
Lézignan-Corbières

SOUTENIR LA MJC ... S'ENGAGER ...

ADHÉRENTS, USAGERS, ENTREPRISES, PARTICULIERS...

Vous engager aux côtés de la MJC, c'est :

- Participer à la pérennité des activités et actions proposées par notre association.
- Permettre aux adhérents de la MJC de s'épanouir pleinement dans des locaux fonctionnels et accueillants.
- Écrire avec nous une nouvelle page de l'histoire de la plus ancienne MJC de France.

MÉCÉNAT PARTICULIER

Tout particulier qui souhaite soutenir l'action de la MJC en effectuant un don financier se verra remettre une attestation lui permettant de récupérer 66% du montant versé à l'association en crédit d'impôt sur le revenu (exemple pour un don de 100 € l'adhérent récupèrera la somme de 66€). Si cela vous intéresse, un imprimé est à retirer à l'accueil ou à télécharger sur le site internet.

MÉCÉNAT ENTREPRISE

Les entreprises qui souhaitent faire un don à la MJC sous forme de mécénat bénéficient de contreparties (logo visible dans nos supports de communication, information de la liste des mécènes à nos adhérents et partenaires...). Les dons sont déductibles des impôts commerciaux à hauteur de 60% de la somme versée.

Et vous ? Bénévole à la MJC ?

**Envie de vous investir dans notre association ?
De partager votre passion ou vos savoir-faire ?
De donner un coup de main ?**

Faites-vous connaître et devenez bénévole à la MJC. Le bénévolat, ce n'est pas seulement se rendre utile pour les autres, c'est aussi vous enrichir humainement en vous engageant, avec d'autres, dans des actions qui ont du sens.

Vous vous impliquez à votre rythme, de façon ponctuelle ou régulière, selon vos disponibilités, goûts et passions.

INFOS PRATIQUES

Ouverture de l'accueil

En période scolaire l'accueil de la MJC est ouvert :

- Du LUNDI au VENDREDI de 9h à 19h
- Le SAMEDI de 9h à 12h

Pendant les vacances scolaires l'accueil de la MJC est ouvert :

- Du LUNDI au VENDREDI de 9h à 12h et de 14h à 18h



Tél > 04.68.27.03.34

Nous trouver ?

Si la plupart des activités se déroulent sur les deux sites de la MJC (Rue Marat et Avenue Wilson), certaines activités ont lieu dans d'autres infrastructures communales ou intercommunales

MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE (1)

25, rue Marat

ATHLÉTIC-CLUB (2)

38, avenue Wilson

HALLE AUX SPORTS

LOUIS TOURNIER (3)

36, bd Ferdinand Buisson

GYMNASSE COUBERTIN (4)

rue Kleber

SALLE LÉO LAGRANGE (5)

av. Maréchal Joffre

DOJO (6)

rue Hoche

PARCOURS VITA (7)

Pinède

LA ROUMENGUIÈRE (8)

24, av. des Genêts

PISCINE MUNICIPALE (9)

rue des Roussillous

ALSH LA LAUSETA (10)

Complexe de Gaujac

ESPACE BIEN-ÊTRE (11)

8 av. Armand Barbès

GYMNASSE LYCÉE

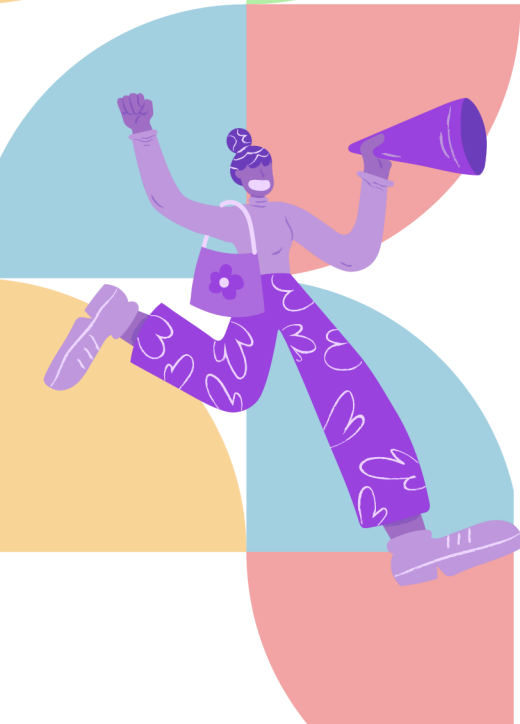
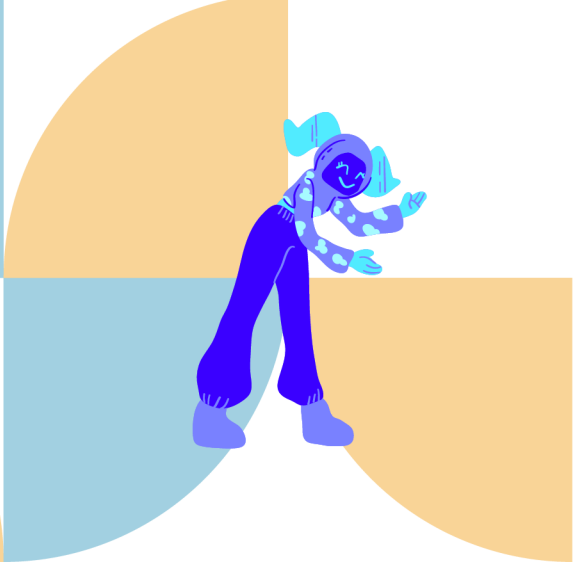
av. du Gymnase



Merci à nos partenaires



Rédaction et conception graphique de la plaquette par l'équipe de la MJC. Photos MJC et libres de droits.
Impression par l'Imprimerie De Bourg - Narbonne






mjc
Lézignan-Corbières



25, RUE MARAT
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
TÉL > 04.68.27.03.34
info@mjclezignan-corbieres.com

SUIVEZ-NOUS

-  mjclezignancorbieres
-  @mjclezignan
-  @mjc.lezignan.corbieres



www.mjc-lezignan-corbieres.com