



RAPPORT

24

25

**ORIENTATIONS
GESTION
ACTIVITÉS**



SOMMAIRE

ÉDITO

1 - NOTRE VIE ASSOCIATIVE

1.1 Nos valeurs	08
1.2 Nos affiliations & agréments.....	09
1.3 Notre fonctionnement démocratique	10
1.4 Notre projet associatif	12
1.5 Notre réseau MJC	14
1.6 Nos partenaires	17
1.7 Nos infrastructures	21
1.8 Notre communication	23

2 - NOS FINANCES

2.1 Le rapport financier	27
2.2 Le bilan financier au 31/08/2025	30
2.3 Le compte de résultat 2024/2025	31
2.4 Indicateurs financiers complémentaires	35

3 - NOS FORCES VIVES

3.1 Nos bénévoles	40
3.2 Nos salariés	42
3.3 Les intervenants externes	46
3.4 Les volontaires et stagiaires	46
3.5 Les adhérents	47

4 - LA MJC EN ACTION

4.1 Les ateliers	52
4.2 L'action culturelle.....	70
4.3 L'animation de la vie sociale	74
4.4 L'enfance & la jeunesse.....	77
4.5 Le numérique & l'innovation	82
4.6 Le tourisme social & l'accueil	86

5- L'ALMANACH 2024-2025

5.1 Septembre 2024.....	92
5.2 Octobre 2024.....	98
5.3 Novembre 2024	107
5.4 Décembre 2024.....	118
5.5 Janvier 2025	126
5.6 Février 2025	136
5.7 Mars 2025	147
5.8 Avril 2025.....	157
5.9 Mai 2025	167
5.10 Juin 2025	175
5.11 Juillet 2025	183
5.12 Août 2025	185



ÉDITO



Cette année revêt une portée toute particulière pour la MJC de Lézignan-Corbières. En 2026, notre association célèbre ses 80 ans d'existence, 80 ans d'engagement, de rencontres, de transmission et d'Éducation Populaire au service de toutes et tous.

Cet anniversaire n'est pas seulement un jalon historique : il est l'occasion de rappeler la force d'un projet collectif qui, depuis quatre générations, continue d'évoluer avec son territoire tout en restant fidèle à ses valeurs fondatrices.

Au fil des décennies, la MJC a accueilli, accompagné et fait grandir des milliers de Lézignanaises et de Lézignanais, offrant un espace où se construire, expérimenter, débattre, créer et s'émanciper.

Aujourd'hui encore, dans un monde en mutation rapide, notre rôle reste essentiel : permettre à chacun d'être acteur de sa vie, de sa ville, et contribuer au bien commun.

Cette année-anniversaire nous invite donc à regarder avec lucidité le chemin parcouru, mais aussi à affirmer avec conviction les orientations qui guideront notre action dans les années à venir. Car, si 80 ans témoignent de la solidité de notre association, ils nous rappellent également la nécessité de continuer à nous renouveler, à innover et à rester au plus près des besoins de la population.

Ce rapport moral se veut ainsi à la fois un moment de mémoire, de reconnaissance envers les bénévoles, les salariés, les partenaires et les adhérents, et un moment de projection vers l'avenir. Il porte l'ambition d'une MJC toujours ouverte, inclusive, vivante et profondément attachée aux principes de l'Éducation Populaire : la participation, la citoyenneté, la culture pour tous et l'émancipation individuelle aussi bien que collective.

Une riche vie associative ponctuée par des engagements solidaires et citoyens ...

La saison 2024-2025 a été marquée par une activité intense et une forte mobilisation des adhérents, des bénévoles et des salariés. Dès septembre, la MJC a lancé sa 79^e saison qui s'est terminée avec un nombre record de 2 148 adhérents, un niveau jamais atteint. Cette dynamique s'explique par l'engagement constant de l'équipe et par l'élargissement des propositions : 92 clubs et ateliers, dont de nombreuses nouveautés. Les grands axes portés par la MJC ont été confirmés : vivre-ensemble, intergénération, ouverture culturelle et sportive.

2025 a également vu le début du chantier de notre prochain projet associatif, construit dans une démarche participative : bilan du projet précédent, ateliers, boîte à idées, questionnaires, contributions diverses. Celui-ci aboutira fin 2026 sur un plan d'actions pour les 5 années à venir.

La saison écoulée a mis en lumière la dimension profondément solidaire de la MJC. La mobilisation autour du Téléthon a atteint un niveau historique, grâce à l'implication conjointe des bénévoles, des adhérents et des familles. Dans la même dynamique, l'association a renforcé son engagement en faveur de l'inclusion par un accueil régulier des personnes en situation de handicap au sein de nos animations, de nos activités et de nos projets. Expérimenter de nouvelles pratiques, développer l'autonomie, s'exprimer à travers des créations personnelles et collaborer avec d'autres publics, ont favorisé la compréhension mutuelle et permis de dépasser les représentations parfois limitantes sur le handicap.

L'Espace de Vie Sociale de la MJC joue un rôle essentiel en créant du lien social au quotidien, en offrant à tous des espaces de rencontre, d'entraide et de participation. En parallèle, la MJC a multiplié des actions citoyennes, notamment via le Parcours Citoyen proposé par la municipalité.

Face aux enjeux environnementaux, la MJC a participé activement au reboisement de la pinède. La solidarité s'est aussi exprimée à travers l'accueil d'urgence de 150 sinistrés lors des incendies des Corbières : hébergement, restauration et animations afin de leur offrir réconfort et soutien moral.

Une dynamique culturelle forte ...

En 2024/2025, le pôle culturel s'est affirmé comme un pilier central de l'activité de la MJC. Au cours de la saison, notre association a déployé une programmation culturelle particulièrement riche, marquée par une diversité de formats et un fort engagement des publics. Le Week-end chantant "Corbières en Chœur" a rassemblé près de 150 choristes venus de toute l'Occitanie, illustrant la vitalité du chant choral sur le territoire. Les différentes expositions présentées (URBEX, art aborigène, aquarelles, ...) enrichies par des lectures du Café Poésie ont suscité un vif intérêt.

La deuxième édition des Rencontres Chorégraphiques a, quant à elle, confirmé l'importance de la danse dans la vie de la MJC : soirée chorégraphique, battle, masterclass ...ont rythmé plusieurs semaines, mêlant pratiques amateurs et interventions professionnelles.

La Micro Folie a poursuivi son essor, trois ans après son inauguration. Elle a accueilli un public diversifié grâce à une offre articulant visites thématiques, ateliers créatifs, retransmissions de spectacles... Des milliers de visiteurs ont profité de cet équipement depuis son ouverture, dont de nombreux scolaires, confirmant la forte dimension éducative du dispositif.

Un pôle numérique d'excellence :

Le pôle numérique de la MJC s'impose désormais comme une référence sur notre territoire. Le Fablab a intensifié et diversifié ses activités vers le plus grand nombre. Avec sa philosophie du « faire soi-même », il favorise l'autonomie et s'inscrit dans une visée écologique.

Dans le même esprit nous avons initié une démarche de sensibilisation à un usage éthique du numérique à travers l'utilisation de logiciels libres.

En parallèle, le Fablab a renforcé son offre de formations, allant de l'initiation aux machines à commandes numériques jusqu'à des modules plus avancés pour ceux souhaitant développer leurs compétences techniques. Ces temps d'apprentissage ont attiré un public varié, jeunes et adultes en quête de nouvelles pratiques.

En 2025, la MJC a également accueilli un séminaire régional sur le "Numérique pour l'Éducation des Jeunes". Près de 100 professionnels ont débattu des enjeux de l'éducation aux médias, de la lutte contre le harcèlement et des innovations éducatives.

C'est pourquoi nous ne pouvons ignorer les bouleversements qu'apporte déjà l'intelligence artificielle, à la fois une opportunité et un défi pour les associations. L'IA peut faciliter la gestion quotidienne, la communication ou aider à l'analyse des activités. Cependant, son utilisation nécessite accompagnement, vigilance accrue et réflexion éthique. Pour une association d'Éducation Populaire, l'enjeu est de tirer parti de l'IA tout en préservant la dimension humaine et le lien social. Elle peut devenir un levier d'innovation et nous allons, dans les mois à venir, déployer une stratégie et des actions pour relever en conscience cet immense défi.

L'enfance et la jeunesse, au cœur de notre projet

L'Espace Jeunes, le Centre de Loisirs « La Lauseta », les clubs d'activités, les projets citoyens, les séjours, les actions hors les murs, la Coopérative Jeunesse de Service et le Point Infos Jeunes, ont offert à des centaines de jeunes un espace pour grandir, s'exprimer et s'engager.

À travers ces multiples actions, la MJC affirme une conviction profonde : la jeunesse n'est pas seulement un public parmi d'autres, elle est le cœur battant de notre projet associatif, la raison même pour laquelle nous innovons, expérimentons et réinventons nos pratiques.

Depuis toujours, notre MJC porte l'idée que l'enfance et la jeunesse doivent pouvoir évoluer dans des environnements où la confiance, la créativité et la citoyenneté sont cultivées au quotidien.

Chaque activité, chaque rencontre visent à offrir aux jeunes un cadre sécurisant pour qu'ils découvrent leurs talents, dépassent leurs limites, apprennent à coopérer et développent leur esprit critique. Nous savons que c'est entre l'enfance et l'âge adulte que se construisent les repères, les valeurs et les capacités d'agir qui forgeront les citoyens de demain. C'est pourquoi nous plaçons ces âges de la vie au centre de nos priorités éducatives. Nous croyons résolument que la jeunesse n'a pas seulement besoin d'être encadrée ; elle a besoin d'être écoutée, considérée et pleinement associée aux décisions qui la concernent.

En investissant dans ce secteur, nous investissons dans l'avenir de notre ville. Cette mission est le fondement de l'Éducation Populaire et demeure, plus que jamais, l'une des forces et des fiertés de notre MJC.

De vives inquiétudes pour les finances associatives

Les associations, véritables piliers de la cohésion sociale, traversent aujourd'hui une période d'extrême fragilité financière. Cette situation, déjà préoccupante, depuis plusieurs années, s'est encore dégradée sous l'effet conjugué de la baisse des subventions publiques, de la disparition progressive des dispositifs d'aide à l'emploi, ainsi que de l'arrêt de programmes nationaux tels que les Colos apprenantes ou de la réduction de certains dispositifs comme le Pass'Sport. Ces coupes fragilisent durablement un secteur pourtant essentiel.

Malgré leur utilité incontestable et leur ancrage territorial, de nombreuses structures sont aujourd'hui contraintes de réduire leurs actions, de suspendre des projets, voire de renoncer à certaines activités pourtant indispensables aux habitants.

Notre Maison des Jeunes et de la Culture n'échappe malheureusement pas à ce contexte difficile. Comme vous le constaterez dans les bilans financiers, nous devons faire face à des tensions qui exigent une réaction rapide et des choix structurants pour permettre à notre association de traverser ces épreuves et de poursuivre sa mission au service de tous.



Nous aurons besoin, plus que jamais, d'un soutien renforcé de la part de nos partenaires financiers, afin de préserver nos actions, notre utilité sociale et notre capacité à répondre aux besoins du territoire.

Des femmes et des hommes qui font battre le cœur de la MJC

Nous tenons à exprimer notre profonde gratitude à l'ensemble des bénévoles et des salariés qui s'impliquent au quotidien pour faire vivre notre association. Leur engagement, leur énergie et leur sens du collectif sont le moteur essentiel de nos actions. Grâce à eux, nos projets prennent forme, nos idées se concrétisent et nos valeurs trouvent un ancrage réel sur le territoire.

Les salariés, par leur professionnalisme, leur créativité et leur capacité d'adaptation, garantissent la qualité et la continuité des activités proposées aux habitants.

Les bénévoles, par leur disponibilité, leur générosité et leur passion, apportent une richesse irremplaçable : celle du don de soi, du partage et de l'entraide.

En 2025, la MJC a perdu l'un de ses bénévoles historiques : André « Dédé » CASTEL, Lézignanais de cœur et de naissance, qui s'est éteint à l'âge de 87 ans.

Disquaire de métier, il a grandi dans un environnement où la culture et la musique occupaient une place centrale. Cette passion l'a conduit à s'investir très tôt dans la MJC, qu'il rejoint en 1958. Musicien autodidacte et véritable passeur culturel, il anima durant des décennies des soirées d'écoute musicale et développa des projets innovants pour l'époque : introduction du jazz à la MJC, mise en place d'activités artistiques variées (peinture, photo, théâtre). Dédé fut également l'animateur emblématique des sessions internationales "Découvrir la France", permettant à des étudiants du monde entier de découvrir Paris et l'Aude. Dans les années 2000, il créa le club "Découverte du Patrimoine", toujours actif aujourd'hui. Artiste polyvalent et malgré un handicap visuel important, il a su dépasser les obstacles et transmettre son regard sensible sur le monde. Administrateur de la MJC de 1960 à 2019, il fut nommé membre d'honneur en 2020. Son engagement exceptionnel a profondément marqué l'histoire de notre association. La MJC gardera de Dédé l'image d'un homme généreux, passionné et profondément attaché à sa ville.

Vous le voyez, bénévoles et salariés forment une équipe solidaire et fortement investie dans les missions de notre MJC. Nous leur adressons un immense merci pour leur travail, leur présence et leur confiance. Sans eux, rien de ce que nous accomplissons ne serait possible.

L'année 2026 sera, sans aucun doute pour nous, une année ô combien difficile mais une année exceptionnelle : Il n'est pas donné à toutes les associations de célébrer 80 ans d'histoire, 80 années d'engagement, d'innovation, d'Éducation Populaire. Cet anniversaire est l'occasion de regarder avec fierté le chemin parcouru, d'honorer les bénévoles, les animateurs, les administrateurs, les partenaires et les milliers d'adhérents qui ont façonné cette maison au fil des décennies. Nous célébrons ces 80 ans non pas comme une page qui se tourne, mais comme une transition, une invitation à inventer, ensemble, la MJC du XXI^e siècle. Les événements que nous organisons tout au long de l'année rappellent combien la MJC occupe une place singulière : un lieu de rencontre, d'expression, de transmission, un espace pour rêver, créer, apprendre, expérimenter et s'émanciper.

À travers le film-rétrospective et l'exposition permanente, nous vous invitons à vous replonger dans ce passé prestigieux où chacune et chacun trouvera une émotion à raviver, un instant partagé, une part de son histoire, un visage familier, un écho de ces générations qui ont fait et font battre le cœur de la MJC.

Merci à toutes et tous pour votre implication et votre soutien et bon anniversaire à la MJC !

Merci Dédé...



24
25

LA VIE ASSOCIATIVE

Au sortir de la Seconde Guerre mondiale, alors que la vie associative renaît et se développe partout en France, Lézignan-Corbières s'inscrit pleinement dans cet élan.

Après une première année d'expérimentations et de tâtonnements, la Maison des Jeunes et de la Culture de Lézignan-Corbières est officiellement fondée le 6 août 1946.

Depuis cette date, notre Maison n'a jamais cessé d'exister. Cette continuité ininterrompue fait aujourd'hui sa fierté : elle est la MJC en activité la plus ancienne de France, forte de huit décennies d'engagement au service de la jeunesse, de la culture et du vivre-ensemble.

1.1 | NOS VALEURS

Notre longévité exemplaire nous la devons aux équipes de bénévoles et de professionnels qui se sont succédées pour faire vivre l'Éducation Populaire sur ce territoire en étant fidèle à nos valeurs qu'il est bon de rappeler :



Notre vocation

Afin que chacun participe à la construction d'une société plus solidaire et responsable, la M.J.C. de Lézignan-Corbières a pour vocation de :

- Favoriser l'autonomie et l'épanouissement des personnes,
- Permettre à tous d'accéder à l'éducation, au numérique, au sport, au loisir et à la culture,
- Contribuer à l'animation et au renforcement du lien social sur le territoire.



Nos moyens

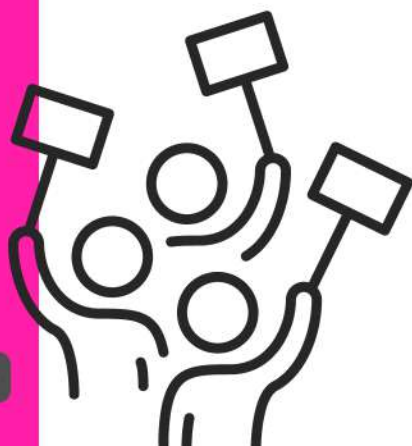
À l'écoute de la population, la M.J.C. participe au développement local en agissant en partenariat avec les collectivités territoriales et les institutions publiques, mais aussi à travers des coopérations diverses non limitatives au service du projet M.J.C. Pour mettre en œuvre sa mission, la M.J.C. structure un modèle socio-économique qui repose sur deux leviers majeurs pour piloter le projet :

- un levier humain qui se traduit par la participation active de bénévoles (adhérents et habitants) au fonctionnement de l'association ou / et à la réalisation d'actions diverses, avec l'appui de professionnels prestataires, salariés ou affectés.
- un levier financier et matériel qui se traduit par le développement de partenariats constructifs, notamment avec les collectivités territoriales ou institutions (mise à disposition d'installations diverses ou d'équipements, subventions, conventions d'objectifs, ...) ainsi que d'autres modes de financement qui contribuent à la viabilité économique de la structure (cotisations, revenus d'activités annexes, sponsoring et mécénat...).



Nos missions

La MJC est ouverte à tous, sans discrimination, permettant une relation conviviale entre les participants. Respectueuse des convictions personnelles, elle s'interdit toute attache avec un parti, un mouvement politique ou idéologique, une confession. La M.J.C. respecte le pluralisme des idées et le principe de laïcité mis en avant dans les valeurs républicaines. La démocratie se vivant au quotidien, la M.J.C. a pour mission d'animer des lieux d'expérimentation et d'innovation sociale répondant aux attentes des habitants et aux enjeux du territoire et de la société. De telles actions, de tels services encouragent l'initiative, la prise de responsabilité, une pratique citoyenne et la co-construction de partenariats. La M.J.C. favorise le transfert des savoirs et des expériences entre générations. Les actions en direction des jeunes et avec eux sont une part importante de sa mission.



1.2 | NOS AFFILIATIONS & AGREMENTS

Tout au long de son existence, une association doit effectuer un certain nombre de formalités déclaratives, qu'il s'agisse de la déclaration de création, des modifications des dirigeants... Ces formalités sont prévues par la loi du 1er juillet 1901 et son décret d'application du 16 août 1901.

L'agrément est la reconnaissance, par une autorité, de l'engagement d'une association dans un domaine particulier

Agrément ÉDUCATION POPULAIRE

L'agrément ÉDUCATION POPULAIRE est délivré par le Ministère de l'Éducation et de la Jeunesse. Depuis sa création en 1946, la M.J.C. dispose de l'agrément « Éducation Populaire ». Au travers de cet agrément, le Ministère reconnaît comme partenaire particulier et privilégié les associations qu'il souhaite aider et qui s'engagent à respecter un certain nombre de critères :

- l'existence et le respect de dispositions statutaires garantissant la liberté de conscience,
- le respect du principe de non-discrimination,
- un fonctionnement démocratique,
- la transparence de leur gestion,
- l'égal accès des hommes et des femmes et l'accès des jeunes à leurs instances dirigeantes.

L'agrément revêt par ailleurs un caractère valorisant : c'est un label de qualité qui reconnaît la valeur éducative de l'association.

Agrément ACM

Nos locaux sont agréés par la Préfecture de l'Aude pour l'accueil et l'hébergement de mineurs. Cela nous permet de recevoir les différents accueils

collectifs de mineurs au sein de notre établissement, aussi bien pour la pratique d'activités (Accueil de Jeunes - Accueil de Loisirs), que pour l'hébergement au sein du Centre International de Séjour.

Agrément SPORT

L'agrément SPORT est attribué par le Ministère des Sports qui apprécie la qualité de l'intervention de l'association dans le domaine du sport.

Les critères de l'agrément sont fondés sur la vie démocratique des instances, la gestion désintéressée, l'égal accès des femmes et des hommes à ses instances dirigeantes, la capacité d'autonomie financière et l'assurance de la pérennisation de l'activité.

En outre, les services veillent à ce que l'association soit en conformité avec le code du sport, en particulier sur l'obligation de déclaration d'établissement d'A.P.S. (la M.J.C. dispose de cet agrément pour le site central et le site de l'Athlétic-Club).

Affiliations aux FÉDÉRATIONS SPORTIVES

L'affiliation de la majorité de nos activités sportives à une fédération résulte d'un choix politique affirmé de notre Conseil d'Administration. Ce positionnement nous offre plusieurs avantages essentiels : il nous permet de participer pleinement à la vie fédérale – notamment à travers les formations –, de délivrer des licences et de nous engager officiellement en compétition. Pour la saison 2024/2025, notre Maison était affiliée à 11 fédérations sportives, témoignant de la diversité et du dynamisme de nos pratiques. Cette année-là a également vu l'arrivée d'une nouvelle affiliation, celle à la Fédération Française de Montagne et d'Escalade, élargissant encore les possibilités d'activités et d'accompagnement pour nos adhérents.



1.3 | VIE DÉMOCRATIQUE

Nos statuts et notre règlement intérieur précisent le fonctionnement démocratique de notre association. Voici en rappel les instances principales qui nous permettent de faire fonctionner la M.J.C. :

L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE (A.G.)

L'Assemblée Générale est composée des adhérents et se réunit une fois par an. Temps fort de la vie associative, elle a lieu, tous les ans. C'est l'occasion de réfléchir ensemble à l'action de la M.J.C. 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. Lors de l'Assemblée Générale a lieu également l'élection des membres du Conseil d'Administration (C.A.). Il faut avoir 16 ans pour voter en A.G.

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION (C.A.)

Composé de 24 membres élus par et parmi les adhérents lors de la période de l'Assemblée Générale, le Conseil d'Administration (C.A.) se réunit au minimum 3 fois par an. C'est lui qui prend toutes les décisions utiles à la marche de la Maison. Il assure les contacts extérieurs et veille au respect des statuts et des principes démocratiques dans la vie de la M.J.C. Les administrateurs sont élus pour un mandat de trois ans et renouvelables par tiers (huit postes tous les ans). Ils peuvent se représenter. Il faut avoir minimum 16 ans pour déposer sa candidature et être adhérent-e à l'association depuis deux saisons (la saison en cours et la saison précédente). Les Fédérations Départementale et Régionale sont membres de droit du C.A. avec voix délibératives. La Mairie, la Communauté des Communes, les Conseillers Départementaux du canton et la CAF sont membres partenaires du C.A. sans voix délibérative. La direction et deux représentants du personnel sont membres techniques du C.A. sans voix délibérative.

LE BUREAU EXÉCUTIF (B.E.)

Le Bureau Exécutif (B.E.), élu par les administrateurs, se réunit 2 à 3 fois par mois et assure aux côtés du Directeur et du personnel le fonctionnement quotidien de la M.J.C. Le Bureau Exécutif se compose du président, des vice-présidents, du trésorier et de son adjoint, du secrétaire et de son adjoint et d'autres membres. Les membres du bureau sont des administrateurs qui ont été élus au C.A. par l'Assemblée Générale



En 2024/2025 nous avons organisé
1 A.G.
3 C.A.
25 B.E.

EN SAVOIR



CONSULTEZ LES COMPTES-RENDUS DES A.G. PRÉCÉDENTES
 CONSULTEZ LES RÉSULTATS DES ÉLECTIONS DES MEMBRES
 CONSULTEZ LES STATUTS ET LE RÈGLEMENT INTÉRIEUR





Le CONSEIL d'ACTIVITÉS

Le Conseil d'Activités rassemble l'ensemble des responsables ou référents des clubs et sections de la MJC, des administrateurs, ainsi que des adhérents particulièrement investis dans la vie des activités. Il se réunit sous la responsabilité du Directeur. Ses missions principales sont de :

- Favoriser les rencontres et les échanges inter-activités, afin de renforcer la cohérence et la dynamique collective.
- Affirmer l'identité et les valeurs de la MJC, en veillant à la cohésion entre les projets et les actions menées.
- Développer la convivialité entre les adhérents, en encourageant la participation et l'implication de chacun.
- Préparer les temps forts de l'année, tels que la Journée Portes Ouvertes de rentrée ou les animations de fin de saison.

Le Conseil d'Activités est convoqué au minimum une fois par an, généralement en début de saison.

Les GROUPES RÉFLEXION, ACTIONS, PROJETS

Nous avons souhaité dépoussiérer le fonctionnement traditionnel des commissions en les transformant en groupes de travail, groupes de projets ou groupes d'actions. L'objectif est de rendre ces espaces plus dynamiques, plus ouverts et davantage orientés vers la réalisation concrète. Certains de ces groupes ne sont plus réservés uniquement aux membres du Conseil d'Administration : d'autres volontaires peuvent désormais s'y associer et contribuer aux réflexions comme aux projets de l'association. Cela inclut notamment :

- les professionnels techniciens,
- mais aussi toute personne susceptible d'apporter un éclairage, des compétences ou des connaissances utiles,
- en donnant bénévolement un peu de son temps.

Cette ouverture permet d'enrichir les travaux, de diversifier les points de vue et de renforcer la participation citoyenne au sein de l'association.

Organisation
LEZARTS en Fête

Sponsoring
& mécénat

Club avantage
adhérents

Téléthon

Résidence
Habitat Jeunes

Expositions

Adaptation
hébergement CIS

Restaurant
associatif

Rédaction
d'articles gazette

Relecture
& corrections

Transition
écologique

Espace bar
Lieu de vie

Suivi EVS

Diffusion externe
communication

Programmation
culturelle &
animation

Organisation AG

Actions
Hors les Murs

Olympiades et
événements sportifs

Sport et santé

Rencontres
chorégraphiques

Veille sur
textes administratifs

Numérique
et innovation

80 ans
de la MJC

1.4 | PROJET ASSOCIATIF

Le projet associatif, c'est quoi ?

- Il précise les objectifs, les missions et les moyens à mobiliser
- Un outil indispensable de management et de communication
- Un document fédérateur servant de référence dans l'association
- Le fruit d'un travail collectif et partagé

1

ANIMATION LOCALE VIE SOCIALE / PARENTALITÉ

- Accompagner les initiatives et inciter l'expression des habitants.
- Renforcer les solidarités entre les habitants et entre les générations.
- Soutenir la fonction parentale.
- Créer du lien social.

2

VIE ASSOCIATIVE

- Accroître la démocratie dans nos instances
- Favoriser la prise de responsabilité au sein de l'association
- Être plus proche de nos adhérents
- Attirer de nouveaux bénévoles

3

ENFANCE & JEUNESSE

- Replacer la jeunesse au cœur de la politique de l'association.
- Capter les adolescents qui ne fréquentent pas la MJC.
- Devenir la structure de référence des jeunes sur le territoire.
- Proposer une coopérative Jeunesse de Service

4

TOURISME SOCIAL

- Rendre le tourisme accessible à tous.
- Proposer des services de proximité.
- Soutenir le tourisme solidaire.
- Promouvoir l'écocitoyenneté.

Elaboration du nouveau projet associatif



Tous les 5 ans, la MJC mobilise ses forces vives pour élaborer son projet associatif.

L'élaboration de ce document stratégique qui fixe le cap à moyen terme est l'occasion de prendre du recul, d'analyser nos forces et nos faiblesses, de prendre en compte l'évolution des besoins mais aussi d'affirmer nos priorités et nos valeurs. Il s'appuie sur une large participation et consultation des adhérents, des bénévoles, des partenaires et de la population.

2020-2025

5

NUMÉRIQUE ET ACCÈS AUX DROITS

- Formaliser le rôle de Tiers-Lieu qu'est la MJC, créer un Fablab,
- Favoriser l'éducation et l'inclusion numériques des habitants
- Faciliter le développement d'activités relevant du champ de l'économie sociale et solidaire, espace de coworking



6

COMMUNICATION INTERNE & EXTERNE

- Accroître sa notoriété et faire évoluer son image vers plus d'efficacité, plus de transparence, plus de proximité, plus d'attrance.
- Développer les partenariats.
- Capturer de nouveaux publics.
- Valoriser les responsables, les adhérents et les usagers



7

CLUBS & SECTIONS

- Proposer des nouvelles activités en adéquation avec les besoins des habitants et l'évolution du territoire.
- Améliorer la qualité pédagogique et la sécurité de nos activités.
- Aller à la rencontre des nouveaux habitants.
- Veiller à la proposition d'une offre de loisirs et d'activités variées
- Développer le Sport-Santé



8

ACTION CULTURELLE

- Valoriser les créations artistiques et culturelles des adhérents aussi bien à la MJC que hors les murs.
- Développer l'accès à la diversité des cultures, des savoirs, des arts et des pratiques artistiques.
- Favoriser les animations et projets artistiques ou culturels innovants.

La participation pour l'élaboration du projet associatif 2025 - 2030 a été engagée en mars 2025. Elle a fait l'objet de plusieurs réunions, notamment sur le bilan 2020-2025. Elle se poursuivra jusqu'en décembre 2026. Le nouveau projet entrera en vigueur en 2027.

La réflexion s'appuie sur trois axes :

- Image & communication.
- Champs d'intervention & activités.
- Organisation, engagement & vie associative.



1.5 | LE RÉSEAU MJC

Les statuts de la MJC de Lézignan-Corbières, s'accordent aux principes et règles du mouvement fédéré « M.J.C. DE FRANCE », en référence et en cohérence avec la Déclaration des Principes des Maisons des Jeunes et de la Culture de France. Ce respect nous permet d'être affiliée à la Fédération Régionale des Maisons des Jeunes et de la Culture d'Occitanie. Cette affiliation comprend, de fait, une participation à la dynamique de la Fédération Départementale des M.J.C. de l'Aude. Dans le cadre de ces liens d'adhésion à un même mouvement confédéré, intégrant tous les échelons du local au national, les fédérations seront, selon leurs compétences et moyens respectifs, aux côtés de la M.J.C. chaque fois que nécessaire.



MJC DE FRANCE, le réseau national ...

La Confédération des MJC de France a été constituée en 1994, à l'initiative de fédérations régionales qui se reconnaissent dans des valeurs identiques. Tête de réseau, force de réflexion et centre de ressources, la C.M.J.C.F. porte les orientations stratégiques communes, aide les associations affiliées à partager leurs pratiques et, ainsi, à mieux identifier les nouveaux besoins de leurs différents publics. Elle les soutient et les accompagne dans la construction et la réalisation de projets éducatifs, sociaux et culturels qu'elles construisent au plus près des habitantes et habitants, dans une perspective de développement local.

Fonctionnant en réseau, la C.M.J.C.F. organise les échanges de savoir-faire entre toutes les structures. Son propre projet se nourrit des idées, expériences et besoins de toutes les M.J.C. et associations locales. Il y a 4 ans la C.M.J.C.F. et la F.F.M.J.C. (l'autre réseau national des MJC), ont repris un dialogue depuis longtemps interrompu. En septembre 2020, la F.F.M.J.C. reconnaît en A.G. son impossibilité à poursuivre ses activités et ses membres votent dans la foulée deux motions d'importance qui incitent leurs MJC adhérentes à poursuivre une démarche de convergence vers un réseau commun de M.J.C. Dans la suite, une Association Inter-Régionale des M.J.C. (AIR MJC), composée des organisations volontaires se crée, afin d'assurer la transmission du patrimoine immatériel de la F.F.M.J.C. et de représenter le réseau dans le dialogue avec la C.M.J.C.F.

Ainsi, les deux réseaux fédéraux poursuivent en 2021 la construction de leur intention commune : que les M.J.C. implantées dans les régions de France convergent, dans leur diversité, vers une seule tête de réseau. Un point d'étape important dans cette dynamique : le Rassemblement des 1000 M.J.C, en novembre 2021, qui a permis d'affirmer les enjeux clés et les ambitions communes. Ce rassemblement s'est déroulé à Port Leucate, notre maison y était

Les 1000 MJC de France ne forment plus qu'un seul réseau "MJC de France" est né en 2022 et représente aujourd'hui



LA DÉCLARATION DE « MJC DE FRANCE »

Nous, représentantes et représentants des seize réseaux régionaux regroupant les 1000 MJC* de France, réunis à Nancy le 30 avril 2022, affirmons notre volonté de construire un nouvel espace confédéral commun afin de porter l'ambition de l'ensemble du réseau face aux défis qui se posent en matière de jeunesse, de culture, de citoyenneté et de vie sociale et associative.
MJC de France, l'éduc'pop en mouvement!

Notre ambition : répondre aux enjeux du XXIe siècle

- Favoriser l'autonomie, l'émancipation, l'épanouissement et la prise de responsabilités des personnes pour participer à la construction d'une société plus solidaire par l'éducation et la culture,
- Viser à ce que toutes et tous deviennent des citoyens actifs et responsables d'une communauté vivante,
- Promouvoir les initiatives et actions avec et pour les jeunes,
- Animer des lieux d'expérimentation, d'innovations sociales et de pratiques citoyennes propres à faire vivre les valeurs de la République,
- Respecter le pluralisme des idées sans attache à un parti, un mouvement politique ou syndical, une confession,
- Garantir le principe de laïcité,
- Encourager le dialogue et le débat dans le respect des convictions personnelles,
- Agir pour la reconnaissance et la promotion des droits culturels des personnes,
- Lutter contre toute forme de discrimination.

Les Maisons des Jeunes et de la Culture* au plus près des citoyens et des citoyennes

Installées au cœur de la cité, dans les villes, les Maisons des Jeunes et de la Culture et associations locales tissent jour après jour, par les actions qu'elles mènent avec les habitants, les jeunes, les associations, les collectivités locales et les institutions, le lien social indispensable au bien vivre ensemble, y compris là où il est fragilisé ou parfois brisé.
Bâties sur des valeurs républicaines, d'éducation populaire, sur les principes de la laïcité, de solidarité, de tolérance et de responsabilité, les MJC intègrent les attentes d'une société en évolution constante.

Au cœur de leur projet, elles privilégient l'émancipation individuelle et collective de la personne par l'éducation et le travail culturel, afin que chacune et chacun dispose des moyens d'exercer pleinement sa citoyenneté et participe à la construction d'une société plus solidaire.

Les MJC et structures associées au réseau sont des associations locales autonomes, gérées par des bénévoles, soutenues, quand c'est possible, par des professionnels et des volontaires. Simultanément elles se reconnaissent appartenir à un réseau commun, et elles s'inscrivent dans les principes de l'éducation populaire. Elles défendent un développement humain respectueux de l'environnement et attentif aux besoins des générations futures.

Le choix d'une structuration régionale

Au-delà de partager une ambition commune, les MJC de France ont choisi de se structurer en réseau régional et national pour porter plus loin leurs voix et leur volonté de construire une société plus juste et plus solidaire, respectueuse de la dignité de chaque individu.

Parce qu'elles partagent les mêmes valeurs et qu'elles respectent une commune déontologie, les Fédérations et associations à vocation régionale animent leur réseau de MJC et d'associations locales et départementales, encouragent le développement d'actions communes et proposent des services adaptés aux besoins et attentes de leurs membres, les MJC et associations locales adhérentes.

Elles s'engagent, par l'action des membres du réseau régional, à pratiquer un fonctionnement démocratique, susciter le débat d'idées, favoriser la créativité et l'expérimentation. Dans leurs instances de gouvernance, elles recherchent le renouvellement des membres, la mixité de genre, et une présence renforcée de jeunes.

- Les têtes de réseau régional :
- sont les garantes du respect des principes de la présente déclaration et du préambule des statuts de MJC de France,
 - assurent une liaison permanente entre les MJC, les associations locales et départementales,
 - représentent les MJC auprès de toutes les instances privées ou publiques sur leurs territoires en lien avec les unions ou fédérations départementales ou locales,
 - participent à faire reconnaître l'identité des MJC sans définir un modèle standard mais en tenant compte de leurs singularités,
 - développent et dynamisent le réseau des MJC de leur territoire régional,
 - animent des espaces de réflexion et d'échanges utiles au renforcement des projets des MJC et aux dynamiques d'innovation,
 - promeuvent les actions d'utilité sociale,
 - apportent une aide technique, méthodologique et administrative à toutes les MJC et associations locales et départementales affiliées de leurs territoires.

Une tête de réseau national renouvelée et réaffirmée

Repères historiques

- 1944 : Au cœur de la libération, la République des Jeunes est fondée à Lyon.
- 1948 : Création de la Fédération Française des Maisons des Jeunes et de la Culture (FFMJC) sous la présidence d'André Philipp.
- 1969 : Préfigurant la décentralisation, plusieurs fédérations créent l'Union des Fédérations Régionales des MJC (UNIREG).
- 1992 : Pour un exercice décentralisé et autonome de leurs responsabilités, d'autres fédérations régionales quittent à leur tour la FFMJC et s'associent au sein de l'AREGES-MJC.
- 1994 : Les Fédérations et unions régionales membres de l'AREGES-MJC et de l'UNIREG signent la Déclaration des Principes à Toulouse et créent la Confédération des MJC (CMJCF).
- 1999 : L'AREGES-MJC et l'UNIREG fusionnent au sein de la Confédération des MJC de France.
- 2021 : La FFMJC cesse ses activités. Les fédérations régionales membres de la FFMJC créent AIR MJC et entament un rapprochement avec la CMJCF.
- 2022 : L'Assemblée générale extraordinaire de la CMJCF valide la modification de ses statuts. La CMJCF devient MJC de France.

Nous, représentantes et représentants des seize réseaux régionaux regroupant les 1000 MJC de France affirmons que la tête de réseau national est indispensable aux MJC. Nous défendons le choix d'une tête de réseau national sous la forme d'une confédération constituée d'entités régionales, MJC de France.

Ces entités régionales sont les interlocutrices privilégiées de la tête de réseau national ; elles y participent activement et contribuent à son fonctionnement.

La tête de réseau national met en valeur, fait entendre et percevoir ce que le réseau, dans toutes ses dimensions, porte comme ambitions, comme capacité d'actions et d'innovations pour la nécessaire transformation sociale sur l'ensemble du territoire.

- A ce titre :
- elle poursuit l'ambition de contribuer à la co-construction des politiques publiques nationales dans les champs de la jeunesse, de la culture, de la citoyenneté, de la vie associative et de la transition écologique notamment,
 - elle porte aussi les besoins et les attentes des MJC et leurs réseaux régionaux s'agissant des moyens publics indispensables à la mise en œuvre de leurs projets,
 - elle occupe une place cruciale dans le soutien et l'accompagnement du réseau des MJC, par la mise en commun par les structures régionales de moyens d'ingénierie et d'animation directement au service des actions conduites par les MJC et structures associées,
 - elle contribue à faire circuler et valoriser les expérimentations et recherches nécessaires pour permettre au réseau de s'adapter en permanence aux transformations de l'environnement et des territoires.

Définir ensemble les orientations stratégiques

Dans la continuité des engagements pris lors du rassemblement de Port-Leucate de novembre 2021 et en préparation de l'Assemblée générale ordinaire du 11 juin 2022, nous poursuivons l'élaboration commune d'une feuille de route définissant les objectifs à court, moyen et long terme pour le réseau des 1000 MJC de France et les moyens à mobiliser pour y parvenir.

Face au déficit démocratique, à l'abstention grandissante lors des élections, face à la perte des repères sociaux, face au manque d'engagement au service du collectif, face à toutes les formes de discrimination, face au manque de reconnaissance, à la précarité grandissante que beaucoup subissent, particulièrement les jeunes, face à l'enjeu vital de la transition écologique, les MJC s'organisent pour agir et contribuer, dans le cadre des politiques publiques et de leurs propres projets, à construire des réponses éducatives, citoyennes et concrètes.

* L'appellation MJC recouvre différentes structures associatives partageant les mêmes valeurs : Maison pour Tous, de quartier, de Loisirs et de la Culture, de la Vie Citoyenne, Centre d'animation, rural, socioéducatif, Foyer de Jeunes, Espace culturel, OCAL, Forum, etc.

FRMJC CHAMPAGNE-ARDENNE
Jean-Paul HUBERT

FRMJC CENTRE VAL DE LOIRE
Jean-Jacques BEUILHON

FRMJC N.A. Marc LOUVAUD

FRMJC ALSACE
Eliwan FESK

FRMJC AuRA Marie GAZANVOL

FRMJC Méditerranée
André BINEL

FRMJC Bourgogne-Franche-Comté
Pascal VAN

FRMJC Île de France
Carole SPRANG

FRMJC Normandie
Bernard NATHALIE

FRMJC BZH-PDL
Philippe NOVAIS

ADL PACA Combariere Olivier

FRMJC Occitanie-Pyrénées
Sylvie BARBERAN

FRMJC Occitanie-Talantaise
Marie AUZERILLE

FRMJC Lorraine
Jean-Yves NAU

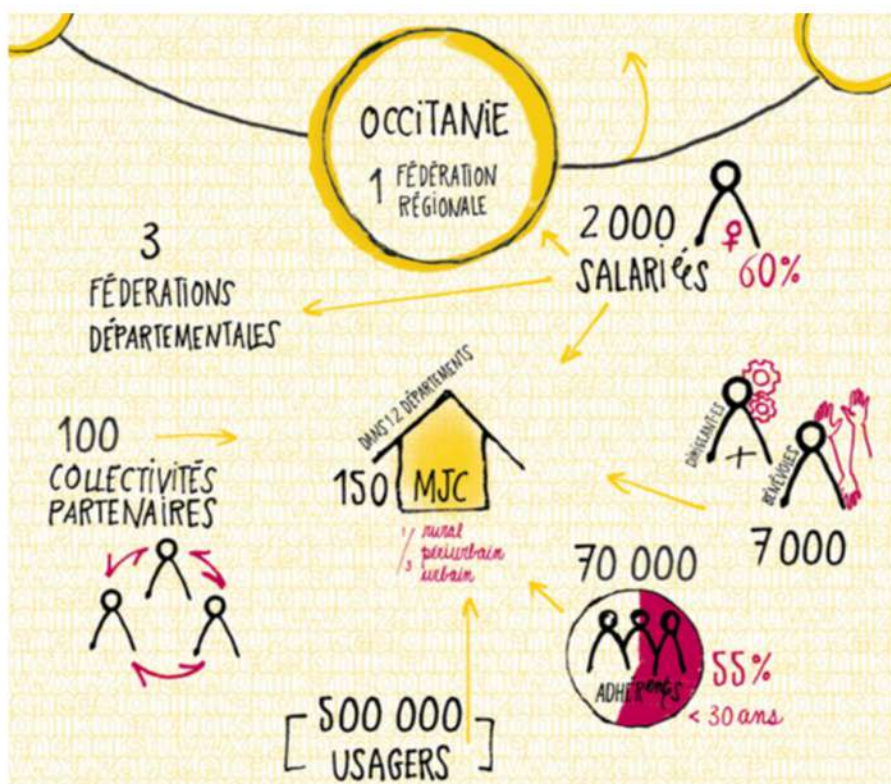
Coordination MJC HJF
Richard DELEOUR

FRMJC Normand.
Bernard BERNIGAUD
Marie CHASTINE



La Fédération Régionale Occitanie

La Fédération Régionale des MJC d'Occitanie agit au plus près des administrateur.trices et des professionnel.les des MJC locales et affecte 100 salarié.es sur le terrain (Directeurs et Directrices des MJC, personnels de coordination et d'animation). Elle travaille également avec les élus au profit de l'aménagement des territoires via la vie associative.



En 2024/2025 notre MJC a eu le privilège de recevoir dans nos murs :

- plusieurs séances du Conseil d'Administration de la Fédération
- une antenne permanente de la FRMJC Occitanie

Une délégation de notre maison a également participé à l'A.G. de la FRMJC Occitanie qui s'est déroulée à la MJC de Gaillac (81). Notre adhérente, Sarah PERCIE DU SERT est membre du Conseil d'Administration et du Bureau Régional.



Les MJC de l'Aude ...



La Fédération Départementale de l'Aude a pour mission d'accompagner et de soutenir les MJC du Département, plus particulièrement dans le milieu rural ou dans celles sans permanents. Elle s'occupe plus particulièrement des bénévoles. L'Assemblée Générale s'est tenue à la MJC de Tuchan en 2025 et une délégation d'administrateurs de notre MJC y a assisté. Nous entretenons également d'excellentes relations avec les 7 MJC des villages du lézignanais (échanges de pratiques, conseils, prêt de matériel, mutualisations, ...). Notre Présidente, Isabelle POURCINE siège au Conseil d'Administration départemental.



1.6 | NOS PARTENAIRES

Au fil des années, afin de répondre aux besoins et de s'adapter à la demande de nos publics et adhérents, la MJC a développé des partenariats, tant au niveau institutionnel, qu'au niveau local. Sans ces aides et soutiens nous ne pourrions proposer autant d'actions et services.



Partenaires institutionnels

<p>MAIRIE DE LÉZIGNAN-CORBIÈRES</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Mise à disposition d'infrastructures : ex. MJC, Gaujac, Coubertin, piscine... > Appui logistique et technique : manifestations diverses... > Participation à des projets, opérations : Ex: Forum des associations, Parcours citoyenneté, Forum santé > Participation à des programmes ou stratégies . Ex. Politique de la ville - Cité Educative > Attribution du marché pour la gestion de l'ALSH périscolaire > Soutien financier 	
<p>COMMUNAUTÉ DE COMMUNES RÉGION LÉZIGNANAISE CORBIÈRES & MINERVOIS</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Attribution du marché pour la gestion de l'ALSH extrascolaire > Mise à disposition d'infrastructures Ex. Halle aux sports, Gymnase Lycée > Participation à des programmes ou stratégies . Ex. Convention Territoriale Globale > Soutien financier sport et culture 	
<p>DÉPARTEMENT DE L'AUDE</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Échange d'informations. Ex. Maison des Solidarités, Pôle séniors, Service Jeunesse... > Organisation de réunions à la MJC > Participation à des programmes ou stratégies. Ex. Moi séniors. Culture. Jeunesse. Sport. Conseil Départemental des Jeunes > Soutien financier . Ex. Schéma des enseignements artistiques. Politique de la ville... 	
<p>RÉGION OCCITANIE</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Participation à des programmes ou stratégies. Ex. FABRégion > Organisation de réunions de services régionaux à la MJC > Soutien financier. Ex. Fablab - Politique de la ville 	
<p>AGENCE NATIONALE DE LA COHÉSION DES TERRITOIRES</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Participation à des programmes ou stratégies. Ex. Politique de la Ville - Cité Educative > Soutien financier. Ex. Cité Éducative - Postes adultes relais. Politique de la ville 	
<p>DÉLÉGATION RÉGIONALE ACADÉMIQUE A L'ENGAGEMENT, À LA JEUNESSE ET AUX SPORTS</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Appui technique et contrôle > Organisation de réunions à la MJC - Accueil séminaires > Participation à des programmes ou dispositifs Ex. Colos apprenantes, Savoir rouler à vélo, Guide asso... > Soutien financier Ex. Colos apprenantes, poste FONJEP, SRAV, ... 	
<p>DIRECTION RÉGIONALE AUX AFFAIRES CULTURELLES</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Appui technique. Ex. Déploiement de la Micro-Folie > Participation à des programmes ou dispositifs. Ex. Pass culture. Été culturel en Occitanie > Soutien financier. 	
<p>DREETS</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Participation à des programmes, expérimentations. Ex. Culture et pauvreté. 	
<p>DIRECTION RÉGIONALE AUX DROITS DES FEMMES ET À L'ÉGALITÉ</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Soutien financier. Ex. Égalité entre les femmes et les hommes > Participation à des journées de sensibilisation. Ex. Accueil lancement campagne "100 000 entrepreneuses" 	
<p>AGENCE NATIONALE DU SPORT</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Programme j'apprends à nager > Programme Savoir Rouler à Vélo (SRAV) 	
<p>MSA</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Échange d'informations > Soutien financier. Ex. EVS 	
<p>CAF</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Appui technique > Échange d'informations > Participation à des programmes ou stratégie. Ex Convention Territoriale Globale > Agrément. Espace de Vie Sociale > Soutien financier. Ex. Prestation de service EVS - Prestation de service Jeunesse. 100% Gagnant. Politique de la ville 	
<p>ÉTABLISSEMENT PUBLIC DU PARC ET DE LA GRANDE HALLE DE LA VILLETTE,</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Accueil réseau Micro-Folie Occitanie. 	



Partenaires locaux

ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES	<ul style="list-style-type: none"> > Participation aux travaux et groupes de travail de la cité éducative > Échanges avec les chefs d'établissements et enseignants - Cité éducative > Accueil du public scolaire (Micro-Folie - Fablab - Savoir Rouler à vélo - Métiers du social - Festival des jeunes lycéens...) > Interventions dispositif Atelier Relais > Participation au CA du Collège Anglade
ASSOCIATION PROMAUDE	<ul style="list-style-type: none"> > Participation à la journée des enfants
ASSOCIATION PEPS	<ul style="list-style-type: none"> > Participation commune au REAAP - Caravane de la parentalité.
CENTRE SOCIAL AMI	<ul style="list-style-type: none"> > Mise à disposition d'infrastructures - Accueil et prêt de salle à la MJC pour le CLAS > Participation commune au REAAP - Caravane de la parentalité. > Animations dans le cadre des IEP > Participation aux réunions de préparation du nouveau projet social
PLANNING FAMILIAL	<ul style="list-style-type: none"> > Échange d'informations > Actions communes (Ex. hors les murs)
ASSOCIATION MAISON GIBERT	<ul style="list-style-type: none"> > Échange d'informations > Participation au CA de l'association Maison Gibert
CINE-CLUB LE PALACE & CINEM'AUDE	<ul style="list-style-type: none"> > Échange d'informations > Participation au CA du ciné-club "Le Palace" > Participation à des projets et des opérations. Ex. Festival des Suds. Diffusion de courts métrages réalisés à la MJC, Festival des jeunes lycéens...
ASSOCIATION ACTI-CITY	<ul style="list-style-type: none"> > Échange d'informations et participation au réseau > Intégration au CA d'Acti-City
OFFICE DU TOURISME CORBIÈRES ET MINERVOIS	<ul style="list-style-type: none"> > Échange d'informations > Participation au CA de l'Office du tourisme > Participation démarche "Hub vélo"
RESTO DU CŒUR	<ul style="list-style-type: none"> > Prêt de salle (concert) > Echange d'informations
FRANCE TRAVAIL	<ul style="list-style-type: none"> > Recrutement et suivi des contrats aidés > Informations réciproques > Participation festival UNIQUES sur l'égalité des chances
MISSION LOCALE OUEST AUDOIS	<ul style="list-style-type: none"> > Échange d'informations > Convention de partenariat - Ex. découverte du sport, parcours d'insertions au Fablab > Orientation CJS
SAPIE	<ul style="list-style-type: none"> > Participation commune à des réseaux. Ex. Tiers Lieu, Coll'in, EVS...
ARTS VIVANTS 11	<ul style="list-style-type: none"> > Accueil de résidences - Prêt d'exposition - Communication
FACE AUDE	<ul style="list-style-type: none"> > Échange d'informations
COLL'IN	<ul style="list-style-type: none"> > Participation au CA de l'association Coll'in > Implication dans les actions et formations sur l'inclusion numérique > Formation programme Court CIRCLIC
BNI	<ul style="list-style-type: none"> > Mise à disposition d'infrastructures
ASSOCIATION GÉE AUDE	<ul style="list-style-type: none"> > Échange d'informations
CENTRE SOCIAL ADHCO	<ul style="list-style-type: none"> > Échange d'informations > Accueil du public. micro-Folie, Fablab...
MP2 ENVIRONNEMENT	<ul style="list-style-type: none"> > Échange d'informations > Approvisionnement en ressources (carton, récup, fablab)
PARC NATUREL RÉGIONAL CORBIÈRES-FENOUILLEDES	<ul style="list-style-type: none"> > Participation au comité de programmation du programme européen LEADER
OCCITANIE FILMS	<ul style="list-style-type: none"> > Réalisation de projets communs. Ex. stage écriture scénaristique
HABITAT AUDOIS	<ul style="list-style-type: none"> > Soutien financier politique de la ville > Participation animations

Les nombreux partenariats développés par notre association montrent notre ancrage solide dans le territoire et notre capacité à travailler en réseau. Grâce à la collaboration avec les collectivités, établissements scolaires, les structures sociales, les institutions culturelles, les acteurs de l'insertion et les associations locales, nous renforçons l'impact de nos actions et diversifions les projets proposés au public. Ces coopérations, fondées sur l'échange, la mutualisation et la confiance, soutiennent notre mission et l'accompagnement des habitants. Elles confirment notre rôle d'acteur incontournable, engagé dans une dynamique collective et au service du développement local.

Partenaires du "club avantages" adhérent-e-s

Grâce à la carte d'adhésion, nos adhérent-e-s bénéficient de très nombreux avantages, réductions ou offres préférentielles proposés par nos partenaires locaux.

En 2024/2025 nous avons enregistré la participation de 45 partenaires à cette opération.

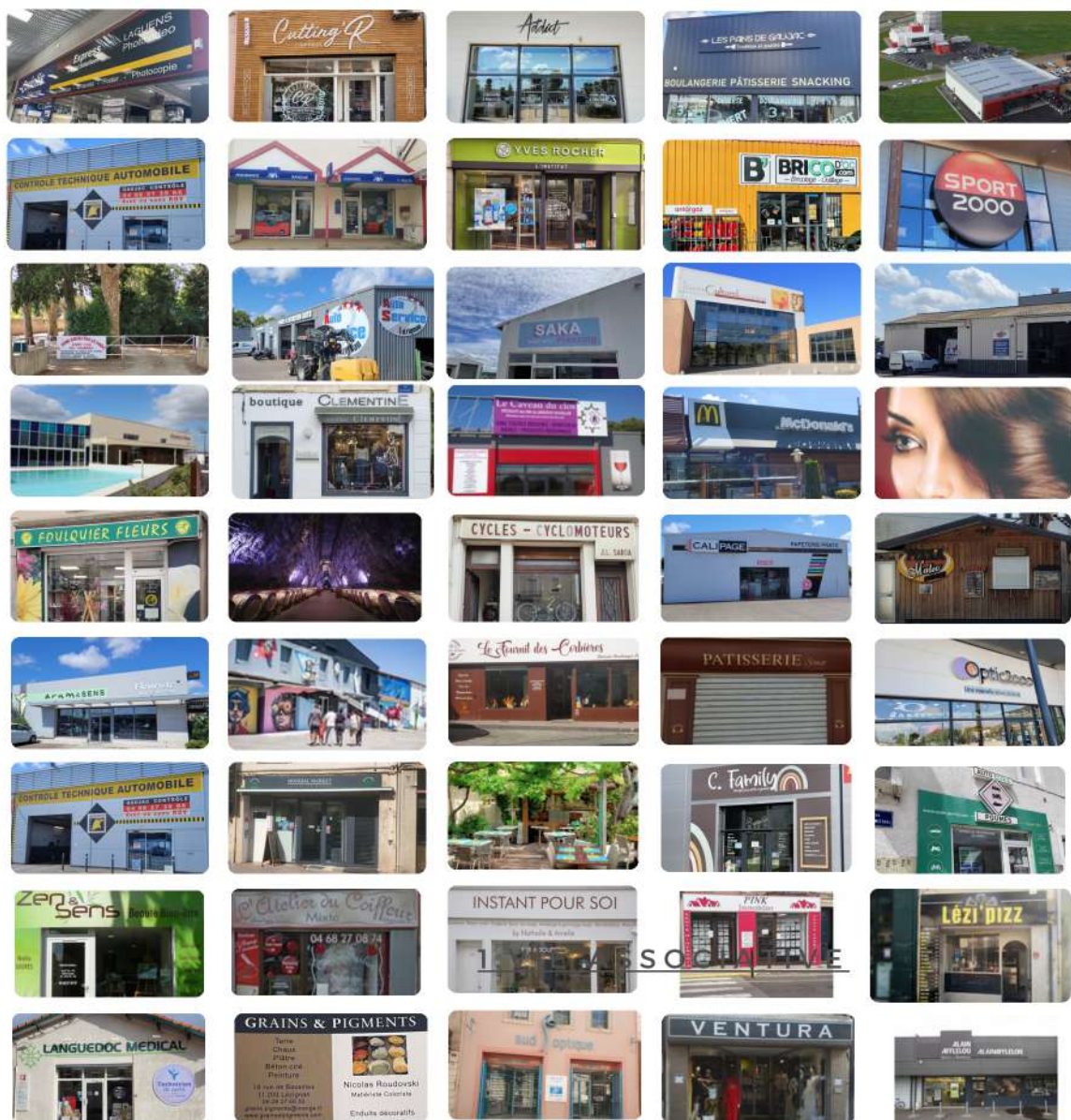
Pour disposer de ses avantages, il suffit au bénéficiaire de se présenter chez le partenaire et de présenter la carte MJC au moment du règlement.

Les commerçants, artisans, prestataires d'activités du territoire qui souhaitent rejoindre le club des partenaires de la MJC en proposant une offre préférentielle sont invités à nous contacter afin d'étudier la faisabilité. Si la proposition est validée, une convention de partenariat entre la MJC et l'enseigne est signée.

ASSURANCE	AGENCE AXA MULERO	30€ de réduction dès 2 contrats consécutifs
AUTOMOBILE	AUTO SERVICE LÉZIGNAN	10 % de remise sur la main d'oeuvre et les prestations de services
AUTOMOBILE	LÉZI-PNEU EUROPNEU	Remise 15€ pour l'achat et la pose de 2 pneus 10 % sur vidange ou prestation mécanique
AUTOMOBILE	CCTBS GAUJAC CONTRÔLE	10% de réduction sur une visite technique périodique
AUTOMOBILE	AUTO ÉCOLE POUMES	Frais de dossier offerts : 60€
BEAUTÉ BIEN-ÊTRE	YVES ROCHER	20% sur une prestation soin du visage 20% sur une prestation soin du corps au choix
BEAUTÉ BIEN-ÊTRE	ZEN & SENS	10% de réduction à partir de 100€ d'achat de soins 20% de réduction à partir de 200€ d'achat de soins
MATÉRIAUX	BRICO D'OC	5% de remise hors promotions et gaz
COIFFURE	SALON CO'COIFF	20% sur la technique Un brushing offert au bout du 5ème passage
COIFFURE	CUTTING'R COIFFURE	10% sur les forfaits coupe uniquement
SPORT & LOISIRS	CHUTEXTREM	Saut en parachute tandem 239€ au lieu de 259€
COIFFURE	ADDICT PARIS SAS	20% de réduction sur les tarifs à la carte (hors colorations et soins)
CULTURE	ESPACE CULTUREL DES CORBIERES	Tarif préférentiel sur la programmation de l'Espace Culturel proposée par la Communauté de Communes de la Région Lézignanaise Corbières et Minervois
FLEURS	ARUM & SENS	Remise de 10% sur les fleurs fraîches et plantes uniquement
FLEURS	FOULQUIER FLEURS	15% de réduction
OPTIQUE	OPTIC 2000	Remise de 20% sur les montures optiques - Remise de 10% sur les verres optiques 20% sur les solaires
PAPETERIE	PAPETERIE PRATX CALIPAGE	Remise de 10% sur la papeterie (hors promos) et sur les consommables compatibles Remise de 5% sur la librairie
PUÉRICULTURE	C.FAMILY	10% hors promotions, soldes et livres
PRÊT À PORTER	BOUTIQUE CLÉMENTINE	5% de remise hors soldes
PRÊT À PORTER	SPORT 2000 LÉZIGNAN	10% de remise sur les rayons sport et mode
RESTAURATION	LÉZI ' PIZZ	1 pizza achetée, 1 boisson offerte 3 pizzas achetées, 1 bouteille de soda offerte 4 pizzas achetées, 1 bouteille de vin offerte
RESTAURATION	MC DONALD'S LÉZIGNAN	Un SANDWICH ou un SUNDAE OFFERT pour l'achat d'un menu MAXI BEST OF au choix,*Parmi les sandwiches suivants : Boîte de 4 Chicken McNuggets, Cheeseburger, Hamburger, Croque McDo
RESTAURATION	PIZZA MATÉO	10% de remise sur tous les produits
SPORT & LOISIRS	CYCLES CYCLOS	10% de remise à partir de 80€ sur les réparations ou les ventes de pièces détachées
SPORT & LOISIRS	LES BAINS DE MINERVE	Tarifs préférentiels sur l'entrée à l'espace aquatique (application du tarif résident)
RESTAURATION	LE CAVEAU DU CLOS	5% aux porteurs de la carte MJC hors promotions en cours
SANTÉ	LANGUEDOC MÉDICAL	10% de remise sur le magasin à l'exception des produits déjà en promotion et LPPR
LOISIRS	FLY ZONE	Fly pass kid 2 vols (-12 ans) 45.90€ + une 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€
RESTAURATION	LE FOURNIL DES CORBIERES	Une remise de 5% sur tous les pains / Une remise de 5% sur toutes les viennoiseries
RESTAURATION	MONDIAL MARKET	Un sandwich ou panini + un dessert + une boisson à 1€ offerte

BILAN SAISON 2024/2025

RESTAURATION	PÂTISSERIE SÉMAT	5 viennoiseries achetées, une offerte
RESTAURATION	O'LOCAL	Verre de sangria ou kir offert
CULTURE - VISITE	TERRA VINÉA	12.90€ / adulte au lieu de 15.90€ - 11.30€ / enfant de 13 à 17 ans au lieu de 12.90€ - 7.30€ / enfant de 5 à 12 ans au lieu de 8.90€
CULTURE - VISITE	SPIKTRI STREET ART UNIVERSE	-2€ sur le tarif enfant / -2€ sur le tarif adulte
TÉLÉPHONIE	LAGENS TÉLÉPHONIE	10% de réduction sur les travaux de développement
COIFFURE	L'ATELIER DU COIFFEUR	10% sur les prestations
BEAUTÉ	INSTANT POUR SOI	10% de réduction sur toutes les épilations / 10% de réduction sur les soins du visage
PRESSING	SAKA DRESSING	Remise de 5% aux porteurs de la carte
IMMOBILIER	PINK IMMOBILIER	Estimation gratuite
DÉCORATION	GRAINS ET PIGMENTS	Conseil couleur personnalisée et / ou possibilité de simulation
PRÊT À PORTER	VENTURA	10% sur les articles hors promotions
PRÊT À PORTER	NOUVEAUTÉS ANNE	10% sur 40€ d'achat minimum sauf période de soldes
OPTIQUE	ALAIN AFFLELOU	Pour l'achat d'un équipement optique, une 3ème paire offerte (de près ou de loin), pour l'achat d'une solaire, une solaire AFFELOU offerte
OPTIQUE	SUD OPTIC	20% sur une monture pour les nouveaux clients / 10% sur les montures / 50% sur les verres correctifs de votre 2ème paire



1.7 | NOS INFRASTRUCTURES

La MJC est située au cœur de la ville, dans le quartier prioritaire Politique de la Ville. Ses locaux sont dans une continuité historique exceptionnelle puisque la MJC les occupe depuis 1945. Elle est au centre d'un pôle culturel et éducatif, avec un accès direct par le jardin public et par la Médiathèque, à proximité des écoles et du Conservatoire de Musique.

2 500 m² de locaux rénovés sont mis à disposition par la Mairie et constituent le siège principal de l'association.

Les locaux sont facilement accessibles à pied, ainsi qu'en voiture grâce à la proximité de plusieurs parkings gratuits.

Un chantier colossal a été entrepris, en décembre 2013, sur cinq années, pendant lesquelles les bâtiments vétustes, qui ne répondaient plus aux normes d'accessibilité et de sécurité, se sont métamorphosés.

Entre 2013 et 2019 plus de 2,5 millions d'euros ont été engagés par la Municipalité de l'époque et près de 250.000 € par la MJC.

La convivialité ou les échanges, favorisés par des espaces dont la qualité esthétique et fonctionnelle sont à souligner, ont permis un accroissement de la fréquentation de l'établissement.

Autre acte fort en 2018 : c'est la fusion de notre MJC avec l'association sportive Athlétic-Club, au cœur du quartier prioritaire, qui était menacée de fermeture.

Depuis de nombreuses années, à 500 mètres l'une de l'autre, l'Athlétic-Club et la MJC dispensaient des activités similaires (judo, fitness ...). La MJC a acheté les locaux et les a rénovés, ce qui a permis de maintenir et de développer une offre sportive, notamment en lien avec les questions de santé.



Le site Marat



Le site Wilson



Carte des espaces de pratiques utilisés par la MJC



01 MJC / 25, rue Marat > SITE CENTRAL

02 ATHLÉTIC-CLUB / 38, avenue Wilson > POLE FORME & MUSCU

03 HALLE AUX SPORT TOURNIER / 36, boulevard Buisson

04 GYMNASSE COUBERTIN / Impasse Kléber

05 GYMNASSE LÉO LAGRANGE / Avenue Maréchal Joffre

06 DOJO / Rue Hoche

07 PARCOURS VITA / Pinède

08 STADE DE LA ROUMINGUIÈRE / Avenue des Genêts

09 PISCINE MUNICIPALE > Rue des Rousillous

10 COMPLEXE DE GAUJAC > Allées Edouard Jean-Pierre

Afin d'accueillir nos usagers et adhérents dans les meilleures conditions, et de garantir aux personnels comme aux intervenants un environnement de travail sain et fonctionnel, la MJC veille à l'entretien permanent de l'ensemble des locaux, qu'ils soient mis à sa disposition ou qu'ils lui appartiennent. Cet entretien régulier constitue un engagement essentiel pour assurer la qualité de l'accueil, la sécurité de tous et le bon déroulement des activités.

En 2024/2025, plusieurs chantiers et aménagements, financés par l'association, ont été entrepris :

- Pose d'un parquet de danse en salle n°22
- Pose de placards pour rangement en salle n°22
- Réparation toiture site de l'Athlétic-Club
- Travaux d'électricité au bar pour l'installation des fours pour les activités culinaires.

1.8 | NOTRE COMMUNICATION

La communication constitue un enjeu central pour toute association, qu'elle s'adresse à ses membres en interne ou à un public externe. Elle conditionne la compréhension des actions menées, la mobilisation des publics et la valorisation du projet associatif.

La plaquette

Notre plaquette d'activité, éditée à 2000 exemplaires, permet de faire découvrir au grand public, de façon simple et accessible, les activités et services proposés par l'association. Elle est distribuée à la rentrée de septembre, un moment clé pour accueillir et informer les habitants.

TÉLÉCHARGEZ LA PLAQUETTE 2024/2025



L'agenda "LES RENDEZ-VOUS DE LA MJC"

L'édition désormais mensuelle de l'agenda « **Les Rendez-Vous de la MJC et de l'EVS** » a renforcé la visibilité des actions de notre association.

Ce support régulier a permis au public de mieux anticiper les événements, d'identifier plus facilement les temps forts de la saison et de s'approprier la programmation.

Il a contribué à une fréquentation plus régulière et à une meilleure compréhension de la diversité des propositions.

10 agendas diffusés durant la saison 2024/2025



TÉLÉCHARGEZ LES AGENDAS 2024/2025



La Gazette

La Gazette occupe une place centrale dans la stratégie de communication de la MJC. Elle constitue un outil de valorisation, de cohésion et de visibilité, permettant de relayer les actions menées tout au long de l'année. En complément des supports événementiels (agenda trimestriel, affiches, réseaux sociaux), elle assure une communication régulière, incarnée et narrative, essentielle pour renforcer l'image d'une structure active, ouverte et proche de ses habitants.

11 gazettes ont été diffusées durant la saison 2024/2025



EN SAVOIR



CONSULTEZ LES NUMÉROS DE LA GAZETTE EN LIGNE

Couverture médias

La collaboration avec la presse locale et les radios constitue un élément essentiel de la stratégie de communication de la MJC, car elle garantit une diffusion large, fiable et régulière de ses actions auprès de l'ensemble du territoire. Chaque année, l'association travaille étroitement avec ses médias partenaires afin d'assurer une information claire et accessible sur ses projets, ses événements et sa vie associative. Cette présence soutenue se traduit notamment par la parution de plus de 80 articles dans la presse locale en 2024/2025, témoignant de l'intérêt porté aux initiatives de la MJC et de la qualité des relations établies avec les journalistes.

En complément, la MJC référence systématiquement ses événements sur des agendas en ligne, renforçant ainsi leur visibilité auprès d'un public diversifié et contribuant à une communication ouverte, cohérente et pleinement ancrée dans la vie locale.

Merci à :



EN SAVOIR
CONSULTEZ TOUS LES ARTICLES DE PRESSE DE LA SAISON EN FIN DE CE RAPPORT



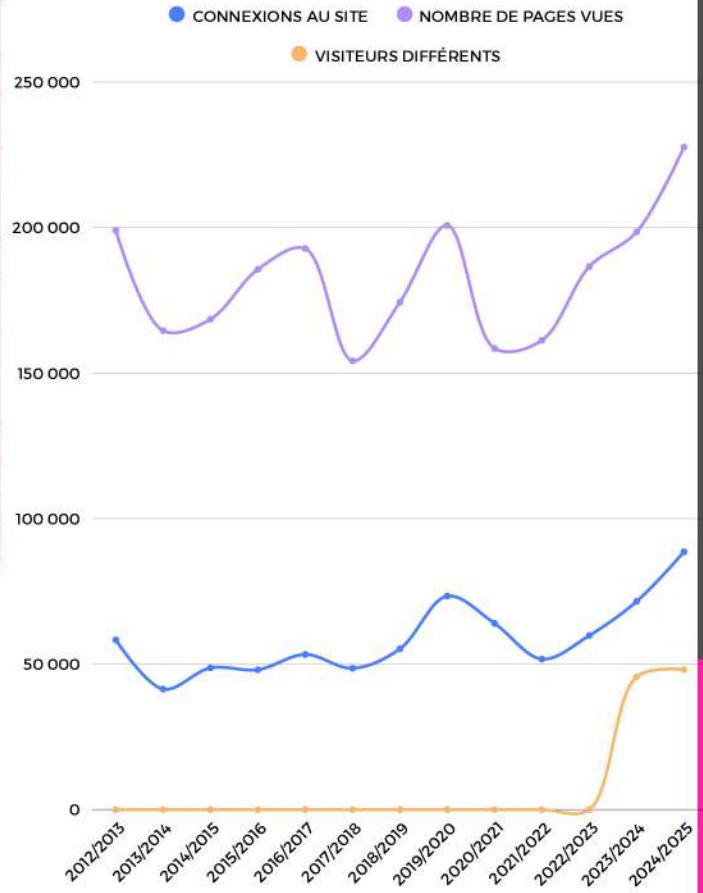
Le site internet



Créé en 1998, notre site internet est mis à jour régulièrement. En 2024/2025, il a été visité **88 618 fois par 48 104 visiteurs** différents. Sa fréquentation est en augmentation de près de 20% par rapport à la saison précédente.

www.mjc-lezignan-corbieres.com

SAISONS	CONNEXIONS AU SITE	NOMBRE DE PAGES VUES	VISITEURS DIFFÉRENTS
2012/2013	58 328	199 077	
2013/2014	41 426	164 597	
2014/2015	48 744	168 534	
2015/2016	48 073	185 640	
2016/2017	53 345	192 829	
2017/2018	48 574	154 230	
2018/2019	55 249	174 369	
2019/2020	73 400	200 789	
2020/2021	64 015	158 485	
2021/2022	51 733	161 279	
2022/2023	59 844	186 591	
2023/2024	71 566	198 523	45 640
2024/2025	88 618	227 684	48 104



Le site internet est un outil incontournable pour les usagers, notamment lors des périodes d'inscriptions ou d'événements. Les pics de fréquentation correspondent systématiquement aux moments où la MJC communique davantage, ce qui confirme l'impact direct des actions de communication.

La période post-Covid marque une transformation durable des usages : les publics se tournent plus spontanément vers les supports numériques.

La forte progression des deux dernières années montre que la stratégie de communication digitale porte ses fruits. Pour poursuivre cette dynamique positive, plusieurs axes peuvent être envisagés :

- Renforcer la mise à jour régulière des contenus (actualités, photos, événements).
- Optimiser les pages les plus consultées, notamment celles liées aux activités et aux inscriptions.
- Développer des contenus interactifs (formulaires, vidéos, galeries dynamiques).
- Mieux articuler site et réseaux sociaux afin de générer davantage de trafic croisé.
- Suivre les statistiques de manière régulière pour ajuster la stratégie de communication.

La fréquentation du site internet de la MJC connaît une progression solide et continue, avec un niveau d'engagement élevé et un record historique atteint en 2024/2025.

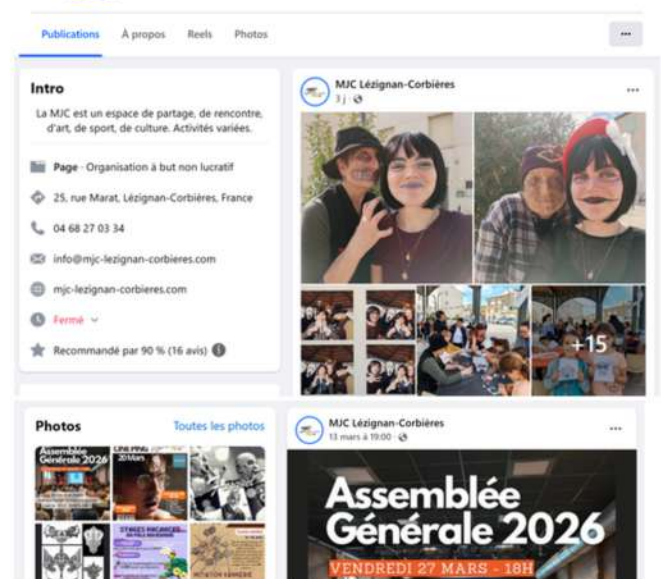
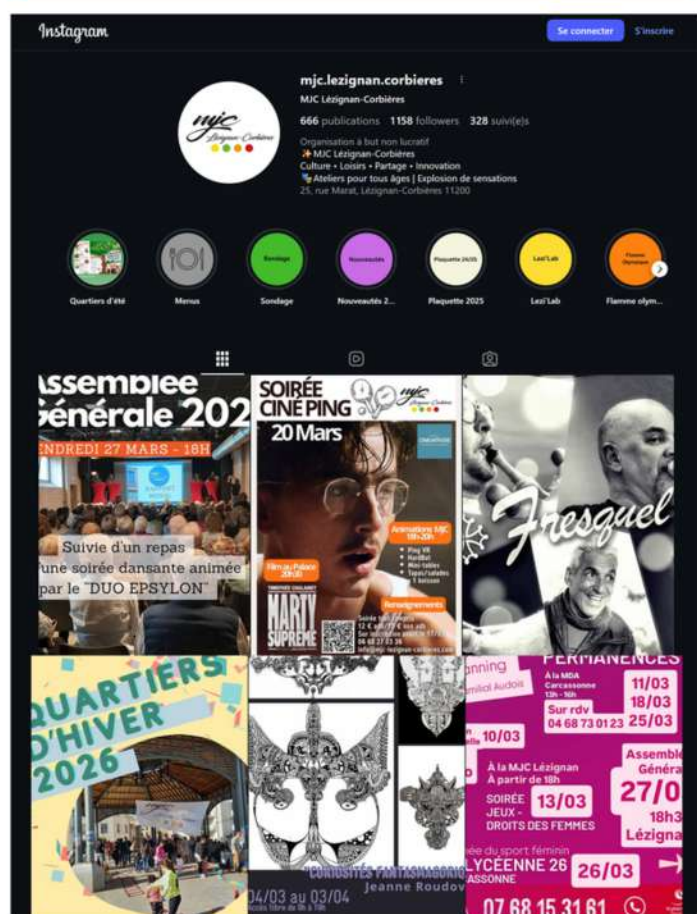
Ces résultats confirment l'importance stratégique du numérique dans la relation avec les usagers et dans la valorisation des actions de la structure. En poursuivant les efforts engagés, la MJC peut encore renforcer sa visibilité, améliorer l'expérience utilisateur et consolider son rôle de référence au sein du territoire.

Les réseaux sociaux

La communication sur les réseaux sociaux constitue aujourd'hui un levier essentiel pour notre MJC. Elle permet de valoriser l'ensemble des actions menées, de diffuser largement l'information auprès des habitants et de renforcer la visibilité de la structure sur son territoire. À travers des publications régulières et maîtrisées, la MJC peut présenter ses projets, mettre en lumière l'engagement de ses équipes et de ses bénévoles, et favoriser la participation des publics. Les réseaux sociaux deviennent ainsi un espace complémentaire de médiation et de dialogue, contribuant à développer le lien avec la communauté et à soutenir la mission d'éducation populaire portée par l'association.

SAISONS	ABONNÉS	PUBLICATIONS	VUES
2022/2023	4 854	180	325 428
2023/2024	5 283	272	371 521
2024/2025	5 300	283	420 964

SAISONS	ABONNÉS	PUBLICATIONS	VUES
2022/2023	906	37	25 202
2023/2024	958	75	46 755
2024/2025	1 100	130	55 201



La fréquentation des comptes Facebook et Instagram de la MJC confirme une dynamique de communication solide et en progression continue sur l'ensemble de la période observée. Sur Facebook, la structure enregistre une augmentation régulière du nombre d'abonnés, accompagnée d'une croissance soutenue du volume de publications et d'une hausse significative du nombre de vues, témoignant de la capacité de la MJC à toucher un large public et à renforcer sa visibilité locale. Parallèlement, Instagram connaît une évolution particulièrement marquée, avec une augmentation notable du nombre d'abonnés et une forte progression de l'activité éditoriale, entraînant une croissance importante des vues. Cette double présence renforce la stratégie de communication de la MJC: Facebook assure une large portée intergénérationnelle, tandis qu'Instagram soutient une dynamique plus jeune et en pleine expansion, contribuant ensemble au rayonnement et à la valorisation des actions de l'association sur son territoire.



2

24

25

NOS FINANCES

Dans le cadre de la mission qui lui a été confiée, le cabinet d'expertise comptable EXCO a vérifié les comptes annuels de la MJC.

Ces comptes ont été ensuite arrêtés par le Conseil d'Administration réuni en amont de l'Assemblée Générale. Ils ont ensuite été contrôlés par le cabinet de Commissariat aux Comptes GV AUDIT, mandaté pour cette mission par l'Assemblée Générale de notre association.

Conformément à nos statuts, nous diffusons donc :

- Le Compte de Bilan, qui constitue la photographie comptable de l'association à la date de clôture de l'exercice.
- Le Compte de Résultat, qui présente l'ensemble des activités et mouvements financiers de la MJC entre le premier et le dernier jour de l'exercice comptable.

Après adoption définitive des comptes par l'Assemblée Générale, ceux-ci sont déposés au Journal Officiel.



2.1 | RAPPORT FINANCIER

Les associations d'Éducation Populaire connaissent une dégradation financière préoccupante, confirmée par le baromètre 2025-2026 du syndicat national des employeurs du secteur associatif : 31% disposent de moins de trois mois de trésorerie, 48% anticipent un déficit et 28% ont réduit leur masse salariale. L'inflation, la hausse des charges salariales et la stagnation des subventions fragilisent durablement leur modèle économique.

Les MJC sont particulièrement touchées : selon notre Observatoire, 84 % doivent élaborer un budget avec des ressources en baisse. La reconduction des subventions à l'identique ne permet plus de compenser les augmentations de charges, d'autant que d'autres dispositifs diminuent. Plusieurs structures recourent à leurs réserves, compromettant leur pérennité.

La réduction des financements publics s'accroît : 45% des associations déclarent une baisse de subventions en 2025, entraînant la suppression d'activités, et, dans certains territoires, la disparition d'acteurs essentiels. L'affaiblissement des soutiens l'emploi et la diminution des "Pass Sport" ou des "Colos apprenantes" aggravent encore la situation.

Par ailleurs, la généralisation des appels à projets renforce l'instabilité financière, limite l'autonomie des associations et alourdit les démarches administratives, tout en accentuant les logiques de concurrence et le risque de fiscalisation.

Malgré leur rôle central – accompagnement des jeunes, animation locale, soutien aux familles, accès à la culture – de nombreuses structures doivent réduire leurs actions.

Notre MJC s'inscrit pleinement dans cette dynamique nationale. L'analyse des comptes de l'exercice 2024-2025 met en évidence une situation financière fragile, nécessitant la mise en œuvre rapide de mesures de réajustement afin de garantir la continuité et la pérennité de nos activités.

Analyse du compte de résultat 2024/2025 :

Le compte de résultat retrace l'ensemble des charges et des produits de l'association sur la période du 1^{er} septembre 2024 au 31 août 2025. Il fait apparaître le résultat net de l'exercice, qui est ensuite reporté au bilan. Avec 1.226.685 € de dépenses pour 1.148.242 € de recettes, la MJC enregistre un déficit de 78.444 €, soit 6,39 % du budget annuel. Ce résultat contraste fortement avec l'exercice précédent, qui s'était clôturé sur un excédent de 4140 €, représentant 0,32 % du budget 2023/2024.

Ce retournement s'explique par plusieurs facteurs combinés :

- une baisse marquée des recettes, notamment celles liées aux séjours, au mécénat et à certaines subventions ;
- une hausse des charges de personnel, liée à la revalorisation de la convention collective, à la pérennisation de plusieurs postes indispensables pour mener à terme des projets engagés ainsi qu'à la diminution des aides à l'emploi ;
- des coûts incompressibles (assurances, taxes, entretien des bâtiments, sous-traitance) qui, malgré des efforts de maîtrise, restent élevés ;
- la fin de financements conséquents perçus par l'État et la Région principalement les années précédentes, notamment pour la Micro-Folie ou le FABLAB.
- Une baisse des recettes d'hébergement et restauration. La fréquentation estivale 2025 a été limitée, notamment en raison des fortes vagues de chaleur, peu favorables à un hébergement dans des chambres non climatisées.

Si les charges diminuent globalement par rapport à l'exercice précédent (-44.753 €), la contraction des produits est encore plus significative (-127.338 €), entraînant mécaniquement un résultat négatif. Les données historiques montrent que la MJC a déjà connu quelques exercices déficitaires, mais le déficit 2024/2025 est l'un des plus importants depuis vingt ans. Il constitue donc un signal d'alerte qui appelle à des mesures d'ajustement, tant sur la recherche de financements que sur la structuration et la priorisation des activités.

Pour autant, la dynamique d'adhésion, l'augmentation de l'activité enfance, l'implication des partenaires institutionnels et la stabilité de certaines subventions démontrent l'attachement du territoire à l'action de la MJC. La situation actuelle doit ainsi être interprétée non comme un affaiblissement du projet associatif, mais comme un point d'attention nécessitant un pilotage renforcé, une anticipation des évolutions à venir et la mobilisation de leviers de financement complémentaires.

Analyse du bilan comptable au 31/08/2025 :

Au terme de l'exercice clos au 31 août 2025, le bilan financier de la MJC présente un niveau global de 732.210 €, en diminution par rapport à l'exercice précédent (833.145 € au 31/08/2024). Cette contraction traduit principalement la consommation progressive des subventions d'investissement, l'effet mécanique des amortissements sur les immobilisations et la dégradation des fonds propres.

En effet, nos fonds propres connaissent une dégradation significative : le déficit de 78.444 € fait chuter nos réserves de 110.531 € à 32.087 €. Cette diminution réduit la capacité de la MJC à absorber les aléas économiques ou de trésorerie. Par ailleurs, les subventions d'investissement antérieurement perçues ont été intégralement consommées au cours de l'exercice, ne laissant plus de réserves dédiées à la poursuite de projets structurants.

La dette financière poursuit sa trajectoire de remboursement : le premier emprunt est totalement soldé, le Prêt Garantie par l'État (lié à la période COVID) est désormais en phase active de remboursement et l'emprunt principal lié au rachat et à la rénovation de l'Athlétic-Club constitue l'essentiel du capital restant dû. Au total, les engagements bancaires diminuent de 45.759 € sur l'exercice, pour atteindre 417.242 € au 31/08/2025. Cette évolution confirme une gestion régulière de l'endettement, même si la charge financière demeure significative pour les années à venir.

Les dettes envers les fournisseurs et les organismes sociaux augmentent globalement, reflétant des échéances intervenant juste après la clôture comptable. Cette évolution n'est pas atypique mais traduit une sensibilité accrue aux décalages de trésorerie.

Les produits constatés d'avance, stables, maintiennent la cohérence du rattachement comptable des subventions de fonctionnement.

La valeur nette des immobilisations baisse mécaniquement sous l'effet des amortissements (501.645 € contre 559.443 € l'an dernier), les investissements de l'exercice étant limités (15.867 €).

Les stocks, modestes, témoignent simplement de l'activité courante des services.

Les créances, en particulier celles liées aux subventions d'investissement à recevoir, diminuent fortement, passant de 191.275 € à 120.526 €, ce qui contribue à lisser la trésorerie mais réduit les ressources externes attendues.

La trésorerie progresse de 25.255 €, pour atteindre 70.933 € au 31/08/2025. Si cette évolution constitue un point positif, le niveau absolu demeure insuffisant : il représente moins d'un mois de fonctionnement, alors qu'une structure de la taille de la MJC devrait disposer d'un matelas de 150.000 à 200.000 € pour sécuriser son activité.

L'analyse globale de l'exercice 2024-2025 met en évidence une situation financière maîtrisée, mais désormais fragilisée sur plusieurs points structurants :

- Un endettement contenu, bien que son poids demeure significatif dans l'équilibre d'ensemble ;
- Une trésorerie insuffisante pour garantir une gestion pleinement sécurisée ;
- Une baisse marquée des fonds propres, réduisant la capacité de résilience et de projection de l'association ;
- L'absence de nouvelles subventions d'investissement mobilisables, limitant les possibilités de développement et d'adaptation ;
- Une capacité à honorer les engagements et à maintenir l'activité, malgré un contexte financier contraint.

Ces constats appellent la mise en œuvre d'une stratégie collective et proactive, articulée autour de quatre priorités :

- Consolider et diversifier les recettes, notamment en renforçant les partenariats ou le mécénat, en développant des financements complémentaires et en valorisant les activités ou services (restaurant par exemple) ;
- Maîtriser durablement les charges, en veillant à préserver la qualité du service rendu à la population ;
- Déployer une planification budgétaire pluriannuelle, afin de sécuriser les choix stratégiques et anticiper les contraintes futures ;
- Renégocier ou rechercher des partenariats sur les postes structurants, pour alléger la pression financière et renforcer la soutenabilité de l'activité.

Dans les prochaines années, la MJC devra ainsi reconstituer ses fonds propres, consolider sa trésorerie et accroître ses ressources, notamment grâce à un appui renouvelé des partenaires institutionnels et à la mobilisation de subventions d'investissement. Ces efforts sont indispensables pour sécuriser le fonctionnement, poursuivre le désendettement et maintenir une réelle capacité d'action sur le long terme.

En résumé, l'exercice 2024-2025 révèle des tensions financières importantes mais surmontables, à condition de renforcer la stratégie de gestion et de s'appuyer sur l'engagement constant des équipes, des bénévoles et des partenaires qui accompagnent la MJC depuis de nombreuses années. Dans un contexte national de fragilisation durable du secteur associatif, la stabilité et la lisibilité du soutien public demeurent essentielles. Sans un engagement renforcé, ce sont non seulement les services de proximité, mais également l'emploi et la cohésion sociale des territoires qui pourraient être durablement affectés.

2.2 | COMPTE DE BILAN

Le bilan comptable est le document qui synthétise, à la date de clôture de l'exercice, le 31/08/2025, l'ensemble des ressources et des biens de l'association cumulés depuis sa création.

ACTIF du BILAN

ce que la MJC possède au 31/08/25

STOCKS

Marchandises, matières premières, produits finis non encore vendus.

4 485 €

Rappel au 31/08/24 > 3 580 €



IMMOBILISATIONS

Biens et patrimoine durables utilisés sur plusieurs années

501 645 €

Rappel au 31/08/24 > 559 433 €



CRÉANCES

Sommes dues par les clients, les usagers et les adhérents, subventions acquises mais non-versées au 31/08

120 526 €

Rappel au 31/08/24 > 191 275 €



TRÉSORERIE

Nos liquidités ou sommes détenues en banque, livret au en caisse au 31/08

70 933 €

Rappel au 31/08/24 > 45 677 €



FRAIS ANTICIPÉS

Sommes déjà réglées au 31/08 qui concernent l'exercice comptable suivant

34 621 €

Rappel au 31/08/24 > 33 180 €



PASSIF du BILAN

ce que la MJC doit au 31/08/25

FONDS PROPRES

Réserves des années précédentes, résultat de l'exercice, subventions d'investissement acquises restant à consommer au 31/08

32 087 €

Rappel au 31/08/24 > 127 602 €



EMPRUNTS

Marchandises, matières premières, produits finis non encore vendus.

417 242 €

Rappel au 31/08/24 > 463 002 €



DETTES

Sommes que la MJC doit payer à ses fournisseurs et aux organismes sociaux ou aux impôts au 31/08

184 431 €

Rappel au 31/08/24 > 152 844 €



PROVISIONS

Sommes provisionnées au 31/08 pour financer les futurs départs en retraite

56 784 €

Rappel au 31/08/24 > 48 031 €



ENCAISSEMENTS ANTICIPÉS

Sommes déjà perçues au 31/08 qui concernent la saison comptable suivante

41 666 €

Rappel au 31/08/24 > 41 666 €

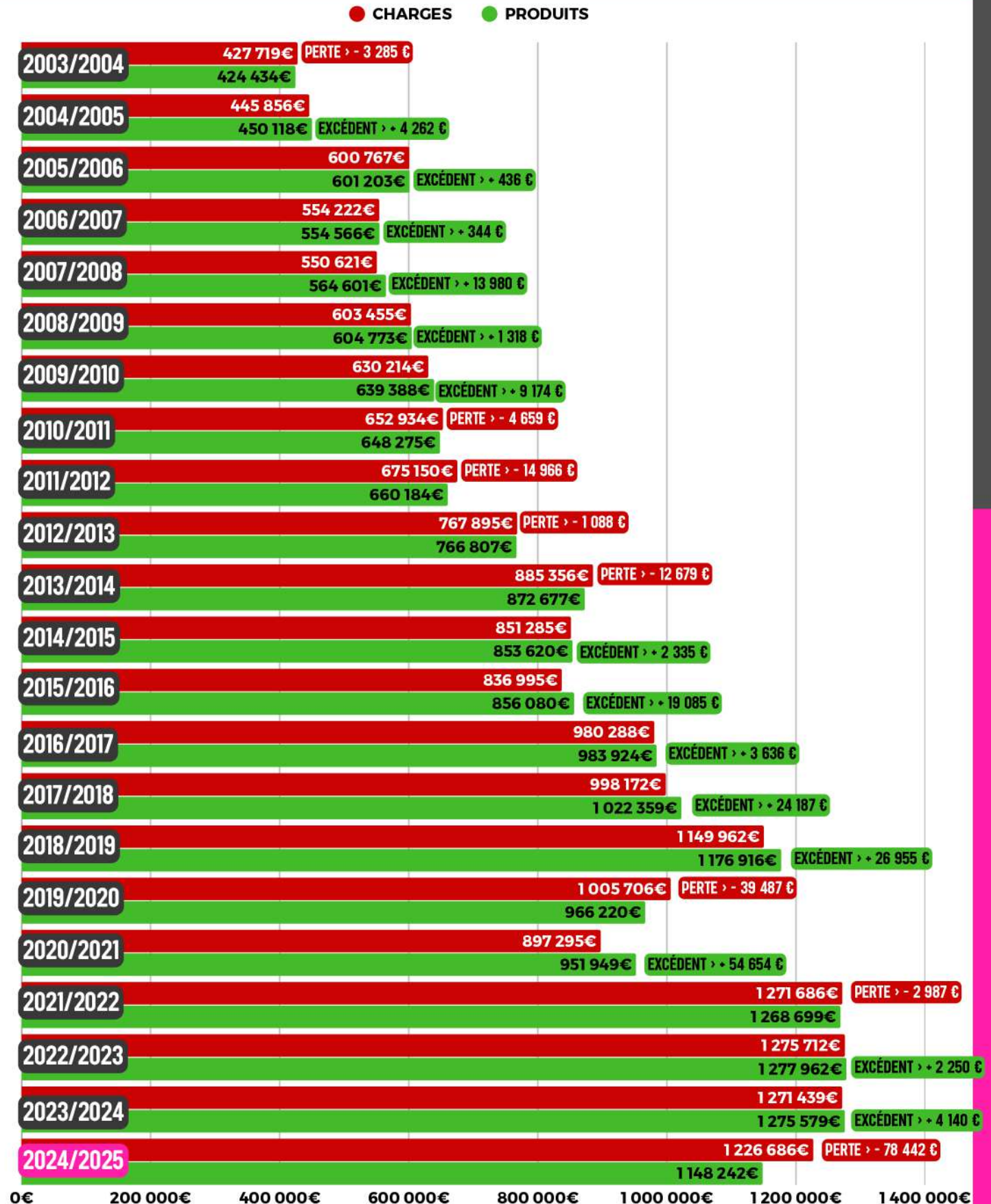


732 210 €

Rappel au 31/08/24 > 833 145 €

2.3 | COMPTE DE RÉSULTATS

Le compte de résultats est le document comptable synthétisant l'ensemble des charges et des produits de l'association pour l'exercice comptable allant du 01/09/2024 au 31/08/2025. Ce document donne le résultat net de l'exercice, qui peut être positif (excédent) ou négatif (perte).



CHARGES..... 1 226 686 €

Ce que l'association a dépensé entre le 01/09/24 et le 31/08/25 | Rappel 2023/2024 > 1 271 439 €

ACHATS



Pharmacie, emballages, papeterie, eau, électricité, carburant, petits équipements divers, fournitures pédagogique, textile, alimentation, boissons, produits d'entretien, autres matières premières

91 244 €

Soit 7.4% des dépenses
Rappel 2023/24 > 100 878 € (7.9%)

SOUS-TRAITANCES EXTERNES



Prestations encadrements activités, prestations culturelles, techniques, administratives et juridiques, crédit-bail véhicules, locations, réparations, maintenances, assurances, honoraires, communication, frais de missions, fêtes et cérémonies, téléphone et internet, affranchissements, commissions, cotisations, affiliations, licences et engagements aux fédérations, commissions diverses, frais d'organisations des compétitions, sorties et séjours.

274 062 €

Soit 22.3% des dépenses
Rappel 2023/24 > 342 130 € (26.9%)

IMPÔTS & TAXES



Taxe sur les salaires, formation professionnelle, foncier, ordures ménagères, analyses sanitaires, droits d'auteurs, SACEM.

31 363 €

Soit 2.6 % des dépenses
Rappel 2023/24 > 27 828 € (2.2%)

CHARGES DE PERSONNEL



Rémunérations brutes, charges patronales, avantages en nature, congés payés, œuvres sociales, cachets et charges intermittents, formation professionnelles, mise à disposition de personnel, déduction des aides à l'emploi, déduction des remboursements de la CPAM et de la Prévoyance.

737 549 €

Soit 60.1 % des dépenses
Rappel 2023/24 > 692 446 € (54.5%)

AMORTISSEMENTS & PROVISIONS



Dotation aux amortissements, provisions de l'exercice.

83 492 €

Soit 6.8 % des dépenses 2024/25
Rappel 2023/24 > 89 269 € (7%)

AUTRES CHARGES



Frais de gestion, impayés, intérêts prêts bancaires, pénalités et amendes, charges exceptionnelles, charges sur exercices antérieurs, charges diverses de gestion.

8 976 €

Soit 0.8 % des dépenses 2024/25
Rappel 2023/24 > 18 888 € (1.5%)

PRODUITS..... 1 148 242 €

Ce que l'association a perçu entre le 01/09/24 et le 31/08/25 | Rappel 2023/2024 > 1 275 579 €

430 204 €

Soit 37.5% des recettes 2024/25
Rappel 2023/24 > 475 024 € (37.2%)

ADHÉRENTS & USAGERS

Adhésions à l'association, cotisations activités, participations aux sorties ou séjours, participations aux animations et manifestations.



458 527 €

Soit 39.9% des recettes 2024/25
Rappel 2023/24 > 491 525 € (38.5%)

SERVICES

Ventes de produits ou de marchandises, ventes de services ou d'animations, prestations enfance et jeunesse, prestations de formation, prestations sociales, prestations restauration, hébergement et accueil de réunions et séminaires.



2 292 €

Soit 0.2% des recettes 2024/25
Rappel 2023/24 > 14 960 € (1.2%)

MÉCÉNAT & SPONSORING

Sponsoring, mécénat, dons des adhérents ou des particuliers.



250 090 €

Soit 21.8% des recettes 2024/25
Rappel 2023/24 > 292 954 € (23%)

SUBVENTIONS

État (Direction Régionale des Affaires Culturelles | Direction de Région Académique à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports | Agence Nationale du Sport).
Mairie, Communauté Commune, Département, Région, Habitat Audois, CAF et MSA.
Quote-part à affecter sur plusieurs exercices comptables des subventions d'investissements



7 129 €

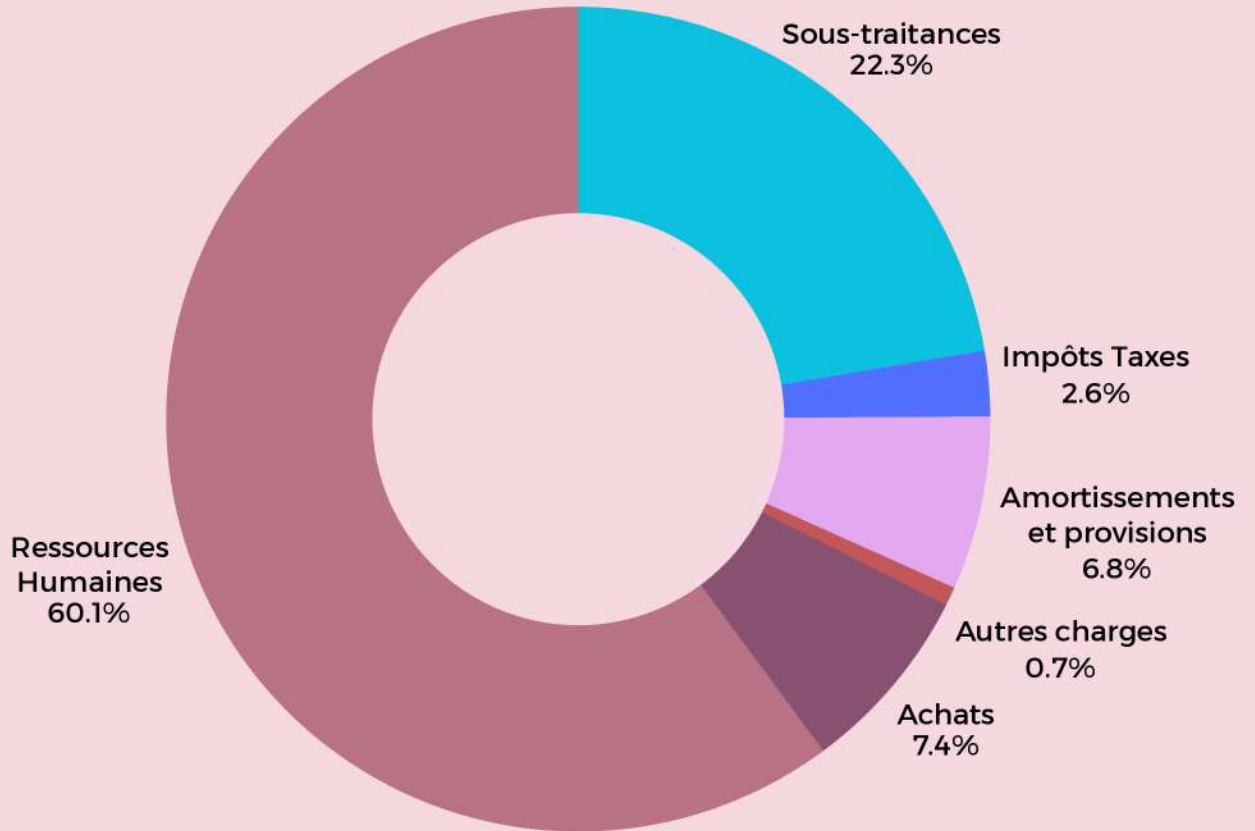
Soit 0.6% des recettes 2024/25
Rappel 2023/2024 > 1 116 € (0.1%)

AUTRES PRODUITS

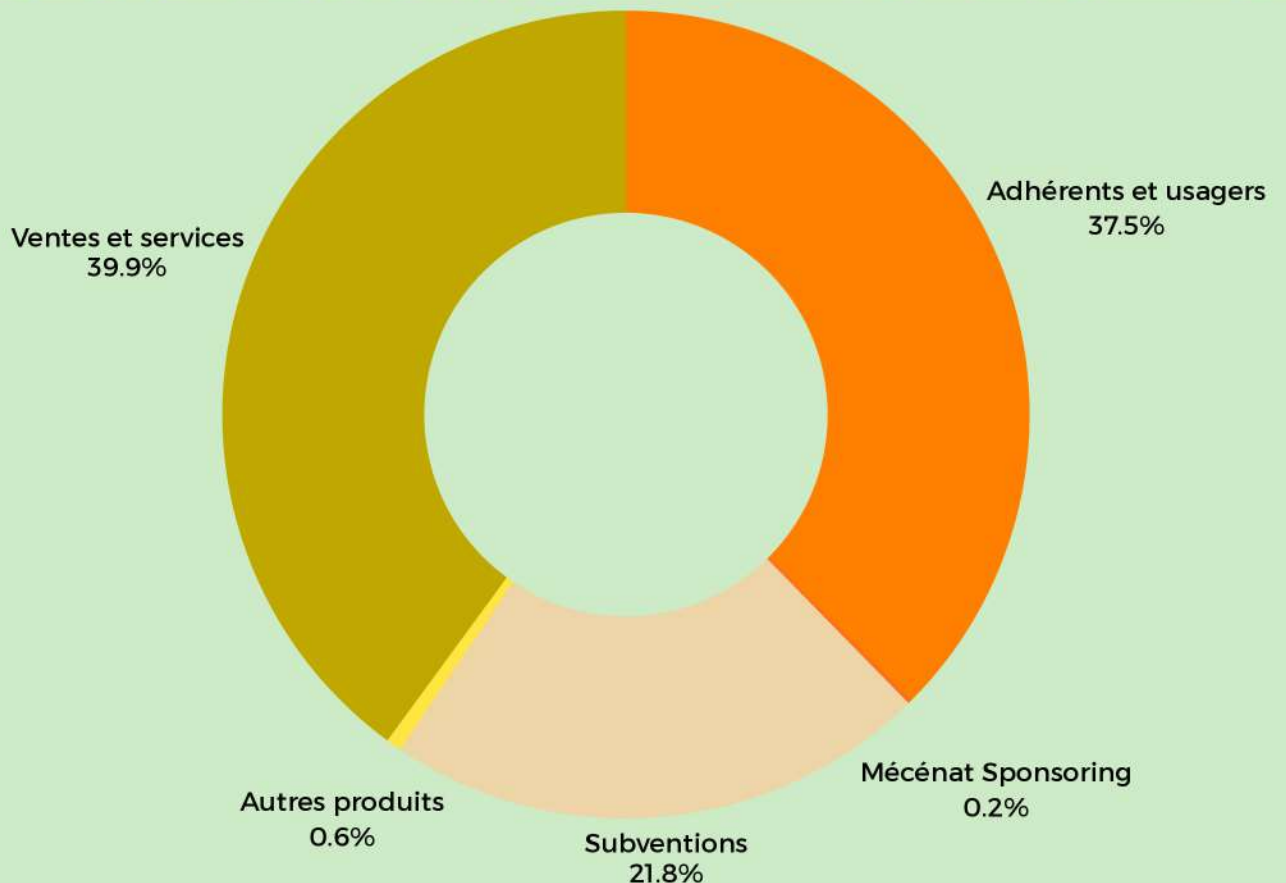
Produits de gestion, produits financiers, reprise sur provisions retraites, produits exceptionnels, reprise d'avoirs non-consommés.



CHARGES.....1 226 686 €

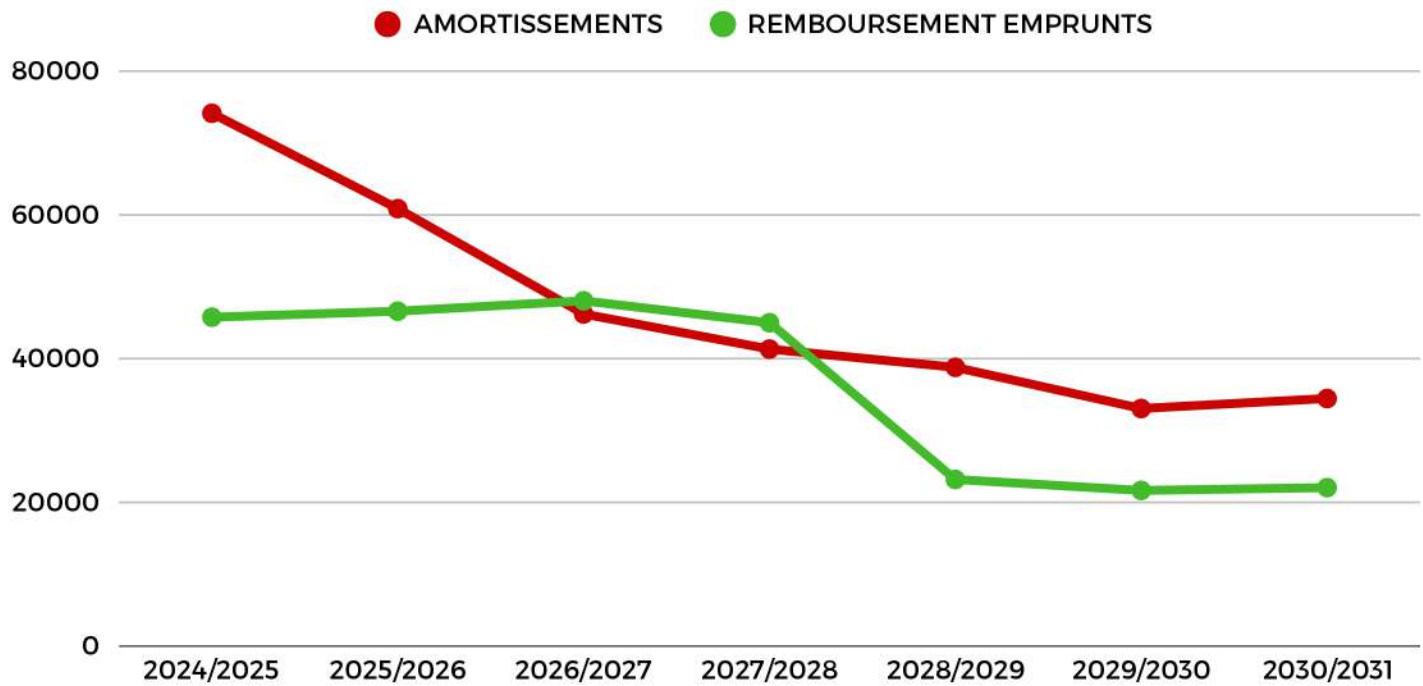


PRODUITS.....1 148 242 €

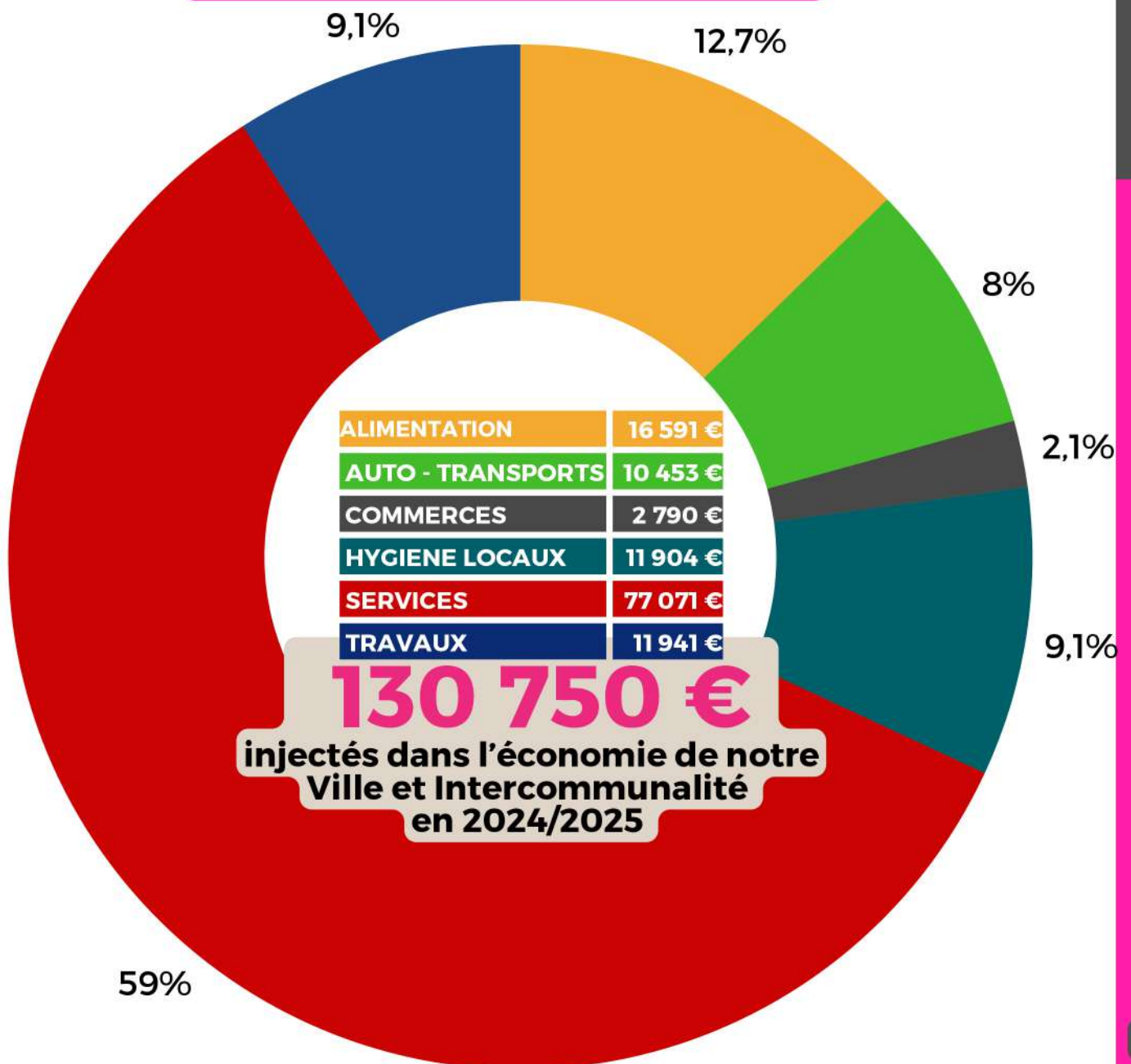


DÉFICIT = - 78 444 €

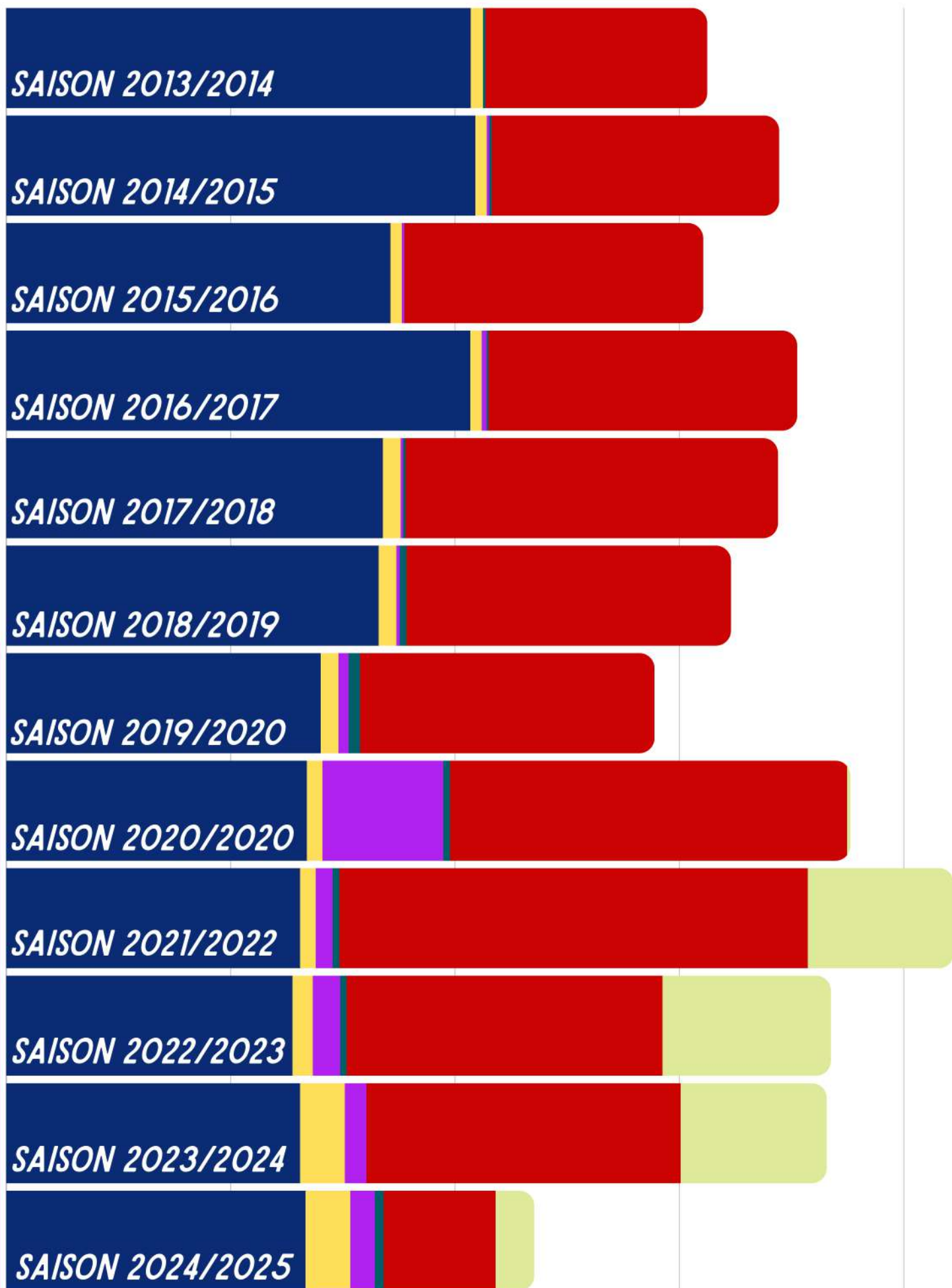
PROJECTION AMORTISSEMENTS & REMBOURSEMENT D'EMPRUNTS



SOUTIEN DE LA MJC À L'ÉCONOMIE LOCALE



SOUTIENS FINANCIERS (SUBVENTIONS+AIDE A L'EMPLOI) DE 2013 À 2025



SOUTIENS FINANCIERS DE 2013 À 2025 (FONCTIONNEMENT - INVESTISSEMENT - AIDE A L'EMPLOI)

	MAIRIE	INTERCO	DÉPARTEMENT	RÉGION	ÉTAT	MICROFOLIE FABLAB
2013/2014	207 121 €	5 500 €		1 000 €	98 758 €	
2014/2015	209 227 €	5 000 €	1 200 €	1 000 €	128 027 €	
2015/2016	171 349 €	5 000 €	1 200 €	0 €	133 034 €	
2016/2017	206 970 €	5 000 €	2 200 €	760 €	137 565 €	
2017/2018	167 850 €	8 000 €	1 200 €	1 000 €	165 872€	
2018/2019	166 035 €	8 000 €	1 500 €	3 000 €	144 425€	
2019/2020	140 209 €	8 000 €	4 500 €	5 000 €	131 172€	
2020/2021	134 000 €	7 000 €	53 895 €	3 000 €	176 861€	1 452 €
2021/2022	131 000 €	7 000 €	7 600 €	3 000 €	208 715 €	65 000 €
2022/2023	127 667 €	9 000 €	12 160 €	3 000 €	140 662 €	75 000 €
2023/2024	131 000 €	20 000 €	9 600 €	0 €	140 018 €	65 000 €
2024/2025	133 500 €	20 000 €	10 900 €	4 000 €	126 897 €	17 071 €

FOCUS SUR LES SUBVENTIONS DE LANCEMENT DE LA MICRO-FOLIE ET DU FABLAB

	2020/2021	2021/2022	2022/2023	2023/2024	2024/2025	
Région		30 000 €	40 000 €	30 000 €		100 000 €
Département	1 452 €	24 150 €	24 150 €	24 150 €	11 097 €	85 000 €
État		10 850 €	10 850 €	10 850 €	5 974 €	38 523 €
	1 452€	65 000 €	75 000 €	65 000 €	17 071 €	223 523 €

RÉPARTITION AIDES DE L'ÉTAT ENTRE 2020 ET 2025





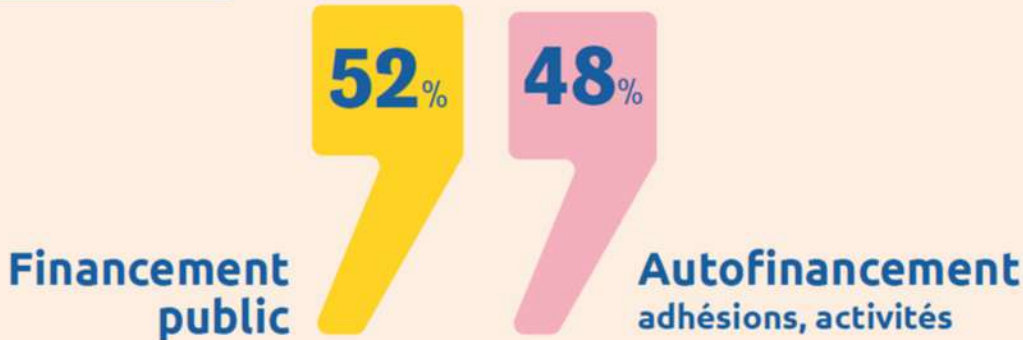
Chiffres clés des MJC

Indicateurs

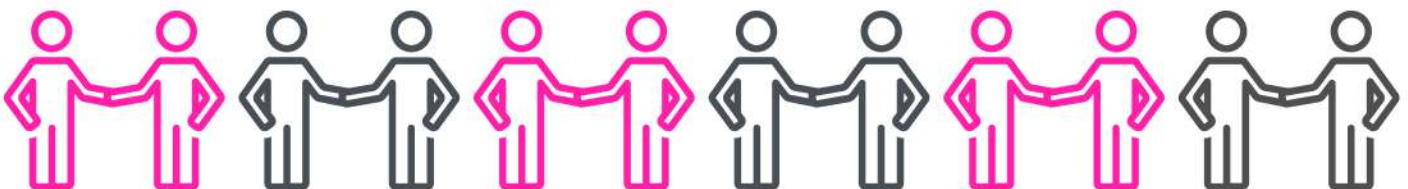
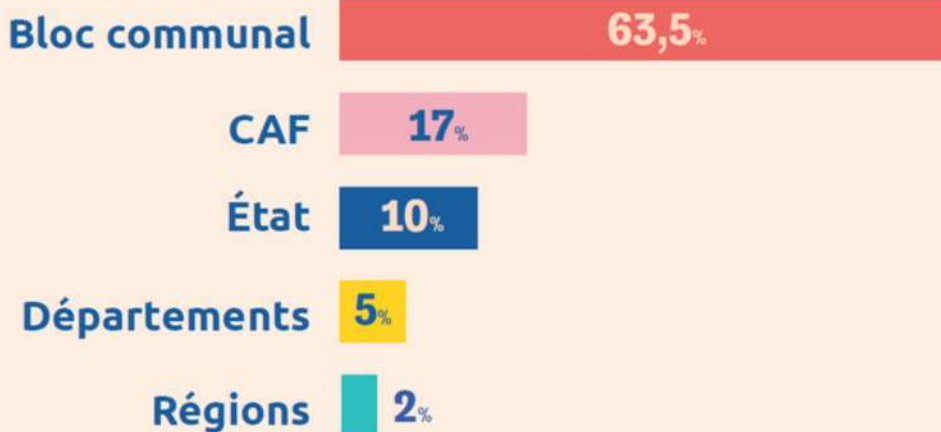


1 000
associations

Budget type d'une MJC



Répartition du financement public



3

2024 2025

NOS FORCES VIVES

La diversité, la richesse et la qualité des activités et des actions proposées par la MJC en 2024/2025 sont le fruit d'un travail collectif réunissant l'ensemble des forces vives de l'association, qu'elles soient bénévoles ou professionnelles.

Cette collaboration efficace repose sur le respect des rôles et des statuts de chacun, une répartition claire des missions et des échanges réguliers permettant d'assurer cohérence, réactivité et continuité dans les projets.

Depuis 1946, et plus encore en période de crise, la complémentarité entre bénévoles et professionnel-le-s constitue le socle indispensable à la pérennité, à la vitalité et à l'identité même de la MJC.

3.1 | NOS BÉNÉVOLES

Le bénévolat, aussi bien dans l'animation d'une section ou d'un club que dans le fonctionnement statutaire, constitue un élément essentiel de notre organisation. Plus de 90 personnes consacrent de leur temps à l'animation, à l'encadrement, à l'organisation des activités et aux actions de la MJC.



Les administrateurs-trices élu-e-s par l'A.G.

		NOM / PRÉNOM	PROFESSION	ÉLU(E) DEPUIS	BUREAU EXÉCUTIF
TIERS-SORTANT 2028 ÉLU EN 2025	1	CHAIGNON-TRIAS Christiane	Professeure Histoire-Géographie	2020	
	2	DEJEAN Thierry	Professeur d'Economie	2022	
	3	EL AOUD Hamid	Secrétaire Général de Mairie	2022	Trésorier-Adjoint
	4	FAGNONI Anne-Marie	Directrice d'Ecole retraitée	2011	Vice-Présidente
	5	FERRUCCI Mylène	Professeure retraitée	2009	
	6	MADAULE Denise	Assistante Sociale retraitée	2022	
	7	MATIGNON Laurence	Secrétaire Général de Mairie	2023	
	8	PÉRILLOU Jean	Cadre des finances publiques	2003	Trésorier Général
TIERS-SORTANT 2026 ÉLU EN 2023	9	BOUSQUET Nicole	Retraitée de la DDE	2021	
	10	DAMAS Jean-Marie	Directeur d'école retraité	2009	
	11	HATTON Daniel	Chef ent. de transports retraité	2019	
	12	HAUDRECHY Jeanine	Animatrice Educatrice retraitée	2024	
	13	MONVILLE Nicole	Inspectrice douanes retraitée	2024	
	14	PAUBLANT Delphine	Professeure des Ecoles	2009	Secrétaire Générale
	15	PUIG Marion	Artisan métier d'art retraitée	2018	
	16	THEALLER Bertrand	Contrôleur SNCF retraité	2018	
TIERS-SORTANT 2027 ÉLU EN 2024	17	ANGELVY Dominique	Documentaliste en lycée	2022	Secrétaire-Adjoint
	18	AVY Gilles	Boulangier retraité	2024	
	19	ESTEBANEZ Patrick	Viticulteur & Ebéniste retraité	2024	
	20	FERRERES Christine	Aide-ménagère retraitée	2019	
	21	KIDD Nadine	Professeure d'anglais retraitée	2024	
	22	MERCIER Martine	Enseignante retraitée	2013	Vice-Présidente Déléguée
	23	POINCIN Fabienne	Enseignante retraitée	2015	
	24	POURSINE Isabelle	Rédactrice en assurance	2001	Présidente



Les membres associés du Conseil d'Administration

Ils peuvent être des personnes physiques (avec voix délibérative) ou morales (avec voix consultative), choisies en fonction de l'intérêt qu'elles représentent pour l'association. Ils sont renouvelés tous les ans par liste, sur proposition du Conseil d'Administration et à la majorité absolue des exprimés.

26



	NOM / PRÉNOM	PROFESSION	ÉLU(E) DEPUIS	BUREAU EXÉCUTIF
25	Nicole CLARETO	Educatrice spécialisée retraitée	2003	
26	Alain QUINTANE	Trésorier principal des finances publiques	2003	Assesseur
27	Claire VALETTE	Conseillère mutualiste en retraite	1991	Assesseur

25



27



Les référents bénévoles des clubs



AIKIDO
Hamid EL ALOUD



BOULANGERIE
Gilles AVY



ATHLÉTIC-CLUB
Viviane MARTINOLLE



COURSE D'ORIENTATION
Guilhem SANT



BADMINTON
Olivier TRÉMOULET



RANDO MONTAGNE
Francine PÉREZ



RANDO PÉDESTRE
Fabienne POINCIN



TRICOT
Michèle MINNI



SKI
André BERTHELOT



TENNIS DE TABLE
Isabelle POURGINE



BELOTE / TAROT / BRIDGE
Bertrand THEALLER



LECTURE / PATRIMOINE
Jean-Marie DAMAS



SCRABBLE
Aline DAMAS



PHILO
Madeleine RENAULT



PHILO
Bernard GARCIA



CANYONING
Jean BRUNEL



MÉMOIRE LÉZIGNANAISE
Marie-Jo ESCARÉ



COUTURE
Anne-Marie FAGNONI



PATCHWORKS
Marilyne THEALLER



DANSES TRADITIONNELLES
HERTRICH Raphaël



ATHLÉTISME
THOMMERET Philippe



COMPAGNIE DU TILLEUL
Roger FABRY



CHORALE
Hubert LACHAMBRE



DANSES TRADITIONNELLES
Marc LIEGEY



SORTIES DÉCOUVERTE - EVS
Nicole CLARETO



PHOTOGRAPHIE
Sylvie COGRANNE



FELDENKRAÏS
Véronique BEZIAT



CAFÉ-POESIE
Dominique ANGELVY



PÂTISSERIE
GERNEZ Frédéric



SCRAPBOOKING
Annie GOSSET



Canyoning
Eric QUEZEL



BIODANZA
Corinne SALA



DANSE DE SALON
Fernand BOURREL



JUMELAGE
Jacky PINTEAUX



CROCHET
Cécile SANTAMARIA



CLOWN
Alain COMMERE



EVS - ECO ATELIER
Nicolas ROUDOVSKI



EVS - BRICOLE CAFÉ
Patrick ESTEBANEZ



EVS - BRICOLE CAFÉ
Thierry MUNOZ



FLAMENCO
Conchita LA MORENA



BOXE THAI
Olivier GONZALES

CHIFFRES-CLÉS

90 personnes consacrent en moyenne 3h hebdomadaires de bénévolat à la MJC.
13.000 heures de bénévolat soit près de 295.000 € de rémunérations économisées

3.2 | NOS SALARIÉS

L'équipe salariée de la MJC met ses compétences professionnelles au service du projet associatif et contribue chaque jour à le faire vivre.

Leur action s'inscrit en complémentarité étroite avec celle des bénévoles, dont l'engagement, la vision et l'énergie citoyenne constituent le cœur du projet.

Ensemble, professionnels et bénévoles forment une équipe solidaire, où chacun apporte sa part pour développer des actions culturelles, éducatives et sociales au service du territoire.

En 2024/2025, la MJC a compté jusqu'à 60 salariés embauchés en direct.

À cet effectif s'ajoute le poste de Direction, mis à disposition par la FRMJC Occitanie.

La structure applique la Convention Collective Nationale ÉCLAT, qui encadre les métiers de l'Éducation, de la Culture, des Loisirs et de l'Animation œuvrant pour l'utilité sociale et environnementale au service des territoires. La MJC est également adhérente au syndicat employeur HEXOPÉE (ex-CNEA), qui l'accompagne dans l'ensemble des démarches juridiques liées à la gestion des ressources humaines..



PROFIL DES SALARIÉS DE LA MJC EN 2024/2025

En 2024/2025, la MJC a rémunéré 60 personnes. La répartition femmes-hommes reflète une équipe majoritairement féminine, avec 67 % de femmes et 33 % d'hommes. L'âge moyen des salariés s'établissait à 36 ans.

La structure d'âge de l'équipe montre une diversité générationnelle importante :

- 11 salariés âgés de 16 à 20 ans (18 %)
- 18 salariés âgés de 21 à 30 ans (30 %)
- 9 salariés âgés de 31 à 40 ans (15 %)
- 7 salariés âgés de 41 à 50 ans (12 %)
- 9 salariés âgés de 51 à 60 ans (15 %)
- 6 salariés âgés de 61 ans et plus (10 %)

L'employée la plus jeune avait 16 ans, tandis que la plus âgée en comptait 66, illustrant la richesse intergénérationnelle de notre équipe.



CONTRATS ET TEMPS DE TRAVAIL

En 2024/2025, la MJC a compté 43 salariés permanents, dont 22 postes à temps complet et 20 postes à temps partiel, représentant un total de 24 équivalents temps plein (ETP).

À ces effectifs s'ajoutent 17 Contrats d'Engagement Éducatif (CEE), mobilisés pour les besoins ponctuels d'animation.

Au total, 60 salariés ont travaillé pour la MJC au cours de l'année.

La répartition des contrats était la suivante :

- 31 salariés employés en Contrat à Durée Indéterminée (CDI) ;
- 12 salariés en Contrat à Durée Déterminée (CDD), dont 4 contrats aidés et 8 CDD pour accroissement temporaire d'activité ;
- 17 salariés engagés sous Contrat d'Engagement Éducatif (CEE), rémunérés sur la base de forfaits journaliers.

Le CEE est un contrat spécifique, régi non pas par le Code du Travail mais par le Code de l'Action Sociale et des Familles. Il est réservé aux animateurs et directeurs encadrant des mineurs dans le cadre d'accueils collectifs.

Ce dispositif permet de répondre à des besoins ponctuels, dans un cadre dérogatoire :

- limitation à 80 jours sur 12 mois consécutifs pour un même employeur ;
- temps de travail non soumis aux règles classiques, mais avec obligation de repos ;
- rémunération au forfait jour, fixée à 80 € brut par jour travaillé ;
- impossibilité de remplacer un CDI ou un CDD classique.

Ce cadre garantit une utilisation conforme et responsable de ce type de contrat, en cohérence avec les exigences réglementaires du secteur de l'animation.



MISSIONS DE NOS SALARIÉS

Concernant les missions confiées à nos salariés, en 2024/2025 nous avons :

- 10 postes techniques (agent d'entretien ou de service, restauration) ce qui représente 17 % de l'effectif total.
- 6 postes administratifs (accueil, secrétariat, comptabilité, direction, surveillance) soit 10 % de l'effectif total.
- 44 postes d'animation (ACM, clubs, culture, numérique, EVS, ...) soit 73 % de l'effectif total.



CHIFFRES-CLÉS

2024/2025

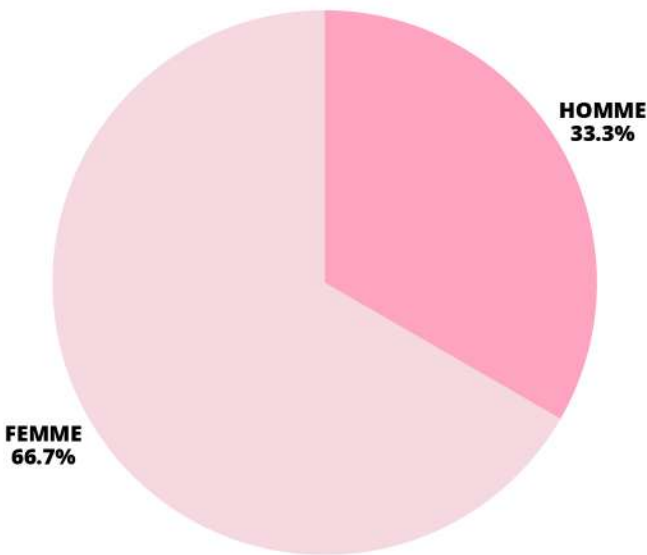
60 salariés-es soit **24 équivalent temps plein**

- dont **22 postes à temps plein**
- dont **21 postes à temps partiel**
- dont **17 postes en forfait jour**

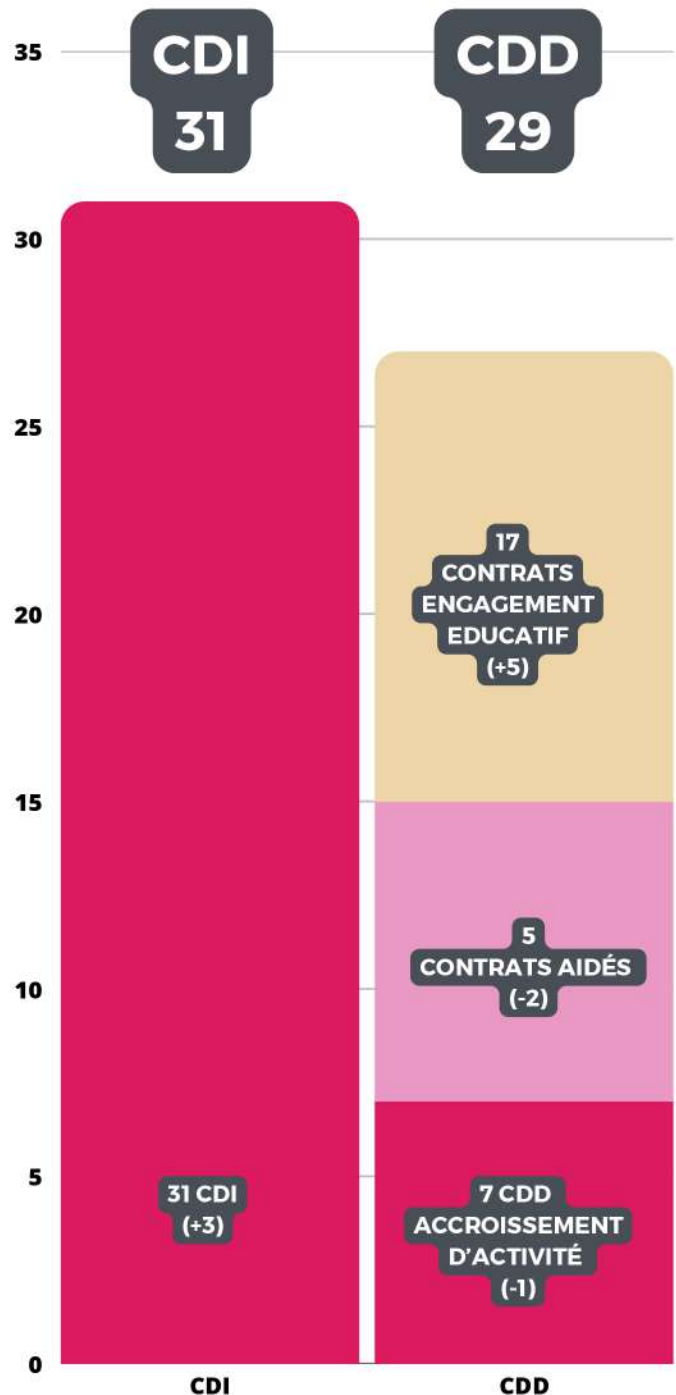
476 bulletins de salaires édités

43 965 heures rémunérées pour les permanents et **375 jours** pour les Contrat d'Engagement Educatif

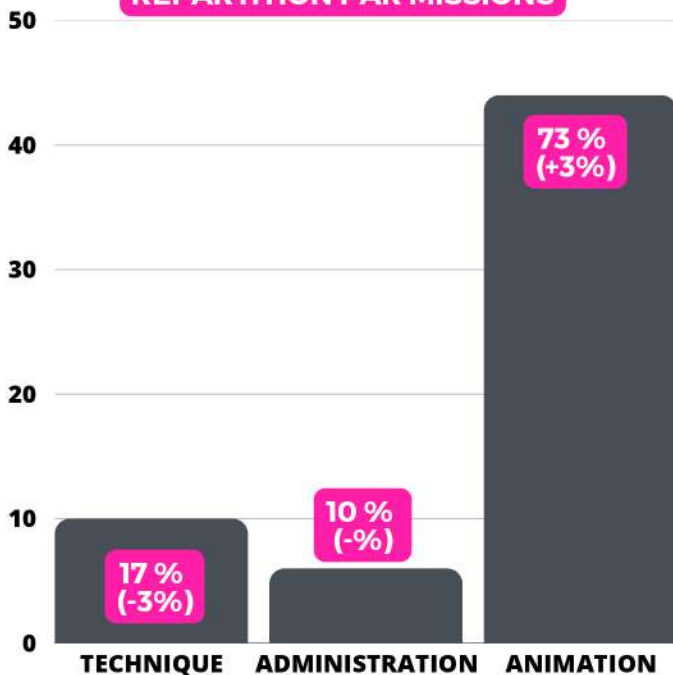
GENRE DES SALARIÉS



RÉPARTITION ET TYPES DE CONTRATS



RÉPARTITION PAR MISSIONS





CLASSIFICATION DES PERMANENTS :

Notre Convention de Branche est la convention collective ECLAT. La convention collective ÉCLAT (IDCC 1518, brochure n°3246) est la référence nationale pour les métiers de l'éducation, de la culture, des loisirs et de l'animation.

Elle encadre les droits et obligations des employeurs et salariés du secteur, notamment les conditions de travail, les salaires, les congés et la protection sociale.

Les salaires sont définis par niveaux et coefficients selon un grille de classification.

Les salariés sont positionnés dans cette grille générale en fonction des tâches, missions confiées et degrés d'autonomie.

Il existe également une grille spécifique pour les animateurs d'activités intervenant uniquement sur les périodes scolaires.

Au 31/08/2025 sur les 43 salariés permanents (hors Contrats d'Engagement Éducatif) :

- 37 salariés ont relevé de la grille générale
- 6 salariés ont relevé de la grille spécifique



ÉVOLUTION DE L'EFFECTIF ET ANCIENNETÉ DES SALARIÉS

Concernant les arrivées et départs, en 2024/2025 nous avons enregistré 10 entrées contre 14 sorties de salariés. Les raisons des départs de salariés en 2024-2025 :

- Contrats à Durée Déterminée arrivés à terme pour 6 salariés
- Démissions pour 5 salariés
- 3 ruptures conventionnelles
- 1 départ en retraite

Concernant l'ancienneté dans l'association, la moyenne de l'ancienneté des permanents (CDI + CDD) est de 5 ans en 2024/2025.

- 8 employés ont moins de 1 an d'ancienneté.
- 19 employés ont entre 1 et 5 ans d'ancienneté
- 10 employés ont entre 5 et 10 ans d'ancienneté
- 4 employés ont entre 10 et 20 ans d'ancienneté
- 2 employés ont plus de 20 ans d'ancienneté

Autres points significatifs sur l'évolution de l'effectif :

- Besoin plus important en CEE en raison de la hausse de la fréquentation des Accueils Collectifs de Mineurs.
- Baisse importante des contrats aidés attribués par l'Etat.
- Restructuration de l'Athlétic-Club
- Un salarié est en congés sans solde sur la totalité de la période.
- Suite à la perte de contrats aidés, nous avons également titularisé trois CDD en CDI (1 veilleur de nuit et un animateur)



ÉVOLUTION DE L'EFFECTIF ET ANCIENNETÉ DES SALARIÉS

L'employeur a l'obligation générale d'assurer la sécurité et de protéger la santé physique et mentale de l'ensemble de ses salariés. Cette responsabilité implique la mise en place de mesures de prévention adaptées, tenant compte de l'évolution des postes, des organisations et des risques identifiés. À ce titre, l'évaluation régulière des risques professionnels constitue un élément central. Elle se matérialise par l'élaboration et la mise à jour du Document Unique d'Évaluation des Risques Professionnels (DUERP), auquel doit être associé un plan d'actions visant à réduire ou supprimer les risques identifiés.



LA FORMATION PROFESSIONNELLE DES SALARIÉS

Dans le secteur associatif, la formation occupe une place essentielle pour garantir la qualité des actions menées et accompagner le développement des équipes. Beaucoup d'associations soutenues par l'OPCO Uniformation bénéficient d'une prise en charge financière, ce qui représente un atout majeur. Pourtant, la mise en place d'un plan de formation professionnel, structuré reste indispensable. Loin d'être un simple document administratif, il constitue un véritable outil de pilotage stratégique.

Le secteur associatif évolue : réglementation, exigences des financeurs, attentes des usagers, outils numériques, sécurité... Pour y répondre, il faut des équipes formées et engagées. Élaborer un plan de formation permet :

- d'harmoniser les pratiques entre salariés et bénévoles,
- de soutenir la montée en compétences des nouveaux arrivants,
- de garantir un niveau de qualité constant dans les projets menés,
- d'adapter les compétences aux nouvelles obligations.

Proposer des formations régulières, choisies et construites dans un cadre clair, est un excellent moyen de valoriser les salariés, renforcer l'engagement de chacun, limiter le turnover souvent élevé dans le milieu associatif. Le plan de formation contribue ainsi à créer une dynamique positive et durable au sein de l'équipe.

Nous avons obtenu en 2024/2025 près de 60.300 € de la part d'UNIFORMATION notre OPCO, pour financer les frais pédagogiques, les frais annexes (restauration, déplacements, hébergements) mais aussi le remboursement des heures de travail des salariés sur les temps passés en formation.

7 salariés ont bénéficié d'actions de formation sur cet exercice.



ŒUVRES SOCIALES

La MJC a mise en place il y a une quinzaine d'année une ligne budgétaire « œuvres sociales » à l'attention des professionnels dans le but de :

- Reconnaître l'investissement et la fidélité des salariés.
- Renforcer la motivation et le bien-être au travail.
- Valoriser l'image solidaire et inclusive de l'association.

Le budget de la saison 2024/2025 était de près de 4.400 € et a concerné 29 salariés éligibles soit la somme de 150 € /par salarié.

 ALBERTUS BAUDRY Tessa [01 02]	 AKKAKAYA Leyla [08]	 ARCAS Maelys [03]	 ARCHIMBEAU Ella [03]	 AREVALO VILLA Elizabeth [04]	 ARNAUD Olivier [05]	 BANU-DUMAC Nella [05]	 BLONDEL-MARTIN Ella [03]	 BOUREGBA Emir-Walid [04]	 BOUTHOUYAK Zoulikha [07]
 BRU Salomé [03]	 CARON Martine [01 08]	 CATHALA Roger [04]	 CHENET Jean-Pierre [01]	 CLAUSTRE Catherine [02 08]	 COACOLO Julien [02 04]	 COLANTONIO LOUNA [03]	 CREPET Nadine [02 03]	 DENTAS Kella [03]	 DEMOUY Maxime [03]
 EL HACHIMI Mohamed [03]	 ELLERON Lola [03]	 FAURE Eric [07]	 GARCIA Sylvie [03 07]	 GENDREU Marine [04]	 GIMENEZ Jean-Billy [02 03]	 GIMENEZ Yvonne [03]	 GONZALEZ Edouardo [04]	 GONZALEZ Mélanie [01 03]	 GRACIA Emmanuelle [04]
 GROSEMOUNE Laetitia [05 07]	 HASNAOUI Camille [03]	 HERNANDEZ Anthony [03]	 JOVANI Laura [01 03]	 LADENT Chloé [05]	 LAFONT Nathalie [05 08]	 LAUGIER Alicia [03]	 LE GOFF Renaud [04 06]	 LEPISSIER Mathilde [01]	 MARION Bryan [04]
 MATHELIER Céline [02 04]	 MESUIL Julie [03]	 MONS Pascal [01]	 MOULET Marie-Claire [04 07]	 NAVARRO Sandrine [04]	 OBSOIS WELTER Roméo [02 04]	 OUHANNOU Nouhayla [03]	 PAGES Viviane [01]	 PINEDA Pauline [03]	 QUEROL Sophie [03]
 RACAUD Laurent [05]	 RIOU Quentin [03]	 STE-COLOMBE Marjorie [04 06]	 SAVALLI Tiphanie [03]	 SCHENATO Thibault [04]	 SCHTROCK Théo [04]	 THEVENET Lou-Anne [03]	 TOURNIER Marie-Lou [03]	 TURLAN-SESTIER Lucie [03]	 VAREILLE Mylène [04]



Légende

- ✓ SALARIÉ MIS À DISPOSITION
- ➡ SALARIÉ(E) ENTRÉ(E) EN 2024/2025
- ➡ SALARIÉ(E) SORTIE EN 2024/2025

- [01] ACCUEIL
- [02] ANIMATION
- [03] ENFANCE / JEUNESSE
- [04] CLUBS / ATELIERS

- [05] HÉBERGEMENT / RESTAURATION
- [06] NUMÉRIQUE
- [07] ENTRETIEN / SERVICE
- [08] ADMINISTRATION / DIRECTION

3.3 | LES INTERVENANTS EXTÉRIEURS

Pour l'animation de certaines de nos activités, la MJC a désormais recours à des collaborateurs qui ne sont pas liés à nous par un contrat de travail.

Il peut s'agir de salariés-es d'une autre association partenaire de la MJC dans le cadre de la mutualisation d'emploi. Le prestataire définit seul les moyens et le personnel qu'il mobilise. Un contrat de prestation est signé avec la MJC et, tous les six mois, le prestataire doit prouver à la MJC qu'il est à jour de ses obligations légales.



YEUNG
BINBIN
(DANSE ZEN /
MANDARIN)



CABRA
MYRIAM
(YOGA)



CAPDEVILLE
CLAUDIE
(AQUARELLE)



CHARDOU
AMAR
(HIP-HOP)



JACOB
FRÉDÉRIQUE
(DESSIN/PEINTURE)



LERAY
VÉRONIQUE
(SOPHROLOGIE)



CARNACHA
ROSI
(CIRQUE)



FILLAQUIER
Benoît
(ŒNOLOGIE)



ROUX
Laetitia
(ZUMBA)



SAKO
OUSSENI
(DANSE AFRICAINE)



LE PIVERT
ROLAND
(CIRQUE)



SOUEF
CARMEN
(FELDENKRAÏS)



VIOLETTE
VINCENT
(POTERIE/MODELAGE)



LAYADI JULIEN
(LUTTE TENNIS DE
TABLE)



SALA
CORINNE
(BIODANZA)



BARDOT
HÉLÈNE
(CONTE)



MILLER
MARJORIE
(ANGLAIS)



ANGARICA
DAMIAN
(SALSA/BACHATA)

3.4 | LES VOLONTAIRES ET STAGIAIRES

Depuis 2010, par le biais du réseau national, notre MJC est agréée pour accueillir des jeunes volontaires en Service Civique. L'objectif de l'engagement de Service Civique est de mobiliser la jeunesse pour répondre aux défis de la société. Ouvert à tous les jeunes de 16 à 25 ans, jusqu'à 30 ans en situation de handicap, il offre un cadre d'engagement où les jeunes pourront se côtoyer et vivre une expérience humaine unique. Pour être volontaire, seuls comptent la motivation et le savoir-être. Tessa ALBERTUS-BAUDRY s'est impliquée dans les missions qui leur ont été confiées. Son volontariat s'est terminée en novembre 2024. Nous n'avons pas accueilli d'autres volontaires en 2024/2025.

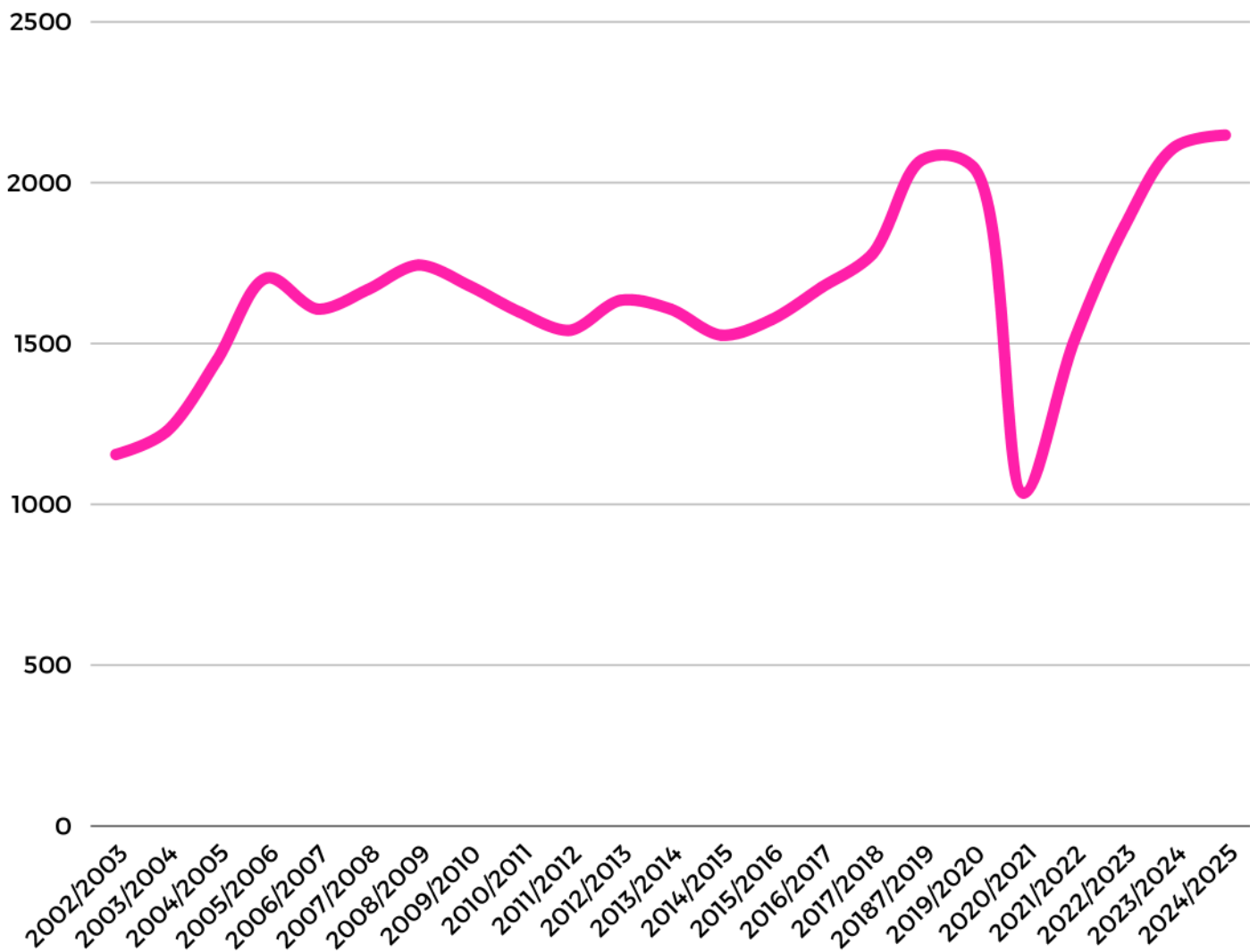
Cette année, la MJC a accueilli 18 stagiaires, issus de parcours et de formations variés. Leur présence a constitué un véritable atout pour la structure : chacun d'eux a apporté son énergie, ses compétences en développement, en animation ou en médiation, ainsi qu'un regard neuf sur nos pratiques. Encadrés par l'équipe professionnelle, ils ont pu découvrir le fonctionnement associatif, participer à des projets concrets et contribuer activement à la vie quotidienne de la MJC. Cette dynamique d'accueil et de transmission s'inscrit pleinement dans nos valeurs d'éducation populaire et de soutien aux jeunes en formation.

Merci à Noa GRACIA, Lou BOUTET, Eva LABATTUT, Liza HASSAB, Noémie PERAL, Célia GUERIN-CASAL, Zoé THEVENIN, Laetitia MARTIN, Marilou TOURNIER, Yvonne GIMENEZ, Kélie DANTAS, Lola ELLERON, Ambre LANTA, Laurine LEMAIRE, Ella ARCHIMBEAU, Lou-Anne THEVENET, Alicia LAUGIER, Axel JUN-LOSSE.

3.5 | LES ADHÉRENTS

Si, adhérer à la MJC, permet principalement de pratiquer nos activités, ce geste est d'abord la matérialisation d'un soutien aux projets et aux valeurs de l'association. La saison 2024-2025, avec 2 148 adhérents, confirme la progression du nombre d'adhésions entamée depuis quelques années. Cette saison encore la barre symbolique des 2 000 adhérents et dépassée et atteint le plus haut taux d'adhésion depuis la création de notre association. A noter une augmentation significative des jeunes avec 34% de moins de 18 ans contre 29% la saison précédente. L'ensemble de l'équipe, bénévoles et salariés, s'est engagé pour diversifier et enrichir les activités proposées afin que chacun, petit ou grand, puisse s'épanouir dans la pratique de son choix.

ÉVOLUTION DU NOMBRE D'ADHÉSIONS DE 2002 À 2025



NOMBRE D'ADHÉSIONS PAR SAISONS

2002/2003	1155	2008/2009	1744	2014/2015	1526	2020/2021	1035
2003/2004	1226	2009/2010	1680	2015/2016	1574	2021/2022	1507
2004/2005	1447	2010/2011	1598	2016/2017	1675	2022/2023	1864
2005/2006	1704	2011/2012	1541	2017/2018	1778	2023/2024	2111
2006/2007	1607	2012/2013	1634	2018/2019	2072	2024/2025	2148
2007/2008	1668	2013/2014	1607	2019/2020	2049		



CHIFFRES-CLÉS

2024/2025

2148 adhésions enregistrées

- 34% des adhérent-e-s ont moins de 18 ans
- 40% des adhérent-e-s ont plus de 60 ans.
- 84% des adhérent-e-s résidents sur l'intercommunalité de Lézignan
- 45% des adhérent-e-s habitent à Lézignan

TYPES D'ADHÉSIONS SOUSCRITES EN 2024/2025

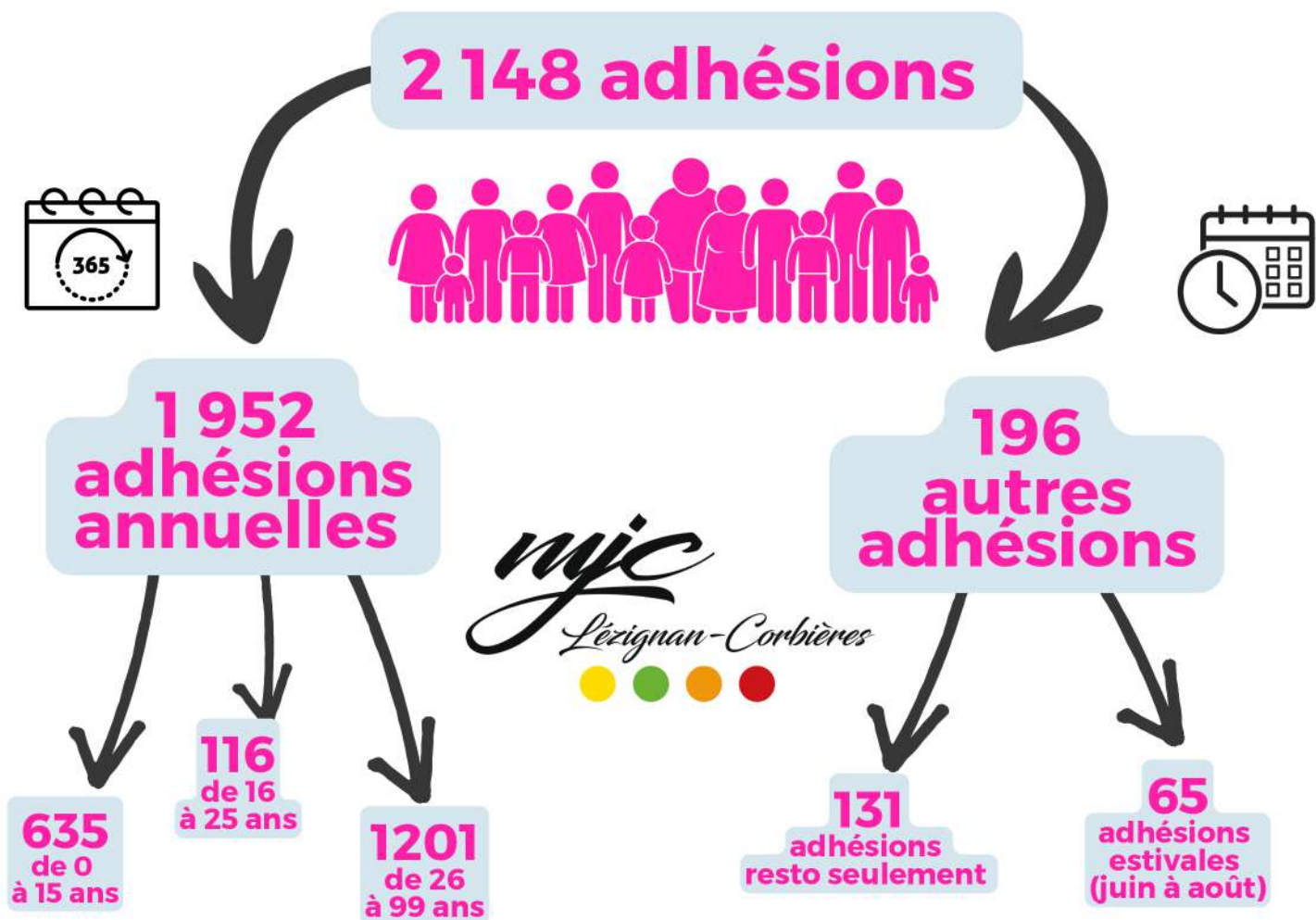


TABLEAU DE RÉPARTITION DES ADHÉSIONS PAR COMMUNES DE PROVENANCE

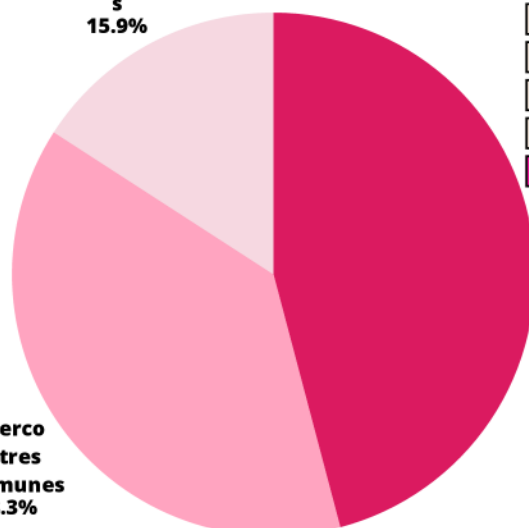
COMMUNE	Nb	%
AIGUES-VIVES	2	0.09%
ALAIGNE	1	0.04%
ARGELIERS	3	0.14%
ARMISSAN	1	0.04%
AZILLANET	8	0.37%
AZILLE	12	0.55%
BADENS	1	0.04%
BARBAIRA	1	0.04%
BEAUFORT	6	0.28%
BEDARIEUX	2	0.09%
BÉZIERS	2	0.09%
BIZANET	10	0.46%
BIZE-MINERVOIS	2	0.09%
BLOMAC	4	0.18%
BUGARACH	2	0.09%
CAPENDU	11	0.51%
CAPESTANG	3	0.14%
CARCASSONNE	12	0.55%
CAUNETTE-EN-VAL	4	0.18%
CAZLLHAC	2	0.09%
CESSERAS	6	0.28%
COMIGNE	2	0.09%
COURSAN	1	0.04%
DOUZENS	26	1.21%
DURBAN-CORBIÈRES	2	0.09%
ESPÉRAZA	1	0.04%
FLEURY	2	0.09%
FONTJONCOUSE	1	0.04%
GINESTAS	4	0.18%
GRUISSAN	1	0.04%
LA CAUNETTE	3	0.14%
LA LIVINIÈRE	3	0.14%
LA PALME	1	0.04%
LA REDORTE	14	0.65%
LAURE MINERVOIS	11	0.51%
LAVALETTE	1	0.04%
MAILHAC	3	0.14%
MARCORIGNAN	1	0.04%
MARSEILLETTE	5	0.23%
MAUREILLAS LAS ILLAS	1	0.04%
MINERVE	2	0.09%
MONTBERON	1	
MONTAZELS	1	0.34%
MONTLAUR	4	1.03%
MONTOLIERS	1	0.68%
MONTPELLIER	3	0.34%
MOUSSAN	3	0.68%
NARBONNE	34	11.64%
NÉVIAN	5	2.4%
OLONZAC	20	3.42%

COMMUNE	Nb	%
OUPIA	8	0.37%
OUVEILLAN	1	0.04%
PELTRE	2	0.09%
PÉPIEUX	12	0.55%
PERPIGNAN	1	0.04%
PEYRIAC DE MER	2	0.09%
PEYRIAC-MINERVOIS	3	0.14%
POUZOLS-MINERVOIS	4	0.18%
PRADELLES EN VAL	1	0.04%
PUICHERIC	5	0.23%
RAISSAC D'AUDE	4	0.18%
RENNES LE CHÂTEAU	1	0.04%
RIEUX EN VAL	1	0.04%
RIEUX-MINERVOIS	6	0.28%
ROISSY EN BRIE	1	0.04%
RUSTIQUE	1	0.04%
SAINT-FRICHOUX	1	0.04%
SAINT-GIRONS	1	0.04%
SAINT-MARCEL	2	0.09%
SAINT-NAZAIRE SUR AUDE	5	0.23%
SAINTE-VALIÈRE	3	0.14%
SALLES D'AUDE	1	0.04%
SALLÈLES D'AUDE	3	0.14%
SAVERDUN	1	0.04%
SERVIES-EN-VAL	1	0.04%
SIGEAN	1	0.04%
SIRAN	2	0.09%
STRASBOURG	3	0.14%
TRAUSSE	1	0.04%
TRÈBES	1	0.04%
VALRAS	2	0.09%
VENTENAC-EN-MINERVOIS	3	0.14%
VENTENAC - ARIEGE	1	0.04%
VILLALIER	1	0.04%
VILLEDAGNE	5	0.23%
VILLETTE D'ANTHON	1	0.04%
SOUS-TOTAL AUTRES COMMUNES	340	15.83%

Autres commune

5
15.9%

Intercos autres communes
38.3%



COMMUNE	Nb	%
ALBIÈRES	1	0.04%
ARGENS-MINERVOIS	23	1.07%
BOUTENAC	27	1.25%
CAMPLONG D'AUDE	9	0.42%
CANET-D'AUDE	44	2.04%
CASTELNAU-D'AUDE	16	0.75%
CONILHAC-CORBIÈRES	67	3.2%
COUSTOUGE	2	0.09%
CRUSCADES	43	2.0%
DAVEJEAN	1	0.04%
ESCALES	28	1.30%
FABREZAN	79	3.67%
FÉLINES-TERMENÈS	1	0.04%
FERRALS LES CORBIÈRES	53	2.46%
FONTCOUVERTE	37	1.72%
HOMPS	10	0.46%
JONQUIÈRES	1	0.04%
LACRASSE	20	0.93%
LAROQUE DE FA	1	0.04%
LÉZIGNAN-CORBIÈRES	986	45.90%
LUC SUR ORBIEU	51	2.37%
MASSAC	2	0.09%
MONTBRUN DES CORBIÈRES	26	1.21%
MONTSÉRET	19	0.88%
MOUTHOMET	0	0
MOUX	35	1.63%
ORNAISONS	56	2.60%
PALAIRAC	1	0.04%
PARAZA	28	1.30%
RIBAUTE	8	0.37%
ROQUECOURBE-MINERVOIS	10	0.46%
ROUBIA	19	0.88%
ST-ANDRÉ DE ROQUELONGUE	19	0.88%
SAINT-COUAT D'AUDE	6	0.28%
ST-JEAN-DE-BAROU	1	0.04%
ST-LAURENT DE LA CABRERISSE	24	1.11%
SAINT-PIERRE DES CHAMPS	4	0.18%
TALAIRAN	5	0.23%
TERMES	1	0.04%
THÉZAN-DES-CORBIÈRES	11	0.51%
TOURNISSAN	2	0.09%
TOUROUZELLE	29	1.35%
VILLEROUGE-THERMENÈS	2	0.09%
SOUS-TOTAL CCRLCM	1808	84.17%

Lézignan Ville
45.9%

RÉPARTITION DES ADHÉSIONS PAR GENRE ET PAR ÂGES

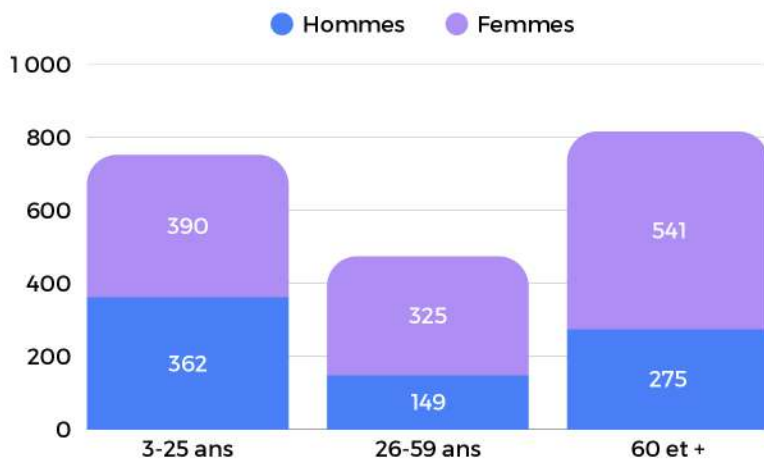
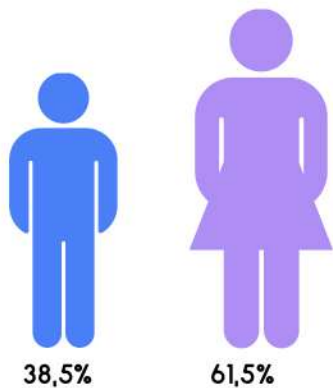
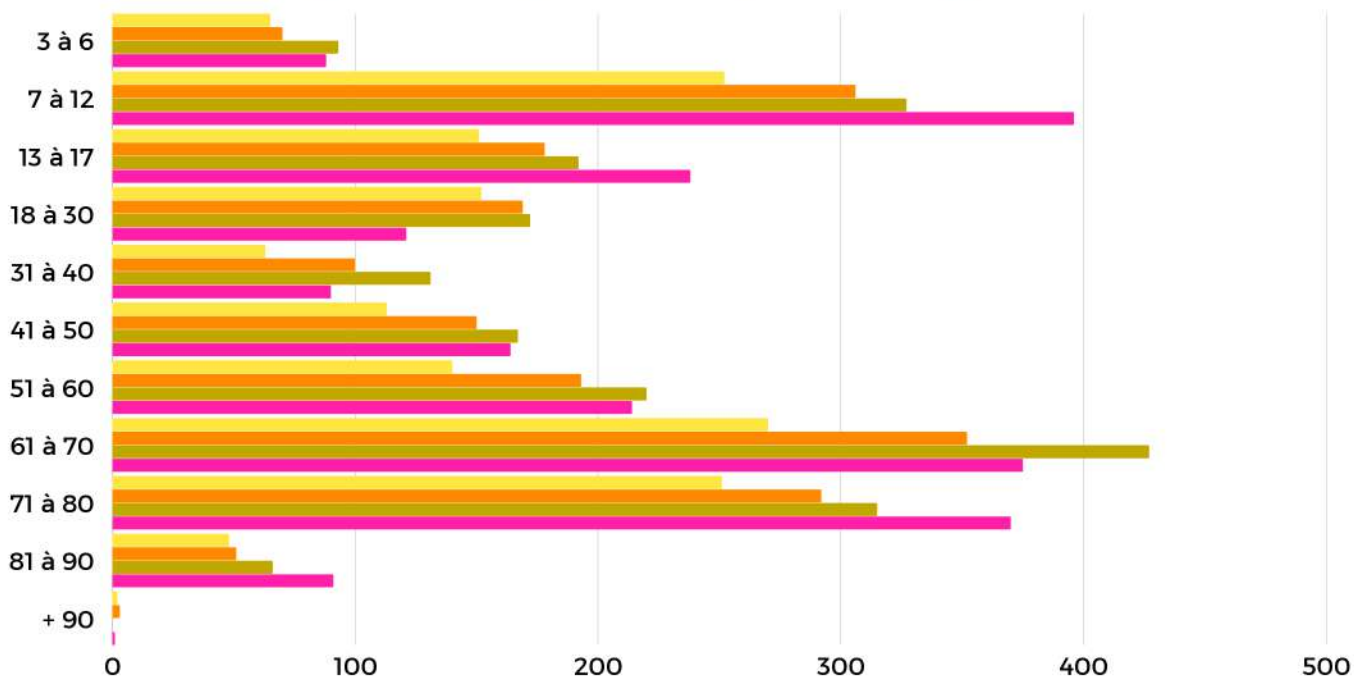
Age	saison 2021/2022	saison 2022/2023	Saison 2023/2024	Saison 2024/2025
jusqu'à 2 ans	0	0	0	0
de 3 à 6 ans	65	70	93	88
de 7 à 12 ans	252	306	327	396
de 13 à 17 ans	151	178	192	238
de 18 à 30 ans	152	169	172	121
de 31 à 40 ans	63	100	131	90
de 41 à 50 ans	113	150	167	164
de 51 à 60 ans	140	193	220	214
de 61 à 70 ans	270	352	427	375
de 71 à 80 ans	251	292	315	370
de 81 à 90 ans	48	51	66	91
91 ans et +	2	3	0	1
TOTAUX	1507	1864	2111	2148

33.6%

27.4%

38.9%

● 2021/2022 ● 2022/2023 ● 2023/2024 ● 2024/2025



4

25
24

LA MJC EN ACTIONS

4.1 | NOS ATELIERS

Les ateliers de la MJC fonctionnent au rythme de l'année scolaire, à raison de 32 à 34 semaines pour les activités annuelles.

Ouverts à tous, ils sont encadrés par des animateurs techniciens, des intervenants ou des bénévoles qui disposent des formations ou des expériences requises.

Nous concevons les activités comme des lieux de partage et d'échange ; la pratique n'est qu'un support permettant à chacun de s'exprimer et de s'épanouir au contact des autres, mais aussi de développer des savoir-faire et des compétences liés à un domaine artistique, culturel ou sportif.

Ce sont les animateurs et intervenants qui font vivre le projet de la MJC au quotidien par l'accueil réservé aux adhérents, par la convivialité qui est instaurée dans les cours et par l'attention portée à chacun. Cette dimension humaine est très importante pour que chacun trouve sa place au sein de l'association.

Chaque saison, la structure des ateliers évolue en fonction des demandes des adhérents et des habitants du territoire, mais aussi selon des propositions et des volontés du Conseil d'Administration



5 THÉMATIQUES PROPOSÉES EN 2024/2025

- ART & EXPRESSION
- DANSE & MUSIQUE
- LOISIRS & DÉCOUVERTES
- SAVOIR & INNOVATION
- SPORT & BIEN-ÊTRE



EN 2024/2025 ...



...5 activités ont arrêté de fonctionner

Astronomie - Batucada - Créa-déco - Danse orientale - Photo argentique

...9 nouvelles activités ont été créées ou relancées

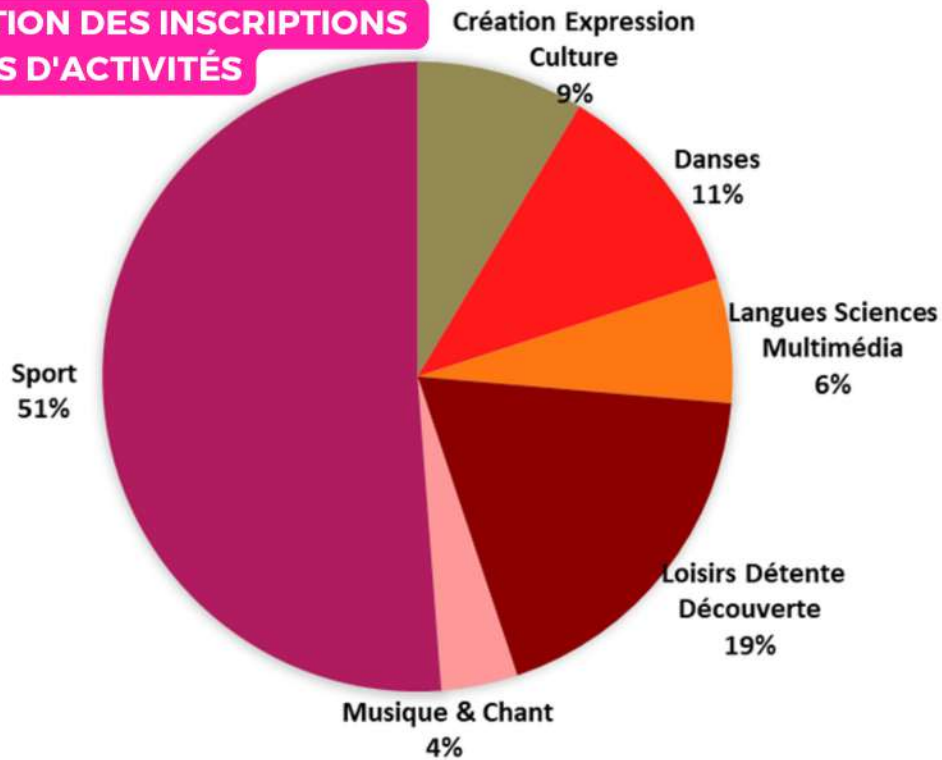
Boxe thaï - Couture - Crochet - Danses traditionnelles - Danse zen - Imagina'role - Théâtre improvisation - Tricot - VTT

CHIFFRES-CLÉS

EN 2024/2025...

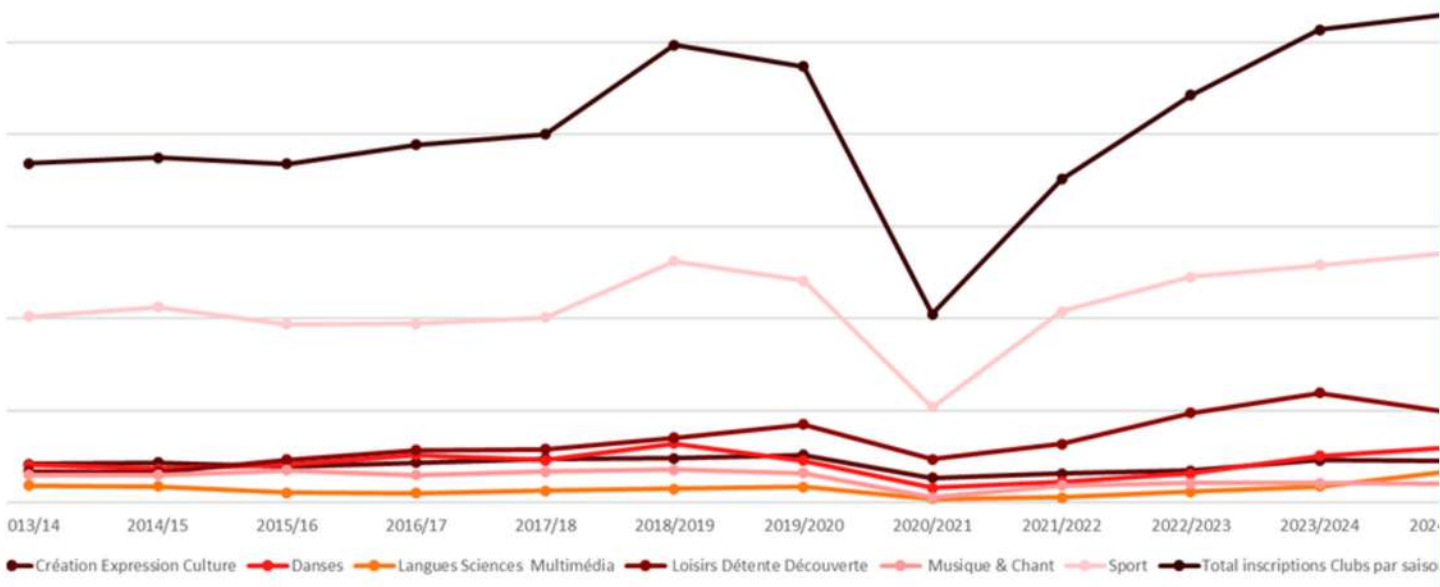
... 2 652 inscriptions enregistrées dans nos clubs soit une progression de 83 inscriptions.)

RÉPARTITION DES INSCRIPTIONS PAR THÉMATIQUES D'ACTIVITÉS



VARIATION DES INSCRIPTIONS PAR PÔLES DE 2013 À 2025

Nombre d'inscriptions par pôle et par saisons	2013/14	2014/15	2015/16	2016/17	2017/18	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022	2022/2023	2023/2024	2024/2025
Création Expression Culture	210	218	199	219	238	241	260	135	159	175	231	228
Danses	205	185	207	260	231	323	228	82	116	159	254	302
Langues Sciences Multimédia	93	89	55	54	65	75	86	22	30	61	88	169
Loisirs Détente Découverte	173	168	233	286	292	353	427	236	319	487	597	491
Musique & Chant	151	152	176	152	170	180	161	29	93	107	108	104
Sport	1010	1063	969	973	1005	1313	1206	519	1040	1225	1291	1358
Total inscriptions Clubs par saison	1842	1875	1839	1944	2001	2485	2368	1023	1757	2214	2569	2652





AQUARELLE

L'Aquarelle est une technique artistique séduisante mais très difficile et très technique. Pour progresser et arriver rapidement au plaisir de peindre, il est nécessaire de se faire guider.

L'atelier d'aquarelle de la MJC est ouvert depuis 6 ans. Il compte sur cette saison 2024/2025, 15 participants très assidus et très motivés.

Neuf séances sont proposées dans l'année, à raison d'un jeudi par mois de 9h à 17h. Chaque séance porte sur un thème particulier ou un problème technique spécifique choisi par les participants. Une progression pédagogique est établie sur l'année.

Les œuvres réalisées durant l'année 2024/2025 ont été d'une excellente qualité, quel que soit le niveau d'apprentissage des participants. Elles ont permis d'envisager une grande exposition pour la rentrée suivante.

AIKIDO

L'Aïkido est un art martial axé sur le self-défense, dont les techniques singulières permettent de préserver l'intégrité de l'adversaire. Il repose avant tout sur un principe de non-violence. Les mouvements, essentiellement circulaires, visent à canaliser et détourner l'agressivité plutôt qu'à l'affronter directement. Les techniques se pratiquent aussi bien à genoux que debout, à droite comme à gauche. L'aïkidoka apprend ainsi à utiliser la force et l'énergie de son attaquant pour les retourner contre lui, dans l'objectif de neutraliser et décourager, sans jamais chercher à blesser ou détruire.

Créé en 2013, le club conserve un effectif stable au fil des années. Pour la saison 2024-2025, il compte 22 adhérents. Les cours se déroulent les mardis et jeudis : de 18h à 19h pour les enfants à partir de 7 ans, et de 19h à 21h pour les adultes.

L'année 2024-2025 s'est bien déroulée. Avec une reprise des inscriptions surtout au niveau des enfants. Nombre d'entre eux ont passé avec succès la ceinture jaune et pensent déjà au grade supérieur. En février 2024, deux pratiquants adultes ont passé le 3ème Dan à Paris, qu'ils ont obtenu : il s'agit de El Aoud Hamid et Gottin Francis.

L'année s'est terminée par un cours en commun enfants, adultes et parents, qui sont montés sur le tatami pour pratiquer dans la joie et la bonne humeur, moment qui s'est poursuivi avec une collation pour se souhaiter de bonnes vacances, bien méritées !

Le Club a accueilli la formation du Brevet Fédéral dont l'examen final a eu lieu à Lézignan, avec des retours positifs sur la logistique ainsi que l'accueil de la MJC.

En projet pour la saison 2025/2026 : Un adulte pratiquant envisage de passer le Brevet Fédéral afin de soutenir l'enseignement actuel. Des stages enfants et formations sont prévus au calendrier.

ANGLAIS

Deux niveaux sont proposés pour les cours d'anglais dispensés à la MJC.

Le groupe des débutants, composé de 10 adhérents, se réunit le jeudi de 18h00 à 19h30.

Le groupe des moyens/confirmés, qui compte 4 inscrits, se retrouve le mercredi de 18h30 à 20h00.

Les cours débutants sont consacrés à une initiation à la langue anglaise : acquisition du vocabulaire courant, bases de grammaire, formules de politesse et de salutation, ainsi que travail sur la compréhension. Des jeux de rôle en immersion permettent de mettre en pratique les apprentissages à travers des situations concrètes du quotidien : commerces, hôtels, aéroports, boutiques, pharmacies, rendez-vous médicaux, taxis, etc.

Les cours moyens/confirmés visent quant à eux un perfectionnement de la langue. Ils s'appuient sur la lecture d'articles de presse anglophone et sur des échanges autour de différents sujets d'actualité. La mode et la culture en Irlande et en Écosse sont également abordées, avec un travail sur l'anglais parlé, les expressions idiomatiques, la musique anglo-saxonne et le cinéma, favorisant des discussions dynamiques entièrement en anglais.

ATHLÉTISME

L'athlétisme regroupe un ensemble d'épreuves sportives réglementées comprenant les courses, les sauts, les lancers, les épreuves combinées, etc...

Cette discipline consiste à chercher constamment à améliorer ses propres performances tout en surpassant celles de ses adversaires, que ce soit en vitesse, en endurance, en distance ou en hauteur.

Les entraînements se font sur le stade de la Roumenguière de Lézignan-Corbières, les mercredis, en dehors des vacances scolaires : pour les 6/11 ans, au nombre de 7, de 14h00 à 15h30 et pour les 12/17 ans, au nombre de 12, de 15h30 à 17h00.

Nos petits sportifs en herbe ont suivi avec assiduité les entraînements, dans une ambiance de franche camaraderie.



BABY GYM

Légère baisse du nombre des adhérents du baby gym, passant de 15 en 2023/2024 à 13 cette saison, les petits gymnastes prennent toujours plaisir à pratiquer leur activité, le lundi de 17h00 à 17h45 à la Halle aux Sports Louis Tournier de Lézignan-Corbières.

Au programme : enseignement des postures de base de la gymnastique au sol, des jeux collectifs, de l'équilibre et de la souplesse, avec Sandrine, l'animatrice sportive, ils s'amuse et grandissent en forme.

Une démonstration avec tous les gymnastes de la MJC a été proposée aux parents et proches des enfants le samedi 25 mai 2025. Tous ont pu apprécier leurs progrès.

BADMINTON

Entraînement d'une heure pour les 6/10 ans et d'une heure trente pour les 11/17 ans, le mercredi, au gymnase du Lycée Ferroul de Lézignan-Corbières.

Deux créneaux jeu libre ouverts à tous, le mercredi soir et le jeudi soir.

Les effectifs sont croissants par rapport aux années précédentes. De plus en plus de jeunes participent aux tournois dans l'Aude. Deux équipes interclubs ont pu être créées, une en D2 et l'autre en D3.

Le Club a accueilli une étape des tournois jeunes.

Pour la saison prochaine, la section Badminton espère avoir plus de créneaux, ainsi qu'une équipe supplémentaire en Interclubs.



BD MANGAS

Pour cette troisième année, devant la forte demande des pré-ados, un second cours spécifiquement pour cette tranche d'âge, a été ouvert. Le Groupe pré-ados compte 8 inscrits 4 filles et 4 garçons de 10 à 12 ans et le groupe ados 9 inscrits, 5 filles et 4 garçons de 13 à 17 ans. Les cours ont lieu en période scolaire dans la salle de dessin de la MJC, pour les 13-17 ans un vendredi par mois de 17h30 à 19h30 et pour les 10-12 ans un samedi par mois de 10h00 à 12h00.

On conserve la formule d'un cours par mois pour permettre à chacun de découvrir à son rythme la culture mangas et BD, en la rallongeant d'une ½ heure afin que chacun puisse profiter pleinement de celle-ci, permettant des moments d'échanges conviviaux entre les participants qui sont scolarisés dans divers établissements du secteur.

L'atelier est équipé de toutes les fournitures nécessaires à la réalisation des planches BD : Boîtes crayons de papier (mines grasses à extra sèches) ainsi que des pochettes de feutres noirs (mines différentes épaisseurs) pour réaliser des dessins en Noir et Blanc dans le pur esprit des mangakas. Mais aussi des raks de feutres aquarelles et alcool, des crayons de couleurs, le matériel de traçage, de 6 tables lumineuses pour reproduire des contours et mouvements, des livres de silhouettes et de traits d'expression ...

Des supports photocopiés illustrant le déroulé du thème de la séance et des exercices correspondants sont fournis en début de chaque cours.

La 1^{ère} partie est consacrée à l'exécution de l'exercice qui permet d'expérimenter un sujet en particulier tant sur le dessin que sur l'imagination afin d'améliorer au fur et à mesure l'appréhension des proportions, de la structure des personnages, des différentes parties du corps et de leur mise en mouvement.

La 2^{ème} partie de la séance est réservée pour les projets personnels de dessin ou pour revoir des points plus en détail, au cas par cas.

Cet atelier permet aux participants de s'initier aux différents aspects techniques et graphiques de cet univers qu'ils affectionnent mais aussi d'élargir leurs horizons en leur proposant ponctuellement des exercices de styles afin de tester leur imagination et leurs aptitudes. Le + de la MJC : en fin d'année, une séance au FabLab pour imprimer sur un tee-shirt ou graver sur un support en bois l'un de leur dessin.

Bilan de cette saison 2024/2025 : La proposition de créer deux cours de tranches d'âges séparées s'est révélée être très positive pour tout le monde ! Ainsi, les plus grands, lycéens ou en fin de cursus collège qui avaient d'autres centres d'intérêt et sujets de discussions ont pu avoir leur propre univers et être à l'aise pour développer des projets dans des univers plus matures.

Les échanges ont pu être plus libres et motivants grâce à la bonne ambiance qui a été développée, certains/nes se connaissant depuis deux ans. Cette année, les participants se sont stimulés artistiquement grâce au niveau très élevé de certains/nes.

Quant aux plus jeunes, ils ont pu s'épanouir à leur rythme en gardant l'univers propre à leur âge, la plus jeune ayant 10 ans et demi. Là, ils ont pu dessiner sans avoir peur d'être jugés sur l'hésitation de leurs traits de crayons et se sont plus lâchés sur des projets chibis par exemple. Avec eux Céline Mathelier, l'animatrice, a pu développer des séances d'apprentissages purement techniques comme la colorisation et les ombrages (les ados préférant les encres noires).

La dernière séance au Fablab est toujours vue comme un bonus par rapport à un cours classique d'une autre structure et les élèves sont ravis de repartir avec leur création.

En fin d'année, plusieurs élèves m'ont déjà avertie de leur réinscription.



BOULANGERIE

Une expérience sur le premier semestre 2024, a permis à Gilles Avy, intervenant sur cette activité, de tirer les enseignements pour cette saison 2024-2025.

La MJC s'étant dotée de deux nouveaux fours pâtisseries semi professionnels d'une puissance supérieure aux précédents ainsi que deux nouveaux batteurs, le temps de pétrissage et de cuisson a pu être réduit d'environ 1h30.

Les cours ont donc été écourtés d'une heure, pour le bien-être de toutes et tous.

L'activité a vu une dizaine de séances cadencées mensuellement de septembre 2024 à Juin 2025, réunissant au total 95 participants.

Les premières séances ont permis de rappeler ou d'apprendre les fondamentaux de la panification : pétrissage, fermentation, façonnage, temps de repos et cuisson, température de pâte et de cuisson.

Les thèmes principaux ont été repris sur ces premières séances : pain sur levain, fermentation sur poolish, levain liquide, pâte fermentée, pâte levée-feuilletée (pâte à croissant), pâte à brioche, pain de mie et pain burger. Les dernières séances ont été consacrées aux pains du monde, l'Italie, le Portugal, la Turquie et le Canada, ont été mis à l'honneur.

Les apprentis en boulangerie ont été studieux, volontaires, chaleureux et communicatifs, créant des liens intergénérationnels "de 18 à 80 ans".



BOXE THAÏ

Cette saison a vu s'ouvrir sur la MJC une nouvelle activité : la boxe thaï. L'animateur Olivier Gonzales, propose des cours les mardis, hors vacances scolaires, de 17h30 à 18h30 pour les 7/13 ans et de 18h30 à 20h00 pour les 14/99 ans.

Cette discipline a rencontré un franc succès chez les jeunes, avec 33 inscrits. Les ados/adultes étaient au nombre de 17. Tous petits et grands ont profité pleinement des entraînements dispensés.

C'est un sport de combat d'origine thaïlandaise qui combine différentes techniques de frappe : coups de poings, coups de pieds, coups de genoux et coups de coudes. Cette discipline se pratique sur un ring ou en salle, avec des règles précises et un équipement de protection adapté. Elle permet d'apprendre les bases du combat tout en développant la technique et la maîtrise de soi.

Au sein de l'association, l'activité boxe thaï est proposée dans un cadre sportif et convivial, accessible aux débutants comme aux pratiquants plus expérimentés. Les séances comprennent un échauffement, un travail technique, des exercices physiques et parfois des mises en situation contrôlées.

Cette pratique permet d'améliorer la condition physique, la coordination, la confiance en soi et le respect des autres.



CANYONING

Le Club canyoning propose des sorties dans des canyons de la région, essentiellement de l'Aude, de l'Hérault, des Pyrénées Orientales et de l'Ariège.

L'objectif premier est de permettre aux membres d'acquérir l'autonomie nécessaire à la pratique du canyoning.

En complément des sorties mensuelles, le Club organise un séjour de plusieurs jours dans un lieu emblématique ainsi que la réalisation d'un canyon d'envergure.

Au programme de l'activité, sauts, toboggans, descentes en rappel, en milieu naturel.

Pour la saison 2024/2025, le Club s'est affilié à la FFME, les sorties au nombre de 12 ainsi que le séjour dans les Alpes Maritimes, ont totalisé 26 participations.

Canyons visités : les massifs du Vallespir (canyons du Gourg des Anelles et du Mas Calsan à Céret), du Canigou (canyons de Taurinya, du Cady et du Llech), du Caroux (canyons du Rec Grand) et du Somail (canyon du Saut de Vésoles), canyons des Fontanelles à Félines Minervois, du Cruzet à Saint Jean de Minervois, et du Verdus à Saint Guilhem le Désert.

Une sortie d'envergure dans le canyon des Ecouges, dans le massif du Vercors a été organisée avec neuf participants, le 10 novembre 2024. Ce canyon est coté 5/3/5 sur une échelle ouverte vers le haut allant actuellement jusqu'à 7.

Le club a aussi organisé un séjour dans les Alpes-Maritimes pour le week-end de Pentecôte où ont été réalisés 3 canyons (1 canyon/jour) dans les vallées de la Roya (canyons de Morghé et le mythique canyon de la Maglia), en Italie (canyon magnifique du Barbaira) et de la Vésubie (canyon de la Bollène).



CHANT | COMÉDIE MUSICALE | ÉVEIL MUSICAL

Ces activités ont lieu le mercredi, hors vacances scolaires, dans la salle de chant de la MJC.

Le chant : à travers des exercices ludiques, les élèves sont invités à développer leurs talents artistiques. Cette saison, l'atelier a accueilli 4 participants.

La comédie musicale : cette activité s'adresse à celles et ceux qui aiment chanter ou qui rêvent de se produire sur scène. Elle a réuni cette année 9 apprentis chanteurs.

L'éveil musical : grâce à la musique, l'enfant s'épanouit et développe sa sensibilité artistique. Lors de la saison 2024/2025, 17 jeunes adhérents ont participé à cette activité.

CIRQUE

L'activité cirque cette saison, avec 9 enfants âgés de 4 à 9 ans, répartis en deux groupes, a rencontré un beau succès auprès des enfants toujours curieux de découvrir de nouvelles expériences de jeux et d'adresse.

À travers des exercices adaptés, les pratiquants ont développé des compétences physiques et créatives telles que l'équilibre, la coordination, la souplesse, l'expression corporelle et la confiance en soi.

CONTE

Atelier accompagné par Hélène Bardot, conteuse, avec 12 inscrits assidus cette saison. Les rencontres ont lieu un samedi par mois de 9h00 à 13h00.

Une salle, au sein de la MJC, est mise à la disposition des conteurs, entre deux sessions d'ateliers, pour que ces derniers puissent se rencontrer et travailler leurs récits en autonomie, en fonction des disponibilités de chacun.

Le groupe des conteurs s'est auto-baptisé "Les Passeurs de Contes" et sont heureux que la MJC leur offre des opportunités de rencontrer un "vrai public" lors des manifestations qu'elle organise.

En 2024/2025, par trois fois, ils ont pu se produire en public, deux fois au sein de la MJC et une fois à "La Maison Romane", lieu culturel situé à Capestang.

L'aventure sera reconduite en 2025/2026, pour le plus grand plaisir des participants.

COURSE D'ORIENTATION

La course d'orientation est un sport de plein air qui consiste à trouver des balises à l'aide d'une carte et parfois d'une boussole, le plus rapidement possible. Les participants doivent choisir leur itinéraire et s'orienter correctement dans un environnement naturel comme une forêt ou un parc.

Cette activité demande à la fois des capacités physiques et de la réflexion. Elle développe l'endurance, le sens de l'orientation et la prise de décision tout en permettant de pratiquer du sport au contact de la nature.

Cette saison encore, quelques fidèles à l'activité se sont retrouvés, afin de partager leur passion commune.

COUTURE

L'activité Couture a été créée à la suite de demandes dans ce domaine.

La saison 2024/2025, la première donc, a accueilli 6 adhérentes inscrites à l'année, ainsi que 2 autres ponctuellement. Leur nombre est limité afin d'assurer l'écoute et le suivi de chacune.

Les séances de 3 heures se déroulent un samedi matin, selon un calendrier pré établi.

Grandes débutantes pour la majorité, elles ont dû apprivoiser la conduite d'une machine à coudre et acquérir quelques techniques de base. Pas si facile...

Objectifs : une couture utile, avec des objets du quotidien, en privilégiant l'usage et la mise en valeur de vieux jeans découpés, de chemises, de draps... Une couture-plaisir, pour soi ou pour offrir ; une couture-confiance et fierté devant le projet terminé. Convivialité et entraide se sont installées naturellement dans le groupe.

Au programme, par exemple, un pochon à coulisse, une trousse zippée, un tote-bag et même un grand sac cabas, doublé, recyclant des chutes de jeans ! Des réalisations très réussies, marquant les progrès de chacune des participantes.

À l'unanimité, les nouvelles cousettes ont souhaité une seconde saison, pour encore plus de créations personnelles !



CROCHET

Le club réunit sept adhérentes qui se retrouvent chaque semaine pour partager leur passion du crochet et du travail de la laine. Dans une ambiance conviviale, chacune peut choisir les réalisations qu'elle souhaite entreprendre. Au fil des séances, les participantes ont ainsi confectionné divers ouvrages tels que des chaussons, gilets, couvertures pour enfants ou encore des écharpes.

L'animatrice accompagne les dames en leur transmettant les points de base du crochet et en les guidant dans leurs projets. Grâce à ses conseils et astuces, chacune peut progresser à son rythme, développer sa technique et gagner en autonomie dans la réalisation de ses créations.

Pour la saison 2025-2026, l'objectif sera de poursuivre cet apprentissage tout en encourageant la créativité des participantes, afin qu'elles puissent imaginer et réaliser de nouveaux projets autour de cet art du crochet.



DANSE AFRICAINE

Une rencontre hebdomadaire se tient chaque mardi de 19h15 à 20h45 dans la salle de danse de la MJC.

Ce temps est consacré à la pratique de la danse, avec l'exploration de sa musicalité et la connexion au Cercle. Les participants sont invités à percevoir les liens entre percussion et musique, corps et mouvement, temps et espace, à travers un répertoire chorégraphique et musical d'Afrique.

Cette année, 5 adhérents ont participé à l'activité, contre 9 la saison précédente.

Pour la saison 2025-2026, l'objectif est de poursuivre la danse africaine, tout en rassemblant davantage d'inscriptions afin d'en assurer la pérennité.

DANSE ÉVEIL | MODERN JAZZ | DANSE CLASSIQUE & POINTES

Les sections Danse Éveil / Initiation / Classique et Modern Jazz, sont enseignées par Marine Gendreau, dans la salle de danse de la MJC, les mardis et mercredis, en dehors des vacances scolaires. Cette saison 65 apprenties danseuses ont intégré les cours, contre 56 la saison écoulée.

Année riche en propositions, puisqu'en février, les deuxièmes rencontres chorégraphiques ont été programmées sur la MJC, avec un atelier mené par Céline Lefevre et une soirée chorégraphique avec une centaine de danseurs d'écoles amateurs et compagnies junior / prépo du Grand Sud, Compagnie professionnelle de danse invitée Kynlaus / Alizé Hernandez, soirée programmée et jouée à guichet fermé !!

Masterclass avec le chorégraphe de la compagnie.

En juin 2025 : Léz'arts en fête et spectacle de fin d'année dans la salle de spectacle du Palais des Fêtes, en présence de nombreux parents venus applaudir leurs enfants et d'un public varié.

DANSE HIP-HOP BREAKDANCE

Les cours de breakdance se déroulent chaque jeudi en fin de journée, avec deux créneaux adaptés à l'âge des participants : de 17h15 à 18h45 pour les enfants de 7 à 10 ans, puis de 18h45 à 20h15 pour les jeunes à partir de 11 ans. Cette organisation permet à chacun d'évoluer dans un groupe correspondant à son niveau et à son rythme d'apprentissage.

Tout au long de l'année, les adhérents ont eu l'opportunité de découvrir et de consolider les bases du breaking pour les débutants, tandis que les danseurs plus expérimentés ont pu approfondir leur technique et affiner leur style. Grâce à cet engagement régulier, ils ont également participé à des battles et à différents shows, mettant en pratique leurs acquis dans des contextes dynamiques et stimulants.

Cette saison a ainsi été particulièrement riche en apprentissages, en découvertes et en expériences pour l'ensemble des jeunes de la section, renforçant à la fois leur progression individuelle et l'esprit de groupe.

Pour l'année prochaine, plusieurs projets sont envisagés : la mise en place d'une préparation spécifique en vue des compétitions régionales, le développement de l'activité pour accueillir de nouveaux participants, ainsi que l'organisation de rencontres et d'échanges avec d'autres écoles de breakdance, afin d'ouvrir les jeunes à de nouvelles influences et de favoriser le partage autour de cette discipline.

DANSE MIX DANSE

Ouverture de l'activité Mix Danse, afin de proposer aux jeunes de la commune, un espace d'expression artistique, de rencontre et d'apprentissage autour de la danse.

Ce projet a pour objectif principal d'offrir une activité structurante et positive aux jeunes, notamment ceux en situation de déscolarisation ou pouvant être exposés à l'inactivité de la rue.

À travers une approche à la fois ludique, encadrée et responsabilisante, la section vise à favoriser l'épanouissement personnel, la confiance en soi et le vivre-ensemble.

L'activité a rencontré un fort succès dès l'ouverture des inscriptions, le groupe initialement prévu pour 12 participants est rapidement passé à 22 jeunes, pour atteindre progressivement 30 participants. Cette évolution témoigne de l'attractivité du projet et de la motivation des jeunes à s'impliquer dans une activité sur plusieurs séances, qui se sont déroulées dans un cadre structuré, bienveillant et dynamique, permettant aux participants de découvrir et pratiquer différents styles de danses.

À chaque période, un spectacle de restitution a été organisé et proposé au public, venu en nombre, assister à la représentation.

Au-delà de l'apprentissage de la danse, cet atelier a favorisé le partage et la confiance en soi des participants, dans un cadre motivant et valorisant.



DANSE ZEN

La danse zen se pratique sur la MJC le jeudi de 19h10 à 20h20, dans la salle de danse. Cette saison 6 participantes ont découvert cette activité qui invite à se reconnecter à son corps et à ses sensations à travers le mouvement et la musique. Accessible à tous, elle propose une approche douce de la danse, mêlant respiration, détente et mouvements fluides.

Lors des séances, les participants sont guidés à travers différents exercices favorisant la relaxation, la conscience corporelle et l'expression personnelle. Chacun évolue à son rythme, dans un cadre bienveillant et convivial.

DANSES DE SALON

Les cours de danse de salon ont lieu les lundis à partir de 20 heures, dans la salle de spectacle de la MJC. Cette saison l'activité a accueilli 30 danseurs (es). Les cours se déroulent dans une ambiance festive, conviviale et chaleureuse.

Au programme pour les danses en couple le rock-and-roll, tango, paso doble, valse, rumba, cha-cha, samba, et pour les danses en ligne le madison, la cumbia. Toutes dans une optique de progression.

Dès les premiers mois, la pratique de plusieurs danses de salon est acquise, permettant aux danseurs d'être présents sur la piste et d'évoluer avec une étonnante facilité.

Aux dires des participants les premiers pas sont facilement accessibles, et quel bonheur de retrouver le groupe pour le seul plaisir d'être ensemble et de danser.

Grâce à la qualité de l'enseignement dispensé par Patricia et Fernand Bourrel, tous les élèves confient se sentir bien mieux et heureux d'avoir fait le choix de s'inscrire.

DANSES SALSA | BACHATA

La section de danses latino-caribéennes de la MJC de Lézignan-Corbières, animée par Damian Angarica, a poursuivi son développement durant l'année 2024-2025 autour de la salsa cubaine, de la rueda de casino et de la bachata. Les cours, organisés par niveaux, permettent aux participants d'acquérir progressivement les bases de la danse à deux (pas, musicalité, posture, guidage) dans un cadre convivial favorisant le partage et le lien social.

La saison confirme l'intérêt du public pour ces danses, avec des groupes variés et une progression facilitée par l'organisation pédagogique et l'encouragement des inscriptions en couple, améliorant la fluidité du travail en danse à deux.

L'activité s'inscrit également dans une démarche de transmission culturelle des danses latino-caribéennes. L'année a été marquée par l'introduction du Son cubano et du Reguetón, élargissant l'offre pédagogique.

Les prochaines saisons viseront à consolider ces disciplines et à développer de nouveaux projets, notamment un atelier chorégraphique féminin inspiré du Lady styling, proposant un espace d'expression individuelle, favorisant l'apprentissage technique, l'expression artistique et la convivialité.

DANSES TRADITIONNELLES

Cette saison voit le jour d'une nouvelle activité sur la MJC.

Les Danses traditionnelles, régionales de France et d'ailleurs, sont enseignées par Marc Liegey et Raphaël Hertrich, deux bénévoles investis, les lundis de 19h45 à 21h45, dans la salle de spectacle de notre association.

42 inscrits ont intégré le Club sur la période. Danser dans un groupe est un art accessible à tous et les participants ont pris un plaisir évident à se retrouver chaque semaine afin de partager un moment d'amitié sous le signe de la danse.



DESSIN / PEINTURE

Sur la saison 2024/2025, 25 adhérents suivent les cours de peinture, dont 20 jeunes de 5 à 17 ans, répartis sur 3 cours et 5 adultes motivés et assidus.

L'animatrice leur propose la participation à des ateliers "recherches et découvertes" sur une ou plusieurs séances pour qu'ils acquièrent une technique, à travers un média, un support et des références d'artistes, leur permettant ainsi d'élargir leurs connaissances et donc leurs possibilités d'expression et de création.

Pour les enfants, la répartition par tranches d'âges est parfaite et permet de travailler des sujets proposés en adéquation. Lors des ateliers, ces derniers créent des œuvres personnelles sur un projet, en une ou deux séances, leur offrant ainsi la possibilité de s'exprimer en 2D ou en 3D, avec une séance modelage/poterie.

Une fois par période, l'animatrice propose une séance libre, sur le thème et la technique, ainsi qu'une séance "dessin à vue" dans le parc.

Le travail de tous les groupes, adultes et enfants a été exposé sur les murs du patio de la MJC et les graines d'artistes ont été très heureux de pouvoir faire découvrir à tous leurs créations.



ESCALADE-BLOC

L'Escalade Bloc, nouvelle activité qui a vu le jour en avril 2024, au sein de la MJC, continue cette année sur sa lancée avec la mise en place d'une pratique encadrée pour les jeunes de 6 à 15 ans, le mercredi, sur le gymnase Ferroul de Léznigan-Corbières, de 17h15 à 19h30, selon les tranches d'âge.

La pratique libre s'adresse aux 6/99 ans, elle est proposée le lundi de 19h30 à 21h00, le mercredi de 19h00 à 21h00, le vendredi de 18h30 à 21h30 et le samedi de 9h45 à 13h00. Une équipe de bénévoles a encadré avec sérieux l'activité tout au long de la saison.

Les cours des 6/8 ans ont affiché 10 inscrits, ceux des 9/12 ans, 10 inscrits et ceux des 13/15 ans 8 adhérents. Les séances libres, quant à elles, sont au nombre de 253.

Le bloc est une pratique ludique, mixte et adaptée à tous les âges et niveaux, inutile de s'encorder, de s'équiper d'un baudrier, on ne grimpe que jusqu'à 4 m de haut au maximum et la réception au sol se fait sur de gros tapis.

Pour la saison prochaine, vu le succès rencontré sur la pratique encadrée des petits et la demande croissante de la part des parents venant se renseigner, une seconde tranche horaire devrait voir le jour, à la condition que la Communauté de Communes puisse nous accorder un créneau supplémentaire sur la salle du gymnase.



ESPAGNOL

Les cours d'espagnol ont lieu le lundi, hors vacances scolaires. Le groupe des débutants, composé cette année de 6 participants, se réunit de 17h00 à 18h30, tandis que le groupe des niveaux intermédiaires et confirmés, qui compte 8 participants, se retrouve de 18h30 à 20h00.

Les séances destinées aux débutants permettent de découvrir les bases de la langue espagnole : vocabulaire courant, notions de grammaire, formules de salutation et exercices de compréhension.

Les cours pour les niveaux plus avancés sont consacrés au perfectionnement de la langue, à l'enrichissement des expressions et à l'étude de différents thèmes qui donnent lieu à des échanges et des discussions en espagnol.

Au sein des deux groupes, l'ambiance est conviviale et chacun apprécie ces moments de partage pour apprendre et échanger.

ENSEMBLE VOCAL

Le groupe vocal Les Airs de rien, sous la direction d'Hubert Lachambre, accompagné par Marjolaine Hamelin, pianiste, bénévoles de l'association, a compté 75 inscrits durant cette année, soit 26 altis, 26 sopranes, 12 basses et 11 ténors.

Les répétitions ont lieu les mercredis soirs sur les temps scolaires.

Le répertoire est constitué de chansons contemporaines d'artistes auteurs compositeurs de langue française.

Année exceptionnelle dont le coup d'envoi a été l'organisation de Corbières en Chœur.

Les Airs de rien ont donné trois concerts :

- le 6 décembre dans le cadre du Téléthon à la MJC,
- le 17 mai à Moux,
- le 22 juin, à Minerve, dans le cadre du Festival de Chorales "À gorges déployées".

Le week-end chantant, Corbières en chœur, s'est déroulé du samedi 28 au dimanche 29 septembre, au Palais des Fêtes de Léznigan-Corbières et dans les locaux de la MJC, avec 150 choristes, venus de différentes régions, surtout du sud de la France. La partie artistique était assurée par 2 chefs de chœur et un pianiste, issus de Chanson contemporaine de Troyes, l'une des plus prestigieuses associations de chant choral au niveau national.

Du samedi 14h au dimanche 16h, 3 chansons ont été apprises : Le pouvoir des fleurs, Le rythme est amour et Tous les mêmes. Le dimanche à 16h, le public lézniganais était présent afin de profiter de ce magnifique spectacle vocal.

De très bons moments conviviaux, avec spectacles de chansons donnés, d'une part par notre chef de chœur et son comparse Phil et d'autre part par un groupe de choristes artiste, pique-nique et repas partagés.

Le fil conducteur de ce week-end : la joie de chanter !



FABLAB ADULTES

Tous les mercredis du mois, le Fablab anime des séances de deux heures, destinées aux adultes. L'objectif de ces ateliers est de permettre aux utilisateurs-ices de se familiariser avec les différentes machines à commande numérique du Fablab et de gagner progressivement en autonomie dans leur utilisation.

Pour cela, différents projets ont été réalisés tout au long de l'année, notamment à partir d'idées proposées par les participant-e-s ou de commandes passées au Fablab.

Ces réalisations ont permis de mettre en pratique les compétences acquises et de découvrir les différentes étapes de la fabrication numérique.

FABLAB CODAGE

Une activité dédiée au codage est proposée aux adolescent-e-s, un mercredi par mois.

Ces ateliers ont pour objectif de leur faire découvrir les bases de la programmation à travers l'utilisation de modules électroniques et de cartes de développement, notamment Arduino et Raspberry Pi.

Au cours de la saison 2024/2025, les participant-e-s ont pu expérimenter différents projets mêlant programmation et câblage électronique.

Ils ont notamment réalisé de petits jeux vidéo sur écran, un jeu de memory utilisant des LED, ainsi que des dispositifs simples comme des capteurs météorologiques programmés.

Ces activités ont permis aux jeunes de développer leur logique, leur créativité et leur compréhension du fonctionnement des objets numériques.

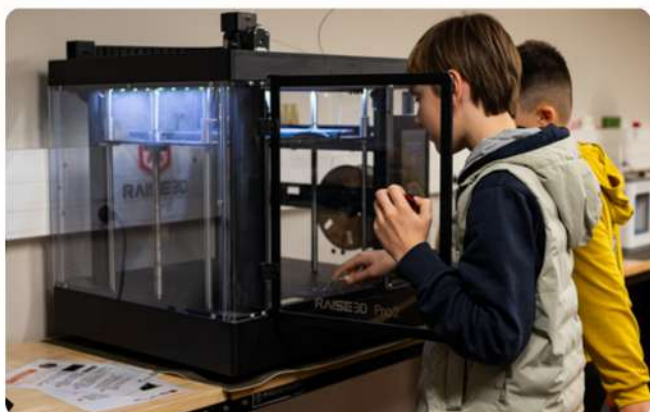
FABLAB ENFANTS

Des séances pour les enfants sont proposées tous les mercredis au Fablab, réparties sur deux créneaux : de 14h00 à 15h30 et de 15h45 à 17h15, excepté pendant les vacances scolaires. Les deux sections affichent "Complet" avec pour le premier groupe 7 participant-e-s et pour le second 8 participant-e-s.

Ces ateliers ont pour objectif d'initier les enfants à la fabrication numérique et de leur faire découvrir les différentes machines et outils du Fablab.

Au fil des séances, les participant-e-s ont pu se familiariser avec les outils informatiques et les technologies de fabrication numérique (impression 3D, découpe laser, plotter de découpe, etc...), tout en développant leur créativité.

Les enfants ont été encouragés à imaginer et à réaliser leurs propres objets ou petits projets, favorisant ainsi l'expérimentation, l'apprentissage par la pratique et l'autonomie.



FELDENKRAÏS

La méthode Feldenkrais a pour vocation de nous guider vers un geste plus juste, libéré des tensions et des douleurs inutiles. Cette approche d'éducation somatique s'appuie sur les capacités d'apprentissage du système nerveux central et considère le mouvement comme le reflet fidèle de notre manière d'agir et d'être au monde.

Au cœur de la méthode se trouve une valeur essentielle : le respect de soi.

Chacun progresse à son rythme, selon ses possibilités, en développant une écoute attentive de ses sensations. En explorant de nouveaux schémas moteurs, les élèves découvrent des façons de bouger plus adaptées, plus efficaces et plus confortables.

Carmen Souef propose des mouvements simples, parfois inattendus, toujours réalisés sans effort. Son approche ne vise pas à corriger, mais à faire ressentir. Ce n'est pas le muscle que l'on cherche à rééduquer, mais le cerveau que l'on invite à prendre conscience, afin de restaurer mobilité et liberté dans le mouvement.

La méthode s'adresse à tous les publics : à ceux qui souhaitent améliorer leur bien-être au quotidien comme à ceux qui présentent des besoins spécifiques. Elle peut accompagner des problématiques telles que les douleurs dorsales, les maux de tête récurrents, les raideurs de la hanche ou de la nuque. Les personnes ayant subi des blessures, comme une entorse ou une luxation, peuvent également en retirer de réels bénéfices.

Pour la saison 2024/2025, 69 participants sont inscrits : 54 suivent les cours de Carmen Souef et 15 ceux de Véronique Béziat, venue renforcer l'équipe face au succès croissant de la discipline.

Le cours du lundi accueille principalement des personnes découvrant la méthode. Celui du vendredi est repris le lundi suivant, permettant aux absents de rattraper la séance.

L'objectif des intervenantes est de développer un ressenti plus fin autour de notions fondamentales :

- conscience des appuis,
- perception du centre,
- verticalité,
- respiration,
- conscience de l'espace.

Les séances abordent les mouvements de la colonne vertébrale, soulignent l'importance des pieds et du regard dans l'organisation du geste, et explorent l'équilibre entre fléchisseurs et extenseurs. À travers des mouvements doux, simples et souvent inhabituels, chacun est amené à affiner sa conscience corporelle, à revenir aux bases de son organisation motrice et à progresser selon ses besoins propres.

GYM ARTISTIQUE

La section gym artistique de la MJC se porte bien cette saison, avec 80 gymnastes inscrits aux cours de Sandrine Navarro.

Les quatre groupes de niveau, destinés aux enfants de 5 à 16 ans, leur permettent de pratiquer leur activité tout en grandissant et en évoluant à leur rythme. C'est à la Halle aux Sports Louis Tournier de Lézignan-Corbières, que ces jeunes se retrouvent afin d'apprendre les techniques de gymnastique au sol et les chorégraphies avec rubans, cerceaux et ballons.

En fin de saison, les enfants, devant leurs proches et parents, ont pu faire démonstration de leurs progrès. Ils ont reçu une médaille, réalisée par le Fablab de la MJC.

GYM SÉNIOR

La section de gymnastique sénior, suite à des ateliers APA en 2023/2024, a confirmé sa durabilité.

Les 23 séniors de cette nouvelle saison montrent leur motivation à garder leur autonomie en pratiquant les cours dispensés par Sandrine, animatrice expérimentée, les lundis de 14h30 à 15h30, sur l'Athlétic Club.

Ainsi, nos aînés travaillent l'équilibre, les renforcements musculaires et gardent leur souplesse ! Pour continuer dans l'optique de l'autonomie et de la forme, des cours de yoga sur chaise vont voir le jour en 2025/2026, leur permettant de pratiquer davantage dans la semaine.

INFORMATIQUE / NUMÉRIQUE

Cette saison, des cours individuels ont été proposés aux adhérents afin de leur permettre de se familiariser avec leurs outils informatiques, sous forme de packs, soit 10 séances (qui ont accueilli 5 participants), soit 5 séances (comptabilisant 6 inscrits).

En parallèle des ateliers collectifs, thématiques :

- Découverte de l'ordinateur,
- Organisation des fichiers,
- Traitement de texte,
- Sécurité & Internet,
- Navigation Internet,
- Messagerie électronique,
- Voyager grâce à Internet,
- Découverte de l'outil Canva,

ont été mis en place.

Ces séances ont accompagné 20 participants sur le chemin de la découverte du numérique, leur donnant l'envie, selon leurs dires, de se perfectionner afin de naviguer plus aisément sur le web.

JUMELAGE

Le club a pour objectif de maintenir et de renforcer les liens d'amitié entre notre ville et sa ville jumelle allemande, Lauterbach.

À cette fin, les membres du Comité de Jumelage, au nombre de 15, se sont réunis à plusieurs reprises dans les locaux de la MJC afin de préparer et d'organiser un programme de rencontres et d'échanges entre nos deux pays.

Nos amis allemands ont été meurtris par l'incendie dévastateur des Corbières, subi cet été. Ils ont été nombreux à se mobiliser à Lauterbach et ont récolté près de 1000€, somme qui a été reversée à l'association Aude Solidarité pour soutenir notamment les viticulteurs et les habitants des villages sinistrés.

JUDO / JU-JITSU

Le judo, littéralement « voie de la souplesse », repose à la fois sur une souplesse mentale et sur la capacité à s'adapter à l'autre.

Cette discipline enseigne aux pratiquants à mieux maîtriser leur corps et à utiliser la force de l'adversaire à leur avantage.

Théo Schtrock, l'enseignant de cet art sur la MJC, organise ses cours par tranches d'âge afin de s'adapter au mieux à chacun : 4 ans, 5-7 ans, 8-13 ans et 14 à 99 ans.

Cette saison encore, l'activité judo a suscité un fort engouement, avec une hausse significative des inscriptions : 102 adhérents, contre 98 l'année précédente.

Le challenge de la section, la saison prochaine, est d'attirer plus de personnes dans la tranche d'âge 14/99 ans.

LECTURE

Le club, composé de 22 membres, se réunit un lundi par mois.

Moment propice à la discussion autour d'un livre, choisi et lu à l'avance par les membres du Club, après présentation par la personne qui l'a conseillé.

Ouvrages passés en revue d'Octobre 2024 à Juin 2025 :

- Octobre : Une femme à Berlin, journal anonyme du 20 avril 1944 au 22 juin 1945,
- Novembre : Le sel de tous les oublis de Yasmina Khadra,
- Décembre : Petit pays de Gaël Faye,
- Janvier : Moon Palace de Paul Auster,
- Février : Le dit de Tian-Yi de François Cheng,
- Mars : Les trois mariages de Manolita d'Almudena Grandes,
- Avril : La carte postale d'Anne Berest,
- Mai : Deux hommes de bien d'Arturo Perez-Reverte,
- Juin : Le bal des folles de Victoria Mas.

LUDI'SCIENCES

Des ateliers de science sont proposés aux enfants de 6 à 11 ans, avec cette saison 6 inscrit-e-s, à raison d'une séance hebdomadaire d'une heure.

Ces rencontres sont basées sur l'expérimentation et l'apprentissage par le faire, permettant aux jeunes de découvrir différentes notions scientifiques de manière ludique et concrète.

Au fil des séances, les participant-e-s ont pu réaliser diverses expériences autour de plusieurs thématiques, notamment la physique, la chimie ou encore l'astronomie, ces activités visant à éveiller leur curiosité scientifique, à encourager l'observation et à développer leur esprit d'expérimentation.

LUTTE

La lutte est un sport qui associe force, technique et stratégie. Discipline de préhension sans coups, elle repose sur des valeurs de respect de soi et de l'adversaire.

Elle permet de développer de nombreuses qualités comme la motricité, la perception de l'espace, la souplesse et l'endurance.

Cette saison, 6 adhérents ont tenté l'expérience.



MÉMOIRE LÉZIGNANAISE

Le Club visionne et archive les négatifs photographiques de M. Costesèque, photographe lézignanais pendant près d'un siècle, afin de préparer des expositions. Celles-ci permettent au public, qu'il soit nouveau ou ancien, de découvrir ou de se remémorer la vie à Lézignan au fil des années.

Le travail engagé les saisons précédentes se poursuit en 2024/2025. Il consiste à recenser environ 35 000 photos réparties dans 140 dossiers (négatifs scannés et visualisés) couvrant la période de 1983 à 1987, ainsi que diverses boîtes d'archives. Concernant l'urbanisme, 338 dossiers et environ 3 400 photos préclassées restent à trier et à organiser.

Cette année, l'activité a rassemblé 8 adhérents qui se retrouvent tous les lundis dans les locaux de la MJC, dans une atmosphère conviviale et détendue.

MINETEST

Minetest est le clone libre et gratuit de Minecraft.

La section, ouverte cette saison, pour les enfants de 8 à 14 ans, a accueilli 6 participants, intéressés par l'idée de développer un projet commun : reproduction de lieux, monuments déjà existants ou création d'un monde totalement imaginaire...

En parallèle, trois stages ont été proposés dans l'année, pendant les petites vacances scolaires, qui ont permis à 11 enfants de s'initier au programme.



NATATION / AQUAGYM

La section propose des cours de natation d'octobre à mai, pour les enfants de 6 à 17 ans, du débutant au confirmé.

Cette saison, les cours sont regroupés le mardi soir de 18h15 à 20h15, sur la piscine des Bains de Minerve à Peyriac Minervois.

Apprentissage, perfectionnement des différentes nages sont au programme, en incluant aussi des activités autour de la natation comme l'apnée, le water polo, le sauvetage aquatique pour le groupe des ados et des jeux ludiques pour les plus jeunes.

De juin à août, en période estivale, des cours de natation dès 5 ans sont donnés le soir, sur la piscine de Lézignan-Corbières, en extérieur, ainsi que certains créneaux réservés au Club de natation.

Sur la période 2024/2025, les cours d'aquagym n'ont pu être maintenus, malheureusement, la Mairie n'ayant pas donné son autorisation à la pratique de cette activité par notre association.

ŒNOLOGIE

Les séances se tiennent un lundi par mois, de 19h30 à 21h30. Cette saison, 22 passionnés ont participé aux ateliers d'œnologie, animés par l'envie commune de partager leur intérêt pour le vin.

Le club propose une approche pédagogique autour des vins d'ici et d'ailleurs, où se mêlent apprentissage et convivialité. Les rencontres s'articulent autour de dégustations, favorisant les échanges et les interactions entre participants.

Benoît Fillaquier, profondément attaché à son terroir, prend plaisir à transmettre ses connaissances, à partager sa passion et à faire découvrir de véritables « pépites ».

Au fil des ateliers, il rappelle qu'il n'existe pas de mauvais dégustateur : chacun est libre d'apprécier le vin selon sa propre sensibilité. L'œnologie repose notamment sur l'identification des quatre saveurs principales – le sucré, le salé, l'acide et l'amer – qui constituent une base essentielle dans l'analyse du vin.

Pour la saison prochaine, l'objectif est de poursuivre cette exploration en révélant aux participants de nouveaux aspects et secrets de l'univers du vin.

PATCHWORK

Le patchwork est un art qui consiste à assembler des morceaux de tissus aux couleurs variées, cousus entre eux, afin de créer une réalisation textile unique et personnalisée.

Le groupe se retrouve chaque lundi de 14h à 17h. Pour la saison 2024/2025, l'activité rassemble 7 participantes.

En octobre, le club a accueilli la « Journée de l'amitié inter-clubs de patchwork », rassemblant 50 passionnées venues partager un moment créatif et convivial, sous le signe de l'aiguille, avant de profiter ensemble d'un repas chaleureux et amical. Devant le succès de cette journée, il est prévu de réitérer la saison prochaine.

PATRIMOINE

Le club organise, une fois par mois, généralement le samedi, une journée culturelle. L'adhésion à l'activité est gratuite, seuls les frais de transport et de visites sont payés par les participants au cas par cas. 95 inscrits sur la saison 2024/2025, ont pu profiter de ces sorties découvertes :

- 2 Octobre 2024 après-midi : visite guidée de l'Exposition Henri de Montfreid aux Archives départementales de l'Aude Carcassonne, avec 24 participants,
- 12 Octobre 2024 : Lacaune, visite guidées des Salaisons Oberti et du Vieux Lacaune, avec 23 participants,
- 13 novembre 2024 : visite guidée des deux expositions cathares (au Musée Saint-Raymond et au Couvent des Jacobins) à Toulouse, avec 25 participants,
- 1er février 2025 : Béziers, visites guidées de la Maison natale de Jean Moulin et de l'Espace Jean Moulin à la bibliothèque Malraux, sur le thème de Béziers la rebelle, avec 31 participants,
- 5 avril 2025 : visites guidées à Revel du Musée du bois et de la marqueterie et de l'Abbaye-École de Revel, avec 23 participants,
- 20 mai 2025 : visites guidées du Château de Gala-Dali à Pubol et Musée Dali à Figueras, avec 25 participants,
- 28 juin 2025 : visite guidée du Musée du textile et du peigne en corne à Lavelanet et évocation du siège et du Château de Montségur à Montségur et visite du Musée, avec 17 participants.



PÂTISSERIE

Pour cette première année d'animation de l'atelier pâtisserie, Frédéric Gernez, pâtissier à la retraite et bénévole sur la MJC, a proposé 5 sessions, avec au programme : Flan, bûche, gâteaux secs, Paris Brest et tarte au citron meringuée.

40 personnes, sur la saison, ont participé aux ateliers.

La séance s'organise en binômes afin de favoriser le dialogue et aussi vu le déroulement assez important du process :

- Explication de la recette,
- Choix et pesée des ingrédients,
- Mélange des produits,
- Dressage et cuisson.

L'ambiance y est très agréable et les personnes détendues, restant toutefois friandes de conseils.

À la fin de la séance, les apprentis pâtisseries sont heureux de repartir chez eux avec leurs gâteaux, qu'ils partageront en famille ou entre ami-e-s.

PHILO "LÉZI'PHILO"

L'activité s'est déroulée tous les quinze jours environ, les jeudis de 18h00 à 19h30, hors vacances scolaires. Ce groupe est ouvert à toutes et tous, à celles et ceux qui veulent engager une réflexion personnelle et partagée dans un collectif.

Elle a réuni en moyenne de 10 à 15 personnes par séance, sur un total de 18 inscrits à l'année. Les nouveaux participants, dont deux lycéennes, se sont facilement intégrés dans ce groupe qui compte des inscrits de longue date. Il faut rendre hommage à ces derniers qui, par leur accueil, favorisent échanges et relations.

Il s'agit, orienté par la philosophie, d'interroger divers thèmes et sujets. Réflexion et dialogue, échanges entre les participants sont privilégiés et constituent le fil dynamique du groupe. L'opinion argumentée est le point d'appui d'une réflexion donnant l'occasion d'une promenade dans la pensée philosophique. La philosophie, dans le monde contemporain, est une boussole pour s'orienter et ceci guidera les participants dans l'examen des thématiques choisies. L'étude des textes peut également servir de support.

L'aspect théorique des notions rencontrées dans les cours a soulevé un questionnement pertinent. Comment, dans cette activité présentée comme "promenade dans la pensée philosophique", concilier l'aspect conceptuel et méthodique qui structure tout discours philosophique et la discussion et les échanges qui constituent la dynamique du groupe ? Ne pas faire ce qui ressemblerait à un cours sans tomber dans des discussions qui elles ressembleraient à des discussions de "café du commerce" ? Il s'agira alors de ne pas laisser les échanges sans orientation, mais de les faire aller, ça et là, d'un endroit à un autre, selon les directions possibles que nous offre la réflexion philosophique.

Chacun des participants a contribué au bon déroulé des discussions, investissant selon ses ressources et son style les thématiques abordées. De plus, de nombreux textes ont été produits. Ce qui renforce l'idée d'éditer un petit journal.

Enfin, le groupe a accueilli une intervenante extérieure venue leur parler du "Destin". Plusieurs participants ont fait une demande afin de renouveler ce dispositif.

POTERIE / MODELAGE

Cette saison 2024/2025 a accueilli sur les cours de poterie : 30 adultes et 17 enfants de 6 à 17 ans.

La méthode d'enseignement pour les enfants consiste en un cours dirigé où ces derniers apprennent les différentes techniques de façonnage et de déco et le langage du potier. Pour les adultes, l'animatrice les accompagne dans leur propre projet. Pour cela elle les guide dans la technique de façonnage à utiliser ou les bons ingrédients à utiliser pour la décoration, ainsi l'élève peut réaliser un objet au plus près de son projet de départ. En fin d'année ils ont fait des recherches sur la fabrication et la création d'émaux pour les utiliser sur l'année 2025/2026, belle réussite !

La section poterie a organisé une journée en Espagne afin d'aller à la rencontre d'artisans potiers ainsi que chez un grossiste en matériaux pour la céramique. Le bonheur des potiers ! Elle a également participé à Lez'arts en Fête avec la création d'un jeu et d'une exposition sur le thème "Jaune comme le soleil", là aussi, un très beau succès de coopération des sections adultes et enfants.

Deux stages d'initiation au tournage ont été mis en place durant l'été, affichant complets.

Un autre stage sur bol en terre repoussée, initié par Thierry Louang Rath, artiste céramiste, a rencontré un grand succès, 13 inscrits ont pu découvrir ou se perfectionner avec cette méthode particulière et repartir avec leurs créations.

Pour l'année prochaine, la section prévoit d'organiser d'autres stages avec des intervenants extérieurs ou avec Violette Vincent et bien sûr continuer dans la dynamique actuelle.



SCRABBLE

Tous les mardis et jeudis, de 14h30 à 16h30, huit participants se retrouvent pour jouer au scrabble.

La partie se déroule en mode « duplicate » : le meneur du jeu tire au hasard sept lettres et les annonce à voix haute afin que chaque joueur dispose des mêmes lettres sur son chevalet.

Après 2 minutes 30 de réflexion, chacun annonce le mot qu'il a trouvé. Le groupe retient alors celui qui rapporte le plus de points, ainsi que son emplacement optimal sur la grille. Le mot est inscrit sur le tableau mural et chaque participant le place sur son propre plateau. Le jeu se poursuit de cette manière jusqu'à l'épuisement des 102 lettres.

RANDO MONTAGNE

Le club fonctionne toute l'année, avec une exception d'interruption pendant les fêtes de fin d'année (Noël et 1^{er} de l'an). Les sorties du club, sont tous les dimanches, certains week-ends sont proposés et parfois des séjours d'une durée d'une semaine, se reporter aux programmes établis tous les 4 mois.

Année du 1^{er} septembre 2024 au 31 août 2025 nombre de sorties : 42

(parfois météo défavorable , donc annulation)

Nombre moyen d'adhérents par sortie : 8

Matériel utilisé : bâtons de marche, chaussures adaptées obligatoires, sac à dos, raquettes à neige l'hiver.

Quelques randonnées de la saison écoulée, différents départements : Aude, Hérault, Pyrénées Orientales, Tarn, Ariège, Espagne.

Exemples : les TOURS de CABRENC à Serralongue (PO), Cirque de la CONCA depuis PLANES (PO)VELIEUX (Hérault), Pic de RISOUL (ARIEGE)Terres Rouges par le Cardou (AUDE), LA QUILLE (AUDE), Pic del REY (PO), Pic de RISOUL (ARIEGE), COLLIOURE (randonnée le matin et repas de fin d'année) LLUGOLS à Cattlar(PO), la Serre de MAJOU à St Gervais s/Mare (Hérault),Gorges du BANQUET (TARN), le Pech CARDOU à RENNES les BAINS (aude)Tour del FAR à Tautavel (PO), Ambialet dans le TARN,ALBIERES (AUDE)SAN MIGUEL de COLERA (Espagne) Vallée de la Parcigoule à Prats de Mollo (PO), la Tour de GOA à Vernet les Bains (PO), Etang d'Artax à Gourbit (Ariège), Gorges de la FRAU à partir de Montségur , l'étang du Diable à Formiguères(PO) Tour de Mir Prats de Mollo(PO) VIEUSSAN (Hérault), ALBIERES (AUDE) Etang du GARBET à AULUS les Bains(ARIEGE)

Deux séjours organisés par Chantal, la Touraine en randonnées avec visites des châteaux sur le parcours et le JURA avec les 7 cascades du Hérisson, le cirque de Baume, le circuit du lac des Rousses et le lac Léman (en suisse). Itinérance sur le chemin de Compostelle dans le département du GERS.



SCRAPBOOKING

Le scrapbooking, c'est l'amour du papier au service de la créativité, un art délicat qui met en valeur des réalisations uniques et variées.

Cet atelier se définit avant tout comme un moment privilégié de partage. Chaque jeudi soir, à la MJC, des passionnées — exclusivement féminines — se retrouvent pour deux heures mêlant échanges animés, éclats de rire, parenthèse loin du quotidien... et bien sûr, création de belles réalisations. Au fil des séances, différentes techniques sont explorées pour sublimer les projets : embossage à chaud ou à froid, découpe et collage, mise en couleur à l'aquarelle, aux feutres à alcool, aux encres variées ou simplement aux crayons.

Cette saison, les participantes ont ainsi confectionné un calendrier de l'Avent, des cartes pour toutes les occasions, des albums photos et de ravissantes boîtes destinées à accueillir petits présents et douceurs chocolatées.

RANDO PÉDESTRE | MARCHÉ NORDIQUE

Le club de randonnée « Lezig'zagueurs » compte 145 inscrits pour la saison 2024-2025, soit une légère baisse par rapport à l'année précédente.

Parmi eux, 32 adhérents pratiquent également la marche nordique, encadrée par deux animatrices bénévoles diplômées, avec le soutien ponctuel d'une troisième. Les séances hebdomadaires ont rassemblé en moyenne une vingtaine de participants. Face à l'augmentation du nombre de pratiquants, le renforcement de l'encadrement apparaît nécessaire afin d'accueillir davantage de débutants.

Concernant la randonnée pédestre, une quinzaine d'animateurs bénévoles ont proposé 135 sorties tout au long de l'année, réparties entre marches actives, randonnées santé, sorties à la journée et randonnées dominicales.

Malgré l'annulation de 21 sorties en raison des conditions météorologiques ou de fortes chaleurs, 114 randonnées ont pu être réalisées, totalisant 2037 participations entre septembre 2024 et juin 2025. Certaines sorties ont été maintenues grâce à des adaptations de parcours et à la réactivité du secrétariat de la MJC pour informer les adhérents.

La saison a également été marquée par plusieurs moments conviviaux et participations à des événements départementaux organisés par le Comité de randonnée pédestre de l'Aude, comme la Fête de la Randonnée à Limoux, l'Handi rando à Castelnaudary ou encore l'ascension du Pic de Nore en joëlettes et tandems handisports.

D'autres moments de partage ont rythmé l'année, notamment la galette des rois en janvier et le pique-nique de fin de saison en juin, qui a aussi été l'occasion de présenter la nouvelle référente du club après huit années d'engagement de la précédente.

Pour la saison 2025-2026, le club souhaite renforcer son encadrement, notamment en accompagnant la formation d'une animatrice de marche nordique et en encourageant de nouveaux bénévoles à devenir animateurs ou baliseurs.

Parmi les projets envisagés figurent également la mise en place d'une randonnée mensuelle sur le Sentier Cathare, reliant progressivement Port-la-Nouvelle aux différentes étapes du parcours, ainsi qu'un voyage en Asturies davantage orienté vers la découverte et les visites.



ROBOTIQUE | CODAGE

Pour cette deuxième saison, l'activité Robotique, ouverte aux jeunes de 8 à 12 ans, avec initiation au logiciel Scratch pour créer de petits jeux vidéo, du montage et du codage de robots, rencontre toujours un intérêt avéré pour les petits découvreurs.

L'activité compte deux créneaux de cours avec sur le premier créneau 6 inscrits et sur le second 8 inscrits.

En projet pour la rentrée prochaine : reconduire l'expérience.



SELF DÉFENSE

Le self-défense est une discipline qui vise à préparer aussi bien le corps que l'esprit afin d'acquérir les bons réflexes et savoir réagir efficacement en situation d'agression.

Elle a pour objectif de protéger l'intégrité physique de chacun, tout en respectant le cadre légal, notamment le principe de réponse proportionnée.

Cette pratique s'appuie sur des notions de biomécanique et d'anatomie, ainsi que sur des techniques issues de différents arts martiaux, dont le ju-jitsu.

Cette saison, 13 personnes ont adhéré à l'activité.

Le self-défense s'inscrit dans une démarche de développement personnel et ne donne pas lieu à des compétitions.

Pour l'année prochaine, les objectifs sont d'augmenter le nombre de pratiquants et de poursuivre l'apprentissage en approfondissant la discipline.

SKI CLUB

Sur la période 2024/2025, quatre sorties ski ont été programmées, deux sur le domaine skiable de Ax 3 Domaines, une sur celui de Font-Romeu et une sur celui de Formiguères, avec, au total, 79 participants.

Plusieurs formules sont proposées, dont une avec ou sans location de matériel, mais avec forfait et transport et l'autre proposant juste l'accès en bus pour ceux qui souhaitent pratiquer la raquette.

Un accompagnateur salarié Julien Coacolo et un bénévole André Berthelot, ont encadré ces journées.

Pour que la saison se passe dans de bonnes conditions et conformément à ce qui avait été envisagé l'année précédente, l'association a fait l'acquisition de plusieurs paires de skis et de chaussures, pour moderniser le stock et remplacer certains matériels vieillissants.



SOPHROLOGIE

La sophrologie caycédienne, proposée par Véronique Leray, est une méthode simple et accessible à tous. Elle s'appuie sur la relaxation, la respiration, des exercices corporels doux et la visualisation pour renforcer les ressources positives de chacun et améliorer le bien-être au quotidien.

Cette approche permet de réduire le stress, les tensions, les douleurs et les pensées négatives, favorisant ainsi l'harmonie entre le corps et l'esprit.

Inscrite dans une démarche de développement personnel, cette pratique aide à retrouver confiance en soi, à améliorer la concentration et la mémoire, tout en apportant une nouvelle énergie et une vision plus positive de la vie.

Les ateliers ont lieu à la MJC les lundis, sur trois créneaux : de 15h à 16h, de 16h45 à 17h45 et de 19h à 20h. En progression constante depuis sa création, l'activité compte cette saison 13 participants.



TAI-CHI / QI GONG

Les cours se déroulent le mardi, de 9h30 à 10h30 pour les débutants, puis de 10h45 à 11h45 pour l'option épée. Le jeudi, les séances sont organisées de 9h30 à 10h30 pour les pratiquants expérimentés et de 10h45 à 11h45 pour les intermédiaires. Cette saison, l'activité compte 29 inscrits, un effectif stable par rapport aux années précédentes.

Le tai-chi, discipline corporelle d'origine chinoise issue des arts martiaux, repose sur un enchaînement de mouvements lents, fluides et circulaires, réalisés avec précision selon un ordre défini, tout en accordant une place essentielle à la respiration.

Le qi-gong, quant à lui, correspond à un travail sur l'énergie à travers le corps. Il se compose d'exercices variés qui, pratiqués régulièrement, contribuent à renforcer l'énergie vitale, améliorer la concentration, la mémoire et favoriser la détente. Cette pratique associe des mouvements très lents, des postures statiques, des étirements, des exercices respiratoires, ainsi que de la visualisation et de la méditation, demandant une grande attention.

Ces disciplines présentent de nombreux bienfaits, notamment pour les personnes âgées, en particulier dans la prévention et la rééducation après une chute. Elles participent à l'amélioration de l'équilibre, du sommeil, du tonus musculaire, et plus largement à l'harmonisation du corps et de l'esprit, tout en aidant à mieux réguler les émotions.

Afin de faciliter l'apprentissage, une vidéo est mise à la disposition des participants, leur permettant de s'entraîner chez eux et de mieux mémoriser les enchaînements.

L'année 2024/2025 s'est enrichie d'un cours d'épée. Elle s'est déroulée dans de bonnes conditions et les élèves ont apprécié ce moment consacré au bien-être, dispensé par Marie-Claire Moulet, animatrice salariée.

TAROT / BRIDGE / BELOTE

Lettre d'un responsable de Club :

"Y a des moments où je me demande si vous me méritez... Rapport de Schproum des brèmeurs de tarot et de bridge.

Oyez lascars et luronnes, Foin de craques et autres fariboles , je ne suis pas là pour vous berlurer la cabèche, ça serait un coup à se taper sur le caberlot. Je dois vous affranchir : Preums, au bridge on a paumé notre amerloque et nos angliches, mais nous sommes encore 6 à 8 matelassiers.

Par contre au tarot, nous avons du flambeau avec 15 à 20 schpilleurs qui viennent amuser le tapis chaque jeudi de la semaine ordinaire.

Trèfle, les clubs de bridge et de tarot font un tabac. Dernièrement, j'ai casqué pour des jeux de brèmes vierges ; mais dois attriquer des tapis neufs que je ne me vois pas carmer à croum, aussi si vous pouviez me filer un coup de paluche (+ ou - 40 €).

Pour la belote, c'est peu de nib, on arrive jamais à réunir les 3 mousquetaires".

Traduction de texte pour ceux qui ne pratiquent pas la langue verte :

Approfondir ce que l'on sait et découvrir ce que l'on ne savait pas.

Ne nous mentons pas, si nous avons perdu notre américaine et nos deux Grands Bretons, nous sommes encore 6 à 8 joueurs dont une nouvelle arrivante, le Club de bridge suit donc son petit bonhomme de chemin.

Par contre, le Club de tarot est une belle réussite avec 15 à 20 joueurs chaque semaine.

Si le stock de jeux de cartes a été renouvelé, il faudrait prévoir d'acheter de nouveaux tapis de jeux...

Le Club de belote quant à lui n'arrive pas à démarrer et ne permet pas de réunir 4 joueurs chaque semaine.

THÉÂTRE ART SCÉNIQ

En raison des problèmes de santé des principaux animateurs, l'activité a été placée en pause pendant cet exercice.

Toutefois, la troupe a repris ses activités de création en avril 2025, avec la préparation d'un nouveau spectacle, dont la première a eu lieu en décembre 2025.



THÉÂTRE ATELIERS

Cette année l'atelier a accueilli 2 groupes d'élèves : de 8 à 12 ans , le mercredi de 15h00 à 16h30 et de 12 à 15 ans, le mercredi de 16h30 à 18h00.

Les cours de déroulent dans la salle de spectacle, la plupart des élèves sont très assidus, motivés et l'ambiance est excellente.

Après un trimestre d'exercices de théâtre (occupation de l'espace, respiration, diction, improvisation) les participants ont abordé les textes qui ont été joués au cours du spectacle de fin d'année, au printemps, devant les parents.

Le niveau est plus que correct et les élèves sont en progression constante.

THÉÂTRE COMPAGNIE DU TILLEUL

La Compagnie du Tilleul, dans sa 32ème année d'existence, a poursuivi les représentations du spectacle "Le Paris de Prévert", constitué de poèmes de Jacques Prévert, mis en scène et accompagnés de trente-neuf intermèdes musicaux, notamment de Joseph Kosma et d'éternelles chansons de Paris. Spectacle qui nous fait voyager dans ce Paris des années 50, de la Butte Montmartre à Saint-Germain des Prés, toujours dans le magnifique décor réalisé par l'atelier de peinture de la MJC.

Les répétitions du "Petit Prince" d'Antoine de St-Exupéry, dans une nouvelle distribution et une mise en scène revue et corrigée, se poursuivent dans l'attente d'un plus grand espace permettant de monter le décor important (avion, plateau tournant) entreposé dans des locaux municipaux, en vue de sa programmation dès le début de l'été 2026, qui devrait se poursuivre dans le courant de l'année, avec, notamment, des représentations auprès des scolaires, du primaire aux classes terminales. Spectacle tout public et notamment "jeune public" qui a eu beaucoup de succès lors de sa création.

La troupe est consituée à ce jour, pour les deux pièces, de 15 personnes : 14 comédiens (7 femmes et 7 hommes) et 1 régisseur son et images.



TRICOT

Cette saison le Club de tricot comporte 9 adhérentes. C'est un espace convivial où se retrouvent des personnes partageant une même passion pour les travaux d'aiguilles.

Dans une ambiance chaleureuse et bienveillante, les membres se réunissent régulièrement pour tricoter, apprendre de nouvelles techniques et échanger des conseils.

Que l'on soit débutante ou tricoteuse expérimentée, chacune peut progresser à son rythme, tout en profitant d'un moment de détente et de partage. Le club favorise également la créativité et l'entraide, permettant de réaliser des projets personnels ou collectifs, tels que des écharpes, bonnets ou couvertures.

Au-delà du simple loisir, ce moment partagé contribue à renforcer les liens sociaux au sein de l'association et à créer un véritable esprit de communauté autour d'une activité à la fois traditionnelle et toujours actuelle.



TENNIS DE TABLE

Au cours de la saison écoulée, le club de tennis de table a poursuivi son développement sportif avec de très bons résultats.

Le club a engagé 5 équipes en championnat, réparties sur tous les niveaux : 2 en Régionale et 3 au niveau Départemental. L'équipe 1, en entente avec la MJC de Carcassonne, atteint pour la première fois de son histoire la Régionale 1, marquant un tournant historique. L'équipe de D3, composée de jeunes et d'adultes loisirs, reflète l'esprit convivial et familial du club.

Le club termine 3ème de la Coupe de l'Aude.

Sur le plan individuel, 4 jeunes ont participé aux compétitions départementales et régionales, tandis qu'une joueuse adulte a représenté le club aux Championnats de France Vétérans, en catégorie moins de 50 ans.

L'entraîneur présent toute l'année, a organisé des stages pendant les vacances scolaires pour jeunes et adultes. Les créneaux d'entraînement sont répartis ainsi : lundi pour les loisirs, mercredi pour les jeunes et vendredi en entraînement dirigé pour tous.

Enfin, comme chaque saison, le club a été sollicité par le comité départemental pour l'organisation des compétitions adultes et jeunes, confirmant son rôle actif et reconnu dans la vie sportive locale, départementale et régionale.



VTT

Le VTT nouvelle activité sur la MJC, a rencontré un franc succès auprès des jeunes.

Cette saison 37 participants, âgés de 7 à 16 ans (18 pour les 7/11 ans et 19 pour les 12/16 ans), ont enfourché leurs montures, les samedis matins, pour des balades sur les sentiers forestiers que nous offre notre belle pinède lézignanaise, en compagnie de Julien Coacolo, notre animateur, accompagné de Jérôme Lapalu, un bénévole très impliqué.

Cette activité prometteuse qui a permis de fédérer un esprit d'équipe au sein des deux groupes sera reconduite la saison prochaine, pour le plus grand plaisir des participants.

YOGA

Les cours animés par Myriam Cabra sont ouverts à tous et se déclinent en trois séances hebdomadaires, proposées chaque jeudi. Un créneau est organisé sur la pause déjeuner, avec un effectif globalement stable, passant de 13 participants l'an dernier à 14 cette saison. Un second cours a lieu de 14h30 à 15h30 et réunit 9 adhérents. Enfin, la séance de 18h à 19h connaît un véritable engouement, avec une fréquentation record de 30 participants, contre 19 l'année précédente.

Il s'agit d'un yoga évolutif, fondé sur une progression douce et adaptée à chacun, où l'on privilégie l'écoute du corps plutôt que la performance. Le travail des postures, associé à une respiration consciente, contribue à entretenir ou améliorer la souplesse et le tonus.

Les séances ont rencontré un franc succès, et les participants ont particulièrement apprécié le confort de la salle de danse de la MJC, ainsi que l'accès direct aux vestiaires. Une grande partie des pratiquants, fidèles d'une année sur l'autre, s'inscrit dans la durée dans cette discipline. Par ailleurs, l'arrivée de nouveaux adhérents vient régulièrement renforcer la dynamique et assurer la continuité de l'activité.

Nous adressons nos sincères remerciements à l'ensemble des responsables de clubs de la MJC pour la saison 2024/2025. Leur implication, leur professionnalisme et leur engagement constant ont largement contribué à la qualité des activités proposées tout au long de l'année.

Grâce à leur dynamisme, leur disponibilité et leur passion, chaque section a pu évoluer dans un cadre à la fois structuré, convivial et enrichissant. Leur investissement est essentiel à la vie de la MJC et au plaisir des adhérents.

Un grand merci à toutes et à tous pour leur travail et leur dévouement.

ATHLÉTIC CLUB

L'Athlétic-Club, un endroit dédié à la forme et à la musculation, accueille depuis maintenant 7 ans les activités physiques de la MJC, dans 650 m² de locaux rénovés. Les deux espaces, « Forme et Fitness » & « Force et Musculation » offrent un large choix aux abonnés.

Sur cette saison 2024/2025 nous sommes au regret de constater une perte de vitesse, surtout sur la partie force et musculation, en raison très certainement de l'ouverture d'une salle de sports privée sur la ville, grand groupe, offrant du matériel de dernière génération pour les entraînements, contre lequel nous ne pouvons pas lutter, en tant qu'association, avec des moyens financiers beaucoup plus limités.

Nous n'avons enregistré que 290 abonnements vendus (soit 108 abonnements annuels pour les plus de 28 ans, 11 abonnements annuels pour les 16/25 ans, et 171 abonnements regroupant les mensuels, trimestriels et semestriels), contre 435 la saison précédente, représentant une baisse significative d'abonnements de 61 %.

21557 entrées ont été comptabilisées sur cette période, contre 29087 l'année précédente, soit une perte de la fréquentation de 25 %.

On remarque de septembre à décembre, des fréquentations de la salle assez stables. En janvier le pic maximum de fréquentation est atteint, en raison des bonnes résolutions du début d'année. Ensuite de février à avril, elles se stabilisent à nouveau et à partir de mai/juin, affichent une baisse, et enfin, sur les mois de juillet et août, nouvelle chute.

Devant ce constat inquiétant, il va falloir réagir et réfléchir à un plan de redressement de la situation, sur la saison prochaine et les suivantes, afin de limiter la perte financière qui se profile.

Une équipe formée d'animateurs compétents et chevronnés, encadre les pratiquants dans leurs activités en leur prodiguant des conseils adaptés. Un coaching personnalisé est proposé en option, pour ceux qui le souhaitent. Ces services, à l'écoute de la personne, sont fort appréciés par les utilisateurs.

Cela se fait dans la convivialité et l'efficacité et permet aux adhérents de bénéficier rapidement de résultats significatifs afin d'améliorer leur condition physique et leur santé.

Descriptif des cours :

- **Abdos Express** : Accompagnement collectif sur les machines de musculation, conseils individuels et démonstrations pour les débutants ; différents ateliers avec petits matériels pour tout le corps.
- **Aérogym** : Échauffement, étirements, exercices musculaires. Les objectifs sont adaptés au niveau de chacun (tonifier, raffermir, s'assouplir...)
- **Cardio Hit** : Exercices mêlant des mouvements à haute intensité permettant de rester en forme et de garder la ligne dans un esprit festif, en se laissant emporter par la musique.
- **C.A.F.** : Cours de renforcement musculaire basé sur le bas du corps. Le travail se fait sur le renforcement, avant tout, de la ceinture abdominale, ventre et taille puis fessiers et jambes : quadriceps, adducteurs.
- **Circuit Minceur** : Entraînement adapté de tonicité et minceur qui consiste à passer d'un poste de travail à un autre dans un temps donné, combinant un travail musculaire et cardio-vasculaire efficace.



- **Cross Training** : Séances qui permettent de construire un programme visant à affiner la silhouette, à la dessiner musculairement et à améliorer sa résistance face à un effort soutenu.
- **Flow Rebel** : Séance d'entraînement de moyenne intensité visant à construire la masse musculaire : on gagne en flexibilité du corps et de la colonne vertébrale en travaillant avec le poids de son corps.
- **Full Body** : Ensemble d'exercices avec pour but l'assouplissement, le renforcement musculaire, la coordination et l'équilibre, avec ou sans matériel.
- **GymBall** : Cours collectif dynamique avec un gros ballon pour muscler le dos et les abdominaux en profondeur.
- **Harmonie** : Ensemble de mouvements et d'étirements permettant d'assouplir et de soulager des zones du corps bien ciblées.
- **H.I.I.T. CARDIO** : High-Intensity Interval Training ou entraînement fractionné à haute intensité : séance qui alterne des exercices répétitifs de forte intensité avec des périodes de récupération.
- **Latino Fit** : Programme d'entraînement physique complet, alliant tous les éléments de la remise en forme : cardio et préparation musculaire, équilibre et flexibilité. Les chorégraphes s'inspirent principalement des danses latines (salsa, merengue, cumbia, reggaeton, soca, samba...)
- **Pilates** : Harmonisation et affinement de la silhouette par renforcement musculaire, mobilisation et étirements des muscles profonds du corps.
- **Step Fit** : Grâce à ses phases de cardio et de renforcement, il permet de brûler un maximum de calories et de tonifier les fessiers et cuisses. Combinaison du step et de mouvements comme les burpees ainsi que des exercices poids du corps afin de faire travailler le haut du corps.
- **Stretching** : Cours technique d'étirement visant à assouplir le corps, en permettant aux muscles de retrouver une longueur naturelle et à éliminer les tensions musculaires.
- **Tabata** : Entraînement fractionné de haute intensité. Convient pour tous ceux qui souhaitent brûler la graisse et améliorer leur endurance générale, en soumettant l'un des grands groupes de muscles (jambes, poitrine, dos, ventre, etc...) à un cycle d'effort durant une courte période de 4 minutes.
- **Total Body** : Cours cardio en musique. Le total body workout permet de renforcer tous les muscles du corps, avec ou sans matériel, pour brûler un maximum de calories en peu de temps ! Un excellent moyen de retrouver la ligne.
- **TRX** : Série d'exercices en suspension, à l'aide de sangles. Cours intense et très complet où l'on travaille ses muscles de façon vraiment différente et en profondeur.

INSCRIPTIONS AUX CLUBS & SECTIONS D'ACTIVITÉS DE 2019 À 2025

	2019 2020	2020 2021	2021 2022	2022 2023	2023 2024	2024 2025
Anglais	27	16	15	15	20	15
Astronomie					6	
Club FABLAB				19	22	20
Stages Fablab						48
Espagnol					10	14
Ludisciences	12	5	8	9	4	6
Informatique et Numérique	34	1	7	8	10	32
Robotique					16	16
Minetest						18
Biodanza					7	
Danse africaine	12	7	8	10	8	5
Danse de salon	16	7	21	31	47	30
Danse Flamenco (stages)					14	
Danse hip hop	21	11	18	19	18	29
Danse moderne et classique	90	41	42	56	61	72
Danse Salsa/Bachata	89	16	27	43	77	96
Danse Mixdanse					22	22
Danse traditionnelle						42
Danse zen						6
Batucada				10	6	
Chant	26	12	9		5	4
Chorale / Ensemble Vocal	90		72	76	74	73
Comédie musicale				9	6	10
Eveil Musical	7	5	5	12	17	17



4. LA MJC EN ACTIONS

	2019 2020	2020 2021	2021 2022	2022 2023	2023 2024	2024 2025
Aikido	25		9	27	19	14
Aquagym	0	10	18	15	9	
Athlétisme	92	60	24	50	12	26
Athlétic-Club (Forme & Muscu)	449	205	489	477	435	332
Babygym	12	6	21	13	15	13
Badminton				35	53	83
Boxe	49	9				50
Canyoning				10	28	26
Course Orientation	7	10	14	4	5	5
Escalade/Bloc libre					30	77
Escalade/bloc encadré						28
Gym Artistique	73	41	64	82	83	82
Gymnastique Douce/Sénior					19	24
Judo	83		64	112	98	91
Lutte					3	6
Natation	82	35	76	69	78	40
Ecole de nage (été)						55
Rando Montagne	23	25	27	23	19	23
Rando Pédestre	191	86	140	179	186	166
Self-défense					16	13
Ski	32		59	74	77	79
Tennis de Table	57	29	35	55	46	67
VTT						25
Belote/Tarot	11	10	11	26	21	20
Boulangerie						27
Bridge	15	8	13	12	14	16
Club de lecture	18	18	19	22	20	22
Patrimoine	169	100	111	175	170	143
Feldenkraï			51	70	74	72
Jumelage				10	13	6
Léziphilo	21	10	13	15	15	18
Mémoire Lézignanaise	14	2	11	13	9	8
Œnologie	28	8	10	10	41	19
Pâtisserie		8	12	14	4	18
Qi Gong - Taichi	21	10	16	32	58	54
Scrabble	14	5	10	15	13	7
Sophrologie			3	8	11	13
Yoga	39	27	33	40	41	39
Aquarelle	13	12	13	14	14	14
BD-Manga				9	10	18
Cirque						9
Conte					24	19
Couture (stages)					2	7
Créa Déco	9	6	8	11	5	
Crochet					6	7
Dessin / Peinture	79	44	57	38	43	43
Patchworks	15	10	10	7	9	7
Photo	15	4		6	7	
Poésie					10	10
Poterie / Modelage	50	31	41	51	47	47
Scrapbooking					11	12
Théâtre Art Scéniq	13	5	9	16	14	6
Théâtre Atelier	43	12	12	14	17	19
Théâtre Cpg Tilleul	4	3	9	9	12	10
Tricot						9

4.2 | L'ACTION CULTURELLE

La MJC est un lieu où la culture se vit, se partage et se réinvente. Pour notre association, l'action culturelle, c'est avant tout la volonté de rendre la culture accessible, de stimuler la pratique artistique et de favoriser les rencontres entre amateurs, professionnels et publics de tous horizons. Un lieu où chacun peut s'épanouir, s'ouvrir au monde et contribuer à une aventure collective.

L'action culturelle est au cœur de la MJC, et la Micro-Folie en est l'un des moteurs. Ce musée numérique, offre un espace culturel, ludique et technologique de proximité, accessible à tous. Enfants, adultes, amateurs ou curieux : chacun y trouve l'opportunité de découvrir les grands chefs-d'œuvre de l'art, d'éveiller sa créativité, de s'ouvrir au monde et de se laisser surprendre. Les possibilités sont infinies !

Grâce à des dispositifs variés - expositions, ateliers artistiques thématiques, conférences, événements, apéro-Musée, l'offre culturelle s'enrichit. Cette saison marque la 4^e année d'ouverture de la Micro-Folie, confirmant son succès croissant : la fréquentation a augmenté de 40 %, et le travail de l'équipe est largement reconnu. Preuve de cet engagement, la MJC a été choisie pour accueillir les rencontres annuelles des Micro-Folie d'Occitanie en juillet dernier.



La Micro-Folie

L'ÉQUIPEMENT

Le projet Micro-Folie s'articule autour d'un Musée numérique en collaboration avec 12 établissements culturels nationaux fondateurs.

Le musée est équipé de : 20 tablettes numériques, 40 casques audio, 2 enceintes, 1 chariot de charge, 1 grand écran, 1 visio-projecteur de très haute définition, 4 casques de réalité virtuelle mais aussi de manettes, de 3 jeux Ubisoft, de 7 mallettes pédagogiques et surtout d'un accès à des milliers d'œuvres numérisées issues de collections régionales, nationales et internationales.

Plusieurs modules complètent le Musée : FabLab, espace de réalité virtuelle, espace scénique, espace de convivialité et lieu d'exposition au sein du patio.

La salle de spectacle, l'espace bar et le patio sont utilisés selon la taille des groupes et les animations.



EN 2024/2025...

- Fréquentation en **augmentation de 40%**
- **2 200 visiteurs** accueillis à la Micro-folie dont **1 216 scolaires**
- **6 expositions**
- plus de **250 spectateurs** aux 2èmes rencontres chorégraphiques et **80 jeunes danseurs**.

2 modes de visite

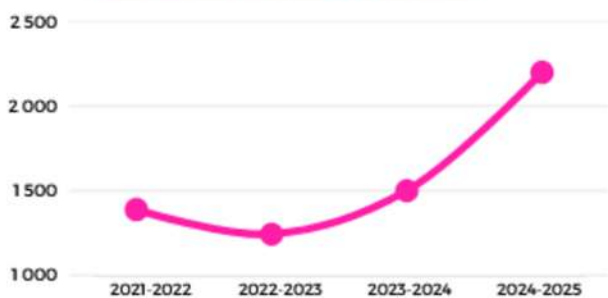
LE MODE VISITEUR LIBRE

le Musée numérique est en libre accès. Chacun peut suivre sa propre navigation, entre l'écran et sa tablette, en lisant les cartels conçus par les conservateurs des musées, en découvrant les secrets des tableaux, en jouant....

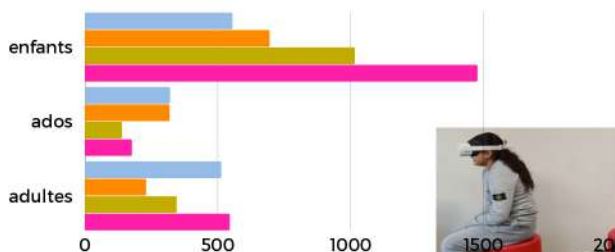
LE MODE CONFÉRENCIER

Des visites thématisées et programmées pour les groupes. Véritable outil d'éducation artistique et culturelle, le Musée numérique devient un support de médiation incroyable pour les professeurs et les animateurs. À Lézignan, ce mode est complété par des ateliers créatifs

Evolution de la fréquentation



● 2020-2021 ● 2022-2023 ● 2023-2024 ● 2024-2025



ACCÈS LIBRE MERCREDI 14H/20H

Nous avons choisi de proposer l'accueil en mode libre, un après-midi par semaine sur une large plage horaire afin de permettre à un public plus diversifié de venir découvrir le dispositif, de fidéliser les passages des enfants adhérents des différents clubs MJC du mercredi et leurs accompagnants et de faire un pont avec le public qui fréquente la médiathèque. Au fil des mercredis après-midis, on a pu installer un rdv pérenne pour les plus jeunes adhérents des différents ateliers qui viennent entre deux cours ou en attendant leurs parents, mais aussi pour les accompagnants qui restent dans les locaux de la MJC et le public des villages alentours qui se rend à la médiathèque ou qui accompagne des enfants, adolescents à leurs activités sportives sur la commune de Lézignan.



QUELQUES ACTIVITÉS SIGNIFICATIVES EN 2024/2025



L'ACCUEIL DES SCOLAIRES

L'accueil du public scolaire de Lézignan-Corbières continue de se développer grâce au programme Cité éducative.

Les séances du musée numérique, avec la collaboration des enseignants, est devenu un bel outil pédagogique venant compléter les thèmes abordés en classe et, ainsi, apporter un nouvel angle d'étude grâce aux œuvres innombrables de la banque de données et aux outils pédagogiques élaborés par Céline Mathelier, médiatrice culturelle.

Nous continuons les actions menées depuis 3 ans avec 5 classes de CP-CE1 de l'école primaire Frédéric Mistral pour découvrir en alternance l'Art du portrait et celui du paysage, ainsi qu'une initiation au monde des marionnettes pour 2 CP. D'autres établissements ont rejoint le dispositif cette saison : L'école Marie Curie, nous a sollicité pour l'accueil de classes de CE1 et CM1.

Pour ces 2 établissements, un accompagnement au musée de Carcassonne et au LAC de Sigean a été mené en fin d'année afin de mettre en situation les connaissances acquises tout au long de l'année. Ce dispositif permet d'optimiser ces sorties grâce à la confiance développée avec les élèves. Cela permet aussi de mettre en valeur leur participation orale en faisant le lien avec des œuvres vues à la Micro-Folie.

Des élèves de l'école Sainte Thérèse sont venus pour la première fois découvrir ce dispositif.



Quant aux collèves, l'Amandier a reconduit sa journée bilingue avec deux classes de 6ème-5ème sur le thème des masques et le collège Joseph Anglade a poursuivi sa collaboration avec la MJC pour l'Atelier-relais destiné aux élèves en décrochage scolaire. Ces élèves ont alterné les séances entre le musée numérique, le Fablab et les ateliers informatiques

LE DISPOSITIF CITÉ ÉDUCATIVE

Ce dispositif permet de créer des communautés éducatives, comprenant des professionnels de l'éducation, de l'enseignement, des associations, des collectivités locales et des parents afin d'œuvrer conjointement pour le bien-être des enfants. Il permet de leur assurer un avenir meilleur en leur ouvrant tous les champs du possible.

Le dispositif Micro-Folie est donc un atout remarquable pour aplanir les inégalités socio-culturelles qui éloignent beaucoup d'enfants de l'accès à la Culture et à l'Art.

Cette année nous avons inauguré l'accueil d'un nouveau public scolaire : en partenariat avec la médiathèque MILCOM nous avons fait découvrir les richesses du musée numérique à de nombreuses écoles du territoire de la Communauté de communes (16 classes, soit 328 élèves). Nous avons constaté un réel enthousiasme tant de la part des enseignants que des élèves. Ces derniers se sont montrés curieux et se sont appropriés très rapidement le dispositif numérique du Musée.

Globalement, nous constatons que le dispositif Micro-Folie est un atout remarquable pour aplanir les inégalités socio-culturelles qui éloignent beaucoup d'élèves de l'accès à la Culture et à l'Art et qui permet d'enrichir le vocabulaire ainsi que les connaissances générales des enfants, leur l'imaginaire et leur motricité fine grâce aux ateliers artistiques



L'EXTRA-SCOLAIRE

les mercredis et jeudis après-midi de la 1ère semaine de vacances scolaires la Micro-Folie est ouverte en accès libre. D'autre part, l'animatrice intervient régulièrement au centre de loisirs La Lauseta pendant les vacances pour animer des séances thématiques et permettre une première initiation à l'Art.

DES EVÉNEMENTS "MAISON"

Le musée numérique séduit aussi un public adulte notamment lors de nos créneaux d'accueil libre des mercredis après-midi mais aussi grâce à nos programmes "maison" : les Apéro-Musée, les diffusions de playlists en adéquation avec les expositions dans le patio, les événements en direct proposés par La Villette comme la conférence sur les impressionnistes ou la soirée d'exception avec la diffusion de l'opéra Cendrillon.

Ainsi, cette saison 2024-2025 a vu plusieurs moments forts au musée numérique en commençant par une magnifique soirée d'exception grâce au partenariat avec les Opéras de Paris, (fabrication et décoration d'une lampe "cendrillon" lors d'ateliers créatifs, apéritif dinatoire avec une mise en scène théâtrale, diffusion en direct de l'Opéra Cendrillon).

La Micro-Folie s'est également révélée être un bel outil pour aider le public à s'évader dans des moments difficiles. En effet, le musée numérique et ses malles de jeux ont été une aide appréciable pour distraire un public familial mais aussi d'adultes en situation de handicap désorientés et stressés, réfugiés de l'incendie terrible survenu au mois d'août.



STAGE D'ÉCRITURE DE SCÉNARIO

Au début de l'été, un stage d'écriture de scénario a été concocté pour les adolescents par Occitanie Films en partenariat avec Ciném'Aude et la Micro-Folie. Le but : permettre à des jeunes du territoire de découvrir sous la houlette d'un réalisateur professionnel, toutes les étapes de l'écriture d'un scénario en travaillant en petits groupes (écriture collaborative, notes d'intention, storyboard en dessins ou photos de Lézignan, ...) et d'acquérir une initiation à l'étude de l'Image en apprenant à décoder certaines scènes de films cultes.

L'expérience s'est poursuivie au cinéma Le Palace grâce au partenariat avec Ciném'Aude où ils ont pu voir deux longs métrages « Les dents de la mer » et « La forme de l'eau ».

Pendant 5 jours les 8 participants ont appris à tisser une intrigue, à ébaucher une trame de scénario et à parfaire leur culture générale.

ATELIERS MOI SÉNIOR

En collaboration avec l'espace senior du Département, nous avons cette année encore participé au programme "Moi Senior", destiné aux personnes âgées de 60 ans et +. Ce dispositif est soutenu par la Conférence des Financeurs. Il permet d'accompagner les personnes en phase de vieillissement, en essayant de stimuler leurs capacités intellectuelles, leur mémoire et leur permettre un accès au numérique grâce à quatre séances au Musée Micro-Folie couplées avec un atelier artistique en alternance avec un atelier numérique et un atelier découverte du FabLab.



MANIFESTATION HORS LES MURS

Grâce à ses tables de jeux, malles pédagogiques et ateliers créatifs, la Micro-Folie est aussi présente lors des manifestations "Hors les Murs" organisées dans les quartiers. Ainsi, les animatrices ont participé à la journée de la Parentalité avec le REAAP, ainsi qu'aux Quartiers de saison, place Carié l'hiver, à la Source au printemps et au jardin public en été. Ces ateliers rencontrent toujours un vif succès auprès des participants.



LES MICRO-FOLIES D'OCCITANIE À LA MJC

Une trentaine de médiateurs culturels, fabmanager, responsables de pôle culturel œuvrant dans les micro-folie d'Occitanie ont participé à ces rencontres régionales accueillies les 3 et 4 juillet à la MJC. Deux journées riches en échanges et partage d'informations. Ont ainsi été abordées, l'actualité du pass culture, les conventions de généralisation de l'éducation artistique et culturelle, les ressources d'universcience... par les responsables de la DRAC et de La Villette. Céline MATHÉLIER et Renaud LE GOFF ont présenté les projets alliant Micro-folie et FABLAB réalisés à Lézignan.



La programmation culturelle

LES EXPOS AU PATIO

La programmation "d'Expo au Patio" a pour ambition de mettre en valeur chaque mois un nouvel artiste. La MJC a proposé une sélection éclectique d'œuvres peintes ou photographiques réalisées par des artistes locaux ou adhérents des ateliers artistiques de la MJC.

Cette année, nous avons voyagé avec les yeux et les oreilles pour découvrir des univers très éclectiques.

Pour continuer à rendre singulière l'expérience des Expos au patio", nous avons développé les rendez-vous couplés avec des lectures poétiques, formule initiée l'année précédente et reconduite 4 fois cette saison.



- **En octobre**, la saison s'est ouverte par une **carte blanche à plusieurs artistes amateurs** qui se sont partagés l'affiche. Avec eux nous avons vogué au fil de l'eau sur le Canal du Midi (Paul Gilbert), les bords de mer de Gruissan (Mikaël et Sabine Schnell-Brinon) ou Collioure, humé les parfums délicats des bouquets floraux (Dominique Delporte) ou laissé notre esprit vagabonder dans les paysages des Corbières.
- **En novembre**, changement radical d'atmosphère avec **Brice Bourdiol** qui nous initie à l'**Urbex**, Il nous a entraîné dans un monde figé dans le temps. A travers son œil aiguisé de photographe nous avons suivi ses traces dans des habitations désertées où la vie s'est arrêtée avec le départ de leurs occupants laissant là, leurs effets personnels comme une espérance d'un retour.
- En **décembre-Janvier**, pas d'expo mais place aux belles **décorations de Noël** imaginées par l'équipe et fabriquées au FABLAB.
- **En Février**, l'Expo au patio s'est immiscée dans le programme des 2èmes rencontres chorégraphiques en proposant de découvrir des œuvres qui ont mis en lumière différentes disciplines de **la danse** et en miroir des photos de danseurs prises lors des différents ateliers danse de la MJC.

En Mars, nous avons célébré le Printemps des poètes avec le Café-poésie de la MJC. Nous avons accueilli l'exposition "**Bayt ou Habiter le poème**", œuvres picturales de la poétesse **Nour Cadour** qui nous a fait l'honneur de proposer une lecture de poèmes en musique, accompagnée par le musicien Nicolas COURDEAU. Au son de sa voix et de la musique, nous avons été ainsi transportés dans sa maison imaginaire et les jardins de son enfance entre soleil et senteurs du Liban.



- **En avril**, "**Toiles, passeuses d'histoire**", magnifiques œuvres d'**Anne LASSALLE** inspirées de l'art aborigène d'Australie. Pour mieux comprendre cette art, Dominique nous a fait découvrir des poètes aborigènes et l'artiste a donné une conférence lors d'un apéro-musée très apprécié par un public conquis par les couleurs et symboles.
- **En mai**, les **élèves de l'atelier dessin peinture** (enfants, ados, adultes) de Frédérique JACOB ont illuminé le patio de leurs œuvres sur le thème "**Le jaune sous toutes ses formes**".

SUCCÈS CONFIRMÉ POUR LES 2ÈME RENCONTRES CHORÉGRAPHIQUES



Danse contemporaine et breakdance étaient au cœur de la deuxième saison des rencontres chorégraphiques organisées par la MJC. Ces disciplines exigeantes séduisent des jeunes qui savent communiquer leur passion. Pour preuve, les deux temps forts de cet événement ont connu un vif succès et ont affiché complet.

Salle comble le 1er février pour la SOIRÉE CHORÉGRAPHIQUE organisée à l'espace culturel des Corbières avec le soutien de la CCRLCM. Issus d'une dizaine d'écoles de danse et compagnies juniors du Grand Sud, une centaine de jeunes ont répondu à l'invitation de Marine GENDREU, professeure de danse à l'initiative du projet. Ils se sont succédés sur scène, impressionnant le public par la qualité des prestations. En clôture de cette belle soirée, la Compagnie parisienne KYNLAUS a présenté le spectacle VIRILES et a animé une masterclass le dimanche.

Le 15 février, c'était au tour des jeunes b-boys et b-girls d'investir la MJC pour un battle kidz des moins de 14 ans organisé par Amar CHARDOU, professeur de BREAKDANCE. Une belle énergie a envahi le patio. Les jeunes venus de tout le sud de la France se sont affrontés avec détermination enchainant groove et figures acrobatiques sur la musique mixée par DJ Kris.

Autres moments inscrits dans ces rencontres, l'atelier chorégraphique soutenu par la CCRLCM et animé par Céline LEFEVRE, danseuse et chorégraphe, une exposition sur la danse au Patio, un apéro musée, la retransmission en direct de l'opéra de Paris de l'opéra-ballet Cendrillon...



4.3 | L'ANIMATION DE LA VIE SOCIALE



Au cœur de notre territoire, l'animation de la vie sociale est bien plus qu'une simple offre d'activités : c'est un véritable levier de lien social, un espace où se tissent des rencontres, des échanges et des solidarités entre habitants de tous âges, de toutes origines et de tous horizons. En favorisant la mixité et le brassage des générations, elle crée les conditions d'une vie collective riche et apaisée, où chacun trouve sa place.

À travers des moments partagés - ateliers, événements culturels, projets collaboratifs -, la MJC devient un lieu de vie où l'on se rencontre, où l'on apprend à se connaître et à agir ensemble. Que ce soit dans ses murs ou dans l'espace public, chaque animation est conçue pour renforcer la confiance, briser les isolements et encourager la participation de tous.

En mettant l'accent sur l'art, la technologie, la gastronomie, le sport ou encore les débats citoyens, l'Espace de Vie Sociale offre à chacun l'opportunité de s'ouvrir aux autres, de partager des expériences et de construire du commun. Ces actions, aujourd'hui plébiscitées, prouvent que le lien social se cultive au quotidien - et qu'il est au cœur de notre bien-vivre ensemble.



CHIFFRES-CLÉS

EN 2024/2025...

- Avec **1000 participations** environ aux ateliers et sorties l'EVS atteint sa vitesse de croisière.
- Les participants aux ateliers sont âgés de 2 à 84 ans (17% ont moins de 18 ans, 31% de 18 à 60 ans et 52% ont plus de 60 ans).
- Près de **1 000 participations** aux quartiers de saison
- et **9 049 euros** récoltés pour le Téléthon. Record battu.



Les ateliers, sorties

Des activités ouvertes à tous, pour découvrir, partager et s'épanouir. Ateliers, rencontres, moments de convivialité... L'Espace de Vie Sociale propose une programmation variée, accessible à tous, adhérents ou non. Résultat : une fréquentation qui se stabilise pour la plupart des activités, avec une participation toujours plus active et une dynamique qui crée du lien et répond aux attentes de chacun.

- **Les gourmandises de saison** (9 ateliers - 108 participations. 12 participants en moyenne de 22 à 84 ans) pour cuisiner ensemble. Recettes asiatiques, mexicaines ont été proposées par les participant.e.s. Se sont rajoutés cette année, les RDV du potager avec les jardins partagés. Préparation d'un plat, d'un dessert dans la convivialité. Après les cuissons, dégustation autour d'un café, d'un thé, on échange sur les goûts, les expériences...
- **Les sorties découvertes** ont trouvé leur public avec 81 participations, soit 8 personnes en moyenne par sortie. Les visites des villages proches avec soit des guides locaux bénévoles, soit Nadine et Nicole sont très appréciées des participants..

RENOUVELLEMENT DE L'AGRÈMENT E.V.S.

Obtenu pour la 1ère fois en juillet 2020, l'agrément délivré par la CAF de l'Aude a été renouvelé en janvier 2024 pour 3 ans.

Il permet de percevoir une Prestation de Services (aide financière) et de développer des actions accessibles à tous dont les objectifs sont :

- Lutter contre l'isolement et créer des liens
- Favoriser le vivre ensemble
- Impliquer le public à la vie sociale
- favoriser la participation des habitants

La M.S.A. apporte également son soutien financier à l'animation de la Vie Sociale.

- **La rigologie ou yoga du rire** (9 séances - 93 participations, soit 12 de + que la saison dernière) pour lâcher prise, se détendre dans la joie et la bonne humeur. 25 personnes de 33 à 92 ans (dont quelques hommes cette saison) ont osé, avec bonheur, se prêter aux jeux du rire pour une ou plusieurs séances. Nadine utilise différentes méthodes comme la sophrorelaxation, la respiration, le yoga du rire, la méditation du rire. Cet atelier se déroule le samedi matin, 1 fois par mois.
- **Les éco-ateliers** (6 séances- 24 participations soit 20 de moins par rapport à la précédente saison. 2 à 5 participants par séance). Cette 3ème saison, a eu du mal à trouver son public et 3 séances ont été annulées faute de participants. Une réflexion à engager pour la saison prochaine pour faire évoluer cette proposition.



- **Le café poésie** Il se déroule un jeudi par mois de 18h30 à 20h. Chaque date a été choisie de façon à ne pas empiéter avec l'atelier philo de façon à ce que des personnes puissent participer aux deux activités. En moyenne il y a dix participants par séance. De nouveaux arrivants cette année qui prennent goût à ces moments partagés de lectures poétiques et de découverte de la poésie contemporaine. Le Café poésie participe à des vernissages d'exposition dans le hall de la MJC, il ouvre le moment par des lectures en duo de 10 à 15 minutes environ réalisées par Dominique Angelvy & Marie-Laure Dupré.
- **Théâtre d'improvisation intergénérationnel.** 8 séances animées par Roméo de septembre à novembre ont permis aux participants de s'initier au théâtre d'improvisation, seul ou en famille, et en toute bienveillance, grâce à des jeux et exercices. 14 participants de 9 à 75 ans ont ainsi assisté à un ou plusieurs ateliers. .
- **Le ludik'espace** Un moment partagé en famille après l'école tous les mardis et vendredis en fin d'après-midi. Les parents viennent avec leurs enfants faire des activités ensemble. Connaissance avec les autres parents, convivialité et bienveillance sont au rendez-vous. Avec 35 inscrits, soit une douzaine de familles et une vingtaine d'enfants, la participation est stable cette saison. L'équipe s'est renforcée avec l'arrivée de Billy qui connaît bien les familles du centre ville. 170 participations, parents et enfants.



*"Une belle idée encore une fois. Un joli travail à deux"
Aurora et Lily*

"Super activité, on adore venir passer ce moment ! Encore une fois merci pour les enfants". Lyna et Gwen

- **Les rendez-vous du bar associatif** : L'espace bar de la MJC est par essence un lieu d'animation et de convivialité. Depuis le mois de février, un groupe de bénévoles a pris les choses en main. Tous les premiers mercredis du mois de 18h à 19h30, pour un goûter tardif ou un apéritif, ils ont donné rendez-vous. Après une soirée crêpes pour le lancement, puis jeux de cartes, place à une "soirée anglaise" animée par Nadine KIDD avec un Trivial Pursuit dans la pure tradition des pubs d'outre-manche, et pour accompagner un thé, une bière... une part de "Pie" faite maison. En mai, jeux de stratégie et d'imagination ont clôturé la saison. Ces animations étaient gratuites, ouvertes à tous.
- **Premier ECO-TROC.** Echanger pour ne pas jeter ! L'heure étant à la consommation responsable, l'espace de vie sociale a investi le patio le 13 janvier, pour son 1er éco-troc. Cette animation inscrite dans le calendrier des éco-ateliers bouscule nos habitudes. Le troc a pour but de permettre aux participants d'échanger des biens sans recours à la monnaie, favorisant ainsi le partage et la réutilisation. Cette première édition a connu un succès d'estime, faisant néanmoins quelques heureux. Les objets qui n'ont pas trouvé preneur ont été donnés à la Ressourcerie



- **Les promenades en pinède : une activité plébiscitée**
2ème saison pour cette activité physique modérée qui se déroule dans la nature chaque lundi pour environ 1h de marche à plat dans la pinède. 43 séances proposées à la trentaine de personnes inscrites sur la saison. Les participants sont des seniors (de 60 à 83 ans). Jusqu'en décembre il y avait 9 participants en moyenne aux sorties, à compter de janvier nous sommes passés à 15. L'accompagnement est assuré par 2 animateurs bénévoles, également animateurs du club de randonnée pédestre (Lézig'zagueurs). Ce sont le rythme très modéré et l'accompagnement bienveillant qui sont recherchés, ces participants n'iraient pas marcher seuls. Afin de varier le cheminement ou les lectures de paysage, les animateurs ont permis de découvrir d'autres sites : barrages, nouveau réservoir desservant l'eau de la ville, replantation effectuée avec les enfants, sculptures des fables de La Fontaine, capitelles, éoliennes, débroussaillage et broyage par le chantier d'insertion, citernes incendie. L'attrait pour la biodiversité est satisfait par la recherche du premier ciste, l'identification des fleurs, des arbres, les asperges sauvages, l'écoute des oiseaux, l'attente de la 1ère cigale... Le moment du partage gourmand s'est institué, Chaque promenade se termine par boissons et gâteaux-maison pour le plaisir. La demande de poursuivre les promenades en juillet-août en matinée montre le besoin de ces temps de rencontres dans la nature, l'Espace Vie Sociale de la MJC peut remplir sa mission.

Ateliers "Moi sénior"

Dans le cadre de l'appel à projet "Moi sénior - Bien vieillir dans l'Aude", la MJC a proposé cette saison un atelier intitulé "Osez l'art et le numérique" de 7 séances. Ces ateliers gratuits avaient pour objectif de se divertir en découvrant les chefs d'œuvres des grands musées nationaux, de faire travailler sa mémoire mais aussi de s'initier de façon simple et ludique au maniement d'une tablette numérique. Avec 8 participants l'opération a rempli sa mission.



Les animations

Au sein de la MJC ou hors les murs, les animations renforcent les liens sociaux

LE TÉLÉTHON

Mobilisée comme chaque année auprès de l'AFM TELETHON, la MJC a multiplié les événements : loto du club des Jonquilles, repas, soirées dansantes, concerts, karaoké, jeux de cartes... mais aussi bouger pour ceux qui ne le peuvent plus, avec du vélo, du "ping". Les animations, très variées, s'adressaient à toutes les générations, toutes les sensibilités, que l'on soit sportif ou chanteur, gourmand ou danseur, et même tout cela à la fois !

Dès le 11 novembre, Gabriel RICHARD, adhérent de longue date de la MJC et parrain pour l'Aude, a ouvert ce TELETHON par un récital, lors du traditionnel repas des chasseurs. Pour cette cause, Martine MERCIER, administratrice, a su encore une fois réunir autour d'elle une équipe de bénévoles et de salariés de la MJC, soudée et motivée. Résultat, de beaux moments et une cagnotte en hausse.



LEZ'ARTS & SPORTS EN FÊTE

Comme chaque année à l'arrivée de l'été, et pour marquer la fin de saison, la MJC a invité la population à participer aux Arts et Sports en Fête.

C'est bien l'esprit de partage et d'ouverture au plus grand nombre qui distingue cette journée. Les clubs et sections étaient réunis pour faire découvrir, essayer, admirer, les activités historiques ou traditionnelles, sportives ou artistiques, cérébrales ou artisanales, et celles plus innovantes...l'éventail est large ! Cette saison, retour des Olympiades, défis originaux, conviviaux, à relever en famille, entre amis et une soirée musicale qui a connu une belle affluence.



QUARTIERS DE SAISON

Les programmes des quartiers de saison visent à proposer des animations gratuites (grâce au soutien financier des partenaires de la politique de la ville) dans les quartiers durant les périodes de vacances scolaires en privilégiant le hors les murs et l'aller vers les enfants, les jeunes et les familles et plus particulièrement celles et ceux qui ne partent pas en vacances.

En 2024/2025, la MJC a investi différents espaces et proposé 10 dates :

- La place Cabrié pour les quartiers d'hiver, les 24 et 25 février. 120 participants
- La cité La Source pour les quartiers de printemps, les 14 et 15 avril. 50 participants et une météo défavorable
- Le jardin public pour les quartiers d'été, les 7, 8, 9, 21, 22, 23 juillet. 750 participants

Des stands, animés par nos bénévoles et salariés ainsi que nos partenaires (France travail, Mission Locale, le planning familial, le pôle ressource handicap) ont permis aux enfants et familles de se divertir. En soirée, en été, place au spectacle vivant et à la danse. Ambiance conviviale et bienveillante garantie et belle participation du public. Conte, balèti, bal poussière, breakdance, théâtre musical, il y en avait pour tous les goûts.

Au final, malgré les aléas de la météo, les objectifs que la MJC s'était fixée ont été atteints : participation des habitants, favoriser la découverte d'activités sportives et culturelles, promouvoir le vivre ensemble et favoriser la mixité sociale et intergénérationnelle.

ACTIONS PARTENARIALES

Bénévoles et salariés se mobilisent également dans le cadre d'actions d'animation partenariales :

- La **caravane de la parentalité** avec le Réseau d'Aide et d'Appui à la Parentalité le 18 septembre au jardin public pour aller à la rencontre des familles.
- Le **forum santé primaire** organisé par la municipalité en mai au jardin public en direction des enfants. La MJC a proposé des ateliers sportifs.
- Les **rencontres intergénérationnelles** - Dans le cadre de la semaine bleue des échanges ont eu lieu entre des séniors des clubs de la MJC et des enfants des écoles Mistral et Curie
- Participation au **parcours citoyen** initié par la mairie avec ateliers de conception d'une Marianne au Fablab et séances culturelles à la Micro-Folie.

4.4 | L'ENFANCE & LA JEUNESSE

Les MJC inscrivent leur action jeunesse dans une pédagogie de l'accompagnement avec, pour objectif, d'accroître l'autonomie des jeunes et de développer progressivement la construction de la citoyenneté. Pour cela, elles accordent un intérêt éducatif à la gestion des interactions entre les jeunes, les dynamiques collectives mais, également, entre jeunes et adultes. Elles placent, au cœur de leurs pratiques, l'expérimentation et la participation directe des jeunes à la construction des projets qui les concernent.

Outre les clubs et sections qui sont ouverts aux plus jeunes, de nombreux autres services spécifiques sont proposés aux enfants, adolescents et jeunes adultes. « Placer la jeunesse au cœur de la politique de l'association » constitue une des priorités de notre projet associatif. Cette saison a notamment été marquée par une forte augmentation de la fréquentation au centre de loisirs.



Les accueils de loisirs (3-12 ans)

Depuis 2013, la MJC de Lézignan-Corbières est en charge de la partie animation et pédagogie du Centre de Loisirs intercommunal « La Lauseta » et du Centre de Loisirs périscolaire municipal.

Situé dans le parc municipal de Gaujac, le centre est composé de 2 salles d'activités (dont une qui se transforme en dortoir), d'une salle de restauration, d'un coin bureau, d'une cuisine, d'un petit local pour ranger les produits, de six toilettes pour les petits et une pour les grands.

Une pinède et des terrains de sport sont mis à notre disposition. Les locaux sont agréés par la Direction Départementale de la Jeunesse et des Sports (D.D.C.S.P.P.) et par la Protection Maternelle Infantile (P.M.I.).

Pendant la période des vacances d'été, les primaires occupent aussi trois tentes installées dans une partie ombragée du parc.

Le centre est ouvert les mercredis en période scolaire et du lundi au vendredi pendant les vacances, de 7h30 à 18h30. La MJC dispose d'une équipe permanente de professionnels-les qualifié-e-s avec une directrice, une adjointe et des animateurs-trices permanents-e-s.

Des animateurs saisonniers, dont le nombre est déterminé en fonction de l'effectif, complètent l'équipe. Ainsi on compte en moyenne 1 directrice et 6 animateurs le mercredi et jusqu'à 14 animateurs et stagiaires pendant les vacances.

Pendant les vacances, le centre accueille les enfants des 54 communes de la CCRLCM âgés de 3 à 12 ans, et répartis en deux groupes : les 3/5 ans et les 6/12 ans.



CHIFFRES-CLÉS

EN 2024/2025...

106 jours d'ouverture (mercredis et vacances scolaires).

5 511 journées enfants durant la saison
+ 3,7% d'augmentation

1 482 journées enfants en périscolaire
(+9% par rapport à la saison 2023/2024)

4 049 journées-enfants en extrascolaire
(+2,3% par rapport à la saison 2023/2024)

LES AXES DU PROJET ÉDUCATIF

- Favoriser le développement de l'autonomie de l'enfant
- Encourager l'initiative, la prise de responsabilités et la pratique citoyenne
- Permettre à chacun de se socialiser, de trouver sa place dans la société
- Favoriser l'épanouissement des jeunes à travers l'accès à la culture, au sport et aux loisirs
- Rechercher la qualité des projets et la cohérence entre les partenaires éducatifs et les ressources du territoire



QUELQUES ACTIVITÉS SIGNIFICATIVES EN 2024/2025

- Visites et ateliers avec la Micro-folie et le Fablab pour découvrir l'art et la culture scientifique et technique de manière ludique (ex. l'art aborigène, création porte-clés...).
- Sorties au château de Chalabre, à l'atelier du livre à Carcassonne, au parc australien, à Leucate pour de l'accrobranche...
- Accueil d'intervenants pour des ateliers thématiques (ex. initiation au langage des signes...)
- Activité potager avec l'intervention de Gée Aude
- Découverte d'activités sportives : escalade, Taï Chi... et participation à des rencontres sportives (initiation au rugby...)
- Temps fort avec les rencontres inter-centres à Gaujac
- Sortie à la médiathèque et activités jeux



L'accueil jeunes 12-17 ans

L'Espace Jeunes de la MJC de Lézignan-Corbières

L'Espace Jeunes de la MJC est un lieu dédié aux adolescents de 12 à 17 ans, ouvert toute l'année. Ici, les jeunes peuvent monter leurs propres projets, rencontrer d'autres jeunes et des adultes, échanger sur des sujets qui les intéressent ou les préoccupent, et partager leurs savoirs et leurs idées. En dehors des heures de cours, cet espace s'inscrit dans la continuité des actions sociales menées en faveur des adolescents sur la commune.

Un espace adapté et convivial

Situé au rez-de-chaussée de la MJC, l'Espace Jeunes offre un accès direct au patio central et au Jardin Public. Il dispose d'un coin bureau pour les animateurs, d'un salon avec canapés pour discuter ou jouer à des jeux de société, ainsi que d'un espace télévision pour les jeux vidéo ou les films. La MJC met également à disposition deux minibus pour organiser des sorties le week-end ou des séjours.

Une équipe et des activités variées

L'équipe d'animation, diplômée, accueille les jeunes aux horaires suivants :

- En période scolaire : mercredis et samedis de 12h à 19h, mardis, jeudis et vendredis de 16h à 19h.
- Pendant les vacances scolaires : du lundi au vendredi, de 10h à 19h.

Au programme : une soirée à thème par mois, des sorties, des actions citoyennes, des activités sportives et culturelles, ainsi que des temps d'échange et de débat.

Reconnaissance et soutien

Depuis juillet 2020, l'Espace Jeunes bénéficie de l'agrément « Prestation Jeunesse » délivré par la Caisse d'Allocations Familiales, renouvelé en 2024.

L'objectif principal de ce soutien est d'enrichir et de diversifier l'accompagnement et les activités proposées aux jeunes pendant leur temps libre. Grâce au financement d'animateurs qualifiés, les jeunes sont soutenus dans la conception et la réalisation de leurs propres projets. En ouvrant l'accueil libre dès 12 ans, cette prestation permet d'inclure des jeunes qui, auparavant, n'avaient pas accès à l'accueil de loisirs pour adolescents, ainsi que des 15-17 ans qui ne se retrouvent pas dans le cadre plus structuré de l'AJSJ. Agréments et soutiens.

L'Espace Jeunes est également agréé par la DDCSPP et soutenu par la CAF de l'Aude, qui attribue la Prestation de Service Ordinaire (PSO) et permet de bénéficier des aides aux vacances.

EN 2024/2025...

CHIFFRES-CLÉS

76 adolescents ont fréquenté régulièrement l'Espace Jeunes (inscrits).

Près de **150 jeunes touchés** en intégrant les actions hors les murs.

Une trentaines de sorties proposées / an.

Plus de **700 heures d'accueil** ados.

110 jours d'ouverture sur la saison

En moyenne 8 jeunes/jour d'ouverture

31 jeunes ont participé à une colo ou minicamp

Renouvellement de l'agrément PIJ

QUELQUES ACTIVITÉS SIGNIFICATIVES EN 2024/2025

4 séjours dont 2 avec le dispositif colos apprenantes

Dans le cadre de ses missions éducatives et sociales, la MJC organise depuis toujours des séjours à destination des jeunes du bassin lézignanais. Ces temps forts s'inscrivent pleinement dans ses valeurs d'éducation populaire.

Cet été, **quatre séjours ont été proposés, dont deux dans le cadre du dispositif « Colos Apprenantes »**, permettant aux jeunes de mêler découvertes, apprentissages et aventures, tout en ayant des tarifs préférentiels.

Ces séjours constituent des espaces privilégiés d'apprentissage et d'expérimentation, complémentaires aux actions menées tout au long de l'année. Ils permettent aux jeunes de vivre des expériences collectives hors du cadre habituel, favorisant l'autonomie, la responsabilisation, et la socialisation.



En février, direction Formiguères pour un séjour ski

Ce mini-séjour de quatre jours, encadré par deux animateurs, a permis à 14 jeunes de découvrir ou d'approfondir la pratique des sports de glisse en montagne, mais aussi de se familiariser au respect de l'environnement montagnard. Au programme, ski, balade en raquettes, sortie en chien de traîneau et bien plus encore. Les jeunes ont également participé aux temps de vie collective, préparation des repas quotidiens et des veillées animées.

Pour contribuer au financement du séjour, en janvier, les jeunes ont organisé un loto dans une ambiance intergénérationnelle et conviviale.

En avril, cap sur PORT AVENTURA

Ce mini-séjour a offert aux jeunes une expérience collective originale, mêlant découverte, sensations fortes et vie de groupe dans un cadre structuré et sécurisé. Coorganisé avec les MJC de Fitou et de Marcorignan, ce mini-séjour a permis de renforcer les liens entre des jeunes de villages différents. Au total, ils étaient 50 participants dont 8 de la MJC de Lézignan.



Terrain d'aventures en Pyrénées

Du soleil, des montagnes et une bonne dose d'adrénaline : le séjour organisé à Guchen (Haute-Pyrénées) a tenu toutes ses promesses !

Du 11 au 15 août, un groupe de 12 jeunes motivés et curieux a plongé au cœur de la nature pyrénéenne pour vivre une aventure inoubliable, rythmée par des activités sportives, des moments de partage et de dépassement de soi. Au programme des activités détonantes : randos en bivouac, rafting, spéléologie, trottinette de descente, escalade, tyrolienne et exploration de grottes ont constitué une palette riche en sensations. Des veillées chaleureuses ont ponctué les journées d'éclats de rire et de discussions animées. Ce séjour a permis à chacun de repousser ses limites, de renforcer l'esprit d'équipe, et surtout de se créer des souvenirs impérissables.



A la découverte de BERLIN

Berlin est la destination idéale pour un séjour avec des adolescents grâce à sa richesse culturelle, ses activités ludiques et son ambiance jeune et dynamique. En cette période de troubles internationaux, choisir Berlin comme destination finale de nos séjours d'été, c'est permettre aux adolescents de découvrir l'histoire contemporaine allemande, européenne et mondiale.

Du 24 au 30 août, la quinzaine de jeunes accompagnée par trois animateurs a parcouru son histoire mouvementée en visitant des sites et musées clés tels que le Reichstag, le Mémorial du mur, ou encore le musée de la RDA et le Mémorial de l'Holocauste. Les adolescents ont également découvert sa richesse artistique et architecturale sur l'île aux musées, regroupant, au cœur de Berlin, cinq grands musées, avant de parcourir le Berlin Mitte de la Porte de Brandebourg à Alexanderplatz.

Le groupe est aussi sorti « hors des sentiers battus » et a admiré Berlin sous un autre angle avec ses quartiers insolites dans le cadre d'une aventure pédagogique (parcours culturels, activités sportives, street-art, ...).



Participations citoyennes



Parmi les temps forts de cette saison, nous retiendrons la **participation au festival international du film d'éducation (FIFE)** organisée par les CEMEA et le Conseil Départemental des Jeunes. Les jeunes ont été amenés à visionner et sélectionner des courts-métrages présentant des histoires de vies et de citoyenneté et abordant des enjeux sociétaux actuels. Le 14 décembre, au cinéma le PALACE, devant un public curieux et attentif, ils ont animé avec enthousiasme, la séance et les débats qui ont suivi les projections. Autre action, pour se former à la citoyenneté, faire des propositions, la participation au comité local du Conseil Départemental des Jeunes.



Des activités, sorties, soirées tout au long de l'année

L'Espace Jeunes a organisé plusieurs sorties enrichissantes tout au long de l'année, les samedis et pendant les vacances. Ces activités ont pour but de favoriser l'autonomie des jeunes, leur esprit d'initiative et la cohésion de groupe, tout en leur permettant de vivre des expériences variées.

Les jeunes sont impliqués dans le choix des sorties, qui couvrent des thématiques diverses : culture, engagement citoyen, sports et loisirs.

Ils ont pu par exemple, découvrir le Roller Dance, apprendre à piloter au karting, développer des stratégies au Laser game, mais aussi découvrir le patrimoine local, grâce à une sortie organisée au gouffre géant de Cabrespine ou encore visiter l'aquarium de Montpellier.

Le sport n'a pas été oublié, avec des sorties plage, piscine et plus engagées, des sorties canoé et canyoning, activité bubble foot...

Les déplacements se sont faits en train ou en minibus, permettant à chacun de profiter pleinement de ces expériences variées et enrichissantes.

Au programme également des **soirées aux thèmes multiples, films, jeux** et de nombreux ateliers cuisine pour découvrir les cultures du monde et mettre la main à la pâte, toujours dans la bonne humeur..

Rencontres inter-MJC

S'ouvrir aux autres, rencontrer d'autres jeunes constituent des priorités pour notre réseau. Les jeunes sont ainsi amenés à aller à la rencontre d'autres espaces jeunes. Cette saison, quatre rencontres inter-MJC ont été organisées à Lézignan, Gruissan, Marcorignan et Portel.



Le Point Information Jeunesse



PRINCIPALES MISSIONS DU PIJ

Informier, conseiller les usagers, mettre à disposition et partager l'information

- Fournir une information gratuite et libre d'accès
- Organiser la présentation de l'information
- Fournir une information actualisée et fiable au plus près des usagers
- Accueillir, initier, communiquer
- Animer des séances collectives de formation pour les jeunes sur des thèmes tels que : techniques de recherche d'emploi, rédaction de CV, jobs d'été...

Depuis 2014, la MJC de Lézignan-Corbières est labellisée Point Information Jeunesse par la Préfecture de Région et par le Comité Régional d'Information Jeunesse. **Cette saison, l'équipe a travaillé pour le renouvellement du label, obtenu en juin 2025.**

Le PIJ reçoit les jeunes de 13 à 29 ans tout au long de l'année anonymement et gratuitement. Ouvert à tous, ce lieu a pour mission d'aider les jeunes (ou leurs parents) à trouver des informations sur tous les sujets qui les concernent. Ils peuvent s'informer sur les métiers, la formation, la recherche d'emploi, la vie quotidienne, la mobilité internationale, le logement étudiant, la santé et les loisirs.



Au delà de l'accueil individuel, **le PIJ initie ou participe à des actions d'information, d'orientation en direction des jeunes.**

Le 10 mars, la MJC a accueilli en présence de Monsieur le Préfet de l'Aude le **lancement régional de la semaine de sensibilisation "Femme et entrepreneuriat"**, initiée par l'association 100 000 entrepreneurs et le ministère de l'Égalité entre les femmes et les hommes. Trois classes de 3e du collège Rosa-Parks ont participé à des échanges avec des femmes entrepreneures,

Participation au **festival UNIQUES** sur l'égalité des chances organisé par France Travail.

Accueil d'élèves du lycée en BAC PRO et des partenaires locaux pour **découvrir les métiers du social.**

QUELQUES ACTIVITÉS SIGNIFICATIVES EN 2024/2025

Coopérative Jeunesse de Services

Après une année de pause, la MJC a relancé la Coopérative Jeunesse de Services. Dix jeunes, 4 filles et 6 garçons entre 16 et 18 ans, séduits par ce **projet d'éducation à l'entrepreneuriat coopératif** ont relevé le défi. La CJS "les jeunes en action" a ainsi proposé ses services aux particuliers et aux professionnels du 25 juin au 1er août.

Créer une entreprise coopérative en six semaines avec des jeunes qui ne se connaissent pas, ont des motivations diverses et viennent d'horizon différents est une véritable gageure. L'enjeu : leur permettre de découvrir le monde du travail, développer des compétences et gagner en autonomie. Entre les comités finances, marketing, ressources humaines, la réalisation des prestations, la prise de décision collective, on n'a pas le temps de s'ennuyer et chacun doit trouver sa place. Les prestations cette année : Peinture - Lavage de voitures, de bus et de vitres - Nettoyage de jardins et terrasses - Aide logistique pour événement - Flocage de T-Shirt Fablab - Aide informatique - Vente de pâtisseries...

Merci à tous les partenaires, clients, bénévoles qui ont contribué à la réalisation de ce projet.



PAROLES de COOPÉRANTS

"J'ai rencontré des jeunes de mon âge, découvert le monde de l'entreprise, cela m'a permis de mieux parler le français et on m'a même proposé un stage dans une entreprise." Mousa (18 ans)

"J'ai beaucoup aimé vendre sur le marché et participer aux différentes tâches avec les autres. J'ai pu donner mon avis lors des conseils d'administration et cela m'a donné confiance." Talena



- 10 coopérants
- 5 311 € HT (6 300 € TTC) de chiffre d'affaire
- 46 contrats dont 36 pour des particuliers et 10 pour des entreprises, collectivités, associations.
- 566 heures pour la réalisation des prestations
- 589 heures pour la gestion, commercialisation, organisation
- 280 heures de formation
- Une rémunération nette de 250 à 445 € par coopérant

4.5 | LE NUMÉRIQUE & L'INNOVATION

Notre expérience, en matière d'animation et de pratiques numériques, alliée à l'ouverture du FABLAB (équipé de machines à commande numérique), ainsi qu' à la nouvelle configuration des locaux de la MJC (l'Espace Multimédia proposant 8 postes informatiques et l'Espace Bar 2 ordinateurs), est apparue comme une force au service des Lézignanais et au-delà. Ce sont ces constats qui nous ont conduits à repenser nos dispositifs d'accueil et à redéployer nos moyens pour faire de la MJC un véritable Tiers Lieu. Il s'agit de faciliter l'accès aux droits, de contribuer à la réduction de la fracture numérique mais aussi d'investir dans l'innovation sociale et technologique ainsi que pour la promotion de la culture scientifique et technique avec notre FABLAB.

L'accompagnement au numérique

Selon les dernières données de l'Insee, en 2025, 7 % des personnes âgées de 16 à 74 ans résidant en France sont en situation d'illectronisme, c'est-à-dire qu'elles n'utilisent pas internet ou ne possèdent aucune compétence numérique. Ce phénomène s'accroît nettement avec l'âge et touche davantage les personnes les plus modestes ou les moins diplômées. Par ailleurs, 27 % des usagers d'Internet disposent de compétences numériques faibles, notamment dans des domaines clés comme la protection de la vie privée ou la résolution de problèmes en ligne.

A Lézignan-Corbières, les enjeux d'inclusion numérique restent particulièrement marqués, avec une part importante de la population confrontée à des difficultés d'accès ou de maîtrise des outils numériques. La MJC, à travers son projet associatif et son agrément Espace de Vie Sociale, réaffirme son engagement dans la lutte contre l'illectronisme et pour l'inclusion numérique, avec le soutien de l'Agence Nationale de la Cohésion des Territoires (ANCT)

Habilitation aidant connect

Depuis le début de l'année 2022, la MJC est habilitée AIDANTS CONNECT, outil homologué par l'Agence Nationale de la Cohésion des Territoires. Il s'agit d'un service public numérique qui permet à des aidants professionnels habilités de réaliser des démarches administratives en ligne, de manière légale et sécurisée, pour le compte de personnes en difficulté avec les outils numériques.

**Aidants
Connect**

Qualiopi
processus certifié



■ ■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE



CHIFFRES-CLÉS

EN 2024/2025...

- **11 parcours individualisés** de 5 à 10 séances
- Plus de **100 personnes ont utilisé les ordinateurs en libre service**
- Animation de **2 formations professionnelles**

ACCOMPAGNEMENT AUX DÉMARCHES EN LIGNE

La MJC, dans sa mission d'Espace de Vie Sociale, accueille les usagers pour leurs démarches administratives en ligne :

- soit avec accompagnement gratuit, proposé sur rendez-vous par notre médiatrice numérique.
- soit en autonomie sur les ordinateurs en libre accès.

Pendant la saison 2024-2025, nous avons reçu plus d'une centaine de personnes, en majorité pour l'utilisation des ordinateurs en libre accès. Selon les demandes, nous les réorientons vers la Maison France Services.

Certification Qualiopi

La loi du 5 septembre 2018 instaure l'obligation de certification pour tous les prestataires proposant des actions concourant au développement des compétences. La certification Qualiopi est un gage de qualité pour les clients des organismes de formation professionnelle. La MJC dispense des formations, particulièrement dans le domaine du numérique et de la fabrication numérique. Après avoir obtenu une première certification qualiopi en novembre 2022, nous avons obtenu en novembre 2025 le renouvellement de notre certification.

QUELQUES ACTIVITÉS SIGNIFICATIVES EN 2024/2025

Parcours individualisés

Un des objectifs est de développer l'accompagnement individualisé afin de favoriser l'autonomie numérique des usagers.

Cette saison nous avons ainsi réalisé 11 parcours individualisés de 5 ou 10 séances chacun sur ordinateur, smartphone ou tablette. Il s'agit généralement de séniors qui se sentent démunis face à la dématérialisation des services.



Formation professionnelle

Grâce à sa certification QUALIOP1, le Pôle Numérique a animé 2 formations professionnelles individuelles, de 10 séances chacune, à destination de salariés de MP2 (séances de 2h) et de l'Office de Tourisme (séances d'1h30).

En lien avec Coll'in, nous avons aussi participé à la Formation Numérique "Agent Région Occitanie", en formant des agents techniques de lycées de l'Aude sur une dizaine de journées.



Implication dans les réseaux régionaux autour de l'inclusion numérique



La MJC a poursuivi son implication dans les nouveaux réseaux régionaux autour de l'inclusion numérique, notamment avec l'association Coll'in dont notre structure est un des membres fondateurs et membre du bureau exécutif.

En participant aux différents groupes de travail et actions de formation, l'équipe développe de nouvelles compétences et outils pour toujours mieux accueillir le public.

À noter également en novembre la participation de l'équipe aux rencontres des tiers lieux d'Occitanie, organisées par la Rosée à Toulouse.



Club et stages Minetest

Le nouveau club « Projet Minetest » a réuni 6 enfants/ados pour des projets communs faisant appel à l'imagination et au numérique.

Des stages ont également été proposés sur différentes thématiques : « créer sa ville en collaboration », « construire sa base, en mode survie ». Ils ont attiré 4 enfants/ados en moyenne par session.

Ateliers Moi senior "Osez l'art et le numérique"

La MJC a répondu, une nouvelle fois et pour la 3ème année consécutive à l'appel à projets « Moi, Senior », programme de la conférence des financeurs pour soutenir des actions visant à favoriser "le bien vieillir". Elle a été retenue pour proposer 7 ateliers numériques et artistiques pour les séniors, mêlant le Pôle Numérique et le Musée Numérique pendant les mois de mars et avril. Cette initiative a permis à 7 participants de découvrir ou redécouvrir l'art et le numérique de façon ludique.

Participation aux animations hors les murs

Le Pôle Numérique a participé aux Quartiers de saison : Au printemps, dans le quartier La Source, avec l'animation DJ Bananes ou comment faire de la musique avec des bananes, qui a attiré une vingtaine de participants.

En été, dans le Jardin Public, avec une animation autour de la musique numérique sur des tablettes, qui a attiré environ 80 participants sur les 3 premiers jours.

Et nous avons retrouvé DJ Bananes, à Promaude, pour une animation avec 6 classes de Lézignan et des villages alentour.

Club robotique

Le club robotique a bien fonctionné avec 14 enfants inscrits.





Le FABLAB

Le numérique, c'est aussi l'innovation, l'entraide, la lutte contre l'obsolescence programmée. Un FABLAB est un espace d'échange et de partage pour fabriquer. C'est un « laboratoire de fabrication » où sont mises à disposition des machines-outils pilotées par ordinateur, pour la conception et la réalisation d'objets.

Ouvert à tous, particuliers, associations, entreprises, scolaires... le LÉZI'LAB dans sa deuxième saison de fonctionnement accroît fortement sa fréquentation.

Grâce à sa vocation éducative, le FABLAB de la MJC accueille des scolaires et des jeunes, mais pas seulement... l'apprentissage par le faire, une réelle opportunité pour tous !



EN 2024/2025

- Plus de 1300 personnes ont participé à une activité du FABLAB
- Près de 1 000 élèves. 445 élèves dans le cadre de cité éducative + 168% | 500 élèves des écoles des villages |...
- 22 mini-stages proposés - 27 participants
- 18 inscrits aux clubs FABLAB
- 7 habilitations machines

QUELQUES ACTIVITÉS SIGNIFICATIVES EN 2024/2025

Mini-stages

22 mini-stages (enfants, en famille, adultes) sur des thèmes variés ont été organisés les vendredis soirs ou samedis matins et pendant les vacances scolaires (création de nichoirs, flocage de T-Shirt, de sticker, jeux...). 27 participants ont pu s'initier aux outils et fabriquer l'objet de leur choix. Un constat : les stages fonctionnent pendant les vacances scolaires.

Open lab et cartes d'accompagnement

Cette saison, le fablab était ouvert les lundis de 16h à 21h en accès libre afin que nos salariés et bénévoles du pôle numérique puissent faire découvrir les machines. 7 personnes ont suivi une habilitation machine pour pouvoir être autonomes 8 ont préféré réaliser leur projet grâce à un accompagnement.



UN ÉQUIPEMENT PERFORMANT

- 1 découpeuse laser
- 5 imprimantes 3D
- 1 plotter de découpe
- 1 brodeuse numérique
- 1 presse à chaud
- 1 scanner 3D
- du matériel robotique
- des ordinateurs et logiciels adaptés
- de l'outillage
- des cartes programmables

Les clubs FABLAB

Tous les mercredis durant la période scolaire, le fablab proposait 2 créneaux de club pour des enfants âgés de 8 à 12 ans. Les enfants ont pu s'initier aux différentes machines à commandes numériques afin de créer différents types de projets. 15 inscrits sur les 16 places ouvertes.

Cette saison, nous avons proposé un nouveau club Fablab codage 1 jeudi par mois. Malgré les propositions intéressantes (création d'un petit jeu vidéo sur écran, un memory avec des LEDs, etc). ce club n'a pas encore vraiment rencontré son public.

Le club adulte avait lui pour objectif d'habiliter les participants aux différentes machines afin qu'ils soient en mesure de réaliser différents projets pour la MJC ou des associations extérieures. Avec 2 participants, le club doit s'adapter pour séduire le public.



Accueil des clubs et sections MJC et partenaires

Les clubs et sections de la MJC et autres utilisent le FABLAB.

- > Soit en utilisant eux-mêmes les machines.
 - L'espace jeunes : Flocage de T-shirt et support de smartphone
 - Le club "Imagina'roles : Création support jeu de rôle
 - Le club BD Manga. Objets personnalisés
 - Le ludik'espace : Décorations de Noël et Stickers
 - La Coopérative Jeunesse de Services. T-Shirt, porte-clés et autres commandes
 - Les décorations de Noël de la MJC
- > Soit en passant des commandes
 - Trophées réalisés pour le comité départemental de Tennis de table
 - Trophées pour le LEZI'JAM et la compétition de Breakdance à Prom'Aude
 - Médailles pour la Gym Artistique
 - Porte-clés pour la soirée jeux en anglais
 - Porte-clés pour le voyage en Irlande
 - Planche pour compter des points au club Mølky
 - Trophées en collaboration avec l'ESAT Jean Cahuc
- > A noter le travail étroit réalisé entre le FABLAB et la MICRO-FOLIE avec notamment la création de support pour les ateliers créatifs : pochoirs, masques, médailles...



QUELQUES ACTIVITÉS SIGNIFICATIVES EN 2024/2025

LES
Cités
éducatives

Accueil de scolaires

CITÉ ÉDUCATIVE

Dans le cadre du dispositif « Cité Éducative », le Fablab a accueilli **445 élèves** des écoles primaires et collèges de Lézignan-Corbières. Les mardis étaient dédiés à l'accueil de classes. Différents projets ont pu être réalisés avec les élèves. Par exemple :

- Les élèves des classes bilingues français-anglais de niveau **6ème-5ème de l'institut l'Amandier** ont fabriqué grâce à la découpeuse laser des badges en bois ayant la forme d'un animal fantastique ainsi qu'un sticker. Cette journée est couplée avec la Micro-Folie, le tout étant animé en anglais. Le Fablab avait également découpé en amont les pochoirs utilisés lors de l'atelier Microfolie.
- Une **classe de 3ème de l'institut l'Amandier** a fabriqué lors de 4 matinées quelques panneaux de signalétique pour le collège en apprenant les rudiments de la découpeuse laser et de différents logiciels.
- **1 classe de Sainte-Thérèse** est venue pour 4 séances sur la modélisation, l'impression 3D mais aussi l'initiation au codage.
- **Les classes de CP de Frédéric Mistral** ont utilisé les machines du fablab pour fabriquer des marionnettes en bois à l'aide de la découpeuse / graveuse laser.
- **Toutes les classes de M. Lécubain**, professeur de technologie du collège Joseph Anglade ont découvert les machines du fablab et ont été initiées à la programmation de LEDs et d'un capteur de luminosité. Cela représente un accueil de 18 groupes soit 196 élèves différents.



ATELIERS RELAIS

Le fablab a accueilli les différents élèves de l'atelier relais d'Anglade, tous les jeudis. Ils ont perfectionné leur maniement d'un ordinateur, l'utilisation de logiciels pour la programmation de machines à commandes numériques et appris à manipuler les différentes machines du fablab.

ÉCOLES DU TERRITOIRE

Les équipes du fablab et de la Microfolie ont animé des séances d'initiation et de découverte aux écoles de la CCRLCM en vu d'un déploiement mobile du dispositif en 2026/2027. Ainsi, 19 classes furent accueillies à raison d'une séance (le jeudi matin) toutes les 2 semaines pour un total de 371 enfants et 56 adultes qui ont été initiés aux technologies du fablab.

PARCOURS CITOYENS

Lors du « Parcours Citoyen » organisé par la mairie de Lézignan-Corbières, le fablab a accueilli des enfants du CLAS encadrés par le centre social AMI pour réaliser des porte-clés avec Marianne gravée dessus. Une présentation sur les différents symboles de la République a également été effectuée.



PROM'AUDE

Le FABLAB a été sollicité pour animer des ateliers lors de Prom'Aude. 6 classes d'une vingtaine d'élèves ont participé à une initiation à l'impression 3D et ont découvert le photomaton fabriqué au fablab.

Accueil de groupes

Le FABLAB est un outil fabuleux pour développer la créativité. Cette saison, plusieurs groupes sont venus expérimenter les diverses possibilités.

- **Le centre de loisirs « La Lauseta »** a fait appel aux services d'animation du fablab 2 fois lors de la saison. Séance d'impression 3D sur le thème des dinosaures et utilisation de la découpeuse vinyle sur le thème des monstres marins.
- **Le centre social ADHCO** a réalisé 2 jours d'ateliers au fablab où les participants ont pu découvrir les différentes machines du fablab dans un 1er temps et venir découper / graver sur du bois les dessins qu'ils avaient réalisés pour décorer leur local.
- Un groupe du **centre social d'Ornaisons** s'est également déplacé au fablab pour découvrir les machines et créer un pendentif en bois
- **L'atelier de menuiserie de l'ESAT** de Lézignan est venu fabriquer sa borne d'arcade installée dans la salle de pause. En 6 matinées, les 8 participants ont pu construire leur borne et réaliser la partie électronique / logicielle.
- **L'Espace Jeunes de Ginestas** a également construit en 4 jours complets sa propre borne d'arcade
- Animation d'un atelier **MOI SENIOR** "osez l'art et le numérique."

Animations Hors les Murs

Certaines machines du FABLAB sont utilisées lors d'animations en extérieur pour sensibiliser un nouveau public. Exemples :

Les **Quartiers d'hiver** les 24 & 25 février, **place Cabrié**. Activités pour tout public de création de stickers avec la découpeuse vinyle

Les **Quartiers de printemps**, les 15 & 16 mars, à **"La Source"**. Activité flochage pour un public familial.

Les **Quartiers d'été**, les 7, 8, 9, 21, 22 & 23 juillet, au **jardin public**. Différentes animations ont été proposées : initiation au codage, création de sticker à la découpe vinyle, impression en 3D d'un pendentif...

Lézart en fête : le 14 juin au **jardin public**. Le fablab a participé aux olympiades de la MJC. Une quinzaine de familles ont utilisé le plotter de découpe pour créer le plus bel autocollant le plus rapidement possible !

Rencontres & séminaires régionaux

Le fablab a été sollicité pour participer et témoigner de son action lors de 3 séminaires/rencontres professionnels.

Rencontres régionales "le numérique pour l'éducation des jeunes" organisées par la DRAJES et le CRAJEP.

Rencontre de la Rosée à Toulouse sur les actualités des différents fablabs ainsi que les projets en cours, etc.

Rencontre régionale des Micro-folies & fablabs d'Occitanie (en juillet). Présentation des collaborations entre le FABLAB et la Micro-Folie et organisation d'un mini-hackathon pour élaborer une animation microfolie utilisant les outils d'un fablab.

4.6 | LE TOURISME SOCIAL & L'ACCUEIL

Le tourisme social vise à offrir à chacun la possibilité de partir en vacances et de profiter d'activités de loisirs accessibles. Acteur essentiel du secteur touristique, il défend l'idée d'un « droit aux vacances » pour tous, porté par les collectivités, les associations et les acteurs sociaux. Son objectif : permettre aux jeunes, aux familles, aux retraités, aux personnes à revenus modestes ou à mobilité réduite de vivre pleinement l'expérience du voyage. À travers son Centre International de Séjour, son restaurant associatif, l'accueil de réunions et séminaires, ou encore l'organisation de séjours collectifs, la MJC donne une dimension concrète à cet engagement. Elle fait du tourisme social un véritable levier d'ouverture, de partage et d'inclusion.

L'hébergement

Le Centre International de Séjour vous accueille toute l'année, que vous voyagiez en groupe ou en individuel. Entièrement rénové, il offre un confort moderne avec des chambres équipées de salles de bain privatives (douche et WC).

Le centre dispose de 16 chambres pour un total de 58 lits, répartis de manière à répondre aux besoins de tous les types de séjours.

DANS LE BÂTIMENT A (28 PLACES)

- 6 chambres de 4 couchages soit 24 lits.
- 2 chambres de 2 couchages soit 4 lits.

DANS LE BÂTIMENT B (18 PLACES)

- 4 chambres de 4 couchages soit 16 lits.
- 1 chambre de 2 couchages soit 2 lits.

DANS LE BÂTIMENT C (12 PLACES)

- 3 chambres récentes de 4 couchages soit 12 lits.



 CHIFFRES-CLÉS

EN 2024/2025...

- **1 390** nuitées
- **1 126** personnes hébergées
- **1.23** nuitées en moyenne par résident

Le mobilier du Centre a été entièrement renouvelé par la MJC, offrant désormais des espaces modernes, confortables et adaptés à tous les types de séjours.

Pour améliorer l'autonomie et la sécurité des résidents, nous avons également installé un système de serrures à carte magnétique, piloté par un logiciel dédié, permettant une gestion simple et efficace des accès aux chambres. Et pour rester connecté en toute tranquillité, le Wi-Fi est disponible gratuitement dans l'ensemble du centre. Ces services répondent pleinement aux attentes du tourisme social contemporain, qui privilégie l'accessibilité, la qualité et la diversité des publics accueillis.

Notre centre est agréé par la Direction Départementale de la Cohésion Sociale et de la Protection des Populations, garantissant un accueil conforme aux normes en vigueur.

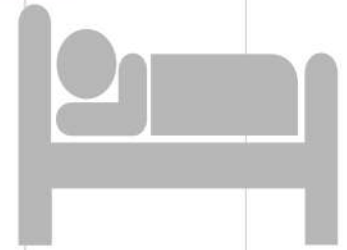
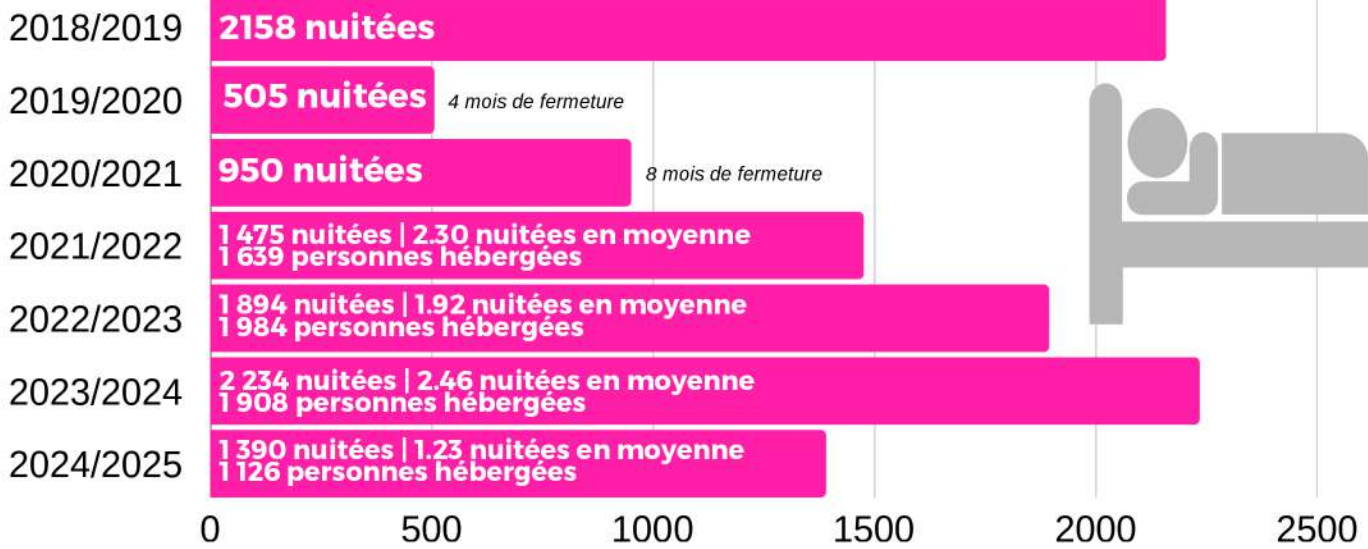
Nous participons également à une enquête permanente de l'INSEE consacrée aux hébergements collectifs de la région, contribuant ainsi à une meilleure connaissance du secteur.

Le Centre International de Séjour est aussi habilité par l'Éducation Nationale pour recevoir des groupes scolaires (à l'exception des maternelles), ce qui nous permet d'accompagner de nombreux projets pédagogiques.

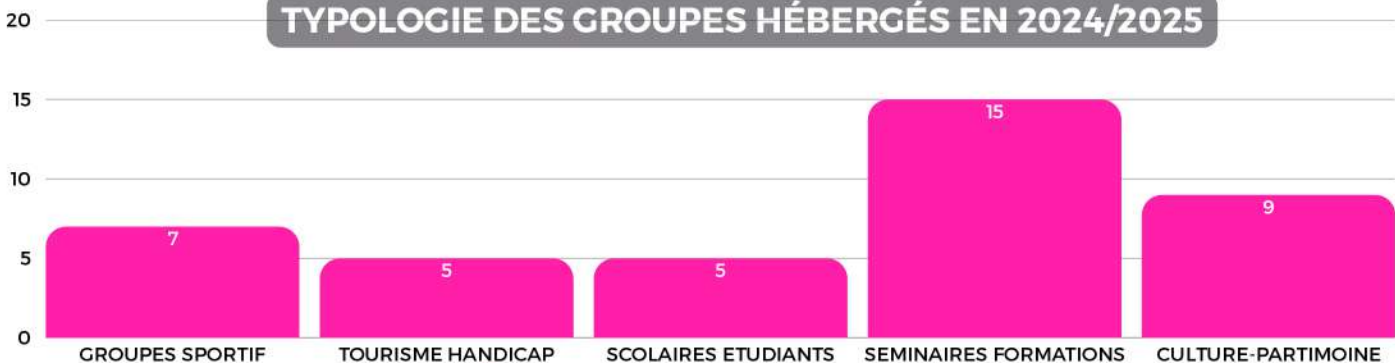
Nous accueillons une grande variété de publics : étudiants, séjours vacances, groupes sportifs, fédérations, associations en séminaire, stagiaires en formation, artistes, et bien d'autres encore.

Sans disposer du statut officiel – ni des financements associés – le Centre International de Séjour de la MJC joue également un rôle de Foyer de Jeunes Travailleurs, en hébergeant régulièrement de jeunes stagiaires en entreprise.

ÉVOLUTION DU NOMBRE DE NUITÉES DE 2018 À 2025



TPOLOGIE DES GROUPES HÉBERGÉS EN 2024/2025



TARIFICATION 2024/2025



- 92 € /nuit la chambre de 4 personnes (soit 23 €/pers)
- 75 € /nuit la chambre de 3 personnes (soit 25 €/pers)
- 56 € /nuit la chambre de 2 personnes (soit 28 €/pers)
- 35 € /nuit la chambre individuelle

En 2024/2025, la structure a accueilli **64 séjours (41 groupes et 23 individuels)**, représentant 1 390 nuitées, un volume en nette baisse par rapport aux 2 158 nuitées enregistrées en 2023/2024. Cette diminution s'explique principalement par la réduction du nombre de séjours longs et par une évolution du profil des publics, davantage orientés vers des séminaires courts et des formations professionnelles. Malgré cette baisse quantitative, l'année se distingue par une forte diversité des groupes accueillis, confirmant la polyvalence du lieu. Les séminaires et formations demeurent largement majoritaires, représentant plus de 60 % des venues, portés par des réseaux associatifs régionaux, des institutions publiques et de nombreux professionnels individuels. Les accueils culturels, sportifs, scolaires et tourisme handicap complètent ce panorama, illustrant la capacité du site à répondre à des besoins variés. Sur le plan géographique, la fréquentation reste dominée par l'Hérault et la Haute-Garonne, tout en intégrant cinq accueils internationaux (Allemagne, Canada, Belgique, Espagne, Guatemala), renforçant l'ouverture du lieu à l'échelle européenne et mondiale. Cette configuration met en lumière un ancrage territorial solide, une attractivité confirmée auprès des réseaux partenaires, mais aussi la nécessité de renforcer la prospection et de diversifier les offres afin de retrouver un niveau de fréquentation comparable aux années précédentes.

GROUPES HÉBERGÉS	VILLE D'ORIGINE	PROVENANCE DES GROUPES	
ARRU	SEMINAIRES FORMATIONS	ST QUENTIN LA POTERIE	30
BOTTES ET VELO	GROUPE SPORTIF	SAINT MICHEL DE BELLECHASSE	Québec Canada
CAARUD AXESS	SEMINAIRES FORMATIONS	MONTPELLIER	34
CAMINAIRES MOISSAC	GROUPE SPORTIF	MOISSAC	82
CAMPUS LASALLE	SCOLAIRES - ETUDIANTS	ST ETIENNE	42
COLEGIOCARE GUATEMALA	SCOLAIRES - ETUDIANTS	GUATEMALA	GUATEMALA
COLLECTIF SABBAT	CULTURE PATRIMOINE	BRIGNOLES	83
COMMUNAUTE DES COMMUNES	CULTURE PATRIMOINE	LEZIGNAN	11
COMMUNAUTE DES COMMUNES	CULTURE PATRIMOINE	REALMONT	81
COORE	GROUPE SPORTIF	NARBONNE	11
CRAJEP	SEMINAIRES FORMATIONS	MONTPELLIER	34
CRRP OCCITANIE	GROUPE SPORTIF	LABEGE	31
DRAJES	SEMINAIRES FORMATIONS	MONTPELLIER	34
ENTRE SCENES	CULTURE PATRIMOINE	HYERES	83
EPPC LES ARTS DE LIER ABBAYE	CULTURE PATRIMOINE	LAGRASSE	11
FONJEP	SEMINAIRES FORMATIONS	TOULOUSE	31
FRMJC	SEMINAIRES FORMATIONS	TOULOUSE	31
GRAINE OCCITANIE	SEMINAIRES FORMATIONS	MONTPELLIER	34
IME 36 PONTS	TOURISME HANDICAP	TOULOUSE	31
INS CUITAT DE BALAGUER	SCOLAIRES - ETUDIANTS	BALLAGUER LLEIDA	Espagne
KAMALI NASTARAN	SEMINAIRES FORMATIONS	LEZIGNAN	11
COMITE JUMELAGE LAUTERBACH	CULTURE PATRIMOINE	LAUTERBACH	
LES PETITS DEBROUILLARDS	SEMINAIRES FORMATIONS	MONTPELLIER	34
LIGUE COURSE D'ORIENTATION	GROUPE SPORTIF	BALMA	31
LYCEE INSTITUT DE SARRIA TER	SCOLAIRES - ETUDIANTS	SARRIA DE TER GIRONA	ESPAGNE
MAG DANSE	CULTURE PATRIMOINE	TOULON	83
MAISON NAVARRE	TOURISME HANDICAP	EVREUX	27
MAISON PAYSANNE	SEMINAIRES FORMATIONS	LIMOUX	11
MERIDIONAUX	SEMINAIRES FORMATIONS	CAYLAR	48
OCCITANIE FILMS	CULTURE PATRIMOINE	MONTPELLIER	34
OSONS	SEMINAIRES FORMATIONS	TOULOUSE	31
SAINT BAR CYCLO	GROUPE SPORTIF	LIEGE	BELGIQUE
SECOURS CATHOLIQUE	SEMINAIRES FORMATIONS	TOULOUSE	31
SEMINAIRE MICRO FOLIE	CULTURE PATRIMOINE	TOULOUSE	31
SOLIDARITE ALIMENTAIRE FRANCE	SEMINAIRES FORMATIONS	PARIS	75
SORBONNE UNIVERSITE	SCOLAIRES - ETUDIANTS	PARIS	75
SPELEO CLUB	GROUPE SPORTIF	GRASSE	6
UFCV TOULOUSE	TOURISME HANDICAP	TOULOUSE	31
UFCV MONTPELLIER	TOURISME HANDICAP	MONTPELLIER	34
UFCV AUVERGNE	TOURISME HANDICAP	CLERMONT FERRAND	63
URCPIE OCCITANIE	SEMINAIRES FORMATIONS	MIRANDE	32

La cafétéria associative

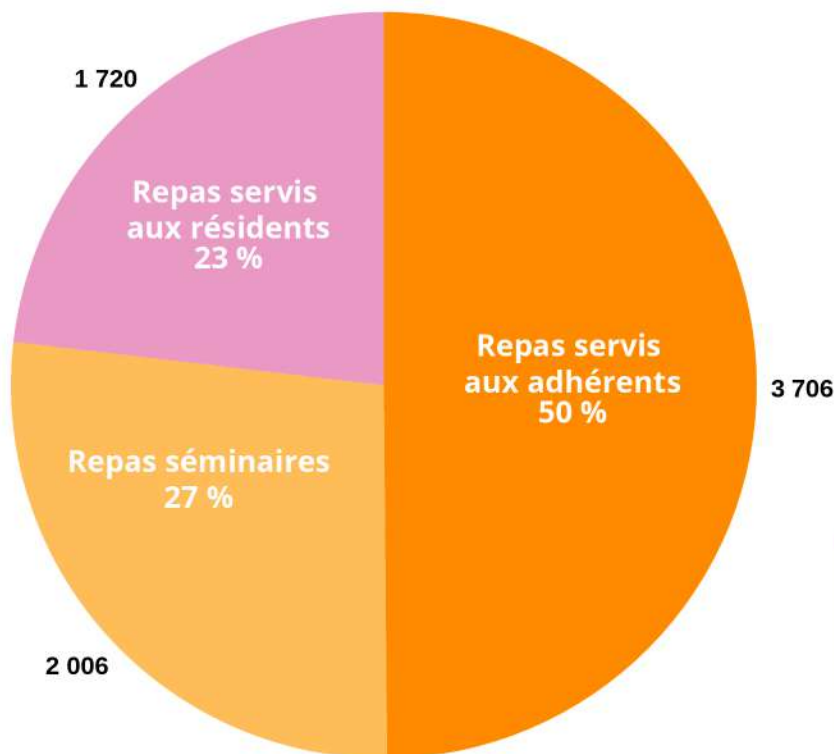
La MJC dispose d'une Cafétéria Associative située au rez-de-jardin. Le self est ouvert aux résidents du C.I.S., ainsi qu'à l'ensemble des adhérents de la MJC, les lundis, mardis, jeudis et vendredis de 12h à 13h30. Proposé en formule self-service, le repas comprend : une entrée au choix, un plat principal avec garniture, un produit laitier, un dessert, du pain et, pour les adultes, un verre de vin. Les menus sont entièrement préparés sur place par notre chef-cuisinier, Olivier Arnaud, accompagné de l'équipe de cuisine et du personnel de service, dans le respect des normes d'une restauration de qualité.

Le restaurant est accessible à tous, sous réserve d'être adhérent à l'association : particuliers, entreprises, artisans, groupes et associations peuvent en bénéficier. Les tickets repas sont en vente à l'accueil de la MJC, à l'unité ou en carnet, aucune vente n'étant effectuée directement dans la salle de restauration. Des conventions de prise en charge peuvent être établies avec les services sociaux ou les comités d'entreprise.

La réservation des repas est obligatoire afin de permettre la préparation du nombre adéquat de couverts. Elle peut être effectuée jusqu'à 9h30 le matin-même, par téléphone ou directement à l'accueil. Au-delà de cet horaire, l'accueil des adhérents dépendra des disponibilités et du menu du jour, sans garantie de prise en charge.

CHIFFRES-CLÉS EN 2024/2025...

- **7 432** déjeuners/dîners qui ont fréquenté le self.
- **1 248** petits déjeuners.
- **2 191** collations.
- **261** pique-niques.



L'accueil de séminaires



Tout au long de l'année, notre association accueille de nombreuses rencontres et temps de travail. Depuis la création de la grande Région Occitanie, Lézignan-Corbières – idéalement située à une heure de Toulouse et à une heure de Montpellier – s'impose comme un lieu central et pratique pour se réunir.

Sur la saison 2024/2025, nous avons répondu favorablement à un nombre croissant de demandes de mise à disposition d'espaces pour des réunions, séminaires, formations ou rencontres. Nos 22 salles d'activités ont ainsi été largement sollicitées, représentant une hausse très significative de fréquentation.

Au-delà de ces espaces adaptés, nous proposons également un service de restauration, une unité d'hébergement ainsi que des parkings gratuits. Ces services complémentaires constituent un véritable atout pour les organismes accueillis, leur permettant d'organiser des journées ou des séjours complets dans des conditions optimales, sans contrainte logistique.

De nombreux organismes, issus de secteurs variés, ont utilisé nos installations. Nous constatons avec satisfaction la fidélisation d'une grande partie d'entre eux, témoignant de la qualité de notre accueil et de la pertinence de notre offre.



CHIFFRES-CLÉS EN 2024/2025...

- **65 organismes** ont bénéficié de nos locaux
- **1205 séances** ont été accueillies
- Cela représente **7 653 heures de réunion**

ORGANISMES ACCUEILLIS À LA MJC EN 2024/2025

SYNDICATS DÉFENSE CONSOMMATEURS		
STRUCTURE	Séances	Heures
AGENCE REGIONALE CLIMAT	6	41
ARS OCCITANIE	8	59,5
CONSEIL REGIONAL	77	580
CRESS	2	15
DEPARTEMENT AUDE	2	7
DRAJES OCCITANIE	13	104
DREAL OCCITANIE	5	38,5
DREETS OCCITANIE	13	92,5
FONJEP	7	70
INSPECTION ACADEMIQUE	6	45
MAIRIE DE LÉZIGNAN	6	55
PREFECTURE	2	6
REGION ACADEMIQUE	9	81,5
URCPIE OCCITANIE	6	54
ASSOCIATIONS-STRUCTURES LOCALES PARTENAIRES		
STRUCTURE	Séances	Heures
AMI - Centre Social - CLAS	176	376,5
CINE CLUB LE PALACE	4	16
CLASSE 67	25	52
LA LAUSETA	22	169,5
LYCÉE FERROUL	2	6
MISSION LOCALE	53	264
PETIT A PETIT	2	9
SECOURS CATHOLIQUE	10	86
TELETHON	19	113

RÉSEAUX ENTREPRISES - STRUCTURE D'INSERTION		
STRUCTURE	Séances	Heures
100000 entrepreneurs	1	6
BNI	125	263,5
DIGITAL CAR OCCITANIE	1	2
IRIO	1	7,5
SAS DURAND ET FILS	1	3,5

RÉSEAUX ASSOCIATIFS		
STRUCTURE	Séances	Heures
ANSE	12	97
Art Vivant 11	4	28,5
CEMEA	1	8,5
CENTRES SOCIAUX	6	50
CRAJEP	15	117,5
CREO	7	55,5
CRJ	4	24,5
FDMJC	12	26
FRANCE ASSOS SANTE	3	25,5
FRMJC / FDMJC	84	971
GRAINE OCCITANIE	12	122
GREF OCCITANIE	6	52
LES FRANCAS	2	16
MOUVEMENT ASSOCIATIF	3	27
OCTOPUS	2	14,5
PETITS DEBROUILLARDS	12	114,5
RESEAU MICRO-FOLIE	6	198
UFCV POLE EMPLOI	266	2207

SANTÉ - SOCIAL		
STRUCTURE	Séances	Heures
ADRH - Handicap	2	12
ADSEA - Protection Enfance	18	12
APSH34 - Handicap	3	23
CAARUD AXESS	4	46,5
CHEOPS	24	192,5
CIDFF	2	13
FRCIDFF	5	32
GEM	23	80,5
MNT	1	2
MUTUALITE FRANCAISE	3	9
RESTO DU COEUR	2	13
VIASANTE	1	4

RÉSEAU SPORTIF		
STRUCTURE	Séances	Heures
AUDE FFRANDO	3	32
AUDE TENNIS TABLE	4	15,5
COMITE REG. EQUITATION	1	8,5
COMITE REG. RANDONNEE	23	250,5

SYNDICATS DÉFENSE CONSOMMATEURS		
STRUCTURE	Séances	Heures
CLCV	1	9
FONCIA	13	32
UNSA OCCITANIE	11	87,5

25
24

5

L'ALLMANACH

SEPTEMBRE 2024

Lézignan-Corbières : la MJC, une association qui multiplie les records



L'équipe associative bénévole et salariée a présenté la nouvelle saison aux élus. / Gaëlle Guéant



Narbonne, Lézignan-Corbières, Culture et loisirs

La MJC n'en finit pas de grossir et de développer ses propositions destinées aux adhérents, mais aussi au tout public par le biais de son espace de vie sociale. Avec 1,3 M€ de budget général, l'association d'éducation populaire s'apparente à la gestion d'une petite commune.

Stoppée dans son élan lors de la crise sanitaire, la Maison des jeunes et de la culture a remonté la pente et affiche même un nombre plus important d'adhérents : "La saison passée, nous avons enregistré 2 111 inscriptions, un record historique dépassant celui d'avant-Covid, grâce à l'investissement des bénévoles, des salariés, des locaux et de nos partenaires", se réjouissent Isabelle Poursine et Julien Sans, la présidente et le directeur de la structure associative. Outre les multiples clubs existant à l'année, la MJC organise aussi des activités régulières dans le cadre de sa labellisation par la Caisse d'allocations familiales, en tant qu'espace de vie sociale : "Cela représente 5 000 usagers par an ; et si l'on compte ceux de notre Centre international de séjour et du restaurant associatif, cela fait 1 000 personnes de plus".

92 clubs et ateliers

Autant dire que la MJC est une grosse machinerie qui tourne à plein régime. Une ruche où la population du territoire se retrouve en masse. "Pour cette rentrée, nous atteignons les 92 activités, dont 15 nouvelles propositions, un record absolu. Elles sont variées et intergénérationnelles et on touche aussi bien les petits que les personnes âgées", ajoutent les responsables. Pour gérer tout ça, une équipe importante de 80 bénévoles est à la manœuvre, ainsi que 35 salariés permanents (soit 20 équivalents temps plein), sans compter les saisonniers qui viennent en renfort pendant l'été pour le centre de loisirs de la Lauseta et l'école de nage. En terme financier, cela équivaut à un budget annuel avoisinant celui d'une petite commune, soit 1,3 M€ : "Nous sommes en auto-financement à 81 % avec les adhérents qui financent principalement la MJC et 19 % de subventions. Cette année, on espère dépasser les 2 111 adhérents, ce qui sera probablement le cas avec l'effet des Jeux Olympiques, qui comme à chaque fois, a un impact sur le nombre d'inscription".

Ce qu'en disent les partenaires publics

Invités à la conférence de presse de rentrée, les élus du territoire (commune, intercommunalité et département) ont pris connaissance des nouveautés.

Sabrina Fito, adjointe au maire, chargée des animations : "La MJC est un parfait exemple d'une démarche de vivre-ensemble, ce pour quoi nous nous investissons à la mairie. Nous continuerons à être un soutien pour vous et à porter des projets communs".

Valérie Dumontet et Sébastien Gasparini, conseillers départementaux du canton, vice-présidente à la jeunesse (et présidente d'Acticity) et vice-président à l'éducation : "Une MJC comme celle-ci est assez rare au niveau national et en Occitanie. La remontée post-covid est réussie avec une multitude d'activités et un travail d'éducation populaire en complément de l'éducation classique. Aux nouveaux habitants, nouveaux retraités, personnes isolées, nous voulons dire qu'il ne faut pas hésiter à pousser la porte de la MJC, car il y a un bel accueil et un accompagnement de l'équipe. D'autre part au Département, nous souhaitons mener une vraie politique rurale de la jeunesse en croisant la compétence de tous les acteurs de terrain".

(*) Les clubs sont soumis à l'obligation d'adhésion et les actions EVS ouvertes au tout public.

Cinq pôles d'activités

Afin de pouvoir se retrouver dans la multitude d'activités proposées, celles-ci sont réparties en cinq grands pôles : art et expression, loisirs et découvertes, savoir et innovation, danse et musique et enfin, sport et bien-être représentant le plus gros des activités. Dans chaque pôle, des nouveautés ont été introduites, que ce soit au niveau des clubs à l'année ou des actions plus ponctuelles de l'espace de vie sociale (*). La MJC manage aussi le centre de loisirs de la Lauseta pour la Ville (en période scolaire) et la Communauté de communes (pendant les vacances). Elle a également développé son pôle jeunesse via un Espace jeunes accessible dès la 6^e et deux animateurs, ainsi qu'un Point info jeunes (PIJ) pour les 16 à 29 ans. L'offre associative ne s'arrête toutefois pas là, puisqu'il existe un pôle numérique et un Fablab (laboratoire de fabrication via des machines numériques) et un musée numérique – la Micro-folie – animés par des médiateurs. Pour parfaire le tout, les locaux comprennent un Centre international de séjours de 58 couchages et un restaurant associatif, ouverts toute l'année.

(*) Les clubs sont soumis à l'obligation d'adhésion et les actions EVS ouvertes au tout public.

Infos pratiques. À partir de samedi 7 septembre : ouverture des inscriptions en ligne ou sur place. À noter que les animateurs des clubs et ateliers participeront au forum des associations du samedi 7 septembre. À savoir, la MJC est éligible aux différents dispositifs d'aides : pass culture, pass sport, chèque passerelle, coup de pouce sport de la cité éducative.

À partir du 9 septembre : début des activités (possibilité d'un essai gratuit sur réservation).

Renseignements et contact : www.mjc-lezignan-corbieres.com et 04 68 27 03 34 (accueil).

Lézignan-Corbières : Succès populaire pour le 4e forum des associations



Dès le matin, le forum a connu une forte affluence du public. / Gaëlle Guéant



Narbonne, Lézignan-Corbières, Associations

Publié le 07/09/2024 à 16:36

Gaëlle Guéant

Hier, la municipalité a organisé son 4e forum des associations. Installée dans le jardin public en centre-ville, cette nouvelle édition a attiré un très large public venu dès l'ouverture pour se renseigner sur les activités locales existantes.

Dès son ouverture à 10 heures, les visiteurs ont afflué pour prendre connaissance des diverses activités associatives de la ville. Au total, hormis les 92 sections et ateliers de la Maison des jeunes et de la culture, une quarantaine d'autres associations étaient réunies dans les allées du parc, soit plus de 130 propositions réparties entre le sport, la culture, l'art, les loisirs, l'éducation, le social, l'humanitaire... : "Une vitrine de la vie sociale et de la dynamique locale, qui rassemble des personnes de toute origine et de toute génération", s'est félicité le maire Gérard Forcada. Après sa prise de parole pour remercier la mobilisation de l'ensemble des associations en faveur des habitants de la ville et des villages du proche territoire, l'êlu a mis en lumière plusieurs bénévoles œuvrant pour le bien commun. En tout premier lieu, il a appelé au micro le fondateur et président du club de loisirs du Moulin, Auguste Raynal : "Depuis 18 ans, il est un personnage et un pilier de notre ville". Ouvert tous les jours de l'année, le club propose des après-midi de jeu entre pétanque, cartes et rencontres festives dans une démarche de lien social. Deux autres bénévoles, reconnus comme méritants, ont aussi été félicités : Martine Laigre et Daniel Bandinelli des Restos du cœur, respectivement depuis 15 et 10 ans dans les coulisses de l'association caritative pour assurer le bon fonctionnement des stocks alimentaires. Enfin, Isabelle Poursine a, elle aussi, été mise en avant pour son investissement bénévole en tant que responsable de la section de tennis de table de la MJC depuis l'an 2000 et présidente de la structure depuis 2016. La municipalité leur a offert à tous un magnum de vin de la coopérative de la ville et un chèque-cadeau.

Il était agréable de voir autant de monde fréquenter les lieux à la recherche d'informations, en famille, entre amis, collègues de travail ou en solo : "Un signe qu'après le Covid, les gens reprennent les activités", s'est réjoui le maire.

Couac du côté de l'association Sauvez les arbres de Lézignan

Toutes les associations de la ville n'étaient pas représentées au forum. Sylvie Pignaud, présidente de l'association Sauvez les arbres de Lézignan s'est vu refuser un stand : "Le maire n'a pas voulu que nous participions. Pourtant, nous n'étions pas dans une démarche polémique, ni politique. Nous voulions juste présenter nos actions d'observation et de préservation des arbres de la ville". De son côté, le premier magistrat répond : "La demande a été très tardive par rapport à la logistique de l'événement. Par ailleurs, en rencontrant les bénévoles, les discours quant à l'objet de l'association ne sont pas clairs. Nous avons donc décidé de ne pas octroyer de stand cette année. Nous les élus, nous nous occupons de la préservation des arbres avec des professionnels pour l'état des lieux et les plantations à faire. Il y a aussi des associations d'intérêt public pour ça, ce qui n'est pas le cas de celle-ci. Mais la porte reste ouverte pour qu'elle nous présente ses actions".

Lézignan-Corbières : l'activité cirque revient à la MJC



S'épanouir tout en s'amusant avec les arts du cirque.



Culture et loisirs, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 26/09/2024 à 16:57
Gaëlle Guéant

Publié le 26/09/2024 à 16:57

Gaëlle Guéant

La Maison des jeunes et de la culture a remis en place une section pour les jeunes dans les arts du cirque.

Jonglage, jeu d'équilibre, acrobatie, expression corporelle... Le cirque a cette particularité d'offrir aux enfants une activité éducative, ludique et sportive très divertissante et épanouissante en utilisant différentes techniques et matériels : balles, cerceaux, bâtons du diable, massues, assiettes chinoises, bolas, plumes de paons, échasses, monocycle, slackline...

Autant de pratiques qui permettent de développer le sens créatif et l'imaginaire, la confiance en soi, la coordination des gestes et du corps, le travail en équipe, la concentration...

Cette année, la MJC relance l'activité pour les enfants de 4 à 12 ans avec les intervenants Rosi Cornachia et Roland Le Pivert de l'école de cirque Mycélium. Chaque mercredi matin, plusieurs sessions sont proposées selon l'âge au gymnase Coubertin : de 9 heures à 10 h 15 pour les 10-12 ans, de 10 h 15 à 11 h 15 pour les 7-9 ans et de 11 h 15 à 12 heures pour les 4-6 ans.

Des places sont encore disponibles. Concernant le tarif à l'année, l'abonnement dépend de l'âge : 215 € pour les plus jeunes, 235 € pour les intermédiaires et 275 € pour les plus grands.

Pour tout renseignement, s'adresser directement à l'accueil de la MJC ou 04 68 27 03 34.

Lézignan-Corbières : Yves Saurat, champion du Monde de course verticale



Après 23 titres de champion de France, Yves Saurat décroche le titre mondial.



Course à pied, Athlétisme, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 19/09/2024 à 16:02, mis à jour à 16:04

A.C.

Vendredi 13 septembre, en Espagne, à Canfranc (province de Huesca), *La Marseillaise* a résonné pour Yves Saurat, sociétaire de l'Athlé 11 et de la JS Lézignan-Corbières, qui a été sacré champion du Monde de course verticale (cours de montagne) en catégorie master 7.

L'athlète vert et blanc, paré du maillot de l'équipe de France, entraîné par Antoine Fantin et auréolé de 23 titres de champion de France, s'est adjugé son premier titre de champion du Monde. Un énorme privilège pour le plus Lézignanais des Ariégeois, puisque rien que pour lui, *La Marseillaise* a résonné dans le ciel pyrénéen.

À noter que, avec Marion Rouvier (Limoux), les athlètes audois ramènent en plus une médaille de bronze, tandis que, pour la France, ce sont trois médailles d'or, une d'argent et deux de bronze qui sont venues enrichir le palmarès des Bleus.

mjc
Lézignan-Corbières

LA GAZETTE



ÉDITO

La nouvelle saison (la 79ème !) de la MJC est assurément bien lancée, comme vous pourrez le lire dans ce numéro. Notre Maison est fière de proposer un éventail d'activités toujours plus riche et divers, et qui veut toucher depuis les tout jeunes jusqu'aux séniors.

Par le jeu, le sport, l'art... ou le chant choral, par exemple, nous créons des ponts, favorisons les échanges, tissons des liens : c'est le Vivre-Ensemble.

Mais parce que notre société évolue, l'équipe dirigeante, avec votre aide, tracera bientôt les plans d'un nouveau chantier, celui du Projet Associatif donnant la dynamique des cinq prochaines années de notre MJC.

Bonne saison dans notre maison ...

La MJC est soutenue financièrement par



Crédits photos > MJC Lézignan-Corbières
Rédaction-conception > les équipes de la MJC de Lézignan-Corbières
Impression > 1.500 exemplaires | Diffusion numérique > 5.000 mails
(c) OCTOBRE 2024 | NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

VOTRE MJC EN ACTIONS

VIE ASSOCIATIVE

C'est parti pour la 79ème saison de la MJC !!!

La MJC n'en finit pas de grandir et de développer ses propositions destinées aux adhérents, mais aussi à l'ensemble des habitants grâce à l'Espace de Vie Sociale. Stoppée dans son élan lors de la crise sanitaire, la MJC, à l'orée de cette nouvelle saison, peut s'enorgueillir d'avoir remonté la pente. En effet nous avons enregistré, à la clôture de l'exercice 2023/2024, 2.111 adhésions ce qui représente le nombre le plus important depuis la création de la MJC en 1946 ! Ce résultat, on le doit à l'investissement des bénévoles, des salariés et de nos partenaires.

92 CLUBS OU ATELIERS ET DE NOMBREUSES ACTIONS EN 2024/2025

Nos activités, variées, intergénérationnelles, sont réparties en cinq grands pôles (art et expression, loisirs et découvertes, savoir et innovation, danse et musique et enfin, sport et bien-être). Pour cette rentrée, nous battons un autre record avec 92 activités, dont 15 nouvelles propositions (*cirque, clown, couture, crochet, improvisation, tricot, danse traditionnelles, danse zen, mixdanse, jeux de rôle, boulangerie, codage, open fabrik et open lab au fablab, mandarin, minetést, boxe thaï, gym séniors, VTT et yoga enfants*). Le club de Tennis de Table enrichit son offre avec des séances pour les tout petits et pour les séniors. Le club de badminton déménage au Gymnase Intercommunal du Lycée et propose des soirées loisirs. Une nouvelle équipe d'éducateurs sportifs reprend le club d'athlétisme et va relancer une activité running. Démarrée en avril l'escalade-bloc multiplie ses créneaux et proposera des cours dès l'âge de 6 ans. Signalons enfin que pour la saison hivernale le club de natation s'entraînera désormais aux Bains de Minerve, la piscine de Capendu étant fermée deux ans pour mise en conformité.

Outre les clubs et ateliers, la MJC met également de gros moyens pour accueillir les adolescents au sein de l'Espace Jeunes ; elle continuera à animer les centres de loisirs communaux et intercommunaux pour les enfants et proposera de nombreuses animations, stages, découvertes au Fablab ou à la Micro-Folie, ... Le patio recevra chaque mois des expositions artistiques ou scientifiques. Le restaurant associatif, quant à lui, est ouvert du lundi au vendredi avec désormais un buffet d'entrées.

Enfin, un agenda mensuel recensant les nombreux rendez-vous de notre association sera édité.



Cette nouvelle saison verra également l'élaboration d'un nouveau projet associatif qui fixera les grandes orientations et priorités de la MJC pour les 5 ans à venir (2025-2030). Pour ce chantier toutes les bonnes volontés sont les bienvenues (adhérents, parents, bénévoles, usagers, partenaires, sympathisants, ...). La MJC a participé au forum des associations organisé par la municipalité le 7 septembre et nous avons vite constaté une forte demande de nouvelles inscriptions, principalement dans les clubs sports (impact positif des Jeux Olympiques).

CE QU'EN DISENT NOS PARTENAIRES

Invités à la conférence de presse de rentrée, les élus du territoire ont pris connaissance des nouveautés :

Sabrina FITO, Adjointe au Maire, a souligné que la MJC était un parfait exemple d'une démarche de vivre-ensemble et a assuré les dirigeants du soutien de l'équipe municipale à la structure avec laquelle la Ville continuera à porter des projets communs. Valérie DUMONTET, Vice-Présidente du Département, a souligné la chance d'avoir une MJC sur notre territoire. La remontée post-covid est réussie avec une multitude d'activités et un travail d'Éducation Populaire en complément de l'éducation classique. Aux nouveaux habitants, nouveaux retraités, personnes isolées, elle précise qu'il ne faut pas hésiter à pousser la porte de la MJC, où ils auront un bel accueil et un accompagnement de l'équipe.

André HERNANDEZ, président de la Communauté des Communes était également présent ce qui démontre le soutien de cette collectivité.



5.L'ALMANACH DE LA MJC

VOTRE MJC EN ACTIONS ...

CULTURE Week-end Chantant "Corbières en Choeur"

Nul besoin d'expérience musicale, ni de savoir lire la musique, seulement aimer chanter en grand groupe ! C'est ce qu'ont vécu 150 choristes venus de toute la région Occitanie le temps d'un week-end. Ce beau moment de convivialité et de chanson partagée en chœur, sous la direction d'une équipe artistique de l'association Chanson Contemporaine fut une expérience riche d'émotion et de joie.



Les 28 et 29 septembre derniers, c'était la 3ème édition du week-end chantant "Corbières en Choeur" organisée par notre association et plus particulièrement par notre chorale des "Airs de Rien" sous la houlette de Marjolaine HAMELIN coordonnatrice bénévole de ce projet. Après 6 ans de pause, quel plaisir de retrouver l'équipe de "Chanson Contemporaine". La partie artistique était donc assurée par deux chefs de chœur (Maud GALICHET et Marie MEYER) et un pianiste (Ludovico HOUBRON), tous trois issus de cette structure, l'une des plus prestigieuses associations de chant choral au niveau national. Elle organise chaque année, entre autre, "Les Nuits de Champagne", (spectacle choral regroupant plus de 3000 choristes autour d'une grande voix de la variété française).

Du samedi 14h au dimanche 16h, les choristes locaux ont appris trois chansons : "Le pouvoir des fleurs" (Laurent VOULZY), "Le rythme est amour" (Lili CROS et Thierry CHAZELLE), "Tous les mêmes" (STROMAE). Dimanche à 16h, le public lézignanais était invité au Palais des Fêtes pour écouter la restitution de ce travail technique. En marge des temps d'apprentissage, le week-end chant ce sont aussi de très bons moments conviviaux : pique-nique, puis spectacles de chansons donnés, d'une part par "NO WATER ROOM" le groupe de notre chef de chœur Hubert LACHAMBRE et son comparse Phil, et d'autre part par un groupe de choristes artistes. Sans oublier un très bon repas dimanche midi à la MJC, préparé par Olivier notre cuisinier et servi par une dynamique équipe de bénévoles.

Une fois encore, la joie de chanter était là !!!

ANIMATION La caravane de la parentalité

Le mercredi 18 septembre, le comité local du Réseau d'Écoute, d'Appui et d'Accompagnement des Parents (R.E.A.A.P.), a donné rendez-vous aux familles pour un après-midi ludique et informatif, au Jardin Public à Lézignan.

Depuis plusieurs années, les structures partenaires et/ou affiliées à ce réseau (dont la MJC est membre) se réunissent le temps d'un après-midi lors d'un espace de rencontres et d'échanges avec les familles. Associations, centre socio-culturel, services du Département, Caisse d'allocations familiales... Les différents intervenants œuvrant dans le secteur de l'enfance, se fédèrent autour d'un événement festif et totalement gratuit : la Caravane de la parentalité. Le principe en est simple : offrir un moment de partage privilégié entre les parents et les enfants, tout en informant sur les dispositifs existant en matière d'accompagnement des familles. Pendant la manifestation, des stands informatifs sont installés afin de répondre aux questions, ainsi que des ateliers pour jouer ensemble et consolider le lien parent-enfant. Animations sportives, jeux, lectures contées, groupes de discussion, ateliers en tout genre ont été proposés au public ce jour-là.

Une fois encore, cette initiative a reçu un bel accueil des habitants avec une participation importante des familles locales.

Comme à chaque automne, la Caravane est revenue, après avoir été délocalisée dans différents villages de l'intercommunalité. En 2024, elle a donc posé ses valises dans la ville centrale de notre territoire, à mi-chemin entre les Corbières et le Minervois. Le public a répondu présent et a bien profité de cette occasion donnée pour à la fois se renseigner et s'amuser. Un goûter a été offert aux participants. Cette nouvelle édition était placée sous le signe du sport et du mouvement: un clin d'œil à l'événement phare de cet été, les fameux Jeux Olympiques.

La MJC a présenté son photomaton qui a enregistré un vif succès malgré une longue file d'attente ...



VOTRE MJC EN BREF ...



JOURNÉES EUROPÉENNES DU PATRIMOINE

Les Journées du Patrimoine à la MICRO-FOLIE

Le samedi 21 septembre 2024, à l'occasion des journées européennes du patrimoine, le musée numérique de la MICRO-FOLIE à la MJC a ouvert ses portes pour permettre aux habitants de découvrir gratuitement des œuvres surprenantes du patrimoine de nos régions et d'ailleurs. Céline MATHÉLIER, notre médiatrice culturelle a eu le plaisir d'accueillir une vingtaine de passionnés.

Rencontre intergénérationnelle

Dans le cadre de la Semaine Bleue, et à l'initiative de la Mairie, une rencontre intergénérationnelle a eu lieu le 30 septembre dans le Jardin Public entre des séniors ou des responsables de clubs de la MJC et des enfants des écoles Mistral et Curie.

Cette semaine a pour vocation de valoriser la place des aînés dans notre société et de souligner l'importance des liens entre les générations. Elle constitue un moment privilégié pour informer et sensibiliser l'opinion sur la contribution des personnes âgées à la vie économique, sociale et culturelle. Ainsi, 89 enfants ont pu échanger et poser des questions lors de trois ateliers thématiques portant sur le « Lézignan d'antan », « l'école d'antan » et le sport (notamment la marche). L'action a permis la participation, en parallèle, de plusieurs résidents de l'EHPAD La Caponada qui se sont joints aux groupes d'enfants.



Yves SAURA, Champion du Monde

Vendredi 13 septembre, en Espagne, à Canfranc (province de Huesca), Yves Saurat a été sacré champion du Monde de course verticale (course de montagne) en catégorie master 7. L'athlète vert et blanc, paré du maillot de l'équipe de France, entraîné par Antoine Fantin et auréolé de 23 titres de champion de France, s'est adjugé son premier titre de champion du Monde! Un énorme privilège pour le plus Lézignanais des Ariégeois, puisque rien que pour lui, La Marseillaise a résonné dans le ciel pyrénéen.



Une nouvelle chargée de communication à la MJC

Depuis cet été et pendant une année, la MJC accueille Leyla AKCAKAYA en contrat d'apprentissage. Elle prépare dans le cadre de cette alternance un Bachelor "développement marketing et digital". Dans notre structure elle sera chargée, entre autres, de faire vivre les réseaux sociaux et de booster la communication numérique de l'association.

Leyla aura aussi pour mission de promouvoir différents événements ou actions de la MJC. Elle assurera la mise à jour du site internet ainsi que le tournage et le montage de capsules vidéo de présentation des clubs. Rappelons que notre maison est présente sur les différents réseaux sociaux (X - Instagram et Facebook). Près de 6.000 personnes nous suivent régulièrement. Bienvenue à elle !!!



OCTOBRE 2024

Halte à l'obsolescence programmée avec la MJC de Lézignan-Corbières



À la MJC, de nombreux outils permettent de reproduire des pièces défectueuses.



Consommation, Société, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 01/10/2024 à 17:32

A.C.

Vendredi 18 octobre, la MJC accueille une journée destinée à faire durer le plus possible les objets du quotidien.

Coorganisées par l'association HOP (Halte à l'obsolescence programmée) et Make.org Foundation, les Journées nationales de la réparation (JNR) participent à installer un réflexe "réparation" auprès du grand public pour faire durer les objets du quotidien. Une initiative aussi bien vertueuse pour le pouvoir d'achat que pour la préservation de la planète.

La deuxième édition des JNR se tiendra ainsi du 18 au 20 octobre en Occitanie et dans toute la France : trois jours d'événements pour ancrer la réparation dans les habitudes écocitoyennes des Français en matière de vêtements, électroménager, informatique, meubles, automobiles... "Les solutions et initiatives permettant de réparer ou de favoriser la durabilité des objets du quotidien sont nombreuses, mais encore trop peu visibles, écrit l'association HOP dans un communiqué. En effet, alors que 77 % des Français ont conscience que leur manière de consommer impacte négativement l'environnement, seuls 36 % réparent un produit lorsqu'il tombe en panne".

“ S'engager dans une consommation plus durable ”

Pour lever ce frein, les Journées nationales de la réparation rendent visibles les structures et les initiatives solidaires locales, et permettent également au grand public d'en apprendre davantage sur l'enjeu écologique que représente la réparation.

À Lézignan, le Lézi'Lab de la Maison des jeunes et de la culture ouvrira ainsi ses portes le vendredi 18 octobre, à partir de 10 heures, avec au programme, un atelier d'auto-réparation d'ordinateurs, de petit électroménager et de petite menuiserie.

"C'est l'occasion aussi de s'engager dans une consommation plus durable : mieux choisir ses produits, les entretenir, les réparer... tout en faisant des économies, insiste l'association HOP. Cette année, l'accent sera mis également sur les besoins de formation dans le secteur de la réparation, afin d'encourager son essor et de répondre à une demande croissante".

Renseignements sur www.journeesreparation.fr ou bien à la MJC (tél. 04 68 27 03 34).

Lézignan-Corbières : la Micro-Folie, pour une culture rurale inclusive



Un travail de partenariat est mené avec les écoles locales et les familles. / Gaëlle Guéant



Culture et loisirs, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 31/10/2024 à 15:11

Gaëlle Guéant

Inauguré fin 2021, et installé au sein de la MJC, le musée numérique Micro-Folie a bientôt trois ans d'activité à son actif, animé par une médiatrice culturelle. Le point sur sa fréquentation et les actions qui y sont menées.

Les premières Micro-Folies ont été mises en place en 2016, initiées par le ministère de la Culture, dont l'ambition était de déployer deux cents lieux du genre sur tout le territoire français. Face au succès de la démarche, l'ambition a ensuite été revue à la hausse avec un chiffre annoncé de 1 000 Micro-Folies d'ici fin 2022. Sur le département, après Narbonne en 2019, la ville fut la deuxième à accueillir une telle structure, visant à favoriser l'accès à la pratique culturelle en milieu rural (*). Ailleurs, les Micro-Folies ont pu prendre racine dans différents lieux, des médiathèques, des centres culturels, des cinémas...

Ici, c'est la MJC qui a porté le dossier, largement soutenu par la Ville. Concrètement, la Micro-Folie est une porte ouverte sur les trésors de l'humanité : beaux-arts, architecture, cultures scientifiques, spectacles vivants (soirées-concerts, opéras, ballets en direct ou en retransmission). Numérisées en très haute qualité, les collections réunissent des collaborations à l'échelle régionale, nationale et internationale, coordonnées par la Grande Halle de la Villette de Paris en partenariat avec les institutions culturelles, telles que le château de Versailles, la Cité de la musique Philharmonie de Paris, le festival d'Avignon, l'Institut du monde arabe, le musée du Louvre, le musée national Picasso, le musée d'Orsay, le musée du Quai Branly, l'Opéra national de Paris, le Grand Palais et Universcience (Cité des sciences et de l'industrie et Palais de la découverte). Une galerie virtuelle accessible à tous et gratuite à découvrir grâce à des outils nouvelle génération : écran géant, réalité virtuelle et tablettes numériques.



Visites et ateliers « Art et Culture » ouverts à tous, animés par une spécialiste. / Gaëlle Guéant

"Faire vivre le musée avec une véritable action culturelle"

Pour développer et animer le concept, la MJC a embauché une médiatrice culturelle, Céline Mathelier. Elle accueille le public pendant la période scolaire, le mercredi de 14 à 20 heures en visites libres ou thématiques, organise des animations régulières et une programmation culturelle : "Notre Micro-Folie est reconnu dans le réseau national grâce au travail de notre médiatrice et nous sommes aussi reconnus par l'Éducation nationale", ont rappelé les responsables de l'association lors de l'ouverture de saison, en septembre dernier.



Céline Mathelier est la médiatrice culturelle de la Micro-Folie. / Gaëlle Guéant

En termes de chiffres, cela a représenté en 2022-2023 une fréquentation de 1 243 visiteurs, dont 793 scolaires : "Un travail étroit avec les enseignants a été engagé dans le cadre de la Cité éducative. Plusieurs classes de la maternelle au lycée ont été accueillies, en passant par la classe-relais du collège et le CFA". Le partenariat avec le public scolaire, notamment avec les écoles Marie-Curie et Frédéric-Mistral s'est élargi depuis peu aux villages : "Les écoles de Canet-d'Aude, Paraza et Homps sont concernées", se réjouit Céline Mathelier. Mais les scolaires ne sont pas les seuls concernés. En effet, la médiatrice s'adresse aussi au public extra-scolaire et travaille en collaboration avec le centre de loisirs.



Des conférences thématiques pour les collégiens, lycéens ou le tout public. / Gaëlle Guéant

Pour aborder l'art et la culture, elle propose des thématiques accompagnées d'ateliers créatifs et de tables de jeux éducatifs. Des séances qu'elle a aussi proposées à un public adulte et senior, ainsi que des apéros- musée. Sans oublier, les adolescents, notamment par le biais de jeux interactifs sur grand écran édités par Ubisoft et d'autres propositions adaptées à cette tranche de population.

"Avoir un musée numérique est une chose, mais ce qu'il faut c'est surtout une personne qui le fasse vivre dans le cadre d'une véritable action culturelle" insistent le directeur Julien Sans et son adjointe, Catherine Claustre. En marge du musée numérique, une programmation culturelle Les soirées Grains de folie et des expositions sont aussi organisées ayant regroupé dans les cinq cents spectateurs la saison dernière.

Encore méconnu des habitants, cet outil innovant est une plus-value pour la ville, ce que les partenaires n'avaient pas manqué de mentionner lors de son inauguration : "Son implantation en plein quartier prioritaire est chargée d'une valeur symbolique extrêmement positive" avait alors fait remarquer le préfet de l'Aude, Thierry Bonnier.

(*) accompagné par le Ministère de la Cohésion des Territoires.

mjc
Lézignan-Corbrières

LA GAZETTE



ÉDITO

Mêlant innovation et tradition, science et artisanat, ce numéro de La Gazette vous offre quelques moments du quotidien de notre MJC.

La Micro Folie en est un exemple formidable: c'est une ouverture sur le Monde, comme un pont entre les époques, les cultures, la diversité de l'Humanité.

Votre lecture vous emmènera depuis le Fablab, concentré de technologies, jusqu'aux mains expertes des adhérentes du patchwork.

Dans ces lignes, vous retrouverez ainsi l'Accueil, le Partage et l'Engagement, à pratiquer sans modération, entre générations, autour d'un écran, devant une œuvre-d'art, en marchant ou en jouant...

Bonne lecture !!!

La MJC est soutenue financièrement par



Crédits photos > MJC Lézignan-Corbrières
Rédaction-conception > les équipes de la MJC de Lézignan-Corbrières
Impression > 1.500 exemplaires | Diffusion numérique > 5.000 mails
(c) NOVEMBRE 2024 | NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

VOTRE MJC EN ACTIONS

CULTURE La MICRO-FOLIE, déjà trois ans !

Inauguré fin 2021 par le Préfet de l'époque, Christian BONNIER et installé au sein de notre maison, le musée numérique Micro-Folie a trois ans d'activité à son actif. Il est temps de faire le point sur sa fréquentation et les actions qui y sont menées.



Les premières Micro-Folies ont été mises en place en 2016, initiées par le Ministère de la Culture, dont l'ambition était de déployer 200 lieux du genre sur tout le territoire français. Face au succès de la démarche, l'ambition a ensuite été revue à la hausse avec un chiffre annoncé de 1 000 Micro-Folies d'ici fin 2022. Sur le département, après Narbonne en 2019, la ville fut la deuxième à accueillir une telle structure, visant à favoriser l'accès à la pratique culturelle en milieu rural. Ailleurs, les Micro-Folies ont pu prendre racine dans différents lieux, des médiathèques, des centres culturels, des cinémas... Ici, c'est la MJC qui a porté le dossier, largement soutenu par la Ville, par la DRAC et par la Déléguée du Préfet en Charge de la Politique de la Ville.

Concrètement, la Micro-Folie est une porte ouverte sur les trésors de l'humanité : beaux-arts, architecture, cultures scientifiques, spectacles vivants (soirées-concerts, opéras, ballets en direct ou en retransmission). Numérisées en très haute qualité, les collections réunissent des collaborations à l'échelle régionale, nationale et internationale, coordonnées par la Grande halle de la Villette de Paris en partenariat avec les institutions culturelles, telles que le château de Versailles, la Cité de la musique Philharmonie de Paris, le festival d'Avignon, l'Institut du monde arabe, le musée du Louvre, le musée national Picasso, le musée d'Orsay, le musée du Quai Branly, l'Opéra national de Paris, le Grand Palais et Universciences (Cité des sciences et de l'industrie et Palais de la découverte). Une galerie virtuelle accessible à tous et gratuite à découvrir grâce à des outils nouvelle génération : écran géant, réalité virtuelle et tablettes numériques.

Pour développer et animer le concept, la MJC a embauché, grâce au soutien de l'Etat, une Médiatrice Culturelle. Céline MATHELIER accueille le public en visites libres ou thématiques, organise des animations régulières et une programmation culturelle. Son investissement a permis à notre Micro-Folie d'être reconnue dans le réseau national. En termes de chiffres, sur l'année 2023 cela a représenté une fréquentation de 1,243 visiteurs, dont 793 scolaires. Un travail étroit avec les enseignants a été engagé dans le cadre de la Cité Éducative. Ainsi, depuis l'ouverture, plusieurs classes de la maternelle au lycée mais aussi des apprentis du CFA ont été accueillis.

Le partenariat avec l'Education Nationale, notamment avec les écoles Marie-Curie et Frédéric-Mistral de Lézignan s'est élargi depuis peu aux villages. Les écoles de Canet-d'Aude, Paraza et Homps sont concernées. Outre les scolaires, la médiatrice s'adresse aussi au public extra-scolaire et travaille en collaboration avec les différents Centres de Loisirs du territoire intercommunal.

Pour aborder l'art et la culture, elle propose des thématiques accompagnées d'ateliers créatifs et de tables de jeux éducatifs. Des séances qu'elle a aussi proposées à un public adulte et senior, ainsi que des apéros-musée. Les adolescents ne sont pas oubliés, notamment par le biais de jeux interactifs édités par Ubisoft sur grand écran ou par le biais des casques de réalité virtuelle ainsi que d'autres propositions adaptées à cette tranche d'âge.

Avoir un musée numérique est une chose, mais ce qu'il faut c'est surtout une personne qui le fasse vivre dans le cadre d'une véritable action de médiation culturelle. En marge du musée numérique, une programmation culturelle "Les soirées Grains de Folie" et des expositions sont aussi organisées, réunissant environ cinq cents spectateurs la saison dernière. Pas encore assez connu des habitants, cet outil innovant est une plus-value pour la ville, ce que les partenaires n'avaient pas manqué de mentionner lors de son inauguration : "Son implantation en plein quartier prioritaire est chargée d'une valeur symbolique extrêmement positive" avait alors fait remarquer le préfet de l'Aude, le jour de l'inauguration..



VOTRE MJC EN ACTIONS ...

NUMÉRIQUE On bricole au FABLAB

La troisième saison de notre FABLAB démarre bien. Ainsi, à l'occasion des Journées Nationales de la Réparation, la MJC a organisé, un atelier autour de l'autoréparation sur toute la journée du vendredi 18 octobre. Au programme : diagnostic de pannes sur des smartphones, dépannage d'ordinateurs ou encore réparation d'appareils de petit électroménager... Une dizaine de personnes y a participé et l'opération sera régulièrement reconduite.

Au FABLAB on a aussi formé les éducateurs de l'E.S.A.T. Jean Cahuc à l'utilisation des machines à commandes numériques. De là, un nouveau partenariat a vu le jour entre la MJC et cette structure avec, entre autre, la réalisation de magnifiques trophées commandés par la Fédération Française de Sport Adapté.

Signalons enfin que le LEZILAB propose, depuis la rentrée de septembre, des séances gratuites de découverte tous les lundis. On peut y venir seul ou accompagné, quel que soit son niveau ou son âge.



SPORT

Accueil de la formation fédérale d'animateur-trice en randonnée

Lors des dernières vacances de Toussaint, la MJC a accueilli une formation nationale organisée par la Fédération Française de Randonnée Pédestre. Il s'agissait de délivrer le diplôme fédéral permettant d'animer et encadrer bénévolement des randonnées sur des terrains balisés ou non, d'une durée d'un ou de plusieurs jours, et dans le respect des règles imposées par la Fédération. Emmenés par trois formateurs régionaux durant ces deux journées d'évaluation, les 16 stagiaires ont alterné approches théoriques, préparations d'itinéraires en salle et sorties sur le terrain. Venus de la région Occitanie (Aude, Haute-Garonne, Gers, Hérault, Tarn et Garonne et Pyrénées Orientales) et d'Auvergne Rhône-Alpes (Haute-Savoie) les participants ont été enchantés par les conditions d'accueil au Centre International de Séjour et par la beauté de nos pinèdes.

CLUBS Journée de l'amitié du PATCHWORK

Le samedi 12 octobre dernier, le club de PATCHWORK de la MJC organisait une rencontre entre clubs de la région, appelée "JOURNÉE DE L'AMITIÉ". C'est ainsi qu'une cinquantaine de personnes s'est retrouvée dans nos locaux pour partager ce temps de convivialité mais aussi de travail.

Après l'accueil matinal autour d'un petit-déjeuner, chacune s'est mise à réaliser un ouvrage déterminé en fonction de l'atelier choisi parmi les trois proposés.

A midi, l'apéritif servi dans le Patio, puis le déjeuner au self, ont redonné des forces avant la reprise du travail entre 14h et 17h.

Toute le monde est reparti enchanté de cette journée très conviviale qui a vu la participation des clubs de Canet, Fleury, Luc sur Orbieu, Limoux, Mirepoix, Olonzac, Ouveillan, Vinassan.

Bravo à Maryline THEALLER, notre responsable d'activité, et son équipe pour l'organisation de cette journée. Pour rappel le patchwork est un atelier de création qui permet de réaliser des accessoires décoratifs, du linge de maison ou du prêt-à-porter. Tous les lundis à la MJC nos adhérentes apprennent les différentes techniques d'assemblages de tissus en y ajoutant leur propre touche créative (fil à broder, laine, perles...).



VOTRE MJC EN BREF ...



Les RESTO DU COEUR à la MJC

A quelques jours du lancement de sa campagne hivernale, l'antenne locale des Restos du Cœur avait choisi notre MJC pour organiser un concert avec le groupe vocal "MC" de Narbonne qui a interprété un répertoire de chansons de variétés.

L'objectif de cette sympathique soirée était de récolter des denrées alimentaires non périssables : 57 kg ont pu être récupérés. Présidée par Agnès SIMONET, l'antenne lézignanaise des Restos accueille chaque année de nombreux habitants de la Ville, des Corbières et du Minervois, soit plus de 300 familles pour 60 000 repas annuel. A travers la mise à disposition de la salle de spectacle, notre association a souhaité manifester son soutien aux bénévoles qui s'investissent sans compter pour cette belle cause humanitaire.

COUTURE ? facile !

Facile, facile...mais pas tant que cela quand on est néophyte de la conduite d'une machine à coudre ! Les adhérentes de cette nouvelle activité ont brillamment relevé le défi : 3 heures pour réaliser une pochette zippée avec rabat, thème de la première matinée.

Il y a eu des hésitations, des interrogations, mais surtout de l'entraide et de la convivialité. Et la fierté de « faire soi-même » !

Noël sera dans les têtes des nouvelles cousettes pour le prochain projet, plus facile...mais oui... Merci à Anne-Marie FAGNONI pour la conduite bénévole de ce projet !



Nouveau parquet de DANSE

Suite à un important dégât des eaux à l'été 2023, la Mairie a mandaté, lors des dernières vacances de Toussaint, l'entreprise Menuiserie des Corbières pour procéder au remplacement du parquet de la salle de danse, soit une superficie de 150 m². Les plus de 400 adhérents et adhérentes qui fréquentent cet espace ont été ravis de cette remise en état. Nous envisageons d'équiper du même type de sol la salle 22 prochainement. Ce qui nous permettra de disposer, en 2025, de deux espaces pour développer l'apprentissage de ces pratiques artistiques ou activités de bien-être dans des conditions optimales.



Les enfants des Centres de Loisirs s'initient à l'ESCALADE

Julien COACOLO, Educateur Sportif de la MJC, a accueilli pendant les dernières vacances scolaires les enfants des Centres de Loisirs intercommunaux (Lézignan, Fabrezan, Saint-Laurent et Canet d'Aude) pour une initiation à l'escalade, dans la nouvelle salle d'ESCALADE-BLOC, située au Gymnase du Lycée Ferroul. Près de 100 enfants ont pu découvrir cette pratique sportive. L'opération, organisée à l'initiative de la Communauté des Communes de la Région Lézignanaise, sera reconduite en 2025.



Les Rendez-Vous d'OCTOBRE à la MJC

& à l'ESPACE de VIE SOCIALE

EXPOS | CONCERTS | ANIMATIONS | STAGES | RANDOS
SORTIES | BALADES | DÉCOUVERTES | REPAS | ATELIERS

MARDI 01/10

RESTO 12:00-13:30

Crudités ou soupe / Cuisse de poulet et riz pilaf / Fromage ou yaourt / Tarte aux prunes ou fruit

MERCREDI 02/10

RESTO 12:00-13:30

Soupe ou charcuterie / Linguines à la toscane et escalope de dinde panée / Fromage ou yaourt / Tresse feuilletée au chocolat ou fruit

PATRIMOINE 13:45-17:45

Sortie aux archives départementales à Carcassonne
Visites guidées de l'exposition de Henry de Monfreid - des archives, l'envers du décor.
15 € adhérent / Départ en bus de la MJC / Inscription obligatoire

MUSEE-FOUR 14:00-20:00

Visite libre du musée numérique + tables de jeux - Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant. Vous restez le temps que vous voulez | Gratuit - Tout public

JEUDI 03/10

RESTO 12:00-13:30

Salade composée ou charcuterie / Chou farci / Fromage ou yaourt / Poire belle Hélène ou fruit

NUMERIQUE 14:00-16:00

Atelier numérique avec Marjorie.
Questions/Réponses : smartphone/tablette.
2 € adhérent - 4 € non adhérent - Inscription obligatoire

VENDREDI 04/10

RESTO 12:00-13:30

Soupe ou charcuterie / Petit pois et saucisse / Fromage ou yaourt / Pudding ou fruit

SAMEDI 05/10

CANYONING 09:00

Canyon Artique à Auziat
30 € adhérent / Départ en minibus de la MJC / Inscription obligatoire

LUNDI 07/10

RESTO 12:00-13:30

Soupe pot au feu ou charcuterie / Pot au feu / Fromage ou yaourt / Riz au lait ou fruit

FABLAB 16:00-21:00

Le LEZIL'LAB vous accueille en accès libre pour :
>> Découvrir les machines
>> Participer à un atelier d'auto-réparation d'ordinateurs
De 18h à 20h. Demander des conseils aux bénévoles du BRICOLE CAFÉ.
Patrick, ancien ébéniste sera à votre disposition pour ce qui concerne le bois

MARDI 08/10

RESTO 12:00-13:30

Tarte brocolis et fromage de chèvre ou charcuterie / Gratin dauphinois et côtelette / Fromage ou yaourt / Mousse au chocolat ou fruit

MERCREDI 09/10

RESTO 12:00-13:30

Tarte du bocage Normand ou salade composée / Saute de porc au cidre et pomme de terre vapeur / Fromage ou yaourt / Tarte aux pommes normande ou fruit

MUSEE-FOUR 14:00-20:00

Visite libre du musée numérique | thème : le buste des femmes | Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant. Vous restez le temps que vous voulez | Gratuit - Tout public



JEUDI 10/10

RESTO 12:00-13:30

Soupe butternut ou charcuterie / Blanquette de veau et pot / Fromage ou yaourt / Tarte aux fruits de saison ou fruit

GOURMANDISES 14:00-16:00

Gourmandises de saison | recettes THAI | Venez tester et partager des recettes simples et gourmandes avec Nadine
2€ adhérent / 4€ non adhérent | Inscription obligatoire | places limitées

NUMERIQUE 14:00-16:00

Atelier numérique avec Marjorie.
Sécurité & Internet
2 € adhérent - 4 € non adhérent | Inscription obligatoire

VENDREDI 11/10

RESTO 12:00-13:30

Poireau vinaigrette ou charcuterie / Moules / frites / Fromage ou yaourt / Crêpe ou fruit

SAMEDI 12/10

PATRIMOINE 09:00-18:00 Visite de **Lacaune et des Jambons Obertl** | avec Jean-Marie
15 € adhérent | Départ en bus de la MJC | Inscription obligatoire

PÂTISSERIE 09:00-13:00 **Flan pâtissier | Tarte fine aux pommes** | avec Frédéric
15€ adhérent - 20 € non adhérent | Inscription obligatoire | places limitées

COUTURE 09:00-12:00 L'occasion de se lancer pour les débutants et de **créer une pochette à rabat** avec les conseils d'Anne-Marie.
15€ adhérent - 20 € non adhérent | Inscription obligatoire | Places limitées

RIGOLOGIE 10:00-12:00 "Le rire c'est une poussière de joie qui fait éternuer le cœur". Découvrez les **bienfaits du rire** dans une ambiance bienveillante | avec Nadine
2€ adhérent - 4 € non adhérent | Inscription obligatoire | places limitées

LUNDI 14/10

RESTO 12:00-13:30 Tatin de boudin antillais ou salade composée / Poulet coco réunionnais / riz / Fromage ou yaourt / Gâteau Hawaïen à l'ananas ou fruit

FABLAB 16:00-21:00 **Le LEZT'LAB vous accueille en accès libre** pour :
-> Découvrir les machines
-> Participer à un atelier d'auto-réparation d'ordinateurs

ECO-ATELIER 18:00-19:30 **Création de tisanes** | Vous pouvez apporter si vous le souhaitez les plantes de votre jardin | avec Nadine
2€ adhérent | 4€ non-adhérents | Inscription obligatoire | places limitées

OENOLOGIE 19:30-21:30 Des ateliers originaux, combinant convivialité et pédagogie pour **comprendre la richesse des vins** | le thème de la soirée : **vins des Corbières** | avec Benoit
25€ adhérent | 30€ non-adhérents | Inscription obligatoire | places limitées

DU 14/10 AU 02/11

EXPO PATIO **EXPO "ENTRE TERRE & MER.."**
La MJC donne carte blanche aux artistes amateurs : Dominique DEPORTE, Paul GILBERT, Sabine et Michaël SCHNELL-BRINON
du 14 octobre au 2 novembre dans le patio | Accès libre



MARDI 15/10

RESTO 12:00-13:30 Soupe de légumes ou charcuterie / Aïle de raie et légumes vapeur ailoli / Fromage ou yaourt / Mousse au chocolat ou fruit

MERCREDI 16/10

RESTO 12:00-13:30 Carottes râpées ou œuf mimosas / Steak / frites / Fromage ou yaourt / Choux chantilly ou fruit

MICRO-FILM 14:00-20:00 Visite libre du musée numérique • tables de jeux avec Céline | thème : **les animaux dans les arts décoratifs** | Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant. Vous restez le temps que vous voulez | *Gratuit - Tout public*

JEUDI 17/10

RESTO 12:00-13:30 Salade composée ou charcuterie / Tartiflette / Fromage ou yaourt / Tarte aux fruits de saison ou fruit

NUMÉRIQUE 14:00-16:00 Atelier numérique avec Marjorie. **Apprenez à naviguer facilement sur internet**
2 € adhérent - 4 € non adhérent - Inscription obligatoire

SORTIE DECOUVERTE 14:00-16:00 **Découvrez les secrets du village de Fabrezan** | avec Nadine & Nicole
Inscription obligatoire - places limitées

POÉSIE 18:30-20:00 **Café poésie** | avec Dominique | On peut lire ou tout simplement écouter. Partager ses textes préférés ou piocher avec bonheur des textes inédits.

VENDREDI 18/10

RESTO 12:00-13:30 Salade composée ou charcuterie / Moules / frites / Fromage ou yaourt / Salade de fruits ou fruit

FABLAB 10:00-19:30 Journée nationale de la réparation | **le fablab sera ouvert toute la journée pour faciliter l'auto-réparation d'ordinateurs, petit électroménager, petits meubles en bois...** | avec Renaud, Patrick... *Gratuit | Tout public*

FABLAB 17:30-19:30 Venez **créer en famille votre boîte lumineuse** sur le thème d'Halloween | avec Renaud
3 pers. max par famille | 25 € adhérent - 30 € non adhérent.

EXPO PATIO 18:00-19:00 **Vernissage de l'expo "ENTRE TERRE & MER.."** agrémenté de lectures poétiques pour prendre le large | Accès libre

Journées nationales de la réparation

SAMEDI 19/10

CANYONING 09:00-16:00 **Sortie au canyon d'Albine ou Albès** | avec Eric & Jean
A partir de 14 ans | 30 € adhérent | Départ en minibus de la MJC | Sur inscription

BOULANGERIE 09:00-15:00 **Apprenez à fabriquer votre pain** | le thème du jour : méthodes de fermentation (levain - pâte fermentée - poolish) - Application : pain sur levain | avec Gilles
15 € adhérent | 20 € non adhérent | Sur inscription | places limitées



25, RUE MARAT
11200 LEZIGNAN-CORBIÈRES
TEL > 04.68.27.03.34
info@mjciezignan-corbieres.com

SUIVEZ-NOUS

mjciezignan-corbieres
@mjciezignan
@mjc.lezignan-corbieres

www.mjc-lozignan-corbieres.com

La MJC est soutenue par



SAMEDI 19/10



16:00
17:30

Concert du groupe vocal MC qui interprétera un répertoire de **chansons de variétés au profit des restos du cœur**.
Entrée libre : Une collecte de denrées alimentaires aura lieu à cette occasion



LUNDI 21/10



12:00
13:30

Salade verte ou œufs mimosa / Steak / frites / Fromage ou yaourt / Salade de fruits ou fruit

MARDI 22/10



12:00
13:30

Charcuterie ou soupe / Cuisse de poulet / gratin dauphinois / Fromage ou yaourt / éclair au chocolat ou fruit



14:00
17:00

Stage Halloween | Viens floquer ton tote-bag pour la chasse aux bonbons | avec Renaud
A partir de 8 ans | 12 € adhérent - 15€ non adhérent



MERCREDI 23/10



12:00
13:30

Endives au roquefort ou charcuterie / Cassoulet / Fromage ou yaourt / Plovova ou fruit



14:00
17:00

Céline présente les animaux dans les arts décoratifs et anime un atelier créatif : "relook ton petit animal"
Atelier pour les 5 à 10 ans - Gratuit



JEUDI 24/10



12:00
13:30

Carottes râpées ou charcuterie / Poisson en papillote et ses légumes / Fromage ou yaourt / Tropézienne ou fruit



14:00
17:00

Stage Halloween | Pimp ta citrouille en bois | Avec Marjorie | A partir de 8 ans | 8 € adhérent - 10 € non adhérent
Sur inscription



14:00
17:00

Découvre les Chimères au musée numérique avec Céline et viens créer un Masque qui fait un peu peur
A partir de 5 ans - Tout public - 2 € l'a participation à l'atelier masque



RESTO

VENDREDI 25/10



12:00
13:30

Soupe de légumes ou charcuterie / Saucisses / lentilles / Fromage ou yaourt / Tarte aux pommes ou fruit

LUNDI 28/10



12:00
13:30

Salade verte ou œufs mimosa / Blanquette de poulet / riz / Fromage ou yaourt / Fromage blanc au caramel ou fruit

MARDI 29/10



12:00
13:30

Soupe de légumes ou charcuterie / Légumes farcis / Fromage ou yaourt / Flan ou fruit



14:00
17:00

Stage Halloween | Imprime ton objet fluorescent en 3D | avec Renaud | De 8 à 14 ans | 5€ adhérent - 7 € non adhérent



MERCREDI 30/10



12:00
13:30

Crudités ou charcuterie / Moules frites / Fromage ou yaourt / Fruit



14:00
17:00

Stage Halloween | Découpe tes lunettes en bois pour Halloween | avec Marjorie | De 8 à 14 ans | 8 € adhérent - 10 € non adhérent



14:00
17:00

Découvre les Chimères au musée numérique avec Céline et viens créer un Masque qui fait un peu peur
A partir de 5 ans - Tout public - 2 € l'a participation à l'atelier masque



JEUDI 31/10



12:00
13:30

Salade composée ou charcuterie / Gratin de macaroni lapin à la moutarde / Fromage ou yaourt / Beignet ou fruit



14:00
17:00

Découvre les Chimères au musée numérique avec Céline et viens créer un Masque qui fait un peu peur
A partir de 5 ans - Tout public - 2 € l'a participation à l'atelier masque



18:00

Spectacle avec les jeunes talents de l'atelier Mbdanse animé par Billy
Tout public - 1 €

... MAIS AUSSI EN OCTOBRE...

VACANCES D'AUTOMNE | Du Lundi 21 au Jeudi 31 Octobre 2024

POUR LES ENFANTS (3-11 ANS)

Le centre de loisirs "LA LAUSETA" est situé dans le parc de Goujac et accueille tous les jours de 7h30 à 18h15. Les réservations sont obligatoires et doivent être enregistrées auprès de la Communauté des Communes (04.68.27.03.35). Les tarifs sont modulés en fonction du quotient familial. Plus d'infos flasher >>>>



POUR LES ADOS (12-17 ANS)

Pour les périodes de vacances scolaires l'Espace Jeunes offre une programmation complète d'animation et d'activités disponible 15 jours avant le début des vacances. Celle-ci est construite POUR et PAR les jeunes. S'y ajoutent des sorties ou des mini-séjours à thème... Plus d'infos flasher >>>>



NOVEMBRE 2024

Lézignan-Corbières : succès inégalé pour la fête d'Halloween



De très nombreux participants ont joué le jeu du déguisement. / Gaëlle Guéant



Culture et loisirs, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 01/11/2024 à 15:45

Gaëlle Guéant

Les familles se sont déplacées en masse au jardin public pour participer aux animations organisées par la municipalité dans le cadre des festivités d'Halloween. Cette manifestation initiée il y a cinq ans a connu son apogée avec un engouement populaire inégalé jusqu'à présent.

Il n'y aura jamais eu autant de monde pour Halloween que ce jeudi soir, où le jardin public grouillait de monstres, petits et grands, toutes les générations ayant joué le jeu du déguisement.



Certains costumes mettaient vraiment mal à l'aise. / Gaëlle Guéant

À la nuit tombée, l'effervescence est devenue de plus en plus palpable avec l'annonce de la fameuse chasse au trésor et l'entrée en action des personnages de la famille Addams et de Beetlejuice ; la thématique choisie par l'ajointe déléguée aux animations Sabrina Fito et son équipe, qui œuvrent depuis plusieurs années à l'organisation de cet événement dans le but de réunir la population et de proposer un temps de partage et de joie collective.



La famille des monstres et égorgés pour surprendre le public. / Gaëlle Guéant

Parents, grands-parents, ados, enfants et tout-petits, où que l'on posait les yeux les costumes se démarquaient les uns des autres avec certains maquillages vraiment très réussis, suggérant assurément des heures de préparation. Dès l'après-midi, le parc a commencé à être animé avec la présence de deux maquilleuses professionnelles proposant leur service et des ateliers créatifs, notamment celui de la fabrication de citrouilles Jack O lanterne, qui a remporté un joli succès.



Les petites sorcières étaient de sortie. / Gaëlle Guéant

Pour cette cinquième édition, de l'avis de tous, celle-ci a été la plus réussie avec un engouement populaire de taille et une parfaite mixité des habitants lézignanais. Il suffisait d'observer le monde dans les allées et au guichet de la sorcière donnant les consignes pour trouver les indices de la chasse au trésor. S'ensuivait alors une cohue partant en tous sens ou relevant les défis, comme celui d'une danse de groupe endiablée faisant se trémousser tous les âges. En bref, une belle réussite, qui met la barre haute pour l'an prochain...



Billy et les jeunes talents de l'atelier Mixdanse de la MJC. / Gaëlle Guéant



Une salle de spectacle presque trop petite pour le public venu en nombre. / Gaëlle Guéant

Une prestation de danses du monde à la MJC

Du côté de la MJC, l'excitation était aussi à son comble avec un spectacle donné par les jeunes de l'atelier Mixdanse avec le Lézignanais Billy Gimenez. Animateur au centre de loisirs de la Lauseta, géré par la MJC, celui-ci a proposé d'animer une section danse au sein de l'association : "Depuis que j'ai 16 ans, j'ai toujours voulu donner des cours de danse, explique-t-il. Ce que j'ai d'ailleurs fait en tant que bénévole pour les enfants et les adultes à Narbonne, au quartier de Razimbaud avec l'association AJR et cela fonctionnait très bien". Tout comme ici sur la ville, où le succès a été au rendez-vous dès les premières séances et confirmé au fil du temps. Débuté l'an dernier, la section Mixdanse regroupe de nombreux jeunes de la communauté gitane et la MJC s'en réjouit, celle-ci souhaitait développer une mixité du public : "Ça permet à cette part de la population, qui ne venait pas forcément chez nous de participer à la vie de l'association, tout en pérennisant l'emploi de Billy" relevait cet été, Catherine Claustre, la directrice adjointe. A chaque vacances, les jeunes se produisent en spectacle. Le dernier en date a eu lieu le soir d'Halloween et la salle de spectacle de la MJC a failli ne pas être assez grande pour accueillir toutes les familles. La prestation a fait la démonstration du talent de ces jeunes qui s'entraînent tout au long de l'année entre salsa, hip-hop, rock, danse indienne, orientales...

À Lézignan-Corbilières, Des animateurs de randonnées pédestres étaient en formation



Après la théorie en salle, les stagiaires se sont rendus dans la pinède. / DR



Balades et randonnées, Lézignan-Corbilières, Aude

Publié le 08/11/2024 à 15:29

A.C.

La Fédération française de randonnée pédestre a accueilli 16 stagiaires qui, au terme de deux journées d'évaluation, viennent désormais grossir les rangs des animateurs bénévoles.

Pendant les vacances de Toussaint, la MJC de Lézignan a accueilli une formation s'inscrivant dans le cursus des animateurs de randonnée pédestre. Son but : animer bénévolement des randonnées sur des itinéraires balisés ou non, d'une durée d'un ou de plusieurs jours, dans le respect de la cotation fédérale.

Encadrés par trois formateurs régionaux de l'équipe de formation audoise de la Fédération française de randonnée pédestre (Jean Garceran, Jean-Marie Sanchi et Patrick Valette) et des formateurs en devenir (Nadia Grandjean, Pascal Bouteiller et Philippe Vornetti), les seize stagiaires ont alterné entre des approches théoriques, des préparations d'itinéraires en salle et des sorties sur le terrain durant ces deux journées d'évaluation.

Des stagiaires venus d'Occitanie et d'Auvergne-Rhône-Alpes

Venus de la région Occitanie (Aude, Haute-Garonne, Gers, Hérault, Tarn-et-Garonne et Pyrénées-Orientales) et d'Auvergne-Rhône-Alpes (Haute-Savoie), ils préparent tous le Brevet Fédéral d'animateur de randonnée pédestre.

Le dimanche, des épreuves évaluatives se sont déroulées dans la pinède de Lézignan. Ce site offre un terrain de jeu tout à fait adapté pour une lecture fine de la carte. Une météo favorable étant de la partie, ce circuit aux intérêts riches et variés a ravi les participants. Si la lecture de carte et l'orientation représentent le socle de cette session de formation, la sécurité, le secours, l'animation et la conduite de groupe, la lecture de paysage... font également partie de l'enseignement.

Le milieu naturel, la botanique, le patrimoine, le milieu rural... sont des thématiques qui ont également été abordées dans cet environnement exceptionnel. Les seize stagiaires ont brillamment satisfait aux critères d'évaluation du BFRP : ils rejoignent ainsi les animateurs brevetés de la Fédération française de la randonnée pédestre.

À vélo, les écoliers lézignanais montrent leur assurance



Des ateliers de maniabilité du vélo ont été pilotés par les policiers municipaux. / A.C.



Enseignement et formation, Aude, Lézignan-Corbilières

Publié le 08/11/2024 à 15:39

Article rédigé par Arnaud Chabé

L'opération "Savoir rouler à vélo" permet aux élèves de cours moyen d'apprendre à se déplacer en deux-roues avant leur entrée au collège.

Tous les jeudis matin de ce mois de novembre, le jardin public est fermé au grand public. Pour quelles raisons ? Tout simplement parce que le lieu accueille les élèves de cours moyen de la ville, venus participer à l'opération "Savoir rouler à vélo", un dispositif visant à "apprendre aux enfants à se déplacer à vélo pour l'entrée au collège et ancrer les réflexes d'aller vers une mobilité décarbonée dès le plus jeune âge", dit le ministère des Sports, de la jeunesse et de la vie associative.

Maniabilité

Sous l'autorité de l'Éducation nationale, les enfants passent ainsi une première partie de leur formation en salle, à la MJC en l'occurrence, pour suivre quelques recommandations théoriques. Puis, en extérieur, direction le jardin public, pour des "blocs" d'apprentissage supervisés par Cyril Cabrol et Frédéric Collin, tous deux policiers municipaux habilités : "Une troisième partie est consacrée à une mise en situation sur la route, sur un trajet d'un kilomètre, pour évaluer leurs aptitudes. Elle est généralement organisée en fin d'année", soulignent-ils.

En attendant, ce jeudi matin, la maniabilité des montures, le slalom entre les plots et ou le freinage d'urgence ont été maîtrisés. Pour les futurs collégiens, tout roule !

La MJC de Lézignan lance ses soirées pour le Téléthon



L'an dernier, 8 822 € avaient été récoltés par la MJC au profit du Téléthon.



Solidarité, Aude, Lézignan-Corbilières

Publié le 13/11/2024 à 16:32

A.C.

Vendredi 15 novembre, la MJC propose une soirée pour lancer les rendez-vous dédiés au Téléthon. Tour de chant de Gabriel Richard, repas sanglier et balèti sont au programme.

Mobilisée pour le Téléthon, la Maison des jeunes et de la culture de Lézignan l'est plus que jamais ! Aussi, après un premier rendez-vous honoré par le club des Jonquilles qui a organisé un loto spécialement dédié à l'événement caritatif, une soirée est organisée, ce vendredi 15 novembre, à partir de 18 h 30 dans locaux de MJC, rue Marat, pour lancer un mois de rendez-vous culturels et festifs.

Au menu : le tour de chant du jeune Lézignanais Gabriel Richard, atteint de la myopathie de Duchenne et parrain départemental du Téléthon. Il sera ensuite possible de se restaurer avec un repas sanglier, véritable institution lézignanaise des soirées de lancement, avant de se dégourdir les jambes au sor d'un balèti (danses traditionnelles occitanes). Soirée complète : 15 €, balèti seul, 5 €.

Le **vendredi 22 novembre**, à partir de 14 heures, la MJC propose de se divertir autour de jeux de cartes avant de pratiquer, à 19 heures, au gymnase de Courbertin, un sport peu commun : le darkping. Il s'agit, tout simplement, de tennis de table joué dans l'obscurité avec des balles réfléchissantes ! Ambiance conviviale assurée... La soirée se poursuivra à 19 heures par un karaoké et un bar à soupes pour se restaurer. Une urne sera à la disposition des généreux donateurs.

Mercredi 27 novembre, les bénévoles de la MJC tiendront un stand sur le marché hebdomadaire pour y vendre des objets Téléthon mais également des tickets de tombola (2 €) qui seront disponibles dès la soirée de ce vendredi 15 novembre.

Le **vendredi 29 novembre** sera entièrement dédié à la musique avec deux concerts du duo acoustique "Les Cops" et du groupe Badge (pop, rock, folk, country), entrecoupés par un repas chill con carne. Rendez-vous à partir de 19 heures (soirée complète, 15 €, concert seul, 5 €).

Enfin, le **vendredi 6 décembre**, place à la soirée de clôture avec un bar à pâtes, le concert de la chorale de la MJC "Les Airs de rien" et le tirage de la tombola (concert seul : 5 €).

À noter que la sortie vélo du cyclo-club le **24 novembre** sera organisée au profit du Téléthon et qu'un tirage d'un bingo aura lieu le **samedi 30 novembre** lors du loto du Lions club.

La MJC de Lézignan organise ses deuxièmes rencontres chorégraphiques



Plusieurs événements autour de la danse avec la MJC. / Duylau Pix - Duylau Pix



Culture et loisirs, Aude, Lézignan-Corbières

De novembre à février, la MJC met en lumière la danse à travers un programme riche et varié et la rencontre de danseurs professionnels.

"Après l'engouement de notre première édition, organisée par notre professeure de danse classique et modern-jazz, Marine Gendreau, nous réitérons nos rencontres chorégraphiques autour de la danse contemporaine, teintée de danses urbaines", explique la directrice adjointe de la MJC, Catherine Claustre.

L'an dernier, l'événement s'était déroulé pendant les vacances de février avec l'intervention d'un danseur chorégraphe de renom pour un stage et une masterclass, mais aussi l'élaboration d'une première partie donnée en amont de son spectacle programmé par l'Espace culturel des Corbières.

Cette année, les 2^{es} rencontres chorégraphiques sont organisées sur plusieurs mois comprenant des temps forts, également avec une danseuse professionnelle, Céline Lefèvre, de la compagnie bordelaise Hors série, qui se produira à l'Espace culturel des Corbières, le 22 novembre, pour la pièce *Royaume*.

“ Susciter la curiosité ”

"L'objectif de l'événement est de faire se rencontrer les danseurs amateurs et professionnels, tout en suscitant la curiosité pour cette discipline, précise Catherine Claustre. Nous avons treize sections de danse à la MJC et plusieurs écoles de danse sur le territoire. C'est une belle opportunité de mettre en lumière la danse contemporaine et d'élargir notre partenariat avec l'Espace culturel en profitant de la venue de la compagnie Hors série".

Le premier temps fort est un stage de deux jours en novembre, qui sera suivi par un autre stage en janvier avec Céline Lefèvre (*). Tout comme l'an passé, l'idée des stages est de créer une première partie, qui sera donnée lors d'une soirée chorégraphique à l'Espace culturel des Corbières : "En février, nous faisons venir la compagnie parisienne Kynlaus pour le spectacle *Viriles*. Les écoles de danses de la région, les compagnies juniors et les participants des stages que nous organisons, se produiront en première partie. Le lendemain, une masterclass sera assurée par Alizé Hernandez, une danseuse de la compagnie".

Outre les stages, les spectacles et la masterclass, les rencontres chorégraphiques proposeront également plusieurs autres animations en lien avec le musée numérique de la Micro-Folie, géré par la MJC : "En décembre, nous avons une exclusivité grâce à notre Micro-Folie. Nous retransmettrons sur grand écran et en direct depuis l'opéra de Paris, le ballet *Cendrillon*. En janvier, il y aura aussi une exposition, des présentations d'œuvres et un apéro-musée. Enfin, pour la clôture en février, une battle de breakdance sera organisée par notre professeur, Amar Chardou. Ce sera une vraie battle, pas juste des démonstrations, avec des prix à gagner".

(* Vendredi 22 novembre, à 21 heures, à l'Espace culturel : "Royaume", de la compagnie Hors Série (8 € pour les moins de 18 ans et 12 € avec transport collectif depuis la MJC, réservé aux adhérents de la MJC). Samedi 23 et dimanche 24 novembre, puis le 18 et 19 janvier, de 10 à 17 heures à la MJC : stages avec Céline Lefèvre, ouverts aux danseurs de tous niveaux dès 15 ans (80 € à 110 € selon les âges et l'adhésion à la MJC ou pas). Réservation au 04 68 27 03 34. Tout le programme sur www.mjc-lezignan-corbieres.com.

Franck Luginbuhl dédicace son roman d'anticipation à la MJC de Lézignan-Corbières



"Expéranza", le nouveau roman d'anticipation de Franck Luginbuhl. / A.C.



Livres - Bandes dessinées, Aude, Lézignan-Corbières

Franck Luginbuhl sera à la MJC, jeudi 21 novembre, à 18 h 30, pour présenter son dernier livre.

On avait laissé Franck Luginbuhl, ou plutôt son personnage, le journaliste Alexandre Haefel, en avril 2023, occupé dans un roman à retrouver les reliques du prédicateur saint Régis mystérieusement disparues. Un ouvrage mêlant fiction et réalité historique, autobiographie, énigme et enquête...

Aujourd'hui, c'est un tout autre livre que l'ancien directeur du Cefobat, passionné par l'écriture, vient de sortir. Son titre : *Expéranza*. "C'est un roman d'anticipation", précise l'auteur qui sera en dédicace **jeudi 21 novembre, à 18 h 30, à la MJC : "J'ai réuni dans ce livre de vieilles idées qui me trouaient dans la tête entre politique, écologie et désir de paix que j'ai voulu traiter de façon ludique"**, dit-il.

L'histoire se déroule en 2065, juste après... la Troisième Guerre mondiale ! "Entre réchauffement climatique, montée des extrêmes, présence accrue des virus, émergent un peu partout sur la planète des régimes autoritaires. Il n'y a plus de pétrole et les chercheurs travaillent autour d'énergies nouvelles, certains s'orientent vers le nucléaire ou la fusion nucléaire. Dans ce contexte, la Suisse a été totalement réduite à néant par des Talibans : c'est un désert", note l'auteur.

“ Entre expérience et espérance ”

Un désert qu'il va falloir repeupler selon un modèle : chaque canton sera réservé à une idéologie et à des habitants qui seront tous d'accord sur le modèle présenté. "En parallèle, une société développe une puce électronique greffée dans chaque être qui va permettre d'interagir par la pensée. Ses patrons s'enrichissent mais ce sont, au global, des gens bien, intelligents et intègres, qui œuvrent pour la paix. D'où le titre, *Expéranza, entre expérience et espérance*", note encore Franck Luginbuhl.

En décrivant une société sous forme de cliché des idéologies politiques, l'auteur expose également ses utopies : "Je ne me situe ni à droite, ni à gauche, ni au centre mais un peu partout à la fois et nulle part aussi ! En situation l'action dans l'avenir, je me permets quelques fantaisies où l'écologie et le social ont leur place tout comme le besoin de sécurité pour chaque citoyen. Je parle aussi de religion, de toutes les religions : je respecte la foi de tout le monde, mais tant de conflits ont été générés par les religions qu'il faut, selon moi, passer à autre chose". Un précepte dont il sera certainement question lors de la séance de dédicaces...

"Expéranza", chez MVO éditions. 20 €. Disponible chez Collpage, sur Amazon, Fnac et chez l'éditeur.

Lézignan-Corbières : des animations culturelles en tout genre avec la MJC



Le vernissage de l'exposition de photos Urbex a eu du succès. / Gaëlle Guéant - Picasa

La Maison des jeunes et de la culture poursuit ses actions culturelles gratuites et ouvertes à tous.

La structure associative s'emploie à proposer dans le cadre de son programme culturel des événements variés, en lien notamment avec le musée numérique Micro-Folie, sous la responsabilité de la médiatrice culturelle, Céline Mathelier. Depuis plusieurs semaines, le hall de la MJC propose une très belle exposition d'Urbex, une pratique d'exploration urbaine s'attachant à photographier des lieux construits et abandonnés (friches industrielles, monuments, maisons...). Lors du vernissage, samedi dernier, le photographe roublonais, Brice Bourdiol a fait part de son expérience en la matière devant une assemblée conséquente, dont une belle représentation de jeunes gens. Pour ceux qui n'ont pas encore eu l'occasion de visiter l'exposition, les clichés de l'artiste sont encore visibles jusqu'à ce vendredi 29 novembre. À noter que lors de sa venue, le vernissage a été illustré par la lecture de poèmes de la section Café poésie, proposée par Dominique Angevly et Marie-Laure Dupré.

Une des autres manifestations culturelles, qui a également attiré un joli public, a concerné la présentation du dernier livre de Franck Luginbuhl : *Expéranza*. Avec une certaine aisance et des traits d'humour, l'ancien directeur du CFA BTP de la ville (Cefobat) a capté son auditoire en relatant la création de ce qu'il décrit comme un "roman d'anticipation, mêlant politique, écologie et désir de paix". À noter que cet habitant de Fontcouverte est un passionné d'écriture. Il a à son actif un autre livre, à la croisée des chemins entre fiction, réalité historique, autobiographie, énigme et enquête : *Le secret de Saint-Régis*.



Franck Luginbuhl a écrit un nouveau roman. / Gaëlle Guéant - Picasa

Ce vendredi soir, la MJC organise une soirée pour le téléthon entre duo acoustique, repas et concert (15 € avec repas, sur réservation au 04 68 27 03 34 ou 5 € le concert seul, à partir de 21 heures).

Lézignan-Corbières : Un jeune Lézignanais, parrain du Téléthon



La soirée a réuni 80 convives pour déguster le civet de sanglier. / Gaëlle Guéant

Narbonne

Publié le 21/11/2024 à 16 10

Gaëlle Guéant



0000 / 0457

Powered by ETK Magazine

La Maison des jeunes et de la culture coordonne les actions en faveur du Téléthon. La soirée de lancement s'est déroulée vendredi dernier, en présence du jeune Lézignanais Gabriel Richard. Atteint de la myopathie de Duchenne, il est le parrain de l'AFM Téléthon pour l'Est audois cette année.

Depuis de longues années, le Téléthon est organisé par la Maison des jeunes et de la culture sous la coordination de Martine Mercier, une des bénévoles et administratrices de l'association. Certaines associations extérieures y participent, tel que le club du 3^e âge des Jonquilles, qui organise chaque année une soirée récréative pour la bonne cause.

Comme à l'accoutumée, plusieurs animations et soirées sont proposées au mois de novembre jusqu'à début décembre, afin de récolter des fonds (voir ci-dessous). Pour le lancement officiel de l'édition 2024, le parrain de l'Association Française pour la Myopathie (AFM), Gabriel Richard était présent. "Gabriel a accepté de représenter l'AFM Aude Est. C'est un jeune Lézignanais, qui a fait toute sa scolarité sur la ville et qui chante au sein de la MJC depuis ses 11 ans. Il aimerait d'ailleurs en faire son activité" précise Martine Mercier, qui a ouvert les festivités du Téléthon, vendredi dernier lors d'une soirée repas et musique. Gabriel Richard, connu des Lézignanais pour sa participation régulière à des tours de chants pour des événements MJC et autres prestations, a entamé la soirée par un récit donnant à entendre les tubes français des années yéyé jusqu'à ceux des années 1980, une période qu'il affectionne tout particulièrement.

L'assistance composée d'une bonne cinquantaine de personnes a apprécié la très belle voix du jeune chanteur : "Mon état physique me permet encore de chanter, j'ai assez de souffle et ça fait travailler mon diaphragme" révèle-t-il après sa représentation avant de revenir sur son parcours (voir encadré). Par la suite, un apéritif a été offert avant un repas pris dans la salle de spectacle, un civet de sanglier orchestré par l'équipe cuisine et servi par les bénévoles : "Au fil des ans, nous fidélisons nos bénévoles et nous sommes entre 15 et 20 pour le Téléthon" précise Martine.

La soirée s'est terminée par un "ballé", qui a fédéré les danseurs du monde "Trad" venus de la localité, mais aussi de Béziers et du Limouxin. Animé gracieusement par un collectif de musiciens et une animatrice de danse, les participants au repas se sont laissés guider sur les bourrées à deux temps, cercles, rondes, valse et autres danses régionales.



Martine Mercier et Gabriel Richard, le parrain AFM Téléthon. / Gaëlle Guéant

Gabriel, un parrain mélomane

Interrogé sur la maladie dont il est atteint, Gabriel revient sur son parcours aux côtés de son père, Sylvain : "J'ai 28 ans et je suis atteint de la myopathie de Duchenne, une maladie génétique dégénérative qui touche l'ensemble des muscles. Ma mère était porteuse de cette maladie, mais elle ne le savait pas. Les femmes peuvent la transmettre, mais ça ne touche que les garçons. Vers l'âge de deux ans, mes parents ont trouvé que je tombais beaucoup et c'est à cette période qu'on a détecté la maladie. A 10 ans, je ne pouvais plus marcher et aujourd'hui j'ai des difficultés à bouger les bras et les mains, ça devient dur".

Pour Theure, Gabriel peut encore s'adonner au chant, ce qu'il souhaite développer par des prestations, sa maladie ne lui permettant pas de travailler : "Après mon bac SES, je suis allée à la fac Via Domitia de Perpignan en licence d'histoire, mais c'était trop contraignant (la fatigue, les trajets) et j'avais envie de me consacrer à la musique, ça fait 15 ans que je chante". Gabriel a débuté le chant dès 11 ans avec le professeur de la MJC, Roger Cathala : "A l'époque, en 2007, ça se passait au sous-sol de la MJC et c'était le seul lieu auquel je pouvais accéder en fauteuil et une des rares activités que je pouvais faire. Ça m'a plu. Mon but, c'est de développer le chant et de faire des spectacles". Pour l'aider, son père Sylvain a arrêté de travailler : "Ma mère est décédée d'un cancer quand j'avais 14 ans et c'est mon père qui s'occupe de moi tous les jours". Ce dernier explique les difficultés d'ordre pratique rencontrées au fil des ans : "Il a fallu tout débroussailler, car il n'y avait rien à l'époque pour les personnes à mobilité réduite. Il a fallu batailler pour avoir des aménagements à l'école, des places de parking... Heureusement, ma femme Maryse Roux était Lézignanaise et le maire Pierre Tournier a été très à l'écoute. C'était en 1996". A noter qu'aujourd'hui, la ville manque encore d'aménagements, notamment pour les trottoirs. Il n'est en effet pas rare en centre-ville, de voir les personnes en fauteuils empruntant la route...

Vendredi 22 novembre : jeux de cartes (à partir de 14 heures à la MJC, d'arping (à 19 heures au gymnase Couberon) et soirée karaoké (à 19 heures, à la MJC avec bar à soupes, desserts et buvette). **Mercredi 27 novembre** : vente de produits téléthon et tickets de tombola sur le marché (8 à 12 heures). **Vendredi 29 novembre (MJC)** : duo acoustique Les Cops (19 heures), repas chili con carne (sur réservation au 04 68 03 27 34, 20 heures) et concert de Badje (country folk et pop-rock, à 21 heures). **Vendredi 6 décembre** : concert de la chorale de la MJC Les airs de rien, bar à pâtes et tirage de la tombola (à partir de 19 heures).

Novembre 2024 | 010

www.mjc-lezignan-corbieres.com

mjc
Lézignan-Corbières

LA GAZETTE



ÉDITO

Si vous pensez que Novembre est triste et gris, ces quelques pages vous montreront qu'à la MJC on ne manque pas d'occasions pour se réunir et être heureux.

Novembre a fait la part belle aux rencontres culturelles : dans le patio, le coeur de la Maison, comme chaque mois nous sommes invités à nous promener dans l'univers d'un artiste. La danse également s'ouvre à l'amateur comme au pratiquant aguerri. Chez nos potières un Maître en la matière a su allier maîtrise du geste et sensibilité de l'âme. Prolongeons cet enchantement avec l'art du Conte, ou quand les mots nous transportent au-delà du temps... pour parler aux arbres peut-être, ces arbres plantés pour demain par les enfants.

Le sport n'est pas oublié avec les jeunes pousses du club de judo. Bref, une lecture réjouissante!

La MJC est soutenue financièrement par



FONJEP



agence nationale
de la cohésion
des territoires



Crédits photos > MJC Lézignan-Corbières
Rédaction-conception > les équipes de la MJC de Lézignan-Corbières
Impression 1 500 exemplaires | Diffusion numérique > 5 000 mails
(c) DÉCEMBRE 2024 | NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

VOTRE MJC EN ACTIONS

CULTURE A la découverte de l'URBEX avec Brice BOURDIOL

Dans le cadre de la programmation des expositions mensuelles au Patio de la MJC, carte blanche a été donnée en ce mois de novembre à Brice BOURDIOL, alias "The unknown of Past", qui cultive une passion pour l'urbex.

Les périples de cet artiste local lui ont permis de perfectionner ses compétences photographiques. L'exposition a dévoilé un condensé de dix années de découvertes, mettant en lumière des endroits chargés d'histoires et d'émotions.

L'objectif de Brice est de partager son regard unique sur ces lieux oubliés, offrant au public une expérience visuelle riche en témoignages du passé.

L'urbex, ou exploration urbaine, est une pratique consistant à explorer des lieux abandonnés, souvent dans des environnements urbains, tels que des usines désaffectées, des hôpitaux, des maisons délaissées, des tunnels ou des bâtiments en ruine.



Lors du vernissage, le photographe roubianais a fait part de son expérience en la matière devant une assemblée fournie, comptant de nombreux jeunes. Il a ainsi pu évoquer la beauté de cette démarche artistique et les dangers de cette quête. Comme d'usage le vernissage a été agrémenté par des lectures de poèmes par les représentants du club poésie de la MJC. Ainsi, Dominique ANGELVY et Marie-Laure DUPRÉ ont envouté l'assistance en évoquant l'âme des lieux oubliés.

Cette magnifique exposition a enregistré un grand succès de fréquentation.

La MJC de Lézignan-Corbières
avec la Micro-Folie organise

2èmes rencontres chorégraphiques

Master Class
Spectacles
Ateliers
Exposition
Conférence
Battle

de novembre 2024 à février 2025

Lancement des secondes Rencontres Chorégraphiques

CULTURE

Créer une série d'événements autour de la danse en prônant la rencontre entre pratiques amateurs et professionnelles, tout en permettant au public de découvrir cet univers, tel est l'enjeu de ces 2èmes rencontres. Initiées par Marine GENDREU, professeure de danse classique et modern-jazz à la MJC, l'événement a connu un beau succès l'an passé, aussi était-il logique de le reconduire cette saison et de l'enrichir grâce au soutien de la Communauté des Communes de la Région Lézignanaise Corbières et Minervois, de la Direction Régionale des Affaires Culturelles, d'Arts Vivants 11 et de la Micro-Folie. Ainsi de novembre 2024 à février 2025, les propositions se succèdent : ateliers, spectacles, exposition, master class et soirée chorégraphique avec la compagnie KYNLAUSS, de nombreuses écoles de danse et compagnies juniors, battle de hip-hop...

Le 22 novembre dernier, de jeunes danseurs de la MJC ont pu assister avec intérêt au spectacle ROYAUME programmé dans le cadre de la saison culturelle de la CCRLCM, spectacle basé sur une chorégraphie Hip-hop mettant en lumière la parole des femmes. Le samedi suivant, un atelier chorégraphique était animé à la MJC par Céline LEFEVRE, une des danseuses du spectacle. Cet atelier se poursuivra les 18 & 19 janvier dans le studio de danse de la MJC, toujours avec Céline. Avis aux amateurs !

N'hésitez pas à consulter l'ensemble du programme et réserver en ligne vos places pour les stages, ateliers ou spectacles sur notre site internet.

VOTRE MJC EN ACTIONS ...

CLUBS

Stage d'exception à la POTERIE

Les 18 et 19 novembre, nous avons eu l'honneur d'accueillir, au sein de la MJC, Thierry LUANG ROTH, céramiste de renom, formé depuis plus de quarante ans à l'art de la poterie, qui, pour le plus grand plaisir de onze passionnés d'argile, a révélé ses secrets de confection de décors repoussés sur bols.

C'est dans l'intimité de ses différents ateliers qu'il partage tout son savoir-faire. Après avoir tourné des miniatures jusqu'aux pièces de 20 kg, des grandes séries ou des pièces uniques, il se consacre depuis 2012, à la réalisation exclusive de bols, retravaillés "très frais" avant la consistance du cuir. Il aime œuvrer en direct, sans tracé préalable, avec des outils principalement en bambou, taillés souvent à l'instant. Et la magie opère, sans ajout ni retrait de matière, uniquement par le repoussage. C'est à cette technique que sont venus s'initier les stagiaires, lesquels ont pris un véritable plaisir à l'initiation de cet art minutieux.



Chacun a pu repartir avec sa création unique, un bol à l'image de sa sensibilité et de son inspiration du moment. Désireux de reproduire au plus vite les gestes appris lors de ces deux journées, et afin d'en parfaire l'apprentissage, ils se sont promis de confectionner de nouveaux bols. Ce stage a vite affiché complet avec des participants venus majoritairement de toute la région mais aussi de plus loin (Québec, ...). Fort de ce succès un autre stage sera programmé en 2025.

CLUBS

Une conteuse en or

Hélène BARDOT est conteuse professionnelle depuis plus de 30 ans. Au début il y a le désir de conter les arbres, les oiseaux, la nature, au hasard des rencontres avec des musiciens et des comédiens, puis l'envie de monter une association de création de théâtre itinérant en milieu rural, afin que tous les publics puissent se questionner et s'initier à l'art du conte. Par ce biais, faire rentrer les participants en sympathie avec la nature, leur permettre de prendre conscience de leur environnement merveilleux mais fragile. Hélène travaille avec des collègues musiciens sur des balades contées dans l'Aude, afin de mettre en mots les chemins, faire parler les paysages. Elle participe également activement au spectacle "La révolte du petit vigneron" mettant en scène un pan de l'histoire économique et sociale de notre région. Toujours en recherche de thématiques, en réponse à une question vérité/mensonge, identité des genres... Précurseuse dans ces domaines, accompagnée de conteuses quinquagénaires, elle fait réfléchir sur le "c'est où chez toi Indicible territoire".

Enfin, elle est aussi conteuse pour les enfants, dans les écoles, incitant les jeunes à raconter eux-mêmes, pour créer le plaisir, l'écoute et le soutien, former l'esprit de groupe. Le conte c'est voyager léger, passer les frontières, rappeler les valeurs humaines. C'est appartenir à une communauté sociale, ludique mais profonde. Le conteur est un arbre planté dans la forêt humaine, qui utilise son corps, sa voix mais aussi et surtout son cœur pour initier le spectateur à un voyage dans l'imaginaire.

Sur l'atelier ouvert à la MJC chacun vient avec son envie d'amateur, de semi-professionnel ou de professionnel. Il retrace l'aventure de l'histoire et constitue son propre répertoire. Hélène propose des techniques et réflexions sur ce que raconte l'histoire et comment lui donner de la profondeur sans la vider de son sens, afin que le spectateur devienne acteur, imagine, interprète, crée son image à la hauteur de son supportable, s'approprie le conte en fonction de son ressenti, soit le héros de son existence et s'ouvre ainsi des espaces de liberté.



VOTRE MJC EN BREF ...

**Le JUDO en compétition !!!**

Les 16 et 17 novembre dernier nos judokas ont brillamment défendus les couleurs lézignanaises à l'occasion de la compétition départementale qui s'est déroulée sur les tatamis du Dojo Départemental de Narbonne. Cette évènement a regroupé les catégories poussins, benjamins et minimes.

Cette année, effet Jeux Olympiques très certainement, le club de judo cartonne en nombre d'inscriptions. Bravo à Théo SCHTROCK, notre professeur, qui enseigne avec passion cette discipline permettant de gagner confiance en soi et mieux gérer ses émotions!

Le Centre de Loisirs reboise

La Mairie et Véolia, dans le cadre du Fonds Vert, ont permis de reboiser une partie de la Pinède qui avait brûlé à l'été 2023. Une quarantaine de Lézignanais, dont des adhérents et autant d'enfants inscrits au Centre de Loisirs "La Lauseta" (dont l'animation est confiée à notre association) ainsi que 350 écoliers, ont participé à ce rendez-vous. Ce sont donc 500 chênes verts et blancs, et des amandiers, qui ont été plantés. Les enfants sont revenus enchantés de cette opération qui devrait être renouvelée l'an prochain.

**L'atelier GOURMANDISES de SAISON visite les jardins partagés des Plô**

Le 7 novembre, suite à l'invitation de l'association GÉE AUDE qui coordonne un programme d'animation et de sensibilisation à l'environnement sur la parcelle pédagogique des jardins partagés (située à proximité de la D113) les participants de l'atelier "Gourmandises de saisons" de l'Espace de Vie Sociale ont pu désherber, semer et échanger de multiples astuces avec Didier et Maïwen. Une tisane improvisée à partir de mélisse, menthe et autres plantes cueillies sur place a permis de se désaltérer avant de repartir en minibus vers la MJC.

Une visite instructive et fort sympathique qui ne demande qu'à être renouvelée. Rendez-vous donc au printemps pour la récolte et une nouvelle recette à partager.

Franck LUNGINBUHL présente son livre à la MJC

Le jeudi 21 novembre Franck LUGINBUHL, adhérent de la MJC, est venu présenter à un public nombreux et réceptif, son nouveau livre "EXPERANZA". Avec une certaine aisance et des traits d'humour, l'ancien directeur du CFA-BTP de la ville a capté son auditoire en relatant la création de ce qu'il décrit comme "roman d'anticipation mêlant préservation de l'environnement et désir de paix". Il a à son actif un autre livre, à la croisée des chemins entre fiction, réalité historique, autobiographie, énigme et enquête "Le secret de Saint-Régis". Pour clore cette rencontre l'auteur s'est pris au jeu des dédicaces pour le plus grand plaisir des lecteurs.





24
25

Les Rendez-Vous en NOVEMBRE à la MJC

& à l'ESPACE de VIE SOCIALE

EXPOS | CONCERTS | ANIMATIONS | STAGES | RANDOS
SORTIES | BALADES | DÉCOUVERTES | REPAS | ATELIERS

DU 04/11 AU 29/11



EXPO "URBEX. Un oeil sur un monde oublié"
La MJC accueille dans le patio les photographies de Brice BOURDIOL, alias "The unknown of Past" qui mettent en lumière des endroits chargés d'histoires et d'émotion.
| Accès libre



LUNDI 04/11



RESTO 12:00-13:30 Salade d'endives ou charcuterie | Bœuf bourguignon | Fromage ou yaourt | Choux chantilly ou fruit



FABLAB 16:00-21:00 Le **LEZI'LAB** vous accueille en accès libre pour :
>> Découvrir les machines
>> Participer à un atelier d'auto-réparation d'ordinateurs



BRICOLE'CAFÉ 18:00-19:30 Échanges et conseils sur "le numérique responsable". Comment agir concrètement ? Venez tester des ordinateurs sous système libre - Trouver des conseils pour prolonger la vie de votre matériel auprès de Thierry.

MARDI 05/11



RESTO 12:00-13:30 Oeuf mimosa ou charcuterie | Lasagne | Fromage ou yaourt | Bras de vénius ou fruit



TELETHON 14:00 Loto des Jonquilles au profit du téléthon. Salle Pelloutier



MERCREDI 06/11



RESTO 12:00-13:30 Soupe pois cassé ou charcuterie | Rougail saucisse | Fromage ou yaourt | Crumble aux pommes ou fruit



MICRO-FOLIE 14:00-20:00 Visite libre du musée numérique - tables de jeux avec Céline | thème : **Paysages d'automne** | Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant | Gratuit - Tout public à partir de 4ans

JEUDI 07/11



RESTO 12:00-13:30 Oeuf cocotte ou jambon beurre | Carbonara | Fromage ou yaourt | Ile flottantes ou fruit



GOURMANDISES 14:00-16:00 Gourmandises de saison | recettes **VIETNAMIENNE** | Venez tester et partager des recettes simples et gourmandes avec Nadine
2€ adhérent | 4€ non-adhérent | Inscription obligatoire | places limitées



NUMERIQUE 09:30-11:30 Atelier numérique avec Marjorie. Questions/Réponses : smartphone/tablette
2€ adhérent - 4€ non adhérent - Inscription obligatoire

VENDREDI 08/11



RESTO 12:00-13:30 Soupe ou charcuterie | Sauté de bœuf navets frits | Fromage ou yaourt | Mousse aux fruits rouges ou fruits



FABLAB 17:30-19:30 **STAGE FABLAB** : Venez créer en famille vos supports de smartphone | avec Marjorie
3 pers. max par famille | prix : adhérent.e.s : 12 € - non-adhérent.e.s : 15 €



EXPO PATIO 18:00-20:00 **Vernissage EXPO "URBEX UN Oeil SUR UN MONDE OUBLIE"**.
Lecture poétique sur "l'âme des lieux désertés" suivie d'une présentation de l'URBEX par Brice BOURDIOL
| Accès libre



ESPACE JEUNES 20:00-22:00 Soirée **JEUX DE SOCIÉTÉS - JEUX VIDÉO - JEUX DE RÔLE** proposée et animée par l'Espace jeunes.
| Tout Public - Gratuit



MARDI 12/11



RESTO 12:00-13:30 Soupe ou crudités | Ailes de raie légumes ailoli | Fromage ou yaourt | Tiramisu ou fruit

MERCREDI 13/11



RESTO 12:00-13:30 Salade composée ou charcuterie | Couscous | Fromage ou yaourt | Mousse au chocolat ou fruit



PATRIMOINE 09:00-18:00 **SORTIE PATRIMOINE À TOULOUSE**
| 15 € adhérent | Départ en bus de la MJC | Inscription obligatoire



MICRO-FOLIE 14:00-20:00 Visite libre du musée numérique - tables de jeux avec Céline | thème : **Oh mon bateau !** | Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant.
| Gratuit - Tout public à partir de 4 ans

JEUDI 14/11

RESTO 12:00-13:30 Tarte poireaux ou charcuterie / Roti de porc et légumes sautés / Fromage ou yaourt / Riz au lait ou fruit

NUMERIQUE 09:30-11:30 Atelier numérique avec Marjorie. Découverte de l'outil CANVA | 2€ adhérent - 4€ non adhérent - Inscription obligatoire

POÉSIE 18:30-20:00 **Café poésie** | avec Dominique | On peut lire ou tout simplement écouter. Partager ses textes préférés ou piocher avec bonheur des textes inédits.

VENDREDI 15/11

RESTO 12:00-13:30 Avocat mayo ou pâte / Gratin dauphinois saucisse / Fromage ou yaourt / Tropicane ou fruit

TÉLÉTHON 18:30-21:30 **SOIRÉE DE LANCEMENT TÉLÉTHON**
18h30 | Tour de chant de Gabriel RICHARD parrain local du Téléthon
19h30 | Repas du chasseur (pâté, fricassé de sanglier, fromage, dessert).
20h30 | Baléti - Danses traditionnelles
| 15€ la soirée complète. Baléti seul 5€

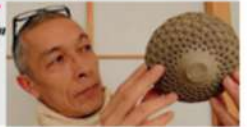


AFMTELÉTHON
INNOVER POUR GUÉRIR

MARDI 19/11

RESTO 12:00-13:30 Soupe ou charcuterie / Pot au feu / Fromage ou yaourt / Tarte framigiane ou fruit

POTERIE 10:00-17:00 **Stage POTERIE "technique du repoussage"** | avec le céramiste Thierry LUANG RATH | Inscription obligatoire / places limitées



MERCREDI 20/11

RESTO 12:00-13:30 Macédoine de légumes ou charcuterie / Carbonnade flamande / Fromage ou yaourt / Crêpes ou fruit

MUSEE JEUN 14:00-20:00 Visite libre du musée numérique & tables de jeux avec Céline | thème : **Bleu**
Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant | Gratuit - Tout public à partir de 4 ans

JEUDI 21/11

RESTO 12:00-13:30 feuilleté de chèvre ou charcuterie / Sauté de porc au cidre et tagliatelle / Fromage ou yaourt / Flan ou fruit

NUMERIQUE 14:00-16:00 Atelier numérique avec Marjorie | Thème : **La messagerie électronique** | 2€ adhérent - 4€ non adhérent - Inscription obligatoire

SORTIE 14:00-16:00 **Découvrez les secrets du village de BIZANET** | avec Nadine & Nicole | Inscription obligatoire - places limitées

ÉVÈNEMENT 18:30 **Présentation et dédicace du livre "EXPERENZA"** | avec son auteur Franck LUGINBHUIJ
Et si la troisième guerre mondiale, qui a sévi de 2025 à 2072, était l'occasion pour le monde de trouver une solution de paix ? Et si le territoire de la Suisse, dévasté par la guerre, servait de laboratoire pour tester les idéologies politiques ? Et si la puce électronique que chaque habitant de la Terre possède, greffée dans sa nuque, était un moyen de maintenir cette paix ?
Nous le saurons peut-être au bout d'une expérience de cent ans qui, suscitant énormément d'espoir, sera nommée Experenza.
| Entrée libre - Apéritif offert par la MJC



VENDREDI 22/11

RESTO 12:00-13:30 Crudités ou charcuterie / Moules / frites / Fromage ou yaourt / Moelleux au chocolat ou fruit

FABLAB 17:30-19:30 **Venez créer en famille vos décorations de Noël à accrocher au sapin** avec Renaud | 3 pers. max par famille - (10€ adhérent - 12€ non-adhérent).

TÉLÉTHON 14:00-22:00 **APRÈS-MIDI & SOIRÉE AU PROFIT DU TÉLÉTHON**
> 14h00 | Jeux de cartes à la MJC (Tarot, bridge, belote) à la MJC.
> 19h00 | DARK-PING au gymnase **Coubertin**
> 19h30-22h | Soirée DANSE & Karaoke à la MJC
| Utrnes à disposition pour participation | Soupes (2€) - Desserts (2€)

SAMEDI 16/11

RIGOLOGIE 10:00-12:00 "Le rire c'est une poussière de joie qui fait éternuer le cœur". Découvrez les **bien faits du rire** dans une ambiance bienveillante | avec Nadine | 2€ adhérent - Inscription obligatoire - places limitées

ESPACE JEUNES 13:00-17:00 **SORTIE LASER GAME à BÉZIERS**
12 à 17 ans.
Adhésion MJC + pass Espace Jeunes obligatoire puis 14€ la sortie

LUNDI 18/11

RESTO 12:00-13:30 Soupe à l'oignon ou charcuterie / Légumes farcis / Fromage ou yaourt / Gâteau au yaourt ou fruit

POTERIE 10:00-17:00 **Stage POTERIE "technique du repoussage"** | avec le céramiste Thierry LUANG RATH | Inscription obligatoire / places limitées

FABLAB 16:00-21:00 **Accès libre au LEZILAB** pour découvrir les machines et participer à un atelier d'auto-réparation d'ordinateurs

ECO-ATELIER 18:00-19:30 **Atelier de création de boules et de nichoirs à oiseaux** | avec Nadine | 2€ adhérent | 4€ non-adhérents | Inscription obligatoire | places limitées

OENOLOGIE 19:30-21:30 Des ateliers originaux, combinant convivialité et pédagogie pour comprendre la richesse des vins | le thème de la soirée : **apprendre à mieux acheter son vin et constituer sa cave** | avec Benoît | 25€ adhérent | 30€ non-adhérents | Inscription obligatoire | places limitées

DÉCEMBRE 2024

Le Téléthon se poursuit, à Lézignan-Corbières, avec la MJC



Les bénévoles de la MJC se sont relayées au stand du marché. / Gaëlle Guéant - Picasa



Solidarité, Aude, Lézignan-Corbières, Associations

Publié le 04/12/2024 à 14:36

Gaëlle Guéant

Depuis un mois, les actions en faveur du Téléthon se succèdent avec la MJC, porteuse du contrat de l'AFM sur la ville, et ses partenaires locaux.

La campagne 2024 du Téléthon a débuté dans la capitale des Corbières par une soirée récréative du club de 3^e âge des Jonquilles, qui participe chaque année à l'effort collectif pour la recherche sur les myopathies et maladies génétiques rares.

L'ouverture officielle a ensuite été lancée à la MJC, en milieu de mois, en présence du parrain est-audois du Téléthon, Gabriel Richard. Atteint de la myopathie de Duchenne, le jeune chanteur lézignanais a offert un récital des tubes des années 1960-1970 devant une jolie assemblée, avant un repas puis un bal traditionnel, animé gracieusement par un collectif local de musiciens.

Le vendredi suivant, la MJC proposait son bar à soupe et une soirée karaoké, tandis que l'après-midi jeux de cartes et tournoi de darkping ont bien divertis les participants. Par la suite, l'équipe des bénévoles MJC du Téléthon a tenu son habituel stand sur le marché hebdomadaire et a enchaîné par un nouveau vendredi soir entre repas et animations musicales avec le duo acoustique "Les Cops" et le groupe "Badge".

Cette édition a également bénéficié de la participation des membres du cyclo-club des randonneurs Lézignanais et de leur traditionnelle sortie vélo pour la bonne cause ; d'un tirage de bingo reversé par le Lions'club ; sans oublier les lots des commerçants et des viticulteurs pour la grande tombola. Celle-ci est d'ailleurs toujours en cours, puisque les tickets sont vendus jusqu'à ce vendredi 6 décembre, où aura lieu le tirage, lors de la dernière soirée de la MJC avec le concert de la chorale "Les Airs de rien", à 19 heures (5 €), suivi d'un bar à pâtes pour clôturer le mois écoulé.

Le club Rando-montagne de la MJC de Lézignan-Corbières en Cerdagne



Après l'effort de la marche, le réconfort apporté par des paysages à couper le souffle. / DR



Associations, Lézignan-Corbières, Narbonne

Publié le 11/12/2024 à 15:22, mis à jour à 15:23

A.C.

Régulièrement, les marcheurs du club de randonnée de la Maison des jeunes organisent des sorties loin de leurs bases lézignanaises. En cet automne, ils ont rallié la Cerdagne pour découvrir le cirque de Conca.

Découvrir de grands espaces et des paysages à couper le souffle : tel est l'objectif régulier des membres du club Rando-montagne de la Maison des jeunes et de la culture de Lézignan.

En cet automne, ils ont ainsi pris la direction de la Cerdagne pour un très agréable périple : le cirque de Conca. Le départ a eu lieu depuis la chapelle du petit village de Planès, avant de traverser un petit bois et d'emprunter un sentier qui monte progressivement.

À la sortie de cet espace arboré, ils se sont arrêtés à la cabane du berger, la "Orri de la pleta dels pastors", où, déjà, s'offrait à eux une vue magnifique. Les prémices de ce qui les attendait avant d'atteindre les prairies d'altitude étagées et le sommet du col avec vue sur le cirque de Conca, but de leur randonnée, mais aussi sur la Cerdagne.

Un moment suspendu dans le temps, accompagné par une météo très favorable où le soleil régnait en maître, qu'un petit arrêt aux bains de Saint-Thomas a ponctué de la meilleure des manières. L'occasion de se délasser après une journée aussi riche sportivement que conviviale et avant de retrouver la plaine lézignanais.

Dans l'Aude, plusieurs personnes hospitalisées après une fuite de monoxyde de carbone à la MJC de Lézignan



Grosse mobilisation de moyens, ce jeudi soir, devant la MJC de Lézignan. / A.C.



Faits divers, Lézignan-Corbières, Carcassonne

Publié le 19/12/2024 à 18:54, mis à jour à 20:59

Article rédigé par Arnaud Chabé

Journaliste
L'Indépendant

Une fuite de la chaufferie de la MJC a provoqué des malaises dans les rangs des adhérents ce jeudi 19 décembre en fin d'après-midi.

Les pompiers de Lézignan ont été appelés, ce jeudi 19 décembre, en toute fin d'après-midi, après plusieurs malaises d'adhérents de la Maison des jeunes et de la culture. Il était un peu plus de 16 heures quand les participants à une réunion dans une salle située au-dessus de la chaufferie ont été pris de maux de tête.

Selon les premières constatations des secours, il s'agissait d'une fuite de monoxyde de carbone émanant de la chaufferie. Sur le coup de 18 h 30, 40 personnes, après évacuation, ont été testées dans les locaux de la médiathèque mis à disposition par la communauté de communes. Sur les 14 personnes présentant des symptômes, huit ont été évacuées sur le centre hospitalier de Carcassonne dont trois enfants. Quatre ont été transportées vers le centre hospitalier de Narbonne et une a rejoint ce même établissement par ses propres moyens.

La MJC a été totalement aérée sous le contrôle de la cellule des risques chimiques du Service départemental d'incendie et de secours, et la chaufferie a été, bien évidemment, mise hors service. Sur place, en plus de pompiers, on notait la présence du médecin du Smur, des gendarmes de la communauté de brigades de Lézignan ainsi que des policiers municipaux.

Décembre 2024 | 011

www.mjc-lezignan-corbieres.com

mjc
Lézignan-Corbières

LA GAZETTE



ÉDITO

Avant de quitter l'année 2024, voici quelques moments marquants de décembre.

Au gré de votre lecture, vous verrez que notre MJC a affirmé une fois encore sa solidarité et sa générosité en se joignant au formidable élan du Téléthon. Vos efforts ont été très positifs, merci à chacune, à chacun.

Décembre fut culturel et riche en rencontres autour du cinéma, pour nos Jeunes. Et pour tous, une invitation à l'Opéra, dans les pas de Cendrillon...

Décembre au grand air aussi, pour quelques amoureux de rando-montagne.

Décembre fut magique, enfin, dans le patio illuminé et décoré, pour ravir les adhérents et faire briller les yeux des plus petits. Vous avez été nombreux à admirer une forêt de sapins digne des plus beaux contes de Noël...

La MJC est soutenue financièrement par



FONJEP



Crédits photos > MJC Lézignan-Corbières
Rédaction-conception > les équipes de la MJC de Lézignan-Corbières
Impression 1 500 exemplaires | Diffusion numérique > 5 000 mails
(c) JANVIER 2025 | NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

VOTRE MJC EN ACTIONS

SOLIDARITÉ

Récolte record pour l'édition 2024 du Téléthon

Mobilisée comme chaque année auprès de l'AFM TELETHON, la MJC a multiplié les événements: loto du club des Jonquilles, repas, soirées dansantes, concerts, karaoké, jeux de cartes...mais aussi bouger pour ceux qui ne le peuvent plus, avec du vélo, du "ping". Les animations, très variées, s'adressaient à toutes les générations, toutes les sensibilités, que l'on soit sportif ou chanteur, gourmand ou danseur, et même tout cela à la fois !

"Innover pour guérir" était le slogan national.

Pour cette cause au service de la Recherche, parce que nous sommes tous concernés, Martine MERCIER, administratrice, a su encore une fois réunir autour d'elle une équipe de bénévoles et de salariés de la MJC, soudée et motivée pour relever le défi : battre le montant récolté en 2024 (8822 euros). Et pour cela, chacun y pense et s'active bien en amont. Recherche de nouvelles idées, fidélisation des intervenants et généreux donateurs, cueillette de fruits et réalisation de confitures, d'objets de déco (le tout fait-main avec amour) occupent longtemps par avance.

Dès le 11 novembre, Gabriel RICHARD, adhérent de longue date de la MJC et parrain pour l'Aude, a ouvert ce TELETHON par un récital, lors du traditionnel repas des chasseurs. Jusqu'au 6 décembre, avec le tirage de la tombola, vous avez été nombreux à participer, vous amuser, bouger et partager les délicieuses soupes, pâtes et autres gourmandises préparées par les bénévoles.

C'est un fabuleux élan de solidarité, toujours dans la bonne humeur, qui a permis à notre cagnotte de grimper, jour après jour, euro après euro, pour atteindre la magnifique somme de 9049 euros !!!

Remerciements chaleureux à tous les donateurs, grands ou modestes. Rendez-vous en décembre 2025, car la Recherche a besoin de vous!



VOTRE MJC EN ACTIONS ...

NUMÉRIQUE "Le numérique pour l'Éducation des jeunes"

Le 11 décembre dernier, notre MJC a été choisie par la Région Académique d'Occitanie, par le réseau infos jeunes et par le CRAJEP pour accueillir un séminaire régional autour du numérique pour l'éducation des jeunes. Près de 100 participants étaient présents dans nos murs. Ce choix par les partenaires associatifs et les services déconcentrés de l'Etat est gage de reconnaissance de l'action de la MJC en la matière (Point Infos Jeunes, Fablab, Micro-Folie, Implication dans le dispositif Cités Educatives ...). ...

Le séminaire régional avait pour ambition de regrouper sur une journée un grand nombre de professionnels de l'éducation au numérique autour d'enjeux comme la continuité éducative sur les territoires, la co-éducation, la parentalité numérique, l'éducation à l'information ou la professionnalisation des acteurs du numérique éducatif, mais aussi la mise en lumière d'initiatives locales.

Ainsi Catherine CLAUSTRE, Directrice-Adjointe et Julien SANS, Directeur ont témoigné sur les différentes actions de la MJC, proposées aux établissements scolaires de la Ville. Au programme également : conférence du grand témoin de la journée, Pascal PLANTARD, enseignant chercheur spécialisé dans les usages des technologies numériques à l'Université de Rennes 2. Outre trois tables rondes, les participants ont pu participer à 6 ateliers (les outils de l'intelligence artificielle, webradio, l'impression 3D, le Fablab, le harcèlement en ligne, datas et esprit critique). Le Directeur Régional de la DRAJES, qui représentait Mme la Rectrice, en a profité pour remercier notre structure pour la qualité de l'accueil permanent proposé aux différents services de l'Etat qui se réunissent régulièrement ici, Léznigan étant idéalement située à une heure de Toulouse et de Montpellier.



JEUNESSE Festival International du Film Éducatif

Une séance de courts-métrages pour partager, réfléchir, rire et rêver, préparée et présentée par les jeunes.

Le 14 décembre dernier, les jeunes de l'Espace jeunes de la MJC et du conseil départemental des jeunes se sont mis dans la peau de programmeurs de cinéma et ont animé avec brio une séance publique au cinéma le PALACE.

Après avoir visionné plusieurs courts-métrages lors des vacances d'automne, sur des sujets d'actualités : la liberté d'expression, l'égalité et les stéréotypes de genre, le consentement, le regard es autres... ils ont choisi 4 courts-métrages à l'esthétique et au contenu très différents.

Présentations, animations, jeux en lien avec les films ont permis de partager, échanger et solliciter le public dans une ambiance très conviviale. Une plongée revigorante par les temps qui courent dans les valeurs et méthodes de l'éducation populaire !

Cette belle journée, initiée et animée par les CEMEA Occitanie avec l'appui des animateurs du CDJ et des espaces jeunes des MJC, s'inscrit dans dans le cadre du 17ème Festival International du Film d'Éducation organisé chaque année par les CEMEA.



VOTRE MJC EN BREF ...



RANDO-MONTAGNE sur les cimes

Régulièrement, les marcheurs du club de randonnée de la Maison des jeunes organisent des sorties loin de leurs bases lézignanaïses. En cet automne, ils ont rallié la Cerdagne pour découvrir le cirque de Conca.

Un moment suspendu dans le temps, accompagné par une météo très favorable où le soleil régnait en maître, et qu'un petit arrêt aux bains de Saint-Thomas a ponctué de la meilleure des manières. L'occasion de se délasser après une journée aussi riche sportivement que conviviale et avant de retrouver la plaine lézignanaïse.

De l'Opéra à la MICRO-FOLIE

Le 13 décembre, notre musée numérique "Micro-Folie" et l'Opéra de Paris ont proposé une soirée culturelle. Les participants ont visionné sur grand écran l'opéra "Cendrillon", retransmis en direct.

En avant-première, les organisateurs ont imaginé un atelier créatif de confection de lampes, grâce aux outils du Fablab, suivi d'un apéritif dînatoire.

Ensuite, installés aux premières loges, les spectateurs, de tous âges, novices ou plus expérimentés, ont pu assister à cette retransmission. Un moment très convivial !

Quand l'art "Micro-folie" rencontre la technologie "Fablab", le résultat est à la hauteur ! la confection de ces boîtes-lampes thématiques en est l'illustration.

Le franc succès de cette soirée d'exception, fait penser que l'expérience sera reconduite.



Le Conseil Départemental des Jeunes à la MJC

Le conseil départemental des jeunes est une instance de démocratie participative et citoyenne créée par le Département en 2017 en collaboration avec les jeunes Audois eux-mêmes. Son objectif : offrir à la jeunesse audoise un espace de parole et d'action pour donner suite à ses idées, mettre en œuvre des projets concrets et donner son avis sur des programmes départementaux les concernant. Et ce, dans tous les domaines : santé, loisirs, emploi, logement, etc.

5 jeunes de la MJC participent à cette instance qui s'est réunie dans nos locaux le 14 décembre dernier en présence des Conseillers Départementaux.

La magie de Noël à la MJC

Cette année encore, la magie de Noël a envahi le patio. Grâce à l'équipe de la MJC et des bénévoles, qui avaient à cœur de vous faire plaisir, les lieux ont revêtu leurs habits de lumière.

Une forêt de sapins a poussé, conçue au Fablab, avec des cartons recyclés donnés par MP2 Environnement. Seule manquait la neige !

Nous remercions les adhérents pour leurs retours positifs... ce qui place la barre très haut pour la saison prochaine !





mjc
Lézignan-Corbières

**24
25**

**Les Rendez-Vous
en DECEMBRE
à la MJC**
& à l'ESPACE de VIE SOCIALE

EXPOS | CONCERTS | ANIMATIONS | STAGES | RANDOS
SORTIES | BALADES | DÉCOUVERTES | REPAS | ATELIERS

LUNDI 02/12

RESTO 12:00-13:30 Soupe de courge ou charcuterie / Steak frites / Fromage ou yaourt / Fromage blanc au caramel ou fruit

FABLAB 16:00-21:00 Le **LEZIL'LAB** vous accueille en accès libre pour :
 >> Découvrir les machines
 >> Participer à un atelier d'auto-réparation d'ordinateurs
 Échanges et conseils sur "le numérique responsable". Comment agir concrètement ? Venez tester des ordinateurs sous système libre - Trouver des conseils pour prolonger la vie de votre matériel auprès de Thierry.
BRICOLE'CAFÉ 18:00-19:30

MARDI 03/12

RESTO 12:00-13:30 Carottes râpées ou charcuterie / Raie et petit légumes / Fromage ou yaourt / Tiramisu ou fruit

MERCREDI 04/12

RESTO 12:00-13:30 Soupe légumes ou salade composée / Lasagnes / Fromage ou yaourt / Tarte pommes ou fruit

MICRO-FOLIE 14:00-20:00 Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : **Paysages d'hiver** | Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant (tables de jeux) | Gratuit - Tout public à partir de 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans)

JEUDI 05/12

RESTO 12:00-13:30 Crudités ou charcuterie / Tartiflette / Fromage ou yaourt / Moelleux chocolat ou fruit

GOURMANDISES 14:00-16:00 Gourmandises de saison | recette **INDIENNE & VIETNAMIENNE** Venez tester et partager des recettes simples et gourmandes avec Nadine. | 2€ adhérent | 4€ non-adhérent | Inscription obligatoire | places limitées

NUMERIQUE 14:00-16:00 Atelier numérique avec Marjorie. Questions/Réponses : smartphone/tablette | 2€ adhérent - 4€ non adhérent - Inscription obligatoire

VENDREDI 06/12

RESTO 12:00-13:30 Soupe ou charcuterie / Moules / Frites / Fromage ou yaourt / Salade de fruit ou fruit

TÉLÉTHON 19:00-22:00 **DERNIÈRE SOIRÉE AU PROFIT DU TÉLÉTHON** | A partir de 19h
 Concert avec l'ensemble vocal "LES AIRS DE RIEN"
 Bar à pâtes & tirage de la tombola | Concert seul : 5€
AFMTELETHON FINANCER POUR GUÉRIR



SAMEDI 07/12

COUTURE 09:00-12:00 **STAGE COUTURE FACILE**
 Pochon à coulisse & pochon à soufflet avec Anne-Marie
 | Prix > adhérentes 20 € - non-adhérentes 30 €

LUNDI 09/12

RESTO 12:00-13:30 Carottes râpées ou charcuterie / Osso bucco / pomme de terre / Fromage ou yaourt / Mille feuilles ou fruit

MARDI 10/12

RESTO 12:00-13:30 Soupe ou crudités / Sauté de porc à la crème moutarde / riz / Fromage ou yaourt / Bras de vénus ou fruit

MERCREDI 11/12

RESTO 12:00-13:30 Salade sucré salée ou charcuterie / Potée / Fromage ou yaourt / Pobjova ou fruit

DÉPART 15:00 **PATRIMOINE**

SORTIE PATRIMOINE À NARBONNE
 Musée Narbo-Via et expo temporaire
 "ESCALE EN MÉDITERRANÉE ROMAINE"
 | 22€ adhérent (visite guidée + transport)
 | Départ en minibus de la MJC



JEUDI 12/12



12:00
13:30

Champignons à la grecque ou charcuterie



Rôti de porc / gratin macaronis



Fromage ou yaourt



Pommes au four ou fruit



14:00
16:00

Atelier numérique avec Marjorie
Découverte de l'outil CANVA
2€ adhérent
4€ non adhérent
Inscription obligatoire



VENDREDI 13/12



12:00
13:30

Soupe ou charcuterie



Omelette complète salade



Fromage ou yaourt



Bavarois à l'orange ou fruit



17:30
23:30

SOIRÉE D'EXCEPTION !

17h30 - 20h00 > ATELIER CRÉTIF
Venez réaliser au Fablab et à la Micro-Folie une lampe originale : un joli cadeau pour Noël
Pour tout public, seul ou en famille à partir de 9 ans
20h00 > Apéritif dînatoire (sur réservation)
20h30 > Retransmission exclusive et en direct de l'Opéra de Paris de "CENDRILLON" sur grand écran (Gratuit)



LÉZILAB

ÈVÈNEMENT



Vendredi 13 décembre 20h30
3h avec entracte
OPERA DE PARIS

TARIFS :
Atelier créatif et apéritif dînatoire :
30€ adh / 35€ non-adh
Aperitif-dînatoire seul :
5€ adh / 7€ non-adh
Inscription obligatoire avant le 12/12/24



SAMEDI 14/12



10:00
12:00

"Le rire c'est une poussière de joie qui fait éternuer le cœur". Découvrez les bienfaits du rire dans une ambiance bienveillante | avec Nadine | 2€ adhérent - 4€ non adhérent - Inscription obligatoire - places limitées



09:00
13:00

Bûche de Noël au chocolat | avec Frédéric | 15€ adhérent - 20€ non adhérent - Inscription obligatoire - places limitées



09:00
18:00

Sortie au Canyon de Crouzet St Jean de Minervois | avec Eric & Jean
Adhérent : 30€ la sortie



11:00
13:00

au Cinéma Le Palace | Séance pour tous dès 11 ans LES JEUNES FONT LEUR CINÉMA !

Les adolescents de l'Espace Jeunes et le Conseil Départemental des Jeunes vous convie à une séance de courts-métrages sélectionnés par un jury jeune. Des Films issus du Festival Internationale du Film de l'Éducation (FIFE) organisé par les CEMÉA ...

ÈVÈNEMENT

DES FILMS POUR PARTAGER, RÉFLÉCHIR, RIRE ET RÊVER !!!



Programmation :
"A MORT LE BIKINI"
De Justine GAUTHIER | 2023 | CANADA | FICTION | 16 min
Lili, jeune fille dégourdie de 10 ans, s'est toujours baignée torse nu. Lorsque ses parents lui imposent le haut de bikini pour une sortie aux glissades d'eau, elle se révolte : pourquoi cacherait-elle son torse plat alors que ses amis, tous des garçons, n'ont pas à la faire ?
"THE SOLOIST"
DE YI LIU | 2021 | FRANCE | 8 min
Dans un petit village régi par des lois ridicules, trois sœurs chanteuses et leur chien répètent pour le festival annuel d'automne. Mais un événement inattendu va bouleverser leurs plans.
"MALL"
DE JERRY HOFFMANN | 2019 | ALLEMAGNE | FICTION | 7 min
Un vol avec des conséquences : quand Didi, introverti, est pris en flagrant délit en train de voler un jouet en forme sirène, son père très « masculin » ne sait pas comment réagir.



"ISABELLE AU BOIS DORMANT"
DE CLAUDE CLOUTIER | 2007 | CANADA | ANIMATION | 9 min
La princesse Betty dort sans fin, et le roi fait appel à ses sujets pour la réveiller. Un prince qui n'est pas sans rappeler le Prince Charles vient alors tenter de sauver la princesse, mais Betty se contentera-t-elle d'un baiser ?
Les jeunes présenteront les courts-métrages avant la projection qui sera suivi d'un débat et d'un verre de l'amitié | ENTRÉE LIBRE

LUNDI 16/12



12:00
13:30

Brick chèvre miel ou charcuterie



Brandade de morue



Fromage ou yaourt



Crème chocolat ou fruit



18:00
19:30

Atelier création de décorations de Noël en carton | avec Nadine & Renaud
2€ adhérent | 4€ non-adhérents | Inscription obligatoire | places limitées



19:30
21:30

Des ateliers originaux, combinant convivialité et pédagogie pour comprendre la richesse des vins | le thème de la soirée : Les pépites du Rhône | avec Benoît
25€ adhérent | 30€ non-adhérents | Inscription obligatoire | places limitées

JANVIER 2025

Lézignan-Corbières : Une belle recette pour le Téléthon



Le Téléthon vient de se clore sur la ville par un don du Lions club. / Gaëlle Guéant

Publié le 04/01/2025 à 14:31
Gaëlle Guéant

Depuis de nombreuses années, la MJC est porteuse du contrat pour l'AFM Téléthon et coordonne différentes actions permettant de récolter des fonds pour la recherche.

À la MJC, c'est l'administratrice Martine Mercier qui se charge d'organiser le Téléthon, soutenue par une équipe de bénévoles qui s'étouffe et se fidèle au fil du temps. Une implication citoyenne, qui permet des animations attirant la population afin de récolter des fonds en faveur de la recherche sur les maladies génétiques rares. Cette année, le programme a été dense avec plusieurs soirées proposées tout au long du mois de novembre : repas, bal, concert, karaoké, tournoi de cartes, tombola... Outre les actions de la MJC, d'autres associations viennent contribuer à la cause caritative, comme le club du 3^e âge des Jonquilles qui reverse les gains d'une soirée récréative, ou le vélo-club des Randonneurs lézignanais, qui organise une sortie spéciale. D'autres associations choisissent de faire un don numéraire, comme il a fait récemment le Lions club de la ville avec un chèque de 400 €. Cette année, euro après euro, la somme récoltée a fini par s'élever à 9 049 €. Une belle cagnotte que la MJC va remettre à l'AFM Téléthon au nom de tous les donateurs et participants, qui sont par ailleurs remerciés pour leur contribution.

Solidarité, Narbonne, Lézignan-Corbières

À Lézignan, le conseil départemental des jeunes se réunit autour du cinéma



Au cinéma Le Palace pour une séance publique de courts-métrages préparée par les jeunes. / Gaëlle Guéant

Publié le 06/01/2025 à 14:49
Gaëlle Guéant

Depuis deux ans, le conseil départemental des jeunes a été relancé. Sur la ville, une journée de rencontre a été organisée autour du cinéma en partenariat avec le réseau des Francas, des MJC et des Céméa. Éclairage.

La 4^e vice-présidente du Département, Valérie Dumontet, élue pour le canton de Lézignan avec Sébastien Gasparini, est déléguée à la démocratie et à la jeunesse ; son homologue étant en charge de l'éducation et des collèges. Tous deux ont à cœur de donner la parole aux jeunes : une volonté politique qui ne date pas d'hier puisque le conseil départemental avait initié il y a quelques années la mise en place d'un conseil départemental des jeunes : "Le premier CDJ date de 2016, explique Valérie Dumontet. Je tiens d'ailleurs à remercier ces premiers jeunes contributeurs qui ont fondé l'instance et grâce à qui aujourd'hui d'autres jeunes ont pris le relais".

“ La radio, vecteur de cohésion, de communication ”

Le conseil départemental des jeunes fonctionne par secteur pour couvrir l'ensemble du département : "Il y a huit unités territoriales, reprend Valérie Dumontet. Carcassonne, Narbonne, le pays chaurien, Limoux... et le Lézignanais. Le CDJ a un budget dédié, voté par la collectivité et il mène plusieurs actions. Pour cela, il est animé par le réseau des associations Francas et de la Fédération départementale des MJC depuis deux ans, quand nous avons relancé l'opération".

De 11 à 25 ans

L'un des premiers projets porté par les jeunes fut de pouvoir travailler sur l'outil de la radio pour faire des reportages, des interviews et diffuser de l'information : "C'est un format, vecteur de cohésion et de communication entre les jeunes, qui est d'ailleurs développé dans les collèges et les lycées avec des webradios, rappelle la vice-présidente. Le Département a décidé de leur offrir du matériel de captation que nous leur avons remis, ici à Lézignan, lors de la première action officielle de l'unité lézignanais du CDJ (voir ci-dessous). Une autre action souhaitée par les jeunes concerne la possibilité d'être formé aux premiers gestes de secours".

À noter que le conseil départemental des jeunes est accessible dès l'âge de 11 ans, jusqu'à 25 ans. Pour participer : cdj@aude.fr.

Une action autour de l'éducation populaire

Pour leur première action officielle, les Lézignanais du conseil départemental des jeunes ont organisé une journée autour du cinéma, profitant de la première édition sur le territoire du festival international du film d'éducation Occitanie porté par le réseau Céméa (Centre d'entraînement aux méthodes d'éducation active). En novembre, le Céméa Occitanie avait proposé une animation aux élèves des écoles du territoire avec la projection, puis la discussion autour de plusieurs films d'animation issus du festival international (FIFE) qui a lieu depuis 20 ans en Normandie et qui est décliné en Occitanie depuis 17 ans.

Pour la première fois, le festival posait ses valises à l'Espace culturel des Corbières avec le soutien financier de l'intercommunalité et c'est suite à cette journée que les jeunes du CDJ, en partenariat avec l'espace jeunes de la MJC locale, ont collaboré avec le Céméa : "On est venu à la MJC pour que des jeunes se mettent dans la peau de programmeurs, détaille Solène Gastineau, responsable Occitanie des rencontres autour du FIFE. Ils ont visionné six films (courts-métrages) sur différents sujets d'actualité : la liberté d'expression, l'égalité et les stéréotypes de genre, le consentement, l'image de la femme, le regard des autres... Ils ont opté pour deux films et nous en avons proposé deux autres. On a ensuite travaillé en amont pour préparer une séance ouverte à tous les publics au cinéma le Palace".

Lors de la séance publique, des membres de la MJC et du ciné-club du Palace étaient présents et les jeunes du CDJ ont animé les débats avec le Céméa. Un bel exemple d'éducation populaire et d'ouverture sur le monde, donné par la jeunesse audoise.

Pour mieux appréhender le monde numérique avec la MJC de Lézignan-Corbières



Marjorie Sainte-Colombe, médiatrice numérique de la MJC. / Gaëlle Guéant

Publié le 07/01/2025 à 15:25
Gaëlle Guéant

Le Pôle numérique et multimédia de la MJC propose des animations autour de l'outil informatique.

Dans le cadre de ses actions tout public labellisées Espace de vie sociale, la Maison des jeunes et de la culture propose différentes actions, y compris des animations relatives au monde numérique avec sa médiatrice spécialisée, Marjorie Sainte-Colombe. À l'heure où l'outil informatique devient indispensable dans la vie de tous les jours, des ateliers thématiques sont organisés pour mieux appréhender son ordinateur, sa tablette, la navigation sur internet, les multiples logiciels de traitement de texte, d'images... Ces ateliers sont dispensés collectivement et ouverts à tous, les jeudis après-midi, de 14 à 16 heures (hors vacances scolaires), moyennant une petite contribution de 2 € lorsque l'on est adhérent à la MJC, ou de 4 € lorsque l'on est non adhérent. Pour réserver : 04 68 27 03 34.

Au programme

Au programme des prochaines séances : découverte de l'ordinateur (9 janvier), organisation des fichiers (16 janvier), traitement de texte (23 janvier), questions-réponses autour du smartphone et de la tablette (30 janvier), sécurité et internet (6 février), navigation internet (13 février), questions-réponses autour du smartphone et de la tablette (6 mars), messagerie électronique (13 mars), voyager grâce à internet (20 mars) et création de visuels avec l'outil Canva (27 mars).

Tennis de table : "On ne peut pas pousser les murs", le boom chez les clubs de ping pong audois



Les gymnases audois font de plus en plus le plein, au rythme des balles. / Indépendant - CHRISTOPHE BARREAU



Tennis de table, Sport, Narbonne

Publié le 14/01/2025 à 18:02, mis à jour à 19:31

Jules Poquet

Après des Jeux Olympiques de Paris qui ont vu les pongistes français, dans le sillage des frères Lebrun, remporter deux médailles, le tennis de table a la cote dans les salles audoises depuis début septembre.

"Les Bronzés font du ping". L'épopée des frères Lebrun et de l'équipe de France olympique a fait vibrer le public français cet été, ramenant deux médailles de bronze dans l'escarcelle du tennis de table français, et faisant naître certaines vocations.

Les piscines se sont remplies de futurs Léon Marchand, les pistes de BMX de jeunes rêvant eux aussi de triplé olympique et les salles de ping, de nouveaux mordus de la raquette.

"On avait anticipé pas mal, je pense, dès le mois de janvier l'année dernière, pour prévoir la rentrée de septembre, en embauchant quelqu'un pour se mettre en capacité de recevoir plus de gens, raconte Mathieu Brualla, président du Narbonne Tennis de table. Mais c'est vrai qu'en septembre, on s'est bien fait défoncer quand même (rires), il y a eu vachement de monde."

Narbonne remporte la Coupe de l'Aude

Dimanche dernier, au gymnase Maraussan, les pongistes audois se sont affrontés dans dix catégories. Au classement général, le Narbonne TT (207 pts) a devancé Trèbes (130), Limoux (87), Lézignan (73) et Carcassonne (60) dans le top 5.

Palmarès. Toutes catégories : Bertrand Lemessager (Limoux) ; féminines : Jeanne Chabosy (Narbonne) ; moins de 13 ans : Léo Fillon (Lézignan) ; moins de 18 ans : Yassin Amry (Narbonne) ; moins de 700 pts : Florian Clouscard (Trèbes) ; moins de 1000 pts : Didier Esquieu (Trèbes) ; moins de 1400 pts : Bertrand Lemessager (Limoux) ; vétérans : Mathieu Jedrzejak (Trèbes) ; adultes non licenciés : Johan Demangeon (Leucate) ; Jeunes non licenciés : Sophie André (Néviau).

Dimanche dernier, au gymnase Maraussan de Narbonne, pour la Coupe de l'Aude, on n'avait jamais vu autant de monde. "Il y avait 252 participants, c'est un record, se félicite Jean-Marc Poursine, président du comité de l'Aude. D'habitude, on tourne aux alentours de 180 à 200."

Les deux catégories "Non Licenciés" ont attiré énormément sur la journée. "Ceux qui jouent en loisirs en club, globalement ceux qui ont commencé en septembre et ne font pas encore de compétition, étaient plus de 60 à répondre présent", constate Isabelle Poursine, responsable au club de la MJC Lézignan. Dans son club, celle qui a porté la flamme olympique lors du passage de celle-ci dans l'Aude, le 16 mai dernier, n'enregistre pas forcément d'énorme hausse, mais tout de même l'arrivée de "beaucoup de nouveaux, notamment en adultes loisirs qui nous disent : "J'en ai vu plein cet été, j'y ai un peu joué, ça me fait faire du sport."

Les modèles Félix et Alexis Lebrun

465 licenciés dans le département la saison passée et déjà plus de 500, quatre mois après le début de celle-ci, un score qui pourrait encore grimper au sein des 12 clubs audois. "Notre salle est pleine le vendredi soir, les 10 tables sont prises, mais ça va on arrive à jongler, le comité a financé quand même pas mal de formations pour les entraîneurs. Heureusement, parce que maintenant, on a des clubs un peu plus structurés pour recevoir les gens", poursuit Isabelle.

À Narbonne, le plus grand club du département est passé de 110 à 140 adhérents. "Avec les JO, on se retrouve maintenant avec la salle pleine d'adultes loisirs mais aussi pas mal d'enfants, c'est chouette pour la discipline", ajoute Mathieu Brualla, président narbonnais comblé.

Pourtant, l'afflux de nouveaux joueurs pourrait aussi, à terme, poser des problèmes. "On ne peut pas pousser les murs, au-delà de 150 joueurs, ça serait compliqué, on s'en rapproche, mais pour le moment, on a toujours trouvé les solutions notamment en augmentant nos créneaux", confie le dirigeant qui a mis en place une section "baby ping" avec son club cette saison.

10 000 licenciés en Occitanie

De quoi démarrer le ping au plus jeune âge comme Alexis et Félix Lebrun, devenus les modèles de beaucoup. "Ils sont de la région en plus et c'est sûr que ces jeunes, ils ont 18 ans, 20 ans, ils sont là pour un certain temps...", analyse Brualla, bluffé comme la plupart des observateurs par les frères montpelliérains.

À Lézignan, "on essaye d'organiser des déplacements quand il y a des gros matches, évoque Isabelle Poursine. On a organisé des bus pour aller aux championnats de France à Montpellier, pour l'étape du circuit mondial (WTT), pas mal de gens du club y sont allés aussi, pour voir Félix gagner."

La Ligue d'Occitanie de tennis de table a dépassé les 10 000 licenciés, cette saison, le futur numéro un français sera peut-être Audois.

Lézignan-Corbières : atelier hip-hop avec une danseuse professionnelle à la MJC



À la découverte du mouvement chorégraphique hip-hop. Ph. Duyfau Pix / Ph. Duyfau Pix - Ph. Duyfau Pix



Culture et loisirs, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 16/01/2025 à 14:12

Gaëlle Guéant

Ce week-end, dans le cadre de ses 2es rencontres chorégraphiques, la MJC invite les jeunes danseurs amateurs à un stage tourné vers le hip-hop avec la danseuse chorégraphe, Céline Lefèvre.

Samedi 18 et dimanche 19 janvier, la MJC propose un atelier chorégraphique hip-hop avec la danseuse professionnelle Céline Lefèvre de la compagnie bordelaise Hors Série, qui s'est produit à l'Espace culturel des Corbières en novembre dernier dans le spectacle de danse contemporaine Royaume.

À cette occasion, un premier atelier avait eu lieu durant deux jours et le 2^e opus est proposé ce week-end. Il est ouvert indépendamment du premier stage et accessible pour les danseurs amateurs de tous niveaux dès l'âge de 15 ans. L'objectif est de participer à une prestation chorégraphique aux côtés d'autres écoles de danses, en amont du spectacle Viriles de la compagnie Kynlaus, le samedi 1^{er} février à 20 h 30.

Cette opération est organisée dans le cadre des 2^{es} rencontres chorégraphiques de la MJC qui souhaite mettre en valeur les différentes pratiques de danses explorées à travers les multiples sections de l'association et des écoles de danses de la région. Céline Lefèvre est professeur de danse contemporaine diplômée d'État. Elle a commencé par le classique, puis le modern-jazz, avant de découvrir le mouvement hip-hop. Elle travaille au sein de plusieurs compagnies de danse et de théâtre, en tant que chorégraphe, danseuse et comédienne. Elle développe une carrière d'interprète à travers de nombreux styles, du classique au hip-hop, en passant par le jazz et le contemporain.

Tarif : 40 ou 50 € pour les moins de 18 ans (adhérent ou non adhérent MJC) et 45 ou 55 € pour les plus de 18 ans (adhérent ou non adhérent MJC). Renseignement et inscription 04 68 27 03 34 (accueil MJC). Possibilité de réserver un hébergement au centre international de séjour à la MJC et repas au restaurant associatif.

Lézignan-Corbières : la MJC, première de sa génération



Les membres du conseil d'administration avec Isabelle Poursine, sa présidente aux côtés du directeur Julien Sans (assis au centre) / Gaëlle Guéant

La Maison des jeunes et de la culture est une des premières structures à avoir vu le jour en France. En attendant de fêter ses 80 ans en 2026, son équipe a fait le point sur l'année passée et ses projets à l'occasion de sa cérémonie des vœux, en présence des adhérents et de ses partenaires.

isirs

Vendredi soir, le hall de la MJC était bien rempli entre les adhérents, salariés, responsables de section, bénévoles et les partenaires institutionnels, parmi lesquels le maire Gérard Forcada, la conseillère départementale, Valérie Dumontet et le président de l'intercommunalité, André Hernandez. Tous ont rappelé l'importance et le dynamisme de l'association, qui représente une des structures majeures de la ville et du territoire : "2025 est l'année internationale de la paix et de la tolérance, où la MJC a toute sa place" a signalé la vice-présidente du Département, Valérie Dumontet, chargée de la jeunesse et de la démocratie, qui n'a pas manqué de rappeler le rôle social essentiel de la MJC et les valeurs qu'elle véhicule à travers "la rencontre entre les générations, l'éducation populaire et les relations humaines". Un discours également porté par le maire et le président de l'intercommunalité, qui ont pointé le dynamisme de l'association avec plus de 2000 adhérents, contribuant ainsi au développement social et culturel de la ville et de tout un territoire.

Bientôt 80 ans d'existence

Sa présidente, Isabelle Poursine a, quant à elle marqué, son intervention par un hommage à l'ancien élu lézignanais, Jean Tarbouriech, décédé le 11 janvier, dont l'investissement a aussi été salué par les responsables des collectivités : "Toute sa vie, il a consacré son temps aux autres. Très impliqué dans l'histoire de notre association dans les clubs de volley et de tennis, à l'époque où ces disciplines étaient des sections de la MJC. Il fut également membres du conseil d'administration qu'il a ensuite soutenu pendant 20 ans en tant que maire adjoint chargé de la culture (sous Pierre Tournier), puis du sport (sous Michel Maïque)". Un autre décès dans l'année a aussi été évoqué, celui de la vice-présidente, Christiane Nastorg.

L'administratrice en chef de l'équipe bénévole est ensuite revenue sur les actions marquantes de l'année écoulée : l'organisation des 1res rencontres chorégraphiques (la 2^e édition ayant actuellement lieu), la création de la salle d'escalade financée par le budget participatif du Département et dont la gestion a été confiée à la MJC, le développement des actions de l'Espace de vie sociale et de la cité éducative, les animations de quartiers et le séjour de 15 jeunes à Paris pour les Jeux Olympiques, sachant qu'Isabelle Poursine, ancienne championne de haut niveau en tennis de table, a été porteuse de la flamme olympique sur une portion de son parcours à Lagrasse.

Cette liste est non exhaustive, l'association menant de front de très nombreux projets, que ce soit pour les adhérents, mais aussi le tout public, sur site ou hors les murs. La MJC va d'ailleurs proposer sa candidature au nouveau budget participatif (renommé budget citoyen) du Département pour développer l'itinérance de son musée numérique de la Micro-folie.

Fort d'une belle équipe de bénévoles investis et de salariés, la MJC a bien l'intention de poursuivre son implication en tant "qu'acteur de l'animation culturelle et sociale locale, par le biais d'ateliers, de formations, d'événements citoyens pour continuer à être une ressource pour les habitants de notre ville et des environs". En fin d'intervention, la présidente a annoncé : "En 2026, notre belle maison sera la première MJC de France à célébrer ses 80 ans d'éducation populaire".

La cérémonie s'est poursuivie par un apéritif dinatoire, puis par une soirée blind-test animée par l'Espace jeunes, où les nombreux participants ont partagé un moment convivial, festif et intergénérationnel, comme sait les organiser l'association.

La danse à l'honneur avec la MJC de Lézignan-Corbières



Ce samedi 1er février, la MJC invite à "Viriles" de la Kynlaus Company / Kynlaus Cie - Kynlaus Cie



Culture et loisirs, Lézignan-Corbières, Ferrals-les-Corbières

Publié le 31/01/2025 à 14:24, mis à jour à 15:22

Gaëlle Guéant

Dans le cadre de ses deuxièmes rencontres chorégraphiques, la MJC propose un spectacle de danse moderne aux accents hip-hop avec "Viriles" de la Kynlaus company de Paris, ce samedi 1er février à l'Espace culturel des Corbières.

La MJC propose de nombreuses sections de danse entre la danse classique, le modern-jazz, la salsa, la batacha, le hip-hop, la biodanza, le flamenco, la danse zen, africaine, traditionnelle, de salon.

L'an dernier, la professeure de danse classique et modern-jazz, Marine Gendreu, concrétisait un projet de longue date en organisant les premières rencontres chorégraphiques dans le but de promouvoir la danse contemporaine, notamment les petites compagnies qui ont beaucoup à offrir en termes de création et de qualité.

La première édition avait invité les jeunes amateurs de danses à participer à un stage réalisé par un professionnel et à une restitution sur scène, en amont d'un spectacle programmé par le service culture de l'intercommunalité à la salle de l'Espace culturel des Corbières.

Un stage avec Céline Lefèvre

Fort de cette expérience et de ce partenariat, la MJC a lancé la deuxième édition de ses rencontres chorégraphiques en novembre dernier, à l'occasion de la venue de la compagnie Hors série pour sa création "Royaume", axée sur la danse hip-hop. À la suite de la représentation à l'Espace culturel des Corbières, l'une des danseuses de la compagnie, Céline Lefèvre, a animé un stage pour de jeunes danseurs issus de la MJC et d'autres écoles de danses.

Une deuxième session a eu lieu en janvier et les participants feront également une restitution, juste avant une représentation d'une compagnie que la MJC a fait venir de Paris : la Kynlaus company et sa création "Viriles" (*). Un spectacle qui met en scène cinq danseuses s'affranchissant des modèles liés au genre.

(* Samedi 1^{er} février à 20 h 30, à l'Espace culturel des Corbières (Ferrals-les-Corbières). En première partie, représentation des stagiaires de la MJC de Lézignan, Studio Do, As en danse 34, Danse et compagnie, l'Atelier de danse Cindy Spanu, Le Dôme des arts, Entr'scènes, Magdanse, Studio 115 et le collectif Sabbat. Entrée : 10 € (18 ans et plus, 8 € pour les adhérents MJC), 6 € (pour les moins de 18 ans, 4 € pour les adhérents MJC). Renseignements et réservation au 04 68 27 03 34 (accueil MJC).

Janvier 2025 | 012

www.mjc-lezignan-corbieres.com

mjc
Lézignan-Corbières

LA GAZETTE



ÉDITO

"Nouvelle année, que nous apporteras-tu?
Du bonheur pour réchauffer nos cœurs?
De la joie pour être heureux chaque jour?
De la gaité pour jouer et chanter?
De la réussite pour travailler plus?
Nouvelle année, que nous apporteras-tu?
Dès l'instant où tu choisis d'être heureux
Appelle tes amis et joue avec eux.
Ouvre ton cœur et toute l'année
Je te promets que vous serez heureux."

C'est un poème de Fabienne BERTHOMIER que l'on apprend à l'école et qui pourrait résonner parfaitement entre les murs de notre Maison. Quand les rencontres au bar associatif réchauffent les cœurs, que l'on danse ou que l'on joue au loto, pour partager de bons moments. A la MJC, définitivement, et encore en 2025, nous avons choisi d'être heureux, ensemble !

La MJC est soutenue par



FONJEP



Credits photos > MJC Lézignan-Corbières
Rédaction-conception > les équipes de la MJC de Lézignan-Corbières
Impression 1.500 exemplaires | Diffusion numérique > 5.000 mails
(c) FÉVRIER 2025 | NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

VOTRE MJC EN ACTIONS

JEUNESSE

Le Service d'Information Jeunesse reprend ...

Tous les mardis et les jeudis, le Point information jeunesse de la MJC est ouvert aux jeunes de 13 à 29 ans.

Depuis janvier, la MJC a relancé activement son Point information jeunesse avec sa référente, Sophie QUEROL : "Le PIJ est ouvert les mardis et les jeudis, de 16 à 19 heures. Il s'adresse aux jeunes à partir de 11-13 ans jusqu'à 29 ans qui n'ont pas besoin d'être inscrits à la MJC. Ce service est ouvert à tous et entièrement gratuit et anonyme. C'est un premier accueil, une porte d'entrée".

Depuis 2014, la Maison des jeunes et de la culture est labellisée Point information jeunesse par le ministère des Sports, de la jeunesse, de l'Éducation populaire et de la Vie associative : "On est rattaché au réseau d'information jeunesse départemental et régional (CRIJ) et nous avons accès à ses outils. On participe aussi aux actions du réseau, tout en développant nos propres initiatives", explique la directrice adjointe de la MJC, Catherine CLAUSTRÉ.

Orienter les jeunes vers des dispositifs spécifiques

Que trouve-t-on au PIJ ? "Des ordinateurs en accès libre pour faire des recherches, se loger, accéder à ses droits, voyager, s'informer... On est là pour aiguiller les jeunes. On peut voir ensemble leurs démarches de recherches d'emploi, travailler leur curriculum vitae, leur lettre de motivation, mais aussi aborder des questions sur la santé, le logement, l'insertion, la formation, la mobilité internationale, la vie quotidienne et le numérique grâce à notre Fablab. On travaille en lien avec des partenaires (planning familial, MLOA...) et on est aussi au conseil d'administration départemental d'Acti-city pour être en réseau avec d'autres structures actrices de la jeunesse et avoir une stratégie globale et cohérente sur l'information. Nous pouvons ainsi orienter les jeunes vers des dispositifs spécifiques et même faire de l'aide aux devoirs pour les plus jeunes, qui peuvent venir dans un endroit calme pour étudier. Nous accueillons aussi les familles qui souhaitent être accompagnées".

Des événements tout au long de l'année ...

Le Point information jeunesse de la MJC fait partie intégrante de sa politique associative via le Pôle jeunesse : "On a un volet informatif en accueil individuel, mais on réalise aussi des actions collectives comme les Coopératives Jeunesses de service que l'on a déjà initiées en interne pendant plusieurs années ou l'opération Job d'été à laquelle on a accès avec le réseau PIJ. D'ailleurs, ce lundi 10 mars, nous participons à la 13e édition des semaines de sensibilisation des jeunes autour du thème Femmes et Entrepreneurat. C'est une opération lancée au niveau local par l'association 100 000 entrepreneurs en lien avec le délégué des droits des femmes. Les jeunes pourront y rencontrer des professionnelles et s'informer sur les métiers, les formations...".



info Lézignan MJC
Jeunes
EXPLORER LES POSSIBLES

VOTRE MJC EN ACTIONS ...

ANIMATION

Les rendez-vous du bar associatif

L'espace bar de la MJC est par essence un lieu de vie, d'animation et de convivialité qui ne demande qu'à être occupé davantage.

Depuis le mois de février, un groupe de bénévoles a pris les choses en main. Ainsi, tous les premiers mercredis du mois de 18h à 19h30, pour un goûter tardif ou un apéritif, ils vous donnent rendez-vous autour d'une animation. Après une soirée crêpes pour le lancement, puis jeux de cartes, le programme se construit peu à peu jusqu'en juin. Ainsi ne manquez pas le 2 avril "la soirée anglaise" animée par Nadine KIDD avec un Trivial Pursuit dans la pure tradition des pubs d'outre-manche, et pour accompagner un thé, une bière... une part de "Pie" faite maison. En mai, place aux jeux de stratégie et jeux d'imagination. En juin, soirée surprise.

Animations gratuites, ouvertes à tous.



HOMMAGE Jean TARBOURIECH nous a quittés

Jean TARBOURIECH nous a quittés. Toute sa vie Jean a consacré son temps aux autres. Très impliqué dans l'histoire de notre association dans les clubs volley-ball et tennis-club notamment à l'époque où ces disciplines étaient sections de la MJC. Jean fut aussi membre du Conseil d'Administration de la maison qu'il a ensuite soutenue pendant plus de 20 ans en qualité de Maire-Adjoint chargé de la Culture (sous Pierre TOURNIER) ou du Sport (sous Michel MAÏQUE). Les Lézignanaises et Lézignanais, dont nombreux ont été ses anciens élèves du collège Anglade, adoraient cette personnalité attachante, un vrai gentil.



VOTRE MJC EN BREF ...



Premier ÉCO-TROC à la MJC

Échanger pour ne pas jeter ! L'heure étant à la consommation responsable, l'espace de vie sociale a investi le patio le 13 janvier, pour son 1er éco-troc. Cette animation inscrite dans le calendrier des éco-ateliers bouscule nos habitudes. Le troc a pour but de permettre aux participants d'échanger des biens sans recours à la monnaie, favorisant ainsi le partage et la réutilisation. Avec quelques participants, cette première édition a connu un succès d'estime, faisant néanmoins quelques heureux. Les objets qui n'ont pas trouvé preneur ont été donnés à la Ressourcerie.

Loto de l'Espace Jeune

Première soirée pour notre nouvelle animatrice coordinatrice de l'Espace Jeune Sophie Quérol, à qui nous souhaitons la bienvenue !

Premier loto également de l'Espace Jeune et premier auto-financement du séjour à la neige pour nos ados, qui a permis à certains de partir et de découvrir le ski. Cette soirée a pu aboutir grâce aussi à nos partenaires qui ont joué le jeu en offrant de nombreux cadeaux et bons d'achats.

Dans une ambiance intergénérationnelle et conviviale une soixantaine de personnes s'est retrouvée pour loter. Toutes ont été conquises par le sérieux et le sens de l'organisation dont les jeunes ont fait preuve, pour mener à bien la soirée. La vente de boissons et gâteaux à la pause a apporté un moment gourmand fort apprécié.

Vu le franc succès de cette soirée, l'expérience sera reconduite dans les semaines à venir.



Bienvenue à Elizabeth, notre prof d'Espagnol

Eduardo GONZALEZ LUNA, qui enseignait l'espagnol depuis la saison dernière a quitté la MJC.

Sa nouvelle situation professionnelle le conduit vers d'autres horizons.

Nous souhaitons donc la bienvenue à

sa remplaçante, Elizabeth VILLA ARÉVALO, d'origine colombienne, qui anime depuis janvier nos cours de conversation en langue espagnole. Rendez-vous les lundis de 17h00 à 18h30 pour les débutants et de 18h30 à 20h00 pour les moyens/expérimentés. Un plus pour nos adhérents qui vont découvrir une nouvelle méthode d'apprentissage, un accent différent et vont pouvoir s'initier, à travers le vécu d'Elizabeth, à la culture hispanique.

Les vœux de la MJC

La traditionnelle cérémonie des vœux de la MJC s'est déroulée le vendredi 24 janvier 2025; une occasion conviviale de réunir toutes les forces vives de notre association (adhérent-e-s, usager-e-s, partenaires et salarié-e-s).

Les 150 participants, après avoir écouté les allocutions de notre Présidente, Isabelle POURGINE et celles des principaux partenaires (Mairie, Intercommunalité et Département) se sont régalez à déguster le buffet dinatoire et la galette préparés par Olivier ARNAUD, notre chef cuisinier !





mjc
Léognan-Corbères

24
25

Les Rendez-Vous en JANVIER à la MJC

& à l'ESPACE de VIE SOCIALE

EXPOS | CONCERTS | ANIMATIONS | STAGES | RANDOS
SORTIES | BALADES | DÉCOUVERTES | REPAS | ATELIERS

LUNDI 06/01

RESTO 12:00-13:30

- Tarte poireaux charcuterie
- Filet mignon aux blettes, mozzarella et poitrine fumée / potée légumes d'hiver épeautres
- Fromage ou yaourt
- Galette frangipane ou fruit

FABLAB 16:00-21:00
BRICOLECAFÉ 18:00-19:30

Le **LEZILAB** vous accueille en accès libre pour :
 >> Découvrir les machines
 >> Participer à un atelier d'auto-réparation d'ordinateurs
 Échanges et conseils sur "le numérique responsable". Comment agir concrètement ? Venez tester des ordinateurs sous système libre - Trouver des conseils pour prolonger la vie de votre matériel auprès de Thierry.
 € Gratuit | Réservations conseillées

MARDI 07/01

Repas spécial "AUVERGNE"

RESTO 12:00-13:30

- Pâté aux pommes de terre ou salade verte
- Potée auvergnate
- Fromage ou yaourt
- Flagnarde (clafoutis poires) ou fruit

MERCREDI 08/01

RESTO 12:00-13:30

- Tatin de fenouil, pomme et chèvre
- Poulet miel, ail Riz
- Fromage ou yaourt
- Salade d'oranges aux épices et au rhum ou fruit

MICRO-FOLIE 14:00-20:00

Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : **Portraits royaux**
 Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant (tables de jeux)
 € Gratuit | Tout public à partir de 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans)

JEUDI 09/01

RESTO 12:00-13:30

- Carotte râpées ou charcuterie
- Tagliatelle carbonara
- Fromage ou yaourt
- Tarte aux pommes ou fruit

GOURMANDISES 14:00-16:00

Gourmandises de saison > **recette CHINOISE**
 Venez tester et partager des recettes simples et gourmandes.
 € 2€ adhérent | 4€ non-adhérent | Inscription obligatoire - places limitées

NUMÉRIQUE 14:00-16:00

Atelier numérique > **Découverte de l'ordi.**
 € 2€ adhérent | 4€ non-adhérent | Inscription obligatoire

VENDREDI 10/01

RESTO 12:00-13:30

- Salade de concombre ou pâté
- Gratin choux-fleurs côtelette
- Fromage ou yaourt
- Riz au lait ou fruit

SAMEDI 11/01

BOULANGERIE 09:00-15:00

Découvrez les secrets de la fabrication du pain.
 Thème : **Pâte à brioche** | Application : **Royaume ou Tresse**
 € 15€ adhérent / 20€ non-adhérent | réservation obligatoire

DIMANCHE 12/01

SORTIE EN MONTAGNE 06:15-19:30

Les dimanches à la neige > **Sortie à FONT-ROMEU**
 ouvert à tous (skieurs, non-skieurs, familles, ...) venez vous oxygéner en station !!!
 € Pour les skieurs > 50€ (adh) ou 60€ (non-adh) bus-forfait-assurance (matériel supplément de 5€ pour les adh ou 10€ pour les non-adh)
 Pour les non-skieurs > 25€ (adh) ou 35€ (non-adh) bus seul



LUNDI 13/01

RESTO 12:00-13:30

- Poireau vinaigrette ou charcuterie
- Escalope milanaise / Gratin dauphinois
- Fromage ou yaourt
- Gâteau au yaourt ou fruit

ÉVÈNEMENT 16:00-20:00

1er Éco-Troc à la MJC

Le troc pour but de permettre aux participants d'échanger des biens sans recours à la monnaie favorisant ainsi le partage et la réutilisation.
"Je donne, je prends"
 Venez échanger jeux, jouets, livres, petits objets, vêtements, ...
 Les objets doivent être en état et propre !!
 C'est gratuit !!
 € Inscription obligatoire à l'accueil de la MJC. Réservez vos places en ligne en flashant le QR code ci-contre.

Eco-Troc
 DANS LE CADRE DES ECO-ATELIERS, L'ESV DE LA MJC ORGANISE UN ECO-TROC.
 LE 13 JANVIER DE 16H À 20H
 LISTE DES OBJETS : JEUX, JOUETS, LIVRES, PETITS OBJETS, VÊTEMENTS

MARDI 14/01

RESTO 12:00-13:30

- Soupe légumes ou salade
- Saucisse grillée / farçous aux épinards
- Fromage ou yaourt
- Choux chocolat, chantilly ou fruit

MERCREDI 15/01

Repas spécial "ÉGYPTE"

RESTO 12:00-13:30

- Soupe lentilles au cumin ou charcuterie
- Mafé poulet Riz
- Fromage ou yaourt
- Ménenath ou fruit

MICRO-FOLIE 14:00-20:00

Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : **Danse**
 Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant (tables de jeux).
 € Gratuit - Tout public dès 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans)

JEUDI 16/01

RESTO 12:00-13:30

- Esqueixada saucisson
- Boles de picoulat haricot blanc
- Fromage ou yaourt
- Tarte aux pommes ou fruit

NUMÉRIQUE 14:00-16:00

Atelier numérique | **Organisation des fichiers**
 € 2€ adhérent / 4€ non adhérent | Inscription obligatoire

POÉSIE 18:30-20:00

Café poésie | On peut lire ou tout simplement écouter. Partager ses textes préférés ou piocher avec bonheur des textes inédits.
 € 10€ l'année (adhérents)

ÉVÈNEMENT 18:00-23:00

Cinéma des Suds
Festival cinématographique "Si loin, si proche"
 | 2 Films et 1 repas
 18h > "Coconut Head génération"
 19h45 > Repas oriental (couscous).
 21h > "Les Filles du Nil"
 | Inscriptions auprès du Ciné-Club



Soirée reportée au jeudi 23/01

VENDREDI 17/01

RESTO 12:00-13:30

- Chou rouge / jambon beurre
- Steak / frites
- Fromage ou yaourt
- Bras de vœnus ou fruit

SAMEDI 18/01

RIGOLOGIE 10:00-12:00

"Le rire c'est une poussière de joie qui fait éternuer le cœur". Découvrez les **bienfaits du rire** dans une ambiance bienveillante
 € 2€ adhérent - 4€ non-adhérent | Inscription obligatoire - places limitées

FABLAB 10:00-12:00

Fabriquez votre nichoir en bois à accrocher dans le jardin (découpe laser)
 Pour adultes et jeunes accompagnés à partir de 12 ans.
 € 15€ adhérents - 18€ non-adhérents | Inscription obligatoire



SAMEDI 18 & DIMANCHE 19/01

ATELIER CHORÉGRAPHIQUE AVEC CÉLINE LEFEVRE - COMPAGNIE HORS SÉRIE.

Céline LEFEVRE, brillante interprète du spectacle "ROYAUME" programmé à l'Espace Culturel des Corbières animera l'atelier. Professeure de danse contemporaine diplômée d'État, chorégraphe et danseuse, Céline aborde au cours de sa carrière de nombreux styles, du classique au hip hop, en passant par le jazz et le contemporain. Cet atelier est organisé dans le cadre des 2èmes rencontres chorégraphiques avec le soutien de la CCRLCM. Il est ouvert aux danseuses, amatrices tous niveaux à partir de 15 ans. Les participants pourront se produire le 1er février 2025 dans le cadre de la soirée chorégraphique organisée par la MJC à l'Espace Culturel des Corbières.

Non-adhérent > 50€ (15-17 ans) / 55€ (18 ans et +)
 Adhérent > 40€ (15-17 ans) / 45€ (18 ans et +)

18 & 19 JANVIER
 REPRÉSENTATION 1ER FÉVRIER 2025

MJC MÉDIAN-CORBÈRES

ATELIER CHORÉGRAPHIQUE HIP-HOP
 avec Céline LEFEVRE
 Danseuse Cie HORS SÉRIE

Renseignements, inscriptions: 04 68 27 03 34
 danse@mjc-festignan-corbieres.com



DIMANCHE 19/01

LOTTO de l'Espace Jeunes
 De nombreux bons d'achat à gagner ! Les recettes du loto contribueront à financer les activités proposées aux jeunes. Venez nombreux !



LUNDI 20/01

RESTO 12:00-13:30

- Pizzas / salade verte
- Brandade de morue
- Fromage ou yaourt
- Tropézienne ou fruit

OENOLOGIE 19:30-21:30

Des ateliers originaux, combinant convivialité et pédagogie pour comprendre la richesse des vins | **Thème : Quels sont les grands cépages du Languedoc ?**
 € 25€ adhérent | 30€ non-adhérents | Inscription limitées

FABLAB 16:00-21:00

Le **LEZI'LAB** vous accueille en **accès libre** pour >> Découvrir les machines >> Participer à un atelier d'auto-réparation d'ordinateurs

INSTALL PARTIE 18:00-20:00

Microsoft annonce la fin de Windows 10 et l'incompatibilité matérielle de nombreux ordinateurs avec Windows 11. C'est le moment de s'intéresser aux systèmes libres pour prolonger la vie de nos ordinateurs. Vous souhaitez en savoir plus ? Poussez la porte du Bricole café pour une **install partie**. C'est gratuit. Inscription conseillée.

MARDI 21/01

RESTO 12:00-13:30

- Soupe lentilles / charcuterie
- Lasagnes
- Fromage ou yaourt
- Tarte chocolat ou fruit

MERCREDI 22/01

RESTO 12:00-13:30

- Avocat au thon ou charcuterie
- Tian légumes d'hiver / saucisse
- Fromage ou yaourt
- Mousse banane, kiwi ou fruit

MUSEE NUMERIQUE 14:00-20:00

Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : **Danse**
 Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant (tables de jeux)
 € Gratuit - Tout public à partir de 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans)

THEATRE IMPRO 18:00-19:30

Découverte de l'art de l'improvisation théâtrale. Exercices pour découvrir le plaisir du jeu en toute bienveillance
 € 2€ adhérent | 4€ non adhérent | Inscription obligatoire

JEUDI 23/01

Repas spécial "MAROC"

RESTO 12:00-13:30

- Fefia / tarte aux poireaux
- Couscous
- Fromage ou yaourt
- Corne gazelles ou fruit

NUMÉRIQUE 14:00-16:00

Atelier numérique | **Traitement de texte.**
 € 2€ adhérent / 4 non-adhérent

BALADE 14:00-16:00

Sortie découverte à **LAGRASSE**
 € 5€ adhérent / 10€ non-adhérent pour l'année | Inscription obligatoire



VENDREDI 24/01

RESTO 12:00-13:30

- Croque monsieur / salade verte
- Hachis parmentier
- Fromage ou yaourt
- Riz au lait ou fruit

BLINDTEST 19:30-21:00

Soirée **BLINDTEST** musical en famille. Styles et époques variés. Chaque génération aura sa chance pour permettre à son équipe de gagner. Cette soirée est proposée par l'Espace-Jeunes de la MJC
 € Participation libre. Les gains contribueront à financer un séjour à la neige.

FÉVRIER 2025

Lézignan-Corbières : La danse contemporaine à l'honneur avec la MJC



Près de 100 jeunes danseurs se sont produits sur scène. / Gaëlle Guéant

Narbonne

Publié le 02/02/2025 à 13:48

Gaëlle Guéant

Samedi soir, l'Espace culturel des Corbières a accueilli une soirée dédiée à la danse contemporaine dans le cadre des 2e Rencontres chorégraphiques organisées par la MJC avec le soutien de la Communauté de communes.

Les fauteuils de la salle intercommunale de spectacle étaient intégralement remplis pour les 2^e Rencontres chorégraphiques de la MJC, qui a vu défiler sur scène une centaine de jeunes danseurs issus de différentes écoles de danse de la région, de ballets juniors et de compagnies pré-professionnelles (*). Deux mots viennent à l'esprit : "chapeau les jeunes" pour les prestations de grande qualité et "bravo" à la MJC pour l'organisation. Cet événement était l'un des points d'orgue de plusieurs actions menées autour de la danse contemporaine depuis novembre dernier, notamment deux stages pour de jeunes danseurs amateurs avec une danseuse-chorégraphe de la compagnie Hors Série, qui s'est produite à l'Espace culturel. Une opération menée en partenariat avec le service culture de l'intercommunalité, qui a aussi mis à disposition la salle de l'Espace culturel et son régisseur pour la soirée. Cette dernière s'est clôturée par un spectacle de la Kynlaus Company de Paris, que la MJC a fait venir pour l'occasion. Quant au prochain point d'orgue, il aura lieu samedi 15 février à partir de 15 heures à la MJC autour du mouvement hip-hop, avec une battle orchestrée dans les règles de l'art par le breakdancer Amar Chardou, également professeur à la MJC. Un événement, qui réunira de jeunes danseurs, un jury et des performances de professionnels (2 €, l'entrée, ouvert à tous).

(* MD Juniors compagny, Le dôme des arts, StudioDo, centre chorégraphique du château de Malves, Entr'Scènes, Danse et compagnie, As en danse, l'Atelier de danse, le collectif Sabbat, le Ballet junior 115 et la section danse de la MJC.

"De la fourche, à la fourchette", une conférence gesticulée à la MJC de Lézignan-Corbières



Une soirée ludique pour parler d'un sujet sérieux. Travail à l'alimentation. / Gaëlle Guéant

Environnement, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 06/02/2025 à 16:55

Gaëlle Guéant

vendredi 7 février, à la MJC, une conférence gesticulée, animée par un onome, est proposée par le collectif de la Caisse d'alimentation de Lézignan, pour parler de la souveraineté alimentaire.

Comment changer l'agriculture passait par la recherche de démocratie dans notre alimentation ? Voilà ce que propose le projet de Sécurité sociale de l'alimentation. Une idée qui fleurit un peu partout dans l'Hexagone et vellement sur la ville, avec la création de la Caisse d'alimentation de Lézignan.

À l'issue des travaux sur la Sécurité sociale de l'alimentation (SSA), la Caisse d'alimentation propose de repenser le système alimentaire en redonnant le pouvoir d'agir et de choisir aux habitants, tout en garantissant un revenu aux producteurs. Pour ce faire, un collectif d'habitants de la région lézignanais vient de lancer le jour : "Il s'agit d'un regroupement d'habitants (particuliers, membres associations...) issus d'horizons divers (âge, sexe, origine, classe sociale...) mobilisés au pas sur le sujet, afin de mener une réflexion de fond", explique mas Galland, chargé de mission à la Maison paysanne de l'Aude, porteuse du projet en partenariat avec différentes structures (*).

"Une alimentation choisie et de qualité"

Pourquoi une Caisse d'alimentation ? "Aujourd'hui, il existe un grand nombre de personnes en situation d'insatisfaction alimentaire, n'ayant ni les moyens, ni l'accès au choix quant à la nourriture consommée. Nous proposons une démocratie alimentaire avec une accessibilité pour tous à une alimentation choisie et de qualité".

Et pourquoi à Lézignan ? "La ville draine le bassin de vie lézignanais regroupant tous les consommateurs du territoire. De plus, il existe une poche de précarité avec peu de choix dans l'alimentation et une autonomie alimentaire proche de zéro puisqu'il n'y a pas de viticole", reprend le chargé de mission.

Pour mieux comprendre l'intérêt d'une telle démarche, une conférence gesticulée "De la fourche, à la fourchette" est organisée sur le sujet, ce vendredi 7 février, à 20 heures, à la MJC, animée par Mathieu Dalmas, agronome à l'origine du projet de Sécurité sociale de l'alimentation, engagé dans la souveraineté alimentaire et la transformation des systèmes de productions.

L'occasion pour certains de découvrir plus spécifiquement de quoi il en retourne, de rencontrer le collectif lézignanais, et, qui sait, d'avoir envie de le rejoindre (entrée libre, tout public dès 15 ans).

(* Atelier paysan (Félines-Minervois), Chemin cueillant (Azillanès), Les pieds dans le plat (Lézignan), MP2 Environnement (Lézignan), le Bioconvain de l'Aude (Trèbes), Greenpeace (Narbonne), Un pas de côté (Narbonne), Maison paysanne de l'Aude (Limoux).

Rencontres chorégraphiques à Lézignan-Corbières : une battle de breakdance de haut niveau à la MJC



Du spectaculaire à la MJC avec une battle de breakdance, ce samedi 15 février après-midi

Culture et loisirs, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 14/02/2025 à 11:50

Gaëlle Guéant

Ce samedi 15 février, la Maison des jeunes et de la culture clôture ses deuxièmes rencontres chorégraphiques par un événement spécial autour de la culture urbaine : un battle de breakdance orchestré avec l'association Sauce Break King, où seront présents des invités de renom et tout un panel de jeunes danseurs pour une compétition qui promet de belles performances.

L'an passé, la MJC a initié une opération autour de la danse contemporaine avec des stages pour les jeunes pratiquants animés par des danseurs de compagnies professionnelles lors de leur venue dans le cadre de la saison culturelle de la communauté de communes, partenaire de l'opération.

Pour la première édition des rencontres chorégraphiques, ce fut le chorégraphe Tarek Ait Meddour, de la compagnie lyonnaise Colégram, qui fut à la manœuvre. Cette année, c'est la danseuse Céline Lefèvre, de la compagnie bordelaise Hors Série, et Alizé Hernandez, de la compagnie parisienne Kynlaus, qui ont dispensé des stages. À chaque fois, les élèves de la MJC, mais aussi d'autres écoles de danse de la région, compagnies juniors ou classes pré-professionnelles, ont été amenés à se produire sur scène à l'Espace culturel des Corbières.

Battle d'envergure

La danse contemporaine représente un vaste champ artistique ancré dans les styles et les courants de notre époque. Elle fait suite à la danse moderne qui cherchait déjà à s'affranchir des codes du ballet classique. Avec l'avènement de la culture hip-hop et du breakdance, un nouveau pan de la danse s'est ouvert jusqu'à prendre son essor et s'inscrire officiellement aux Jeux olympiques, la rendant encore plus populaire.

Sur la ville, le breakdance est une discipline enseignée à la MJC depuis trois ans par Amar Chardou, sacré vice-champion de France avec son groupe, Immigrandz, en 2022, au Battle of the year de Montpellier. Le Bboy (breakdance boy) danse depuis ses 10 ans et a participé à de nombreuses compétitions en France, jusqu'aux championnats du monde. Depuis 2013, il enseigne sa discipline dans différentes structures auprès de publics variés et pour des juges de battles internationaux à l'étranger.

"Une battle quasiment de niveau national"

Fort de son expérience et de ses relations, Amar organise une grande battle pour clôturer les 2^e rencontres chorégraphiques de la MJC avec son association Sauce break King : "Elle est ouverte aux moins de 14 ans. Des danseurs de tout le sud de France jusqu'à Chambéry vont venir. C'est quasiment une battle de niveau national. Il y aura deux à trois cypher (cercle de danse) et seize danseurs seront sélectionnés par trois juges de grande renommée : Rotha, un ancien membre du groupe lyonnais Pokemon avec lequel il a été champion du monde en 2003 en Allemagne, il a commencé en 1995, il est très connu dans le milieu et fait partie de plusieurs compagnies. Le deuxième juge est Soldier, un danseur de Colombie. C'est l'un des membres fondateurs du groupe Hold style crew de Bogota et une figure emblématique des premiers temps du breaking dans son pays. Il a formé beaucoup de jeunes, de compagnies et de juges de battle. Enfin, le troisième juge est Tilyo qui nous vient de Corse et vit depuis quatre ans à Narbonne. C'est le créateur du Corsica battle qui a tourné à l'international et qui a organisé l'événement Corsica breaking Cup Summer. À Narbonne, il a créé le breaking club de Narbonne et fait partie du groupe Occitanie connexion composé de danseurs de la région".

Les juges ne sont pas les seuls à être célèbres pour cette battle. Kidja, un ancien danseur qui a créé beaucoup de manifestations autour de la danse et du BMX, sera aussi présent dans le rôle du speaker et pour la musique, il aura Dj Kris : "Il est très connu dans le monde du break et il mixe depuis très longtemps. Il a fait la plupart des battles en France".

Après les qualifications des 16 meilleurs danseurs, un tirage au sort définira des duos pour les quarts, puis les demis et, enfin, la finale. Quant à l'ambiance, elle sera underground. Les phases finales se dérouleront dans le hall de la MJC, le public sera proche des danseurs, tout autour du cypher, pour une ambiance underground.

Samedi 15 février, à 15 heures, à la MJC (ouvert au tout public, entrée : 2 €).

Lézignan-Corbières : du breakdance au menu des 2es rencontres chorégraphiques de la MJC



Le hall de la MJC rempli de jeunes et de musique hip-hop. / Gaëlle Guéant



Culture et loisirs, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 17/02/2025 à 16:49, mis à jour à 16:50

Gaëlle Guéant

Samedi après-midi, le hall de la MJC a été le centre d'attraction de la culture urbaine. Un battle de breakdance a attiré de très nombreux jeunes b-boys et b-girls.

Qui a dit qu'il n'y avait que des vieux et des bobos à la MJC ? Cette phrase postée sur les réseaux sociaux par un anonyme a largement été démentie, ce samedi après-midi où de très nombreux jeunes ont répondu au rendez-vous du battle de breakdance, qui clôturait la 2^e édition des rencontres chorégraphiques de la MJC. Après plusieurs événements autour de la danse contemporaine, ce fut au tour du mouvement hip-hop de montrer que la danse pouvait aussi se décliner autrement. Organisé en partenariat avec l'association Sauce break king portée par Amar Chardou, danseur intervenant de la section breakdance à la MJC, le battle a réuni de très nombreux jeunes danseurs de moins de 14 ans venus en découdre sur le cypher (cercle de danse). En provenance de tout le sud de la France, les clubs participants ont présenté leurs danseurs, qui se sont d'abord affrontés en qualification devant un public nombreux et trois juges de renom : Rotha, ancien champion du monde avec le groupe Pockemon ; Soldier du groupe Hold style crew de Bogota et Tilyo du Corsica battle. Trois b-boys de choix pour départager la jeune génération montante de breakdanciers. Sur la musique mixée par DJ Kris, une autre figure emblématique des battles et animé au micro par Kija, également b-boy, le battle a fait des étincelles dans une ambiance underground. Après les qualifications, seize danseurs ont joué le trophée par équipe de deux tirés au sort. Pour les phases finales, ils avaient alors trois passages, au lieu de deux, pour montrer de quoi ils étaient capables : "Il n'y a pas de grille spécifique pour choisir les vainqueurs, ont expliqué les juges. On regarde plusieurs critères, comme la technique, l'originalité, la prise de risque, la propreté des réalisations, la combativité, la personnalité, l'accord avec la musique... C'est un ensemble entre le côté scénique, artistique et physique. De ce fait, nos choix restent subjectifs et ils peuvent varier en fonction de nos goûts respectifs, si on aime plutôt le spectaculaire et l'aérien par exemple ou si on est sensible à d'autres aspects de la danse". Pour finir, l'équipe victorieuse était composée de Martins et O'C (Océane), deux jeunes du club All's style d'Alès, qui sont repartis trophée en main et avec 100 € de bons d'achat. Quant aux finalistes, il s'agissait de Marlon et Léane, respectivement du club South style de Sainte-sur-mer (Var) et du club D-Klik crew de Castelnaudary. Rappelons pour éviter toute confusion que l'on dit un battle et pas une battle, une petite rectification à laquelle tiennent les danseurs du monde urbain.

Lézignan-Corbières : Les quartiers d'hiver de la MJC



Après les quartiers d'été, place aux quartiers d'hiver de la MJC. / Gaëlle Guéant



Vie de quartiers, Narbonne, Vacances scolaires

Publié le 19/02/2025 à 16:44, mis à jour à 16:47

Gaëlle Guéant

Lundi 24 et mardi 25 février, la Maison des jeunes et de la culture organise le temps des après-midi, ses quartiers d'hiver sous la halle de la place Cabrié. Plusieurs animations gratuites attendent le public.

La MJC aime bien faire des actions hors les murs et, depuis quelques années, elle organise pendant les vacances des quartiers d'été, ici ou là dans la ville, afin de proposer au tout public des activités ludiques, vecteurs de lien social tout en facilitant un accès à l'éducation populaire, sans être pour autant adhérent de la structure associative. Une politique qu'elle mène également toute l'année dans le cadre de son agrément avec la CAF en tant qu'espace de vie sociale. Cette année, elle organise pour la première fois des Quartiers d'hiver, ces **lundi 24 et mardi 25 février**, de 14 à 17 heures : "Ça aura lieu sous la halle de la place Cabrié, explique la directrice adjointe, Catherine Claustre. Notre espace jeunes va organiser un rallye photos sur les points d'intérêt de la ville et sa vie locale. Ce sera sous forme de devinettes auxquelles les participants devront répondre en prenant des photos. Il y aura aussi du sport avec des parcours acrobatiques pour enfants, du tennis de table et des activités autour de notre Fablab avec la création de stickers via la découpeuse vinyle (à commande numérique) et d'instruments de musique numérique. Notre Micro-Folie (musée numérique) proposera également des ateliers créatifs, des tables de jeux et un animateur fera une découverte autour du jeu de rôle".

Toutes ses animations sont réalisées avec les forces vives internes de la MJC et sont accessibles gratuitement pour égayer la période des vacances.

Les vacanciers de 11 à 17 ans auront également la possibilité de fréquenter l'espace jeunes, qui a concocté un programme spécial vacances. Sa nouvelle coordinatrice et animatrice, Sophie Quérol se réjouit : "La première semaine, nous emmenons les jeunes en séjour neige à Formiguères. La deuxième semaine, plusieurs activités sont prévues à l'espace jeunes et des sorties. Nous sommes ouverts de 10 à 18 heures et il y aura même une soirée organisée (voir le programme ci-dessous)". Des ateliers au Fablab et à la Micro-Folie sont aussi organisés.

Le programme des vacances

À l'espace Jeunes, **du lundi 24 au vendredi 28 février** : quartiers d'hiver (lundi et mardi, de 14 à 17 heures, délocalisé à la place Cabrié), atelier cuisine italienne (mardi matin), atelier Fablab ou accueil libre (mercredi matin), initiation au volley (mercredi après-midi), soirée mousse et raclette (mercredi soir, de 18 heures à 21 h 45), journée à Narbonne entre street food et patinoire (jeudi), atelier créatif (vendredi matin), sortie au skatepark de Narbonne (vendredi après-midi, apporter son matériel, roller, vélo ou trottinette). Possibilité de rester sur place le midi. *Pour tout renseignement et inscription : 06 59 32 07 36.*

À la Micro-Folie (**mercredi 26 février**, de 14 à 17 heures) : visite du musée, tables de jeux, casques virtuels (gratuit, à partir de 4 ans accompagné d'un adulte).

Au Fablab (à partir de 8 ans) : stage brodeuse numérique pour personnaliser sa serviette de plage, un sac, un tee-shirt... (**mardi 25 février**, de 9 h 30 à 12 heures, 5 € adhérent MJC ou 7 €) ; stage flocage (**jeudi 27 février**, de 9 h 30 à 12 heures, 5 ou 8 €) ; création de jeux vidéo (**jeudi 27 février**, de 14 à 17 heures, 8 €). *Réservations au 04 68 27 03 34.*

Lézignan-Corbières : Un don pour le Téléthon avec Inner wheel



L'association a remis un chèque en soutien au Téléthon. / Gaëlle Guéant

Alors que les actions organisées pour le Téléthon sont à présent terminées, les dons arrivent encore de la part de certaines associations locales.

Officiellement, le grand événement du Téléthon a eu lieu les 29 et 30 novembre dernier. Mais, même si la période est terminée, cela n'empêche en rien des initiatives après coup. C'est ce qu'ont fait les élèves en option sport du lycée Ernest-Ferroul avec l'organisation d'une journée de défis physiques en janvier via l'association sportive de l'établissement. Plus récemment, ce sont les membres de l'association Inner wheel, qui ont souhaité participer à l'effort collectif. Sa présidente, Annie Bonnes, entourée de la trésorière Marie-Christine Denis et de plusieurs autres membres, a remis un chèque de 250 € à Martine Mercier, la responsable du Téléthon sur la ville, dont le contrat de l'AFM Téléthon est porté par la MJC. Pour rappel, l'ONG Inner wheel international regroupe des femmes qui œuvrent à l'amélioration de la vie des femmes à travers le monde, des enfants en difficulté, des personnes âgées et des personnes en situation de handicap.

Lézignan-Corbières : L'éco-construction, de l'artisanat au naturel



Nicolas Roudovski, un artisan heureux de son choix professionnel. / Gaëlle Guéant
Entreprise, Narbonne, Lézignan-Corbières

Publié le 24/02/2025 à 16:03, mis à jour à 16:13

Gaëlle Guéant

Nicolas Roudovski travaille dans l'éco-construction. Un métier du bâtiment encore assez peu répandu. Artisan dans le Lézignanais, il revient sur ce qui l'a amené à choisir cette branche spécifique.

"Grains et pigments" est un nom plutôt bien trouvé pour une entreprise dont l'activité est orientée dans l'éco-construction. L'artisan lézignanais, Nicolas Roudovski s'est orienté dans cette voie en montant sa société en 2009. Une spécialité qu'il a un temps enseignée par le biais de chantiers-écoles avec le centre de formation Batipole et qu'il dispense aujourd'hui en tant que bénévole à la MJC avec des ateliers thématiques tout public.

Pouvez-vous nous parler de votre parcours ?

J'ai d'abord vendu pendant 8 ans des pavillons sur plan dans la région parisienne, à Narbonne, Montpellier et Strasbourg. Puis, j'ai eu une expérience dans l'animation et le social, et suivi une formation de gestionnaire d'équipement touristique. Je me suis alors occupé de villages vacances, de classes découverte et de colonies pour la Fédération régionale Léo-Lagrange. J'ai aussi travaillé dans un magasin de bricolage et même fabriqué des girouettes pendant que mes enfants étaient petits.

Qu'est-ce qui vous a amené à l'éco-construction ?

J'ai fait plein de boulots différents et j'ai eu envie de choisir quelque chose qui me plairait jusqu'à ma retraite. J'ai fait un bilan de compétences à Narbonne et j'ai découvert la formation de matière-coloriste en décor mural, qui est devenu mon métier. La formation était à Albi, à l'école européenne de l'art et des matériaux. J'en suis littéralement tombé amoureux.

Qu'est-ce qui vous plaît dans ce métier ?

C'est la fois manuel et créatif. Réaliser quelque chose de ses mains est valorisant et ça demande en même temps de la réflexion. C'est de l'artisanat très varié. On ne fait jamais la même chose. Avec la chimie des matériaux, on fait des recettes pour formuler des enduits à la chaux, des mélanges chaux-chanvre, on choisit le bon sable, les bons pigments, la poudre de marbre... C'est très intéressant, car on utilise toutes sortes de matériaux naturels. Ce métier fait aussi rencontrer beaucoup de gens et quand ils sont contents du résultat, c'est très satisfaisant.

Dans quel cadre intervenez-vous ?

Essentiellement auprès des particuliers, pour des gîtes aussi. Fut un temps, j'ai pas mal travaillé à l'auberge du Vieux-puits à Fontjoncouse. J'y ai rencontré l'architecte d'intérieur d'Albas, Laurence Mancouse, leur décoratrice qui dessine les meubles et je continue de collaborer avec elle. Il y a un an, j'ai refait tout le plafond du chœur de l'église de Thézan, qui était vraiment délabré. J'ai aussi été formateur pour Batipole. Nous avons notamment refait tout un logement communal à Montséret, avec plein de techniques différentes, vu que c'était un chantier-école.

Quel est l'avantage de l'éco-habitat ?

Les matériaux naturels laissent respirer les murs et respectent le bâti ancien, c'est important. C'est peu coûteux et recyclable à l'infini et permet de garder l'inertie du bâtiment. Ça peut aussi être utilisé sur du neuf bien sûr, comme les plaques de plâtre, mais je préfère travailler sur la pierre (intérieur ou extérieur). À noter que la chaux et la terre dure plus longtemps, contrairement au plâtre, qui vieillit plus vite. Dans ce métier, on fait aussi pas mal de peintures et je propose des peintures au naturel avec de la chaux et au silicate, à base de silice. Elles sont plus résistantes dans le temps avec zéro émission, très pures et bonnes pour la santé. Elles ont un rendu très beau d'un mat profond.

Est-ce une pratique répandue ?

Dans l'Aude, assez peu. On reste sur de la construction classique. En Bretagne par exemple, ça marche mieux. Je ne sais pas pourquoi. Ici, ce n'est pas très demandé. Dans l'ensemble, les architectes ne sont pas très sensibilisés sur ce sujet dans leur formation. À la MJC, je propose bénévolement des éco-ateliers thématiques aux personnes intéressées. La dernière fois, on a justement appris à fabriquer de la peinture au naturel avec de la terre, de la farine, des pigments, du sulfate de fer.

Pour avoir un aperçu des rendus de l'éco-construction : www.grainsetpigment.com.
Pour contacter Nicolas Roudovski : grains.pigments@orange.fr et 06 28 27 66 50.

Lézignan-Corbières : en vacances, on s'amuse à la MJC



De la danse du monde avec la section Mixdanse. / Gaëlle Guéant
Vacances scolaires, Narbonne, Lézignan-Corbières

Publié le 24/02/2025 à 16:19, mis à jour à 16:25

Gaëlle Guéant

Que ce soit à l'Espace Jeunes, au pôle numérique, au Fablab, au musée numérique de la Micro-Folie ou encore en danse, les jeunes ont de quoi faire à la MJC pendant les vacances.

Pendant les vacances, la MJC reste active auprès des jeunes. Un premier stage a été proposé par la médiatrice numérique, Marjorie Sainte-Colombe : "Le stage Minetest, accessible dès 8 ans, a été suivi par quelques jeunes. Il s'agissait d'une version open source du célèbre jeu collaboratif Minecraft et ils ont créé une ville en coopération sur deux après-midi". Le prochain stage spécial vacances aura lieu **jeudi 27 février** de 14 à 17 heures (1) avec la création de jeux vidéo sur Scratch, un langage de programmation graphique ludique et à but éducatif.

Autre lieu, autres stages, ceux du Fablab avec ses machines à commandes numériques et son médiateur, Renaud Le Goff. Après un premier stage pour personnaliser un textile avec la brodeuse numérique, c'est du flochage qui sera proposé, **jeudi 27 février** de 9 h 30 à 12 heures (2). À la Micro-Folie, deux après-midi sont programmés au musée numérique entre visites libres, tables de jeux, ateliers créatifs et casques de réalité virtuelle, sur la thématique des paysages d'hiver, avec notamment la découverte du Groenland. Le musée est animé par la médiatrice culturelle, Céline Mathelier, **mercredi 26 et jeudi 27 février**, de 14 à 17 heures (3).

Enfin, l'animateur de la section Mixdanse, Billy Gimenez a poursuivi ses cours sur les danses du monde avec ses jeunes participants de la communauté gitane. Un spectacle est en cours de préparation pour les prochaines vacances scolaires. À noter que la MJC fait son assemblée générale, **vendredi 28 février** à 18 heures, suivi d'un repas (à réserver) et d'une soirée dansante et que l'Espace jeunes est ouvert tous les jours pour les 11-17 ans, à partir de 10 heures (consulter le programme sur le site de la MJC).

(1) 8 € (accessible dès 8 ans, inscription obligatoire). (2) 7 € ou 5 € si on est adhérent MJC (dès 8 ans, inscription obligatoire). (3) 4 € ou 2 € si adhérent MJC (dès 4 ans accompagné d'un adulte). Contact : 04 68 27 03 34.

Associer l'art et le numérique, c'est possible à la MJC de Lézignan-Corbières



La MJC relance une série d'ateliers gratuits pour les seniors. / Gaëlle Guéant



Associations, Culture et loisirs, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 28/02/2025 à 15:37

Gaëlle Guéant

Des ateliers gratuits pour les seniors autour de l'art et du numérique sont organisés par la Maison des jeunes et de la culture.

La Maison des jeunes et de la culture organise une série d'ateliers gratuits à destination des personnes de 60 ans et plus, dans le cadre des actions du programme "Moi Seniors, bien vieillir dans l'Aude", en partenariat avec la conférence des financeurs et les Espaces seniors du Département.

Les médiatrices culturelles et numériques de la MJC, Céline Mathelier et Marjorie Sainte-Colombe, proposeront "Osez l'art et le numérique", plusieurs ateliers ludiques autour des chefs-d'œuvre des grands musées nationaux grâce au musée numérique de la Micro-Folle, un dispositif national du ministère de la Culture, géré et animé localement par la MJC.

Les participants seront amenés à découvrir différents thèmes (les jardins et les châteaux, l'antiquité gréco-romaine, l'art du portrait...) par le biais de supports numériques (tablettes, casques virtuels...), de conférences participatives, d'ateliers créatifs, de jeux, de manipulations d'outils informatiques et des machines à commandes numériques du Fablab.

La première réunion collective d'information aura lieu le **lundi 3 mars**, à 11 heures, afin de prendre connaissance des sept ateliers thématiques proposés et de s'y inscrire. Ils auront lieu le vendredi, de 10 à 12 heures, **du 7 mars au 18 avril**.

Demandez le programme

Atelier 1. Conférence participative "Les jardins et châteaux, découverte de Versailles", suivie d'un atelier créatif d'origami floral (7 mars). **Atelier 2.** Initiation au maniement d'une tablette en découvrant Versailles et recherches sur internet (14 mars). **Atelier 3.** Réalisation d'un souvenir de Versailles à la découpe laser et visite du Fablab (21 mars). **Atelier 4.** Découverte interactive des chefs-d'œuvre de l'antiquité gréco-romaine et immersion dans la réalité virtuelle (28 mars). **Atelier 5.** Conférence participative "Voyage dans le portrait", suivie d'un atelier créatif "Faire son portrait à la manière de..." (4 avril). **Atelier 6.** Prise en main de l'appareil photo sur tablette et découverte d'applications dédiées au partage d'images et aux effets créatifs (11 avril). **Atelier 7.** Conférence participative "La musique, de la préhistoire à nos jours", suivie de jeux musicaux (18 avril). Tous les ateliers sont gratuits (sur inscription à la réunion d'information du 3 mars ou par téléphone au 04 68 27 03 34).



Une série d'ateliers numériques autour de l'art pour se divertir. / Gaëlle Guéant

mjc
Lézignan-Corbrières

LA GAZETTE



ÉDITO

Temps fort de la vie de notre MJC, l'Assemblée Générale, en ce mois de février, vous a permis de mieux comprendre l'importance de nos actions et leurs enjeux, dans une société en perpétuel mouvement.

Bouger...ou quand le patio prend des airs de quartier du Bronx, avec les b-girls et les b-boys, pour un battle, dans une ambiance surchauffée!

Bouger encore, sur les pistes, de danse, d'athlétisme ou les pistes de ski.

Bouger, à tout âge et en toute saison. Notre vénérable Maison a du souffle!

Bonne lecture.

La MJC est soutenue par



Crédits photos > MJC Lézignan-Corbrières
Rédaction-conception > les équipes de la MJC de Lézignan-Corbrières
Impression 1 500 exemplaires | Diffusion numérique > 5 000 mails
(c) MARS 2025 | NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

VOTRE MJC EN ACTIONS

CULTURE

Une bouffée d'énergie pour clore la seconde édition des Rencontres Chorégraphiques

Danse contemporaine et breakdance étaient au cœur de la deuxième saison des rencontres chorégraphiques organisées par la MJC. Ces disciplines exigeantes séduisent des jeunes qui savent communiquer leur passion. Pour preuve, les deux temps forts de cet événement ont connu un vif succès et ont affiché complet.



Salle comble le 1er février pour la SOIRÉE CHORÉGRAPHIQUE organisée à l'espace culturel des Corbières avec le soutien de la CCRLCM. Bravo aux jeunes danseuses et danseurs qui se sont succédés sur scène, impressionnant le public par la qualité des prestations mais aussi par leur passion et leur engagement. Issus d'une dizaine d'écoles de danse et compagnies juniors du Grand Sud, une centaine de jeunes ont répondu avec enthousiasme à l'invitation de Marine GENDREU, professeure de danse à l'initiative du projet. En clôture de cette belle soirée, la Compagnie parisienne KYNLAUS a présenté le spectacle VIRILES et a animé une masterclass le dimanche.



Une partie du groupe Mixdanse à l'Espace culturel enthousiasmée par le spectacle ROYAUME

Le 15 février, c'était au tour des jeunes b-boys et b-girls d'investir la MJC pour un battle kidz des moins de 14 ans organisé par Amar CHARDOU, professeur de BREAKDANCE. Une belle énergie a envahi le patio, tout au long de l'après-midi. Les jeunes venus de tout le sud de la France se sont affrontés avec détermination lors des épreuves de qualification, enchainant groove et figures acrobatiques sur la musique mixée par DJ Kris. Pour les phases finales, seize danseurs en équipe de deux tirés au sort ont joué le trophée devant trois juges renommés dans l'univers du Break : ROTHAN, ancien champion du monde, SOLDIER venu de Bogota et TILYO de Corsica Battle. Les vainqueurs O'C et Martins, venus d'Alès sont repartis avec le trophée fabriqué spécialement pour l'occasion au FABLAB et 100 € en bons d'achat. Merci à l'association Sauce Breaking et aux entreprises mécènes qui ont choisi d'encourager les jeunes.



C'est donc dans une ambiance survoltée que se sont achevées ces 2èmes rencontres chorégraphiques débutées dès le mois de novembre et ponctuées d'événements variés autour de la danse.

Pour mémoire, nous citons l'atelier chorégraphique soutenu par la CCRLCM et animé par Céline LEFÈVRE, danseuse et chorégraphe qui s'est produite en novembre à Ferrals, une exposition au Patio, un apéro musée, la retransmission en direct de l'opéra de Paris de l'opéra-ballet Cendrillon...

VOTRE MJC EN ACTIONS ...

NUMÉRIQUE

Classes européennes à la MJC ...

En février dernier, pour la troisième année consécutive, les équipes de la MJC ont accueilli, dans le cadre du dispositif des "Cités Éducatives" 36 élèves des classes de la section européenne du collège l'Amandier et leurs professeurs afin de passer toute une journée en communiquant en langue anglaise lors des ateliers proposés. Après une séance au Musée Micro-Folie pour découvrir des œuvres d'Art sur le thème de la mer et les bateaux, les élèves se sont répartis en 3 groupes qui ont tourné toute la journée par créneaux d'1h30 entre un atelier artistique sur la création de leur embarcation sur la vague d'Hokusai (vague reproduite grâce aux pochoirs réalisés en amont au Fablab) et une initiation à la réalité virtuelle 3D grâce aux casques VR. Ont suivi la réalisation de porte-clés aux emblèmes des différentes « maisons » des élèves : licorne, griffon, dragon et phénix à l'aide de la découpeuse laser et du plotter de découpe et, pour finir, un atelier de découverte de la littérature anglaise. Cette journée est devenue un rdv attendu qui permet aux élèves de s'immerger complètement dans la langue anglaise en s'initiant à des activités culturelles et technologiques de grande qualité !

Grâce à la volonté et l'implication personnelle de enseignants, de Céline MATHÉLIER (médiatrice numérique) et Renaud LE GOFF (Fabmanager), nous pouvons être fiers d'être les seuls du réseau Micro-Folie / FabLab à pouvoir présenter cette opportunité à Lézignan !



HORS LES MURS

La MJC prend ses quartiers d'hiver ...

La MJC aime bien faire des actions hors les murs et, depuis quelques années, elle investit régulièrement l'espace public pendant les vacances, ici ou là dans la ville, afin de proposer aux habitants des activités vectrices de lien social fidèles aux valeurs de l'Éducation Populaire.

Une politique que l'association mène également toute l'année dans le cadre de son agrément avec la CAF en tant qu'Espace de Vie Sociale. C'est la Halle de la Place Cabrié, au cœur du quartier prioritaire retenu dans le cadre de la "Politique de la Ville" qui a accueilli l'opération lors des dernières vacances d'hiver.

Les équipes d'animations de l'association se sont mobilisées pour proposer animations ludiques, culturelles et sportives pour toutes les générations (un rallye photos sur les points d'intérêt de la ville et sa vie locale, des parcours acrobatiques pour enfants, du tennis de table et des activités autour de notre Fablab avec la création de stickers via la découpeuse vinyle et d'instruments de musique numériques, des ateliers créatifs, des tables de jeux sans oublier la découverte autour du jeu de rôle).

Ce projet, financé dans le cadre du dispositif des Cités Éducatives, ne peut se réaliser qu'avec la participation des forces vives de la MJC et l'aide logistique de la Municipalité. Le soutien des partenaires permet de proposer toutes ces animations gratuitement.



VOTRE MJC EN BREF ...



Travaux à l'Athlétic, la salle de sport de la MJC

Suite à des intempéries, des infiltrations d'eau provenant de la toiture ont endommagé l'Athlétic Club. Des travaux de réfection ont dû être mis en place : zinguerie du toit, rajouts d'écoulements. La totalité du plafond de la salle Fitness a été remplacée: nouvelle laine de verre pour l'isolation et dalles de faux-plafond, ainsi qu'une partie de la structure elle-même. Remplacement de la tapisserie murale et raccords enduit/peinture.

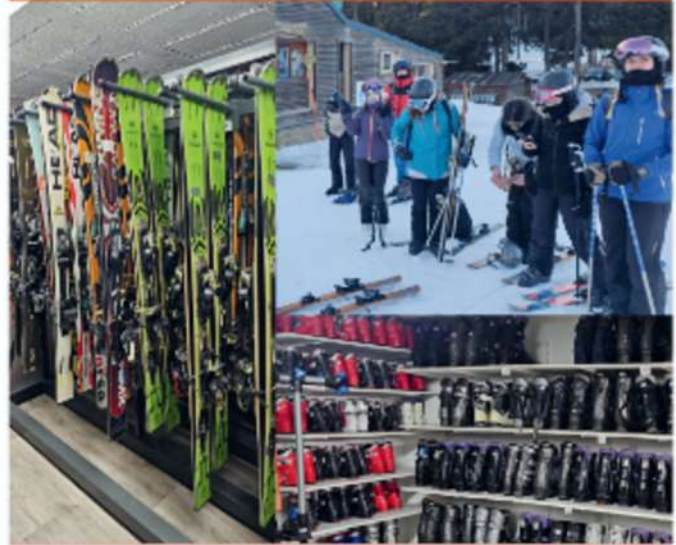
Pendant la période des travaux, les cours collectifs ont basculé sur la MJC, afin de ne pas pénaliser les adhérents, qui ont pu ainsi pratiquer leur activité sportive sans interruption.

La salle de musculation quant à elle, est restée ouverte aux jours et horaires habituels.

Tout schuss avec le SKI-CLUB

Cette année, la neige était au rendez-vous sur les montagnes pyrénéennes et, pour le plaisir des amateurs de glisse, la MJC a organisé plusieurs journées au ski en partenariat avec les stations d'Ax 3 domaines, Formiguères et Font Romeu. Mais pas seulement: quelques raquetteurs ont profité du transport en bus afin de monter en station pour une balade sportive dans le grand blanc.

Notre MJC a modernisé son parc de matériels de ski en y ajoutant l'achat de chaussures et de skis. Elle envisage, pour la saison prochaine, la reprise des locations de matériels aux particuliers.



Retour sur la 79ème AG de la MJC

Chaque année, c'est un plaisir de se retrouver ensemble pour l'Assemblée Générale de notre maison.

L'A.G. d'une association loi 1901 est un moment clé dans le fonctionnement et la gestion de celle-ci. Elle revêt plusieurs rôles et a une importance cruciale pour la bonne gouvernance associative. Elle permet surtout aux dirigeants d'échanger avec les membres et les partenaires autour des activités passées.

Ainsi, Isabelle POURGINE, Présidente, Jean PÉRILLOU, Trésorier, Julien SANS, Directeur et Catherine CLAUSTRE, Directrice-Adjointe ont présenté les bilans de la saison écoulée. Ces bilans, ainsi que les résultats de différents votes, sont consultables sur notre site internet.

Si l'année 2023/2024 est la saison de tous les records pour la MJC, le satisfécit ne doit pas masquer les inquiétudes rencontrées par les associations d'Education Populaire, liées aux crises que traverse notre société. Face cela, les partenaires présents (Mairie, Intercommunalité, Département et Fédérations des MJC) ont assuré les équipes bénévoles et professionnelles de leur soutien.



mjc
Lézignan-Corbières

**24
25**

**Les Rendez-Vous
en FEVRIER
à la MJC**
& à l'ESPACE de VIE SOCIALE

EXPOS | CONCERTS | ANIMATIONS | STAGES | RANDOS
SORTIES | BALADES | DÉCOUVERTES | REPAS | ATELIERS

SAMEDI 01/02

20:30-22:30 SOIRÉE CHORÉGRAPHIQUE

LA MJC INVESTIT L'ESPACE CULTUREL POUR UNE SOIRÉE DANSE EXCEPTIONNELLE

En 1^{ère} partie de soirée, 12 courtes pièces chorégraphiques proposées par des écoles de danse, compagnies juniors et formations pré-professionnelles du Grand Sud vont se succéder. Énergie et enthousiasme garantis ! Laissez vous séduire.

En 2^{ème} partie, la compagnie KYNLAUS et sa chorégraphe invitée Alizé HERNANDEZ nous offriront le spectacle **VIRILES**.

Une histoire d'hommes racontée par cinq femmes.

Ce sont cinq corps qui cherchent à s'affranchir des codes et expérimentent tous les aspects de leur puissance et de leur douceur.

Non-adhèrent > 6€ (-18 ans) / 10€ (18 ans et +)
Adhèrent > 4€ (-18 ans) / 8€ (18 ans et +)

À l'Espace culturel des Corbières à Ferrals des Corbières | Petite restauration sur place

08:55-18:00 Sortie à Béziers. Visite des musées et de la ville • repas au restaurant
Adhèrent > 79€ (tout compris)

07:00-12:00 PHOTO ORNITHO En se baladant sur des sites naturels, apprenez à observer, connaître et photographier les oiseaux. Cette première sortie vous conduira aux étangs de Gruissan. Départ en minibus de la MJC. N'oubliez pas votre appareil photo !
Adhèrent > 3€ - Non adhèrent > 5€. Inscription obligatoire



Possibilité d'acheter les places via le QR code ci-contre

09:00-13:00 DIMANCHE 02/02

Master Class animée par Alizé HERNANDEZ, danseuse et chorégraphe du spectacle **VIRILES** dans le studio de danse de la MJC.

Non-adhèrent > 30€ (13-17 ans) / 35€ (18 ans et +)
Adhèrent > 20€ (13-17 ans) / 25€ (18 ans et +)

12:00-13:30 LUNDI 03/02

RESTO Potage brocolis et pignon de pin ou salade verte / Cuisse de poulet moutarde et purée de poireaux pomme de terre et poisettes torréfiées / Fromage ou yaourt / Panna cotta aux oranges et pamplemousse ou fruit

16:00-21:00 FABLAB Le LEZI'LAB vous accueille en accès libre pour :
>> Découvrir les machines
>> Participer à un atelier d'auto-réparation d'ordinateurs
Échanges et conseils sur "le numérique responsable". Comment agir concrètement ? Venez tester des ordinateurs sous système libre - Trouver des conseils pour prolonger la vie de votre matériel auprès de Thierry et Marjorie.
18:00-20:00 INSTALL'PARTIE Gratuit | Réservations conseillées

MARDI 04/02

RESTO 12:00-13:30 Tartelette au chou rouge et chèvre ou charcuterie / Steak et pomme de terre farcies au jambon persil et ail / Fromage ou yaourt / Fromage blanc au caramel salé ou fruit

Repas spécial "Allemagne"

MERCREDI 05/02

RESTO 12:00-13:30 Kartoffelsalat (salade de pomme de terre) / Pichelsteiner (Ragout Allemand) / Fromage ou yaourt / Schwarzwälder kirschtorte (Forêt Noire) ou fruit

14:00-20:00 Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : **BavArt'dage Animaux** | Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant (tables de jeux)
Gratuit | Tout public à partir de 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans)

18:00-19:30 SOIRÉE CRÊPES Tous les 1ers mercredis du mois, notre bar associatif ouvre ses portes pour un moment de détente en famille ou entre amis. Poussez la porte ! Pour le lancement et à l'occasion de la chandeleur, nos bénévoles proposent une **soirée crêpes avec concours de la crêpe la plus originale.**
1€ le verre de cidre / 2 ou 3€ la crêpe selon garniture

JEUDI 06/02

RESTO 12:00-13:30 Salade composée ou jambon beurre / Poisson en papillote et riz / Fromage ou yaourt / Crêpes ou fruit

09:30-11:30 NUMÉRIQUE Atelier numérique > Sécurité et internet
2€ adhérent / 4€ non-adhérent | Inscription obligatoire

14:00-16:00 GOURMANDISES Gourmandises de saison > **recette JAPONAISE** Venez tester et partager des recettes simples et gourmandes.
2€ adhérent / 4€ non-adhérent | Inscription obligatoire - places limitées

18:30-20:00 POÉSIE **Café poésie** | On peut lire ou tout simplement écouter. Partager ses textes préférés ou piocher avec bonheur des textes inédits.
10€ l'année (adhérents)

VENREDI 07/02

RESTO 12:00-13:30 Soupe de légumes ou charcuterie / Gratin choux-fleurs béchamel et saucisse / Fromage ou yaourt / Flan pâtissier ou fruit

20:00-22:00 SOIRÉE JEUX **Jeux de sociétés - Jeux vidéos...** Soirée à partager en famille ou entre amis. Tout public - Gratuit. Les enfants de moins de 12 ans doivent être accompagnés d'un adulte.

SAMEDI 08/02

09:00-12:00 COUTURE FACILE Stage couture pour débutant avec Anne-Marie
Thème : Initiation au Boro japonais. Réutiliser, réparer, sublimer : voilà ce que vous propose l'art du boro, forme poétique du patchwork japonais.
20€ adhérent / 30€ non-adhérent | réservation obligatoire

10:00-12:00 RIGOLOGIE "Le rire c'est une poussière de joie qui fait éternuer le cœur". Découvrez les **bienfaits du rire** dans une ambiance bienveillante
2€ adhérent - 4€ non-adhérent | Inscription obligatoire - places limitées

10:00-12:00 FABLAB Cours collectif de découverte et d'initiation à la découpeuse laser FABLAB avec Renaud
3€ adhérents / 5€ non-adhérents | à partir de 16 ans

DIMANCHE 09/02

SORTIE EN MONTAGNE 06:15-19:30
Sortie à AX 3 DOMAINES ouvert à tous (skieurs, non-skieurs, familles, ...)
 Pour les skieurs > 50€ (adh) ou 60 € (non-adh) bus-forfait-assurance
 (matériel supplément de 5€ pour les adh ou 10€ pour les non-adh)
 Pour les non-skieurs > 25€ (adh) ou 35€ (non-adh) bus seul

LUNDI 10/02

RESTO 12:00-13:30
 Salade de brocolis aux œufs durs ou charcuterie | Steak et frites | Fromage ou yaourt | Beignet aux pommes ou fruit

FABLAB 16:00-21:00
 Le LEZLAB vous accueille en accès libre pour >> Découvrir les machines >> Participer à un atelier d'auto-réparation d'ordinateurs >> Échanges et conseils sur "le numérique responsable". Comment agir concrètement ? Trouver des conseils pour prolonger la vie de votre matériel auprès de Thierry et Marjorie.
 18:00-20:00 **INSTALL PARTIE**
 € Gratuit | Réservations conseillées

ECO-ATELIER 18:00-19:00
 Venez découvrir le **stuc à la chaux** avec Nicolas, maître coloriste. Histoire, recettes, méthodes d'application...
 € 2€ adhérent / 4 € non adhérent | Inscription obligatoire

MARDI 11/02

RESTO 12:00-13:30
 Oeufs mimosa ou salade verte | Paella | Fromage ou yaourt | Profiteroles au chocolat ou fruit

MERCREDI 12/02

RESTO 12:00-13:30
 Soupe de légumes ou salade composée | Papillote Cabillaud aux tomates cerises et légumes | Fromage ou yaourt | Gâteau au yaourt ou fruit

MICRO-FOLIE 14:00-20:00
 Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : **Objets d'Egypte** | Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant (tables de jeux).
 € Gratuit - Tout public dès 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans)

JEUDI 13/02

RESTO 12:00-13:30
 Salade composée ou charcuterie | Lasagnes | Fromage ou yaourt | Riz au lait ou fruit

NUMÉRIQUE 14:00-16:00
 Atelier numérique | **Navigation sur internet**
 € 2€ adhérent / 4€ non adhérent | Inscription obligatoire

BALADE 14:00-16:00
 Sortie découverte à **OLONZAC**
 € 5€ adhérent / 10€ non-adhérent pour l'année | Inscription obligatoire

VENDREDI 14/02

RESTO 12:00-13:30
 Velouté de betteraves au fromage à tartiner ou pâté | Rouille de seiche | Fromage ou yaourt | Baisers de meringues à la mousse de grenade ou fruit

SAMEDI 15/02



LEZ JAM : BATTLE DE BREAKDANCE

Un Rendez-Vous à ne manquer pour découvrir l'univers du breakdance
 Des jeunes passionnés et talentueux issus de toutes la région vont s'affronter sous l'œil de 3 juges impartiaux. Ambiance garantie !
 € Entrée : 2 € - Tout public | à la MJC

LUNDI 17/02

RESTO 12:00-13:30
 Carottes râpées ou saucisson | Gratin dauphinois et saucisse | Fromage ou yaourt | Feuilleté aux fruits ou fruit

OENOLOGIE 19:30-21:30
 Des ateliers originaux, combinant convivialité et pédagogie pour comprendre la richesse des vins | Thème : **Comprendre le Bordelais et ses appellations.**
 € 25€ adhérent | 30€ non-adhérents | Inscription limitées

BRICOLE'CAFE 17:30-19:00
 Au programme : **Entretien et réparation de son vélo** avec Julien. N'hésitez pas à pousser la porte du Bricole café ! C'est gratuit. Inscription conseillée.

Repas spécial "Liban"

MARDI 18/02

RESTO 12:00-13:30
 Beurek au fromage ou charcuterie | Bamia et riz | Fromage ou yaourt | Maamouls ou fruit

MERCREDI 19/02

RESTO 12:00-13:30
 Salade piémontaise ou charcuterie | Côtelettes de porc et haricots verts | Fromage ou yaourt | Tarte tatin ou fruit

MICRO-FOLIE 14:00-17:00
 Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : **La Chine** | Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant | Tables de jeux
 € Gratuit - Tout public à partir de 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans)
 - Cosques de réalité virtuelle pour découvrir les paysages de Chine (<10 ans)
 + **Atelier Pagode en papier plié** € 2€ adhérent - 4€ non adhérent, à partir de 4 ans

NUMÉRIQUE 14:00-17:00
 Stage **MINECRAFT**. 19 et 20 février. Viens créer ta ville en coopération. Minecrafter est une version libre & open-source du jeu collaboratif Minecraft. Le principe est simple : avec un cube, les joueurs peuvent modéliser d'une manière ludique un environnement donné. Ils assemblent les cubes de différentes textures pour reproduire un lieu, la nature ou un environnement complet.
 € 13€ les 2 après-midi | Inscription obligatoire | A partir de 8 ans.

JEUDI 20/02

RESTO 12:00-13:30
 Macédoine de légumes ou pâté | Spaghettis bolognaise | Fromage ou yaourt | Fondant au chocolat ou fruit

MICRO-FOLIE 14:00-17:00
 Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : **La Chine** | Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant | Tables de jeux
 € Gratuit - Tout public à partir de 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans)
 - Cosques de réalité virtuelle pour découvrir les paysages de Chine (<10 ans)
 + **Atelier lanterne en papier plié** € 2€ adhérent - 4€ non adhérent, à partir de 4 ans

NUMÉRIQUE 14:00-17:00
 Stage **MINECRAFT**. 19 et 20 février. Viens créer ta ville en coopération. Minecrafter est une version libre & open-source du jeu collaboratif Minecraft. Le principe est simple : avec un cube, les joueurs peuvent modéliser d'une manière ludique un environnement donné. Ils assemblent les cubes de différentes textures pour reproduire un lieu, la nature ou un environnement complet.
 € 13€ les 2 après-midi | Inscription obligatoire | A partir de 8 ans.

VENDREDI 21/02

RESTO 12:00-13:30
 Jambon beurre ou salade verte | Rôti de porc sauce madère et épinard à la crème | Fromage ou yaourt | Gauffre ou fruit

MARS 2025

Lézignan-Corbières : La Maison des jeunes et de la culture dépasse tous les records



Les élus locaux aux côtés des responsables du réseau MJC. / Gaëlle Guéant - GG



Narbonne

Publié le 02/03/2025 à 16:51

Gaëlle Guéant

Vendredi soir, la Maison des jeunes et de la culture a fait le bilan de l'année 2023-2024. La plus ancienne MJC de France, qui fêtera ses 80 ans en 2026, affiche un dynamisme et une bonne santé, s'imposant comme la plus influente structure d'éducation populaire de la ville.

Après l'effondrement des adhésions suite à la crise sanitaire, qui avait cassé la dynamique de forte progression des années précédentes, avec un nombre d'adhérents atteignant la barre symbolique des 2 000, la MJC a su se relever en beauté, affichant sur la saison passée pas moins de 2 111 adhérents, soit une hausse de 13,25 % par rapport à l'année précédente. Un résultat qui s'explique par l'investissement d'une équipe de bénévoles et de salariés très impliqués dans la vie associative au service des habitants du territoire de tout âge.

Un large panel d'activités

La MJC propose de très nombreuses sections fonctionnant à l'année, ce qui représente la majorité des abonnements entre les activités culturelles, de loisirs, sportives, numériques... L'association a aussi développé de multiples actions dans le cadre de son agrément CAF en tant qu'Espace de vie sociale, un pendant qui s'adresse à tout public, adhérents et non adhérents affichant une fréquentation en hausse, forte de thématiques variées : marche, ateliers cuisine, bien-être, éco-ateliers, théâtre d'improvisation, astrologie, sorties ornithologiques...

Outre ses clubs d'activités et ses actions, la MJC mène également divers projets d'animations gratuites qu'elle exporte hors les murs dans les quartiers de la ville, fidèle à ses valeurs d'ouverture, de création de lien social et d'éducation populaire. Pour ce faire, elle utilise ses ressources internes telles que le musée numérique de la Micro-folie, son Fablab, l'Espace jeunes... À noter que les projets sont si variés qu'il est difficile d'en faire une liste exhaustive.

La présidente Isabelle Poursine a rappelé quelques événements marquants : "Nos 1^{ères} rencontres chorégraphiques et en complément la création de l'atelier Mixdanse qui connaît un vif succès auprès des jeunes de la communauté gitane. La salle d'escalade, financée par le budget participatif de l'Aude, dont la gestion nous a été confiée par l'association LéziBloc. Le plan Vélo auprès des écoles primaires en partenariat avec la police municipale avec 300 enfants qui ont participé aux modules Savoir rouler à vélo. Notre manifestation de fin d'année Lez'Arts et Sports en fête, le festival Freestyle, les quartiers d'été, nos actions dans le cadre du dispositif Cités éducatives, les colo-apprenantes permettant d'amener 15 jeunes aux jeux olympiques de Paris".

Un contexte de crise

Au chapitre des finances, l'association a présenté sa bonne gestion, sachant que son budget général avoisine les 1,30 M€, avec un excédent de plus de 4 000 €. Un résultat satisfaisant, mais qui n'empêche pas les inquiétudes : "Le baromètre annuel réalisé par le Conseil national des employeurs associatifs entre novembre et décembre 2024 auprès de 1 300 associations dont la nôtre, témoigne d'une fragilité croissante du secteur face aux effets continus de la crise inflationniste, de la baisse des subventions. Les contraintes budgétaires poussent les employeurs associatifs à faire des choix qui menacent à la fois les activités, les emplois et les missions d'intérêt général des associations. Face à ces constats, les collectifs et les syndicats associatifs interpellent le gouvernement pour obtenir des réponses structurelles avec notamment la convocation d'une conférence des financeurs de l'Éducation populaire".

Même si pour l'heure, la MJC réussit à tirer son épingle du jeu, ses responsables bénévoles et salariés ne se sentent pas moins concernés et soucieux par le contexte ambiant et une situation qui pourrait demain les obliger à prendre des décisions contre-productives pour le bien commun.

La MJC en chiffres

L'analyse de la répartition des âges et de la situation géographique des adhérents montre que 29 % des adhérents ont moins de 18 ans et 40 % ont plus de 60 ans, 38 % sont des hommes, 62 % des femmes et 49 % sont des résidents de la ville. La MJC compte 55 salariés, dont 24 équivalents temps plein. Son conseil d'administration est composé de 24 personnes bénévoles et son fonctionnement réparti en groupe de travail, de projets et d'actions ouverts aux volontaires. Le prochain projet associatif 2025-2030 est en cours de construction. 90 personnes consacrent en moyenne 3 heures de bénévolat par jour, soit 13 000 heures pour une économie de 295 000 € de rémunérations par an. À noter que la MJC compte 1 Point information jeunesse, 1 restaurant associatif, 1 centre international de séjours, 1 salle de musculation, 1 Espace jeunes pour les 11-17 ans, gère le centre de loisirs des 3-11 ans et reçoit régulièrement des séminaires ou groupes extérieurs.

Le Point information jeunesse de la MJC de Lézignan reprend du service



Sophie Querel est la nouvelle animatrice référente du PIJ. / Gaëlle Guéant



Associations, Social, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 07/03/2025 à 16:23

Gaëlle Guéant

Tous les mardis et les jeudis, le Point information jeunesse de la MJC est ouvert aux jeunes de 13 à 29 ans.

Depuis un mois, la MJC a relancé activement son Point information jeunesse avec sa référente, Sophie Querel : "Le PIJ est ouvert les mardis et les jeudis, de 16 à 19 heures. Il s'adresse aux jeunes à partir de 11-13 ans jusqu'à 29 ans qui n'ont pas besoin d'être inscrits à la MJC. Ce service est ouvert à tous et entièrement gratuit et anonyme. C'est un premier accueil, une porte d'entrée".

Depuis 2014, la Maison des jeunes et de la culture est labellisée Point information jeunesse par le ministère des Sports, de la jeunesse, de l'Éducation populaire et de la Vie associative : "On est rattaché au réseau d'information jeunesse départemental et régional (CRIJ) et nous avons accès à ses outils. On participe aussi aux actions du réseau, tout en développant nos propres initiatives", explique la directrice adjointe de la MJC, Catherine Claustre.

“ Orienter les jeunes vers des dispositifs spécifiques ”

Que trouve-t-on au PIJ ? "Des ordinateurs en accès libre (*) pour faire des recherches, se loger, accéder à ses droits, voyager, s'informer... On est là pour aiguiller les jeunes. On peut voir ensemble leurs démarches de recherches d'emploi, travailler leur curriculum vitae, leur lettre de motivation, mais aussi aborder des questions sur la santé, le logement, l'insertion, la formation, la mobilité internationale, la vie quotidienne et le numérique grâce notre Fablab. On travaille en lien avec des partenaires (planning familial, MLOA...) et on est aussi au conseil d'administration départemental d'Acti-city pour être en réseau avec d'autres structures actrices de la jeunesse et avoir une stratégie globale et cohérente sur l'information. On peut ainsi orienter les jeunes vers des dispositifs spécifiques et même faire de l'aide aux devoirs pour les plus jeunes, qui peuvent venir dans un endroit calme pour étudier. Nous accueillons aussi les familles qui souhaitent être accompagnées".

Le Point information jeunesse de la MJC fait partie intégrante de sa politique associative via le Pôle jeunesse : "On a un volet informatif en accueil individuel, mais on réalise aussi des actions collectives comme les Coopératives Jeunes de service que l'on a déjà initiées en interne pendant plusieurs années ou l'opération Job d'été à laquelle on a accès avec le réseau PIJ. D'ailleurs, ce **lundi 10 mars**, nous participons à la 13^e édition des semaines de sensibilisation des jeunes autour du thème Femmes et Entrepreneuriat. C'est une opération lancée au niveau local par l'association 100 000 entrepreneurs en lien avec le délégué des droits des femmes. Les jeunes pourront y rencontrer des professionnelles et s'informer sur les métiers, les formations...".

Le PIJ est situé à l'Espace multimédia au rez-de-chaussée de la MJC. L'opération Femmes et Entrepreneuriat aura lieu à 14 heures, **lundi 10 mars** (entrée libre). Contact : 04 68 27 03 34 (accueil MJC).

Le carnaval est entré dans la danse à Lézignan-Corbières



Les danseurs de Lézi-baleti

Publié le 09/03/2025 à 22:25

Article rédigé par Correspondant

L'Indépendant

L'association Lézi-baleti a mis l'ambiance.

La tradition du carnaval n'a pas été boudée par l'association Lézi-baleti ce mardi 4 mars ! Cette association vouée à la danse traditionnelle autour de danses régionales et européennes, offre ainsi à tous les participants de beaux et ludiques voyages.

Sous l'égide cette fois-ci de Monsieur Carnaval, la joyeuse bande de danseurs aux costumes éclectiques et aux couleurs flamboyantes, a su créer l'ambiance festive carnavalesque.

Après les congratulations d'usage, la joyeuse bande s'est élancée sur la piste pour s'adonner à la danse (cercles cisterciens, chapeloise, scottish, bourrée, mazurka...) Lézi-baleti affiche joyeusement ses 6 ans d'âge. Une association qui se trouve être en pleine santé et forte de 43 adhérents.

Le président Marc Liegry est enthousiaste : "La spécificité des danses traditionnelles est bien celle de pouvoir tous danser ensemble. On peut venir y participer seul, en couple ou avec des amis, débutant ou initié, peu importe. Seule la convivialité prime et le plaisir de danser avec. Et c'est dans ce mélange intergénérationnel (de 7 à 80 ans et plus) que tous les danseurs évoluent avec grand plaisir. Ce type de danses permet également de créer du lien social, cela dans la bonne humeur. Anniversaires, soirées à thèmes sont une tradition. Ces rencontres thématiques sont aussi placées sous le signe de la convivialité sous la forme de repas partagés".

Ponctuellement des bals sont organisés et ouverts à toutes les personnes intéressées et chaque bal est animé par un orchestre.

Le prochain bal aura lieu le **samedi 15 mars** à la MJC de Lézignan. Le rendez-vous est donné à 19 heures pour l'apéritif offert par Lézi-baleti, suivi d'un repas partagé jusqu'à 21 heures, pour laisser toute sa place à la danse jusqu'à zéro heure (bouvette à disposition). Entrée : 10 €.

Lézi-baleti : adhésion, à l'accueil de la MJC de Lézignan : du lundi au vendredi de 9 à 12 heures et de 14 à 19 heures, le samedi de 9 à 12 heures. Tarif : 37 € pour la période de juin à septembre. Les cours sont dispensés le lundi de 19 h 45 à 21 h 45. Plus d'info, contact Marc Liegry président, au 06 72 69 13 40 et lezi-baleti1@gmail.com

A la découverte des danses traditionnelles avec la MJC de Lézignan-Corbières



Danser en groupe, en couple ou seul, les bals sont en vogue. / Gaëlle Guéant



Associations, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 20/03/2025 à 15:54

Gaëlle Guéant

La MJC propose depuis le début de sa saison une section autour des danses régionales autrement appelées danses traditionnelles. L'objectif est d'apprendre les pas pour participer aux nombreux bals de la région et au-delà.

Depuis le début de l'année, une nouvelle section a vu le jour à la MJC avec de la danse traditionnelle. Elle est animée par Marc Liegry et Raphaël Hertrich, deux danseurs avertis de l'association Lézi-baleti.

Fort d'une quarantaine de danseurs initiés ou non, l'atelier a lieu tous les lundis soir dans une ambiance bon enfant. Rondeaux, bourrée à deux temps, valse, mazurka, cercle circassien, chapeloise, andro, sauts béarnais... Les danses traditionnelles sont très variées : on les danse en groupe, en couple, seul et on les retrouve aux six coins de l'hexagone. Des festivals leur sont consacrés regroupant parfois plusieurs centaines de danseurs, comme le fameux bal de l'Europe à Genettes, dans l'Ailier, ou, plus localement, ceux de Sommières et de Lagrasse.

Dans le jargon "trad" du sud de la France, les bals sont appelés baléts ou festnoz du côté breton. Ils sont très nombreux et contrairement à ce que l'on pourrait croire, beaucoup de jeunes y participent. On ne parle pas ici des bals guinguettes de nos grands-parents, mais d'un réel engouement pour le partage d'une culture musicale et dansée, appréciée de toutes les générations. Une tendance qui se retrouve aussi en Catalogne ou en Italie.

Ambiance conviviale

Un danseur est d'ailleurs prêt à faire de longs trajets pour participer aux festivals dont l'ambiance conviviale est le maître mot. Quant aux groupes musicaux, ils sont très hétéroclites se déclinant en formations traditionnelles, mais aussi sortant des sentiers battus jusqu'à des propositions atypiques mêlant tradition et modernité.

Pour le néophyte, c'est tout un nouveau monde qui s'ouvre à lui. Les membres de l'atelier de la MJC ont pu s'en rendre compte lors du premier baléti organisé, samedi soir. Le duo héraldais les Cazellots a mis l'ambiance auprès de plus d'une soixantaine de danseurs locaux. A noter qu'un baléti a lieu ce **samedi 22 mars** à Montlaur, organisé par l'association 11 bouge, en partenariat avec l'association Atribus. Au programme, le groupe Plume très en vogue, suivi de Turfu aux sonorités transes. On peut trouver les renseignements sur le site agendatrad.fr, la bible des danseurs.

Lézignan-Corbières : le canyoning, une activité qui a la cote à la MJC



Eric Quezel (à gauche) et Jean Brunel, les deux bénévoles du club. / Gaëlle Guéant

Narbonne

Publié le 29/03/2025 à 13:00, mis à jour à 13:51

Gaëlle Guéant

L'activité du canyoning proposée par la Maison des jeunes et de la culture semble avoir de beaux jours devant elle avec une progression encourageante de pratiquants sous la supervision d'Eric Quezel, professionnel diplômé d'État.

Eric Quezel est le référent du club Canyoning de la MJC. Intervenant bénévole, il organise avec l'aide de Jean Brunel, un pratiquant assidu, des sorties destinées au tout public. Ces deux passionnés font le point sur une activité qui progresse.

Quand avez-vous débuté ?

En 2022-2023, avec deux à trois sorties, puis six la saison suivante. Aujourd'hui, nous avons déjà réalisé la moitié des douze sorties prévues, ce qui est très encourageant. Depuis janvier, nous sommes affiliés à la Fédération française de montagne et d'escalade, ce qui nous permet d'organiser des sorties supplémentaires, hors du cadre de la MJC. Nous sommes désormais l'un des quatre clubs officiels de l'Aude, et le seul exclusivement dédié au canyoning. Les autres se concentrent davantage sur l'alpinisme et la montagne.

Quand pratiquez-vous ?

En hiver, nous organisons une sortie par mois en canyon sec, puis deux en saison haute, au printemps, lorsque l'eau est plus présente. L'essor de la section repose sur une progression du nombre de pratiquants, majoritairement des jeunes de 15 à 17 ans, mais nous souhaitons intégrer davantage d'adultes. La salle d'escalade gérée par la MJC pourrait être un bon moyen d'y parvenir, les deux disciplines étant souvent liées.

Pourquoi être bénévole ?

J'ai été professionnel, mais c'est un travail saisonnier. En animant bénévolement la section, je conserve le plaisir de la pratique, tout en formant les membres à l'autonomie. Comme en escalade, il est possible de pratiquer le canyoning sans guide. Nous souhaitons également encourager l'investissement des adhérents dans la vie associative, et c'est déjà le cas : certains jeunes, devenus adultes, continuent à s'impliquer.

Pourquoi la MJC ?

Une section existait déjà, nous l'avons réactivée. La MJC nous soutient pleinement : elle met à notre disposition un mini-bus et a investi dans une dizaine de combinaisons. Grâce à cette dynamique, l'activité est promise à un bel avenir.

Où pratiquez-vous ?

Principalement dans le secteur Corbières-Fenouillèdes, où l'Aude compte une vingtaine de canyons. Nous nous rendons aussi dans les départements voisins, comme le massif du Canigou (Pyrénées-Orientales) ou le Caroux (Hérault). Nous organisons également des séjours de plusieurs jours : le premier a eu lieu en Espagne, et le prochain, prévu en septembre, se déroulera dans les Hautes-Alpes avec une incursion en Italie. Nous proposons des sorties découverte et d'autres plus exigeantes, comme notre premier canyon performance, réalisé en novembre dans le Vercors.

Y a-t-il des topos comme en escalade ?

Oui, les canyons sont cotés par la Fédération entre 1 et 7 selon trois critères : la verticalité avec rappel, franchissement de cascade ; l'engagement selon la marche d'approche, la difficulté ; et l'échappatoire qui permet de quitter le canyon prématurément ou pas. Notre sortie dans le Vercors au canyon des Ecouges était coté 5 en engagement, 5 en verticalité et 3 en aquatique, ce qui représente une belle performance.

Qui peut pratiquer ?

Aucune technicité particulière n'est requise, mais il faut une bonne condition physique et être résistant aux conditions naturelles (froid, vent, eau). Une bonne gestion du stress face à l'environnement est également essentielle.

Sorties généralement le samedi (selon la disponibilité des participants). Adhésion à l'année : carte MJC (25 € adulte), licence Fédération (58 € adulte ou 44 € pour les moins de 18 ans, assurance comprise), cotisation au club (172 €, tarif unique avec facilité de paiement). Pour tout renseignement, se rapprocher de la MJC au 04 68 27 03 34.

Lézignan-Corbières : la MJC postule au 3e budget participatif du Département



Les votes débutent : la MJC propose un musée numérique mobile. / Gaëlle Guéant

Narbonne

Publié le 30/03/2025 à 09:56

Gaëlle Guéant

On ne dit plus budget participatif, mais budget citoyen. La 3e opération du genre, financée par le Conseil départemental en faveur de projets territoriaux est soumise au vote des Audois à partir de ce mardi 1er avril.

Le budget participatif 2020 et 2023 devient le budget citoyen en 2025 pour "affirmer les valeurs de partage et de solidarité qui en sont le socle" introduit dans sa présentation en ligne, Hélène Sandragné, présidente du Département. Un budget évolutif pour une meilleure équité entre les porteurs de projets, mais avec une enveloppe globale réduite (restrictions budgétaires obligent) passant d'1M€ alloué contre 1,5M€. Néanmoins, les élus ont souhaité maintenir l'opération et après dépôt des dossiers et validation par le comité de suivi, l'heure est à présent au vote citoyen, du 1^{er} au 30 avril (voir conditions ci-dessous).

Un musée numérique mobile

Sur le Lézignanais, cinq projets sont en lice (*), dont celui d'un musée numérique mobile (la Micro-Folie) porté par la MJC, qui avait d'ailleurs été lauréat en 2020 pour la création d'un Fablab. Entre-temps, l'association a innové en accueillant le musée numérique Micro-Folie. Forte de cette expérience et d'un recul suffisant sur la gestion de cet outil d'accès à la culture pour tous, la MJC souhaite le proposer à l'ensemble du territoire et pas uniquement dans ses murs : "Depuis 3 ans, nous avons développé la Micro-Folie en accueillant un très large public, qui va des écoles, aux centres de loisirs, centres sociaux, les seniors, les associations et les particuliers de tout âge. La Micro-Folie est un outil très intéressant porté par La Villette et qui donne accès à une multitude de contenus de grande qualité et régulièrement renouvelés, issus de 12 institutions et musées nationaux" explique Catherine Claustre, directrice adjointe. Sous la forme numérique, tout un chacun peut accéder à cette galerie virtuelle mêlant arts plastiques, danse, théâtre, musique, design, architectures, documentaires, jeux... Une offre variée et ludique que fait vivre la médiatrice culturelle, Cécile Mathelier, s'adaptant aux demandes et proposant des initiatives : ateliers, soirées thématiques, spectacles en direct depuis l'Opéra de Paris et des autres partenaires du réseau Micro-Folie... "Il y a plein d'actions à mettre en place autour du musée numérique et les acteurs du territoire sont intéressés pour en bénéficier, que ce soient des associations, Ehpad, écoles, communes... avec le musée numérique mobile, on pourra aller partout, y compris dans des zones qui n'ont pas une connexion internet grâce à un routeur. Il existe déjà cette initiative sur le Narbonnais, qui s'avère très bien adaptée pour un milieu rural. L'installation pourra être en extérieur ou en intérieur avec grand écran, vidéo-projecteur, tablettes, casques de réalité virtuelle... et elle sera assortie d'un mini-fablab avec imprimante 3D, découpeuse viryle... pour développer la culture scientifique et technique. Notre objectif est de construire un vrai parcours territorial et dynamique pour une culture de qualité accessible à tous et mis à disposition pour tous".

Comment voter ?

Du 1^{er} au 30 avril (18 heures) sur www.jeparticipe.aude.fr. Avoir une adresse mail, être résident audois et avoir au moins 11 ans. Chaque participant peut voter pour deux projets. Les lauréats peuvent être financés jusqu'à 50 000 € maximum et un des deux votes doit obligatoirement concerner un projet de moins de 20 000 € (pour soutenir les petits projets). Les projets sont répartis selon plusieurs thèmes correspondant aux compétences du Département (culture, sport, tourisme et patrimoine, transition écologique, vivre-ensemble) et on peut filtrer son choix selon les cantons avec des projets à portée départementale sous la rubrique Aude. Le musée numérique mobile projet de la MJC est répertorié sous le numéro #158. À vos votes...

(*) Voir la rubrique Lézignanais sur le site www.jeparticipe.aude.fr.

Impossibilité d'accéder aux archives photos, manque d'interlocuteur en mairie : la Mémoire lézignanaise craint pour sa pérennité



Publié le 31/03/2025 à 15:55

Article rédigé par **Arnaud Chabé**



Journaliste

L'Indépendant

L'association La Mémoire lézignanaise est une véritable machine à remonter le temps, explorant le passé de la ville à travers des documents, souvenirs et photos. Problème : ses bénévoles n'ont plus accès aux archives photos du fonds Costesèque en raison d'émanations chimiques provenant des négatifs. L'association souhaite aussi avoir un interlocuteur au sein des services municipaux.

Elle est, assurément, la gardienne des souvenirs de Lézignan. Grâce à la mobilisation de passionnés d'histoire locale, l'association La Mémoire lézignanaise permet, en effet, de régulièrement remonter le temps, de réunir de nombreux documents relatifs au passé de la ville, de revenir sur des événements qui l'ont façonnée, d'organiser ponctuellement des expositions.

Seulement voilà : depuis plusieurs mois, ses bénévoles, dont le nombre s'étirole avec les années qui passent, sont confrontés à plusieurs difficultés. Avec, en première ligne, la possibilité pour eux de pouvoir accéder au fonds photographique cédé à la mairie par Jacques Roussel, neveu du photographe Pierre Costesèque : "Nous avons exploité 88 000 photos mais il nous en reste au moins autant à consulter. Ce fonds est très important pour que nous puissions continuer nos travaux", insistent les bénévoles quelque peu désespérés. Car, depuis le mois d'octobre 2023, ce véritable trésor, témoin de la vie lézignanaise durant tout le XXe siècle, est, à ce jour, consigné à clé dans une pièce de la Maison Gibert.

Pourquoi ? Pour une raison à la fois insolite et dangereuse. Il y a un an et demi, en effet, après le déménagement et le stockage des documents dans une salle de l'ancienne maison vigneronne, une employée municipale chargée de mission culturelle – qui a quitté la collectivité depuis – a été incommodée par des émanations provenant des négatifs avec, à la clé, une réaction allergique. "Nous avons saisi la médecine du travail, souligne Ivan Ifcic, directeur général des services de la mairie, qui nous a expliqué que la cellulose des négatifs peut se dégrader pour plusieurs raisons (variations de température, d'humidité...) entraînant des émanations d'acide acétique. En conséquence, leur manipulation ne peut se faire qu'à une condition : porter un masque adapté aux produits chimiques, des lunettes de protection et des gants en néoprène".

“ Il y a une réglementation, je ne peux faire autrement ”

En isolant les négatifs concernés par la dégradation, serait-il alors possible pour l'association de consulter à nouveau ces photographies ? Pas forcément. "Ces archives constituent un fonds documentaire dont la consultation est strictement réglementée : la conseillère aux archives du centre de gestion nous l'a rappelé. Pour que des particuliers puissent accéder aux archives, il faudrait qu'ils soient accompagnés en permanence d'un agent municipal : ce qui est très compliqué à mettre en place. Ce n'est nullement un défaut de confiance mais il y a une réglementation et je ne peux pas faire autrement", explique encore Ivan Ifcic.

En attendant, les bénévoles de La Mémoire lézignanaise, hébergés par la MJC, persistent pour pouvoir bénéficier d'une salle plus importante avec du rangement leur permettant de stocker leurs collections particulières ou qui leur ont été confiées par des Lézignonais.

Recrutement d'un nouveau chargé de mission

De même ; ils souhaiteraient éditer trois livres (sur le Musée de la vigne et du vin, écrit par Claudine Serres ; sur la revue *Au soleil des Corbières*, jouée à l'Idéal en 1962, illustrés par des photos du fonds Costesèque ; sur l'évolution de l'urbanisme à Lézignan avec un premier tome dédié au quartier de l'église).

Enfin, ils souhaitent avoir affaire à un interlocuteur unique à la mairie pour pouvoir faire part de leurs besoins et communiquer sur leurs interrogations. Sur ce dernier point, le maire, Gérard Forcada, évoque le recrutement d'un nouveau chargé de mission dans le cadre du dispositif Cifre (Convention industrielle de formation par la recherche), permettant de confier à un doctorant une étude sur un sujet relevant de sa compétence. Reste à savoir s'il pourra répondre à aux sollicitations toujours pertinentes de la Mémoire lézignanaise.

La Mémoire lézignanaise est toujours en quête de bénévoles. Elle se réunit tous les lundis soir à la Maison des jeunes et de la culture.

Mars 2025 | 014

www.mjc-lezignan-corbieres.com

mjc
Lézignan-Corbières

LA GAZETTE



ÉDITO

Ce numéro, le quatorzième, démontre la diversité des sujets et domaines d'action de la MJC, ainsi que des publics concernés.

Inviter les Jeunes Filles à oser s'engager dans des voies réputées masculines, pour y performer: tel était le thème d'une semaine dédiée à l'égalité Hommes-Femmes. Cela doit nous interpeler, pour effacer les différences toujours présentes au quotidien, dès le plus jeune âge. Dans le cadre du Budget Citoyen, c'est aussi le sens de notre projet qui permettrait un accès à la culture élargi aux communes alentour, grâce à une Micro Folie mobile.

Le jeu, la détente ne sont pas oubliés, comme vous pourrez le lire.

Enfin, pour terminer:

"La poésie est le balcon par lequel j'ai choisi de m'évader."
Denis Heudré

La MJC est soutenue par



Crédits photos > MJC Lézignan-Corbières
Rédaction-conception > les équipes de la MJC de Lézignan-Corbières
Impression 1 500 exemplaires | Diffusion numérique > 5 000 mails
(c) AVRIL 2025 | NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

VOTRE MJC EN ACTIONS

EVENEMENT

Femme et entrepreneuriat

La semaine de sensibilisation des jeunes autour du thème "Femme et entrepreneuriat" a été inaugurée, au niveau national, le 10 mars dernier. En Occitanie, Lézignan, la Maison des jeunes et les collégiens des classes de 3e du collège Rosa-Parks ont été choisis pour le lancement régional de cette initiative portée par l'association 100 000 entrepreneurs et le ministère de l'Egalité entre les femmes et les hommes et de la Lutte contre les discriminations.

"Faire bouger les lignes, faire sauter les barrières" : voilà en substance le message qui a été répété, ce lundi 10 mars, depuis notre MJC qui accueillait un événement régional d'actualité.

Après la journée internationale des droits des femmes, l'association 100 000 entrepreneurs et ses différents partenaires, au premier rang desquels figure le ministère de l'Egalité entre les femmes et les hommes et de la Lutte contre les discriminations, lançait, en effet, la semaine de sensibilisation des jeunes à la thématique "Femme et entrepreneuriat".

Aux côtés de leurs homologues de Saint-Ouen, Dijon, Rennes ou encore Lille, trois classes du collège Rosa-Parks de Lézignan ont ainsi participé à un après-midi d'échanges avec des femmes entrepreneurs. "Car aujourd'hui, nous n'avons en France que 35 % de femmes chefs d'entreprise, et dans le domaine des technologies, seulement 10 %", soulignait en visioconférence Philippe Hayat, fondateur de 100 000 entrepreneurs. Dans cet ordre d'idée, partout en France, l'association 100 000 entrepreneurs a mis en place des rencontres avec des cheffes d'entreprise pour qu'elles aillent porter la bonne parole auprès des jeunes. Des tables rondes pour encourager les filles à se dire qu'elles peuvent entreprendre et pour insister auprès des garçons qu'être une dirigeante d'entreprise ne doit pas être considéré comme quelque chose de surnaturel : "Bien sûr, vous êtes encore jeunes pour décider de ce que sera votre avenir professionnel, précisait Delphine Bardaille, animatrice régionale de l'association. Mais on veut parler d'entrepreneuriat au sens large du terme : on parle d'entreprendre sa vie. Et il n'y a pas de jeune âge pour poser des questions sur le parcours des autres".

Ainsi, tout au long de l'après-midi, les membres des réseaux Mampreneur (cheffes d'entreprises et mamans), Bouge ta boîte, ou encore Femmes, chefs d'entreprise se sont relayés auprès des collégiens pour répondre à leurs diverses interrogations. "Sachez que toutes les clés sont disponibles dès lors que vous avez des questions, des projets", a insisté, pour sa part, le préfet, Christian Pouget. Pour casser les codes et prouver, si besoin était, que les femmes ont autant de talent que les hommes pour entreprendre.



La MJC a reçu à cette occasion Mr Le Préfet de l'Aude et Mr le Maire



NUMÉRIQUE / CULTURE Budget citoyen soutenez le projet MJC

Le département de l'Aude vient de lancer la 3ème édition du budget participatif qui désormais se nomme budget citoyen. La MJC candidate parmi les 137 projets soumis au vote des audoises et audois du 1er au 30 avril 2025.

Après avoir expérimenté avec succès les ressources fixes de la Micro-Folie et au regard des sollicitations des publics des communes rurales du canton du lézignanais, nous souhaitons nous équiper et déployer un système de musée numérique et d'un fablab mobile. Ce dispositif pourrait également être utilisé dans les animations extérieures, être mis à disposition des établissements scolaires, des associations, des EPHAD ... du territoire.

Pour soutenir le projet de la MJC vous devez vous connecter au site dédié : jeparticipe.aude.fr et choisir le projet #158 puis sélectionner un second projet de moins de 20.000€. Attention vous ne pouvez voter qu'une fois, vous devez résider dans l'Aude et être âgé d'au minimum 11 ans. **Veillez surtout à valider le mail de confirmation après avoir voté !!!**

On compte sur vous !!!



**Votez pour 2 projets
parmi les 137 proposés
par des Audois
pour des Audois**

Vote à partir de 11 ans

jeparticipe.aude.fr

VOTRE MJC EN ACTIONS

CLUBS

Succès pour la section DANSE TRADITIONNELLE

La MJC propose depuis le début de sa saison une nouvelle section autour des danses régionales autrement appelées danses traditionnelles. L'objectif est d'apprendre les pas pour participer aux nombreux bals de la région et au-delà.

Cette activité est animée bénévolement par Marc LIEGEY et Raphaël HERTRICH, deux danseurs avertis de l'association Lézieléti. Fort d'une quarantaine de danseurs initiés ou non, l'atelier a lieu tous les lundis soir dans une ambiance bon enfant.

Rondeau, bourrée à deux temps, valse, mazurka, cercle circassien, chapelloise, andro, sauts béarnais... Les danses traditionnelles sont très variées : on les danse en groupe, en couple, ou seul et on les retrouve aux six coins de l'hexagone. Le club organise tout au long de la saison de nombreux événements: repas partagés, soirée carnaval et ses fameux bals.

Dans le jargon "trad" du sud de la France, les bals sont appelés balétis ou festnoz du côté breton. Ils sont très nombreux et contrairement à ce que l'on pourrait croire, beaucoup de jeunes y participent. On ne parle pas ici des bals guinguettes de nos grands-parents, mais d'un réel engouement pour le partage d'une culture musicale et dansée, appréciée de toutes les générations. Une tendance qui se retrouve aussi en Catalogne ou en Italie. Un danseur est d'ailleurs prêt à faire de longs trajets pour participer aux festivals dont l'ambiance conviviale est le maître mot.

Quant aux groupes musicaux, ils sont très hétéroclites se déclinant en formations traditionnelles, mais aussi sortant des sentiers battus jusqu'à des propositions atypiques mêlant tradition et modernité.



LOISIRS

LE MÖLKKI débarque

Christian BAUDRION, bénévole sur l'activité Mölky, nous initie au Mölky ! Mais le mölky, qu'est-ce que c'est ? Un gâteau nordique ? Non, non, c'est un jeu d'origine finlandaise, composé de 12 quilles en bois de bouleau mesurant 15 cm de haut pour 6 de diamètre et d'un tikku (lanceur) de 400 grammes environ ayant pour dimensions 22,5 cm de long pour 6 de diamètre. Les quilles, dont la base est plate et le haut biseauté à 45°, portent des numéros de 1 à 12.

On y joue en extérieur, sur de l'herbe ou du sable et, comme cette activité ne réclame pas de force, peu importe notre âge ou notre condition physique : il suffit juste d'avoir au moins un partenaire. Quand les quilles sont disposées selon un ordre précis, chaque joueur doit se placer derrière une ligne située à 3,50m pour envoyer son lanceur.

Le but ? Marquer exactement 50 points en renversant les quilles avec le tikku.

L'intérêt de ce jeu : exercer son adresse, sa mobilité et son cerveau. Il faudra donc trouver une tactique qui permettra d'arriver juste à 50.

Vous croyez que c'est facile ? Essayez donc de diriger un tikku ! Comme un ballon de rugby, il retombera à droite, à gauche, bref, comme ça lui chante. En plus, dès le premier lancer, le jeu explose et chaque quille est reposée sur sa base à l'endroit où elle s'est arrêtée. C'est là que notre animateur intervient : il vous apprendra à bien lancer le tikku pour mieux le contrôler mais aussi à trouver la bonne tactique pour gagner. À 73 ans, Christian joue au mölky depuis 10 ans et a animé un club en Bourgogne pendant 5 ans. Dans sa jeunesse, c'était un club photo et il organisait des séances de cinéma dans des salles de MJC. N'hésitez pas à le rencontrer, il est très sympathique : la MJC a prévu avec lui des sessions d'initiation en Avril, Mai et Juin pour une ouverture de l'activité en Septembre 2025. Vous trouverez les dates précises dans « Les rendez-vous de la MJC ».





mjc
Lézignan-Corbières

24
25

Les Rendez-Vous en MARS à la MJC

& à l'ESPACE de VIE SOCIALE

EXPOS | CONCERTS | ANIMATIONS | STAGES | RANDOS
SORTIES | BALADES | DÉCOUVERTES | REPAS | ATELIERS

LUNDI 03/03

RESTO 12:00-13:30 Carottes râpées ou charcuterie | Rougail saucisse / Riz | Fromage ou yaourt | Tarte chocolat ou fruit

FABLAB 16:00-21:00 Le **LEZILAB** vous accueille en accès libre pour :
-> Découvrir les machines
-> Participer à un atelier d'auto-réparation d'ordinateurs
Échanges et conseils sur "le numérique responsable". Comment agir concrètement ? Venez tester des ordinateurs sous système libre - Trouver des conseils pour prolonger la vie de votre matériel auprès de Thierry et Marjorie.
INSTALL'PARTIE 18:00-20:00 € Gratuit | Réservations conseillées

MARDI 04/03

RESTO 12:00-13:30 Concombre ou charcuterie | Gratin de pommes de terre, chorizo & camembert | Fromage ou yaourt | Charlotte aux fraises ou fruit

MERCREDI 05/03

RESTO 12:00-13:30 **Repas spécial "Provence"**
Pissaladière ou charcuterie | Daube provençale | Fromage ou yaourt | Verrines d'agrumes ou fruit

NICHO-FOLIT 14:00-18:00 Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : **"Maisons et œuvres de personnes illustres"** | Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant (tables de jeux)
€ Gratuit | Tout public à partir de 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans)

"RDV DU BAR" SOIRÉE CARTES 18:00-19:30 Tous les 1ers mercredis du mois, notre bar associatif ouvre ses portes pour un moment de détente en famille ou entre amis. Poussez la porte !
Pour cette 2ème édition nos bénévoles proposent une **soirée cartes**
€ 1€ le verre de vin ou sirop / 1€ la part de Tortillas **NOUVEAU**

JEUDI 06/03

RESTO 12:00-13:30 Salade de choux rouge ou charcuterie | Moules / frites | Fromage ou yaourt | Millefeuilles ou fruit

NUMÉRIQUE 14:00-16:00 Atelier numérique > Questions & Réponses Smartphone / Tablette
€ 2€ adhérent / 4€ non-adhérent | Inscription obligatoire

VENDREDI 07/03

RESTO 12:00-13:30 Salade composée ou mortadelle | Cannellonis | Fromage ou yaourt | Tarte poire ou fruit

L'EXPO DU MOIS

Du 7 mars au 31 mars

"MOIS DE LA POÉSIE"

"Habiter le poème"
Une exposition en miroir alliant poèmes et peintures créés par l'artiste **Nour Cadour** qui nous propose de déambuler dans les pièces de notre maison intérieure.
Expo visible dans le **PATIO** aux horaires d'ouverture de la MJC



SAMEDI 08/03

CANYONING 08:45-10:00 Canyoning : Saut de VESOLES
€ 20€ adhérent / 30€ non-adhérent | réservation obligatoire

PHOTO ORNITHO 10:00-12:00 En se baladant sur des sites naturels, apprenez à observer, connaître et photographier les oiseaux. Cette sortie vous conduira aux écluses de Mandirac. Départ en minibus de la MJC. N'oubliez pas votre appareil photo !
€ Adhérent > 3€ - Non adhérent > 5€. Inscription obligatoire

FABLAB 10:00-12:00 Cours collectif de découverte et d'initiation à la découpeuse vinyle (signalétique, autocollant, flocage, etc.) du FABLAB avec Renaud
€ 3€ adhérents / 5€ non-adhérents | à partir de 16 ans | 6 personnes max.

PATRIMOINE 08:30-17:00 **Sortie patrimoine à Sète**
Visite guidée du Musée de la marine, du restaurant Clair et de la chapelle Notre-Dame de la Salette et les environs.
€ Prix de la sortie : transport et visite inclus : 50€. | Inscriptions à l'accueil.

le PRINTEMPS des POÈTES

La MJC fête la POÉSIE

EXPO' PATIO 12:00 Vernissage EXPO "Habiter le poème", d'après le recueil de poèmes écrit par Nour CADOUR en français et traduit en arabe par le dramaturge et poète Moez Awled Ahmed. Une lecture de poèmes pour accompagner les peintures exposées nous fera voyager dans notre maison intérieure. | Accès libre

ACTION EVS 15:00-15:45 **Poursuite poétique en musique du vernissage EXPO "Habiter le poème"**. Accompagnés par la voix de la poétesse Nour Cadour et la musique au oud de Nicolas Courdeau, composée pour l'occasion, nous laisserons notre esprit suivre cette lecture musicale pour continuer la déambulation dans les différentes pièces de notre maison intérieure. | Accès libre (Réservation conseillée)



DIMANCHE 09/03



Les dimanches à la neige > **Sortie à AX 3 DOMAINES**
ouvert à tous (skieurs, non-skieurs, familles, ...) venez vous oxygéner en station !!!
€ Pour les skieurs > 50€ (adh) ou 60€ (non-adh) bus-forfait-assurance
(matériel supplément de 5€ pour les adh ou 10€ pour les non-adh)
Pour les non-skieurs > 25€ (adh) ou 35€ (non-adh) bus seul

LUNDI 10/03

RESTO 12:00-13:30

- Carottes râpées ou pâté
- Escalopes de dinde / röstagne d'artichaut poivrée
- Fromage ou yaourt
- Fraises chantilly ou fruit

FABLAB 16:00-21:00

Le **LEZZI*LAB** vous accueille en accès libre pour :

- >> Découvrir les machines
- >> Participer à un atelier d'auto-réparation d'ordinateurs
- Échanges et conseils sur "le numérique responsable". Comment agir concrètement ?
- Trouver des conseils pour prolonger la vie de votre matériel ...

€ Gratuit / Réservations conseillées



MARDI 11/03

RESTO 12:00-13:30

- Salade de concombre et grenade ou jambon beurre
- Brandade de morue parmentière
- Fromage ou yaourt
- Povlova ou fruit

MERCREDI 12/03

RESTO 12:00-13:30

- Salade de quinoa à l'avocat ou charcuterie
- Poulet à la crème et aux asperges / gratins de macaroni
- Fromage ou yaourt
- Tarte aux fraises & mascarpone ou fruit

MUSEE-JEU 14:00-18:00

Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : "Collection Auvergne Rhône-Alpes"
Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant (tables de jeux).
€ Gratuit - Tout public dès 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans)

JEUDI 13/03

RESTO 12:00-13:30

- Radis ou salade avec son œuf pané
- Daybe / tagliatelle
- Fromage ou yaourt
- Mousse chocolat ou fruit

NUMÉRIQUE 14:00-16:00

Atelier informatique | **Messagerie électronique**
€ 2€ adhérent / 4€ non adhérent | Inscription obligatoire

GOURMANDISES 14:00-16:00

Gourmandises de saison > **recette MEXICAINE**
Venez tester et partager des recettes simples et gourmandes.
€ 2€ adhérent | 4€ non-adhérent | Inscription obligatoire - places limitées

VENDREDI 14/03

RESTO 12:00-13:30

- Salade composée ou charcuterie
- Côtelette de porc / gratin de courgettes
- Fromage ou yaourt
- Éclair au chocolat ou fruit

SOIRÉE JEUX 20:00-22:00

Jeux de sociétés - Jeux vidéo... Soirée à partager en famille ou entre amis.
Tout public - Gratuit. Les enfants de moins de 12 ans doivent être accompagnés d'un adulte.



SAMEDI 15/03

PATRIMOINE 08:30-17:00

Sortie à **ALET LES BAINS - LIMOUX - SAINT-HILAIRE**
Visite guidée de la maison de **NOSTRADAMUS** à Alet-Les-Bains - Repas libre à Limoux puis visite libre de l'Abbaye de Saint-Hilaire avec dégustation de blanquette.
Se renseigner à l'accueil pour le tarif | Places limitées.



BALETTI* avec les CAZELLOTS

*Bal traditionnel occitan
La MJC vous invite à son bal occitan au programme apéro offert, repas partagé et bal ouvert aux novices comme aux expérimentés !
Ce duo du Minervois vous invite à un baléti au son de l'accordéon, violon, chant et percussions pour danser mazurkas, scottish, bourrées et autres danses occitan, le tout dans un esprit festif et convivial.
€ Entrée : 10€ - Tout public / à la MJC Buvette sur place



LUNDI 17/03

RESTO 12:00-13:30

- Salade de pamplemousse ou charcuterie
- Risotto aux légumes verts / rôti de porc
- Fromage ou yaourt
- Verrine fraîcheur ou fruit

OENOLOGIE 19:30-21:30

Des ateliers originaux, combinant convivialité et pédagogie pour comprendre la richesse des vins | Thème : **Voyage dans la Loire**.
€ 25€ adhérent | 30€ non-adhérents | Inscription limitées

ECO-ATELIER 18:00-19:00

Venez découvrir les éponges magiques et écolos pour faire disparaître toutes tâches et salissures ... Fabrication des éponges avec du tissu recyclé imprégnées de produit naturel confectionné sur place.
€ 2€ adhérent | 4€ non-adhérents | Inscription limitées

MARDI 18/03

RESTO 12:00-13:30

- Pissaladière ou charcuterie
- Poisson à la normande & pomme de terre
- Fromage ou yaourt
- Riz au lait ou fruit

AVRIL 2025

Lézignan-Corbières : la MJC prend ses quartiers de printemps



Toutes sortes d'activités seront proposées gratuitement. / Gaëlle Guéant

Narbonne, Lézignan-Corbières, Culture et loisirs

Publié le 13/04/2025 à 15:17

Gaëlle Guéant

Lundi 14 et mardi 15 avril, la Maison des jeunes et de la culture organise ses quartiers de printemps. Des animations gratuites attendent le public à la résidence La source. D'autres activités sont aussi proposées pendant les vacances.

Après les quartiers d'hiver en février à la place Cabrié, la MJC change de lieux pour ses animations hors les murs. Ces vacances-ci, elle se rendra à la résidence La source pour ses quartiers de printemps. Comme la dernière fois, des animations sont proposées gratuitement dans le cadre de sa politique d'ouverture en lien avec l'Espace de vie sociale et ses partenaires que sont Habitat Audois, la CAF, le Département, la Ville et le dispositif Cité éducative. Sur place, on trouvera des ateliers créatifs, des jeux de pleine nature, du ping-pong, des tables de jeux avec le musée numérique Micro-Folie et la découverte des machines numériques du Fablab pour floquer son tee-shirt qu'il faudra apporter. Le pôle numérique fera un atelier Dj pour créer sa propre musique électro et le planning familial sera de la partie pour informer le public. Les deux jours seront clôturés par un spectacle de danse du monde par les jeunes de l'atelier Mix-danse animée par Billy Gimenez. À noter que d'autres animations spéciales vacances sont proposées à la MJC, **mercredi 16 et jeudi 17 avril**, de 14 à 17 heures : un stage pour les 7 à 14 ans sur la création d'un jeu collaboratif sur ordinateur style *Minecraft* (sur réservation, 12 € adhérents MJC ou 14 €) ; un stage au Fablab pour créer un mini-jeu de société avec des machines numériques (15 ou 18 €, sur réservation) ; la visite et des jeux au musée Micro-Folie sur l'art aborigène d'Océanie (gratuit), plus un atelier à faire en famille dès 4 ans, le jeudi 17 avril de 14 heures à 15 h 30 (décore ton cadre photo aborigène, 3 ou 6 €, sur réservation). Inscription : 04 68 27 03 34.

La MJC de Lézignan-Corbières propose un apéro-musée autour de l'art aborigène



Une soirée sur l'art aborigène avec l'artiste Anne Lassalle. / Gaëlle Guéant

Culture et loisirs, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 15/04/2025 à 14:57

Gaëlle Guéant

Le public est convié à participer à une soirée australienne entre conférence, découverte de l'art d'Océanie, musique et apéro dînatoire, mercredi 16 avril.

Tous les mois, une exposition est organisée dans le hall de la MJC via la saison culturelle du musée numérique Micro-Folie. En avril, l'association reçoit les peintures inspirées de l'art aborigène d'Australie d'Anne Lassalle (visibles jusqu'au 29 avril). L'artiste, qui a séjourné trois mois au pays des kangourous, y a rencontré son peuple autochtone aux traditions ancestrales et vécu pleinement leur mode de vie.

De retour en France, elle mène des recherches sur leurs chants et le symbolisme de leurs peintures, apparentées à la technique du pointillisme. Très impliquée, elle crée l'association Terres et arts d'ici et d'ailleurs à Fontjoncouse pour promouvoir et soutenir les cultures aborigènes, tout en développant des liens et des projets pour aider les peuples autochtones.

Ce **mercredi 16 avril**, de 19 à 21 heures, elle propose une conférence sur l'art aborigène dans le cadre d'un apéro-musée organisé par la médiatrice culturelle de la Micro-Folie, qui agrémentera la soirée par des documentaires sur l'art d'Océanie et une immersion avec casque virtuel au cœur des paysages australiens et de la grande barrière de corail.

La rencontre se terminera par un apéritif dînatoire et le musicien Jean-Louis Rico-Moulin fera une démonstration de didgeridoo avec initiation du public à cet instrument peu commun (sur réservation, 10 € adhérent MJC ou 12 €).

Contact : 04 68 27 03 34.

Violences sexuelles dans le sport : on en parle à Lézignan-Corbières



Les représentants du comité départemental d'équitation avec Benoît Leroux (à droite). / A.C.

Sport, Sports équestres, Lézignan-Corbières

Publié le 15/04/2025 à 16:16

Article rédigé par **Arnaud Chabé**

Journaliste
L'indépendant

Le Service départemental jeunesse et sports a organisé, lundi soir, à la MJC une réunion d'information avec le comité départemental d'équitation. Son objectif : informer sur les violences et les violences sexuelles dans le milieu sportif, signaler, le cas échéant, des faits pour déclencher des enquêtes.

Entre 2023 et 2024, en France, 526 signalements de violences ont été recensés dans le sport, dont 153 relatifs à des violences sexuelles. "Dans l'Aude, nous avons eu une quarantaine de dossiers dont une quinzaine pour agressions sexuelles", lance Benoît Leroux, professeur de sport au Service départemental jeunesse et sport (SDJS) en charge de cette épineuse question.

Car, compte tenu de l'augmentation significative de cet inquiétant phénomène, plusieurs initiatives ont été prises au niveau national au premier rang desquelles figure la plate-forme de signalement en ligne (signal-sports@spots.gouv.fr). Une adresse mail qui permet à une victime ou un témoin d'exprimer ses doutes, ou bien ce qu'il a vu, vécu : agressions sexuelles, maltraitance, harcèlement ou toute autre forme de violence... "Une fois les faits signalés, la plate-forme fait redescendre l'information au service départemental. Chargé de nous effectuer d'une pré-enquête puis une enquête administrative plus poussée le cas échéant. Ce qui n'empêche en rien les victimes de porter plainte au pénal car nous ne sommes pas un tribunal. Nous sommes là pour protéger les pratiquants et éliger l'éducateur ou le dirigeant mis en cause", souligne Benoît Leroux.

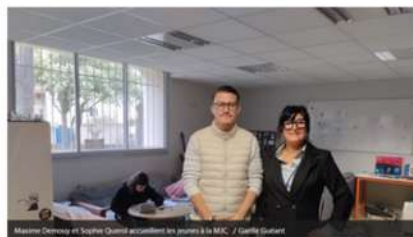
« Sensibiliser dirigeants et éducateurs »

Ce lundi 14 avril, le représentant du SDJS était à Lézignan-Corbières, à la MJC, pour animer, en présence de Colette Chenet, présidente du comité départemental des médailles de la jeunesse, des sports et de l'engagement associatif, une réunion auprès des représentants du comité départemental d'équitation. "Clébe, comité par comité, est d'informer, de sensibiliser les dirigeants et éducateurs : dans un cas de violences qui doivent et peuvent être évités ? Quel circuit de signalement doivent-ils suivre ?", explique encore Benoît Leroux.

Une initiative particulièrement bien accueillie par Pierre-Yves Castel, président du comité d'équitation. "Depuis que j'occupe ce poste, je n'ai pas eu de souci mais je sais qu'il y en a eu par le passé. Il y a des choses dont on ne parle pas : est-ce parce que les gens se taisent ? Alors, si l'on peut libérer la parole, il faut le faire", Laurent Sarzana, du centre équestre Le Parc, est sur la même longueur d'onde : "C'est compliqué d'arrêter ces gens-là, car, on n'a bien compris, ce sont les enfants qui sont les premières victimes. Et moi, les parents ne me les confient pas pour les mettre dans les mains d'individus de la sorte. Nous sommes le premier sport féminin devant la danse mais, en même temps, nous avons la chance que la féminisation touche aussi l'encadrement et même l'exploitation de nos centres : ce qui change considérablement les choses".

En contact avec la mairie, Benoît Leroux pourrait intervenir auprès de tous les sports représentés sur la ville. Saine initiative.

Lézignan-Corbières : une nouvelle équipe à l'Espace jeunes de la MJC



Maxime Demouy et Sophie Querol accueillent les jeunes à la MJC. / Gaëlle Guéant

Culture et loisirs, Narbonne, Lézignan-Corbières

Publié le 23/04/2025 à 14:37, mis à jour à 14:40

Gaëlle Guéant

La Maison des jeunes et de la culture développe depuis plusieurs années son pôle jeunesse. Déléguée par la Ville et l'intercommunalité pour la gestion du centre de loisirs La Lauzeta, elle a créé l'Espace jeunes pour proposer une continuité dans l'accompagnement des jeunes à partir du collège.

Installé dans les locaux de la MJC, l'Espace jeunes offre une bouffée d'oxygène aux jeunes qui peuvent se retrouver pour des activités qu'ils choisissent selon leurs centres d'intérêt, mais aussi des animations, des sorties et des séjours proposés par l'équipe animatrice. Ceux qui y auront participé se souviendront sûrement longtemps du séjour à Paris pour les Jeux Olympiques ou encore d'un camp nature, deux événements phares des vacances de l'été dernier. Ouvert l'année, l'Espace est accessible aux jeunes de 11 à 17 ans, les mercredis et les samedis pendant la période scolaire, puis en semaine pendant les vacances. Pour les accueillir, on retrouve deux professionnels de l'animation. Une équipe renouvelée il y a peu avec Sophie Querol, la responsable coordinatrice et Maxime Demouy.

À propos des animateurs

Sophie Querol est une professionnelle expérimentée de 53 ans avec une belle carrière dans l'animation : "Je suis titulaire d'un B2I, d'un brevet d'état d'éducateur d'activités sportives et un autre dans l'activité physique pour tous. Mon dada, c'est d'organiser des jeux, de détourner les jeux télé en jeux physiques pour être en extérieur et faire en sorte que les jeunes se sentent un peu des éternels. Maxime a d'ailleurs réussi à les faire bouger dès son premier jour ici, je pense que l'on va bien se compléter. Lui m'apporte la modernité et moi, l'expérience. Je voulais un garçon et la différence d'âge, c'est bien aussi. Il est dans la bienveillance, tout comme moi et au vu de mon expérience, réactive depuis peu par la MJC. Destinée aux jeunes de 11 ans à 29 ans, une permanence est ouverte les mardis et les jeudis, de 16 à 19 heures pour des recherches en tout genre (santé, logement, formation, voyage...) ou tout simplement se poser et faire ses devoirs dans le calme avec une aide possible. Maxime Demouy est un jeune homme âgé de 24 ans, originaire de Narbonne : "Je suis titulaire d'un B2I puis (brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport) en activité sport collectif, mention football. Je suis passé à l'EMSAT de Perpignan en 2022 et j'ai tout de suite travaillé en animation au CAS Sud Minervois à Ginestas en péri et extrascolaire auprès de jeunes de maternelles, primaires et pré-ados entre l'école et le centre de loisirs de Sallèles et Saint-Nazaire-d'Aude. Après la fin de mon contrat, j'ai postulé pour la MJC de Lézignan". Enthousiaste et dynamique, Maxime livre ce qui lui plaît dans l'animation : "J'aime le contact avec les jeunes. C'est comme si j'avais une mission envers eux, car quand j'étais jeune, j'ai été dévalorisé parce que ça ne se passait pas très bien et je souhaite leur apporter ce que moi je n'ai pas eu, j'essaie de faire en sorte qu'ils passent de bons moments ici". À noter que le mercredi matin, un café-parent est ouvert pour que les familles puissent faire connaissance avec l'équipe animatrice et les primo-arrivants peuvent venir deux fois pour tâter l'ambiance avant de s'inscrire à l'Espace.

Pour tout renseignement : 06 59 32 07 36 (Sophie).

Lézignan-Corbières - Budget citoyen : dernière ligne droite pour voter



Un musée numérique itinérant, un centre de formation aéronautique et un petit théâtre correspondent aux trois projets locaux. / Gaëlle Guéant



Economie, Narbonne, Société

Publié le 24/04/2025 à 15:29, mis à jour à 15:31

Gaëlle Guéant

Le conseil départemental a réitéré son opération du budget citoyen. Une enveloppe d'un million d'euros sera répartie entre des projets initiés et votés par les Audois. Mode d'emploi.

En 2020 et en 2023, le conseil départemental a lancé les deux premières éditions de son budget participatif, une grande opération citoyenne destinée aux projets de territoire portés par les habitants et pour lesquels les Audois et les Audoises ont été invités à voter. Cette année, le budget participatif revient sous la forme renouvelée du budget citoyen. Une nouvelle appellation indiquant plus précisément la démarche de démocratie participative dans laquelle s'inscrit la collectivité, qui malgré la conjoncture a souhaité maintenir l'opération à hauteur d'1M €, contre 1,5M € les années précédentes.

137 projets

Débuté en novembre dernier, le processus en est à sa phase finale avec le vote pour les projets déposés qui sera clôturé le **30 avril** à 18 heures. Au total, 137 projets sur les 200 soumis à la collectivité ont été sélectionnés par une commission de suivi garantissant le respect des règles du budget citoyen. Les projets en question doivent respecter les valeurs républicaines, correspondre aux compétences de la collectivité et être assez aboutis pour une mise en place sous un an après avoir été lauréat. Dans un esprit d'équité, les votants ont à choisir deux projets qu'ils aimeraient voir se concrétiser : un projet budgété à moins de 20 000 € et un autre allant au-delà. L'objectif étant de donner sa chance aux petits projets comme aux plus gros, sachant que l'enveloppe maximale pour un projet est de 50 000 €. Toujours dans un souci d'équité, au moins un projet par canton sera lauréat. Pour faire son choix, il suffit de se rendre sur la plateforme www.jeparticipe.aude.fr. Un système de filtrage est possible pour se retrouver plus facilement entre les nombreux projets. Ces derniers ont été classés par canton avec une rubrique supplémentaire pour ceux qui possèdent une portée départementale. On peut aussi filtrer par thématique entre des projets concernant la culture, le sport, le tourisme et patrimoine, la transition écologique et le vivre-ensemble. Sur le canton lézignanais, cinq projets sont soumis au vote. Le territoire du canton n'étant pas le même que celui de l'intercommunalité, d'autres projets du périmètre lézignanais sont classés sous la bannière Corbières et Sud Minervois. Sur la ville, trois projets ont vu le jour (voir ci-dessous). À noter que trois autres projets à portée départementale concernent la ville avec l'association Cinéma/Aude, gestionnaire du cinéma Le Palace ; l'association Petit-à-petit, qui propose des espaces de jeux pour les 0-6 ans tous les 15 jours à la salle Pelloutier ; et les Restos du cœur, dont une antenne locale est installée sur la commune.

Trois projets sur la ville

Un musée numérique itinérant avec la MJC (projet # 158). Après avoir expérimenté, les ressources fixes du musée numérique de la Micro-Folie (dispositif déployé par le ministère de la Culture en partenariat avec La Villette) et au vu des sollicitations des publics des communes éloignées du lézignanais, la MJC souhaite s'équiper et déployer un musée numérique et un fablab mobile. Chaque visiteur aura accès gratuitement aux œuvres des plus grands musées nationaux, pourra expérimenter la culture scientifique et technique et découvrir des sites patrimoniaux via la réalité virtuelle.

Une école de pilotage à l'aérodrome avec Les planeurs cathares (# 32). À la demande de nombreux collègues audois, de la Fédération française de vol en planeur et du CIRFA (recrutement des Armées), l'association souhaite créer un centre de formation aéronautique pour former les jeunes aux carrières aéronautiques. L'idée est d'acquérir un matériel éducatif complet : un moto-planeur équipé comme un avion et capable de voler comme un planeur et un simulateur de vol en réalité virtuelle.

Un petit théâtre de poche au quartier La source (# 112). En partenariat avec Habitat Audois et dans le cadre de la politique de la ville, Conduite Intérieure aménage un théâtre de poche dans un appartement à la cité La Source. Pour animer ce théâtre au cœur du quartier prioritaire, l'association a besoin d'équipements scéniques tels que, projecteurs, jeu d'orgue et outils lumière et son, pendrillons, tapis de danse et perches.

Tout Audois âgé de 11 ans peut voter jusqu'au 30 avril (18 heures) sur www.jeparticipe.aude.fr.

Lézignan-Corbières : un spectacle de danse du monde par les jeunes à la MJC



Les jeunes de l'atelier Mixdanse se sont produits sur la scène de la MJC. / Gaëlle Guéant



Spectacles, Narbonne, Lézignan-Corbières

Publié le 24/04/2025 à 15:15, mis à jour à 15:17

Gaëlle Guéant

Initié il y a un an, l'atelier Mixdanse ne cesse de faire des adeptes auprès des jeunes de la communauté gitane.

Depuis de nombreuses années, Billy Gimenez est un des animateurs du centre de loisirs La Lauseta géré par la Maison des jeunes et de la culture. Mais, le jeune homme très apprécié des enfants est aussi un passionné de danses. Ayant déjà eu par le passé une expérience auprès d'un public à Narbonne, il a proposé à la MJC de la ville de lancer une section autour des danses du monde pour les jeunes de 8 à 25 ans. Une opportunité pour la structure associative, qui souhaitait créer une animation susceptible de plaire aux jeunes de la communauté gitane, qui reste un public difficile à capter. Banco ! L'initiative a tout de suite eu du succès, le savoir-faire de Billy attirant tout un groupe de jeunes, au point de refuser du monde. Surfant sur la vague, ses cours ont repris du service pour une seconde année, où il mêle différents univers entre des pas et des figures de salsa, de danse orientale, de hip-hop, danses de salon, bollywood... Une proposition éclectique qui ravit les participants, dont de nombreux adolescents, de jeunes adultes mais aussi des plus petits. Chacun y trouve sa place avec le challenge de se produire sur scène pour restituer auprès du public les chorégraphies apprises et perfectionnées au fil de l'année, sachant que deux cours par semaine sont dispensés. La première représentation a eu lieu pendant ces vacances scolaires dans la salle de spectacle de la MJC devant un public familial venu très nombreux, comme pour les éditions précédentes. Parés de costume de scène, les jeunes ont enchaîné avec talent et dynamisme de multiples tableaux chorégraphiques pour la plus grande joie des parents, grands-parents, tantes, oncles, frères et sœurs de tout âge. Une rencontre intergénérationnelle et conviviale, comme aime à le proposer la MJC.

La MJC de Lézignan-Corbières cartonne avec 2 234 nuitées en un an



Le Rest'O associatif reçoit régulièrement de grands groupes. / Gaëlle Guéant



Narbonne, Lézignan-Corbières, Social

Publié le 27/04/2025 à 11:26

Gaëlle Guéant

La place centrale de la ville dans la grande région Occitanie en fait une destination privilégiée pour toutes sortes d'événements. En 2023-2024, la Maison des Jeunes et de la culture a enregistré 964 réunions de 63 organismes différents.

La MJC est bien équipée pour recevoir des groupes entre des salles de réunion, une grande salle de spectacle, un centre international de séjour et un restaurant associatif. Autant d'avantages qui engendrent une belle fréquentation des lieux. "On est à une heure de Montpellier et une heure de Toulouse et on reçoit différents types de public, comme des fédérations sportives, des services institutionnels, des séminaristes, des comités d'entreprise, des universitaires, des personnes en formation, des travailleurs, des colonies, des scolaires...", précise le directeur, Julien Sans. Tous ne dorment pas et ne mangent pas sur place, mais c'est possible.

Le centre de séjours

Le responsable revient sur la tradition d'accueil de la MJC avec Nathalie Lafont, chargée de l'intendance depuis 13 ans : "À l'origine, c'est parti du jumelage avec Lauterbach en Allemagne et de projets internationaux, comme le camp international des vendanges pour des jeunes qui venaient travailler dans les domaines du territoire. On a aussi géré un camping associatif à Azille dans le cadre de sessions internationales pour de jeunes étrangers invités à découvrir la langue française et une région. En 1975, tout ça a débouché sur la création d'un centre international de séjour (CIS). Entre 2013 et 2019, nous avons profité du gros chantier de réaménagement de nos locaux par la municipalité propriétaire pour totalement le réhabiliter, afin de répondre aux attentes du tourisme social actuel". Avant 2019, le CIS comprenait des dortoirs de huit lits et des douches collectives. Aujourd'hui, le standing et le confort ont bien évolué avec treize chambres de quatre lits et trois chambres de deux, toutes équipées de salle d'eau. Ouvert à l'année, le CIS comprend 56 couchages avec un accès aux personnes à mobilité réduite : "On a les agréments Education nationale et Jeunesse et Sport pour accueillir les scolaires et divers groupes. On peut aussi recevoir des individus de passage. On fait un peu office de foyer de jeunes travailleurs. Une étude est d'ailleurs en cours sur la ville pour la création d'un tel établissement. De par notre expérience, nous pensons nous positionner sur sa gestion si cela se fait. On réfléchit aussi à créer des chambres individuelles, au vu de la demande". En 2023-2024, la MJC a enregistré 2 234 nuitées, ce qui représente 908 personnes : "Le plus gros de la demande est d'avril à octobre. En moyenne, ce sont de petits séjours de trois nuits, sauf pour les colonies ou le tourisme handicap où les groupes restent plus".

Le Rest'O associatif

En 2018, la MJC s'est dotée d'une cafétéria associative avec une équipe de salariés : "Pendant de nombreuses années, Christiane Nastorg, décédée l'an dernier, et cuisinière de métier, a assuré bénévolement les repas pour le CIS". Aujourd'hui, Nathalie Lafont confectionne les menus : "Je privilégie au maximum les fournisseurs locaux et on fait un repas à thème par mois". Aux fourneaux, il y a le chef Olivier Arnaud et Chloé Ladent, seconde de cuisine. Quand il y a de gros événements, des bénévoles de la commission hébergement-restauration prêtent aussi main-forte. En moyenne, une trentaine de repas est servie avec des pics selon les jours. En 2023-2024, la MJC a enregistré 8 401 repas et 2 182 petits déjeuners pour les résidents CIS, plus 1 184 pique-niques pour les groupes en visite : "Le Rest'O est ouvert à tout le monde sous réserve d'être adhérent à la MJC. Nous avons un tarif spécial pour ça. C'est comme un self, personne ne propose ça sur la ville. On sert du lundi au vendredi, de midi à 13 h 20 pour le dernier passage. On a des personnes isolées qui viennent, ça leur permet de sortir et de rencontrer du monde. On a aussi des habitués, comme des entreprises, la police municipale, des clubs, les membres de la MJC, les jeunes de l'équipe de France de rugby à XIII quand ils s'entraînent ici...". Pour bénéficier de ce service, il faut réserver son repas avant 9 h 30 le jour même. Les menus sont publiés au mois sur le site de la MJC.

Contact : 04 68 27 03 34 ou www.mjc-lezignan-corbieres.com. Tarif CIS selon le nombre de personnes en chambre : 23 €/personne/nuit pour quatre ; 25 € pour trois, 28 € pour deux et 35 € seul. 6 €, le petit-déjeuner. Tarif Rest'O : 9,50 € le repas (adhésion spéciale MJC resto de 5 € par an).

Hommage à André Castel, premier disquaire de Lézignan-Corbières, qui vient de nous quitter



André Castel, du temps où il animait des soirées musicales à la MJC. / La Mémoire Lézignanaise



Société, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 29/04/2025 à 16:26

Article rédigé par Arnaud Chabé

Journaliste
L'Indépendant

Disquaire du cours de la République, André Castel, dit « Fusté », qui fut également investi à la Maison des Jeunes et de la culture et au comité des fêtes, nous a quittés ces derniers jours.

"Fusté" : ce surnom, bon nombre de Lézignanaise, adolescents dans les années 60-70, le connaissent forcément. C'était celui d'André Castel, qui, à l'âge de 87 ans, nous a quittés la semaine dernière. C'était surtout le nom de son grand-père qui tenait, sur le cours de la République, là où se trouvait il y a quelques années encore, la Banque populaire, un magasin d'électroménager, de postes de radio et, surtout de disques.

C'est dans ce domaine qu'André Castel, musicien autodidacte (guitariste, pianiste...) dans l'âme, excellait. C'est lui qui, alors que s'éveillaient à peine les années Yé-yé accueillait dans ses bacs les disques fraîchement pressés de Johnny, ou ceux des Chaussettes noires avant que le magasin ne déménage rue Guynemer pour ne se consacrer qu'aux équipements ménagers.

Sa passion pour les mélodies, quelles qu'elles soient, André Castel la cultivait jusque sur le perron de la Maison des Jeunes et de la culture à laquelle il avait adhéré en 1958 : d'abord pour y jouer au ping-pong, puis pour y animer des soirées de musique classique ou de jazz. C'est ainsi grâce à lui que Stéphane Grappelli, Hal Singer, premier saxophoniste de l'orchestre de Duke Ellington ou encore Guy Lafitte ont fait une halte dans la capitale des Corbières pour y présenter leurs musiques.

“ Il aimait les choses simples de la vie ”

Également passionné du territoire audois, des châteaux cathares et de voyages, il fut à l'origine des sessions internationales "Découvrir la France" ou bien encore de la section "Découverte du patrimoine" de la MJC dont il fut administrateur de 1960 à 2019 puis membre d'honneur du conseil d'administration.

André Castel fut aussi un membre très impliqué au comité des fêtes où, là aussi, il aimait à voir se produire le grand orchestre de René Coll et les vedettes du moment.

Photographe, dessinateur, peintre, il aimait l'art sous toutes ses formes aussi bien que "les choses simples de la vie comme un coucher de soleil sur l'Alaric ou le bruit des feuilles dans les arbres", a souligné sa fille, Claire, lors de ses obsèques qui ont eu lieu ce mardi 29 avril. Atteint d'un handicap visuel depuis très jeunes, "Fusté" avait réussi à surmonter tous les obstacles : "Avec une volonté bétonnée, tu a essayé de mener la vie que tu voulais, indépendant, et avec un incroyable réseau d'amis".

Qu'il nous soit permis, en ces circonstances douloureuses, d'adresser à ses filles, Claire, Sophie et Lucie, ainsi qu'à tous ses proches, nos sincères condoléances.

Avril 2025 | 015

www.mjc-lezignan-corbieres.com

mjc
Lézignan-Corbrières

LA GAZETTE



ÉDITO

La belle saison pointe son nez et quelques rayons de soleil nous invitent au potager, ou du moins, à une balade au grand air.

Cultivons aussi l'amitié de nos fidèles voisins de Lauterbach. Souhaitons encore de beaux jours à ce Jumelage, déjà si riche en rencontres!

Pour commencer notre lecture, gros plan sur le sport aux multiples disciplines pour autant de sensations et de satisfactions : l'athlétisme. Loin des foules bruyantes massées autour du ballon rond ou ovale, nos jeunes athlètes s'exercent assidûment chaque mercredi à la Roumengulière. Une belle école de l'effort et de la camaraderie !

Gardons nos baskets et partons au bout du monde découvrir les couleurs du peuple aborigène, au son ancestral du didjeridoo...

Bonne lecture !

La MJC est soutenue par



Crédits photos > MJC Lézignan-Corbrières
Rédaction-conception > les équipes de la MJC de Lézignan-Corbrières
Impression 1 500 exemplaires | Diffusion numérique > 5 000 mails
(c) MAI 2025 | NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

VOTRE MJC EN ACTIONS

SPORT

Tous en piste avec l'école d'athlétisme de la MJC ...

Aujourd'hui, quand vous proposez à des jeunes de se défouler en extérieur, ils vous répondront, à une très large majorité, « Allons faire un match de football ou de rugby ».

Pourtant, toutes les personnes qui s'adonnent à un sport, voire à une activité intellectuelle, auront besoin, pour être au top, de puiser dans l'athlétisme vu qu'il présente de multiples disciplines : courir, sauter, lancer, effectuer des relais. Le couteau Suisse de l'activité physique qui fait travailler votre musculature, votre souffle, votre concentration depuis la Grèce antique.

L'athlétisme n'a pas l'aura qu'il devrait connaître : étouffé par la surreprésentation des sports collectifs dans l'ensemble des médias, peu lucratif, il ne fera pas rêver un jeune. Surtout, au même titre que le cyclisme, l'athlétisme est un sport très dur physiquement, demandant beaucoup d'abnégation.

Pourtant, une bonne vingtaine d'irréductibles petits audois, retranchés le mercredi après-midi dans le stade de la Roumenguière, s'adonne à des exercices qui sont excellents pour leur santé : courir, sauter, lancer, effectuer des relais... le tout à la baguette (au sifflet pour être précis), sous la direction de Julien et Théo, salariés de la MJC en formation, assistés par Philippe, bénévole, accro à la course à pied. En semaine, les animateurs écrivent la partition puis donnent le « LA » chaque mercredi à des jeunes qui se font un plaisir de jouer la symphonie : mélodie des pas (plus ou moins légers) touchant le sol, concert de ahancements pendant la durée de l'exercice, sourires de satisfaction au moment de la récupération : l'ode à l'effort, l'Aude aime l'effort.

On peut s'interroger sur les motivations de ces jeunes athlètes qui viennent, depuis septembre, à cette activité en délaissant, pour quelques heures, leurs autres loisirs plus en symbiose avec le monde des ados d'aujourd'hui. Bien entendu, il doit y avoir une volonté des parents de ne pas laisser leur enfant trop oisif le mercredi après-midi mais, à les côtoyer chaque semaine, Julien, Théo et Philippe sont convaincus que l'ensemble des participants aime à se retrouver autour du stade avec la même envie : retrouver les camarades.

Le leitmotiv des trois animateurs n'est pas de découvrir la perle rare qui, dans quelques années, va crever l'écran et ramener une médaille dans le département. Les objectifs sont simples :

- Donner l'envie à chaque athlète de continuer à faire du sport le plus longtemps possible. Sa pratique est aussi un remède préventif qui aide à nous garder en bonne santé physique et mentale.

- Renforcer le corps et faire travailler le cerveau par des jeux axés sur la souplesse, la vitesse, le temps de réaction mais, également, sur la réflexion, la prise de décision et, donc, le développement et l'amélioration de ses propres capacités.

Toujours en quête de défis, ces jeunes sont pourtant loin de la compétition.

Malheureusement, si l'on trouve des courses populaires pour les adultes, il y a très rarement des journées découvertes pour les plus jeunes !!! Demandez à un jeune footballeur de s'entraîner sans jamais pouvoir participer à un match ; il va vite remiser les crampons. Nos athlètes en herbe font preuve d'abnégation en démontrant que l'athlétisme est une belle école de la vie, qui ne sera jamais buissonnière tant elle enrichit chaque pratiquant.



VOTRE MJC EN ACTIONS ...

JUMELAGE Relance du Jumelage LEZIGNAN-LAUTERBACH

Grâce à la volonté de femmes et d'hommes de conviction, le jumelage entre nos deux villes a été mis en place en 1969. Redonner un nouveau souffle au jumelage, telle est l'ambition de la MJC et de nos amis allemands qui nous ont rendu visite récemment.

Né de la rencontre de deux hommes, Jean-Claude BOUYSSOU, conseiller municipal de Lézignan, et de Walter BUCHMANN, son homologue de Lauterbach, le jumelage entre les deux villes eut pour prémisses un échange économique. Cette rencontre fut organisée en novembre 1966 avec l'envoi outre-Rhin d'une délégation composée d'une quinzaine de lézignanais. Ce groupe, est parti à la découverte de la région de la Hesse. Cet échange a permis aux Lézignanais de découvrir la fabrication de la bière. Cette première rencontre a noué des liens particuliers avec nos amis allemands. On ne pouvait pas en rester là...

Ainsi grâce à l'impulsion de la MJC, les Maires ont gravé dans le marbre un jumelage entre les deux villes qui a officiellement vu le jour en octobre 1969.

Depuis 56 ans, de nombreuses générations de lézignanais et lézignanaises, dont une grande majorité de jeunes ont découvert la magnifique Ville de Lauterbach.

La MJC a mis en place il y a deux ans un club d'amitié avec Lauterbach sous la houlette de Jacky PINTEAUX aidé de Sandra FERRERES totalement bilingue et de Monique MARCELLIN, directrice honoraire de la MJC qui était présente à la signature du jumelage et a œuvré tout au long de sa carrière au développement des liens avec Lauterbach. Composé d'une dizaine d'adhérentes et d'adhérents ce groupe a pour ambition de renouer des liens forts avec nos amis allemands.

Une délégation allemande de 7 membres conduite par Gernot SCHOBERT, le Président du Comité de Jumelage LAUTERBACH-LEZIGNAN nous a récemment rendu visite.



Ce fut l'occasion de réfléchir à la mise en place de nouveaux projets pour 2026 (organisation d'une semaine allemande à Lézignan, fête de la bière, participation aux 80 ans de la MJC, échanges entre des clubs sportifs des deux villes en tennis de table, ou badminton, randonneurs, cyclotouristes...)

Un projet d'organisation d'une colo pour les ados lézignanais à Lauterbach à l'été 2026 est en réflexion.

En marge de cet accueil la délégation allemande a été reçue en Mairie et à la Communauté des Communes où nos élus locaux ont présenté les projets en cours et à venir des collectivités. Des visites ont été organisées (EPHAD en construction à l'entrée de Lézignan ou visite de l'unité de fabrication de la Maison Bertrand).

Ce jumelage permet depuis 56 ans de communiquer, de nous ouvrir à une autre culture, d'en savoir davantage sur la vie de nos voisins, d'accepter nos différences et de construire l'Europe de demain, une Europe fidèle à sa maxime originelle « Unis dans la diversité ».



VOTRE MJC EN BREF ...

**Le séjour à PORT AVENTURA**

Les 16 et 17 avril 2025, une quinzaine d'ados de l'Espace Jeunes a participé à un séjour regroupant les jeunes et les animateurs des MJC de Lézignan, de Marcornigan, de Moussan et de Fitou. Accompagnés par Sophie QUEROL, coordonnatrice jeunesse, direction Port-Aventura, à Salou en Espagne pour deux jours de sensations fortes dans le célèbre parc catalan. Les jeunes ont vécu une expérience unique qui les a transportés vers les coins les plus fascinants du monde. En effet ce parc à thème propose six zones thématiques qui invitent à découvrir des cultures et des aventures variées.

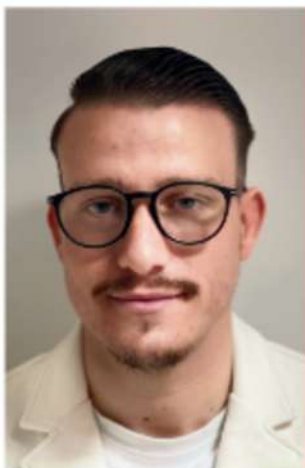
2 jours de frissons intenses et de franches rigolades !

**Une championne au Judo**

Félicitations à Arkane BOUJEMAA qui termine médaillée de bronze aux championnats d'occitanie, le plus haut niveau possible pour son âge ! Bravo aussi à Théo SHTROCK notre professeur de Judo et Self-Défense pour son implication et la qualité de son enseignement.

Expo sur l'art aborigène

Le vernissage du 05 avril dans le patio, mettait à l'honneur l'artiste autodidacte Anne-Christine Lassalle et ses tableaux aux couleurs vives et formes surprenantes, inspirés de l'Art aborigène australien. Pour cette occasion le Café-Poésie nous a fait le plaisir de se joindre à cet événement avec une lecture vibrante de poèmes aborigènes dévoilant la complexité de vivre coincés entre deux mondes sociétaux. La semaine suivante, le Musée numérique Micro-Folie a proposé un Apéro-Musée et une micro-conférence en lien avec l'exposition au cours de laquelle les participants ont pu découvrir plus amplement le travail d'Anne et sa collaboration avec les artistes aborigènes, ainsi que sa contribution, grâce à la vente de ses tableaux, à la scolarisation des enfants et l'amélioration des conditions de vie des tribus via son association « Terres et Arts d'ici et d'ailleurs ». Deux musiciens ont ensuite animé un atelier d'initiation au didgeridoo et le Musée numérique a permis quant à lui de faire connaître le concept Micro-Folie à travers une sélection originale d'œuvres d'Océanie ainsi que deux films 3D grâce aux casques de réalité virtuelle. Entre deux plongeurs dans la barrière de corail et un survol des plaines australiennes, les participants ont fait honneur au buffet en partageant leurs impressions dans une ambiance très conviviale.

**Maxime, nouvel animateur-jeunes**

Nous souhaitons la bienvenue à notre nouvel animateur du pôle jeunesse qui a pris son poste récemment.

Maxime DEMOUY est originaire du narbonnais. Ce passionné de sport interviendra auprès des ados de 11 à 17 ans aux côtés de Sophie QUEROL, coordonnatrice informatrice jeunesse.



Les Rendez-Vous en AVRIL à la MJC
 & à l'ESPACE de VIE SOCIALE

EXPOS | CONCERTS | ANIMATIONS | STAGES | RANDOS
 SORTIES | BALADES | DÉCOUVERTES | REPAS | ATELIERS

budget citoyen Votez pour "#158 un musée numérique mobile"

Pour bénéficier près de chez vous d'un dispositif interactif qui mêle art, culture et technologie, offrant un accès ludique à la culture, votez pour le projet de la MJC. La micro-fole mobile c'est :

- un musée numérique avec un accès aux œuvres des grandes institutions culturelles françaises comme Le Louvre, le musée d'Orsay, l'Opéra Garnier...
- un FabLab avec des machines à commande numérique,
- un espace de réalité virtuelle avec des casques VR pour vivre une expérience unique en 3 D.

La Micro-Fole mobile présente l'avantage de pouvoir s'installer partout (bibliothèque, salle des fêtes, EHPAD, école...) et même en extérieur et de toucher le plus grand nombre possible d'habitants.



Tout le mois d'avril, une personne sera présente à la MJC pour vous aider dans le vote en ligne

MARDI 01/04

RESTO 12:00-13:30

- Oeuf mimosas / salade
- Travers de porc / frites
- Fromage ou yaourt
- Tiramisu ou fruit

MERCREDI 02/04

RESTO 12:00-13:30

- Concombre à la crème ou charcuterie
- Gratin de chou fleur et côtelette
- Fromage ou yaourt
- Riz au lait ou fruit

"RDV DU BAR" SOIRÉE ANGLAISE 18:00-19:30

Tous les lers mercredis du mois, notre bar associatif ouvre ses portes pour un moment de détente en famille ou entre amis. Pousssez la porte ! Pour cette 3ème édition nos bénévoles proposent un Trivial Pursuit comme dans les pubs anglais avec des lots à gagner !

€ 3€ la bière / 1€ le thé ou sirop | 1€ la part de pie **NOUVEAU**

Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : "Collection Val-de-Loire" | 14:00-18:00

Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant !
 € Gratuit | Tout public à partir de 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans)

JEUDI 03/04

RESTO 12:00-13:30

- Macédoine de légumes ou charcuterie
- Tagliatelle au saumon
- Fromage ou yaourt
- Fraises chantilly ou fruit

GOURMANDISES 14:00-16:00

Gourmandises de saison > recette MEXICAINE
 Venez tester et partager des recettes simples et gourmandes.
 € 2€ adhérent | 4€ non-adhérent | Inscription obligatoire - places limitées

POÉSIE 18:30-20:00

Café poésie | On peut lire ou tout simplement écouter. Partager ses textes préférés ou piocher avec bonheur des textes inédits.

VENDREDI 04/04

RESTO 12:00-13:30

- Salade composée ou charcuterie
- Rôti de porc / gratin de courgette à l'italienne
- Fromage ou yaourt
- Flan ou fruit

SAMEDI 05/04

CANYONING 08:45-18:00

CANYONING € 30€ la sortie. Adhésion MJC et réservation obligatoire

COUTURE FACILE 09:00-12:00

Stage couture pour débutant avec Anne-Marie
 Thème : Création d'un sac fourre-tout. Réutiliser, réparer, magnifier : le sac fourre-tout transforme l'ordinaire en un compagnon unique et durable.
 € 20€ adhérent / 30€ non-adhérent | réservation obligatoire

RIGOLOGIE 10:00-12:00

"Le rire c'est une poussière de joie qui fait éternuer le cœur". Découvrez les bienfaits du rire dans une ambiance bienveillante.
 € 2€ adhérent - 4€ non-adhérent | Inscription obligatoire

FABLAB 10:00-12:00

Créer un photophore en bois avec la découpeuse laser.
 € 5€ adhérent / 7€ non-adhérent | réservation obligatoire

PATRIMOINE 08:30-17:00

Sortie patrimoine à Revel
 Le club patrimoine vous propose de découvrir : Le Musée du Bois et de la Marquetterie à Revel et l'Abbaye-école de Sorèze et son Musée Dom Robert Repas libre ou restaurant "Le Saint-Martin" à Sorèze
 € 48€ adhérent sans repas | 73€ adhérent avec repas
 Inscriptions à l'accueil.

PLACES LIMITÉES

12:00-14:00 Vernissage EXPO'PATIO

"Toiles, passeuses d'Histoire",
 Anne Lassalle présentera ses œuvres inspirées de l'art aborigène qu'elle réalise suite à son initiation lors de son séjour australien.
 Cette découverte sera accompagnée d'une lecture de poèmes et suivie d'un apéritif.
 L'art Aborigène est l'une des plus anciennes formes d'art. Ses œuvres relèvent d'un grand symbolisme et son riche de sens.
 | Accès libre



LUNDI 07/04

RESTO 12:00-13:30

Salade de brocolis au jambon ou charcuterie | Saucisse / légumes de saison | Fromage ou yaourt | Dessert du chef ou fruit

FABLAB 16:00-21:00

Le **LEZI'LAB** vous accueille en accès libre pour :
 >> Découvrir les machines
 >> Participer à un atelier d'auto-réparation d'ordinateurs
 Échanges et conseils sur "le numérique responsable". Comment agir concrètement ? Venez tester des ordinateurs sous système libre - Trouver des conseils pour prolonger la vie de votre matériel auprès de Thierry et Marjorie.

INSTALL'PARTIE 18:00-20:00

Gratuit | Réservations conseillées

ECO-ATELIER 18:00-19:30

Venez découvrir le plâtre, et les stucs à la chaux avec Nicolas.
 2€ adhérent | 4€ non-adhérents | Inscription conseillée

MARDI 08/04

RESTO 12:00-13:30

Avocat ou pâté | Risotto aux poireaux / poulet | Fromage ou yaourt | Mille feuille ou fruit

MERCREDI 09/04

RESTO 12:00-13:30

Crudités ou charcuterie | Moules / frites | Fromage ou yaourt | Pavlova ou fruit

MICRO-FOLIE 14:00-18:00

Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : "L'Art gréco-romain"
 Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant.
 Gratuit - Tout public dès 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans)

JEUDI 10/04

RESTO 12:00-13:30

Salade composée ou charcuterie | Lasagnes | Fromage ou yaourt | Tarte aux pommes ou fruit

BALADE 14:00-16:00

Sortie découverte **BAGES**
 5€ adhérent / 10€ non-adhérent pour l'année | Inscription obligatoire

VENDREDI 11/04

RESTO 12:00-13:30

Salade ou charcuterie | Poisson aux épices et lait de coco / gratin de macaroni | Fromage ou yaourt | Pain perdu ou fruit

JEU DE RÔLE 17:00-19:00

Imagina' Rôles. Pour participer à l'élaboration d'un jeu de rôle.
 1€ adhérent / 2€ non-adhérent | Inscription obligatoire

SAMEDI 12/04

BOULANGERIE 09:00-15:00

Découvrez les secrets de la fabrication du pain.
 Thème : Pain burger & pain viennois
 15€ adhérent / 20€ non-adhérent réservation obligatoire



LUNDI 14/04

RESTO 12:00-13:30

Salade de brocolis au jambon ou charcuterie | Hampe de bœuf frites | Fromage ou yaourt | Pavlova ou fruit

MARDI 15/04

RESTO 12:00-13:30

Carottes et chou râpés ou jambon beurre | Tajine | Fromage ou yaourt | Moelleux chocolat ou fruit

SPÉCIAL VACANCES

QUARTIERS DE PRINTEMPS

14H00-17H00 **14 ET 15 AVRIL 2025**
RÉSIDENCE LA SOURCE - LÉZIGNAN

ATELIERS ANIMATIONS MULTI SPORTS INFORMATION

PARENTS ENFANTS GRATUIT OUVERT À TOUS

FLOCCAGE (APPORTEZ UN T-SHIRT OU UN TOTE BAG)
 TABLES DE JEUX ET ATELIER CRÉATIF DI BIANHANS
 JEUX DE PLEINE NATURE (JEU DE L'ŒIL, QUELLES ETC...)
 TENNIS DE TABLE
 PARCOURS ACROBATIQUE ENFANT
 FACTEUR POÉTIQUE (14/04)
 MÔLUXY (15/04)
 IMAGINA' RÔLE (15/04)
 PLANNING FAMILIAL
 ATELIER CV ET OFFRE D'EMPLOI - MISSION LOCALE
 15 AVRIL 17H30 - SPECTACLE ATELIER MIX DANSE

RENSEIGNEMENTS : 04 68 27 03 34

MERCREDI 16/04

RESTO 12:00-13:30

Oeufs mimosas ou salade verte | Escalope et gratins de poireaux au parmesan | Fromage ou yaourt | Choux chantilly ou fruit

MICRO-FOLIE 14:00-17:00

Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : "L'art d'Océanie"
 Tout public à partir de 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans)
 Gratuit

MICRO-FOLIE 19:00-21:00

Apéro-Musée >>> Micro-conférence d'une 1/2heure animée par Anne LASSALLE pour découvrir de manière conviviale "L'art aborigène" suivi d'un apéritif dînatoire.
 Découverte libre du concept du Musée numérique avec la playlist "L'Art d'Océanie".
 10€ adhérent - 12€ non adhérent.
 Inscription obligatoire avant le 14/04



JEUDI 17/04

MICRO-FOLIE 14:00-17:00

Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : "L'Océanie"
 Tout public à partir de 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans)
 Gratuit

MICRO-FOLIE 14:00-15:30

Atelier "Décore ton cadre photo" en carton avec les symboles des artistes aborigènes d'Australie (à faire en famille)
 3€ adhérent - 6€ non adhérent à partir de 4 ans



MAI 2025

Le comité de jumelage Lézignan-Lauterbach veut continuer à tisser des liens d'amitié



Une délégation de "jeunes" d'art à Lézignan la semaine dernière / A.C.



Société, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 06/05/2025 à 17:25

Article rédigé par **Arnaud Chabé**

Journaliste
L'Indépendant

Le comité de jumelage entre Lézignan et la ville de Lauterbach, en Allemagne, a été très actif pendant de nombreuses années. Mais, depuis quelque temps, la dynamique côté français s'est foncièrement estompée alors que les jumeaux d'outre-Rhin, en visite la semaine dernière dans la capitale des Corbières, restent plus que jamais mobilisés. Ils n'attendent plus qu'une chose : que les échanges engagés en 1969 retrouvent leur vigueur d'antan !

"Depuis 45 ans, Lézignan-Corbières est attaché à sa ville jumelle, Lauterbach, en Allemagne. Une amitié qui n'est pas près de s'éteindre !" Voilà ce que nous écrivions le 28 juin 2014, au terme d'une énième visite en Corbières d'une délégation allemande issue du comité de jumelage Lézignan-Lauterbach.

Seulement voilà... Depuis, le temps a fait son œuvre et, ces dernières années, l'enthousiasme lézignanais a quelque peu fléchi. Rare sont désormais les Français qui font le déplacement outre-Rhin. Crise Covid, évolution des mentalités, du monde bénévole et de l'engagement associatif... les raisons sont tout aussi diverses que nombreuses.

Pourtant, dans le land de Hesse, situé dans le centre ouest de l'Allemagne, la ferveur n'a guère faibli. Et ce n'est pas Gernot Schober, l'infatigable président du comité de jumelage de l'autre côté de la frontière, qui dira le contraire : *"Nous venons à Lézignan au moins une fois par an et nous ne manquons jamais la fête du vin primeur, au mois d'octobre", martèle-t-il avec son énergie communicative. Car à Lauterbach, il est hors de question d'oublier la signature de la convention qui lie les deux communes depuis 1969 (lire ci-dessous). Friedrich Wilhelm, présent à Lézignan avec huit de ses compatriotes la semaine dernière, s'en souvient encore : "Nous faisons partie du Caméra-club et nous devons réaliser le reportage. J'avais 16 ans : c'était la première fois que je voyais la mer Méditerranée car nous avions eu droit à une escapade au Barcarès... J'ai ramené plein de souvenirs de cette époque", lâche-t-il, heureux de revenir en Corbières 56 ans après et de visiter la ville de ses courtes vacances.*

"Il faut savoir qu'à Lauterbach, le comité de jumelage est toujours très actif, insistent Jacky Pinteaux et Sandra Ferreres qui, sous la houlette de la MJC et la précieuse aide de son directeur, Julien Sanz, ont décidé de donner de l'impulsion au comité à Lézignan. Ils sont au bas mot 150 à se retrouver fréquemment autour de soirées dédiées à la culture française".

“ Où sont les Français qui venaient nous rendre visite ? ”

Et même lézignanais, puisque, chaque année, au mois de juin, lors de la traditionnelle foire du Pramien markt (l'équivalent de Prom'Aude en quelque sorte), les membres de l'association offrent l'apéritif constitué de vins du Chai des vigneron, d'olives de Bize, de pâté Cabannes... *"Les gens attendent ce moment avec impatience, souligne Gernot Schober. Ils nous demandent où sont les Français qui venaient régulièrement nous rendre visite !"*

Soirée bière-choucroute ?

Avec cet esprit fédérateur, enveloppé d'une solide abnégation, le président du comité de Lauterbach entend revenir en France : cet automne, bien sûr, pour goûter à la tradition du vin primeur, mais aussi l'an prochain, certainement au mois d'avril, dans le cadre de l'anniversaire des 80 ans de la MJC.

Avec, dans ses valises, l'ambition d'organiser une belle fête franco-allemande où la bière, la choucroute, et les Salzekuchen (gâteaux au sel) devraient figurer en bonne place sur la table de la convivialité. *"Ils n'attendent que ça : renouer ces liens qui étaient très forts par le passé", insiste Jacky Pinteaux. Et pourquoi pas ?*

Les fondations du jumelage

La convention de jumelage a été signée en 1969, *"à une époque où il était beaucoup question de réconciliation et de paix entre la France et l'Allemagne"*, expliquait, en 2014, l'adjointe au maire Christiane Tibie. Une élue fortement impliquée dans l'animation du comité de jumelage puisqu'elle en était la présidente, se rendant, à de multiples reprises, outre-Rhin : *"À l'occasion d'un voyage à Lauterbach, Jean-Claude Bouyssou, conseiller municipal, a initié les bases de ce rapprochement. Les maires de Lauterbach (Willi Fiedler) et de Lézignan (Jacques Ouradou), avaient tous deux connu la guerre et ils ont voulu sceller cette amitié",* rappelait-elle encore. De nombreux rapprochements eurent lieu entre les clubs sportifs des deux villes, les associations, mais également le collège Anglade.

Lézignan-Corbières : le tennis de table a le vent en poupe



Les plus jeunes ont débuté dans la compétition. / Gaëlle Guatier



Narbonne, Lézignan-Corbières, Sport

Dans le département, la pratique du tennis de table se porte bien. Un engouement pour ce sport, qui n'a fait que croître avec les Jeux Olympiques de Paris, qui ont vu les jeunes frères Lebrun accéder au podium.

Une médaille de bronze en individuel pour le jeune Félix Lebrun, âgé d'à peine 17 ans, et une médaille de bronze par équipe pour son aîné Alexis, âgé de 21 ans, cela a de quoi faire rêver la jeune génération des pratiquants du tennis de table, d'autant plus que les deux champions olympiques sont originaires d'Occitanie. Les Jeux de Paris ont eu un retentissement sur ce sport, qui était déjà populaire dans le département et à Lézignan-Corbières, qui a reçu la dernière journée du championnat jeune de l'Aude. Une dernière journée orchestrée par le club local de la Maison des jeunes et de la culture, dont la présidente Isabelle Poursine est également la responsable de la section tennis de table. Ancienne joueuse de haut niveau, elle transmet aujourd'hui sa passion aux jeunes avec son mari Jean-Marc, président du comité départemental de tennis de table de l'Aude.

Un championnat en pleine croissance

Des jeunes, il y en avait bon nombre à la salle Tournier pour la clôture du championnat : *"Lancé il y a 7 ou 8 ans avec la participation de 10 équipes, le championnat jeunes a rapidement pris de l'ampleur. Aujourd'hui, il accueille 28 équipes. Cela se déroule en deux temps avec les 1^{ères} phases de septembre à décembre et les 2^{es} de janvier à mai, soit sept journées dans l'année, dont l'accueil tourne entre les différents clubs avec l'aide du comité départemental de la Fédération de tennis de table, qui l'a initié. Plusieurs catégories sont proposées entre le groupe des confirmés, le groupe des moyens et celui des débutants".* Pendant toute une matinée, les échanges de balles ont résonné dans le gymnase et pour encourager tout ce beau monde, une médaille a été remise à chacun pour leur participation. Seule ombre au tableau, le manque de féminines : *"On n'en a pas beaucoup dans l'Aude, alors on organise une animation, le 14 juin où les mamans peuvent venir jouer en duo avec leurs filles (*). Notre club va aussi organiser un tournoi, le seul du département, sur la journée du 22 juin pour les jeunes, les féminines et les joueurs de loisirs avec un repas partagé pour la convivialité".* Avec toute cette dynamique, la France redeviendra peut-être un des pays phares du "Ping" comme dans les années 1990 à 2000, où elle tenait le haut du panier mondial avec la Suède ; aujourd'hui toutes deux dépassées par la Chine.

(*) De 15 à 18 heures au gymnase Coubertin. Inscription gratuite au 06 82 33 27 63 ou poursinecd11@orange.fr.

Mai 2025 | 016

www.mjc-lezignan-corbieres.com

mjc
Lézignan-Corbrières

LA GAZETTE



ÉDITO

Sa silhouette particulière, sa chevelure blanche décoiffée par le vent, étaient devenues rares entre les murs de sa chère MJC. Dédé s'en est allé, sur un standard de jazz, peut-être.

Cette superbe photo en noir et blanc contient en elle toute la passion pour la Musique qui aura animé sa vie.

Au long de l'histoire d'André, on retrouve celle de la MJC, des activités qu'il a développées et dont certaines perdurent. Ce numéro lui est dédié.

Parcourons les moments - importants ou plus simples- qui font le quotidien de notre Maison. Commençons par une balade irlandaise avant de repenser notre projet associatif pour les cinq années à venir

Bonne lecture !

La MJC est soutenue par



Crédits photos > MJC Lézignan-Corbrières
Rédaction-conception > les équipes de la MJC de Lézignan-Corbrières
Impression 1 500 exemplaires | Diffusion numérique > 5 000 mails
(c) JUIN 2025 | NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

VOTRE MJC EN ACTIONS

HOMMAGE

André CASTEL, figure de la MJC n'est plus

Triste nouvelle, André CASTEL est décédé en cette fin de printemps. Pur lézignanais, disquaire en son temps, notre Dédé, fut également très investi dans notre Maison de 1958 à 2019. Il avait 87 ans.

"Fusté", ce surnom, bon nombre de Lézignanais, adolescents dans les années 1960-1970, le connaissent forcément. C'était le nom du grand-père d'André qui tenait, sur le cours de la République, un magasin d'électroménager, de postes de radio et, surtout de disques. Après un court séjour dans une administration très éloignée de Lézignan, Dédé est revenu dans sa ville natale pour rejoindre toute sa famille et rentrer dans l'entreprise familiale créée en 1910. Il a donc travaillé avec son père et son grand-père qui fut le premier marchand de disques de la région. C'est dans cet environnement qu'il a pris goût à la musique, passion qui influencera toute sa vie.

Musicien autodidacte dans l'âme (guitariste, pianiste...) André excellait dans le domaine culturel. Sa passion pour les mélodies, quelles qu'elles soient, il la cultivait jusque sur le perron de notre association à laquelle il a adhéré en 1958, d'abord pour y jouer ... au ping-pong.

Jo TEULON, directeur-fondateur de notre MJC a vite décelé ses talents artistiques et lui propose de faire des animations, à partir de ses disques, de ses documents.

C'est le début d'une longue histoire entre Dédé et la MJC. Pendant plusieurs années, il a organisé des soirées où l'on se réunissait pour écouter, avec nos tourne-disques, de la musique classique en toute sympathie.

Pour concrétiser tout cela, âgé à peine de 18 ans, on l'envoie suivre un stage à Paris. Il y rencontre des gens extraordinaires, ce qui produira chez lui un effet starter, une impulsion fabuleuse.

Bien avant que le festival de Conilhac soit créé, la MJC, sous son aspiration, programme du Jazz. C'est ainsi que Stéphane GRAPPELLI, HåI SINGER, premier saxophoniste de l'orchestre de Duke ELLINGTON, ou encore Guy LAFITTE, ont fait une halte dans la capitale des Corbières pour y présenter leurs musiques.

Dans les années 60, alors qu'il vient d'être élu au Conseil d'Administration, on lui propose d'encadrer sorties et séjours (en Espagne à Llança, à l'Exposition Universelle de Bruxelles ou aux Jeux Olympiques de Rome ...). Il fait aussi de la peinture, des expos, puis lance de nouvelles activités : la photo ...

Avec Roger FABRY et Monique BLANQUER ils créent rapidement une troupe de théâtre et se produisent sur la scène de l'Idéal.

Dédé fut aussi l'animateur historique des sessions internationales "Découvrir la France". Ce dispositif, financé par le Ministère des Affaires Etrangères, permettait à des étudiants étrangers, épris de la culture française et primés par les consulats et ambassades de bénéficier d'une bourse pour découvrir Paris et une région de France pendant 15 jours. Pour le compte de la MJC il a encadré bénévolement ces sessions pendant près de 40 ans. Il partageait avec les étudiants venus des quatre coins de la planète sa passion pour le territoire audois et son amour pour les choses simples de la vie.

Dans les années 2000, à la demande de Julien SANS, nouveau directeur de la MJC et avec son ami Jean-Louis RULL il propose un nouveau club d'activité : "Découverte du Patrimoine" qui, depuis sa création, a permis à des centaines d'habitants de notre territoire de découvrir la richesse patrimoniale de notre région.

Photographe, dessinateur, peintre, il aimait l'art sous toutes ses formes aussi bien que "les choses simples de la vie comme un coucher de soleil sur l'Alaric ou le bruit des feuilles dans les arbres", a souligné sa fille, Claire, lors de ses obsèques.

Atteint d'un handicap visuel depuis très jeune, Dédé avait réussi à surmonter tous les obstacles.

il fut administrateur de 1960 à 2019 puis nommé membre d'honneur de la MJC en 2020.

Qu'il nous soit permis, en ces circonstances douloureuses, d'adresser à ses filles, Claire, Sophie et Lucie, ses petits-enfants, à sa sœur, ainsi qu'à tous ses proches, nos plus sincères condoléances.



VOTRE MJC EN ACTIONS

CLUBS Séjour en Irlande

Une beau voyage, riche en découvertes pour le groupe de la MJC parti visiter Dublin et Belfast du 10 au 15 mai.

Grâce au programme concocté par Nadine KIDD et à ses précieux conseils, les 17 participants ont pu découvrir et se plonger dans l'histoire et la culture Irlandaises. Nous citerons quelques moments forts comme la visite du musée du Titanic construit à Belfast, l'excursion le long de la côte d'Antrim vers la magnifique Chaussée des Géants, l'ambiance et la musique live des pubs, sans oublier la dégustation de la célèbre Guinness... Grâce à quelques temps libres, chacun a pu orienter ses découvertes selon ses envies ou centres d'intérêt avant de se retrouver avec bonne humeur autour d'un verre ou d'un plat irlandais. Pour partager ses bons moments une soirée irlandaise sera programmée en septembre.



VIE ASSOCIATIVE Élaboration de notre projet associatif 2025-2030....

C'est parti ! Tous les 5 ans, la MJC redéfinit son projet associatif. Véritable outil de pilotage, ce dernier oriente les actions de notre association conformément à sa vision et à ses valeurs pour les années à venir.

Une large phase de participation et de consultation a démarré et se poursuivra jusqu'à fin 2025 à travers des ateliers thématiques, un questionnaire, une boîte à idées, un mur d'expression afin de recueillir les avis et propositions de tous, adhérents, habitants, animateurs, bénévoles, administrateurs, salariés, partenaires, usagers...

Le projet associatif c'est :

- Un plan stratégique qui vise à dessiner le futur souhaité au regard des valeurs de la MJC.
- Une feuille de route qui précise les objectifs, actions et moyens à mobiliser.
- Un document final fédérateur qui déroule une démarche collective et partagée.

Les participants des deux premiers ateliers se sont penchés le 26 mai sur le bilan du projet associatif précédent (2020-2025) et le 26 juin sur les questions de communication. D'autres ateliers suivront à la rentrée. N'hésitez pas à vous renseigner à l'accueil de la MJC.



VOTRE MJC EN BREF ...



Retour sur le "Parcours Citoyen"

Débuté fin avril, le programme de l'opération "Parcours Citoyen" initiée en 2022 par la municipalité, s'est déroulé tout au long du mois de mai.

Pendant cette période différentes activités ont été menées, à destination du tout public dont les scolaires, collégiens, lycéens et apprentis.

Tables rondes, expositions, ateliers artistiques, représentations théâtrales, projections de films et de documentaires, conférences, sensibilisation aux gestes citoyens, formation aux premiers secours, rencontres avec les élus... les propositions ont été multiples, faisant intervenir de nombreux partenaires locaux dont notre MJC qui a proposé des ateliers de conception d'une Marianne au fablab ou des séances culturelles à la MICRO-FOLIE.

UNIQUES : un festival sur l'égalité des chances avec France Travail

Le 16 mai dernier FRANCE TRAVAIL organisait une déclinaison locale du FESTIVAL UNIQUES programmé au niveau national et dont le thème est l'égalité des chances. Le matin, entreprises et associations se sont retrouvées dans les locaux de la MJC dans le cadre des "éco" des quartiers" initiés par FACE AUDE pour échanger sur leurs pratiques et besoins. L'après-midi quelques stands ont investi le jardin public proposant Job Dating et sensibilisation contre la discrimination. Une représentation de danse du groupe Mix Danse des jeunes de la MJC a clôturé cette journée.



POP CAMPUS, le rendez-vous bi-annuel des MJC d'Occitanie

Notre maison était représentée en force à "POP CAMPUS 2025" qui s'est tenu le 23 mai à la MJC de Gaillac dans le Tarn.

Cette journée de regroupement du réseau, ouverte à tous, est le rendez-vous bisannuel des MJC d'Occitanie. Elle est organisée pour alimenter et enrichir les réflexions et les idées d'action des MJC par les MJC elles-mêmes. Les plages informelles d'échanges et les temps de convivialité sont également importants lors de ce regroupement.

Ce sont autant d'espaces de discussions, d'échanges de pratiques, de productions, de transmissions d'outils et de méthodes à approfondir ensemble sur la prochaine saison au sein du réseau, et à réinvestir, en articulant les forces du local vers le national. Toutes les actrices, acteurs des MJC de l'Occitanie, les bénévoles, les professionnel.le.s les volontaires, les jeunes y étaient convié.e.s !



Trois chantiers prioritaires issus du terrain ont été travaillés sur ce Pop Campus :

- Comment se doter d'argumentaires simples facilitant la compréhension de nos projets et leurs effets sur les territoires ?
- Comment penser l'autonomie de nos projets ou comment identifier des alliances et une diversification de co-financements en fonction des enjeux sur lesquels le projet MJC est positionné ?
- Comment réactualiser notre perception de ce que sont les jeunes aujourd'hui pour continuer à créer les conditions de leur engagement ?





Les Rendez-Vous en MAI à la MJC & à l'ESPACE de VIE SOCIALE

EXPOS | CONCERTS | ANIMATIONS | STAGES | RANDOS
SORTIES | BALADES | DÉCOUVERTES | REPAS | ATELIERS

VENDREDI 02/05

RESTO

12:00 - 13:30

Macédoine de légumes ou charcuterie | Steak / frites | Fromage ou yaourt | Panna cotta ou fruit

SAMEDI 03/05

10:00 - 18:00

Sortie PUMPTRACK à Coursan - Ne tarde pas à t'inscrire !

- 🍌 Pique-nique tiré du sac
- 🍌 16 places disponibles
- 🍌 Réservation en ligne obligatoire



LUNDI 05/05

RESTO

12:00 - 13:30


Carottes râpées ou charcuterie | Ailes de raie ailoli / légumes vapeur | Fromage ou yaourt | Tiramisu aux fraises ou fruit

FABLAB

16:00 - 21:00

Dans le cadre du parcours citoyen le LEZILAB vous propose de fabriquer votre porte-cléf "Marianne" à la découpeuse laser. Découvrez en prime l'histoire de ce symbole de la République !

🆓 Gratuit | Réservations conseillées | Tout public




MICRO-FOLIE

14:00 - 18:00

Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : "Oeuvres, symboles et attributs de la République, de la Démocratie et de la Citoyenneté"

Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant !

🆓 Gratuit | Tout public à partir de 4 ans (accompagné jusqu'à 10 ans)




RDV DU BAR APERO-JEUX

18:00 - 19:30

Les 1ers mercredis du mois, notre bar associatif ouvre ses portes pour un moment de détente. Poussez la porte !

Pour cette 4ème édition venez découvrir 3 jeux à jouer sans modération en famille et entre copains : Code Names - D'où - Slyjo

🍷 Entrée libre 2€ boisson et gâteaux apéro



JEUDI 08/05

VENDREDI 09/05

17:00 - 19:00

IMAGINA RÔLES

Imagine' Rôles. Pour participer à l'élaboration d'un jeu de rôle. Réunir, imaginer, jouer ! | Un vrai moment ludique et convivial.

1€ adhérent / 2€ non-adhérent | Inscription conseillée | Tout public

SÉANCE REPORTÉE

SAMEDI 10/05

10:00 - 12:00

RIGOLOGIE

"Le rire c'est une poussière de joie qui fait éternuer le cœur". Découvrez les bienfaits du rire dans une ambiance bienveillante

2€ adhérent - 4€ non-adhérent | Inscription obligatoire

SÉANCE REPORTÉE

LUNDI 12/05

EXPOPATIO jusqu'à début juin

"Le club dessin peinture s'expose", Tout au long du mois de mai les adhérents du club dessin peinture de la MJC investissent le patio et présentent leurs œuvres au public.

| Accès libre pendant les heures d'ouverture de la MJC



MARDI 13/05

MERCREDI 14/05

14:00 - 20:00

Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : "Autour du Monde"

Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant.

🆓 Gratuit - Tout public dès 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans)



LA MJC PARTICIPE

VALEURS

La MJC ouverte à tous, offre aux jeunes comme aux adultes la possibilité de prendre conscience de leurs aptitudes, de développer leur personnalité et de se préparer à devenir des citoyens actifs et responsables

MISSIONS

La démocratie se vivant au quotidien, la MJC a pour mission d'animer des lieux d'expérimentation et d'innovation sociale répondant aux attentes des habitants. De telles actions encouragent l'initiative, la prise de responsabilité et une pratique citoyenne.

CITOYEN, ON LE DEVIENT

PARCOURS CITOYEN

DU 23 AVRIL AU 31 MAI 2025

Conférences
Expositions
Micro-trottoir
Projections films
Ateliers
Témoignages
Théâtre
Conseils infos
Sensibilisation - initiations

TOUT LE PROGRAMME ET LES LIEUX : www.lezignan-corbieres.fr



JEUDI 15/05

 **GOURMANDISES** 14:00-16:00 Gourmandises de saison > RDV au POTAGER avec Gée Aude
Venez découvrir les jardins des Plots, vous initier au jardinage ou échanger vos astuces
2€ adhérent | 4€ non-adhérent | Inscription obligatoire



 **POÉSIE** 18:30-20:00 **Café poésie** | On peut lire ou tout simplement écouter.
Partager ses textes préférés ou piocher avec bonheur des textes inédits.
La poésie est une salve contre l'habitude Henri Pichette

VENDREDI 16/05


SAMEDI 17/05


 **COUTURE FACILE** 09:00-12:00 **Stage couture** pour débutant avec Anne-Marie.
Thème : Création d'un **sac fourre-tout**. Réutiliser, réparer, magnifier : le sac fourre-tout transforme l'ordinaire en un compagnon unique et durable.
20€ adhérent / 30€ non-adhérent | réservation obligatoire



 **FABLAB** 10:00-12:00 **SPECIAL FÊTES DES MÈRES**
Stage Fablab. Venez créer votre mug personnalisé !
Prix : adhérent MJC : 8 € Non-adhérent MJC : 10 € Public
Inscription obligatoire. Possibilité de venir en famille.



 **JEUNES** 09:00-17:00 Participation au Conseil Départemental des Jeunes au château de Villegly.
Au menu : découverte et participation à des projets, atelier-radio, jeux, échanges, olympiades sportives...
Prix : adhérent MJC : 8 € Non-adhérent MJC : 10 € Public



CONCERT **Les Aïrs de Rien** **MOUX**
Le groupe Les Aïrs de Rien sera en concert à la salle municipale de Moux en compagnie de la chorale "La petite fugue" le samedi 17 mai à 18h !
Venez nombreux profiter d'un moment musical convivial et chaleureux.




DIMANCHE 18/05


 **CANYONING** 08:45-18:00 **CANYONING MARJA VALENTA + GOURG DES ANELLES**
30€ la sortie. Adhésion MJC et réservation obligatoire




LUNDI 19/05

RESTO 12:00-13:30 **Taboulé ou charcuterie** | **Légumes farcis** | **Fromage ou yaourt** | **Fromage blanc au caramel ou fruit**

 **OPENLAB** 16:00-21:00 Le **LEZILAB** vous accueille en accès libre pour :
>> Découvrir les machines
Échanges et conseils sur "le numérique responsable". Comment agir concrètement ? Venez tester des ordinateurs sous système libre - Trouver des conseils pour prolonger la vie de votre matériel auprès de Thierry et Marjorie.
18:00-20:00 **INSTALL'PARTIE** € Gratuit | Réservations conseillées

 **ECO-ATELIER** 18:00-19:30 **ECO-ATELIER ECO-GESTES ECONOMIE D'EAU QUIZZ**
2€ adhérent | 4€ non-adhérents | Inscription conseillée



 **OENOLOGIE** 19:30-21:30 Des ateliers originaux, combinant convivialité et pédagogie pour comprendre la richesse des vins | Thème : **Vins étrangers, vins méditerranéens à l'honneur.**
€ 25€ adhérent | 30€ non-adhérents | Inscription limitées

MARDI 20/05

RESTO 12:00-13:30 **Pâté ou salade verte** | **Moules / frites** | **Fromage ou yaourt** | **Mousse au citron ou fruit**

 **Sortie patrimoine en Catalogne Espagne**

Le club patrimoine vous propose : Visite guidée du **château de GALA à PUBOL** + visite libre du musée **DALI à FIGUERAS**
La maison-musée du château Gala Dalí, château de **Pubol**, permet de découvrir une demeure médiévale où Salvador Dalí matérialisa une débordante activité créatrice en pensant à une personne, Gala. Avec le temps, cet espace est devenu, le dernier atelier de Dalí et le mausolée de sa muse.
€ 80 € la journée | Inscriptions à l'accueil.



MERCREDI 21/05

RESTO 12:00-13:30 **Crudités ou charcuterie** | **Carbo** | **Fromage ou yaourt** | **Glace ou fruit**

 **MICRO-FOLIE** 14:00-20:00 **Visite libre** du musée numérique et tables de jeux | thème : **"Paysages de printemps" et création de fleurs en papier**
Tout public à partir de 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans)
€ Gratuit

JEUDI 22/05

RESTO 12:00-13:30

- Oeufs mimosa ou jambon beurre
- Gratin dauphinois / côtelette
- Fromage ou yaourt
- Tarte aux fruits ou fruit

BALADE 14:00-16:00

Sortie découverte ARGENS MINERVOIS
 € 5€ adhérent
 10€ non-adhérent pour l'année
 | Inscription obligatoire



VENDEDI 23/05

RESTO 12:00-13:30

- Salade composée ou charcuterie
- Gratin courgette / saucisse
- Fromage ou yaourt
- Flan ou fruit



Le cercle des jeunes cinéphiles constitué par les élèves de l'option cinéma du lycée Ferroul organisent pour la 3ème année consécutive leur festival qui se déroulera du 21 au 25 mai au cinéma LE PALACE. Le thème des films présentés cette année est "Voyage et liberté".

vendredi à 19:00 La MJC aura le plaisir d'accueillir la cérémonie officielle de lancement du festival

ESPACE JEUNES 18:30-21:45

L'Espace Jeunes organise une soirée "Vendredi, tout est permis!" Rendez-vous ce vendredi soir pour une soirée fun et ouverte à tous!
 Auberge espagnole : chacun ramène un petit truc à manger ou à boire à partager. Ambiance conviviale garantie, alors viens avec ta bonne humeur et tes amis!

SAMEDI 24/05

PÂTISSERIE 09:00-13:00

Apprentissage des classiques de la pâtisserie
 >>> Au programme : TARTE CITRON MERINGUÉE
 15€ adhérent - 20€ non adhérent | Inscription obligatoire - places limitées

ESPACE JEUNES 10:00-18:00

INTER MJC - Sortie Gruissan avec la MJC de Gruissan - Port, marée, balade...
 Pique-nique tiré du sac
 16 places disponibles
 Réservation en ligne obligatoire

LUNDI 26/05

RESTO 12:00-13:30

- Carottes râpées ou charcuterie
- Gratin de blettes à l'italienne
- Fromage ou yaourt
- Sponge cake au pamplemousse ou fruit

OPENLAB 16:00-18:00

Le **LEZILAB** vous accueille en accès libre pour :
 >> Découvrir les machines et échanger sur "le numérique responsable".

PROJET ASSOCIATIF 2025-2030 18:00-21:00

Réunion sur le thème de la **vie associative** dans le cadre de la construction du nouveau projet associatif de la MJC. Participation ouverte à tous les adhérents sur inscription

MARDI 27/05

RESTO 12:00-13:30

- Pan con tomate ou charcuterie
- Poulet basquaise / riz
- Fromage ou yaourt
- Baba au rhum ou fruit

MERCREDI 28/05

RESTO 12:00-13:30

- Pomelos ou charcuterie
- Encornet farcis / blé
- Fromage ou yaourt
- Éclair chocolat ou fruit

ESPACE JEUNES 14:00-20:00

Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : "Animaux du monde" et Totem animaux sauvages à colorier
 Tout public à partir de 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans) € Gratuit

ESPACE JEUNES 13:00-18:00

Viens passer une super après-midi au stade de Gaujac ! Du sport, du soleil et de la bonne humeur.

JEUDI 29/05

VENDEDI 30/05

RESTO 12:00-13:30

- Salade composée ou charcuterie
- Brochettes de porc / haricots verts
- Fromage ou yaourt
- Gâteau au yaourt crème anglaise ou fruit

IMAGINA RÔLES 17:00-19:00

Imagina' Rôles. Pour participer à l'élaboration d'un jeu de rôle. Réunir, imaginer, jouer ! | Un vrai moment ludique et convivial.
 1€ adhérent / 2€ non-adhérent | Inscription obligatoire

SAMEDI 31/05

BOULANGERIE 09:00-15:00

Découvrez les secrets de la fabrication du pain.
 Thème : **Les pains du monde**.
 - Application : l'ekmek (Turquie) farine, huile d'olive et miel - la focaccia (Italie) farine de blé, huile d'olive, romarin.
 € 15€ adhérent / 20€ non-adhérent | réservation obligatoire

... MAIS AUSSI EN MAI ...

POUR LES ENFANTS (3-11 ANS)

Le centre de loisirs "LA LAUSETA" est situé dans le parc de Gaujac et accueille vos enfants
 > En période scolaire les mercredis entre 7h45 à 18h15. Réservations obligatoires auprès de la Mairie. Les tarifs sont modulés en fonction du quotient familial.

POUR LES ADOS (12-17 ANS)

Pour les périodes scolaires l'Espace Jeunes est ouvert les mercredis et les samedis de 14h à 18h30. Le Point d'Information Jeunesse est ouvert les mardis et jeudis de 16h à 19h et le mercredi de 10h à 12h. Pendant les vacances l'Espace jeunes est ouvert tous



DIES RANDONNÉES PÉDESTRE OU MONTAGNE, DES BALADES DES PROMENADES EN PINÈDE OU DE LA MARCHÉ NORDIQUE
 Programme rando Pinède



25, RUE MARAT
 11200 LEZIGNAN-CORBIÈRES
 TEL > 04.68.27.03.34
 info@mjc-lezignan-corbieres.com

La MJC est soutenue par



SUIVEZ-NOUS

mjclezignancorbieres
 @mjc.lezignan.corbieres

www.mjc-lezignan-corbieres.com

JUIN 2025

Lézignan-Corbières : un parcours pour devenir citoyen



Des prestations chantées pour la finale du Parcours Citoyen. / Gaëlle Guéant

Narbonne, Lézignan-Corbières, Education

Publié le 01/06/2025 à 15:20
Gaëlle Guéant

Samedi après-midi, le Palais des fêtes a accueilli la clôture du Parcours citoyen.

Début fin avril, le programme de l'opération Parcours citoyen initiée en 2022 par la municipalité, s'est déroulé ce samedi 31 mai clôturant un mois riche en animations. Il y a été présenté un retour des différentes activités menées à destination du tout public, mais aussi des scolaires, collégiens, lycéens et apprentis. Tables rondes, expositions, ateliers artistiques, représentations théâtrales, projection de films et de documentaires, conférences, sensibilisation aux gestes citoyens, formation aux premiers secours, rencontres avec les élus... Les propositions autour du Parcours citoyens ont été multiples, faisant intervenir de nombreux partenaires locaux tels que la MJC, la Mission locale, la Réserve communale de sécurité civile, l'association Ciném'Aude, la compagnie théâtrale Conduite intérieure, la médiathèque intercommunale, des médailles militaires, des artistes peintres... Cette liste non exhaustive révèle une volonté politique d'étouffer les actions et les collaborations autour de la thématique avec un titre évocateur : Citoyen, on le devient. Dans le public, on a retrouvé des participants et des intervenants des différentes activités réalisées sur le mois avec une remise des attestations des publics formés aux gestes de premiers secours et ceux ayant suivi les parcours de l'école de la Marianne. Il y avait aussi la directrice de l'Institut l'Amandier, qui a remercié la municipalité pour le financement du séjour à Paris des élèves de la chorale de l'établissement.

Du 28 au 30 mai, les jeunes se sont rendus à Paris, où ils ont accompagné le maire de la ville, Gérard Forcadà, à une cérémonie en hommage au soldat disparu avec le grand privilège de pouvoir chanter sous l'Arc-de-Triomphe. Une expérience unique et citoyenne pour les jeunes lézignanais. La clôture du Parcours citoyen s'est aussi faite en musique puisque la chorale s'est produite, ainsi que de jeunes perpignanais de l'association Nir's. Un après-midi final aussi riche que l'a été cette 4^e édition du Parcours citoyen, coordonnée par l'adjointe à la culture, Sabrina Fitto-Darzens et la chargée de la Politique de la Ville, Séverine Agrippa sous la responsabilité de l'élue Sylvie Darné.

Des animations foison avec Léz'Arts et Sports en fête et la MJC de Lézignan-Corbières



Des stands en tout genre à découvrir librement. / Gaëlle Guéant

Culture et loisirs, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 12/06/2025 à 19:22
Gaëlle Guéant

Samedi 14 juin, la MJC organise sa fête de fin d'année au jardin public avec de très nombreuses animations gratuites ouvertes à tous.

On ne compte plus le nombre de sections sportives, de loisirs, d'activités culturelles et autres animations que la MJC met en œuvre tout au long de l'année... Les seuls chiffres que l'on pourrait retenir sont que la structure associative a dépassé les quatre-vingts sections et les 2 000 adhérents, ce qui en fait la plus importante de la commune et l'une des MJC les plus dynamiques de la région Occitanie. Alors autant dire que la fête de fin d'année "Léz'Arts et Sports en fête" aura de quoi divertir un très large public, ce samedi 14 juin.

Découvertes en tout genre

De 14 à 22 heures, démonstrations, initiations, expositions, ateliers, spectacles, concerts, jeux seront au programme, animés par les différents intervenants des sections de la MJC.

Le jardin public prendra la forme d'une kermesse géante avec plusieurs espaces thématiques entre le village des arts et des loisirs, l'espace sport et bien-être, l'espace danse, une scène musicale, des stands en tout genre, des parcours... Pour tous les âges et tous les goûts, l'après-midi promet d'être festive et pleine de découvertes.

À noter la possibilité de se restaurer et s'hydrater auprès d'un stand tenu par les bénévoles.

Lézignan-Corbières : Les pongistes Lézignanais brillent avec une montée historique en Régionale 1



La Lézignanaise Isabelle Poursine et ses collègues Carcassonnais, vaincus. / Gaëlle Guéant

Le club de tennis de table de la ville fait partie de la MJC et comprend cinq équipes jouant en Régionale et Départementale. Le point sur une saison à marquer d'une croix blanche.

Depuis 25 ans, Isabelle Poursine et son mari Jean-Marc sont responsables du club de tennis de table de la ville. Un duo de passionnés et de joueurs émérites, dont le cœur bat pour ce sport de raquette, qu'ils pratiquent et transmettent à la jeune génération.

"Une saison qui restera dans les annales"

Ancienne joueuse de haut niveau, Isabelle a pratiqué en Nationale 1 par équipe et a été parmi les 15 meilleures joueuses françaises en individuel dans les années 1990, du temps où ce sport était porté mondialement par la France et la Suède, avant la vague chinoise d'aujourd'hui.

À présent, Isabelle joue en équipe première avec l'entente de Lézignan-Carcassonne. Tout au long de l'année, la formation inscrite en Régionale 2 a brillé en restant invaincue des championnats et en terminant première de sa poule : "Notre équipe a réalisé un exploit retentissant en accédant à la Régionale 1, se réjouit Isabelle. Une performance exceptionnelle puisque le club de Lézignan n'a jamais évolué à ce niveau de la compétition. C'est une montée historique".

Une place que l'équipe a gagnée lors de la dernière journée de championnat : "Ce dernier match a été décisif face à Congénies. Un match nul suffisait pour la montée en R1. Au début, le scénario a vite tourné à l'avantage des visiteurs, qui à l'issue des doubles menaient 6 à 4. Dans une ambiance survoltée, avec des supporters venus nombreux, chaque point a ensuite été âprement disputé. Nous avons puisé dans nos réserves pour arracher trois des derniers matchs du carré final et assurer le match nul. Ce fut vraiment une rencontre à suspense pour cette montée en R1". L'équipe savait qu'elle devrait tout donner : "Le soutien du public nous a transcendés. Ce fut un match d'une ferveur intense et j'ai rarement joué dans une ambiance aussi survoltée" reprend Isabelle.

Grâce à ce match nul, l'équipe conclut une phase parfaite : aucune défaite, un esprit de groupe remarquable, et une première place synonyme de montée. Une autre montée est également à noter, puisque l'équipe en D3 a imité la R2 en ne concédant qu'un seul match nul lors de sa saison. Concernant la Régionale 4, elle termine 3^e de sa poule : "Le match nul contre Espalion leur coûte la montée, mais dans une poule très équilibrée et avec des clubs de toute l'Occitanie. Cette 3^e place est déjà très bien". Quant à la D1 et la D2, les équipes assurent leur maintien en terminant 5^e de poule.

En conclusion : "Ce fut une très bonne saison pour les pongistes Lézignanais, qui restera dans les annales du club". À noter que **dimanche 22 juin**, le club organise son tournoi annuel de fin d'année avec le trophée Claude-Descours : "C'est le seul de l'Aude et il est ouvert à tous, jeunes, féminines, y compris les joueurs de loisirs. C'est une journée qui se veut conviviale avec un repas partagé".

À Lézignan-Corbières, Léz'Arts et Sports en fête a perdu de son faste



La campagne de bilbois de la MJC a donné une représentation. / Gaëlle Guéant

Publié le 19/06/2025 à 13:37

Gaëlle Guéant

Écouter cet article

0000 / 0107

Revenir à l'écran

La Maison des jeunes et de la culture a organisé sa fête de fin d'année.

Samedi dernier, la MJC a organisé sa fête de fin d'année à grand renfort d'activités gratuites au jardin public, jouant sa structure. Les nombreux intervenants des sections sportives, culturelles, artistiques ou de loisirs étaient présents pour des démonstrations et des initiations en tout genre, mais force est de constater que l'après-midi n'a pas eu le succès escompté.

Étonnement à d'ailleurs régné chez les organisateurs, habitués à voir une foule de visiteurs lors des éditions précédentes. La chaleur, la fatigue, la lassitude, le manque de communication... On ne peut que faire des suppositions quant aux raisons de la timidité du public.

Qu'à cela ne tienne, la fête a quand même réuni des familles, amis, voisins, venus pour l'occasion, comme en a attesté la trentaine de spectateurs présente pour la représentation de la pièce chantée "Le Paris de Prévert" de la compagnie des Titilleux, en fin d'après-midi.

La soirée s'est poursuivie par un tour de chant de Roger Cathala, du duo Epsilon et professeur à la MJC. Sans oublier, la possibilité de se restaurer sur place grâce à l'équipe des grilladins du coin buvette.

VOTRE MJC EN ACTIONS

ANIMATION **LezArts & Sports étaient en fête...**

Comme chaque année à l'arrivée de l'été, et pour marquer la fin de saison, la MJC vous invitait à participer aux Arts et Sports en Fête.

C'est bien l'esprit de partage et d'ouverture au plus grand nombre qui distingue cette journée. Les clubs et sections étaient réunis pour vous faire découvrir, essayer, admirer, les activités historiques ou traditionnelles, sportives ou artistiques, cérébrales ou artisanales, et celles plus innovantes...l'éventail est large !

Vous étiez attendus, de tous les âges, en short, tongs ou baskets, mais surtout avec votre bonne humeur !

Point de représentations guidées, mais des animations dans une ambiance bon enfant, avec, par exemple, les judokas, la baby gym, le centre de loisirs ou encore les théâtraux, en plein air, sous les grands tilleuls.

Un thème avait été proposé : le JAUNE, couleur de la joie, du soleil, joliment illustré sur le stand poterie, entre autres.

Vous avez pu retrouver les Olympiades, ces défis originaux, conviviaux, à relever en famille, entre amis, en parcourant les activités réunies dans l'aire de jeux. 17 équipes se sont ainsi frottées aux questions, aux épreuves sportives ou d'agilité, pour le plaisir de jouer...ou de performer.

Les représentations et animations théâtrales de nos compagnies ou de l'atelier ont conquis le public.

Notons que la restauration du soir - grillades et frites - a connu une belle affluence, tandis que l'animation musicale était assurée par le DUO EPSYLON de notre professeur de chant Roger CATHALA.

Dès à présent, notez le prochain rendez-vous :

le 13 juin 2026 !



VOTRE MJC EN ACTIONS ...

CLUBS Nos choristes à "GORGES DÉPLOYÉES"



On connaît Minerve : la Cité cathare martyre du siège de 1210, l'un des plus beaux villages de France, accroché sur le bord des gorges du Brian et de la Cesse...

Mais qui sait que depuis juin 2024, la cité millénaire résonne, un dimanche de fin juin, des voix de 5 groupes vocaux de la région ? Le festival à "Gorges déployées" permet à des chorales de se succéder dans des lieux emblématiques du village.

Déjà, en 2024, la renommée de notre chœur nous avait conduits aux confins du causse du Languedoc dans le minéral de Minerve. A nouveau, cette année, nos choristes des "Airs de Rien" allaient enchanter le public de ce 22 juin.

Forts de l'expérience passée, les organisateurs nous ont affecté un espace bien plus grand, tout au bout de la Grand Rue avant que celle-ci se perde dans les précipices de la gorge.

Nous redoutions la chaleur, mais il n'en n'a rien été : notre emplacement quasiment ombragé a parfaitement conditionné une de nos plus belles prestations ; normal, me direz-vous, puisque ce concert, le dernier de la saison se doit d'être le plus abouti.

Bravo à Hubert LACHAMBRE, notre chef de Chœur, pour la présentation de ce travail.



ÉVÉNEMENT La MJC prépare son 80ème anniversaire

1946-2026 : la MJC fêtera bientôt les 80 ans de son fonctionnement !

Un groupe de travail dédié, composé d'une vingtaine de bénévoles et salariés de l'association a déjà commencé à imaginer les différents rendez-vous de cet anniversaire. Ainsi de janvier à juillet 2026, sera organisée une succession d'événements, animations, spectacles, festivités, expositions et hommages ... pour lesquels bien sûr nous comptons sur votre participation.

Un logo original a d'ores et déjà été créé par Tessa, notre chargée de communication. Il sera décliné sur les différents outils de communication et goodies qui seront spécialement distribués.

Fière de son histoire, mais en perpétuelle et nécessaire évolution, notre Maison souhaite entraîner toutes les générations dans ces festivités populaires !



VOTRE MJC EN BREF ...



La MJC était à PROMAUDE

La 32^{ème} édition de PROMAUDE s'est tenue du 6 au 9 juin 2025 dans notre Ville. Célébrée depuis 1989, comme une ambassadrice, l'association Prom'Aude rassemble dans un écrin de verdure le savoir-faire des femmes et des hommes de nos pays. Elle réserve des rencontres naturelles, sensorielles, festives autour des saveurs de nos terroirs. Au programme, présentations et découvertes, démonstrations, partages et transmissions, dégustations avec les producteurs agricoles, les artisans en agroalimentaire, les métiers d'art, les professionnels du tourisme et de l'animation. La MJC a proposé à cette occasion une douzaine d'ateliers et animations culturelles, sportives et scientifiques aux enfants des écoles. Nos clubs de danse salsa et hip-hop ont également animé des initiations et démonstrations.

Gala de Danse retour sur les bancs de l'école

Le dimanche 15 juin 2025, Marine GENDREU professeure de danse classique et modern-jazz a organisé le traditionnel gala de danse de fin d'année. Près de 100 danseuses ont foulé les planches du Palais des Fêtes sur des rythmes mêlant musique classique, pop-rock, dance, variété,

Le thème choisi cette année : "Le retour sur les bancs de l'école" a enchanté les 300 spectateurs.



Tournois Claude DESCOUTS

Le dimanche 22 juin, les pongistes de la MJC ont rendu hommage à leur ancien partenaire Claude DESCOUTS et ont organisé leur traditionnel tournoi de fin de saison.

130 pongistes hommes et femmes à partir de 7 ans, venus des différents clubs du département se sont réunis à la halle aux sports Louis Tournier pour «se disputer», dans une ambiance décontractée mais sérieuse, les différents tableaux qui étaient proposés.

Le midi, c'est dans un esprit d'amitié que tous les joueurs et accompagnants se sont retrouvés pour partager le repas qui avait été préparé par les bénévoles du club.

Comme chaque année, les 4 premiers de chaque tableau sont repartis avec de jolis lots offerts par différents commerçants et viticulteurs. Pour la 2^{ème} année consécutive c'est le nom de François BOUILLET du club de Limoux qui est gravé sur le trophée Claude DESCOUTS puisqu'il a remporté le tableau adultes compétitions.

Les Rendez-Vous en JUIN à la MJC

& à l'ESPACE de VIE SOCIALE

EXPOS | CONCERTS | ANIMATIONS | STAGES | RANDOS
SORTIES | BALADES | DÉCOUVERTES | REPAS | ATELIERS

LUNDI 02/06

RESTO 12:00-13:30

Oeuf's mimosa ou charcuterie | Steak / frites | Fromage ou yaourt | Coupe glacée ou fruit

ECO-ATELIER 18:00-19:30

ECO ATELIER PRODUITS ANTI-MOUSTIQUES "CITRONNELLE"
2€ adhérent | 4€ non-adhérents | Inscription obligatoire

OPENLAB 16:00-21:00

Le LEZILAB vous accueille en accès libre pour :
-> Découvrir les machines, imprimantes 3D, découpe laser, brodeuse numérique...
-> Trouver des conseils pour prolonger la vie de votre matériel informatique...
-> Installer système et logiciels libres et trouver des alternatives aux GAFAM
€ Gratuit | Réservations conseillées | avec Thierry et Marjorie.

MARDI 03/06

RESTO 12:00-13:30

Salade verte ou charcuterie | Paella | Fromage ou yaourt | Salade de fruit ou fruit

MERCREDI 04/06

RESTO 12:00-13:30

Carottes râpées ou charcuterie | Poulet basquaise / blé | Fromage ou yaourt | Salade de fruit ou fruit

JEUDI 05/06

RESTO 12:00-13:30

Céleri rémoulade ou charcuterie | Ratatouille / saucisse | Fromage ou yaourt | Millefeuille ou fruit

VENDREDI 06/06

RESTO 12:00-13:30

Betteraves ou charcuterie | Rôti de porc / tomates provençales | Fromage ou yaourt | Moelleux chocolat ou fruit

Prom'AUDE FESTIVAL AUDE AL PAYS

LES ANIMATEURS DE LA MJC SERONT PRÉSENTS À PROMAUDE VENDREDI POUR LA JOURNÉE ENFANT. ILS ANIMERONT DES ATELIERS.



SAMEDI 07/06

FABLAB 10:00-12:00

IDÉE CADEAU PERSONNALISÉ POUR LA FÊTE DES PÈRES.
Atelier de création d'un set de dessous de verre en bois
5€ adhérents | 7€ non adhérents | À partir de 8 ans.
Possibilité de venir en famille (parent/enfant)



DU SAMEDI 07/06 au DIMANCHE 08/06



WEEK-END CANYONING | ALPES MARITIMES
2 descentes de canyon au programme.
Hébergement en camping.
Le tarif comprend le déplacement en minibus, l'hébergement, les repas et le matériel sportif.
€ 150 € le week-end.
| Adhésion MJC et réservation obligatoire.

MARDI 10/06

RESTO 12:00-13:30

Pan con tomate ou pâté | Cœur de bœuf / haricots verts persilles et champignon | Fromage ou yaourt | Salade de melon pastèque ou fruit

MERCREDI 11/06

RESTO 12:00-13:30

Carottes râpées ou quiche | Cannelloni | Fromage ou yaourt | Crème chocolat ou fruit

MICRO-FOLLE 14:00-18:00

Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : "Notre Dame de Paris"
Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant !
€ Gratuit | Tout public à partir de 4 ans (accompagné jusqu'à 10 ans)



JEUDI 12/06

RESTO 12:00-13:30

Salade composée ou charcuterie | Couscous | Fromage ou yaourt | Coupe glacée ou fruit

GOURMANDISES 14:00-16:00

Gourmandises de saison > RDV au POTAGER
Venez découvrir les jardins des Plots, vous initier au jardinage ou échanger vos astuces
€ 2€ adhérent | 4€ non-adhérent | Inscription obligatoire

POÉSIE 18:30-20:00

Café poésie | On peut lire ou tout simplement écouter.
Partager ses textes préférés ou piocher avec bonheur des textes inédits.
La poésie est une salve contre l'habitude Henri Pichette

VENDREDI 13/06

RESTO 12:00-13:30

Taboulé ou charcuterie | Moules / frites | Fromage ou yaourt | Iles flottantes ou fruit

IMAGINA'RÔLES 17:00-19:00

Imagina' Rôles. Pour participer à l'élaboration d'un jeu de rôle.
Réunir, imaginer, jouer ! Un vrai moment ludique et convivial.
€ 1€ adhérent / 2€ non-adhérent | Inscription conseillée | Tout public

SAMEDI 14/06

Lez'Arts & Sports en fête revient à Lézignan-Corbières ! Venez vivre une journée festive, sportive et culturelle au cœur du Jardin Public !

Au programme : Ateliers créatifs

- Concerts et spectacles
- Animations et démonstrations sportives
- Olympiades
- Restauration & buvette
- Aubade
- -

Une belle occasion de découvrir les talents de notre territoire et de passer un super moment en famille ou entre amis !

Flaschez pour le programme détaillé



PROGRAMME COMPLET : www.mjc-lezignan-corbieres.com



Sur les bancs de l'école



DIMANCHE 15 JUIN 2025
16H30
PALAIS DES FÊTES

DIMANCHE 15/06

Spectacle de danse à ne pas manquer !
La MJC vous invite à son grand spectacle de danse intitulé "SUR LES BANCS DE L'ÉCOLE"
Venez découvrir le fruit d'une année de travail et de passion, porté par nos jeunes danseuses et danseurs dans une mise en scène inspirée de l'univers scolaire !
Un moment plein d'émotion, de créativité et de talent, à partager en famille ou entre amis

16:30 Palais des Fêtes de Lézignan-Corbières
Infos et réservations au 04 68 27 34 34 ou en ligne sur le site internet de la MJC
5 € > de 6 à 11 ans | 8 € > 12 ans et + | Gratuit - de 6 ans

LUNDI 16/06



12:00
13:30

Oeufs mimosa ou charcuterie



Escalopes panées / Poêlée de légumes



Fromage ou yaourt



Tiramisu ou fruit



19:30
21:30 Des ateliers originaux, combinant convivialité et pédagogie pour comprendre la richesse des vins | Thème : **Connaissance et compréhension des rosés.**

25€ adhérent | 30€ non-adhérents | Inscription limitées

MARDI 17/06



12:00
13:30

Salade niçoise ou pâté



Saucisse grillée / gratin dauphinois



Fromage ou yaourt



Fromage blanc au caramel ou fruit

MERCREDI 18/06



12:00
13:30

Melon jambon ou charcuterie



Côtelettes de porc / ratatouille



Fromage ou yaourt



Panna cotta ou fruit



14:00
20:00

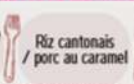
Visite libre du musée numérique et tables de jeu | thème : "Découverte de la musique"
Tout public à partir de 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans)
Gratuit

JEUDI 19/06



12:00
13:30

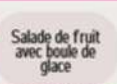
Salade composée ou charcuterie



Riz cantonais / porc au caramel



Fromage ou yaourt



Salade de fruit avec boule de glace



14:00
16:00

SORTIE DÉCOUVERTE FÉLINES MINERVOIS
Pour découvrir les villages autour de Lézignan et leur patrimoine
5€ adhérent ou 10€ non-adhérent pour l'année | Inscription obligatoire

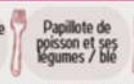


VENREDI 20/06



12:00
13:30

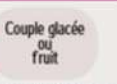
Betteraves rouge ou charcuterie



Papillote de poisson et ses légumes / blé



Fromage ou yaourt



Couple glacée ou fruit



19:00
21:00 **Soirée Fiesta Brazil à l'Athlétic Club**

Ambiance brésilienne garantie avec danse, musique et bonne humeur !
Auberge espagnole - Chacun apporte un petit plat ou une boisson à partager
Gratuit pour tous - Venez avec un proche !
On vous attend nombreux pour une soirée inoubliable aux couleurs du Brésil !

SAMEDI 21/06



10:00
12:00

"Le rire c'est une poussière de joie qui fait éternuer le cœur". Découvrez les **bienfaits du rire** dans une ambiance bienveillante
2€ adhérent - 4€ non-adhérent | Inscription obligatoire



09:00
18:00

GRANDE COURSE TECHNIQUE
30 € la sortie. Adhésion MJC et réservation obligatoire



DIMANCHE 22/06

À GORGES DÉPLOYÉES | FESTIVAL DE CHORALES

Fort du succès incontestable de sa première édition de juin 2024, le festival de chorales "A Gorges Déployées" tiendra sa deuxième édition le dimanche 22 juin 2025, de 14h à 20h, à Minerve. Les chorales se succéderont en plusieurs lieux du village. Venez écouter la chorale de la MJC "Les Aïrs de Rien" dans un cadre prestigieux.

€ Gratuit



TOURNOI de TENNIS DE TABLE "Claude DESCOUS"

Ouverts à tous, licenciés et non licenciés
5 TABLEAUX : Jeunes de - 11 ans | Jeunes - 600 points | Adultes | Non licenciés | Féminines

€ 6 € inscription au tournoi (gratuit pour les - de 11 ans)
9 € le repas

Inscriptions jusqu'au dimanche 15 juin au 06 82 33 27 63
ou par mail : poursineclub11@orange.fr

A partir de 8:30

LUNDI 23/06



12:00
13:30

Tarte à l'oignon ou charcuterie



Moussaka



Fromage ou yaourt



Tarte aux fruits ou fruit



18:00
21:00

PROJET ASSOCIATIF 2025-2030

Réunion sur le thème de la vie associative dans le cadre de la construction du nouveau projet associatif de la MJC. Participation ouverte à tous les adhérents sur inscription

MARDI 24/06



12:00
13:30

Salade de chou-fleur cru aux carottes ou pâte



Raie et légumes vapeur ailoli



Fromage ou yaourt



Salade de fruit



12:00
13:30

Oeuf mimosa ou charcuterie



Coustellous / frites



Fromage ou yaourt



Couple glacée ou fruit



14:00
20:00

Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : "Paysages d'été" Tout public à partir de 4 ans (accompagné d'un parent jusqu'à 10 ans) € Gratuit



Démarrage de la Coopérative Jeunesse de Services édition 2025.

Une dizaine de jeunes de 16 à 18 ans créent du 25 juin au 1er août une entreprise coopérative. Que vous soyez, un particulier, une entreprise, une association, ils pourront vous proposer leurs services. N'hésitez pas à faire appel à eux ! Leur bureau est à la MJC.

Le recrutement des jeunes est encore ouvert début juin. Renseignements auprès de Sophie Quérol ou de Catherine Claustre. 04 68 27 03 34

JEUDI 26/06



12:00
13:30

Salade composée ou charcuterie



Pâte carbo



Fromage ou yaourt



Tarte aux pommes ou fruit

VENREDI 27/06



12:00
13:30

Soupe froide aux courgettes ou charcuterie

Risotto / côtelettes de porc

Fromage ou yaourt

Glace ou fruit



17:00
19:00

Imaginer Rôles. Pour participer à l'élaboration d'un jeu de rôle. Réunir, imaginer, jouer ! Un vrai moment ludique et convivial. € 1€ adhérent / 2€ non-adhérent | Inscription conseillée | Tout public

SAMEDI 28/06



09:00
15:00

Découvrez les secrets de la fabrication du pain. Thème : **Les pains du monde.**
- Application : la broa (Portugal) farine de blé, farine de maïs, huile d'olive - le bagel (Canada / États Unis) farine de blé, sucre, œuf, beurre, graines de pavot et sésame
€ 15€ adhérent / 20€ non-adhérent | réservation obligatoire



08:30
17:00

Sortie patrimoine à Mirepoix & Lavelanet

Le club patrimoine vous propose : Découverte de la bastide de Mirepoix - visite guidée du musée du Textile et du Peigne à Lavelanet - passage au pied du château de Montségur
Situé à Lavelanet, au cœur des traditions ariégeoises, le musée du Textile et du Peigne en corne retrace l'histoire d'un savoir-faire artisanal unique, témoin de l'activité industrielle qui a marqué toute une vallée. Une visite guidée vous plongera dans la mémoire vivante d'un territoire façonné par le travail du fil et de la corne.



€ 58 € adhérent | 68 € non adhérent. Inscription obligatoire

LUNDI 30/06



12:00
13:30

Quiche lorraine ou salade verte

Colin au curry / saïfifs

Fromage ou yaourt

Tiramisu ou fruit



16:00
21:00

Le LEZI'LAB vous accueille en accès libre pour :
-> Découvrir les machines, imprimantes 3D, découpe laser, brodeuse numérique...
-> Trouver des conseils pour prolonger la vie de votre matériel informatique
-> Installer système et logiciels libres et trouver des alternatives aux GAFAM

LUNDI 30/06



12:00
13:30

Quiche lorraine ou salade verte

Colin au curry / saïfifs

Fromage ou yaourt

Tiramisu ou fruit



16:00
21:00

Le LEZI'LAB vous accueille en accès libre pour :
-> Découvrir les machines, imprimantes 3D, découpe laser, brodeuse numérique...
-> Trouver des conseils pour prolonger la vie de votre matériel informatique
-> Installer système et logiciels libres et trouver des alternatives aux GAFAM
€ Gratuit | Réservations conseillées | avec Thierry et Marjorie.

... MAIS AUSSI EN JUIN ...

POUR LES ENFANTS (3-11 ANS)

Le centre de loisirs "LA LAUSETA" est situé dans le parc de Gaujac et accueille vos enfants
> En période scolaire les mercredis entre 7h45 à 18h15.
Réservations obligatoires auprès de la Mairie
Les tarifs sont modulés en fonction du quotient familial.

POUR LES ADOS (12-17 ANS)

Pour les périodes scolaires l'Espace Jeunes est ouvert les mercredis et les samedis de 14h à 19h30.
Le Point d'Information Jeunesse est ouvert les mardis et jeudis de 16h à 19h et le mercredi de 10h à 12h.
Pendant les vacances l'Espace Jeunes est ouvert tous les jours.



DES RANDONNÉES PÉDESTRE OU MONTAGNE, DES BALADES DES PROMENADES EN PINÈDE OU DE LA MARCHÉ NORDIQUE
Programme rando Flash



SUIVEZ-NOUS

mjclezignan-corbieres
@mjc_lezignan_corbieres

25, RUE MARAT
11200 LEZIGNAN-CORBIÈRES
TEL +04 68 27 03 34
info@mjc-lezignan-corbieres.com

www.mjc-lezignan-corbieres.com



JUILLET 2025

La MJC de Lézignan-Corbières revient avec ses Quartiers d'été



Des ateliers autour des outils numériques seront proposés. / Gaëlle Guéant

Narbonne, Lézignan-Corbières, Culture et loisirs

Publié le 06/07/2025 à 14:44

Gaëlle Guéant



00:00 / 02:56

Powered by ETK Majellan

Après les quartiers d'hiver et de printemps, place aux quartiers d'été de la MJC. Des animations autour du sport, de la culture et du jeu sont proposées gratuitement au jardin public avec des spectacles en soirée.

Dans le cadre de sa démarche d'animations hors les murs, en lien avec sa labellisation en tant qu'Espace de vie sociale, la MJC propose régulièrement des activités dans différents quartiers de la ville pendant les vacances scolaires. Après ses quartiers d'hiver à la place Cabrié et ses quartiers de printemps à la Cité Bonne Source, la structure associative sera dans l'enceinte du jardin public pour ses quartiers d'été, organisés avec le soutien de ses partenaires institutionnels et bénéficiant de l'opération Été culturel du ministère de la Culture, visant à favoriser la participation des habitants à la vie culturelle de leur territoire.

Jobs d'été : une dizaine de jeunes de la MJC de Lézignan-Corbières montent leur entreprise éphémère



Les jeunes de la Coopérative jeunesse services aux côtés des responsables de la MJC et des élus. / A.C.

Emplis, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 11/07/2025 à 16:01

Article rédigé par Arnaud Chabé

Journaliste
L'Indépendant

Accompagnée administrativement par la coopérative Sapie, de Limoux, la MJC de Lézignan a relancé le dispositif Coopérative jeunesse de services. Le but : permettre à des jeunes âgés de 16 à 18 ans de créer leur entreprise, pendant un mois, et, par là même, leurs jobs d'été.

Courses, ménage, entretien de jardins, baby-sitting, aides aux devoirs de vacances, nettoyages en tous genres (de voitures, de vitres...), vente de gâteaux et crêpes, petits travaux, aide à la logistique... Voilà tout ce que propose, pendant tout ce mois de juillet, l'entreprise Jeunes en action 2025.

Une entreprise un peu particulière puisqu'elle est le fruit du dispositif reconduit pour la cinquième fois par la Maison des jeunes et de la culture avec l'appui de la Politique de la ville, la Cité éducative, la Caisse d'allocations familiales, la Région, le Département et la Ville.

Concrètement, les jeunes qui la composent agissent de manière coopérative, se réunissent en début de semaine pour se distribuer les rôles, entre communication, marketing, comptabilité, gestion, ressources humaines, chantiers à réaliser... "Nous avons envie de découvrir le monde du travail et de vivre une expérience d'entrepreneuriat cet été. L'objectif, c'est de proposer différents services aux habitants, aux associations et aux entreprises de notre territoire. C'est aussi l'occasion de nous apprendre à travailler ensemble, à gérer un projet et à prendre des décisions collectives", expliquaient les jeunes âgés de 16 à 18 ans lors de la présentation de leur entreprise éphémère dans le jardin public.

Sur place, on trouvera des initiations découvertes à différents sports (tennis de table, boxe Thaï...), des ateliers créatifs, des activités de pleine nature, des animations autour de l'outil numérique (programmation, création de musique ou de portraits), des jeux de société, des jeux autour de la langue anglaise, des lectures contées... Des stands d'informations pour les plus grands et les parents seront également présents avec France travail et le Planning familial. En fin d'après-midi, des spectacles sont attendus, ainsi qu'en soirée. Afin de profiter pleinement de toutes ces animations, un coin buvette et snack sera sur site avec la possibilité de rester pour le repas du soir (réservation conseillée). De quoi s'amuser sans compter et passer du temps en famille ou entre amis. À noter qu'en cas de mauvais temps, les Quartiers d'été seront relogés à l'intérieur de la MJC, jouxtant le jardin public.

Au programme

Lundi 7 juillet, à partir de 16 h 30 : tennis de table, parcours motricité, vélo athlétique ludique, boxe thaïe, Sumo, jeux (Molkky, jeux de société, jeux en anglais), atelier numérique (initiation à la programmation), création d'un morceau de musique, ateliers créatifs, atelier radio, stand France travail et Planning familial. À 18 h 30 : spectacle avec Les passeurs de contes. À 19 h 30 : repas grillades. À 20 h 30 : spectacle avec la conteuse Héléne Bardot.

Mardi 8 juillet, à partir de 16 h 30 : mêmes animations, sauf création d'un morceau de musique remplacé par la création d'un portrait numérique. À 19 h 30 : repas moules frites. À 20 h 30 : bal poussière avec le danseur Ousséni Sako et son groupe pour chanter et danser sur des rythmes aux influences africaines, blues-jazz et reggae.

Mercredi 9 juillet, à partir de 16 h 30 : mêmes animations, plus tapis lecture contée pour les tout-petits. À 18 h 30 : show de breakdance avec le Bboy Amar Chardou. Une 2^e session des quartiers d'été aura lieu du 21 au 23 juillet.

“ Vivre une belle expérience collective ”

Un état d'esprit que Valérie Dumontet, conseillère départementale, a pleinement soutenu : "Vous allez acquérir un maximum d'expérience et permettre l'interconnexion entre vous. Ainsi vous allez aussi vous découvrir vous-mêmes et lutter contre les déterminismes sociaux". Des propos repris par son binôme, Sébastien Gasparini : "Vous allez vivre une belle expérience collective et coopérative. Vous allez découvrir l'entrepreneuriat par le truchement de l'économie sociale et solidaire. Vous allez créer quelque chose de commun et, par les temps qui courent, c'est riche de sens : vous allez vous enrichir mutuellement".

Autant de buts à atteindre que le conseiller régional Benjamin Assié a résumé d'un seul mot : "Épanouissement".

Pour contacter l'entreprise éphémère jeunes en action 2025, contacter le 07 44 57 89 81.

JUILLET 2025

Lézignan-Corbières : Nouvelle session des quartiers d'été de la MJC



Des jeux pour tous et gratuits au jardin public. / Gaëlle Guéant

Spectacles, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 20/07/2025 à 15:43, mis à jour à 22:11

Gaëlle Guéant



Après une première session en début d'été, la MJC remet le couvert avec deux après-midi d'animations ludiques et deux soirées spectacles, ouvertes à tous au jardin public.

Du lundi 21 au mercredi 23 juillet, l'été culturel revient pour la seconde fois ce mois-ci avec la MJC. Son équipe propose gratuitement des animations hors les murs pour le tout public avec des activités sportives, culturelles et de loisirs, assorties de deux soirées spectacles avec la possibilité de se restaurer sur place. Du côté des activités sportives, on retrouvera plusieurs propositions, comme des parcours de motricité et de jeux d'eau, du tennis de table, de l'athlétisme, du vélo et de l'initiation au judo et au self-défense. Côté activités de loisirs, là encore plusieurs propositions sont à découvrir entre des jeux de société en français et en anglais, des ateliers créatifs, la réalisation de stickers ou de pendentifs, une initiation à la création d'un morceau de musique grâce à l'outil numérique, de la lecture contée... Pour les curieux du média radiophonique, un studio radio animé par l'association Les Francas les accueillera pour des interviews et les visiteurs pourront aussi se renseigner auprès de stands d'information du Planning familial et de France Travail. Ces différentes animations débiteront à 16 h 30 et seront suivies par un repas à 19 h 30 et un spectacle en soirée à 20 h 30, les lundi et mardi. Au menu du premier soir, le coin buvette proposera un repas grillade et un bal occitan pour danser sans modération (voir ci-dessous). Le deuxième soir, ce sera repas moule-frites et un spectacle de théâtre musical. À noter qu'en cas de mauvais temps, les animations se dérouleront dans l'enceinte de la MJC.



Le quintette Yeva animera un bal de danses traditionnelles.

Deux soirées festives

Lundi 21 juillet, le public est invité à danser avec le groupe audois Yeva. Ce quintette entièrement féminin composé d'instruments à cordes et à vents, cueille à travers le monde les musiques et danses traditionnelles. Bretagne, Finlande, Italie, Occitanie... les cinq amies musiciennes revisitent les rythmes pour s'enivrer seul, à deux, à trois, en groupe, en chaîne, en ronde, en farandole, entre valse, mazurka, scottish, polka, bourrée, rondeau et bien d'autres danses mêlant convivialité et partage. Une maîtresse de danse aidera les novices à se lancer dans les pas.

Mardi 22 juillet, place au théâtre musical par la Compagnie héraltaise L'oreille électrique, un collectif artistique dédié à la création musicale et interdisciplinaire. Avec leur spectacle Feuille de route, les artistes explorent l'art sous différentes facettes : deux frères kidnappent un vieux en pleine forme (92 ans) pour lui faire remonter le fil de sa mémoire à travers un road movie burlesque. Il s'agit de leur grand-oncle, dernier éléphant d'une lignée de conteurs du merveilleux ordinaire, d'enchanteurs de quotidien, de faiseurs d'enfants heureux. En amont du spectacle, à 14 h 30 : atelier de musique improvisé (gratuit, ouvert à tous).

Lézignan-Corbières : mais qu'est-ce qui peut bien faire courir Yves Saurat ?



Au bout de l'effort au cœur de paysages à couper le souffle.

Course à pied, Aude, Lézignan-Corbières, Sport

Publié le 28/07/2025 à 11:30, mis à jour à 11:14

Article rédigé par **Arnaud Chabé**

Journaliste
L'Indépendant



À 73 ans, le licencié à la Jeunesse sportive Lézignan-Corbières (JSL) vient de remporter un nouveau titre de champion de France de course en montagne : son 25e ! Une sacrée performance pour celui qui, au départ, ne se destinait pas forcément à la course à pied.

Infatigable ! Yves Saurat, 73 ans, licencié à la Jeunesse sportive Lézignan-Corbières (JSL), fait partie de ces sportifs qu'on admire autant pour leurs performances, leur humilité mais aussi leur longévité.

Au début du mois de juillet dernier, nous l'avions rencontré à Lézignan et Ornaisons où se déroulaient les cérémonies de mise à l'honneur des sportifs méritants de la ville et de la communauté de communes. Comme chaque année, celui qui habite en Ariège avait fait le déplacement pour honorer de sa présence ces manifestations rappelant son titre de champion de monde de course verticale en master 7 décroché à Canfranc, en Espagne, au mois de septembre dernier.

Des apparitions éclair car, quelques jours après, c'est en Savoie qu'Yves Saurat avait rendez-vous, avec un nouvel objectif en tête : le championnat de France de course verticale à Val-d'Isère. Une discipline qu'il domine de la tête et des épaules puisque, depuis huit ans, il décroche la première place de sa catégorie M7 : "La course verticale consiste à parcourir 3,4 km sur 970 m de dénivelé : c'est un contre-la-montre, on part un par un. On est face à soi, on est tout le temps à la limite". Et, bien évidemment, au bout, le Fuxéen a rempli le contrat s'adjugeant un 24^e titre de champion de France. Mais ce n'est pas tout : "Le lendemain, je n'envisageais pas quoi que ce soit. Mais mon ami Antoine Fantin (NDLR, qui présida longtemps aux destinées de la JSL) m'a dit : pourquoi ne t'alignes-tu pas sur le départ de la course en montagne ? J'étais vraiment mûché de la veille, pétré de courbatures. Mais j'y suis allé quand même".



Abnégation et dépassement de soi : à 73 ans, Yves Saurat ne manque pas de ressources.

Et voilà Yves Saurat qui s'élance pour 12,5 km et un dénivelé positif de 980 m : s'il termine 242^e au scratch en 1 h 42, c'est bien à la première place des masters 7 qu'il s'est à nouveau imposé : "Ça me fait maintenant 25 titres de champion de France, toutes courses disputées confondues : cross, 10 km sur route, semi-marathon, trail, course en montagne (quatre titres consécutifs), course verticale (j'ai disputé 11 championnats de France, j'ai fait 11 podiums et décroché huit titres)... Ça fait un beau petit palmars", sourit le septuagénaire.

“ Je me suis mis à courir vers l'âge de 40 ans ”

Mais, au fait ? Qu'est-ce qui fait courir Yves Saurat : "Je ne sais pas, l'objectif à atteindre je pense. En fait, j'ai démarré la course à pied sur le tard : d'abord, j'ai fait du ski de fond, du vélo, du rugby et, vers l'âge de 40 ans, je me suis mis à courir". Une passion qui est devenue non pas envahissante, mais omniprésente dans sa vie de retraité, lui qui fut chargé d'affaires à France Télécom : "Il y a quinze ans, je faisais entre 5 et 6 entraînements par semaine à raison de deux heures et demie à chaque fois. Aujourd'hui, je suis plutôt à trois fois trois-quarts d'heure par semaine : je dépasse rarement l'heure, je ne suis plus préparé pour ça".

Et maintenant ?

Reste une autre question : comment se fait-il qu'habituant à Foix, il soit licencié à Lézignan ? "C'est tout simple, avance l'athlète. Initialement, j'étais à l'ASPTT de Foix, puis, il y a une vingtaine d'années, j'ai rencontré Antoine Fantin lors d'une course à Mazubert. Il s'occupait de la JSL et m'a demandé si je voulais être licencié dans son club : et j'ai accepté".

Sportivement comblé, Yves Saurat va-t-il poursuivre d'autres objectifs la saison prochaine ? "Je vais faire quelques petites courses, c'est sûr : à Vernajoul, à côté de Foix, à Castelnaudary, à Belcaire. Mais pour les championnats de France, je ne sais pas". Il est vrai que 25 titres de champion de France décrochés en 2025, ça colle plutôt pas mal.

AOUT 2025

Jeux, musique, culture et lien social : la recette estivale réussie de la MJC de Lézignan-Corbières



À la découverte d'un enregistrement radio comme en studio. / Gaëlle Guéant

Narbonne, Lézignan-Corbières, Culture et loisirs

Publié le 01/08/2025 à 16:12

Gaëlle Guéant



00:00 / 02:56
Powered by ETK Maplan

Même si les très nombreuses sections de la Maison des jeunes et de la culture sont actuellement en pause estivale, son équipe salariée et bénévoles a pris le relais, en juillet, en organisant des animations pour les habitants dans le cadre des Quartiers d'été. Éclairage.

Jouer au scrabble ou aux cartes en anglais, s'initier aux différents arts martiaux, écouter des lectures cossées, s'adonner aux loisirs créatifs, découvrir la programmation numérique, se lancer dans la réalisation d'un morceau de musique, s'essayer aux jeux d'adresse et d'équilibre, participer à une émission radio... Ce fut tout un programme que la Maison des jeunes et de la culture a proposé lors de ses Quartiers d'été au mois de juillet. Deux sessions de trois jours chacune avec des animations gratuites pour les habitants et les vacanciers. Une initiative menée dans le cadre de sa labellisation en tant qu'Espace de vie sociale, mais aussi dans celui de l'opération Été culturel du ministère de la Culture en lien avec les Régions ; et la Politique de la Ville, impliquant plusieurs partenaires, dont le Département, la Caisse d'allocations familiales, le bailleur social Habitat Audois et l'État. "La MJC de Lézignan est une structure vraiment importante de notre territoire, car ses actions renvoient à une République de proximité", souligne Valérie Dumontet, vice-présidente du Département. Les Quartiers d'été participent à la réconciliation entre les habitants, pour qu'ils soient ensemble. On a tous des façons de vivre différentes, des cultures différentes, mais on peut se rassembler. Je suis venue à la soirée dansante africaine avec le groupe d'Ousseni Sako et c'était super de voir tout le monde danser, les gitans, les non gitans... Nous finançons cette action via la Politique de la ville et pour mon collègue, Sébastien Gasparini et moi, cet argent public est bien employé, car toute action qui peut provoquer un changement vaut le coup d'être soutenue, c'est notre démarche en tant qu'élus".

Activités ludiques et culturelles

Des jeux, des initiations-découvertes, du sport et... de la culture, car comme le disent nombre de convaincus, elle n'est pas un luxe, mais de l'ordre de l'intérêt public, une nécessité, un droit envers tous. Elle permet de rapprocher les populations, d'éveiller les consciences, l'esprit critique, la tolérance. C'est bien ce à quoi la MJC s'est aussi employée. Pendant les Quartiers d'été, elle a proposé des soirées spectacles avec la conteuse Hélène Bardot, un bal autour des influences africaines avec Ousseni Sako, un autre autour de la danse et de la musique traditionnelle régionale par le groupe Yeva, du théâtre musicale avec la compagnie L'oreille électrique et un show de breakdance avec le danseur Omar Chardou et ses élèves. Autant de propositions éclectiques destinées à un tout public pour cultiver la curiosité et faire société ensemble.

À noter que la MJC ne s'attache pas à faire ses Quartiers pendant l'été. Tout au long de l'année, elle propose durant les vacances scolaires des Quartiers du même genre, à l'automne, l'hiver et au printemps. À chaque fois, un quartier différent de la ville est investi par les animations, toujours dans le but de faire se rencontrer les gens et d'aller vers les habitants. Toujours avec ce fil rouge en guise d'ADN : l'éducation populaire pour un meilleur vivre-ensemble.

Lézignan-Corbières : des jeunes créent leur entreprise avec la MJC



Une cérémonie de clôture de la CJS avec les partenaires. / Gaëlle Guéant

Entreprise, Aide, Lézignan-Corbières, Culture et loisirs

Publié le 10/08/2025 à 16:36, mis à jour à 17:47

Gaëlle Guéant



00:00 / 04:34
Powered by ETK Maplan

Après une année de pause, la MJC a relancé son opération de Coopérative jeunesse de services, la 5e du genre. Destinée aux jeunes à partir de 16 ans, elle a pour but de les initier au monde du travail dans une démarche d'entrepreneuriat.

La Coopérative jeunesse de services autrement appelée CJS est un "projet à grande vitesse", a expliqué son intervenante Catherine Claustre. Ancienne consultante et aujourd'hui directrice adjointe de la MJC, elle a vanté les mérites et les bénéfices de cette initiative, dont très peu sont organisés en Occitanie.

Avec Sophie Querol, responsable de l'Espace Jeunes et du Point information jeunesse de la MJC, elle a accompagné les jeunes pendant six semaines : "Créer une entreprise, même éphémère et la faire fonctionner ne sont pas une mince affaire. Ça n'a pas été un long fleuve tranquille, mais les dix jeunes inscrits sont tous restés jusqu'au bout".

Lors de la restitution de leur expérience devant les partenaires (*), ils ont témoigné des étapes par lesquelles ils sont passés entre les quinze jours de préparation (création du nom de la mini-entreprise, du logo, des comités de direction, des services à proposer), le mois de travail effectif sur le terrain et le côté administratif, comme les devis ou la facturation, sans parler de la gestion des ressources humaines, autrement dit la vie du groupe.

6 000 € de chiffre d'affaires

"Certains jours, ce n'était pas facile quand il y avait des tensions, a expliqué Arwen, qui faisait partie du groupe ressources humaines. Il faut gérer les différends et trouver des solutions en écoutant tout le monde". In fine, entre le lavage et l'entretien de voitures, de bus, de maisons, de bureaux, de terrasses, de jardins, des travaux de bricolage, de peinture, du rangement et la vente de gâteau fait main (grâce à l'aide de Gilles, un bénévole de la MJC, ancien boulanger), le chiffre d'affaires de l'entreprise "Jeunes en action" a affiché 6 000 € TTC.

Un beau score, dont le bénéfice sera à répartir entre les dix jeunes. Pour le cadre légal, on retrouvait la coopérative d'activité et d'emploi SAPIE (Limoux), fidèle partenaire dès la première CJS en 2020. D'autres partenaires sont à citer comme l'association des chefs d'entreprise lézignanais (Acel) avec notamment l'entreprise des bus Capdeville, qui a d'ailleurs proposé un stage à l'un des jeunes.

La mairie est aussi participative, en faisant appel aux jeunes pour certaines tâches et enfin les particuliers, qui eux aussi se réjouissent de pouvoir faire travailler les jeunes chez eux. Tous étaient réunis pour la cérémonie de clôture et les féliciter du travail accompli, qui a parfois suscité des vocations (en boulangerie pour une jeune) ou conforter des projets, tout en les faisant grandir.

(*) État, Région, Département et Ville (partenaires financiers).

Témoignages de jeunes

Arwen (18 ans) : "J'ai gagné en assurance pour parler avec les gens. Le fait d'aller sur les chantiers, ça va m'aider pour mon projet de décoratrice d'intérieur en auto-entreprise, tout comme le fait de savoir comment gérer une entreprise. Là, je vais partir en stage avec une professionnelle de la déco".

Océane (18 ans) : "J'ai appris beaucoup et c'est bien car je serai bientôt dans le monde du travail. J'ai appris le travail en entreprise et en collectif, le marketing, la minutie des tâches à réaliser. J'avais déjà eu une 1ère expérience au lycée avec l'association Entreprendre pour apprendre, où on a créé un produit à vendre. Du coup, c'était un peu plus facile pour moi. Là, j'ai eu mon bac en sciences et technologies du management et de la gestion et je vais faire un BUT (3 ans d'études)".

Raphaël et Enzo (17 ans) : "On a appris de nouvelles choses : faire des devis, des factures, car on était à la commission Finances ; faire du travail professionnel comme bien nettoyer les voitures, avoir confiance en soi et aux autres".

Moussa (18 ans, Guinéen issu des jeunes mineurs non accompagné) : "J'ai rencontré des jeunes de mon âge, découvert le monde de l'entreprise, le travail de nettoyage et ça m'a permis de mieux parler français et on m'a même proposé un stage. L'année prochaine, j'ai signé avec la CFA pour une formation en maçonnerie".

El Hadji (17 ans, Sénégalais, jeune mineur non accompagné) : "C'était bien de rencontrer des jeunes français, car sinon on reste tout le temps entre nous. J'ai découvert le monde entrepreneurial, fait du travail avec des tâches précises. Ça m'a fait du bien de faire quelque chose car depuis que je suis arrivé en France en novembre, je ne fais rien et c'est dur. L'an prochain, je serai au CFA en électricité".

Lézignan-Corbières : les acteurs locaux ont été aux côtés de la Ville pour gérer la crise incendie



Au Brésil associatif, l'équipe communale et neighborhood prennent leur repas du midi au restaurant des résidents. / Gaëlle Guéant

Solairis, Lézignan-Corbières, Narbonne

Publié le 12/08/2025 à 16:42, mis à jour à 17:04

Gaëlle Guéant



00:00 / 04:30

Powered by ETX Media

Salariés et bénévoles de la MJC ou encore du CFA via la chambre des métiers de l'Aude, ont contribué à la gestion de crise au plus fort de l'incendie, début de semaine dernière. Retours sur expérience.

Vers 19 heures, mardi 5 août, la Préfecture de l'Aude informait la municipalité que de nombreux vacanciers du camping La Pinada, situé dans le massif éponyme à Villerouge-la-Crémade, allaient être évacués vers la ville. Ni une, ni deux, le plan de sauvegarde communal était activé avec les services municipaux (police, réserve de sécurité civile, employés) et plusieurs acteurs locaux sollicités, tel que la MJC et la Chambre des métiers et de l'artisanat de l'Aude (voir ci-dessous). Outre les vacanciers de la Pinada, de nombreux habitants du territoire et des estivants ont été touchés, certains ne pouvant pas rentrer chez eux et d'autres fuyant les flammes à leurs portes.

Mobilisation exemplaire

Dès le soir du drame, la MJC a été un maillon déterminant de la chaîne logistique mise en place. Plusieurs familles avec enfants, ainsi qu'un groupe d'adultes handicapés et leurs accompagnants ont été accueillis dans les locaux de la structure associative, qui comprend plusieurs chambres au sein de son Centre international de séjour. Le lendemain, l'équipe salariée aidée des bénévoles ont installé plus de 150 places de restauration dans les différentes salles de la MJC pour le service du repas du midi, pris en charge par la commune et préparé avec une réactivité exemplaire par le chef cuisinier du RestO associatif, Olivier Arnaud et son assistante, Nela. Cette opération s'est renouvelée avec la même énergie, le mercredi soir et le jeudi.



Pause culturelle avec la médiatrice du musée Micro-Folie pour se détendre un peu. / Gaëlle Guéant

Après avoir répondu aux premiers besoins des personnes réfugiées, la MJC s'est tournée vers un autre facteur essentiel dans ce genre de situation anxiogène : le moral. Grâce au dispositif innovant du Musée numérique Micro-Folie, la médiatrice culturelle Céline Mathélier a fait découvrir sur grand écran et tablettes, une sélection de tableaux sur le thème de l'été. Elle a également animé de nombreuses tables de jeux, issus des mallettes pédagogiques de l'opérateur culturel de la Réunion des musées nationaux - Grand Palais. Petits et grands ont pu s'amuser en équipe et oublier un moment les soucis. Même en situation de crise, on voit toute l'importance que revêt la culture, alors que celle-ci fait les frais d'une diminution des budgets, comme c'est le cas sur la ville, puisque le financement du poste de la médiatrice culturelle n'a pas été renouvelé, alors que la MJC a largement prouvé son bien-fondé.



Plusieurs salles d'accueil ont été aménagées par la MJC. / Gaëlle Guéant

Témoignage d'une gestion de crise au CFA

Un autre acteur local a également apporté son soutien logistique à la gestion de crise : le centre de formation d'apprentis de la ville. Équipé d'un dortoir, de nombreux sinistrés ont pu y trouver refuge pour la nuit, comme l'explique Grégory Roures, élu à la Chambre de métiers et d'artisanat de l'Aude et membre de la Réserve citoyenne de défense et de sécurité de la gendarmerie nationale : "Mardi 5 août à 23 heures, le directeur de cabinet du maire m'a appelé pour que nous ouvrons l'internat de la Chambre des métiers de l'Aude Formation de Lézignan aux personnes dont les logements avaient été brûlés. Je suis immédiatement parti pour récupérer Séverine Hachez, directrice territoriale de la CMA de l'Aude et nous avons tout organisé à l'aide de Rachida, une technicienne en vacances et sa fille de 18 ans. À nous quatre et avec le soutien incroyable de la police municipale, nous avons ouvert jusqu'à 5 heures du matin pour héberger plus de cent personnes, dont des personnes âgées, handicapées, des enfants, des bébés et des animaux... Le lendemain après leur départ, le groupement de gendarmerie de l'Aude a contacté Pierre Véra, président de la CMA Aude, pour demander si c'était possible d'héberger plus d'une centaine de gendarmes de Gap et Villeneuve-d'Ascq pour sécuriser les accès pompiers. Malgré deux heures de sommeil, nous avons ouvert pour les accueillir, sachant que nos agents étaient normalement en congés. C'est dans des moments extrêmes comme ceux que nous avons vécus que la solidarité est magnifique. Voir des agents techniques venir jusqu'à 5 heures du matin avec leur enfant nous aider pour héberger les personnes en détresse, cela redonne espoir dans une humanité si mise à mal..."

Lézignan-Corbières : A la piscine municipale, on joue, on se détend et on apprend



Ecole de nage : après les premiers exercices, place à l'apprentissage du plongeon. / Gaëlle Guéant

Culture et loisirs, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 17/08/2025 à 15:46

Gaëlle Guéant



00:00 / 05:19

Powered by ETX Media

Depuis fin juin, la piscine municipale accueille le public tous les jours de 10 à 19 heures. Son maître-nageur donne aussi des cours d'aquagym en soirée et une école de nage est proposée aux enfants. Éclairages et témoignages.

Avec la canicule, la piscine municipale fait le plein : "On a accueilli entre 200 et 300 personnes par jour avec cette chaleur, explique le maître-nageur, Tim Granier. Ça ne m'étonnerait pas qu'on dépasse, en quelques jours, le total de juillet, où il y a eu moins de monde à cause du vent et de températures moins chaudes". Embauché par la municipalité, ce professionnel diplômé enchaîne sa 2^e année consécutive : "Je suis un ancien du club de natation et je suis très à cheval sur les règles de sécurité et d'hygiène, encore plus quand il y a du monde. Je suis parfois un peu strict, mais c'est comme ça". Un professionnalisme apprécié de la mairie : "Nous sommes très contents de lui. Il est sérieux, discret, déterminé et efficace. Il sait agir et rendre compte" explique Ivan Ifcic, le directeur général des services de la mairie.

Outre ses compétences de chef de bassin, le maître-nageur propose aussi des cours d'aquagym adultes, après la fermeture du soir : "En moyenne, il y a une quinzaine de personnes, mais ça peut monter jusqu'à 25" explique Tim. Les personnes intéressées viennent au coup par coup selon leur disponibilité, le cours se payant directement auprès du maître-nageur : "Ça détend après le boulot, on oublie les soucis" déclare une participante. "C'est en rythme en musique, ça permet de relâcher la pression, tout en faisant du sport" enchaîne une autre. "Moi, je viens pratiquement tous les soirs, ça permet de se muscler" poursuit sa voisine. Le public Aquagym est principalement féminin, mais il y a aussi des hommes : "Quelques maris qui suivent et des ados, sourit le maître-nageur. Il y a aussi des gens du camping, qui représentent 30% de notre affluence en journée".

Une école de nage au top

Après la fermeture, une autre activité est aussi proposée. Il s'agit de l'école de nage, gérée par la MJC et animée par Emmanuelle Gracia, diplômée et également une ancienne du club de natation de la ville. "L'école de nage existe depuis longtemps. J'y amenais déjà mes enfants et maintenant j'y amène mes petits-enfants" explique Jean-Claude, un habitant lézignanais. "On vient tous les mardi et vendredi, expliquent les petit-enfants en question, Emma (6 ans) et Noa (8 ans). On apprend à bien faire les mouvements du crawl et la brasse, à plonger, nager sur le dos, bien bouger les jambes..."

Pour Christophe, un autre Lézignanais, papa de Charly (8 ans) : "Il a commencé à 4 ans avec les tout-petits. On n'a pas de piscine à la maison et avec cette chaleur, ça lui fait du bien et ça l'occupe, tout en lui apprenant à bien nager avec le côté professoral. On essaie de s'y tenir toutes les semaines. Le tarif est très raisonnable en plus". Plus loin, Amélie est la maman de Gabriel (8 ans) et se réjouit : "On habite à Saint-André-de-Roquelongue et j'ai trouvé ces cours sur internet qu'on peut payer en ligne à distance, c'est pratique. Je remercie la MJC de cette initiative, qui est très abordable, comparé à d'autres lieux. Si j'avais su, j'aurais inscrit mon fils avant. En plus, la maître-nageuse est vraiment super, elle est bienveillante, ne s'énerve jamais et les enfants progressent. Au début, j'avais pris quatre cours, mais finalement j'en ai pris plus. Ça nous sécurise en tant que parent quand on va à la mer". Pour son fil, Gabriel : "Moi, je rêvais de savoir faire du crawl et maintenant j'y arrive, car elle nous corrige quand on fait de faux mouvements".

Même son de cloche pour deux grands-parents du village de Boutenac : "On accueille nos petits-enfants en vacances de Porto et de Strasbourg et on vient presque chaque année. Un de nos petits-fils n'a jamais fait de nage, alors c'est l'occasion pour lui d'apprendre ses premières notions ici". Marie, de Lézignan a ses deux enfants inscrits dans les deux cours différents : "Ils progressent vraiment bien. Avant, j'ai essayé Narbonne, mais ils ne faisaient aucun progrès. Là, les cours sont adaptés, le prix abordable, la prof super et c'est à côté".

Des pistes d'amélioration

Deux doléances sont ressorties des témoignages : l'eau brûlante des douches et le souhait d'avoir une piscine couverte. "Oui, nous sommes au courant pour les douches, précise le DGS, Ivan Ifcic. C'est la conséquence d'une réparation ailleurs, qui s'est reportée là. Mais pour y palier, il faut fermer la piscine une semaine, alors on a choisi de ne pas le faire en saison. Pour ce qui est de la piscine couverte, c'est impossible. Le bassin n'a pas été techniquement conçu pour ça. On ne peut pas le transformer comme on veut. Sans compter, cela coûterait aussi voire plus cher que d'en faire une autre couverte". Voilà pour la réponse de ceux qui aimeraient avoir une piscine pendant l'hiver.

École de nage (8 € la séance). Mardi et vendredi, de 19 heures à 19 h 30 (débutants) et de 19 h 30 à 20 heures (confirmés), plus la carte estival de la MJC (10 €). Contact : 04 68 27 03 34.

À Lézignan-Corbières, le nouveau fonctionnement de l'Athlétic-club ne satisfait pas tout le monde



La MJC, qui gère l'Athlétic-club, a dû prendre de nouvelles dispositions. / A.C.



Sport, Associations, Aude, Lézignan-Corbières

Publié le 21/08/2025 à 16:08, mis à jour à 16:10

Article rédigé par **Arnaud Chabé**

Journaliste
L'Indépendant

Écouter cet article

00:00 / 04:31

Powered by ETK Maples

À la rentrée, la MJC a décidé d'instaurer un nouveau mode de fonctionnement à l'Athlétic-club qu'elle chapeaute depuis 2019. Une réorganisation nécessaire, en raison d'un déficit important, pour rationaliser les coûts : certaines adhérentes ont organisé une pétition soulevant des problèmes de flexibilité pour réserver les cours et des hausses tarifaires.

Depuis les années 60, l'Athlétic-club est une institution à Lézignan. Fondée par Guy Fabre et André Amila, la structure, en effet, en a vu défiler des sportifs soucieux d'entretenir leur forme et leur musculature au 38, avenue Wilson qui fut, pendant très longtemps, la seule salle de musculation de la ville.

En difficultés puis passé dans le giron de la Maison des jeunes et de la culture en 2019, l'Athlétic-club avait connu un nouvel essor avec un investissement de taille engagé sur 30 ans pour acheter les locaux de 650 m² et les rénover de fond en comble : 450 000 € au total.

“ Il nous fallait réagir au risque de fermer cette salle ”

Seulement voilà : l'ouverture, il y a un an, d'une deuxième salle de sport, Basic Fit, après l'éclosion d'Iron Lez il y a quelques années, a contrarié les plans initiaux. Car, peu à peu, une bonne partie des pousseurs de fonte ont quitté la salle du centre-ville. Avec, de fait, des conséquences financières : un déficit prévisionnel pour l'exercice comptable en cours de 72 000 €. “ Il nous fallait réagir au risque de voir cette salle fermer définitivement”, confie Julie Sans, directeur de la MJC.

Des arguments qu'il a détaillés, en compagnie d'Isabelle Poursine et du trésorier de la Maison des jeunes, le 18 juillet dernier, au cours d'une réunion à laquelle une cinquantaine d'adhérents a assisté.

Parmi eux, plusieurs voix se sont élevées pour s'opposer aux nouvelles dispositions qui seront appliquées dès la rentrée de septembre. “ Il existait une certaine flexibilité dans l'organisation des cours qui sera impossible. De 38 cours on passe à 26 et de 52 semaines d'ouverture, on passe à 45. Et on ne parle pas de l'augmentation tarifaire : pour une pratique en illimité on était à 330 € par an en plus de la carte MJC, là ce sera 560 plus la carte”, pestent Fabienne Vaché, Annick Cuellar et Sandrine Benard-Besbes, toutes trois assidues du pôle forme (yoga, Pilates, gym douce, aérogy...).

Persuadées que, selon la nouvelle formule, les cours du soir vont sauter (“car s'il y a moins de vingt personnes inscrites, les éducateurs sportifs auront la possibilité d'annuler”), les adhérentes de l'Athlétic-club regrettent fortement les anciennes dispositions qui régissaient la vie la structure. Comme celle qui leur permettait, par exemple, de changer de discipline en cours d'année : “Les inscriptions seront annuelles uniquement”, insistent-elles après avoir engagé une pétition.

“ L'esprit d'une MJC c'est le partage ”

“Personnellement, je travaille, donc je viens quand je peux venir, je ne peux pas bloquer systématiquement des jours. Donc, pour les actifs, cela veut-il dire que l'on doit payer le double du tarif?”, s'interroge Fabienne Vaché. “Et puis, l'esprit d'une MJC c'est le partage, la création du lien social que nous entretenons étroitement, insiste de son côté Annick Cuellar. Tout cela risque de disparaître”.

Julien Sans, lui, rappelle que cette situation est consécutive à “la perte de recettes sur le pôle Force (musculation). Jusqu'à présent, les recettes de la partie musculation permettaient de proposer une offre illimitée sur la partie Forme. Il est utile de rappeler aussi que nous n'avons pas augmenté les tarifs depuis quatre ans alors que les frais d'électricité ont doublé et les coûts de structure ont subi une hausse de 10 %”.

Le directeur de la MJC glisse par ailleurs que “la pétition n'a recueilli qu'une trentaine de signatures sur 400 adhérents environ, c'est une minorité”. Une remarque pour revenir que les conditions tarifaires : “Certaines personnes abusaient un peu du système en venant une dizaine de fois par semaine. Alors oui, les tarifs ont été relevés pour ceux qui consommaient beaucoup de cours, mais cela concerne une dizaine de personnes. Pour les autres, ils baissent : pour un à deux cours par semaine, il en coûtera 160 € au lieu de 300 aujourd'hui. Cette nouvelle organisation nous a également permis de remettre de l'ordre dans le fonctionnement de l'association. Aucune autre salle de sport de la région ne fonctionne comme nous”.

À l'heure actuelle, le système de préinscriptions pour la saison à venir semble “bien fonctionner”. Mais il est loin de faire l'unanimité...

mjc
Lézignan-Corbrières

LA GAZETTE



ÉDITO

Rien n'est jamais acquis. S'il faut encore convaincre de l'importance des missions de la MJC, dans notre société fracturée, inquiète face à l'avenir et aux troubles internationaux...alors, ce nouveau numéro estival apporte des réponses et redonne foi en l'Éducation Populaire. En séjours accompagnés ou au sein d'une C.J.S., nos Jeunes parlent d'autonomie, de confiance en soi, d'intégration, de rencontres, de sport et de culture.

Quand le feu ravage notre territoire, les portes s'ouvrent, toutes les bonnes volontés de la Maison s'unissent pour accueillir, soulager, rassurer, et divertir aussi: une évidence.

Bonne lecture !

La MJC est soutenue par



Crédits photos > MJC Lézignan-Corbrières
Rédaction-conception > les équipes de la MJC de Lézignan-Corbrières
Impression 1.500 exemplaires | Diffusion numérique > 5.000 mails
(c) SEPTEMBRE 2025 | NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

VOTRE MJC EN ACTIONS

JEUNESSE

Coopérative Jeunesse de Service ... 5ème édition

Après une année de pause, la MJC a relancé la Coopérative Jeunesse de Services. Dix jeunes, 4 filles et 6 garçons entre 16 et 18 ans, séduits par ce projet d'éducation à l'entrepreneuriat coopératif ont relevé le défi. La CJS "les jeunes en action" a ainsi proposé ses services aux particuliers et aux professionnels du 25 juin au 1er août.

Créer une entreprise coopérative en six semaines avec des jeunes qui ne se connaissent pas, ont des motivations diverses et viennent d'horizon différents est une véritable gageure. L'enjeu : leur permettre de découvrir le monde du travail, développer des compétences et gagner en autonomie. Entre les comités finances, marketing, ressources humaines, la réalisation des prestations, la prise de décision collective, on n'a pas le temps de s'ennuyer et chacun doit trouver sa place. Les prestations cette année : Peinture - Lavage de voitures, de bus et de vitres - Nettoyage de jardins et terrasses - Aide logistique pour événement - Flocage de T-Shirt Fablab - Aide informatique - Vente de pâtisseries... Merci à tous les partenaires, clients, bénévoles qui ont contribué à la réalisation de ce projet.

PAROLES de COOPÉRANTS

"J'ai gagné en assurance. Le fait d'aller sur les chantiers, de savoir comment gérer une entreprise va m'aider pour mon projet de décoratrice d'intérieur en auto-entreprise." ARWen (18 ans)

"J'ai appris le travail en entreprise et en collectif, le marketing, la minutie des tâches à réaliser." Océane (18 ans)

"J'ai rencontré des jeunes de mon âge, découvert le monde de l'entreprise. cela m'a permis de mieux parler le français et on m'a même proposé un stage dans une entreprise." Moussa (18 ans)

"C'était bien de rencontrer des jeunes français car sinon on reste tout le temps entre nous. J'ai découvert le monde entrepreneurial, fait du travail avec des tâches précises. Cela va m'aider dans mon parcours au CFA." El Hadji (17 ans)

"On a appris de nouvelles choses : faire des devis, des factures car on était dans la commission finances" Raphaël et Enzo (17 ans)

"J'ai beaucoup aimé vendre sur le marché e participer aux différentes tâches avec les autres. J'ai pu donner mon avis lors des conseils d'administration et cela m'a donné confiance" Talena

"Je suis très timide, et cela m'a aidé à aller vers les autres". Mégane

"Créer une entreprise à plusieurs c'est parfois compliqué. J'ai découvert le monde du travail, beaucoup appris et gagné en confiance en moi. Théo

LA CJS 2025 EN CHIFFRES

- 10 coopérants dont 6 issus du Quartier Prioritaire
- 5 311 € HT (6 300 € TTC) de chiffre d'affaire
- 46 contrats dont 36 pour des particuliers et 10 pour des entreprises, collectivités, associations.
- 566 heures pour la réalisation des prestations
- 589 heures pour la gestion, commercialisation, organisation
- 280 heures de formation
- Une rémunération nette de 250 à 445 € par coopérant



VOTRE MJC EN ACTIONS ...

JEUNESSE

Des Pyrénées à Berlin... nos ados en colos !

Les voyages forment la jeunesse !

Depuis toujours notre association propose des séjours de qualité à nos adolescents. Nous disposons du label "COLOS APPRENANTES" délivré par l'Etat, avec le soutien de la CAF. Ainsi, nos colos combinent loisirs, découvertes, apprentissages et répondent à trois objectifs :

- **Éducatif** : renforcer les savoirs et compétences des enfants en dehors du cadre scolaire.
- **Social** : favoriser la mixité et l'inclusion.
- **Culturel** : permettre l'accès à des activités artistiques, scientifiques ou sportives.



Du soleil, des montagnes et une bonne dose d'adrénaline : le premier séjour organisé par la MJC à Guchen (Haute-Pyrénées) a tenu toutes ses promesses !

Pendant une semaine, un groupe de jeunes motivés et curieux a plongé au cœur de la nature pyrénéenne pour vivre une aventure inoubliable, rythmée par des activités sportives, des moments de partage et de dépassement de soi. Au programme des activités détonnantes : randos en bivouac, rafting, spéléologie, trottinette de descente, escalade, tyrolienne et exploration de grotte ont complété cette palette riche en sensations.

Des veillées chaleureuses ont ponctué les journées d'éclats de rire et de discussions tous ensemble.

Ce séjour a permis à chacun de repousser ses limites, de renforcer l'esprit d'équipe, et surtout de se créer des souvenirs impérissables.



Berlin est la destination idéale pour un séjour avec des adolescents grâce à sa richesse culturelle, ses activités ludiques et son ambiance jeune et dynamique. En cette période de troubles internationaux, choisir Berlin comme destination finale de nos séjours d'été, c'est permettre aux adolescents de découvrir l'histoire contemporaine allemande, européenne et mondiale.

Du 24 au 30 août dernier, la quinzaine de jeunes accompagnée par trois animateurs a parcouru son histoire mouvementée en visitant des sites et musées clés tels que le Reichstag, le Mémorial du mur dans la Bernauerstasse, ou encore le musée de la RDA et le Mémorial de l'Holocauste. Les adolescents ont également découvert sa richesse artistique et architecturale sur l'île aux musées, regroupant, au cœur de Berlin, cinq grands musées, avant de parcourir le Berlin Mitte de la Porte de Brandebourg à Alexanderplatz. Le groupe est aussi sorti « hors des sentiers battus » et a admiré Berlin sous un autre angle avec ses quartiers insolites et jeunes dans le cadre d'une aventure pédagogique (parcours culturels, activités sportives, street-art, ...).

VOTRE MJC EN BREF ...



La MJC fait ses quartiers d'été

Comme chaque été au mois de juillet, la MJC a investi le jardin public, les lundis et mardis de 16h à 22h, et proposé animations et spectacles gratuits.

Une quinzaine de stands, animés par nos bénévoles et salariés ainsi que nos partenaires (France travail, le planning familial, le pôle ressource handicap) ont permis aux enfants et familles de se divertir. En soirée, place au spectacle vivant et à la danse. Ambiance conviviale et bienveillante garantie et belle participation du public. Conte, baléti, bal poussière, breakdance, théâtre musical, il y en avait pour tous les goûts.

Malgré la chaleur estivale, avec une centaine de participants en moyenne par jour, cette action soutenue dans le cadre de la politique de la ville a trouvé son public.

Vous pouvez retrouver l'ambiance de ces beaux moments à travers les interview de quelques participants en flashant le QRcode ci-contre.



Incendie des Corbières, la MJC mobilisée pour l'accueil des sinistrés !

L'incendie spectaculaire qui a ravagé notre territoire a laissé de nombreuses personnes dans le désarroi le plus total; habitants et vacanciers ont dû être évacués en urgence de leurs résidences ou campings et mis en sécurité au Palais des Fêtes ou à la MJC. Une chaîne logistique locale, dont la MJC a été un maillon déterminant, s'est mise en place rapidement. Nous avons accueilli et hébergé plusieurs familles, ainsi qu'un groupe d'adultes handicapés et leurs accompagnantes. Pendant plusieurs jours, l'équipe des salariés, accompagnée des bénévoles de la MJC, a installé plus de 150 places dans nos différentes salles pour servir les repas pris en charge par la commune et préparés avec une réactivité exemplaire par notre chef Olivier ARNAUD.

Face à l'urgence, les acteurs du territoire ont répondu le mieux possible aux besoins premiers des personnes réfugiées. Cependant, la MJC s'est préoccupée d'un autre facteur essentiel dans ce genre de situation anxiogène : le moral. Elle a ainsi proposé une soirée d'animation pour faire oublier les soucis l'espace d'un instant et tenter de ramener un petit esprit de vacances auprès des estivants. Grâce au dispositif innovant du Musée numérique Micro-Folie, notre médiatrice culturelle Céline Mathelier a fait découvrir sur grand écran et tablettes, une sélection de tableaux sur le thème de l'été et a installé de nombreuses tables de jeux. Petits et grands ont pu s'amuser en équipe.

En fin de soirée, les enfants sont repartis avec des fiches de dessins et d'activités artistiques pour continuer l'expérience et s'occuper en attendant que la situation revienne à la normale.





mjc
Lézignan-Corbieres

**24
25**

Les Rendez-Vous
JUILLET d'ETE AOÛT
à la MJC
& à l'ESPACE de VIE SOCIALE

EXPOS | CONCERTS | ANIMATIONS | STAGES | RANDOS
SORTIES | BALADES | DÉCOUVERTES | REPAS | ATELIERS

MARDI 01/07



12:00
13:30

Croque-monsieur
ou
salade composée

Saucisses / frites

Fromage
ou
yaourt

Pain perdu
ou
fruit

MERCREDI 02/07



12:00
13:30

Carotte rappées
ou
charcuterie

Lasagne

Fromage
ou
yaourt

Salade de fruit
ou
fruit

RESTO

JEUDI 03/07



12:00
13:30

Tarte à la tomate
ou
charcuterie

Légumes farcis

Fromage
ou
yaourt

Gâteau yaourt
crème anglaise
ou
fruit

RESTO

VENDREDI 04/07



12:00
13:30

Carottes rappées
ou
charcuterie

Poulet basquaise
ou
blé

Fromage
ou
yaourt

Salade de fruit
ou
fruit

RESTO

SAMEDI 05/07



10:00
12:00

"Le rire c'est une poussière de joie qui fait éternuer le cœur".
Découvrez les bienfaits du rire dans une ambiance bienveillante

RIGOLOGIE

€ 2€ adhérent - 4€ non-adhérent | Inscription obligatoire | Canet



09:00
12:00

STAGE POTERIE • VANNERIE | Création d'une mangeoire (création du socle)
Venez fabriquer votre mangeoire à oiseaux unique en combinant les techniques de
vannerie et poterie. A prévoir : tablier ou vêtements de travail • chaussures fermées.

POTERIE

€ 104€ adhérent - 114€ non-adhérent | Inscription obligatoire | Places limitées

LUNDI 07/07



12:00
13:30

Gaspacho
concombre menthe
ou
charcuterie

Hachis parmentier

Fromage
ou
yaourt

Tarte fruit
ou
fruit

RESTO

MARDI 08/07



12:00
13:30

Pan con tomate
ou
pâte

Cannelloni

Fromage
ou
yaourt

Crème chocolat
ou
fruit

RESTO

INFOS :

DU 07/07 AU 09/07

- Animations et spectacles gratuits et ouverts à tous.
- Petite restauration et buvette sur place (sucré et salé).
- Pour les soirées (de 19h30 à 20h45) Moules et frites / grillades (tarif).
- Les animations et ateliers se déroulent de 16h à 19h30
- Les spectacles débutent de 19h à 21h
- En cas de mauvais temps, les animations et spectacles dans la MJC

**QUARTIERS
D'ÉTÉ 2025**



MERCREDI 09/07



12:00
13:30

Taboulé
ou
charcuterie

Moules / frites

Fromage
ou
yaourt

Coupe glacée
ou
fruit

RESTO

JEUDI 10/07



12:00
13:30

Salade betteraves
ou
charcuterie

Ratatojuille /
escalope

Fromage
ou
yaourt

Coupe glacée
ou
fruit

RESTO



14:00
16:00

STAGE | Le mode survie t'attend !

€ 3€ adhérent - 5€ non adhérent | 8 places / 7-12ans

MINI TEST



14:00
17:00

Visite libre du musée numérique et tables de jeux |

thème : " Les bateaux "

Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant !

€ Gratuit | Tout public à partir de 4 ans (enfants accompagnés jusqu'à 10 ans)



VENDREDI 11/07



12:00
13:30

Selon l'humeur du chef

RESTO



10:00
18:00

SORTIE Journée Cité de Carcassonne • acrobbranche |

Départ à 10h de la MJC | pique-nique

€ 25€



SAMEDI 12/07



13:30
16:30

STAGE POTERIE • VANNERIE | Création d'une mangeoire (tressage partie haute)
Venez fabriquer votre mangeoire à oiseaux unique en combinant les techniques de
vannerie et poterie. A prévoir : tablier ou vêtements de travail • chaussures fermées.

POTERIE

€ 104€ adhérent - 114€ non-adhérent | Inscription obligatoire | Places limitées

DU 14/07 AU 19/07

Restaurant fermé

15/07 AU 17/07



09:00
16:30

STAGE "TOURNAGE POTERIE"
Venez apprendre à battre la terre, centrer et réaliser vos premiers pots avec les gestes du
potier. A prévoir : tablier ou vêtements de travail • chaussures fermées.

POTERIE

€ 270€ adhérent - 280€ non-adhérent | Inscription obligatoire | Places limitées |
restauration et hébergement possible (non compris)

MARDI 15/07



VIENS CRÉER TON PUZZLE EN BOIS AVEC LA DÉCOUPEUSE LASER.
 € 10€ adhérents | 12€ non adhérents | A partir de 8 ans. Possibilité de venir en famille (parent/enfant)

16/07 & 17/07



STAGE: Viens créer ton morceau de musique + pochette d'album + mini clip
 € 18€ adhérent / 20€ non-adhérent | Inscription obligatoire | 8-14 ans

MERCREDI 16/07



SORTIE Journée St Cyprien | Karting + plage | Départ 10H
 € 35€



JEUDI 17/07



PERSONNALISE LA COQUE DE TON TÉLÉPHONE AVEC DES STICKERS GRÂCE AU PLOTTER DE DÉCOUPE.
 € 5€ adhérents | 7€ non adhérents | A partir de 11 ans. Possibilité de venir en famille (parent/enfant)

JEUDI 17/07



Initiation à l'Art en famille : **Le Moyen-âge + atelier artistique "Crée ton blason"**
 € 2€ adhérents / 3€ non-adh. 4-11 ans / séance pour découvrir en famille l'architecture, la peinture, la sculpture sur des tablettes numériques et grand écran
 Prévoir un vieux tee-shirt pour l'atelier !

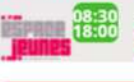


Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : **"Chefs-d'oeuvre du Moyen-âge"**
 Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant !
 € Gratuit | Tout public à partir de 4 ans (enfants accompagnés jusqu'à 10 ans)

LUNDI 21/07



12:00-13:30 Tarte à l'oignon ou charcuterie | Purée Poulet | Fromage ou yaourt | Salade de fruit ou fruit



SORTIE Journée Canoë | Départ à 8h30 de la MIC
 € 40€



MARDI 22/07



12:00-13:30 Salade de brocolis et jambon ou pâté | Coustellous / frites | Fromage ou yaourt | Mousse ou fruit

INFOS : DU 21/07 AU 23/07

- Animations et spectacles gratuits et ouverts à tous.
- Petite restauration et buvette sur place (sucré et salé).
- Pour les soirées (de 19h30 à 20h45) Moules et frites / grillades (tarif).
- Les animations et ateliers se déroulent de 16h à 19h30
- Les spectacles débutent de 19h à 21h
- En cas de mauvais temps, les animations et spectacles dans la MJC



MERCREDI 23/07



12:00-13:30 Crudités ou charcuterie | Spaghettis carbo | Fromage ou yaourt | Iles flottantes ou fruit

JEUDI 24/07



12:00-13:30 Salade composée ou charcuterie | Moussaka | Fromage ou yaourt | Panna cotta ou fruit



Initiation à l'Art en famille : Trésors de la Chine + atelier artistique "Aquarelle chinoise"
 € 2€ adhérents / 3€ non-adh. 4-11 ans / séance pour découvrir en famille la peinture, la sculpture, les objets du quotidien sur des tablettes numériques et grand écran
 Prévoir un vieux tee-shirt pour l'atelier !



Visite libre du musée numérique et tables de jeux | thème : **"Trésors de Chine"**
 Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant !
 € Gratuit | Tout public à partir de 4 ans (enfants accompagnés jusqu'à 10 ans)



FABRIQUE UN PENDENTIF AVEC LES IMPRIMANTES 3D !
 € 5€ adhérents | 7€ non adhérents | A partir de 8 ans. Possibilité de venir en famille (parent/enfant)



STAGE | Le mode survie t'attend !
 € 3€ adhérent - 5€ non adhérent | 8 places / 7-12ans

VENDREDI 25/07



12:00-13:30 Champignons à la grecque ou charcuterie | Papillote de poisson aux légumes | Fromage ou yaourt | Tarte aux fruits ou fruit

LUNDI 28/07



12:00-13:30 Tarte tomate ou salade verte | Steak / frites | Fromage ou yaourt | Panna cotta ou fruit



SORTIE Journée Canyoning | Départ à 8h30 de la MIC
 € 15€



MARDI 29/07



12:00-13:30 Salade composée ou saucisson beurre | Lapin à la moutarde / haricots verts | Fromage ou yaourt | Gâteau marbré ou fruit



SORTIE Spéleo - Grotte de Cazals | Départ à 7h50 de la MIC | 8 places | Gratuit



CET ÉTÉ, PROTÈGE-TOI DU SOLEIL EN FLOQUANT UNE CASQUETTE AVEC LES MACHINES DU FABLAB.
 € 10€ adhérents | 12€ non adhérents | A partir de 8 ans. Possibilité de venir en famille (parent/enfant)

MERCREDI 30/07



12:00-13:30 Salade verte ou charcuterie | Moules / frites | Fromage ou yaourt | Tarte aux fruits ou fruit

JEUDI 31/07

RESTO 12:00-13:30 Salade verte ou charcuterie Paella Fromage ou yaourt Glace ou fruit

FABLAB 14:00-17:00 **RÉALISE TON POT À CRAYONS EN BOIS À POSER SUR LE BUREAU.**
 € 10€ adhérents | 12€ non adhérents | A partir de 8 ans.
 Possibilité de venir en famille (parent/enfant)

MICRO-FOLIE 14:00-17:00 Visite libre du musée numérique et tables de jeux |
 thème : "Paysages d'été"
 Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant !
 € Gratuit | Tout public à partir de 4 ans (enfants accompagnés jusqu'à 10 ans)

VENDREDI 01/08

RESTO 12:00-13:30 Crudités ou charcuterie Cannelloni Fromage ou yaourt Salade de fruit ou fruit

SAMEDI 02/08

POTERIE 09:00-12:00 **STAGE POTERIE + VANNERIE** | Création d'une mangeoire (création du socle)
 Venez fabriquer votre mangeoire à oiseaux unique en combinant les techniques de vannerie et poterie. A prévoir : tablier ou vêtements de travail + chaussures fermées.
 € 104€ adhérent - 114€ non-adhérent | Inscription obligatoire | Places limitées

LUNDI 04/08

RESTO 12:00-13:30 Crudités ou charcuterie Merguez / légumes Fromage ou yaourt Couple glacée ou fruit

jeunes 08:30-18:00 **SORTIE Journée Explore Game** | Départ à 8h30 de la MJC
 € 20€

DU 04/08 AU 06/08

POTERIE 09:00-16:30 **STAGE "TOURNAGE POTERIE"**
 Venez apprendre à battre la terre, centrer et réaliser vos premiers pots avec les gestes du potier. A prévoir : tablier ou vêtements de travail + chaussures fermées.
 € 270€ adhérent - 280€ non-adhérent | Inscription obligatoire | Places limitées / restauration et hébergement possible (non compris)

MARDI 05/08

RESTO 12:00-13:30 Concombre au yaourt ou charcuterie Aile de raie / légumes vapeur Fromage ou yaourt Salade de fruit ou fruit

MERCREDI 06/08

RESTO 12:00-13:30 Pizzas ou macedoine Gratin dauphinois / poisson Fromage ou yaourt Tiramisu ou fruit

jeunes 08:30-18:00 **SORTIE Journée Narbonne** | Burger Bianca + Trampoline Park |
 € 25€

JEUDI 07/08

RESTO 12:00-13:30 Salade verte ou charcuterie Poulet basquaise / n/z Fromage ou yaourt Tarte aux pommes ou fruit

MICRO-FOLIE 10:00-11:30 **Initiation à l'Art en Famille : L'art gréco-romain - atelier artistique "Créé ton portrait d'empereur / d'impératrice ou de divinité grecque"**
 € 2€ adhérents / 3€ non-adh. 4-11 ans / séance pour découvrir en famille l'architecture, la peinture, la sculpture sur des tablettes numériques et grand écran. Prévoir un vieux tee-shirt pour l'atelier !

MICRO-FOLIE 14:00-17:00 Visite libre du musée numérique et tables de jeux |
 thème : "L'Art gréco-romain"
 Venez découvrir les œuvres des grands musées en vous amusant !
 € Gratuit | Tout public à partir de 4 ans (enfants accompagnés jusqu'à 10 ans)

jeunes 08:30-18:00 **SORTIE Water Jump, Lac de Jouarres** |
 € 12€/personne

VENDREDI 08/08

RESTO 12:00-13:30 Jambon beurre ou salade verte Ratatouille / saucisse Fromage ou yaourt Riz au lait ou fruit

SAMEDI 09/08

POTERIE 13:30-16:30 **STAGE POTERIE + VANNERIE** | Création d'une mangeoire (tressage partie haute)
 Venez fabriquer votre mangeoire à oiseaux unique en combinant les techniques de vannerie et poterie. A prévoir : tablier ou vêtements de travail + chaussures fermées.
 € 101€ adhérent - 110€ non-adhérent | Inscription obligatoire | Places limitées

DU 11/08 AU 15/08

RESTO 12:00-13:30 Selon l'humeur du chef **Restaurant fermé du 16 au 31 août 2025**

... MAIS AUSSI EN JUILLET / AOUT ...

POUR LES ENFANTS (3-11 ANS)

Le centre de loisirs **"LA LAUSETA"** est situé dans le parc de Gaudjac. Cet été, il accueille nos enfants du lundi au vendredi 7h30 à 18h15. Réservations obligatoires auprès de la Communauté des Communes. Les tarifs sont modulés en fonction du quotient familial.

POUR LES ADOS (12-17 ANS)

Des sorties, des animations, des colos... tout au long de l'été. En savoir + en flashant le QR Code ci-dessous



25, RUE MARAT
 11200 LEZIGNAN-CORBIÈRES
 TEL > 04 68 27 03 34
 info@mjc-lezignan-corbieres.com



SUIVEZ-NOUS

mjclezignancorbieres
 @mjc_lezignan_corbieres

www.mjc-lezignan-corbieres.com



mjc
Lézignan-Corbières



FACEBOOK > [mjclezignan.corbieres](#)
INSTAGRAM > [@mjc.lezignan.corbieres](#)

mjc
Lézignan-Corbières



Maison des Jeunes et de la Culture
Espace de Vie Sociale
Centre International de Séjour
25 rue Marat
11200 Lézignan-Corbières
04 68 27 03 34
info@mjc-lezignan-corbieres.com
www.mjc-lezignan-corbieres.com

FACEBOOK > mjclezignancorbieres
INSTAGRAM > @mjc.lezignan.corbieres

