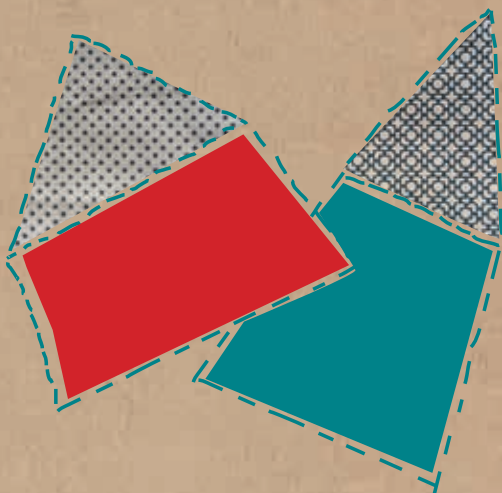




MJC- CENTRE SOCIAL DE BOURROCHES



2018-2019

SOMMAIRE

MJC ET CENTRE SOCIAL PAGE 2

ART PAGES 3 à 4

DANSE PAGES 5 à 7

MUSIQUE PAGES 8 à 9

ARTISANAT PAGES 10 à 11

GOÛT, ESPRIT, LANGUES PAGES 12 à 13

SPORT PAGES 14 à 21

BIEN VIVRE, BIEN VIEILLIR PAGES 22 à 23

POUR LES PLUS JEUNES PAGES 24 à 33

LE PROJET SOCIAL EN QUELQUES MOTS PAGES 34 à 35

ACCUEIL JEUNES PAGE 36

INFOS DIVERSES PAGE 37

L'EQUIPE

Direction : Marc Kanhye

Coordination et communication : Laetitia Perron

Référente famille et conseillère ESF : Eva Cousin

Animation et développement social :

Bérengère Tannier, Élodie Protot,

Jean-Claude Grayel et Hervé Raynier

Accueil-sécrétariat : Nadia Isliy, Myriam Essebbah,
Stéphanie Rabemamanjara, Anne-Cécile Joffre, Sarah Ador

Entretien : Mimount El Amrani, Christelle Lenet



LE MOT DU PRESIDENT

Une nouvelle saison commence sous le signe de changements importants dans la structure de notre MJC-Centre Social.

Changement d'abord au conseil d'administration, puisque Pierre Marion, Président depuis déjà neuf ans, a souhaité passer le flambeau. Oh, il ne nous quitte pas pour autant puisqu'il occupera un poste de vice-président afin de transmettre ses connaissances et ses compétences au nouveau président que je suis. Qu'il soit sincèrement remercié pour toutes ces années d'implication profonde, et pour toutes celles qu'il voudra bien partager à mes côtés. Que soient aussi remerciés tous les membres de notre conseil d'administration pour leur soutien dans ma nouvelle mission.

Changement ensuite de direction. En effet, notre directeur, Gilles Ménis, prend une retraite bien méritée et laissera certainement un grand vide dans nos cœurs, mais je ne doute pas qu'il revienne régulièrement dans notre région et en profitera pour passer nous saluer.

Gilles sera remplacé par Marc Kanhye et je n'ai aucun doute sur le fait que ses compétences et son charisme permettront à notre maison de continuer d'être ce qu'elle a toujours été, une structure accueillante et chaleureuse toujours attentive au respect de ses valeurs tournées vers l'éducation populaire.

Nous souhaitons à Gilles une excellente retraite qui, je me doute, ne manquera pas d'être fructueuse et dynamique ; et la bienvenue à Marc pour de nouvelles aventures.

La fusion de la MJC et du Centre Social est maintenant derrière nous et nous sommes heureux de constater que les objectifs de fonctionnement ont été atteints, chacun ayant « trouvé ses marques ». Le fonctionnement des deux structures, qui n'en font plus qu'une, a trouvé son rythme de croisière.

Cette année encore, votre MJC-Centre social aura pour volonté de continuer à vous accueillir tous et toutes afin que chacun puisse trouver au sein de l'établissement, plaisir et épanouissement dans une volonté de partage de nos valeurs éducatives et culturelles.

Excellente rentrée 2018 !

Patrice BRIYS
Président MJC-Centre Social des Bourroches

★ 2018-2021: UN PROJET POUR 4 ANS

La démarche annoncée l'an dernier est désormais terminée.

La MJC et le centre social sont réunis en une seule entité depuis septembre 2016 et la MJC-centre social ainsi constituée bénéficiait d'un agrément provisoire de la CAF.

L'équipe, le conseil d'administration, ont travaillé tout au long de l'année 2017 pour comprendre et mieux connaître le quartier, établir un diagnostic précis, rencontrer habitants et partenaires, et construire un projet pour les années à venir qui prenne mieux en compte les besoins du quartier.

Ce nouveau projet social, qui comprend également un projet particulier à destination des familles, a été présenté à la fin de l'année et a obtenu un agrément de la Caisse d'allocation familiales pour la durée maximale de quatre ans. Plusieurs actions contenues dans ce nouveau projet sont déjà lancées, comme le journal de quartier, par exemple, réalisé par un groupe d'habitants.

Ce projet renouvelé de la MJC-centre social coïncide avec l'arrivée d'un nouveau directeur, et l'élection d'un nouveau président du conseil d'administration. C'est donc une nouvelle ère qui s'ouvre, à laquelle chacun d'entre vous peut - doit - participer, en proposant des idées, en intégrant le comité d'habitants qui doit suivre et faire vivre ce projet, en participant à telle ou telle action.

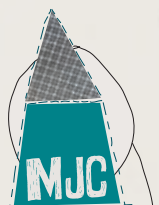
La MJC-centre social est d'abord la vôtre, et nous avons besoin de vous.

Rappel : des activités dans les deux lieux.

Pour savoir où se déroule l'activité que vous avez choisie, regardez le petit picto !



Centre social
71 Bis rue de la Corvée
21000 DIJON



MJC
31 boulevard Eugène Fyot
21000 DIJON

★ EXPRESSION THÉÂTRALE

→ **Compagnie ECLAIRCIÉ**

Initiation et exploration du langage théâtral à travers des techniques diverses du corps, de la voix, de l'écoute de soi, de l'autre et du groupe. Un travail sur le texte sera proposé ainsi que la construction d'une prestation scénique présentée à un public en fin d'année.

→ **Lundi 19h 21h30**

→ **Aude GERMOND, comédienne formée selon la pédagogie de Jacques Lecoq**

Les ateliers renforcent toutes les bases du jeu d'acteur et de la scène.

Les outils pédagogiques proposés permettent à chacun d'explorer les nuances de jeu et sont une base pour jouer n'importe quel style de théâtre.

Chacun peut développer ses capacités et son univers à l'intérieur du programme.

Une représentation publique finalisera cet atelier.

La pièce sera choisie avec les participants et demandera un certain engagement pour travailler.

Expérience préalable demandée.

→ **Jeudi 20h 22h**

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	212	237	252	264	291	317
Hors Dijon	233	261	277	290	320	349

★ PREMIERS PAS THÉÂTRE

→ **Emilie GOURAND, artiste du collectif CHAP'**

En partenariat avec l'Espace Socioculturel Acodège

→ **Mercredi 9h30 11h30 (adultes en situation de handicap et/ou en difficulté sociale)**

→ **Inscriptions les 14 et 15 septembre.**

→ **Renseignements et tarifs : 03 80 51 41 26**

→ **Première séance le 3 octobre.**

ART

DANSE

★ ARTS PLASTIQUES

→ Christine DELBECQ, artiste plasticienne

Les ateliers de peinture privilégient la couleur et s'appuient sur des exercices par lesquels tout le monde passe, suivis de sujet annuels d'ateliers. L'atelier de dessin magnifie le noir et blanc et s'appuie sur l'observation du réel. On passe souvent de l'un à l'autre au cours des années.

→ Lundi 14h30 17h30 (peinture, sauf aquarelle)


→ Lundi 19h30 21h00 (dessin à la craie noire)

→ Mardi 19h45 22h30 (peinture, sauf aquarelle)

→ Également week-end et stages

→ Renseignements et tarifs :

Christine Delbecq, 06 07 85 51 86

→ Mercredi 18h30 20h (vous avez dit crayon de papier !) 

→ Renseignements et tarifs : voir p. 24

★ ATELIER PHOTO

→ Jessica VUILLAUME

Les « ateliers du regard » sont un moment pour échanger sur des points techniques photographiques, aborder des notions artistiques en photographie, découvrir des photographes, visionner les photos des participants réalisées chaque mois sur un thème donné et échanger sur ces photos.

→ Un mercredi par mois 19h15 21h15

→ Première séance le 19 septembre

→ 3 sorties dans l'année

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	114	129	136	143	157	172
Hors Dijon	125	142	150	157	173	190

→ Créneau enfant/ado : voir p. 25

★ LOISIRS CREATIFS

→ Odile MOAN

→ Jeudi 14h 17h

→ Tarif : adhésion

→ Achat de matériel à prévoir par la suite

→ certificat médical obligatoire pour les activités dances

★ DANSES IRLANDAISES

→ Delphine ALAGUETTE

Atelier «set dancing» pour débutants : danses irlandaises en quadrille, très populaires en Irlande où elles sont pratiquées à l'occasion de bals appelés «Ceilis».

Apprentissage progressif des pas, des déplacements et des différentes figures, dans une ambiance conviviale et détendue.

→ Vendredi 17h30 18h45 (tous les 15 jours)

→ Première séance le 14 septembre

Tarif 15 séances	A	B	C	D	E	F
Dijon	69	77	82	86	95	103
Hors Dijon	76	85	90	95	105	113

→ Renseignements : delphinealaguette@wanadoo.fr

★ ATELIER DE DANSE SPONTANEE

IMPROVISATION ET CRÉATION EN MOUVEMENT

→ Emilie GOURAND

Cet atelier propose une exploration du corps en mouvement au moyen d'improvisations, d'exercices ludiques, et de travaux collectifs, en petits groupes, mettant en avant l'écoute et l'échange.

Sont abordées plusieurs techniques (le travail du corps dans l'espace, la présence, le rythme, l'énergie, la relation à soi et aux autres...) permettant à chacun de mettre en valeur son imaginaire, sa créativité, son potentiel et ainsi de trouver sa place dans un groupe. Privilégiant la qualité du processus et non le résultat uniquement, l'accent est mis sur le partage et la coopération du groupe dans la joie et la détente. Et, si le groupe le souhaite, faire l'expérience d'une création collective avec un public.

→ Mardi 18h 19h30 (à partir de 6 ans, adultes)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	131	139	155	163	181	197
Hors Dijon	144	153	170	179	199	217

DANSE

→ certificat médical obligatoire pour les activités dances

DANSES ORIENTALES

→ Sabine CLAIRET

→ A partir de 15 ans

→ Lundi 19h 20h15 (débutants)

→ Lundi 20h15 21h30 (intermédiaires, confirmés)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	164	184	195	205	225	246
Hors Dijon	180	202	214	225	247	271

DANSES AFRICAINES

→ Kaoussou GOUDIABY (avec musiciens)

→ Mercredi 20h15 21h45

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	205	230	244	257	282	306
Hors Dijon	225	253	268	283	310	337

DANSES DU MONDE

→ Anne-Marie DESOCHE

→ Tarifs et horaires : voir p. 14 (gym douce / bien-être)

DANSE

→ certificat médical obligatoire pour les activités dances

ZUMBA® GOLD

→ Aude MORANDET

Un programme facile à suivre qui vous permet de bouger à votre rythme. Cours de danse fitness dynamique qui propose des mouvements modifiés avec moins d'impact pour les seniors actifs.

→ Mardi 11h30 12h15


Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	110	123	130	137	151	164
Hors Dijon	121	135	143	152	166	180

ZUMBA®

→ Aude MORANDET

→ Ados, adultes

→ Mardi 12h30 13h15

→ Jeudi 18h45 19h30 

MODERN JAZZ

→ Marie-Thérèse GAVINO

→ Ados, adultes

→ Vendredi 20h15 21h15

→ Tarifs identiques pour zumba® et modern jazz

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	188	212	223	234	259	282
Hors Dijon	207	233	245	257	285	310

→ Tarifs ados : voir p. 26

MUSIQUE



- Edyth PLUYAUT - PETITJEAN
- En individuel, 30 min
- Lundi 18h45 19h15
- Mardi 19h 19h30
- Mercredi 10h 10h30
- Samedi 9h15 9h45

Tarif 30 mn	A	B	C	D	E	F
Dijon	356	399	423	444	490	535
Hors Dijon	392	439	465	488	539	588

→ Créneau enfants/ados : voir p. 29



- Delphine LAINÉ
- À partir de 15 ans
- Nouveaux adhérents : rendez-vous le 10 septembre à 17h30 pour déterminer les groupes de niveaux.
- Lundi 17h30 19h15 (bons acquis musicaux et/ou technique vocale)
- Lundi 19h15 21h (débutants intermédiaires)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	196	222	233	246	269	294
Hors Dijon	215	245	256	271	295	324

MUSIQUE



- Julien CHARNET
- Mardi 20h 21h30 (à partir de 14 ans, adultes)
- Instruments fournis

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	182	204	215	226	250	272
Hors Dijon	200	224	236	249	275	299



- Bruno PETIOT
- En individuel, 45 min

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	370	417	439	464	509	556
Hors Dijon	407	459	483	510	560	612

- En collectif, 45 min

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	270	304	322	338	371	406
Hors Dijon	297	334	354	372	408	447

→ Renseignements et horaires : 06 16 12 48 92



- Eric VIEILLARD
- Jeudi 20h15 21h (débutants)
- Jeudi 21h 21h45 (confirmés)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	225	254	268	280	310	338
Hors Dijon	248	280	294	308	342	372

→ Créneaux enfants/ados : voir p. 30

ARTISANAT

★ ENCADREMENT

→ **Françoise AMBLARD**

→ **Mardi** 9h15 11h45

→ Ouverture d'un créneau supplémentaire (si mardi complet) :

→ **Lundi** 14h 16h30

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	188	212	223	234	259	282
Hors Dijon	207	233	245	257	285	310

→ **Frédérique FERNANDEZ**

→ **Mardi** 18h 21h

→ Créneau validé si nombre suffisant d'inscrits

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	225	253	267	281	310	337
Hors Dijon	247	278	294	309	341	371

Possibilité d'inscription pour activité tous les 15 jours.

★ CONFECTION ABAT-JOUR / CARTONNAGE

→ **Frédérique FERNANDEZ**

→ À partir de 16 ans

→ **Mardi** 14h 17h ou 18h 21h

→ **Mercredi** 9h 12h

→ Créneau validé si nombre suffisant d'inscrits

Tarif 1 séance	A	B	C	D	E	F
Dijon	225	253	267	281	310	337
Hors Dijon	247	278	294	309	341	371

Possibilité d'inscription pour activité tous les 15 jours

★ ATELIER MOSAÏQUE

→ **Anne-Marie DESOCHE**

→ **Mardi** 14h 17h (tous niveaux)

→ Reprise le **6 novembre**

→ 10 ou 20 séances, hors vacances scolaires

Tarif 10 séances	A	B	C	D	E	F
Dijon	72	80	85	89	98	107
Hors Dijon	79	89	93	98	104	118

ARTISANAT

★ PEINTURE SUR PORCELAINE

→ **Rémy BOLLEY**

→ **Lundi** 9h30 11h30

→ **Mercredi** 14h 18h (tous les 15 jours)

Tarif 1 séance	A	B	C	D	E	F
Dijon	272	305	324	340	374	408
Hors Dijon	299	335	356	374	411	449

★ COUTURE

→ **Agnès PHILIPPON**

→ **Samedi** 9h 13h (tous les 15 jours)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	208	234	248	261	286	314
Hors Dijon	229	257	273	287	315	346

→ **Agnès PHILIPPON**

→ **Lundi** 18h 21h → **Mardi** 14h 17h

→ **Jeudi** 9h 12h / 14h 17h / 18h 21h → **Vendredi** 9h 12h

→ **Camille REBOUL - BLETRY**

→ **Mercredi** 18h 21h → **Vendredi** 14h 17h

Tarif 1 séance	A	B	C	D	E	F
Dijon	314	352	371	392	430	470
Hors Dijon	345	387	408	431	473	517

Possibilité d'inscription pour activité tous les 15 jours.

★ REFECTION DE FAUTEUIL

→ **Florence CORDUANT**

→ **Lundi** 14h 16h30 → **Mardi** 18h45 21h15

→ **Jeudi** 9h 11h30 / 14h 16h30 → **Vendredi** 9h 11h30

Tarif 1 séance	A	B	C	D	E	F
Dijon	188	212	223	234	259	282
Hors Dijon	207	233	245	257	285	310

→ Première séance : venir avec un petit fauteuil

→ Achat de matériel à prévoir par la suite

★ GENEALOGIE

→ **Géraldine THON - DEFAIX**

→ Établir son arbre généalogique, c'est un beau projet mais moins facile qu'on l'imagine. Ensemble apprenons l'indispensable méthodologie pour (re)découvrir ses ancêtres et les pistes pour démêler les fils de l'histoire familiale, afin que généalogie rime avec plaisir.

→ **Mercredi 17h30 19h** (Tous les 15 jours)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	152	171	181	190	209	228
Hors Dijon	167	188	199	209	230	251

★ JEU D'ECHECS

→ **Yann LOZAC'HMEUR**

En partenariat avec l'Académie d'Échecs Philidor

Le jeu d'échecs entretient les capacités intellectuelles de celui qui pratique. Ce jeu de stratégie permettra de travailler la mémoire, l'attention, le repérage dans l'espace...

→ **Jeudi 9h30 11h30**

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	114	129	136	143	157	172
Hors Dijon	125	142	150	157	173	190

→ **Créneau enfants/ados voir p. 31**

★ OENOLOGIE


→ **Lundi 19h30 21h30** (10 à 12 séances)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	238	268	283	298	328	357
Hors Dijon	262	295	311	328	361	393

★ ATELIER CUISINE

→ **groupes en autonomie**

→ **Lundi 9h30 12h**

→ **Jeudi 9h30 12h** 

→ **Tarif : adhésion**

★ ITALIEN

→ **Aurélia GALASSO**

→ **Vendredi 18h15 19h45** (débutants et/ou intermédiaires)

★ ANGLAIS

→ **Anne ROLLIER**

→ **Mercredi 19h 20h30** (débutants)

→ **Jeudi 17h45 19h15** (confirmés)

→ **Jeudi 19h15 20h45** (intermédiaires)

→ **Tarifs identiques pour italien et anglais**

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	156	177	186	196	217	235
Hors Dijon	172	195	205	216	239	258

★ JEUX DE RÔLES / JEUX DE SOCIÉTÉ

→ **Yann SALAÛN**

→ **A partir de 14 ans**

Le jeu de rôle est une activité ludique et sociale qui s'adresse autant aux ados de 14 ans et plus qu'aux adultes. C'est un jeu de société dans lequel les participants conçoivent, ensemble, une fiction par l'interprétation de rôles et par la narration dans le cadre de contraintes de jeu qu'ils s'imposent. Cela pousse chacun à interagir avec les autres joueurs tout en développant son imagination.

→ **Samedi 14h 19h**

→ **Vendredi et samedi** de 19h à minuit, dates fixées à l'avance

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	8	9	10	11	12	13
Hors Dijon	9	10	11	12	13	14

→ <http://jdr-bourroches.xoo.it>

→ jdr.bourroches@gmail.com

→ **Facebook : JDR Bourroches**

SPORT

GYM

→ certificat médical obligatoire pour les activités sportives

★ GYM DOUCE / BIEN-ÊTRE

→ Anne-Marie DESOCHÉ

→ Lundi 10h15 11h30 / 18h15 19h30

→ Mardi 9h30 10h30 / 10h30 11h45 (danses du monde)

→ Jeudi 9h30 10h30 / 10h30 11h45 (danses du monde)

→ Jeudi 18h15 19h30

Tarif 1 séance	A	B	C	D	E	F
Dijon	110	123	130	137	151	164
Hors Dijon	121	135	143	152	166	180

Tarif 2 ou 3 séances	A	B	C	D	E	F
Dijon	188	212	223	234	259	282
Hors Dijon	207	233	245	257	285	310

Tarif 4 séances	A	B	C	D	E	F
Dijon	210	234	250	262	288	314
Hors Dijon	231	257	275	288	317	345

★ GYM DOUCE

→ Adrien ALIX

→ Lundi 9h 10h

→ Jeudi 16h 17h

→ Vendredi 15h 16h

Tarif 1 séance	A	B	C	D	E	F
Dijon	110	123	130	137	151	164
Hors Dijon	121	135	143	152	166	180

SPORT

FITNESS

→ certificat médical obligatoire pour les activités sportives

★ SALLE DE REMISE EN FORME

→ Accès libre (+ 18 ans) pendant les heures autorisées

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	136	154	161	170	187	205
Hors Dijon	150	169	177	187	206	225

★ RENFORCEMENT MUSCULAIRE

→ Nasira EL BERMILE

→ Lundi 17h30 18h15

★ ABDOS FESSIERS / GYM D'ENTRETIEN

→ Sabina TORRE

→ Lundi 14h 15h

★ ETIREMENTS

→ Adrien ALIX

→ Lundi 10h 11h

→ Tarifs identiques pour renforcement musculaire, abdos fessiers, étirements

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	110	123	130	137	151	164
Hors Dijon	121	135	143	152	166	180

★ ZUMBA® / ZUMBA® GOLD

→ Aude MORANDET

→ Plus d'informations, voir activités danses p. 7

SPORT

BIEN-ÊTRE

→ **certificat médical obligatoire pour les activités sportives**

★ SHIATSU COLLECTIFS

→ Emilie GOURAND

Le shiatsu est basé sur les principes de la médecine traditionnelle chinoise. Il contribue à réduire le stress et les tensions physiques et psychiques, à stimuler et renforcer le système d'autodéfense de l'organisme et à équilibrer le système énergétique dans sa globalité. Le tout contribuant à améliorer l'état de la personne.

Le shiatsu s'adresse à tous ceux, quel que soit leur âge, qui désirent maintenir ou développer un niveau optimal de bien-être, physique, psychique et émotionnel.

Des exercices d'auto massage sont proposés pour s'échauffer puis un protocole simple de Shiatsu est transmis tout au long de l'année permettant à chacun de recevoir et de donner un shiatsu.

→ **lundi** 15h15 16h15

→ **lundi** 20h15 21h15

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	136	154	161	170	187	205
Hors Dijon	150	169	177	187	206	225

→ **Créneau parents-enfants : voir p. 32**

★ RELAXATION

→ Marie-Christine BAROT

Mélange de différentes techniques destinées au bien-être et à la détente, axées sur la respiration, amenant des effets notables sur la santé. Elles permettent une meilleure répartition de l'Energie vitale dans le corps et une meilleure souplesse du corps. Au programme, mouvements de rééquilibrage énergétique et d'ancrage au sol, étirements en posture debout, assise ou allongée, et relaxation guidée.

→ **mardi** 9h30 10h30

→ **mardi** 20h 21h

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	205	230	242	256	281	306
Hors Dijon	225	253	266	282	309	337

SPORT

BIEN-ÊTRE

→ **certificat médical obligatoire pour les activités sportives**

★ RANDONNEE PEDESTRE

→ Hervé RAYNIER


→ **Mardi** 14h

→ Départ devant la MJC
avec retour entre 17h30 et 19h selon les saisons

→ Jean-Claude POISSE

→ **Vendredi** 14h15

→ Départ devant la MJC

→ **Inscriptions les 3 et 5 septembre de 14h à 18h** 

Tarif individuel	A	B	C	D	E	F
Dijon	124	140	147	156	170	186
Hors Dijon	136	154	162	170	187	205

Tarif couple	A	B	C	D	E	F
Dijon	196	222	233	246	269	294
Hors Dijon	215	245	256	271	295	324

→ Prévoir licence FFRP 26 €

SPORT

BIEN-ÊTRE

→ certificat médical obligatoire pour les activités sportives



→ Michèle PERESSINOTTI

→ Mercredi 18h15 19h15

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	205	230	242	256	281	306
Hors Dijon	225	253	266	282	309	337



→ Luce GACHET

→ Mardi 10h 11h15

→ Mardi 17h30 18h45

→ Jeudi 18h45 20h

→ Mercredi 10h 11h15 / 19h30 20h45

Tarif 1 séance	A	B	C	D	E	F
Dijon	188	212	223	234	259	282
Hors Dijon	207	233	245	257	285	310

→ 4 ou 5 stages par an, le samedi matin, en partenariat avec l'association l'Art du yoga



→ Sébastien MOINE

Pour devenir responsable de votre sécurité et de celle de vos proches, vous apprendrez des principes de protection : faire face aux agressions physiques et verbales, aux attaques terroristes, pratiquer les gestes de 1^{er} secours, aider une personne en difficulté, réagir dans une situation de vol ou d'incendie...

Aucune condition physique exigée.

→ À partir de 16 ans

→ Jeudi 20h15 21h30 (tous les 15 jours)

Tarif 15 séances	A	B	C	D	E	F
Dijon	85	96	101	107	118	128
Hors Dijon	93	107	112	118	130	141

SPORT

BIEN-ÊTRE

→ certificat médical obligatoire pour les activités sportives



→ Patrice GAUTROT

→ Lundi 18h45 20h (confirmés)

→ Jeudi 18h45 20h (débutants)



→ Jacky GROSPRETRE

→ Mercredi 18h45 19h45

→ Tarifs identiques pour tai chi, qi gong

Tarif 1 séance	A	B	C	D	E	F
Dijon	136	154	161	170	187	205
Hors Dijon	150	169	177	187	206	225



En partenariat avec l'association Les enfants du Tao

→ Mercredi 18h30 20h

→ Jeudi 9h 10h30

→ Un dimanche par mois 9h30 11h30

Tarif 1 séance	A	B	C	D	E	F
Dijon	190	215	225	238	261	287
Hors Dijon	209	236	247	262	287	316

→ Renseignements : Odile Guillaumin 06 75 23 38 29

SPORT


PILATES

→ **certificat médical obligatoire pour les activités sportives**

PILATES


→ **Faïza MAMMAR**, instructrice Pilates

La méthode Pilates permet le renforcement des muscles profonds de la posture, le réalignement et l'assouplissement de la colonne vertébrale et le développement de la souplesse par un travail harmonieux de toutes les parties du corps.

Au centre social 

→ **Mardi** 12h15 13h30 (intermédiaires)

→ **Jeudi** 12h15 13h30 (débutants)

À la MJC 

→ **Jeudi** 17h45 19h (débutants) **NOUVEAU**

→ **Jeudi** 19h 20h15 (débutants, un an de pratique)

→ **Jeudi** 20h15 21h30 (intermédiaires)

→ **Vendredi** 17h15 18h30 / 19h45 21h (intermédiaires)


→ **Vendredi** 18h30 19h45 (débutants, un an de pratique)


Tarif 1 séance	A	B	C	D	E	F
Dijon	188	212	223	234	259	282
Hors Dijon	207	233	245	257	285	310

CARDIO PILATES

→ **Nasira EL BERMILE**

La séance de 45 minutes allie des mouvements de renforcement musculaire qui travaillent votre système cardio-vasculaire (endurance) et les exercices plus structurés et lents de la méthode Pilates. Ces exercices agissent sur les muscles qui interviennent dans la coordination des mouvements, la stabilité, l'équilibre ainsi que la respiration.

→ **Lundi** 18h15 19h 

→ **Mercredi** 19h15 20h 

Tarif 1 séance	A	B	C	D	E	F
Dijon	110	123	130	137	151	164
Hors Dijon	121	135	143	152	166	180

SPORT

ARTS MARTIAUX

→ **certificat médical obligatoire pour les activités sportives**

KARATE

→ **Christian PRETET**

→ **Jeudi** 19h30 20h45 (à partir de 14 ans, adultes)

FULL CONTACT / BOXE AMERICAINE

→ **Guy JORDAN**

→ **Mardi** et **Vendredi** 18h30 20h (à partir de 15 ans, adultes)

→ **Tarifs identiques pour karaté, full contact**

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	131	139	155	163	181	197
Hors Dijon	144	153	170	179	199	217

→ **Tarifs enfants/ados : voir p. 33**

QWAN KI DO BOXE SINO VIETNAMIENNE

→ **Jacinto MARTINEZ**

→ **Lundi** et **Mercredi** 20h 21h45 (à partir de 16 ans, adultes)

→ **Renseignements, tarifs et inscriptions :**

giradin.brice@free.fr - 06 20 27 55 56

AÏKIDO

→ **Jacky GROSPRETRE**

En partenariat avec l'Aïkido Club de la Côte

→ **Vendredi** 20h 21h30 (à partir de 10 ans, adultes)

→ **Renseignements et inscriptions :**

rachelbidaux@orange.fr - 06 72 27 80 94

L'âge venant, on est souvent moins actif, on bouge moins, la vie sociale diminue, parfois même certains peuvent se retrouver un peu isolés.

La MJC-centre social propose plusieurs activités pour donner aux seniors (principalement, mais pas seulement) la possibilité de se retrouver pour jouer, se maintenir en forme physique et cérébrale, se rencontrer et échanger...

ATELIER NATURO

ATELIERS DE CUISINE Saine ET GOURMANDE

→ Faïza MAMMAR, naturopathe certifiée

Ateliers thématiques ouverts à tous pour apprendre ou ré-apprendre à mieux manger, se faire plaisir, tout en respectant les principes d'une alimentation saine et équilibrée.

→ 9 ateliers par an (programme sur demande).

→ Samedi 12h30 14h30 ou 15h30 suivant le thème

→ Renseignements sur les thèmes et les tarifs à l'accueil

SANTE ET JEU D'ECHECS

→ Yann LOZAC'HMEUR

En partenariat avec l'Académie d'Echecs Philidor

En plus d'entretenir et de développer les capacités intellectuelles, le jeu d'échecs permet de lutter contre le déclin cognitif et les maladies dégénératives.

→ Mercredi 14h30 16h30 (seniors)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	48	54	57	60	63	67
Hors Dijon	53	59	63	66	69	74

CLUB DES AÎNES JEUX DE SOCIETE

→ Groupe en autonomie

→ Mardi 14h 17h

→ Tarif : adhésion

ZUMBA® GOLD

→ Aude MORANDET

→ Plus d'informations, voir activités danses p. 7

→ certificat médical obligatoire pour les activités sportives

ATELIER EQUILIBRE ET ACTIVITES PHYSIQUES

NOUVEAU

CENTRE SOCIAL

→ Faïza MAMMAR

Cet atelier s'adresse à des seniors qui veulent s'occuper de leur forme physique et de leur équilibre. Un temps d'information et d'échange sur des thèmes qui concernent le bien vieillir viennent compléter la séance.

→ Jeudi 16h15 17h30

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	30	34	36	38	41	45
Hors Dijon	33	37	40	41	45	50

PILATES SENIORS

→ Faïza MAMMAR, instructrice Pilates

La méthode Pilates adaptée aux seniors permet, entre autre, par la pratique régulière des exercices, de renforcer les muscles profonds (ceux de la hanche notamment) et d'assouplir ceux qui sont trop raides. Il en résulte une amélioration, voire une disparition des maux liés à l'âge.

→ Jeudi 11h 12h15

→ Mardi 10h45 12h

Tarif 1 séance	A	B	C	D	E	F
Dijon	188	212	223	234	259	282
Hors Dijon	207	233	245	257	285	310

BALADE SANTE

→ Hervé RAYNIER

Marcher ensemble, pour parler, rire, découvrir des promenades collectives pour des personnes, parfois un peu âgées ou qui n'ont pas une autonomie sociale ou physique totale, mais qui ont besoin de bouger, de parler, de rencontrer d'autres personnes.

→ Lundi 14h 17h

→ Départ devant le Centre Social

→ Sorties à la journée au 3^{ème} trimestre

→ Tarifs : 2 euros par sortie

→ Inscriptions les 3 et 5 septembre de 14h à 18h

POUR LES PLUS JEUNES

ARTS PLASTIQUES

★ EXPRESSION PLASTIQUE

→ Christine DELBECQ, artiste plasticienne

Les ateliers de Christine Delbecq ne sont pas des cours : ils s'adressent autant à des enfants qui manifestent un goût pour le dessin, la couleur ou le bricolage, qu'à des enfants timides découvrant une autre façon de parler. Ils développent des aptitudes individuelles tout en apprivoisant la relation au groupe. Il y a de la parole et du silence, de la variété et de la lenteur, des travaux individuels et des travaux en groupe, du travail à plat et du travail en volume.

→ Anciens, pré-ados et ados, nouveaux, à partir de la 6^{ème}

→ Lundi 17h30 19h30 → Mardi 17h30 19h30

Tarif 1 séance	A	B	C	D	E	F
Dijon	220	247	260	274	302	330
Hors Dijon	242	272	286	301	332	363

→ Mercredi 17h 18h30 (6-10 ans)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	178	200	212	220	246	266
Hors Dijon	196	220	233	242	271	293

→ Contact : Christine Delbecq, 06 07 85 51 86

★ VOUS AVEZ DIT CRAYON DE PAPIER !

→ Christine DELBECQ, artiste plasticienne

Beaucoup de gens sentent qu'ils ont l'envie et l'usage du crayon de papier. Ce nouveau cours régalerà ceux qui désirent embarquer dans des voyages de patience et d'invention.

→ Mercredi 18h30 20h (à partir de 10 ans, adultes)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	178	200	212	220	246	266
Hors Dijon	196	220	233	242	271	293

→ Contact : Christine Delbecq, 06 07 85 51 86

POUR LES PLUS JEUNES

DANSE / THÉÂTRE / PHOTO

★ DANSES PARENTS-ENFANTS

→ Ana CHON

Pour se détendre, se ressourcer et s'exprimer par le mouvement dansé.

À partir de supports (musique, balles, foulards, partenaire...) et dans le jeu, nous explorons et déployons ensemble la conscience et la mobilité corporelle.

Chacun peut évoluer à son rythme en fonction de son âge, de ses dispositions et de ses envies. Enfants et parents s'approprient ce qui est bon pour eux au gré des séances.

→ Lundi 9h 10h (parents avec enfant jusqu'à 3 ans)

Tarif duo	A	B	C	D	E	F
Dijon	164	184	195	205	225	246
Hors Dijon	180	202	214	225	247	271

→ Renseignements : 06 64 21 52 66 - dansoliana@gmail.com

★ DANSE SPONTANÉE

→ Tarifs et horaires, voir p. 5

★ JEU THÉÂTRAL

→ Compagnie ÉCLAIRCIÉ

C'est en jouant avec les autres qu'on prend confiance en soi. Les techniques de théâtre abordées (corps, voix, espace, groupe) permettront l'expression individuelle et collective au sein de cet atelier.

→ Lundi 17h30 18h45 (8-12 ans)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	152	171	181	190	209	228
Hors Dijon	167	188	199	209	230	251

★ ATELIER PHOTO

→ Jessica VUILLAUME

→ Sous forme de stages pendant les vacances scolaires



→ Renseignements et inscriptions à l'accueil

POUR LES PLUS JEUNES

DANSE

→ certif médical obligatoire pour les activités danses





ZUMBA®

- Aude MORANDET
- À partir de 13 ans, adultes
- **Mardi** 12h30 13h15 
- **Jeudi** 18h45 19h30 

MODERN JAZZ

- Marie-Thérèse GAVINO
- À partir de 13 ans, adultes
- **Vendredi** 20h15 21h15

JAZZ NEW STYLE/RAGGA

- Aude MORANDET
- à la MJC 
- **Mercredi** 13h30 14h30 (CE1-CE2)
- **Mercredi** 14h30 15h30 (CM1-CM2)
- **Mercredi** 18h15 19h15 (à partir de la 4^{ème})
- **Jeudi** 16h45 17h45 (grande section maternelle, CP) 
- **Jeudi** 17h45 18h45 (6^{ème}-5^{ème}) 
- **Vendredi** 17h 18h (petite et moyenne section maternelle) 

DANSE CONTEMPORAINE

- Anne-Marie DESOCHE
- **Lundi** 17h15 18h15 (primaire, 6-11 ans)
- **Jeudi** 17h15 18h15 (maternelle, 3-5 ans)

→ Tarifs identiques pour zumba, modern jazz, jazz new style/ragga et danse contemporaine

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	144	162	172	181	199	217
Hors Dijon	158	178	189	199	219	239

POUR LES PLUS JEUNES

DANSE

→ certif médical obligatoire pour les activités danses

BREAK DANCE

- Association FORCE2RUE (Mohsen)
- **Mardi** 17h15 18h15 (atelier d'éveil à la danse hip hop pour les 3 - 4 ans sous forme de jeux et de parcours)
- **Mardi** 18h15 19h15 (cours de break dance avec apprentissage de figures acrobatiques pour les 5 - 7 ans)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	144	162	172	181	199	217
Hors Dijon	158	178	189	199	219	239

HIP-HOP / BREAK

- Othmane KOHLI
- Danse d'origine new-yorkaise avec un travail chorégraphique et des figures au sol.
- **Mercredi** 16h 17h (7 - 12 ans)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	114	128	134	141	155	169
Hors Dijon	125	141	147	155	170	186

→ **Mercredi** 17h 18h15 (débutants, + de 12 ans)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	144	162	172	181	199	217
Hors Dijon	158	178	189	199	219	239

DANSES ORIENTALES

- Sabine CLAIRET
- À partir de 15 ans
- **Lundi** 19h 20h15 (débutants)
- **Lundi** 20h15 21h30 (intermédiaires, confirmés)
- Tarif voir p. 6

POUR LES PLUS JEUNES

MUSIQUE



→ Anne BOUZON

L'éveil musical propose à des enfants de 3 à 6 ans une rencontre avec divers instruments permettant d'explorer des modes de jeux variés, tapés, secoués, soufflés, chantés, ainsi que l'écoute de musiques issues d'un large répertoire (jazz, classique, musiques du monde, contes), qu'on pourra danser, accompagner avec des instruments ou écouter calmement.

C'est une approche active et ludique de la musique, où l'imaginaire et le plaisir sont premiers.

→ Mercredi 14h 15h (5-6 ans)

→ Mercredi 15h 16h (4-5 ans)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	164	184	195	205	225	246
Hors Dijon	180	202	214	225	247	271

→ Mercredi 16h30 17h15 (3-4 ans)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	126	141	148	157	173	188
Hors Dijon	139	155	163	173	190	207

POUR LES PLUS JEUNES

MUSIQUE



→ Collectif KS BARACK - PROTAGOMIX CREW

Découvrir ou perfectionner l'utilisation des nouvelles technologies dédiées à la production musicale (composition, enregistrement, mixage), aux musiques électroniques et au beat making. Utilisation vinyles et iPad.

→ Mercredi 17h30 19h (à partir de 10 ans)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	152	171	181	190	209	228
Hors Dijon	167	188	199	209	230	251



→ Delphine LAINÉ

→ A partir de 15 ans

→ Nouveaux adhérents : rendez-vous le **10 septembre à 17h30** pour déterminer les groupes de niveaux.

→ Lundi 17h30 19h15 (bons acquis musicaux et/ou technique vocale)

→ Lundi 19h15 21h (débutants intermédiaires)

→ Tarif voir p. 8



→ Edyth PLUYAUT - PETITJEAN

→ À partir de 7 ans, individuel, 30 min

→ Lundi 17h15 18h45

→ Mardi 17h 19h

→ Mercredi 10h30 11h30

→ Vendredi 16h30 19h

→ Samedi 9h45 11h45

Tarif 30 mn	A	B	C	D	E	F
Dijon	356	399	423	444	460	535
Hors Dijon	392	439	465	488	539	588

POUR LES PLUS JEUNES

MUSIQUE



→ Eric VIEILLARD

→ Jeudi 16h30 17h15 (6 - 7 ans)

→ Jeudi 17h15 18h (10 - 12 ans)

→ Jeudi 18h 18h45 (enfants initiés)

→ Jeudi 18h45 19h30 (ados, tous niveaux)

→ Jeudi 19h30 20h15 (ados initiés)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	126	141	148	157	173	188
Hors Dijon	139	155	163	173	190	207



→ Julien CHARNET

→ À partir de 14 ans, adultes

→ Mardi 20h 21h30

→ Tarif voir p. 9



→ Bruno PETIOT

→ À partir de 9 ans, individuel ou collectif, 45 min

→ Renseignements et horaires : 06 16 12 48 92

→ Tarif voir p. 9

POUR LES PLUS JEUNES

ESPRIT



→ Yann LOZAC'HMEUR

En partenariat avec l'Académie d'Echecs Philidor

Le jeu d'échecs est une école de concentration, de maîtrise de la pensée et de soi. Cette activité ludique développe des compétences et des capacités intellectuelles comme la mémoire, le raisonnement logique, l'analyse de problèmes, la stratégie, l'attention, l'apprentissage des règles et le respect d'autrui.

→ Mercredi 17h 19h (à partir de 9 ans)

Tarif	A	B	C	D	E	F
Dijon	110	123	130	137	151	164
Hors Dijon	121	135	143	152	166	180



→ Yann SALAÜN

→ A partir de 14 ans

→ Samedi 14h 19h

→ Vendredi et samedi 19h à minuit (dates fixées à l'avance)

→ <http://jdr-bourroches.xoo.it>

→ jdr.bourroches@gmail.com

→ Facebook : JDR Bourroches

→ Tarif voir p. 13

POUR LES PLUS JEUNES

SPORT

→ certificat médical obligatoire pour les activités sportives

★ SHIATSU PARENTS - ENFANTS



→ Emilie GOURAND

Le shiatsu est basé sur les principes de la médecine traditionnelle chinoise. Les mains exécutent des gestes lents et doux sur le corps pour faire circuler l'énergie.

On commence par s'échauffer (auto massage) puis les parents apprennent un protocole simple de shiatsu à dispenser à leur enfant.

Pratiquer le shiatsu avec son enfant fait prendre conscience du toucher qui est le premier mode de communication.

Un toucher aimant et à l'écoute de ses besoins permet à l'enfant de prendre confiance en lui, baisser son anxiété et de développer des relations apaisées avec les autres.

→ **lundi** 10h15 11h (parent avec leur enfant jusqu'à 5 ans)

Tarif duo	A	B	C	D	E	F
Dijon	126	141	148	157	173	188
Hors Dijon	139	155	163	173	190	207

★ GYMNASTIQUE



→ Adrien ALIX

→ Développement de la motricité et de l'équilibre avec parcours de motricité, découverte de jeux avec ballons, jeux d'oppositions afin de développer le contact avec les autres et les respects de certaines règles.

→ **Mercredi** 17h30 18h30 (3 - 5 ans)

★ MULTI SPORTS



ROLLER, BASKET, GYM

→ Adrien ALIX

→ **Lundi** ou **jeudi** 17h15 18h15 (4 - 8 ans)

→ Tarifs identiques pour gymnastique et multi sports

Tarif 1 séance	A	B	C	D	E	F
Dijon	110	123	130	137	151	164
Hors Dijon	121	135	143	152	166	180

POUR LES PLUS JEUNES

SPORT

→ certificat médical obligatoire pour les activités sportives

★ KARATE



→ Christian PRETET

→ **Jeudi** 19h30 20h45 (à partir de 14 ans, adultes)

★ FULL CONTACT



→ Guy JORDAN

→ **Mardi** et **Vendredi** 18h30 20h (à partir de 15 ans, adultes)

→ **Samedi** 14h15 15h45 (7 - 13 ans)

→ Tarifs identiques pour karaté, full contact

Tarif ados	A	B	C	D	E	F
Dijon	85	95	100	108	118	128
Hors Dijon	93	104	110	119	130	141

★ AÏKIDO



→ Jacky GROSPRETRE

En partenariat avec l'Aïkido Club de la Côte

→ **Vendredi** 20h 21h30 (à partir de 10 ans, adultes)

→ Renseignements et inscriptions : rachelbidaux@orange.fr
06 72 27 80 94

★ JUDO



En partenariat avec le Judo club dijonnais

→ Matthias CAILLOT, professeur de judo

→ **Mercredi** 14h 17h30 (de 3 ans 1/2 à 15 ans)

→ Inscriptions le **5 septembre** de 14h à 16h

→ Renseignements 06 58 05 30 33

matthias-caillot@orange.fr

→ Contact Président : bourguignon32@orange.fr

LE PROJET SOCIAL EN QUELQUES MOTS

Le projet social est le contrat que la MJC-Centre social des Bourroches passe avec les habitants du quartier et ses partenaires financiers, la Ville de Dijon et la Caisse d'allocations familiales. Les actions proposées, qu'elles soient menées seules ou en partenariat, concernent des domaines ou des publics très différents.

★ BIEN VIVRE ET SOLIDARITE

- l'organisation et la coordination des manifestations de quartier.
- des manifestations culturelles de proximité.
- le partenariat avec 3 AMAP - *association pour le maintien d'une agriculture paysanne* - pour mieux manger.
- l'accueil et le partenariat avec des associations solidaires.
- la relation avec le village de stabilisation, l'abri de nuit, le Centre d'accueil et d'orientation (CAO), le téléthon, les collectes et les bourses solidaires.

★ PUBLIC SENIOR, POUR LE BIEN VIEILLIR

- la balade santé du lundi.
- des ateliers pour les seniors : mémoire, santé, alimentation, activités physiques.
- les rendez-vous hebdomadaires du club des Aînés et du club « loisirs créatifs » pour des après-midi conviviaux.
- les permanences hebdomadaires (sur rendez-vous) des services sociaux destinés aux personnes âgées.

★ LA PETITE ENFANCE ET LES JEUNES PARENTS

- les services et permanences :
 - la PMI (protection maternelle et infantile)
 - le Relais d'Assistantes Maternelles (RAM)
 - « l'île aux enfants », collectif d'assistantes maternelles
 - les conseils à l'allaitement avec « Leche league ».

★ LA FAMILLE, LES ADULTES ET LES JEUNES

- l'animation du réseau des acteurs de la parentalité.
- l'accompagnement social individualisé par la conseillère en économie sociale et familiale.
- l'organisation de sorties et de week-end familiaux.
- la proposition des loisirs partagés en famille.
- les permanences hebdomadaires des assistantes sociales du CCAS.
- l'accueil de loisirs maternel des Bourroches, géré par les PEP21.
- le CLAS - *contrat local d'accompagnement à la scolarité* - qui s'adresse autant aux jeunes qu'à leurs familles.

★ LES JARDINS PARTAGES

- la mise à disposition de parcelles.
- l'aide au jardinage et au compost.
- un lieu de convivialité et de lien social.
- l'initiation au développement durable.

★ LE JOURNAL DU QUARTIER

- un titre choisi par les habitants :
« *Sud Quintet, 5 quartiers à la une* ».
- un journal participatif réalisé par et pour les habitants du quartier dans le but de créer du lien et de mieux connaître notre quartier.
- pour valoriser ce qui existe dans le quartier et donner la parole aux habitants.



Le secteur jeunesse propose différentes formes d'animation pour les jeunes à partir de 12 ans

A travers des valeurs telles que le respect, la solidarité, la responsabilité, nous privilégions le « bien vivre ensemble » et la pratique de la citoyenneté.

L'ACCUEIL LIBRE

Les jeunes sont accueillis librement tous les soirs jusqu'à 20 h, les mercredis, les samedis et pendant les vacances.

LES ANIMATIONS

De nombreuses animations et sorties culturelles, sportives et ludiques sont proposées tout au long des vacances et/ou les samedis, pour découvrir, apprendre, s'amuser et expérimenter.

LES ATELIERS ET STAGES DE DECOUVERTE

Pendant les vacances scolaires, des stages artistiques ou sportifs permettent aux jeunes de s'initier à différentes pratiques.

LE SOUTIEN AUX PROJETS

Exprimer ses idées, faire des propositions, se réunir autour d'un projet et avancer ensemble, c'est être autonome et capable d'agir par soi-même de manière collective. Les animateurs sont là pour aider les jeunes à organiser leurs loisirs et à réaliser leurs projets.

Le secteur jeunesse se construit avec les jeunes, à partir de leurs envies et de leurs besoins, et des projets et actions qu'ils proposent.

Rejoignez-nous sur :



MJC Bourroches secteur jeunes

Avec le soutien de



L'ADHESION

Comme pour toute association, la carte d'adhérent est obligatoire. Elle est valable pour toutes les activités durant l'année scolaire.

Tarif plein : 16 €

Tarif réduit : 8.50 € (moins de 18 ans, étudiants, apprentis, chercheurs d'emploi, allocataires RSA, handicapés), sur présentation d'un justificatif.

4 € à partir du 2^{ème} enfant.

Les tarifs correspondent à six tranches de quotient et dépendent du lieu d'habitation.

LE MODE DE CALCUL DU QUOTIENT

Sur votre dernier avis d'imposition, prendre le montant de tous les revenus déclarés, y compris fonciers et/ou financiers. Diviser par le nombre de parts du foyer fiscal, cela donne le quotient de référence pour se situer dans l'une des six tranches ci-dessous.

LES TRANCHES

Jusqu'à 9 000 €	A
De 9 001 à 13 000 €	B
De 13 001 à 17 000 €	C
De 17 001 à 23 000 €	D
De 23 001 à 30 000 €	E
30 001 € et plus	F

- Une fois déterminée la tranche correspondant à votre situation, il suffit de vous reporter au tableau de l'activité qui vous intéresse.
- Pour une inscription simultanée à deux activités ou plus, une réduction de 10% sera accordée.
- **L'inscription aux activités est annuelle, sur une base forfaitaire de 30 séances par an. (hors vacances scolaires)**
- Possibilité d'une séance d'essai (sous réserve de places disponibles).
- Possibilité de paiement en 3 fois par chèque bancaire.

LE REMBOURSEMENT DE L'ACTIVITE

Le remboursement, en cas d'interruption définitive de l'activité, intervient **exclusivement** pour cause médicale, perte d'emploi ou mutation professionnelle ; il est alors effectué au prorata du temps restant, **dans la limite maximum de 10 séances.**

NOTA : en cas de refus de séance d'essai, pas de remboursement.

LES DATES A RETENIR

- Inscriptions à partir du 29 août 2018, sauf indications contraires dans les pages activités
- Inscriptions pour les nouvelles activités, à partir du 10 septembre 2018, après la séance d'essai.
- Reprise des activités à partir du 10 septembre 2018, sauf indications contraires dans les pages activités
- Arrêt des activités le samedi 22 juin 2019.



MJC- CENTRE SOCIAL des BOURROCHES

MJC

31 boulevard Eugène Fyot

21000 Dijon

Centre social

71 Bis rue de la Corvée

21000 Dijon

Tél. : 03 80 41 23 10 - Fax : 03 80 41 36 69

contact@mjc-cs-bourroches.fr

www.mjc-cs-bourroches.fr



MJC - Centre Social des Bourroches



HORAIRES D'OUVERTURE ACCUEIL MJC

Lundi, jeudi et vendredi

de 9h à 12h30 et de 13h30 à 20h

Mardi et mercredi de 9h à 20h

Samedi de 9h à 12h



HORAIRES D'OUVERTURE ACCUEIL CENTRE SOCIAL

Du Lundi au vendredi

de 9h à 12h30 et de 13h30 à 19h30

accès bus :

Liane 4, Corol arrêt Diebold

accès tram :

T 2 arrêt Bourroches



accès bus :

Liane 4, 14 ou 15 arrêt Fyot

accès tram :

T 2 arrêt Bourroches

