

MJC JULES BERRY

SAISON
2025/2026



SAMEDI 6 SEPTEMBRE 2025
FORUM DES
ASSOCIATIONS

9H30 / 12H30
SALLE OMNISPORT
DE MOUTHIERS

POUR CONTACTER LA MJC JULES BERRY

Accueil assuré par Sophie
les lundis et jeudis
de septembre à décembre 2025
de 9h à 12h et de 14h à 18h
et de janvier à août 2026
les lundis de 9h à 12h et 14h à 17h
et les jeudis de 9h à 12h et de 14h à 18h

05 45 21 48 76

3 place Simon Dugaleix
16440 MOUTHIER-SUR-BOËME

Courriel
mjc-jules-berry@orange.fr

*ADHÉSIONS MJC

Jeune (-18ans) : 8€

Adulte : 12€

Adhésion familiale : 20€

Toutes nos activités peuvent être testées
sur 1 ou 2 séances suivant les animateurs.

Liberté, égalité, fraternité,
Partage, Ouverture d'esprit, Faire
ensemble en toute Sérénité et
dans le Respect de chacun.

AMBITIONS DE LA MJC

Accompagner l'investissement de toutes et
tous à travers la transmission et l'échange
de connaissances et compétences

Fédérer à travers
ses actions
festives et
motivantes

Être un fer de lance pour
proposer des activités
artistiques culturelles et
sportives accessibles à
tous

Faire de
l'éducation
populaire la base
de toutes nos
actions

Encourager l'éducation à
la citoyenneté, l'écoute
de l'autre avec tolérance
et entraide

PROJET ASSOCIATIF

Activités sportives Enfants

GRS

Responsable activité :

Aurore Chatenet (06 60 70 31 37)

Contact : Justine Faye (06 29 43 58 29)

grs.mouthiers16@gmail.com

www.grsmouthiers.sport.blog

Pratique de loisirs ou de compétition basée sur l'utilisation d'engins légers (corde, cerceau, ballon, massue, ruban). Engins utilisés en liaison avec le rythme, la musique, l'espace, les échanges d'engins et la recherche chorégraphique dans les enchaînements individuels et en équipe. Travail corporel basé sur les disciplines de la danse et de la gymnastique.

Tous niveaux • L'indication du cours sera précisée lors de l'inscription selon la composition des groupes faite par les entraîneurs • Jours et horaires susceptibles d'être aménagés à la rentrée selon le nombre d'inscrits.

Salle Omnisport ou salle Gilles Ploquin

Tarifs : 172€ pour l'année + adhésion MJC*

Reprise de l'activité le 10 septembre.

ATHLÉTISME

Betty Breaud-Matrat (06 10 53 50 90)

Enfants de 4 à 11 ans, le lundi de 18h15 à 19h30

Stade de foot et salle Gilles Ploquin

Apprentissage de tous les agrès et de toutes les disciplines, tout en étant ludique pour les enfants.

Tarif : 55€ pour l'année + adhésion MJC*

Reprise de l'activité : le lundi 6 octobre

JE(UX) GRANDIS

Elisabeth Lebecque (06 10 45 11 11)

Développement de la motricité de votre enfant et éveil à la sensibilité artistique, rythmique et musicale.

Enfants de 3/4 ans (PS/MS), encadrés par plusieurs animateurs spécialisés • 3 ans/PS et 4 ans/MS jeudi 17h15-18h • Tarif 144€/an + adhésion à la MJC* • Reprise le 25 septembre sous réserve de 6 participants.



DANSE CRÉATION

Valérie Chauvet (06 98 11 02 30)

Adultes à partir de 16 ans, le vendredi de 19h30 à 21h, salle de danse de la MJC

La danse création fusionne des techniques contemporaines avec le Rythmic Movement Raining* Aide à surmonter des défis sensoriels, émotionnels, corrige les postures et libère les tensions musculosquelettiques * Permet d'exprimer librement ses émotions, meilleure conscience de son corps.

Activité sous réserve de 9 participants.

Tarif 250€ pour l'année + adhésion MJC*

Reprise de l'activité : le 12 septembre

Activités sportives Adultes

CULTURE PHYSIQUE

Martine Boutin (06 86 02 53 32)

Adultes tous niveaux, le mardi et le vendredi de 18h à 19h30 et le jeudi de 10h à 11h30, salle de danse de la MJC. Renforcement musculaire (bras, jambes, abdominaux, fessiers, dos, cervicales), étirements et assouplissements.

Tarif 65€ pour l'année + adhésion MJC*

Reprise de l'activité : le mardi 9 septembre

TOTAL FITNESS

Sophie Rabeau (06 84 65 03 74)

Adultes à partir de 16 ans

Le mercredi de 18h30 à 19h45

Salle Gilles Ploquin

Renforcement musculaire avec ou sans matériel, encadré par un coach diplômé sport santé, accessible à tous.

Tarif : 200€ pour l'année + adhésion MJC*

Reprise de l'activité le mercredi 10 septembre sous réserve de 20 participants.



YOGA

Sylvie Hyenne (06 76 04 44 01)

Adultes, le mercredi de 19h à 20h15 ou le vendredi de 10h à 11h15, salle de danse de la MJC

Yoga adulte, postures, respiration et méditation, dans une progression graduelle respectant les possibilités de chacun.

Tarif : 95€ pour l'année + adhésion MJC* + adhésion IFY Poitou-Charentes 20€/an
Reprises de l'activité : le 17 septembre et 19 septembre

STIMULEZ VOTRE CERVEAU !

Anne-Marie Zinsius (06 28 18 24 83)

Adultes, le mercredi de 10h à 11h30
Salle d'activités de la MJC

Atelier de stimulation cognitive, pour entretenir ses fonctions cognitives (mémoire, concentration) afin de conserver de bonnes capacités d'autonomie dans la vie de tous les jours. Renforcement du lien social et de l'estime de soi.

Activité possible moyennant un minimum de 5 et un maximum de 10 personnes.

Tarif : 170€ pour l'année + adhésion MJC*
Reprise de l'activité : le mercredi 10 septembre

QI GONG

Catherine De Faria (06 43 38 35 70)

Adultes, le mardi de 10h30 à 12h ou de 14h à 15h30, salle de danse de la MJC

Gymnastique issue de la médecine traditionnelle chinoise, améliore le fonctionnement du corps, rééquilibre le mental, la respiration, l'énergie vitale, apporte détente et bien-être.

Tarif : 172€ pour l'année + adhésion MJC*
Reprise de l'activité : le mardi 9 septembre

SOPHROLOGIE

Jean-Philippe Callais (06 78 88 10 05)

Adultes, le lundi de 10h à 11h ou de 18h30 à 19h30
Salle de danse de la MJC

Apprendre à lâcher prise, gérer le stress, apprendre des techniques corporelles pour mieux dormir, positiver sa vie (relaxation, respiration, équilibre, calme mental).

Tarif : 180€ pour l'année + adhésion MJC*
Reprise de l'activité le lundi 15 septembre sous réserve de 20 participants.

Activités culturelles Enfants et Adultes

PIANO

Catherine Opic (06 06 41 49 25)

Tout public à partir de 6 ans, le jeudi de 15h à 20h30 ou le samedi de 9h à 13h

Salle de danse de la MJC

Apprentissage du piano et du langage musical avec un répertoire classique, jazz et variétés. Préparation pour de petits concerts d'élèves.

Cours collectifs avec 2 élèves par séance ou individuel tous les 15 jours débutants ou confirmés.

Tarif enfant : 380€ pour l'année scolaire + adh. MJC*

Tarif adulte : 450€ pour l'année scolaire + adh. MJC*

Reprise de l'activité : le jeudi 11 septembre

GUIRE

Charlie Decadt (06 42 08 84 00)

Débutants et confirmés à partir de 7 ans. Places limitées.

Le jeudi à partir de 16h30

Mezzanine de la MJC

Guitare acoustique et électrique, tous niveaux, débutants et confirmés et tous styles musicaux.

Tarif enfant : 250€ pour l'année scolaire + adh. MJC*

Tarif adulte : 300€ pour l'année scolaire + adh. MJC*

Reprise de l'activité : le 18 septembre

SOIRÉES JEUX DE SOCIÉTÉ

MJC (lundi et jeudi au 05 45 21 48 76)

Le 1^{er} vendredi du mois de 20h30 à 23h30

Salle d'activités de la MJC

Venez partager un moment de rencontres ludiques, jeux mis à disposition par la médiathèque de Mouthiers.

Tarif : Adhésion MJC*

Reprise de l'activité : le vendredi 12 septembre.

Activités culturelles Adultes

L'ATELIER DU JEUDI

Catherine Riché (05 45 67 88 54)

Adultes, le jeudi de 14h à 17h

Salle d'activités de la MJC

Petites décorations, cartonnage, broderie, couture, travail du fil et du papier.

Tarif : 65€ pour l'année + adhésion MJC*

Reprise de l'activité : le jeudi 11 septembre

SCRABBLE

Bernard Gervais (06 77 94 54 65)

Tous âges, débutants et confirmés

Le jeudi de 14h à 17h

Salle de réunion de la MJC

Le Scrabble permet une amélioration de l'orthographe, de la grammaire, des calculs mentaux, un plus grand vocabulaire, une meilleure faculté de conjugaison et fait travailler la mémoire

Tarif : 40€ pour l'année + adhésion MJC*

Reprise de l'activité : le jeudi 11 septembre

CHANT

Céline Chotys (07 68 30 03 28)

Le mardi ou mercredi en début de soirée

Mezzanine de la MJC

Le chant est plus qu'une passion pour moi. J'ai beaucoup appris grâce aux autres. Aussi, mon projet maintenant est de transmettre et de partager à mon tour les bases du chant et de permettre à mes élèves d'acquérir l'autonomie vocale nécessaire à une bonne pratique.

Tarif : 27€/séance + adh. MJC*

Reprise le 9 ou 10 septembre

Activités culturelles Adultes

ATELIER 1+1=3 !

MJC (lundi et jeudi au 05 45 21 48 76)

Adultes, chaque 2^{ème} samedi du mois de 14h à 17h

Un temps d'échanges de savoirs et savoir-faire, de partages de compétences, de synergie des complémentarités, un samedi après-midi par mois, à votre initiative, selon vos envies et vos besoins. S'apprendre l'un l'autre et apprendre les uns des autres à l'infini. À vous de jouer !

Sur inscription à la séance auprès de la MJC selon programmation communiquée par mail ultérieurement.

Tarif : Adh. MJC* + participation selon la programmation

Début de l'activité : le samedi 11 octobre

CLUB MINIATURES ET MULTICOLLECTION

Jean-Paul Adam (06 35 49 35 96)

**Adultes et enfants, 1 fois par mois le lundi à 20h
Salle de la Mairie**

Faciliter les échanges d'objets de mêmes collections (jouets et jeux anciens, trains, soldats, maquettes, capsules de champagne, fèves...). Organisation de sorties (musée, brocantes, bourses aux jouets anciens...).

Tarif : Adhésion MJC*

Reprise de l'activité : en septembre

CINÉMA

Philippe Humbert (05 45 21 48 76)

Un jeudi par mois à 20h30

Les bénévoles de la MJC et le CRCATB (votre cinéma itinérant en Charente) vous proposent une séance de cinéma par mois, le jeudi. Une sélection de films récents pour vous divertir, vous émouvoir, vous interroger... N'hésitez pas à nous soumettre vos envies.

La programmation est communiquée par mail aux adhérents MJC et sur le site internet de la mairie de Mouthiers-sur-Boëme.

Activités culturelles Adultes

Dates de la programmation de septembre 2025 à juin 2026

- 11 septembre 2025 • Partir un jour
- 9 octobre 2025
- 13 novembre 2025
- 18 décembre 2025
- 8 janvier 2026
- 12 février 2026
- 12 mars 2026
- 9 avril 2026
- 14 mai 2026
- 11 juin 2026

Tarif : 3€ (adhérents MJC*)

ou 4€ (non adhérents MJC*) la séance.

Reprise des séances : le jeudi 11 septembre

MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Anne-Marie Grandry (présidente)
Marie-Hélène Villalba (vice-présidente)
Françoise Boudin (trésorière)
Estelle Garcia (trésorière adjointe)
Cathy Louvié (secrétaire)
Elisabeth Lebecque (secrétaire adjointe)
Mélanie Arcelin
Marie-Claire Elissalde
Elyane Porte
Michèle Lhomme (membre de droit)

NOTRE MJC EST UN LIEU DE VIE

C'est ainsi que nous pouvons vous proposer en fonction de vos envies et des opportunités des expositions à la MJC.

Prochaine exposition
du 18 au 31 octobre 2025
Sandrine Gros "Rêves de papillons"



FDVA
FONDS POUR LE
DÉVELOPPEMENT
DE LA VIE
ASSOCIATIVE

CHARENTE

LE DÉPARTEMENT



SCANNEZ LE QR CODE
POUR VOUS INSCRIRE.



PAGE
FACEBOOK

3 PLACE SIMON DUGALEIX
16440 MOUTHIERS-SUR-BOËME
05 45 21 48 76
MJC-JULES-BERRY@ORANGE.FR

MISE EN PAGE : EFFERVESCENTRE • ILLUSTRATION : FREEPIK
IMPRESSION : IMPRIMERIE VALANTIN