

Respiration
Formes
Visualisation
Enrichissement
Autisme
Cocon
Découverte
Sémiologie
Conquérir
Capacités
Développement
Relaxation
Respiration
Penser
Mieux-Être
P
Mieux-Être
P
Mieux-Être
P

Respiration
Formes
Visualisation
Enrichissement
Autisme
Cocon
Découverte
Sémiologie
Conquérir
Capacités
Développement
Relaxation
Respiration
Penser
Mieux-Être
P
Mieux-Être
P
Mieux-Être
P



Programme 2019 / 2020 de la MJC de Bédoin

Inscriptions à partir du mardi 27 août
Reprise des activités le lundi 2 septembre

EDITO - SOMMAIRE - CALENDRIER

Sommaire

SPORT / BIEN-ÊTRE	Page 3
Sophrologie	Page 3
Yoga	Page 3
G.R.S.	Page 3
Taekwondo	Page 4
Gymnastique	Page 4
Danse	Page 5
CULTURE / ÉDUCATION / MUSIQUE	Page 6
Langues	Page 6
Chorale	Page 7
Aide aux devoirs	Page 7
Théâtre	Page 7
Piano	Page 7
CRÉATION / LOISIRS	Page 8
Peinture	Page 8
Dessin (enfants)	Page 8
Dessin (adultes)	Page 8
Modelage Poterie	Page 8
Composition florale	Page 9
Atelier œnologie	Page 9
Atelier bricolage	Page 9
MSAP / INFORMATIQUE	Page 10
INFORMATIONS PRATIQUES	Page 12
Conditions tarifaires	Page 12
Adhésions	Page 12

Calendrier

Fête du Sport et des Associations	7 septembre 2019
Gala de GRS et de danse 2018/2019	28 septembre 2019
Assemblée Générale de la MJC	Novembre 2019
Faites de la Récup'	Novembre 2019
Téléthon	Décembre 2019
Marché de Noël	Décembre 2019
La MJC fête ses 40 ans	16 mai 2020
Expositions	Mai / Juin 2020
Spectacles de fin d'année de la MJC	GRS / Danse : juin 2020
	Concert Rock
	Juin ou juillet 2020

**Gratuit - Ne peut pas être vendu
Tiré à 1 000 exemplaires
Direction Publication :
Collégiale C.A. de la MJC**

EDITO



Vous pourrez vous renseigner et vous inscrire à partir du 27 août au secrétariat les mardis, mercredis et jeudis de 17h à 19h.

Une permanence sera également assurée tous les mercredis matin de septembre de 9h à 12h.

Venez nous rencontrer sur notre stand lors de la fête du sport et des associations du 7 septembre 2019.

Cette année sera particulièrement intense avec la fête des 40 ans de la MJC le 16 mai 2020.

Le gala de GRS et de danse déprogrammé en juin dernier à cause de la canicule se déroulera le 28 septembre 2019.

Deux nouvelles activités viennent enrichir notre programmation 2019/2020 : la sophrologie encadrée par Sara Rousset et un atelier « chorale » animé par Emmanuelle Rivault.

La collégiale de la MJC souhaite s'agrandir et fait appel aux bénévoles pour venir l'aider. Toutes les bonnes volontés seront les bienvenues. Contacter Sophie, notre secrétaire, au 04 90 65 95 66.

Nous vous souhaitons une très belle année avec toute notre équipe.

La collégiale de la MJC



Renseignements : secrétariat MJC - 04 90 65 95 66 - www.mjcbédoin.fr



◆ Sophrologie (nouveau)

Proposé par Sara Rousset

Lundi	Adultes (sans notion de niveau)	250 €	19h00 - 20h30
-------	---------------------------------	-------	---------------

Une pleine vitalité et une bonne capacité de détente pour gérer au mieux les situations du quotidien. Redécouvrir notre respiration, se relaxer, aller à la rencontre de notre corps, vivre pleinement le moment présent, développer ses capacités et ses ressources à travers des pratiques de sophrologie en groupe.

◆ Yoga

Proposé par Miriam Jean

Lundi	Ados / Adultes (*)	240 €	14h00 - 15h15
Mardi	Ados / Adultes (*)	240 €	20h15 - 21h30
Forfait 2 séances (lundi + mardi)		360 €	

10 participants minimum. - certificat médical obligatoire. - (*) Salle Escandihado, route de Crillon.

Favoriser le bien-être physique et psychique au quotidien grâce à la pratique d'exercices corporels (asanas) et respiratoires (pranayamas).

Travail complété par une relaxation. Reprise des cours le lundi 9 septembre 2019.

◆ Gymnastique Rythmique et Sportive

Proposé par Chantal Chaussy

Mardi	Enfants / Ados	Compétition (*)	17h30 - 19h00
Mercredi	Enfants / Ados	Débutantes (*)	10h00 - 11h30
Mercredi	Enfants / Ados	Niveau 3-4	14h30 - 16h30
Mercredi	Enfants / Ados	Niveau 2 (*)	17h30 - 19h00
Jeudi	Enfants / Ados	Compétition (*)	17h30 - 19h00

Âge minimum : 6 ans - (*) : Salle Escandihado, route de Crillon.

Cette discipline sportive permet de développer de grandes qualités comme la volonté, le courage, la persévérance, la concentration, l'esprit d'initiative mais aussi des qualités physiques comme la souplesse, la détente, la coordination et l'endurance. Pratiquer, Participer, Partager sont les trois « P » qui apporteront plaisir et émotions à toute gymnaste qui pratiquera la GRS.

TARIFS

165 € + frais de licence UFOLEP selon l'âge.

- Pour les compétitions uniquement, prévoir l'achat d'un justaucorps et le règlement de la licence.

- Certificat médical obligatoire + photo d'identité (pour la licence).

- Possibilité de location justaucorps. Prévoir 22 € en plus pour le costume du spectacle.

- Reprise des cours le mercredi 11 septembre 2019 sauf pour les élèves de première année qui débiteront le mercredi 9 octobre 2019.

Tous nos tarifs sont établis pour l'année pour 31 séances minimum.

Faute d'un nombre suffisant de participants, la MJC se réserve le droit de supprimer les cours.

◆ Taekwondo

Proposé par Lahfid Massali

Vendredi	5 - 8 ans	185 €	17h15 - 18h15
Vendredi	9 - 13 ans	200 €	18h30 - 19h30
Vendredi	14 - 18 ans	225 €	19h30 - 20h30
Vendredi	Adultes	265 €	19h30 - 20h30

Prévoir la licence en plus (35 €). - Cours : salle Escandihado, route de Crillon.

Cet art martial coréen peut être pratiqué dès l'âge de 5 ans. Cette discipline développe les facultés motrices de l'enfant. Elle le stimule et lui permet de prendre confiance en lui.

◆ Gymnastique

Gym douce

Proposé par Chantal Chaussy

Jeudi	Ados / Adultes	Voir « Tarifs Gym »	10h30 - 11h30
-------	----------------	---------------------	---------------

Reprise des cours le jeudi 5 septembre 2019. - Salle Escandihado, route de Crillon.

Basée sur une pratique hebdomadaire, elle permet simplement de se maintenir en forme ou de se détendre. Elle s'adresse à tous quels que soient l'âge et la condition physique.

Elle libère les tensions, renforce la force musculaire et corrige les mauvaises postures. Le travail sur la respiration est fondamental ; il consiste à apprendre à « se laisser respirer ».

Fitness

Proposé par Magali Eléouet

Lundi	Ados / Adultes	2 séquences de 45' <i>1^{ère} séquence : step « dance » ou aérodance</i> <i>2^{ème} séquence : renforcement</i>	19h15 - 20h45 <i>19h15 - 20h00</i> <i>20h00 - 20h45</i>
Mardi	Ados / Adultes	Abdos/fessiers/haut du corps	10h45 - 12h00
Mardi	Ados / Adultes	Abdos/fessiers	12h15 - 13h15
Jeudi	Ados / Adultes	Cardio léger ou renforcement bras/jambes en alternance (30') - Abdos/fessiers/stretching (1h)	10h30 - 12h00
Jeudi	Ados / Adultes	Abdos gros ballons (40') /stretching (20')	12h15 - 13h15

Le programme fitness est complet : du cardio fun le lundi soir avec soit du step, soit de l'aérodance, soit des baguettes, avec en 2^{ème} partie du renfo (séance d'1h30 sans supplément), les mardis et jeudis le renforcement musculaire général avec petits et gros ballons, élastiques, bâtons, haltères, baguettes, un peu de cardio léger, de la gym douce (jeudi 12h15) et des étirements.

Assouplissements - Stretching

Proposé par Raphaëlle Vigne

Mercredi	Ados / Adultes	Voir « Tarifs Gym »	19h00 - 20h00
----------	----------------	---------------------	---------------

Cette pratique corporelle est destinée à développer la flexibilité et la souplesse corporelle. Les exercices améliorent la posture et permettent d'avoir des muscles plus longs et plus fins. Si vous passez beaucoup de temps à conduire, assis(e) ou courbé(e) devant un ordinateur, ils vous feront beaucoup de bien. La souplesse est quelque chose qui se travaille au fil du temps.

Pilates

Proposé par Angélique Gonzalez-Moreno et Raphaëlle Vigne

Lundi (*)	Niveau 2	Voir « Tarifs Gym »	09h45 - 10h45
Lundi (*)	Niveau 1	Voir « Tarifs Gym »	10h45 - 11h45
Jeudi (*)	Niveau 2	Voir « Tarifs Gym »	15h00 - 16h00
Jeudi (*)	Niveau 1	Voir « Tarifs Gym »	16h00 - 17h00

Cours encadrés par Angélique Gonzalez-Moreno. - (*) Salle Escandihado, route de Crillon.

Mercredi	-	Voir « Tarifs Gym »	18h00 - 19h00
Jeudi (*)	Assouplissement /Pilates	Voir « Tarifs Gym »	14h00 - 15h00

Cours encadrés par Raphaëlle Vigne. - (*) Salle Escandihado, route de Crillon.

La méthode Pilates en référence à son inventeur Joseph H. Pilates a pour objectif principal de développer la force centrale : abdominaux (muscles stabilisateurs), fessiers et muscles profonds. Cette méthode privilégie un placement corporel très précis. Chaque exercice s'effectue soigneusement en mettant l'accent sur la respiration (respiration latérale) ainsi que sur la qualité de l'exécution (exécution lente avec maîtrise absolue).

TARIFS GYM.

1 séance / semaine : 180 € - 2 séances / semaine : 225 € - Plus de 2 séances / semaine : 250 €

Danse

Proposé par Mailys Bériot

Éveil à la danse

Mercredi	4/5 ans (éveil)	145 €	16h30 - 17h15
Jeudi	6/7 ans (initiation)	145 €	17h15 - 18h00

Modern'jazz

Mercredi	7/10 ans (Déb. Interm.)	165 €	13h00 - 14h00
Mercredi	7/10 ans (Inter. Avancé)	165 €	14h00 - 15h00
Jeudi	11 ans et + (Déb. Interm.)	165 €	18h00 - 19h00
Mercredi	11 ans et + (Inter. Avancé)	190 €	15h00 - 16h30
Jeudi	Adultes (*) tous niveaux	200 €	20h00 - 21h30

Prévoir en plus pour le costume du spectacle 20 €. - (*) 10 participants minimum.

Danse cabaret

Jeudi	+ 15 ans	200€	19h00 - 20h00
-------	----------	------	---------------

Prévoir des chaussures à talons de danse. - 5 participants minimum.

Il est primordial pour moi que mes élèves déposent leurs problèmes devant la porte de la salle de danse et viennent s'exprimer librement, se lâcher sans aucune peur d'être jugés.

La danse est une échappatoire, mais aussi une façon d'exprimer tout ce que les mots ne peuvent pas dire... Pour tous, elle permet de se découvrir, d'apprendre à faire partie d'un groupe, et de construire un projet commun avec rigueur et passion. À partir de 4 ans.

Reprise des cours le mercredi 11 septembre 2019 sauf pour les élèves de première année qui débiteront le mercredi 9 octobre 2019.

Langues

Espagnol

Proposé par Chloé Vieubled

Lundi	Débutants / Faux débutants	210 €	14h30 - 16h00
Jeudi	Conversation	210 €	10h30 - 12h00
Jeudi	Intermédiaires	210 €	13h30 - 15h00

Les cours d'espagnol sont l'occasion d'approivoiser ou d'approfondir la langue à travers des supports audio, vidéo, des textes, enrichis des échanges avec une professeure ayant vécu en Argentine.

Apprentissage intuitif et pratique de la langue pour ceux qui voudraient voyager.

Approfondissement littéraire ou de conversation pour les plus aguerris.

L'apprentissage est dynamique, vivant, motivant.

Anglais

Proposé par Patricia Lorentzen

Lundi ou mardi	Enfants	100 €	-
Lundi ou mardi	Pré - intermédiaires	210 €	-
Lundi ou mardi	Elémentaire / débutants	210 €	-
Lundi ou mardi	Conversation	210 €	-

Patricia vous propose des cours d'anglais du niveau débutant au niveau conversation pour adultes et enfants ou ados les lundis ou mardis avec horaires à définir par la suite.

Merci de bien vouloir contacter directement Patricia au 06 77 89 35 30 pour lui communiquer vos disponibilités.

Apprentissage ludique avec des jeux de mimes, chansons, oral, devinettes, mots croisés en anglais, etc.

Apprentissage de toutes les bases, couleurs, chiffres, animaux, vocabulaire, expressions.

Italien

Proposé par Tatiana Guerri Faure

Mercredi	Confirmés	210 €	-
Mercredi	Intermédiaires / débutants	210 €	-

Horaires à définir avec Tatiana.

L'italien ne se parle pas qu'avec les mains ! Il se chante aussi, et surtout il s'apprend ! Je travaille pour la MJC depuis 2014, et c'est un vrai plaisir. Je suis Italienne et la vie m'a conduit à l'enseigner. Les cours prévoient différents niveaux : débutants (ou faux débutants). Vous y apprendrez les règles grammaticales, la prononciation à l'aide de lectures et vous partagerez l'écoute de conversations et de chansons. Pour ceux qui veulent perfectionner la maîtrise de la langue orale, une séance de conversation est prévue où l'on improvisera des scènes de la vie quotidienne et où l'on abordera différents thèmes propres à la culture italienne pour enrichir le vocabulaire.

Un cours pour enfants est possible selon les demandes.

CULTURE / EDUCATION / MUSIQUE

◆ Chorale (nouveau)

Proposé par *Emmanuelle Rivault*

Lundi	Adultes / Ados	180 €	19h00 - 20h30
-------	----------------	-------	---------------

1^{ère} séance : lundi 30 septembre 2019.

Je vous propose un atelier de travail vocal, où nous apprendrons à chanter à plusieurs voix et en harmonie, sur des arrangements originaux autour du jazz, du Brésil, et aussi de la chanson française, espagnole...

Nous aborderons les techniques respiratoires et corporelles, le placement de la voix et la justesse, pour se mettre dans les meilleures conditions pour chanter ensemble.

◆ Aide aux devoirs

Proposé par *Catherine Delahaye*

Séances gratuites - Carte d'adhésion obligatoire.

Séances dans la salle de la cantine (jours à définir avec les bénévoles).

Inscriptions dans cette salle deuxième quinzaine de septembre.

Nous recherchons des bénévoles pour l'organisation de l' Aide aux devoirs.

Merci de s'adresser au secrétariat de la MJC.

◆ Théâtre

Proposé par *Geneviève Glisère*

Mardi	Enfants 8 / 10 ans	140 €	17h00 - 18h30
Mardi	Ados	150 €	18h30 - 20h00
Mardi	Adultes (6 minimum)	220 €	20h30 - 22h00

Les ateliers reprendront le mardi 3 septembre 2019. Une séance d'essai vous est offerte.

Plus de renseignements ? Anaëlle au 0684001794

La voix, le son, le rythme, le jeu, le mouvement qui mène à la danse, le rire, la spontanéité, l'improvisation, mais aussi : l'écoute, le respect, la respiration, l'apprentissage de soi-même et de la confiance dans ses partenaires de scène, la présence, l'audace, l'articulation, les techniques de mémorisation et encore : le grimage, le maquillage, l'élaboration de costumes et de décors, l'écriture, la lecture, le chant, c'est tout cela le théâtre et plus encore.

Bienvenue à ceux qui oseront venir s'initier ou prolonger leur première expérience.

La tradition sera respectée : une représentation de fin d'atelier sera donnée en juin 2020.

◆ Piano

Proposé par *Sébastien Lalisse*

Enfants	-	-	600 €
Adultes	-	-	650 €

Lundi (16h00 à 19h00) et mardi (16h45 à 19h15) . - Cours particuliers.

Renseignements auprès du professeur (06 64 67 58 62 - www.sebastienlalisse.com).

Je vous propose des cours de piano basés sur des rudiments harmoniques et rythmiques provenant du Jazz qui permettront une autonomie et des ponts vers les musiques actuelles telles que le Blues, la Soul, le Funk et bien d'autres.

Tous nos tarifs sont établis pour l'année pour 31 séances minimum.

Faute d'un nombre suffisant de participants, la MJC se réserve le droit de supprimer les cours.

CREATION / LOISIRS

◆ Peinture

Proposé par Véronique Albert

Mardi	Adultes	425 €	9h00 - 12h00
--------------	----------------	--------------	---------------------

Reprise le mardi 17 septembre 2019.

Cours de peinture à l'huile, acrylique et aquarelle. Vous apprendrez les différentes techniques, l'utilisation des liants, médium, solvant, vernis.

Chacun peut apporter son propre sujet. Je propose ensuite des thèmes variés, destinés à étudier un peintre, une technique particulière, apprendre à travailler le paysage ou les natures mortes. Composition, perspective et couleurs...

Vous aurez la chance de vous joindre à un groupe particulièrement sympathique.

◆ Dessin (enfants)

Proposé par Virginie Brueder

Mercredi	7-14 ans	145 €	14h30 - 16h00
-----------------	-----------------	--------------	----------------------

Prévoir en plus 10 € de participation au matériel.

Ce cours privilégie le plaisir de dessiner et l'éveil du sens de l'observation.

Plusieurs techniques sont abordées (aquarelle, crayon, fusain, encre...) en s'appuyant autant sur les œuvres classiques que sur la BD.

◆ Dessin (adultes)

Proposé par Véronique Albert

Jeudi	+ 18 ans	280 €	10h00 - 12h00
--------------	-----------------	--------------	----------------------

Reprise le jeudi 19 septembre 2019.

Cours de dessin d'après nature. Nature morte, paysage et perspective, modèle vivant. Apprendre et observer, comparer pour transcrire un objet en 3 dimensions, donner du volume en travaillant les ombres et les lumières.

Différentes techniques seront abordées, comme le crayon, l'encre, le fusain, le pastel... Dans une ambiance conviviale et agréable.

◆ Modelage - Poterie

Proposé par Virginie Brueder

Jeudi	Adultes confirmés	280 €	15h30 - 17h30
--------------	--------------------------	--------------	----------------------

Jeudi	Adultes débutants / confirmés	280 €	17h30 - 19h30
--------------	--------------------------------------	--------------	----------------------

1 heure supplémentaire = 150 €.

Cet atelier permet à chacun d'être accompagné dans sa recherche personnelle (modelage, tour, travail à la plaque...) avec un soutien technique et artistique au sein d'un groupe stimulant et diversifié dans son inspiration.

Jeudi	Ados	230 €	17h30 - 19h30
--------------	-------------	--------------	----------------------

Mardi	Enfants (7 - 11 ans)	145 €	17h15 - 18h15
--------------	-----------------------------	--------------	----------------------

Prévoir en plus 15 € pour les fournitures pour tous les cours de poterie (adultes, ados et enfants).

Venez découvrir le bonheur de manipuler la terre, de modeler ou de tourner. Créativité et plaisir assurés.

◆ Composition florale

Proposé par Marie-Jo Bianchi

Un vendredi par mois	-	22 € / séance	14h30
----------------------	---	---------------	-------

Les adhérents ne sont pas obligés d'assister à tous les cours.
Renseignements au secrétariat.

Depuis l'aube de l'humanité, les fleurs ont inspiré les musiciens, les poètes, les peintres, les sculpteurs et les bâtisseurs.

L'atelier d'art floral vous propose de devenir vous aussi un artiste « en herbes et en fleurs ».

◆ Atelier œnologie

Proposé par Chloé Vieubled

Mardi (1)	Adultes confirmés	195 €	10h00 - 12h00
Mardi (2)	Adultes débutants	195 €	14h00 - 16h00

18 sessions (un mardi sur deux) - 8 personnes minimum (1) : salle musique 1 - (2) : salle du conte lu
Début de l'activité : le mardi 10 septembre 2019.

La participation aux ateliers permet de formuler ses sensations grâce à l'analyse sensorielle (vue, odorat, goût), de connaître la méthodologie de dégustation, de reconnaître les défauts des vins, d'affiner son odorat, de découvrir les méthodes de vinification, dans une ambiance conviviale.

Deux à trois vins sont dégustés par séance.

Amateurs, néophytes, curieux sont les bienvenus !

◆ Atelier bricolage

Proposé par Olivier Battefort - Rolland Bonnaventure

Cet atelier a pour objectif de réunir, dans un esprit de convivialité, les personnes désirant apprendre et partager dans les domaines du bricolage. Il vise à faciliter les échanges de connaissances et de savoir-faire entre adhérents, en vue de réparer, d'entretenir et de créer les objets de la vie domestique (carrelage, faïence, électricité, plomberie, ...).

Une nouvelle organisation verra le jour en début de saison.

Nous vous tiendrons informer des diverses évolutions de cet atelier.

Tous nos tarifs sont établis pour l'année pour 31 séances minimum.

Faute d'un nombre suffisant de participants, la MJC se réserve le droit de supprimer les cours.

MAISON DE SERVICES AU PUBLIC de Bédoin



Philippe ROZÉ
numerique@mjcbedoin.org
04 90 41 72 78
79, chemin Vallat de Pommet
84410 BÉDOIN

Les horaires :

- du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30
- le mardi de 15h à 19h (sur rendez-vous)

La Maison de services au public permet d'assurer le maintien du service public en milieu rural.

Nous sommes à votre disposition pour vous aider dans vos démarches de la vie quotidienne à l'ère de la dématérialisation. Nous répondons à vos questions, nous analysons votre situation et nous vous orientons.

Nous pouvons vous aider à la constitution d'un dossier, à remplir un formulaire, à vous inscrire et à suivre votre dossier ...

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à nous contacter.

Véritable lieu d'accueil où sont réunis les services gratuits suivants :

EMPLOI (Pôle Emploi) - SOCIAL/SANTÉ (CPAM) - RETRAITE (CARSAT - MSA) - TITRES SÉCURISÉS (pré-demande de carte nationale d'identité et de passeport - demande de certificat d'immatriculation et de permis de conduire) - IMPÔTS (télédéclaration des impôts sur le revenu)

Mise à disposition d'équipements bureautiques - Espace de confidentialité



Au Point numérique Caf on vous accompagne sur le www.caf.fr

- . Consulter votre compte
- . Imprimer un document
- . Faire une déclaration (Rsa, Aah, prime d'activité, ressources...)

Qu'est ce qu'un point numérique Caf ?

Le point numérique Caf est un accueil de proximité effectué par un partenaire. Les agents de la structure, formés par la Caf, vous font découvrir le site www.caf.fr et vous accompagnent dans vos démarches.

Pour les démarches qui ne sont pas réalisables sur le [caf.fr](http://www.caf.fr), vous devez prendre contact directement avec la Caf.



Les horaires | - du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30
| - le mardi de 15h à 19h

**COUPS DE MAIN INFORMATIQUES
FORMATIONS TOUS PUBLICS**

**AIDE À LA DÉMOCRATISATION
DES LOGICIELS LIBRES**

**PROMOTION POUR UNE
INFORMATIQUE ÉCO-RESPONSABLE**

**AIDE AU RECYCLAGE DEEE
(MATÉRIEL INFORMATIQUE)**

**COLLECTE D'ORDINATEURS
POUR LEUR DONNER UNE SECONDE VIE**

**DON D'ORDINATEURS
DISTRIBUTION GNU/LINUX INSTALLÉE**

Notre objectif est de favoriser la formation, la pratique, la compréhension des usages des outils numériques, par tous les citoyens, dans une volonté de mixité des publics.

FORMATIONS ET COUPS DE MAIN INFORMATIQUES

Idéal pour vous aider à résoudre :

- un problème particulier d'utilisation des logiciels bureautique, internet, mise en page, présentation, gestion des photos et vidéo sous Gnu/Linux, Windows® ou Mac® ;
- un problème pour diagnostiquer une panne d'ordinateur ou pour créer votre site internet ;
- un problème d'utilisation de votre smartphone ou de votre tablette...

Pour toutes autres demandes, nous contacter.

PUBLICS : particuliers, entreprises, associations, administrations.

TARIFS ET CONDITIONS

20 €/heure
(micro coup de main 5 €/15 minutes)
+ 10 € d'adhésion
lors de la première inscription.

Gratuit pour les demandeurs d'emploi et les moins de 18 ans.

**Séance d'une heure
en individuel sur RDV
du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30.**



La MJC et son partenaire, l'asso. Linux Ventoux, préconisent l'utilisation de logiciels libres.

CONDITIONS TARIFAIRES

Les inscriptions aux activités se font pour l'année sur la base des conditions générales suivantes :

- Les tarifs détaillés sont fixés pour l'année pour 31 séances minimum.
- Seules les activités souscrites dès le 1er trimestre peuvent bénéficier de remises qui seront déduites lors du paiement de la dernière tranche.
- Sont exclus des remises le forfait gymnastique et les activités informatiques.
- Le paiement en trois tranches au maximum est accepté sous forme de trois chèques établis et datés du jour de l'inscription et dont l'encaissement aura lieu à date fixe.
- La participation aux cours est soumise au paiement des cotisations.
- Les annulations d'activités sont acceptées dans les cas suivants : déménagement, maladie ou accident, licenciement (un document probant devra être produit dans tous les cas).
- Nous acceptons les chèques loisirs, les coupons sports et les chèques vacances.

EN DEHORS DES COURS, LES ENFANTS SONT
SOUS LA RESPONSABILITÉ DE LEURS PARENTS.

REMISES FAMILIALES pour les activités à l'année

3 à 5 activités : 15 % sur le prix total
6 à 7 activités : 20 % sur le prix total
8 à 9 activités : 25 % sur le prix total
10 et plus : 30 % sur le prix total

REMISE INDIVIDUELLE pour les activités à l'année (hors forfait)

Pour deux cours minimum
A partir de 450 € par an : 10 %
A partir de 600 € par an : 15 %

CARTE INDIVIDUELLE

18 € Bédoin
23 € Extérieur

CARTE FAMILIALE (3 pers. mini.)

46 € Bédoin
56 € Extérieur

INSCRIPTIONS A PARTIR DU MARDI 27 AOÛT

Les mardis, mercredis et jeudis
(17h - 19h)

Une permanence sera également assurée tous les
mercredis matins de septembre de 9h à 12h au
secrétariat.

MJC - Centre Culturel H. Adam - 2^{ème} étage



Centre Culturel Hélien Adam - BP 130013 - 84410 Bédoin - Tél. : 04 90 65 95 66

Courriel : secretariat@mjcbedoin.org - Site : www.mjcbedoin.org

Facebook : <https://www.facebook.com/mjc.bedoin>

