

La gazette



avril 2026 - N°2



Vente solidaire

Encarts publicitaires

La MJC en photos

Stages de printemps

A noter dans vos agendas

Partenariat

Conseil d'Administration

Président : Thierry PECCARD

Vice-présidentes : Nadine GUILLEMAIN, Anne CARILLER

Trésorier : Xavier CHEVALOT

Membres élus : Lucie CORNEBISE, Noélie CORNEBISE, Alain COSSON, Elisabeth GOURVIL, Mélanie JOST-DEMONTIGNY, Magalie MUTIC, Céline QUOY

Accueil

Directeur : Alphonse PHAN

Animatrices : Brigitte MA TRI, Mélanie JOST-DEMONTIGNY

Service civique : Enolla FERNANDEZ

Horaires : du lundi au vendredi
10h00 - 12h00 et 13h30 - 19h00
(pendant les vacances scolaires :
10h00 - 12h00 et 13h30 - 18h00)

Lien utiles

Site internet

LAEP

Appel aux dons

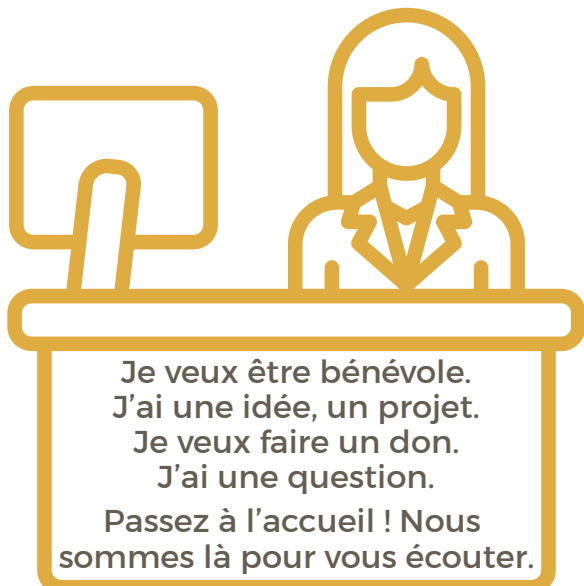
Stages de printemps

Vente solidaire

La MJC lance une vente de biscuits St Michel. Cette opération peut rapporter jusqu'à 25% des ventes réalisées à l'association.

N'hésitez pas à partager cette information avec vos familles, vos amis, vos collègues... Des catalogues ont été distribués au cours des ateliers, d'autres exemplaires sont disponibles à l'accueil.

Soutenez la MJC, ses projets et ses futurs ateliers !
Date limite : 25 avril 2026



Encarts publicitaires

En vue de la création de sa nouvelle plaquette d'activités, la MJC recherche des partenaires qui souhaiteraient y faire figurer un encart publicitaire.

Cette plaquette est éditée à 6 000 exemplaires : une belle occasion de se faire connaître par les 800 personnes et les 80 communes que l'association compte parmi ses adhérents.

Renseignez-vous à l'accueil pour connaître les tarifs de publication.

0-6 ans
LAEP
Lieu d'Accueil Enfants Parents

GRATUIT
Sans inscription
Anonyme

LES MERCREDIS
9H15 - 11H45
8 Rue Jean Mermoz, 89100
Saint-Clément

Partager
Sociabiliser
Jouer
Écouter

Informations :
www.mjclafabrique89.fr
03 86 83 86 00

La MJC en photos



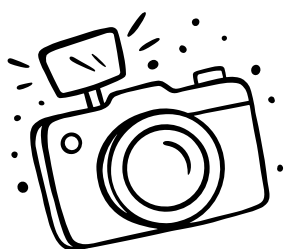
Danse Fitness au Carnaval de Sergines
8 mars 2026



Nouvelle décoration de la salle
côté jardin, réalisée par Enolla,
notre volontaire en service civique,
et ses petites mains



Atelier mensuel - Danse en ligne



Journée des Ados - 25 mars 2026

Stages de printemps

Les vacances sont toutes proches et de nombreux stages vous attendent... N'hésitez pas à venir découvrir de nouvelles activités !

STAGE VACANCES BIODANZA

animé par Delphine Tardieu



MJC Ne pas payer sur la voie publique

La Biodanza s'adresse aux hommes, aux femmes, jeunes et moins jeunes. Aucune capacité n'est requise pour y participer. A travers le mouvement, la musique et le groupe, la Biodanza permet de renforcer l'élan vital, le sentiment de bien-être et la joie. Venez expérimenter !

Mardi 14 avril
19h-20h30

Pour les 16 ans +
10€ la séance
Ouvert aux non adhérents

MJC la fabrique
8, rue Jean MERMOZ
à Saint-Clément

INSCRIPTION OBLIGATOIRE



STAGE VACANCES Découverte MAGIE

animé par Ludovic MOUTARD



MJC Ne pas payer sur la voie publique

Ludovic Moutard, magicien passionné et pédagogue, cet atelier invite les enfants à plonger dans l'univers fascinant de la magie. Au programme : apprentissage de tours simples, expression scénique, confiance en soi et mini-spectacle final ! Un moment ludique et créatif pour révéler le magicien qui sommeille en chacun. ✨

Pour les enfants
(8 à 12 ans)
Mardi 14 avril
14h-15h30

8€ adhérents
10€ non adhérents

MJC la Fabrique
8, rue Jean Mermoz
89 100 Saint-Clément

INSCRIPTION OBLIGATOIRE



STAGE VACANCES DANSE ASSISE

animé par Céline QUOY



MJC Ne pas payer sur la voie publique

"Exécuter des mouvements de danse en étant assis sur une chaise. Faire bouger son corps au rythme de la musique, en utilisant ses bras, ses jambes et son torse. Travailler la coordination, la concentration et la mémoire, mais aussi profiter de la musique sans pression et vivre des moments de plaisirs partagés. A travers différents styles de danse et genres musicaux, venez tester la danse « assise » !"

Mercredi 15 avril
10h-11h
8€ adhérents
10€ non adhérents

Adultes, seniors,
personnes à
mobilité réduite

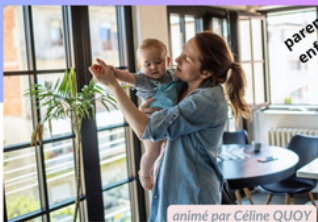
MJC la fabrique
8, rue Jean MERMOZ
à Saint-Clément

INSCRIPTION OBLIGATOIRE



STAGE VACANCES DANSE AVEC BÉBÉ

parents/
enfants



MJC Ne pas payer sur la voie publique

animé par Céline QUOY

Danser avec son bébé est un moment privilégié qui renforce les liens affectifs et stimule le développement de l'enfant. Les parents peuvent danser tout en portant leur bébé en écharpe ou en porte-bébé. Cette activité, adaptée aux besoins du parent et du bébé apporte joie et bien-être, et permet une interaction constante.

Mercredi 15 avril
Parents-Bébés
de 15h à 15h45

7€ adhérent
9€ non adhérent

MJC la fabrique
8, rue Jean MERMOZ
89100 Saint-Clément

INSCRIPTION OBLIGATOIRE



STAGE VACANCES EUTONIE

animé par Alain COSSON



MJC Ne pas payer sur la voie publique

Et si notre corps savait déjà comment se soulager. Pensons d'abord à l'écouter. Beaucoup de douleurs viennent d'un déséquilibre du tonus. Vous apprendrez à relâcher les tensions inutiles pour vivre bouger avec plus d'aisance. Une approche accessible à tous.

Adhérent MJC :
5€ /pers /séance
Non adhérent :
7€/pers séance

Samedi 11 avril : 16h00 à 18h30
Lundi 13 avril : 18h30 à 20h00
Mardi 14 avril : 9h45 à 12h
Dimanche 12 avril : 10h-11h30
(à la salle des Htes de Villers-Louis)

À la MJC la Fabrique
8, rue Jean MERMOZ
89100 Saint-Clément

INSCRIPTION OBLIGATOIRE



STAGE VACANCES DANSE DE COUPLE ~DANSES LATINES~

animé par Maurille DA SILVEIRA
accompagné par Céline QUOY



MJC Ne pas payer sur la voie publique

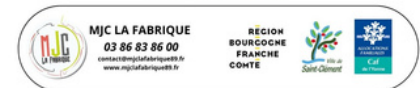
Les danses latines regroupent un ensemble de styles dynamiques et expressifs originaires d'Amérique latine et des Caraïbes, reflétant la culture, l'histoire et la musique de ces régions. Les principaux styles de danses latines sont : Salsa, Bachata, Merengue, Cha-cha-cha, Rumba, Samba. Avec ou sans partenaire, venez vous amuser sur des rythmes ensoleillés !

Mercredi 15 avril
Adultes
de 18h30 à 20h30

10 € adhérent
12 € non adhérent
18€ par couple adhérent
20€ par couple non adhérent

MJC la fabrique
8, rue Jean MERMOZ
à Saint-Clément

INSCRIPTION OBLIGATOIRE



STAGE VACANCES HATHA YOGA BAIN SONORE

animés par Alice KEMPCKE



IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique

- 15 avril : bain sonore et chant, 17h-18h
- 15 avril : Hatha Yoga, 18h15-19h15

7 € adhérent / séance
9 € non adhérent / séance

À la MJC La Fabrique
8, rue Jean MERMOZ
à Saint-Clément

vous réserve d'un nombre minimum d'inscrits
INSCRIPTION OBLIGATOIRE



STAGE QI GONG

avec Ramona SOPONAR



IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique

" Stoppez les ruminations en améliorant votre digestion et la souplesse de votre corps "

Pour les Adultes : samedi 18 avril 11h00-12h30

12€ adhérents
15€ non adhérents

MJC La Fabrique
8, rue Jean Mermoz
89 100 Saint-Clément

vous réserve d'un nombre minimum d'inscrits
INSCRIPTION OBLIGATOIRE



STAGE VACANCES DANSE DE COUPLE - DANSES DE SALON -

animé par Maurille DA SILVEIRA
accompagné par Céline QUOY



IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique

La danse de salon offre un univers riche et varié qui saura vous séduire. Ces danses élégantes se pratiquent à deux et incluent des styles très différents : *Waltz, Tango, Foxtrot, Quickstep...* Chaque style possède ses propres mouvements et son rythme particulier, permettant à tous de trouver la danse qui lui convient le mieux.

Lundi 13 avril
Adultes
de 18h30 à 20h30

10 € adhérent
12 € non adhérent
18€ par couple adhérent
20€ par couple non adhérent

MJC la fabrique
8, rue Jean MERMOZ
à Saint-Clément

vous réserve d'un nombre minimum d'inscrits
INSCRIPTION OBLIGATOIRE



STAGE SOPHRO BALADE

avec Séverine BERTHIER



IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique

« Balade sophro dans la nature pour respirer, marcher et se recentrer en douceur. Une vraie pause pour soi, entre marche consciente et exercices de sophrologie. »

Pour les ADULTES :
Jeudi 16 avril
14h-15h30
RDV parking
Parc de la Ballastière

10€ adhérents
12€ non adhérents

MJC la fabrique
8, rue Jean Mermoz
89100 Saint-Clément

vous réserve d'un nombre minimum d'inscrits
INSCRIPTION OBLIGATOIRE



STAGE VACANCES PERCUSSIONS CORPORELLES

parents / enfants

animé par Céline QUOY



IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique

Les percussions corporelles sont une forme d'expression musicale qui utilise le corps comme instrument, permettant de créer des rythmes et des sons sans matériel. Cette pratique permet de découvrir la richesse sonore de son propre corps tout en développant le sens du rythme et la coordination.

Mercredi 15 avril
Parents-Enfants
4/8 ans
de 11h15 à 12h

7€ adhérent
9€ non adhérent

MJC la fabrique
8, rue Jean MERMOZ
à Saint-Clément

vous réserve d'un nombre minimum d'inscrits
INSCRIPTION OBLIGATOIRE



APRÈS-MIDI BELOTE

JEUDI 16 AVRIL - 16H À 18H

ENTRÉE GRATUITE
VENTE DE BOISSONS



Inscription obligatoire
Venir de préférence avec un partenaire et un jeu de cartes.

vous réserve d'un nombre minimum d'inscrits
INSCRIPTION OBLIGATOIRE



Stage DANSE EN LIGNE

animé par Céline QUOY



IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique

Fan de Madison ou de Kuduro, venez vous amuser et découvrir d'autres chorégraphies ! La danse en ligne se pratique sur des musiques de genres et de styles très variés. C'est une pratique individuelle mais cela n'enlève rien au plaisir de danser tous ensemble.

Pour les adultes :
Mardi 14 avril
18h30-20h00

le stage :
10€ adhérents
12€ non adhérents

MJC la fabrique
8, rue Jean Mermoz
89100 Saint-Clément

vous réserve d'un nombre minimum d'inscrits
INSCRIPTION OBLIGATOIRE



STAGE VACANCES PROMENADE OLFACTIVE

parents / enfants

animé par Cathy QUEGNIAUX



IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique

Marche avec pauses relaxantes olfactives pour 2 heures de détente.

Mardi 14 avril 14h30 pour les familles
(prévoir un goûter tiré du sac)
Jeudi 16 avril 15h00 pour les adultes

Famille : 15€ par personne
20€ par adulte seul

à partir de 7 ans
accompagné d'un adulte

RDV Parking Parc de la Ballastière

vous réserve d'un nombre minimum d'inscrits
INSCRIPTION OBLIGATOIRE



STAGE EXPRESSION CORPORELLE danse et théâtre

avec Morgane LAVANCIER
et Raphaël CUVINOT



IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique

À travers le thème de cinq animaux (l'ours, la grue, le tigre, le singe et le serpent), on mélange la danse et le théâtre, on apprend à s'exprimer avec son corps, à le découvrir, à l'écouter, à s'amuser et créer en explorant ses possibilités. Et on fait le plein de vitalité et de bonne humeur !

Tarifs de la séance
12€ adhérents
15€ non adhérents

A partir de 5 ans
Me 8 avril : 14h00 à 16h00
V 10 avril : 14h00 à 16h00

MJC la fabrique
8, rue Jean Mermoz
89100 Saint-Clément

vous réserve d'un nombre minimum d'inscrits
INSCRIPTION OBLIGATOIRE



A noter dans vos agendas...



Nos manifestations de fin d'année approchent à grands pas. Vous pourrez nous retrouver :

- du 29 avril au 03 mai : Foire de Sens
- 9 mai - Soucy : Danse Afro et Break au Grand Béon
- 13 juin - Sens : Chansigne et K-pop à la Nuit du Handicap
- 14 juin - Paron : Danse Fitness à la Journée Américaine
- 19-20-21 juin - St Clément : Gala de fin d'année
- 27 juin - Sens : Danse Afro et K-pop au Gala des Ecoles du Grand Sénonais

Nous comptons sur votre présence pour soutenir notre association !

FR MJC

**INVITATION
RENCONTRE
RÉGIONALE**

**4 & 5
juillet 2026**

Pour celles et ceux qui font vivre les MJC de la région!

Plus d'informations : bourgogne-franche-comte@fmjc.org

Vendredi 24 avril 2026

À partir de 18h00

Salle Côté Cour de la MJC

Suivi d'un verre de l'amitié

**ASSEMBLÉE
GÉNÉRALE**

Moment clé qui réunit les adhérents et les membres du bureau

Venez discuter des projets à venir!

MJC La Fabrique
8 rue Jean Mermoz 89100 Saint-Clément
03 86 83 86 00
coordination@mjlafabrique89.fr

**MJC
LA FABRIQUE**

Avec Partnership, tes achats personnels font aussi grandir le club MJC la fabrique



Connecte ta carte Decathlon à la cagnotte de ton club pour l'aider à s'équiper et améliorer l'expérience sportive des licenciés. Tes achats boostent la cagnotte du club tout en te faisant profiter de tes avantages fidélité Decathlon.

Cette cagnotte permettra au club de bénéficier de réductions pour ses équipements sportifs. **Un vrai combo gagnant-gagnant !**



↘ Joue-la collectif avec ton club en deux temps, trois mouvements !



- 1 Connecte ton compte Decathlon à celui de ton club en flashant le QR code afin d'être affilié à la cagnotte.
- 2 Utilise ta carte de fidélité Decathlon lors de tes achats en magasin et sur decathlon.fr.
- 3 Pendant que tu gagnes des points et donc des récompenses, ton club cagnotte et bénéficie également d'avantages pour commander du matériel sportif.

 **DECATHLON** Pro



- Connectez votre carte de fidélité **Decathlon** au compte de la MJC grâce au **QR-code**.
- A chaque passage en caisse ou chaque achat en ligne, utilisez votre carte.
- Gagnez des points de fidélité et augmentez la cagnotte de la MJC.

DECATHLON

Magazine de la MJC LA FABRIQUE – Numéro 2 – Saison 2025-2026
Directeur de la publication : Thierry PECCARD
Rédaction en chef : Céline QUOY
Comité de rédaction : Les membres du Bureau et le Directeur
Réalisation graphique : Céline QUOY
Photographies : banque d'images CANVA et MJC la fabrique

Adresse : MJC LA FABRIQUE, 8 rue Jean Mermoz, 89100 Saint-Clément
Téléphone : 03 86 83 86 00
Mail : contact@mjclafabrique89.fr
Site internet : www.mjclafabrique89.fr

Impression par nos soins