



## Bienvenue dans la Culture avec un grand « C ».

Mais qu'entendons nous à travers ce terme ? La culture constitue un élément fondamental de l'identité des personnes vivant sur la commune et le territoire communautaire.

Implantée depuis 1967 au milieu des ceps, la MJC, comme eux, cultive le patrimoine : elle porte le développement de la vie et assure sa croissance à travers ses différentes étapes, elle s'adapte au sol sur lequel elle évolue, elle crée des liens depuis la souche et porte les sarments qui se développent jusqu'au fruit.

Cette nouvelle saison s'ouvre avec une saveur particulière puisque nous fêtons, en 2027, les 60 ans d'existence de notre association. Elle est à la fois un héritage du passé et une force dynamique tournée vers l'avenir, constamment en mouvement, nourrie par les échanges et les innovations. Alors, célébrons cette richesse !

Nos équipes bénévoles et salariées travaillent aussi à l'élaboration d'un projet associatif en lien avec les enjeux sociétaux des politiques publiques actuelles. La MJC affirme cette ambition à travers trois grandes orientations :

**ENVIRONNEMENT ET MONDE DE DEMAIN :** En s'engageant autour de l'environnement, du numérique et de l'intelligence artificielle, tout en valorisant les initiatives citoyennes. En contribuant à renforcer le pouvoir d'agir de chacun et à construire collectivement un monde plus durable et solidaire.

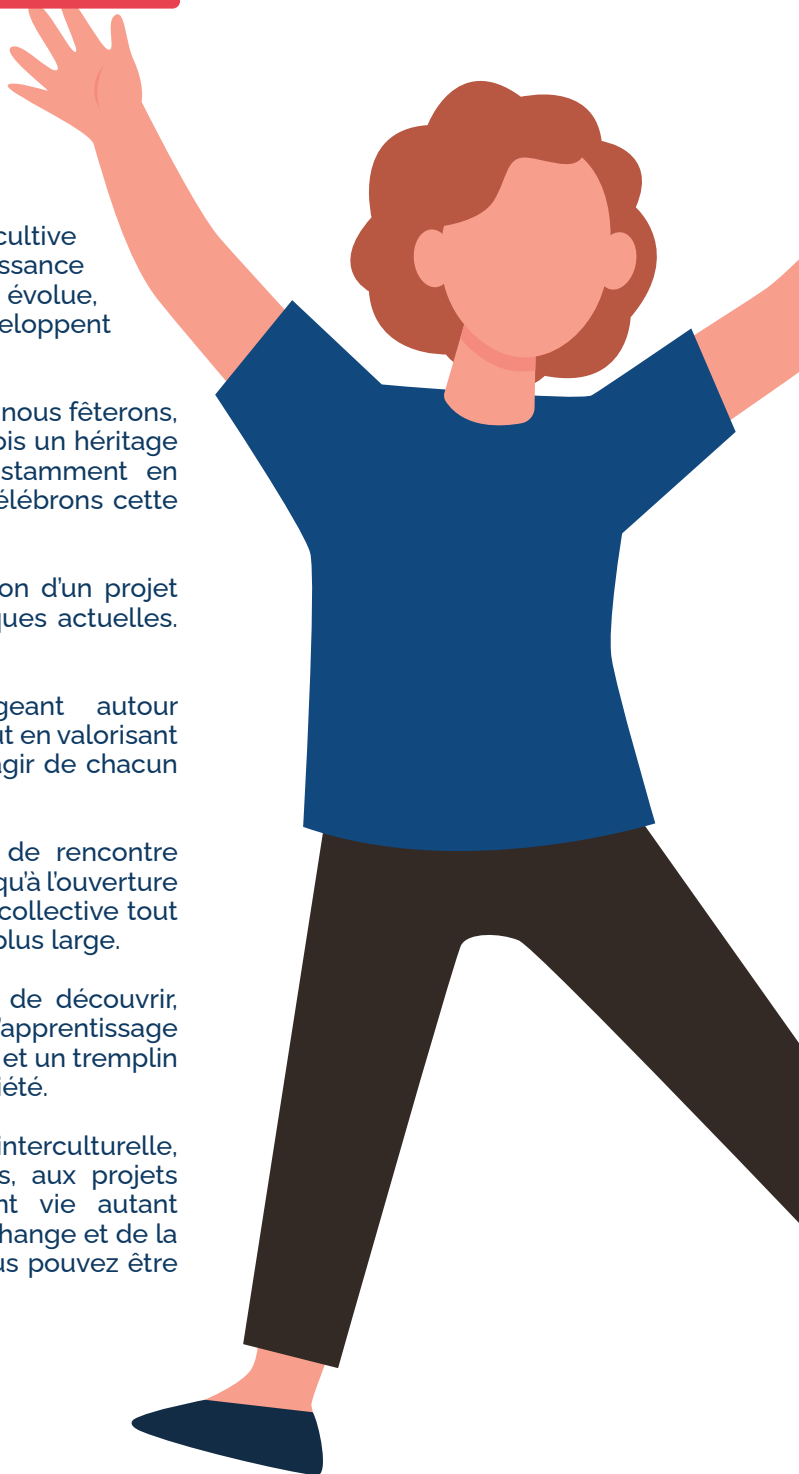
**VIVRE ENSEMBLE ET CITOYENNETÉ :** En créant des espaces de rencontre et d'échanges, de la commune à la communauté de communes, jusqu'à l'ouverture sur l'Europe et le monde. En impliquant les personnes dans la vie collective tout en développant un sentiment d'appartenance à une communauté plus large.

**CULTURE ET CULTURES :** En permettant à chacun et chacune de découvrir, d'expérimenter et de développer sa curiosité. En favorisant l'apprentissage et l'expression, la culture devient un véritable levier d'émancipation et un tremplin pour grandir, comprendre le monde et trouver sa place dans la société.

Ce travail de fond amène cette saison à être plus que jamais interculturelle, intergénérationnelle et ouvre la porte aux initiatives citoyennes, aux projets collectifs. Les actions en direction de la jeunesse prennent vie autant que les actions dédiées à nos aînés, agissant ainsi en faveur de l'échange et de la transmission. Enfin, la MJC est un lieu ressource où vous aussi vous pouvez être force de proposition, créateur de partage, générateur d'échange.

Toute l'équipe vous souhaite une excellente saison 2026/2027 et vous donne rendez-vous tout au long de l'année.

## Le conseil d'administration



## INFOS PRATIQUES



### ~ HORAIRES ACCUEIL ~

**Lundi** 14h à 18h30

**Mardi** 14h à 18h30

**Mercredi** 10h à 12h  
& 14h à 18h30

**Jeudi** 14h à 18h30

**Vendredi** 14h à 18h30

L'accueil peut être fermé de manière ponctuelle lors de déplacements de l'équipe permanente pour participer à un projet.

### POUR VENIR NOUS VOIR



12 Rue Camille Rodier,  
21700 Nuits-St-Georges

### POUR NOUS CONTACTER



06 30 86 03 39



accueil@mjc-nuits.com

### POUR NOUS SUIVRE



www.mjc-nuits.fr



mjc.nuitssaintgeorges



mjc\_nuits

## S'inscrire à la MJC, adhérer à son projet

### TARIF DES ADHÉSIONS

Moins de 16 ans : ..... 8 €

À partir de 16 ans : .... 12€

Retraité : ..... 8€

Carte famille : ..... 25€

(À partir de 3 personnes dans le même foyer)

Être adhérent·e à la MJC, c'est adhérer à son projet associatif et l'accompagner dans ses engagements.

L'adhésion est annuelle (de septembre à août) et individuelle. Elle vous permet de participer et de voter les orientations de l'association à l'assemblée générale qui aura lieu en janvier 2027.

L'adhésion est non remboursable et obligatoire pour participer à toute activité proposée par la MJC.

**Vous pouvez adhérer, pour soutenir la MJC, même si vous ne faites pas d'activité !**

## Devenir bénévole à la MJC

Organisation d'événements culturels et festifs ? Soutien à la buvette du Chapiteau ? Proposition d'activités ponctuelles ou hebdomadaires ? Partage de savoir-faire ? Soutien aux inscriptions ? Bénévolat lors du Chapiteau ? Participation à l'Assemblée Générale de la MJC...

Si votre engagement au côté de la MJC peut prendre plusieurs formes, il permet toujours à la MJC de renforcer son lien avec les habitants et le territoire !



**Envie de nous rejoindre ?  
Passez nous voir à l'accueil, on vous attend avec le sourire !**

## 2027... Les 60 ans de la MJC !

En 2027, la MJC aura le plaisir de fêter ses 60 ans d'existence. Depuis sa création, elle accompagne la vie du territoire en proposant des espaces de rencontre, de pratique, de découverte et d'engagement pour toutes les générations. Au fil des décennies, des milliers d'habitants, bénévoles, adhérents, salariés et partenaires ont contribué à faire vivre ce lieu, à le faire évoluer et à lui donner son identité.

Cet anniversaire sera l'occasion de se souvenir du chemin parcouru, de valoriser les initiatives qui ont marqué l'histoire de la MJC et de remercier toutes celles et ceux qui l'ont faite grandir.

Dans le même temps, la MJC est engagée dans l'écriture de son nouveau projet associatif, une démarche collective qui vise à définir les grandes orientations pour les années à venir. Cette réflexion permettra de réaffirmer les valeurs qui nous rassemblent et d'imaginer, avec les habitants et les partenaires, les actions et projets de demain.

Ainsi, cette année anniversaire sera à la fois un temps de célébration et un moment tourné vers l'avenir.



## CALENDRIER

### CALENDRIER DES ACTIVITÉS

#### Début des activités

Le lundi 14 septembre 2026

#### Fin des activités

Le samedi 19 juin 2027.

Il n'y a pas d'activités hebdomadaires les jours fériés, ni pendant les vacances scolaires.

#### Les vacances

Nous proposons des stages et ateliers pendant les vacances d'automne, de février et d'avril (programmes à venir) ainsi que des projets tout au long de l'année.

#### Fermetures annuelles de la MJC

La MJC sera fermée pendant les congés de fin d'année 21 décembre 2026 au 3 janvier 2027 ainsi que du 31 juillet au 22 août 2027.

## Les temps forts de l'année

La MJC propose tout au long de l'année des animations et des projets à destination des habitants du territoire :

### Le goûter de Noël le 16 décembre 2026

Avant les fêtes de fin d'année, ce goûter sera l'occasion de proposer des auditions de musique, mais surtout, de partager un moment convivial pour les enfants, mais aussi pour les grands !



### L'Assemblée générale de la MJC le 31 janvier 2027



### Le Chapiteau (Fête de fin de saison) Du 11 au 19 juin 2027

Ce festival sera l'occasion de mettre en valeur tout ce qui aura été fait durant la saison par les adhérents.es, par d'autres associations et collectifs du territoire, mais aussi de proposer une programmation culturelle riche et diversifiée.



## La couleur de l'année

La saison 2026-2027 se fera sous la couleur « **Le monde de demain** ». Ce thème sera l'occasion d'imaginer collectivement le futur que nous souhaitons construire, à travers des moments de rencontre, de réflexion et de création.

Tout au long de l'année, nous vous inviterons à participer à différentes animations, projets et activités qui permettront d'explorer des idées, de partager des points de vue et de faire émerger des initiatives concrètes.

Petits et grands, habitants, bénévoles, adhérents ou simples curieux seront ainsi conviés à contribuer à cette dynamique collective, pour inventer et expérimenter, à notre échelle, des manières de vivre, de coopérer et de créer du lien dans le monde de demain.

2 rendez-vous sont déjà fixés pour imaginer ensemble le monde de demain.  
**Les jeudis de 17h30 à 19h30 autour d'un apéro !**

**1er octobre** : C'est quoi le monde de demain ?

**19 novembre** : L'écologie à la MJC... Bac de jardinage, grainothèque, compost ? On commence par quoi ?



# Règlement

Du lundi au samedi, la MJC vous accueille dans une ambiance conviviale pour découvrir une large palette d'ateliers. Ceux-ci sont menés par des animateurs.ices professionnels ou bénévoles, mais tous animés par leur passion et l'envie de transmettre.

Les cotisations sont calculées sur une base forfaitaire annuelle (par atelier). Elles vous permettent de contribuer solidairement au maintien des activités et plus spécifiquement à l'emploi de vos animateurs.ices et fonctions supports (accueil, coordination, etc.)

## Adhésions

L'adhésion à la MJC est obligatoire pour pratiquer une activité  
Tarif des adhésions : Moins de 16 ans : 8€  
À partir de 16 ans : 12€ et Retraité : 10€  
Carte famille 25€ (à partir de 3 personnes dans le même foyer)

## Règlement global des activités

**Chaque adhérent signe ce règlement lors de son inscription. Il est consultable en ligne sur le site internet de la MJC.**

La MJC s'engage à assurer un minimum de 30 séances sur la saison scolaire. Les adhérents souhaitant découvrir une activité peuvent bénéficier de cours d'essai. (modalités dans le règlement global).

Remise de 5% à partir de l'inscription d'un même foyer à une 3ème activité hebdomadaire avant le 31 décembre (les 5% ne sont pas applicables aux ateliers, stages et projets).

Jusqu'à 3 séances dans l'année peuvent être mutualisées entre les activités dans le cadre de projets artistiques, pluridisciplinaires ou collectifs.

Certaines activités peuvent nécessiter de l'achat de matériel par les adhérents (exemple : Badminton, dessin, instruments de musique, etc.).

Il n'y a pas d'activités hebdomadaires les jours fériés, ni pendant les vacances scolaires.

Afin de favoriser la dynamique de groupe, nous vous invitons à une présence régulière.

En cas d'absence, merci de prévenir l'animateur (ou l'accueil de la MJC) dès que possible. Les enfants mineurs doivent être accompagnés par leurs parents et être récupérés à l'entrée de leur salle d'activité.

La MJC laisse libre choix aux animateurs d'accepter que les accompagnateurs (parents, autre responsable légal ou autres accompagnateurs, etc.) entrent dans la salle d'activité ou non.

Certaines activités peuvent être arrêtées sur décision du Conseil d'Administration, si le nombre de participants est insuffisant.

Le non respect par un.e adhérent.e des "règles de vie" d'une activité ou de l'animateur.ice peuvent entraîner la radiation de l'adhérent.e.

## Conditions d'annulation & modalités de remboursement

Toute demande d'annulation doit être notifiée par écrit à [accueil@mjc-nuits.fr](mailto:accueil@mjc-nuits.fr) (ou sur papier libre daté et signé, déposé à l'accueil)

**Entre le 1er juin et la reprise des activités en septembre** : la MJC retiendra une participation aux frais administratifs de 15€ (par foyer) pour toute demande d'annulation d'inscription.

**De la 1ère séance d'activité jusqu'à la fin de la saison en cours** : pas de remboursements, sauf cas de force majeure justifié par un document empêchant la pratique de l'activité jusqu'au terme de la saison.

## La MJC s'engage contre toutes les violences

La violence n'a pas sa place à la MJC.

Violences sexistes et sexuelles, conjugales, envers des enfants, verbales, psychologiques, physiques, discriminations, harcèlement scolaire ou sur les réseaux sociaux ...

Victime ou témoin, parlez-en !

À l'accueil de la MJC ou contactez



**112** Appels d'urgence européen

**114** Par sms pour les personnes malentendantes ou en incapacité de parler

**119** Enfance maltraitée

**3919** Violences conjugales

## Mode de règlement



CB



Chèque

Paiement global : octobre ou 3 encaissements : octobre, janvier, avril



Chèques vacances, ANCV

Que les chèques sous forme papier



Espèces



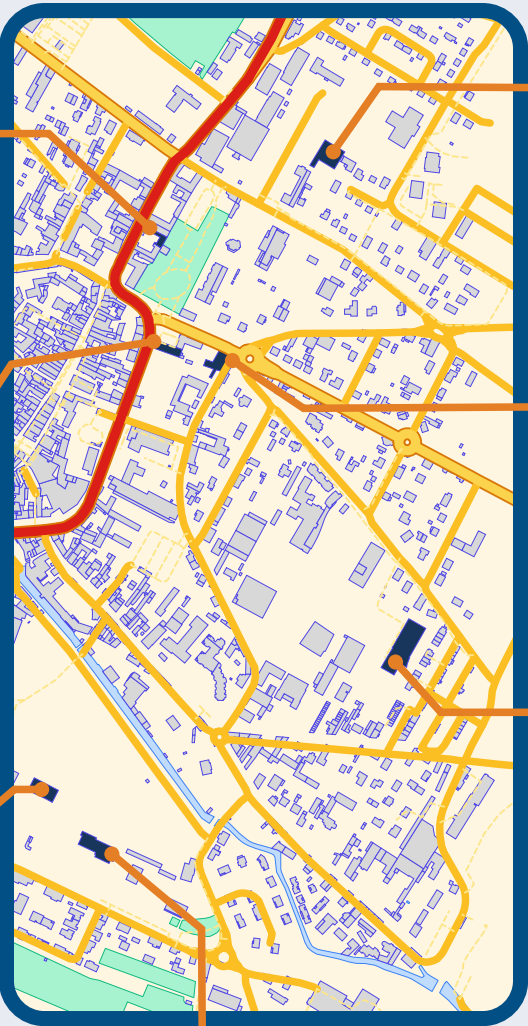
Pass Nuits jeunes

Pour les nuitons de moins de 21 ans, sous condition de ressource. Voir conditions d'accessibilité avec le CCAS avant tout paiement à la MJC

La totalité du règlement est disponible ici !



## Nuits-Saint-Georges



**MJC**  
12 Rue Camille Rodier,  
Nuits-St-Georges

**Caveau**  
5 Rue Thurot,  
Nuits-St-Georges  
*Porte rouge bordeaux à gauche du cinéma*

**Tennis Couvert**  
3 Av. de Chamboland,  
Nuits-St-Georges

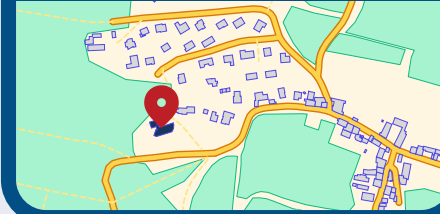
**Piscine intercommunale Nuits**  
7 Av. de Chamboland,  
21700 Nuits-St-Georges

**Salle Santana**  
5 Rue de la Berchère,  
Nuits-St-Georges

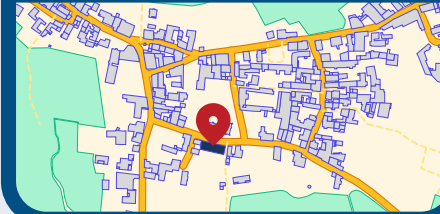
**Salle Pillot**  
Rue Dr Louis Legrand  
Nuits-St-Georges  
*Porte bleu-gris, au niveau du rond-point*

**Dojo Henri Pouilly**  
Rue Monnot,  
Nuits-St-Georges

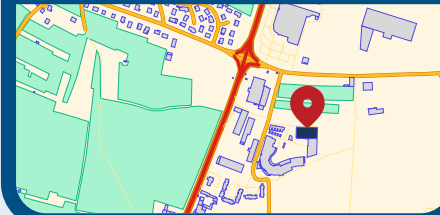
**Salle des fêtes de Fixin**  
Rue de la Perrière,  
21220 Fixin



**Salle des fêtes Henri Belin**  
12 Rue de l'Église,  
21220 Chambolle-Musigny



**Gymnase Jérôme Golmard**  
Chemin du Mecanon,  
21220 Brochon



Disponible ici aussi !



## Cours individuel de musique

### BATTERIE

Mardi (semaines paires) - À la MJC  
Exprimez votre sens du rythme ! Découvrez ou perfectionnez la batterie dans un cadre motivant et dynamique.

À partir de 5 ans 498€  
Horaire à définir 45 min

### GUITARE / CHANT

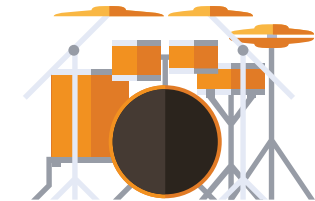
Mercredi - À la MJC  
Apprenez à jouer de la guitare ou à chanter. Un moment convivial pour progresser à votre rythme.

À partir de 11 ans pour le chant  
et 7 ans pour la guitare 588€  
Horaire à définir 30 min

### PIANO / ACCORDÉON / BASSE

Mardi & Mercredi - À la MJC  
Tous niveaux, cours adaptés aux besoins de chaque élève pour favoriser leur progression.

À partir de 6 ans 588€  
Horaire à définir 30 min



## Éveil & parents enfants jusqu'à 6 ans

## Enfants à partir de 5 ans

### BABY MULTISPORT

Mercredi - À la MJC

Initiation ludique aux activités sportives : Motricité, coordination des mouvements et découverte du sport dans un cadre sécurisé et bienveillant.

<b>2 à 3 ans</b>	9h45 à 10h15	117€
<b>3 à 4 ans</b>	10h15 à 11h00	165€
<b>4 à 6 ans</b>	11h00 à 12h00	198€

### BÉBÉS NAGEURS

Parents  
Enfants !

Samedi - À la piscine de Nuits

D'octobre à avril

Familiariser les enfants au milieu aquatique : pour les tout petits, motricité libre, pour les plus grands, parcours.

Prévoir une tenue de sport pour les accompagnateurs

<b>5 à 12 mois</b>	8h15 à 8h45	153€
<b>1 à 2 ans</b>	8h45 à 9h15	153€
<b>2 à 3,5 ans</b>	9h15 à 10h00	186€
<b>3,5 à 5 ans</b>	10h00 à 10h45	186€

### CIRQUE

Mercredi - À la salle Pillot

Développez l'équilibre, la coordination, la confiance et la créativité à travers le jonglage, équilibre sur objets, acrobaties et jeu d'acteurs.

<b>5 à 6 ans</b>	14h00 à 15h00	231€
------------------	---------------	------

### ÉVEIL CRÉATIF

Mercredi - À la MJC

Appréhension des textures, des matières, des couleurs à travers le dessin et la peinture.

<b>3 à 5 ans</b>	16h30 à 17h15	165€
------------------	---------------	------

## PROJETS !

### ÉVEIL LANGUE DES SIGNES

Parents  
Enfants !

30€ les 5 séances - À la MJC

Introduction à la langue des signes pour bébés / enfants : soutien à la communication entre les parents et leurs enfants

Du 26 au 30 octobre

<b>9 à 18 mois</b>	9h15 à 10h00
<b>3 à 6 ans</b>	10h00 à 11h00

Public à particularités bienvenus

### JARDIN DES ÉMOTIONS

Parents  
Enfants !

3 à 6 ans - Gratuit - À la MJC

Projet parents-enfants autour du développement des compétences psychosociales chez l'enfant : partager des temps favorisant des relations positives, accompagner les enfants dans la compréhension et l'expression de leurs émotions, et offrir aux parents des repères et des ressources pour nourrir le lien avec leur enfant.

**2 séances parents** : 30/09 & 09/12  
16h30 à 17h30

**6 séances enfants** : 07, 14/10 - 4, 18,  
25/11 et 02/12 de 16h30 à 17h00

### ÉVEIL DANSE

Mercredi - À la MJC

Initiation ludique à la danse pour tout-petits : rythme, coordination et plaisirs de la musique et du mouvement.

<b>4 à 5 ans</b>	16h45 à 17h30	198€
<b>5 à 6 ans</b>	16h00 à 16h45	198€

### ÉVEIL MUSICAL

Vendredi - À la MJC

Un premier pas dans le monde des sons : jeux, rythmiques, écoute, découverte des instruments du monde pour les plus petits.

<b>3 à 5 ans</b>	17h00 à 17h45	165€
------------------	---------------	------



## Loisirs sportifs

### BADMINTON

Prévoir l'achat d'une raquette

Mardi - Au Tennis couvert

<b>8 à 14 ans</b>	17h30 à 18h30	165€
-------------------	---------------	------

Mercredi - À la salle Santana

<b>8 à 14 ans</b>	17h00 à 18h00	165€
<b>Débutant</b>		

### CAPOEIRA

Vendredi - À la MJC

Activité ludique d'origine brésilienne mêlant danse, musique et mouvements acrobatiques.

<b>5 à 8 ans</b>	17h45 à 19h00	246€
<b>9 à 13 ans</b>	19h00 à 20h15	246€

### ESCALADE

Lundi - Au gymnase Jérôme  
Golmard à Brochon

Découverte des techniques de base de l'escalade : grimpe, déplacements, assurage.

<b>5 à 7 ans</b>	17h00 à 18h00	198€
<b>8 à 11 ans</b>	18h00 à 19h00	198€

### ESCRIME

Lundi - À la MJC

Découverte de l'escrime, sous toutes ses formes (duel, artistique, ...), dans un cadre bienveillant.

<b>5 à 7 ans</b>	17h00 à 17h45	165€
<b>8 à 12 ans</b>	17h45 à 18h45	207€

# Enfants à partir de 5 ans

## FOOT EN SALLE

Mercredi - À la salle Santana

Sport rapide à forte intensité physique sur un terrain réduit. La discipline permet d'acquérir de bonnes aptitudes techniques et développe la coopération et l'esprit collectif.

**8 à 12 ans** 13h30 à 14h30 165€

## INITIATION KARATÉ

Lundi - Au Dojo Henri Pouilly

**6 à 10 ans** 18h00 à 19h00 165€

## JUDO

Mercredi - Au Dojo Henri Pouilly

**6 à 7 ans** 14h00 à 15h00 198€

**8 à 9 ans** 15h00 à 16h00 198€

**10 à 12 ans** 16h00 à 17h30 231€

## TENNIS DE TABLE

Mardi - Au caveau de Nuits

Sport rapide et précis, idéal pour développer réflexes, coordination et concentration. Il favorise le fair-play, la maîtrise de soi et le plaisir du jeu.

**7 à 14 ans** 17h30 à 19h00 165€

## TIR À L'ARC

Mercredi - Au caveau de Nuits

Activité qui permet de développer la coordination. De multiples formules de jeux sont possibles afin de développer la précision des archers.

**7 à 14 ans** 15h00 à 16h30 231€

## Expression artistique

### CIRQUE

Mercredi - À la salle Pillot

**7 à 9 ans** 15h00 à 16h15 261€

### DANSE CLASSIQUE

Mercredi - À la MJC

**6 à 8 ans** 13h00 à 14h00 231€

**9 à 11 ans** 14h00 à 15h00 231€



### DANSE URBAINE

Mercredi - À la MJC

**6 à 8 ans** 15h00 à 16h00 231€

**9 à 11 ans** 17h30 à 18h30 231€

### DESSIN PEINTURE

Mercredi - À la MJC

**6 à 9 ans** 15h15 à 16h30 198€



## LOISIRS CRÉATIFS & COUTURE

Mercredi - À la MJC

**5 à 7 ans** 9h00 à 9h45 198€

**8 à 11 ans** 9h45 à 10h45 231€

### POTERIE

Mercredi - À la MJC

Mélange de séances de création individuelles en lien avec des thématiques et de projets collectifs éphémères (non cuits) afin de découvrir la terre et les techniques pour la travailler.

**4 à 8 ans** 14h15 à 15h15 198€

**4 à 8 ans** 15h15 à 16h15 198€

**8 à 11 ans** 13h00 à 14h15 228€

### POTERIE

Parents  
Enfants !

Samedi (semaines paires) - À la MJC

Mélange de séances de création en duo et de projets collectifs éphémères (non cuits) afin de découvrir la terre et les techniques pour la travailler.

**4 à 10 ans** 10h00 à 11h30 264€  
le duo

### SCRAPBOOKING

Parents  
Enfants !

Samedi - À la MJC

Loisir créatif qui consiste à décorer et personnaliser un album avec des photos, souvenirs et éléments décoratifs

**6 ans et +** 10h00 à 12h00 297€  
le duo

### THÉÂTRE

Jeudi - À la salle Pillot

**7 à 10 ans** 17h30 à 19h00 264€



## Loisirs sportifs

### BADMINTON

Prévoir l'achat d'une raquette

Mardi - Au Tennis couvert

**8 à 14 ans** 17h30 à 18h30 165€

Mercredi - À la salle Santana

**8 à 14 ans Débutant** 17h00 à 18h00 165€

### CAPOEIRA

Ados Adultes !

Vendredi - À la MJC

Un art martial Afro-brésilien mêlant danse, acrobaties et musique, pour développer agilité, rythme et expression corporelle.

**9 à 13 ans** 19h00 à 20h15 246€

**14 ans et +** 20h15 à 21h30 246€

### ESCALADE

Lundi - Au gymnase Jérôme Golmard à Brochon

**12 à 16 ans** 19h00 à 20h15 231€

### INITIATION KARATÉ

Ados Adultes !

Lundi - Au Dojo Henri Pouilly

**11 ans et +** 19h00 à 20h00 165€

### JUDO

Ados Adultes !

Mercredi - Au Dojo Henri Pouilly

**13 ans et +** 17h00 à 19h00 264€



## Expression artistique

### CALLIGRAPHIE & LETTRAGE

Mercredi - À la MJC

Ados Adultes !

Vous apprendrez les bases de la calligraphie, comment dessiner et écrire à la plume de calligraphie. Apprentissage de différentes techniques de lettrage et de valorisation des mots.

**14 ans et +** 17h45 à 19h00 231€

### CIRQUE

Mercredi - À la salle Pillot

**10 à 13 ans** 16h15 à 17h30 231€

### CROCHET & TRICOT

Ados Adultes !

Jeudi - À la MJC

Cette activité se déroule aux mêmes horaires que le créneau tricot pour adulte afin de favoriser la transmission intergénérationnelle et le partage de pratique.

**12 ans et +** 18h00 à 19h00 231€

### DANSE URBAINE

Samedi - À la MJC

**12 à 16 ans** 9h45 à 10h45 231€

### LES BASES DU DESSIN

Ados Adultes !

Mardi - À la MJC

**10 ans et +** 17h00 à 18h30 231€

### DESSIN PEINTURE

Mercredi - À la MJC

**10 à 14 ans** 13h45 à 15h15 231€

### ÉCRITURE

Ados Adultes !

Lundi - À la MJC

Venez vous exercer à mettre en mots un texte, une histoire, un rêve et partagez vos écrits avec les autres participants.

**14 ans et +** 17h15 à 18h30 198€

### POTERIE

Mercredi - À la MJC

Mélange de séances de création individuelles en lien avec des thématiques et de projets collectifs éphémères

**12 à 16 ans** 16h45 à 18h15 273€

### SCRAP. & CARTONNAGE

Ados Adultes !

Mercredi - À la MJC

**12 à 15 ans** 10h45 à 12h00 198€

Jeudi - À la MJC

**14 ans et +** 19h00 à 20h30 198€

### EN MODE PROJETS

Je veux sauver le monde !  
Je veux bouger en Europe !  
Un projet, une idée, besoin de parler ?  
Passe voir Aurélie et Anna à la MJC pour voir comment

**La MJC peut t'accompagner !**

## Langues et expression

### INTRODUCTION AU LATIN

Ados Adultes !

Mercredi - À la MJC

Initiation fondée sur la méthode inductive contextuelle. L'apprentissage se fait à partir de textes accessibles, de situations concrètes et de supports visuels, permettant une immersion progressive dans la langue.

**11 ans et +** 14h00 à 15h00 231€

### LANGUE DES SIGNES

Ados Adultes !

Lundi - À la MJC

Découverte des outils corporels (mains, yeux, visage, bras, corps...), maîtrise de l'espace, du rythme, du mouvement via des mises en situations ludiques et des échanges entre participants.

**14 ans et + Débutant** 18h00 à 19h30 198€

## PROJET !

### MUSIQUES ACTUELLES

11 à 15 ans - à la MJC & à l'EMI  
Du 26 au 30 octobre  
De 9h30 à 16h30 - 10€

Viens écrire et enregistrer ton morceau de musique en mélangeant les styles : blues, musique actuelle, etc.

Un temps de représentation est prévu le 6 novembre en soirée

**En partenariat avec l'École de musique intercommunale.**

# Adultes (à partir de 16 ans)

## Loisirs sportifs

### BADMINTON

Mardi - Au Tennis couvert  
Prévoir l'achat d'une raquette

**18h30 à 20h00** 198€  
**20h00 à 21h30** 198€

### BIEN ÊTRE & SOPHROLOGIE

Jeudi - À la MJC

Exercices de relaxation, de visualisation ciblée et de détente musculaire selon les thématiques :

12/11 au 17/12 : Gestion du stress  
07/01 au 11/02 : Confiance en soi et estime de soi  
04/03 au 08/04 : Mieux dormir  
29/04 au 10/06 : Mémoire et concentration

**14h30 à 15h30** 220€ les 4 Cycles  
ou 60€ le cycle  
de 6 séances

### CAPOEIRA

Ados Adultes !

Vendredi - À la MJC

Un art martial Afro-brésilien mêlant danse, acrobaties et musique, pour développer agilité, rythme et expression corporelle.

**20h15 à 21h30** 246€



### ESCALADE

Lundi - Au gymnase Jérôme  
Golmard à Brochon

**20h15 à 21h45** 264€

### INITIATION KARATÉ

Ados Adultes !

Lundi - Au Dojo Henry Pouilly

**19h00 à 20h00** 165€

### JUDO

Ados Adultes !

Mercredi - Au Dojo Henry Pouilly

**17h00 à 19h00** 264€

### PILATES

Jeudi - À la salle des fêtes  
à Chambolle-Musigny

**Débutant** 18h00 à 19h00 231€  
**Initié** 19h00 à 20h00 231€

### TAISO

Mercredi - Au Dojo Henry Pouilly

**19h00 à 20h15** 198€

### TECHNIQUE DE SELF DÉFENSE FÉMININ

Mardi - Au Dojo Henry Pouilly

**18h30 à 20h00** 231€

### YOGA

Jeudi - À la MJC

**17h30 à 18h45** 330€  
**19h00 à 20h15** 330€

### YOGA IFY SENIOR

Jeudi - À la salle des fêtes  
de Fixin

**10h15 à 11h30** 231€

## Expression artistique

### SCRAP. & CARTONNAGE

Ados Adultes !

Jeudi - À la MJC

**19h00 à 20h30** 231€

### CALLIGRAPHIE & LETTRAGE

Ados Adultes !

Mercredi - À la MJC

Vous apprendrez les bases de la calligraphie, comment dessiner et écrire à la plume de calligraphie. Apprentissage de différentes techniques de lettrage et de valorisation des mots.

**17h30 à 19h45** 231€

### COUTURE

Lundi - À la MJC

**14h00 à 16h00** 399€  
**16h30 à 18h30** 399€  
**19h00 à 21h00** 399€

### CROCHET & TRICOT

Ados Adultes !

Jeudi - À la MJC

Cette activité se déroule aux mêmes horaires que le créneau tricot pour ados afin de favoriser la transmission intergénérationnelle et le partage de pratiques.

**18h00 à 19h00** 231€



# Adultes (à partir de 16 ans)

## DANSES PLURIELLES

Samedi - À la MJC

Pratique inclusive de la danse sous toutes ses formes. L'atelier mélange les publics, les genres et les pratiques de danse.

**10h45 à 12h00** 231€

## LES BASES DU DESSIN

Ados Adultes !

Mardi - À la MJC

**17h00 à 18h30** 231€

## DESSIN PEINTURE

Mardi - À la MJC

**18h30 à 20h30** 330€

## ECRITURE

Ados Adultes !

Lundi - À la MJC

Venez vous exercer à mettre en mots un texte, une histoire, un rêve et partagez vos écrits avec les autres participants.

**17h15 à 18h30** 198€

## PATCHWORK

Vendredi - À la MJC

Assemblage artistique de morceaux de tissus.

**14h00 à 16h30** 84€



## POTERIE

Jeudi - À la MJC

Mélange de séances de création individuelles et de projets collectifs afin de découvrir la terre et les techniques pour la travailler.

**15h30 à 17h30** 348€  
**17h30 à 19h30** 348€  
**19h30 à 21h30** 348€

## THÉÂTRE ADULTE

Jeudi - À la salle Pillot

**19h15 à 20h45** 330€

## MOSAÏQUE

Mardi - À la MJC

**15h30 à 17h00** 264€

## PROJET !

### ENTRE DEUX PAGES

Jeudi - Gratuit - À la MJC

Venez échanger sur vos livres préférés autour d'un thé. Ici, pas d'animateurs, mais des passionné.es de lecture et de papote. Venez vous inspirer pour vos prochaines lectures.

**14h00 à 16h00 :**  
les 24/09, 22/10, 19/11 et 17/12

## Langues et expression

### ANGLAIS

Mardi - À la MJC

**Débutant** 18h00 à 19h30 231€  
**Conversation** 19h30 à 20h30 198€

### ITALIEN

Mercredi - À la MJC

**Intermédiaire / avancé**  
15h00 à 16h30 399€

**Conversation**  
16h30 à 18h00 399€

**Débutant / intermédiaire**  
18h00 à 19h30 399€

### INTRODUCTION AU LATIN

Ados Adultes !

Mercredi - À la MJC

Initiation fondée sur la méthode inductive contextuelle. L'apprentissage se fait à partir de textes accessibles, de situations concrètes et de supports visuels, permettant une immersion progressive dans la langue.

**14h00 à 15h00** 231€

### LANGUE DES SIGNES

Ados Adultes !

Lundi - À la MJC

Découverte des outils corporels (mains, yeux, visage, bras, corps...), maîtrise de l'espace, du rythme, du mouvement via des mises en situations ludiques et des échanges entre participants.

**Débutant** 18h00 à 19h30 198€



# UNE MJC POUR TOUS ET TOUTES

La MJC a pour vocation d'être ouverte à tous et toutes, d'être un lieu ressource, de découverte et d'émancipation.

Pour cela, elle agit pour favoriser :

- La mise en œuvre de projets diversifiés
- L'organisation d'événements culturels pour tous et toutes
- L'accueil et le partenariat avec des associations locales
- L'organisation d'activités hebdomadaires pour tous les âges et tous les goûts

## Un lieu ressource pour les associations et les habitants du territoire

La MJC met à disposition des espaces, des salles à plusieurs associations du territoire, favorisant ainsi la mixité, le vivre ensemble et le sens du collectif.



## Envie de partager votre savoir, votre passion ?

Réparation de vélos, création de meubles en palette, bricolage autodidacte, etc. Nous pouvons vous mettre à disposition un espace pour que vous puissiez partager vos compétences.

**Vous avez des idées pour animer la vie de l'association ?  
Venez nous en parler !!!**

## Remerciements

La MJC remercie la Communauté de communes de Gevrey-Chambertin & Nuits-Saint-Georges pour son soutien essentiel à la vie de l'association, mais aussi la Mairie de Nuits-Saint-Georges pour la mise à disposition de ses locaux et de salles d'activités, sans lesquelles elle ne pourrait pas exister.

Merci également au Département de Côte d'Or, à la Région Bourgogne-Franche-Comté, la MSA ou encore la CAF qui nous soutiennent dans nos projets.

Enfin, merci à la Fédération régionale des MJC de Bourgogne-Franche-Comté et à la Confédération des MJC de France qui nous accompagnent dans notre projet d'éducation populaire et qui œuvrent à valoriser, défendre, représenter et faire connaître nos actions.



