



**Saison  
2014-2015**

**MJC AVRILLE**

**Allée Georges Brassens**

**[www.mjc-avrille.asso.fr](http://www.mjc-avrille.asso.fr)**

**02.41.34.35.87**

**BOUGEZ**  
MOI LA NOC!



METAMORPHOSE

coiffure

Partenaire de votre

Image

AVRILLE

☎ 02 41 34 50 40



Transports scolaires, bourse départementale, collège numérique e-lyco...

**Une seule adresse pour toutes vos démarches !**

**e-anjou.fr**

*Anjou*  
COMUN. DÉPARTEMENTAL DE MAINE-ET-LOIRE

© 2012 Département de Maine-et-Loire

**Carrefour**  
*market*



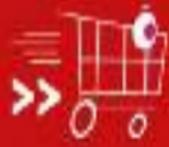
**PRESSE**

**Station  
Service**

24/24



facile, rapide  
et sur mesure :  
la livraison à domicile



**Distributeur  
de billets**



**Gaz**

**Photos  
d'identités  
agréés et  
conformes**

**Avenue Pierre Mendès France  
49240 AVRILLE**

**Tel. 02.41.18.86.86**

**Horaires - 8h45 / 19h30**

**Station Tram - ACACIAS**

**OUVERT  
le DIMANCHE MATIN  
9h - 12h**

**SARL STEFANDO**

# SOMMAIRE

Edito - Le mot de la Présidente	5
Nouveautés 2014-2015	6 à 7
La MJC ses objectifs et son fonctionnement	8 à 9
Danse	11 à 17
Théâtre-Chant-Musique	19 à 23
Bien-Etre	25 à 29
Jeux-Sports-Loisirs	31 à 34
Arts Manuels	35 à 39
Apprentissages et Connaissances	41 à 45
Infos Pratiques - Plan	46 à 47

## INSCRIPTIONS

16 juin de 17h-20h)  
à l'Espace Lino Ventura

6 septembre (10h-16h)  
au Centre Culturel G.Brassens

## PASSEPORT DECOUVERTE



Vous souhaitez  
découvrir une  
activité avant de  
vous inscrire

Alors munissez-vous  
de votre  
**PASSEPORT DECOUVERTE**

Naviguez à votre guise  
du 22 septembre au 03 octobre  
pour 10 euros \*

En vente à partir du 06 septembre 2014

\*En cas d'inscription, le montant de 10 euros sera déduit de votre inscription

# Edito - Saison 2014-2015

Bonjour et bienvenue à tous,

Vous l'avez reconnue : voici la plaquette du secteur Activités de la MJC.

La MJC, Maison des Jeunes et de la Culture fait partie du paysage culturel d'Avrillé depuis bientôt 50 ans, c'est dire !!!

Nous vous proposons un large éventail de pratiques en tout genre : Danse, depuis février dernier au sein de la toute nouvelle Maison de la Danse, Théâtre, Bien Etre, Chant, Guitare, Arts Manuels, Jeux, Sport-Loisirs, Apprentissages et Connaissances.

Nous vous laissons également découvrir les Nouveautés de la rentrée: Working Boxe, Coatching Déco, Fitness, Cuisine Ados...et Histoire environnementale.

Faites votre choix !

Et notez dans vos agendas la date du SAMEDI 6 SEPTEMBRE journée des INSCRIPTIONS dans le hall du Centre Culturel G.Brassens de 10h à 16h.

Vous trouverez bien sûr toutes ces données sur notre nouveau site Internet :

[www.mjc-avrille.asso.fr](http://www.mjc-avrille.asso.fr)

Pour rappel, la MJC, association loi 1901 est avant tout un Projet d'Education Populaire ouverte aux Enfants, Jeunes et Adultes au service de tous.

En pratiquant une ou plusieurs activités vous vous engagez, vous devenez adhérent.

Face aux dernières annonces municipales de restriction budgétaire drastique et de réorganisation du secteur Jeunesse ( cf site et presse ) notre slogan "**Bougez avec la MJC** "devient plus que jamais d'actualité. Soyez attentifs.

Bonne saison à tous.

Le Conseil d'Administration

# NOUVEAUTES 2014-2015

## WORKING BOXE

Combattre les calories tout en se libérant l'esprit. Le working boxe est une discipline sportive mélangeant la boxe et le full contact, combinée avec de la musique rythmée et le renforcement musculaire.

Ce sport intense a de multiples bienfaits : augmentation de la résistance, de l'endurance mais aussi d'autres qualités athlétiques telles que la puissance, la force, la souplesse, la détente ou bien encore la rapidité.

Lieu : **Maison de la Danse et La Chesnaie**

Intervenant : **Tarik ACHBANI**

Avrillé/Extérieurs

Adultes	jeudi 12h30 - 13h30	107 € / 120 €
Adultes	jeudi 19h00 - 20h00	107 € / 120 €

## Coaching- Art et Déco

Un thème différent est abordé à chaque séance. En terme de conseil de décoration. ex : la couleur (comment la travailler et la placer dans une pièce), la cuisine (comment l'aménager et l'optimiser), la salle bain (connaître les contraintes et les astuces d'aménagement), refaire la décoration de la chambre des enfants...

Puis dans la même séance, une deuxième partie est plus basée sur de la pratique.

Lieu : **Centre Georges Brassens**

Intervenante : **Estelle GOURRICHON**

	Jours Horaires	Avrillé / Extérieurs
adultes	mardi 19h00 - 21h00	110 € / 122 €
adultes	jeudi 9h30 - 11h30	110 € / 122 €

10 séances - le 3ème mardi et jeudi du mois

## Fabrication de maquettes -Astronomie

La fabrication et la manipulation de maquettes didactiques , les schémas clairs et photos issues des plus grands télescopes illustrant nos propos seront mis à l'honneur.

Chaque 2ème mardi du mois.

Lieu : **La Chesnaie**

Intervenant : **Ciel d'Anjou**

	Jours Horaires	Avrillé / Extérieurs
Enfants-Ados	Mardi 18h00-19h30	84 € / 92 €

# NOUVEAUTES 2014-2015

## Loisirs créatifs

Se laisser guider et faire preuve de créativité. Cet atelier te permettra de découvrir toutes les nouveautés et les grands classiques du loisirs créatifs : bijoux, pâte Fimo, tressage, encadrement, scrapbookink, cartonnage, couture...

Lieu : **Espace Jeunesse**

Intervenante : **Lucie MELCHIADE**

Avrillé/Extérieurs

13-16 ans      mercredi 14h00 - 15h30      100 € / 113 €

20 séances selon calendrier

## Cuisine Ados

Devenir un top chef junior c'est possible. Au programme entrée ou dessert, à chaque cours une technique ou un produit spécifique. Le plus de l'atelier sera de déguster son plat après l'atelier.

Sur certaines séances, un chef cuisto ou pâtissier interviendra.

Lieu : **Espace Jeunesse**

Intervenante : **Lucie MELCHIADE**

Avrillé/Extérieurs

13-16 ans      samedi 11h00-13h00      90 € / 105 €

12 séances selon calendrier

## Histoire Environnementale

L'histoire environnementale est née aux Etats-Unis dans les années 60 en lien avec l'activisme politique. Elle peut se définir comme l'interaction entre l'histoire des êtres humains et le reste de la nature.

Thématiques abordées : "L'éruption du Laki (1783-1784) : une catastrophe climatique et sanitaire". Ancien monde et Nouveau monde : le choc biologique. Razzia! morues, harengs et baleines (XV - XXI éme siècle). Armes chimiques et insecticides : une histoire mêlée (1914-1962), ...etc

Lieu : **Centre Georges Brassens**

Intervenant : **Vincent GUERIN**

Avrillé / Extérieurs

Adultes      lundi 19h00 -20h30      135 € / 152 €

15 séances tous les 15 jours

# LA MJC...fonctionnement

La MJC est une association d'éducation populaire. Ses objectifs sont de contribuer, par une éducation émancipatrice tout au long de la vie à l'accès à la culture et à l'émergence d'un monde solidaire.

## Son projet s'appuie sur cinq axes fondateurs :

**1. L'Utilité éducative :** La MJC favorise l'épanouissement et l'ouverture au monde par des activités qui donnent les moyens d'apprendre, de comprendre, de proposer et d'agir...

**2. L'Utilité culturelle :** La MJC développe par l'action culturelle, la volonté de toujours donner du sens aux activités...

**3. L'Utilité sociale :** la MJC développe une activité de construction sociale et solidaire dans le sens de l'intérêt général...

**4. L'Utilité démocratique :** la MJC contribue à l'émergence de la responsabilité parmi les adhérents et les habitants, en associant le plus possible les adhérents...

**5. L'Utilité économique :** la MJC est aussi un employeur du réseau de l'économie sociale et solidaire...(80 salariés, 17 ETP).

La MJC est constituée d'un Conseil d'Administration qui représente les adhérents et prend les décisions qui régissent et guident la vie de l'association.



**De g à dr et au 1<sup>er</sup> rang-assis :** Martine Rousseau-Gourdon, Fadila Guerfi, Corinne Martel (Secrétaire-adjointe), Christine Vigneaud (Vice-Présidente), Christiane Beaulieu  
**au 2<sup>ème</sup> rang-debout :** Marie-Christine Carpentier (vice-Présidente), Jean-François Leboucher (Secrétaire), Chantal Clodic (Trésorière), Monique Chansel (Présidente),

**au 3<sup>ème</sup> rang :** Séverine Cros, Béatrice Lanfrey, Anne-Cécile Costérigent, Ysabelle Chelloul, Jean-Denis Moguer (Vice-Président), Jacques Villard,

Absente sur la photo : Sandra Le Roux

# LA MJC...fonctionnement

## L'équipe de salariés de la MJC



Dominique Coquelet  
Directeur



Helena SOCHARD  
Resp.Enfance-Famille



Caroline Baton  
Resp.Secteur Jeunesse



Isabelle Réau  
Comptable



Marc Royer  
Resp.Secteur Activités



Catherine Genuist  
Accueil-Administration



Lucie Melchiade  
Animatrice Jeunesse



Edith Blouin  
Animatrice Jeunesse-PJ



Corinne Emmanuella  
Agent d'entretien



Charlotte Fillion  
Animatrice Stagiaire  
- BPJEPS

**SIROPS**  
**GIFFARD**  
DEPUIS 1883

Les Sirops Giffard,  
l'authentique goût du fruit.

Une gamme de 65 parfums à déguster  
allongés d'eau ou en cocktails.

En vente à la Boutique Giffard du mardi au vendredi de 14h à 18h.  
Chemin du Bocage - ZA La Violette - 49140 Avrillé

[www.giffard.com](http://www.giffard.com)



**EXPERT AD**

## **GARAGE FOURRIER**

10 allée Yolaine de Kepper  
49240 Avrillé

Standard :02 41 34 68 29

garagefourrier@wanadoo.fr

[www.ad-auto.fr](http://www.ad-auto.fr)

**AD, LA BONNE IDEE POUR L'ENTRETIEN DE VOTRE AUTO**

# Azur COIFFURE

## **Horaires d'ouverture**

Mardi 9h-12h:14h-19h

Mercredi 9h-12h:14h-19h

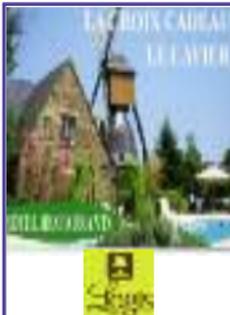
Judi 9h-12h:14h-19h

Vendredi 9h-19h/ Non stop

Samedi 8h30-16h30/ Non stop

12 B avenue P.Mendès France 49240 AVRILLE

**02 41 72 02 78**



## **Hôtel \*\* NN**

Séminaires - Piscine

**02 41 42 30 45**

## **Restaurant - Brasserie**

La Croix Cadeau

**02 41 42 33 57**

**Restaurant Le Cavier** (dans le Moulin)

**02 41 42 36 82**

2, Route Nationale 162 - 49240 AVRILLE

Fax 02 41 42 40 32

Site : [www.lacroixcadeau.fr](http://www.lacroixcadeau.fr)

mail : [lecavier@lacroixcadeau.fr](mailto:lecavier@lacroixcadeau.fr)

**RN** RÉSERVE NATURELLE

Cosmétiques - Bijoux fantaisie  
- Accessoires de mode -

Boutique Réserve Naturelle  
02.41.87.18.68

48 Rue St Julien  
49100 ANGERS



# Danse

Eveil à la Danse

Danse Moderne

Danse Classique

Danse Contemporaine

Danse Modern Jazz

Danse Hip-Hop

Danse Orientale

Danse en Ligne

Danse Salsa

Rythme et mouvements

Danse Zumba

Danse Bien Etre

Capoera

## Eveil à la Danse Moderne

Des cours de danse qui permettent le développement moteur de l'enfant, basé sur le travail de la latéralisation, de la maîtrise de l'espace et de l'expression artistique. L'apprentissage des fondamentaux se fait sous une forme ludique et permet de créer des chorégraphies imagées, le tout en musique.



Lieu : Maison de la Danse

Intervenante :

Christine CARTREAU

Avrillé / Extérieurs

05-06 ans	mercredi	10h00-11h00	144 € / 159 €
04-06 ans	mercredi	16h15-17h15	144 € / 159 €

## Danse Moderne

S'adresse à tous les enfants qui dans leur environnement personnel s'amuse à créer des petites chorégraphies.



Le travail de l'espace, les assouplissements, le placement du corps, ainsi que les pas de danse plus élaborés permettront de leur donner des pistes pour réussir. Il ne s'agit pas toujours de reproduire ce que fait l'enseignant,

mais de créer par soi-même et de donner une image expressive à la danse.

Lieu : Maison de la Danse

Intervenante :

Christine CARTREAU

Avrillé / Extérieurs

08-10 ans	mercredi	11h00-12h00	144 € / 159 €
07-09 ans	mercredi	13h00-14h00	144 € / 159 €
06-08 ans	mercredi	14h00-15h00	144 € / 159 €

# DANSE

## Danse Contemporaine

La Danse Contemporaine est souvent qualifiée d'intellectuelle, monotone et même ennuyeuse. Mais il existe autant de Danse Contemporaine que de professeurs.

Dans le cas présent, une base importante de technique, agrémentée du travail de l'espace, d'une dynamique et d'une gestuelle moderne permettent de créer des chorégraphies souvent ludiques et toujours expressives.



Lieu : Maison de la Danse

Intervenante : **Christine CARTREAU**

Avrillé / Extérieurs

12 - 14 ans	mercredi	15h00-16h15	147 € / 166 €
09 - 10 ans	mercredi	17h15-18h15	144 € / 159 €
14 - 16 ans	mercredi	18h15-19h45	156 € / 172 €
Adultes	jeudi	12h15-13h30	197 € / 219 €
11 - 13 ans	jeudi	17h15-18h30	147 € / 166 €
13 - 15 ans	jeudi	18h30-19h45	147 € / 166 €
16 - 17 ans	jeudi	19h45-21h15	156 € / 172 €
Adultes *	jeudi	19h45-21h15	212 € / 238 €

\* plus de 18 ans

## Danse Zumba

“Zumba” est un cours qui mélange des rythmes latinos (salsa, merengue, reggeaton, cumbie) et des mouvements faciles à suivre pour créer un entraînement différent.

Les chorégraphies suivent par intervalles : rythmes lents, rapides, qui s'enchaînent...permettant ainsi de sculpter son corps et d'affiner sa silhouette tout en s'amusant !

Lieu : La Chesnaie\* - Maison de la Danse-Espace Jeunesse\*\*

Intervenante : **Pauline ORSOLA**

Avrillé/Extérieurs

14 - 17 ans*	mardi	18h15 - 19h15	90 € / 102 €
Adultes *	mardi	18h15 - 19h15	107 € / 120 €
Adultes *	mardi	19h15 - 20h15	107 € / 120 €
Adultes	mercredi	19h15 - 20h15	107 € / 120 €
Adultes	mercredi	20h15 - 21h15	107 € / 120 €
13 - 16 ans **	jeudi	18h00 - 19h00	90 € / 102 €

# DANSE

## Danse Classique



La danse classique, une esthétique et une tradition.

Née au 17<sup>ème</sup> siècle, elle fait encore rêver bien des petites filles, mais aussi des jeunes garçons.

Mémoire vivante, la danse classique d'aujourd'hui nous offre une pratique

corporelle approfondie et une expression artistique très large. Sa relation spécifique à l'espace et à la musique favorise l'épanouissement et la créativité des petits et des grands.

**Lieu :** Maison de la Danse

**Intervenante :** Sylvie DAUPHINOT

Avrillé / Extérieurs

Eveil 4-6 ans	mardi	17h15-18h00	115 € / 130 €
Initiation 6-8 ans	mardi	18h00-19h00	144 € / 159 €
Débutant 2ème année	mardi	19h00-20h15	147 € / 166 €
Débutant 1ème année	samedi	14h45-16h00	147 € / 166 €
Classique avancé	samedi	16h00-17h45	165 € / 186 €

## Danse Hip-Hop

Danse rythmée basée sur la connaissance du corps, elle est libre et toujours à la recherche de l'innovation. Le break, le locking et le smurf ne demandent qu'à repousser ses limites, persévérance et motivation sont indispensables.



**Lieu :** Maison de la Danse

**Intervenant :** Chan PLONG

Avrillé / Extérieurs

08-10 ans Débutants	jeudi	17h00 -18h00	144 € / 159 €
10-14 ans initiés I	jeudi	18h00 -19h30	156 € / 172 €
10-12 ans Initiés	vendredi	17h15 -18h45	156 € / 172 €
13-16 ans initiés	vendredi	18h45 -20h15	156 € / 172 €
ados avancés	vendredi	20h15 -21h45	156 € / 172 €
adultes avancés	vendredi	20h15 -21h45	212 € / 238 €

## Danse Modern Jazz

Apprentissage des techniques, des placements du corps et du déplacement dans l'espace. Un travail sur le rythme, la dynamique du mouvement.

Improvisation et création d'une chorégraphie dans un style moderne-jazz sur des musiques très variées : musiques du monde, percussions, variétés, jazz, classique...

Lieu : Maison de la Danse

Intervenante : **Angélique GUITTER**

Avrillé / Extérieurs

08-10 ans	lundi	17h00-18h00	144 € / 159 €
13-15 ans	lundi	18h00-19h15	147 € / 166 €
16-18 ans	lundi	19h15-20h45	156 € / 172 €
adultes	lundi	20h45-22h15	212 € / 238 €
10 -12 ans	mardi	18h00-19h15	147 € / 166 €
14 -16 ans	mardi	19h15-20h45	156 € / 172 €
adultes avancés	mardi	20h45-22h15	212 € / 238 €

## Danse en ligne

Cette danse née au Québec dans les années 60 s'appelait "Santé-Danse". C'est une danse qui se pratique sans partenaire, sur des musiques de danse de salon (rumba, tango, quick, step, disco) que nous exécutons tous en ligne.

Elle stimule la mémoire et favorise l'esprit de convivialité et de socialisation. **"Pour être bien dans sa tête, il faut se sentir bien dans son corps"**.



Lieu : Maison de la Danse

Intervenante : **Catherine HUET**

Avrillé / Extérieurs

Avancés	mardi	20h15 -21h45	107 € / 121 €
Avancés	mercredi	13h00 -14h30	107 € / 121 €
Débutants	mercredi	18h15 -19h15	78 € / 107 €

## Danse Salsa

Venez apprendre à danser la salsa sur des morceaux endiablés Latino-Américain.

Cours accessibles à tous, pas de niveaux requis.

Lieu : Centre George Brassens

Intervenante : **Sabrina CHARLES**

Avrillé / Extérieurs

adultes	jeudi	20h00 -21h30	212€ / 238 €
---------	-------	--------------	--------------

## Danse Orientale Egyptienne

La danse Egyptienne, dite orientale, est basée sur l'isolation des différentes parties du corps et une mobilisation importante du bassin. Cet art envoûtant développe l'expression de la féminité et la confiance en soi; il permet aussi un travail de renforcement musculaire et d'amélioration de la posture.



Lieu : Maison de la Danse

Intervenante : **Anne-Gaëlle LE BIHAN**

Avrillé / Extérieurs

16 ans déb+initiés	mercredi	20h00 -21h30	156 € / 172 €
--------------------	----------	--------------	---------------

adultes déb+initiés	mercredi	20h00 -21h30	212 € / 238 €
---------------------	----------	--------------	---------------

## Danse Capoeira - Baby Capoeira

La capoeira est un art martial brésilien créé par les esclaves au Brésil aux alentours des années 1530. Pratiqué sans limite d'âge, c'est une lutte sous forme de danse qui a pour objectifs : de travailler la souplesse, l'éducation sportive et l'esprit de groupe.

Lieu : Maison de la Danse

Intervenant : **Mestre Tato**

Avrillé / Extérieurs

05 - 08 ans	vendredi	17h00 -18h00	144 € / 159 €
-------------	----------	--------------	---------------

08 - 13 ans	vendredi	18h00 -19h15	147 € / 166 €
-------------	----------	--------------	---------------

# DANSE

## Danse Bien-Etre

15 séances

Envie de bulle pour se ressourcer et se retrouver. Venez découvrir une activité de bien être originale : dansez librement en toute simplicité, en exprimant votre personnalité. Pas de chorégraphie imposée mais juste le plaisir de bouger, de laisser le corps s'exprimer sur des musiques variées. La danse bien être favorise la détente, la confiance en soi, le lâcher prise et la relation aux autres.

Lieu : Maison de la Danse

Intervenante: Karine GOUIN

Avrillé / Extérieurs

Adultes ts niveaux lundi 09h30 -10h45 100 € / 113 €

Adultes ts niveaux vendredi 19h30 -20h45 100 € / 113 €

## Rythme et Mouvements

Garder souplesse et énergie même en avançant en âge, c'est possible grâce au cours "Rythme et mouvements". Ce cours, toujours en musique et en rythme se déroule sur 24 séances. A base d'étirements doux, du travail de la mémorisation, de l'espace et de la latéralisation. S'adaptant à chacun, il permet par de petits enchaînements simples de faire travailler la coordination et l'équilibre dans une ambiance conviviale. Venez l'essayer !!!

24 séances

Lieu : Maison de la Danse

Intervenante : Christine CARTREAU

Avrillé / Extérieurs

Adultes jeudi 10h00 -11h15 115 € / 130 €



## danses&plage

19 rue Saint Julien  
49100 Angers

02.41.20.10.08  
www.dansesetplage.fr



articles de danse classique, jazz, contemporain,  
claquettes, flamenco, danse de salon,  
danse en ligne,

fitness, zumba, pilates, yoga, gym...

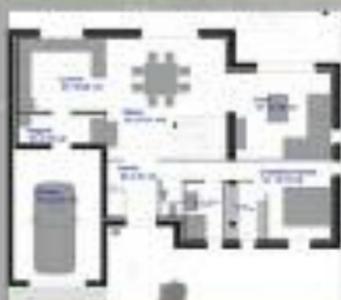
maillots de bain plage et piscine

# Céline Création MAISON

06.03.74.31.25  
www.2cmaison.com  
celine@2cmaison.com



Vous souhaitez  
Agrandir  
construire



Décorer  
Rénover  
Réaménager



Dessignons ensemble votre projet

# Pratiques Théâtrales Vocales Musicales

**Théâtre enfants**

**Théâtre ados**

**Théâtre adultes**

**Création - Ozéphir Théâtre**

**Chant adultes**

**Chorale Enfants**

**Guitare Enfants-Jeunes**

**Guitare Adultes**

**Percussions**

# THEATRE

## Théâtre enfants

Au travers d'activités ludiques et d'exercices théâtraux, ces ateliers ont pour objectifs de développer les capacités d'expression des enfants et de canaliser leur énergie artistique.



Lieu : La Chesnaie

Intervenantes :

Fabienne BOURGET

Virginie PICARD - Pauline COUANON

Avrillé/Extérieurs

08 - 11 ans	lundi	17h15-18h45	156 € / 172 €
07 - 09 ans	mercredi	14h00-15h30	156 € / 172 €
10 - 12 ans	mercredi	15h30-17h00	156 € / 172 €
11 - 13 ans	vendredi	17h15-18h45	156 € / 172 €

## Théâtre ados

Réaliser un spectacle sera le but poursuivi. Recherche du spectacle, mise en scène, montage et répétition : programme de l'année en théâtre.

Lieux : La Chesnaie - Espace Jeunesse

Intervenantes :

Fabienne BOURGET

Virginie PICARD - Pauline COUANON

Avrillé/Extérieurs

13 - 15 ans	lundi	18h45-20h15	156 € / 172 €
13 - 17 ans (Esp.jeunesse)	mercredi	17h30-19h00	156€ / 172 €
14 - 18 ans	vendredi	18h45-20h15	156€ / 172 €



# THEATRE - CHANT

## Théâtre L'Atelier

L'atelier adulte a pour objectif de développer les capacités d'expression de tous au travers d'exercices :

**1ère période** : S'initier et approfondir les techniques de base, l'improvisation,

**2ème période** : choix d'un thème, jeu et mise en scène des textes choisis qui seront présentés en fin d'année.

Lieu : La Chesnaie

Intervenante : Fabienne BOURGET

Avrillé/Extérieurs

Adultes                      lundi    20h30-22h30                      231 € / 258 €

## Ozéphir Théâtre

Arlequin d'Or au Festival de Cholet en 2013 : Venez rejoindre la troupe "Ozéphir Théâtre". Choisir et monter une pièce : un vrai tourbillon, une aventure humaine exceptionnelle. Travail sur les personnages, répétition, décors et costumes...

Lieu : La Chesnaie

Intervenante : Fabienne BOURGET

Avrillé/Extérieurs

Adultes                      vendredi    20h30-22h30                      231 € / 258 €

## Chant Chorale Enfants "Moi je chante"

L'atelier s'adresse aux jeunes âgés de 7 à 14 ans. Seuls l'envie et le plaisir de chanter sont nécessaires.

Tout au long de l'année, les jeunes auront plaisir à découvrir, à apprendre, à interpréter des chants puisés dans la variété française. une partie du cours sera consacré aux exercices rythmiques avec utilisation de claves, oeufs sonores, tambourins, triangles...



Les jeunes qui le désirent pourront travailler leur voix pour faire des solos, des duos. L'accompagnement se fait à partir de bandes musicales.

Lieu : Centre Georges Brassens

Intervenante : Tinou LEGRAND

Avrillé / Extérieurs

7-14 ans                      mercredi    17h00-18h15                      54 € / 60 €

# CHANT- GUITARE

## Guitare enfants-jeunes-adultes

Cette activité s'adresse à tous ceux qui désirent s'initier ou se perfectionner dans la pratique de la guitare. L'apprentissage comprend : pratique individuelle et collective, techniques diverses et sensibilisation à différents styles (folk, classique, jazz, électrique...), lecture musicale, notions d'harmonie et écoute de morceaux... Les cours d'une heure regroupent les participants ( 4 ) par âge et par niveau.



**Lieux :** Espace Jeunesse

**Intervenant :** Florent CORVAISIER

Avrillé / Extérieurs

8-10 ans-2 <sup>ème</sup> année	lundi	17h15-18h15	323 € / 361 €
11-12 ans-2 <sup>ème</sup> année	lundi	18h15-19h15	323 € / 361 €
Ados-2/3 <sup>ème</sup> année	lundi	19h15-20h15	323 € / 361 €
8-10 ans-2 <sup>ème</sup> année	mardi	17h15-18h15	323 € / 361 €
12-13 ans-2 <sup>ème</sup> année	mardi	18h15-19h15	323 € / 361 €
7-9 ans débutants	mercredi	13h30-14h30	323 € / 361 €
9-11 ans débutants	mercredi	14h30-15h30	323 € / 361 €
11-13 ans débutants	mercredi	15h30-16h30	323 € / 361 €
8-10 ans-3 <sup>ème</sup> année	mercredi	17h00-18h00	323 € / 361 €
11-12 ans-3 <sup>ème</sup> année	mercredi	18h00-19h00	323 € / 361 €
15-17 ans débutants	mercredi	19h00-20h00	323 € / 361 €
13-17 ans-4 <sup>ème</sup> année	jeudi	18h15-19h15	323 € / 361 €
Ados-4 <sup>ème</sup> année	jeudi	19h15-20h15	323 € / 361 €
Adultes 3 <sup>ème</sup> année	lundi	20h15-21h15	343 € / 383 €
11-12 ans 2/3 <sup>ème</sup> année	mardi	19h15-20h15	323 € / 361 €
Adultes 2 <sup>ème</sup> année	mardi	20h15-21h15	343 € / 383 €
Adultes Débutants	mercredi	20h00-21h00	343 € / 383 €
Adultes 4 <sup>ème</sup> année	jeudi	19h15-20h15	343 € / 383 €

 **ottofond**

Z.I des Landes - Rue Paul Langevin  
**49240 AVRILLE**

# PERCUSSIONS

## Percussions

Stage sur 10 séances

Djembé, Kenkéni, Sangban et Doulnoumba viendront rythmer vos séances. De nombreux projets musicaux verront le jour: animations locales, rencontres avec d'autres percussionnistes, collaboration avec d'autres activités...

Lieu : Espace Jeunesse

Intervenant : **David N'DIAYE**

Avrillé / Extérieurs

Ados samedi 10h00-11h30 95 € / 107 €

## Chant

Ce cours permet de perfectionner sa technique vocale et rythmique. Travail sur l'harmonie, le duo.

Apprentissage du chant sur bande-son.

Deux groupes d'une dizaine de personnes seront constitués selon les effectifs inscrits.



Lieu : Chêne Fournier

Intervenant : **François PICARD**

Avrillé / Extérieurs

Adultes mardi 20h00-21h30 212 € / 238 €



**RENAULT**  
à AVRILLÉ



**Nicolas  
DESLANDES**

**Didier  
ROTH**

- Ventes véhicules neufs & occasions toutes marques
- Réparations toutes marques
- Service Rapide
- Mécanique / Carrosserie / Peinture

**Tél. : 02 41 34 36 36**

AAS - 22 avenue Pierre Mendès France - 49240 AVRILLE



13 Place Bichon - 49100 ANGERS 02 41 87 63 10  
[www.boulangerie-delaunay.fr](http://www.boulangerie-delaunay.fr)



**Pascal MORIN - Matthieu CESBRON -  
 Guillaume FALLOURD - Marie-Lore TREFFOT**  
**Notaires Associés**  
 40, avenue Pierre Mendès France - Résidence du Golf -BP 30125  
 49243 AVRILLE Cedex - Tél : 02 41 34 55 31  
[www.avrille-notaires.fr](http://www.avrille-notaires.fr)  
 Office notarial certifié ISO 9001 version 2008 pour l'ensemble de ses activités



entrée, bureau, salon avec poêle à bois, salle à manger, cuisine avec coin repas, WC, buanderie avec douches, cave.

A l'étage : palier, cinq chambres, salle de bains avec WC, salle d'eau avec douches. Grenier  
 Chauffage central gaz par le sol.

**Vends AVRILLE très belle maison de maître, édifée sur terrain de 1442 m<sup>2</sup> comprenant :**

**Avrillé**  
**500 000 €**

**JURISDEE**

# Bien-Etre

**Fitness**

**Stretching**

**Tai Chi Chuan**

**Hata Yoga**

**Sophrologie**

**Qi Gong**

**Estime de Soi**

**Soin de Soi**

# BIEN ETRE

## Yoga

Apprenez à vous relaxer et à libérer votre esprit grâce à des exercices respiratoires et physiques, des postures adaptées à vos capacités de manière à vous sentir à l'aise dans l'effort.

La pratique régulière équilibre force et souplesse du corps et améliore le fonctionnement des organes internes.

Lieu : Centre Georges Brassens

Intervenants : Daniel GUERY

Marylène BUFFET

Avrillé / Extérieurs

Yoga doux et débutants	mardi	10h00 - 11h15	197 € / 219 €
Adultes ts niveaux	mardi	15h15 - 16h30	197 € / 219 €
Adultes ts niveaux	mardi	18h20 - 19h35	197 € / 219 €
Adultes initiés	mardi	19h40 - 20h55	197 € / 219 €
Adultes débutants	jeudi	18h30 - 19h45	197 € / 219 €
Adultes débutants*	mercredi	16h00 - 17h15	197 € / 219 €
Adultes initiés*	mercredi	17h15 - 18h30	197 € / 219 €
Adultes intermédiaires*	mercredi	18h45 - 20h00	197 € / 219 €
Adultes initiés*	mercredi	20h15 - 21h30	197 € / 219 €

## Sophrologie

L'atelier de sophrologie vous propose d'insérer dans votre quotidien, un travail corporel allié à l'expérience du souffle, du ressenti et de la relaxation. Prendre un temps pour soi pour libérer les tensions du corps, activer son énergie et renforcer la confiance en soi. La sophrologie est une méthode de relaxation efficace pour gérer le stress.

Réunion info : lundi 22 sept à 18h30

20 séances

Lieu : Centre Georges Brassens

Intervenante : Sophie NICOLO

Avrillé / Extérieurs

Adultes débutants	lundi	18h30 - 19h30	132 € / 148 €
Adultes initiés	lundi	19h30 - 20h30	132 € / 148 €

## Qi Gong

Littéralement “travail sur le souffle”. Cette technique, longtemps restée secrète existe depuis plusieurs millénaires. Elle permet d’harmoniser et de coordonner la respiration, le mouvement, l’activité mentale.

Le style pratiqué est le Dao Yin Yang Sheng Gong créé par le Professeur ZHANG Guangde. Les enchaînements composés de mouvements lents, doux, harmonieux sont accompagnés d’une musique traditionnelle chinoise. Cette technique convient à des pratiquants de tous âges.

Lieu : Maison de la Danse et Espace Lino Ventura

Intervenante : **Marie-Josée JUSTIN**

Avrillé / Extérieurs

Adultes	mardi	17h00 - 18h30	57 € / 63 €
Adultes	mardi	18h45 - 20h15	57 € / 63 €
Adultes	jeudi	09h00 - 10h30	57 € / 63 €
Qi gong Assis	jeudi	10h45 - 11h45	47 € / 53 €

Stages 8-9-10-11 novembre 2014 dirigé par ZHANG Jian dit Wakalin

**Samedi 08/11 - 9h/12h** : Nourrir le sang, tonifier l’Energie pour maintenir la longévité

**Dimanche 9/11 9h/12h - 14h30/17h30** : Harmoniser l’ estomac et renforcer la rate 2ème forme

**Lundi 10/11 - 9h/12h** : Harmoniser l’ estomac et renforcer la rate 2ème forme

**Lundi 10/11 - 13h45/16h45** : Tonifier le poumon, renforcer l’ Energie

**Mardi 11/11 - 9h/12h - 14h30/17h30** : Tonifier le poumon, renforcer l’ Energie

Programme détaillé et tarifs au secrétariat de la MJC



# BIEN ETRE

## Fitness

Envie de bouger, de se déplacer...ce cours est pour vous !!  
Au travers d'un parcours training en intérieur comme en extérieur. Vous pourrez entretenir et développer votre capacité physique.

Ce cours vous permettra d'améliorer les qualités d'endurance d'aérobie et de coordination par l'apprentissage d'une chorégraphie cadencée, très ludique amusement garanti !

Lieu : La Chesnaie      Intervenant : Tarik Achbani

Avrillé / Extérieurs

Adultes	mardi 10h30 - 11h30	107 € / 120 €
---------	---------------------	---------------

## Renforcement musculaire et Stretching

Le cours de renforcement musculaire sera basé sur le bas du corps. Renforcement de la ceinture abdominale (ventre et taille), des fessiers et des jambes (quadriceps, adducteurs)

Stretching : Cours d'étirement pour augmenter la mobilité articulaire et la souplesse.

Lieu : La Chesnaie      Intervenant : Tarik Achbani

Avrillé / Extérieurs

Adultes	mardi 09h30 - 10h30	107 € / 120 €
---------	---------------------	---------------

Adultes	mardi 20h15 - 21h15	107 € / 120 €
---------	---------------------	---------------

## Tai Chi Chuan

Le tai-chi-chuan, art martial basé sur l'équilibre entre force et faiblesse, fermeté et souplesse, est une discipline corporelle d'origine chinoise comportant un ensemble de mouvements continus et circulaires exécutés avec lenteur et précision dans un ordre préétabli. Le tai-chi-chuan entretient la souplesse du corps, stimule le fonctionnement des organes vitaux et retarde les effets du vieillissement.

Lieu : La Chesnaie

Intervenante : **Danièle PANHELLEUX**

Avrillé / Extérieurs

Adultes débutants	mercredi 18h30 - 19h45	197 € / 219 €
-------------------	------------------------	---------------

Adultes initiés	mercredi 19h45 - 21h00	197 € / 219 €
-----------------	------------------------	---------------

## Soin de Soi

**Conférence**

### Les produits cosmétiques

Du rêve à la réalité...

Faut-il mettre de la crème sur la peau ?

Que pensez-vous des produits anti-âge ?

Qu'est-ce qu'un bon produit de soin ,

15 septembre à 19h00  
Maison Quartier de La Dézière  
Tarif : 3 €

Prendre soin de sa peau de manière simple ET efficace !  
Confection de préparations naturelles et apprentissage de techniques simples pour le soin de soi.



Lieu : Maison de quartier La Dézière

Intervenante : **Véronique MARTIN-CRASNIER**  
Bio Esthéticienne

Avrillé / Extérieurs

Adultes	lundi	16h30 - 18h00	297 € / 333 €
Adultes	lundi	18h15 - 19h45	297 € / 333 €

## Estime et Découverte de Soi

La perception et la relation à son être. Dévoiler ses atouts, reconnaître sa valeur, comment refléter sa personnalité, son potentiel. Bien communiquer, gagner en présence, en assurance. Créer la synergie entre sa perception et celle des autres, mon corps et moi, comment aborder le stress et s'adapter, retrouver de l'énergie. Apprentissage de techniques de bien-être variés.

Lieu : Centre Georges Brassens - MQ La Dézière\*

Intervenante: **Marylène BECKER**  
esthéticienne ,énergéticienne  
coach en techniques de bien être, maître REIKI

Avrillé / Extérieurs

Adultes débutants *	mardi	19h00 -20h30	132 € / 148 €
Adultes initiés	jeudi	10h30 -12h00	132 € / 148 €
Gestion du Stress (4-11 octobre)		9h30-12h30	52 € / 59 €
Confiance en soi (22-29 novembre)		9h30-12h30	52 € / 59 €
Gestion de conflits (7-14 mars)		9h30-12h30	52 € / 59 €



**Δ Clinique Saint-Joseph : 02 41 47 71 71**

**Δ Clinique Saint-Léonard : 02 41 41 73 73**

**Δ Centre de soins de suite Saint-Claude  
02 41 20 55 20**

**Δ Centre de la Main : 02 41 86 86 41**

VILLAGE SANTE ANGERS LOIRE

[www.villagesante.org](http://www.villagesante.org)

18, Rue Bellinière - 49800 Trélazé

# Jeux-Sports-Loisirs

Figurines

Jeux de Simulations

Manga

Baby Judo et Judo Loisirs

Randonnée

Echecs

# JEUX-SPORTS-LOISIRS



## Figurines

Les jeux de figurines se déroulent bien souvent dans des univers imaginaires non contemporains, similaires à ceux des jeux de rôle (univers fantastiques ou de science-fiction).

Il existe un grand nombre de jeux différents mettant en scène des batailles imaginaires entre des créatures inspirées soit d'un univers médiéval fantastique, semblable à celui du "Seigneur des anneaux", soit d'un univers futuriste, semblable à "La Guerre des étoiles".

Lieu : La Chesnaie

Avrillé / Extérieurs

A partir de 10 ans samedi 14h00 - 16h00 12 € / 14 €

## Jeux de Simulations

Des jeux qui simulent une réalité d'une façon plus ou moins abstraite selon des règles préétablies. Nous vous proposons des jeux de plateaux, des jeux de rôles et des jeux informatiques.

Lieu : La Chesnaie

Avrillé / Extérieurs

Adultes vendredi-samedi dès 20h00 15 € / 18 €

12-17 ans samedi 14h00 - 19h00 12 € / 14 €

## Manga

Le manga est d'origine japonaise, il trouve ses origines dans la période Nara, avec l'apparition des premiers rouleaux peints. Il symbolise la bande dessinée japonaise. Création de dessin à partir d'une histoire fictive.



Lieu : Centre G.Brassens et Espace Jeunesse\*

Intervenante : Amandine ROUX

25 séances

Avrillé / Extérieurs

08-12 ans samedi 10h30 - 12h00 163 € / 178 €

12-17 ans \* samedi 14h00 - 15h30 163 € / 178 €

# JEUX-SPORTS-LOISIRS

## Echecs



C'est dans une ambiance détendue et conviviale qui avec une méthode novatrice, vous découvrirez le déplacement des pièces du jeu des rois (les échecs). A suivre tout au long de l'année : tournois internes avec remise de trophées (diplômes, coupes et médailles...) dans un environnement amical et hors esprit de compétition..

Lieu : La Chesnaie

Intervenant : **Paul COGNIARD**

Avrillé / Extérieurs

06-17 ans	samedi 14h00 - 16h00	55 € / 61 €
Adultes	samedi 14h00 - 16h00	60 € / 66 €

## Baby Judo et judo loisirs

Initiation au judo pour les enfants à partir de 4 ans sous une forme ludique.

Le judo, une pédagogie aux entraînements progressifs, une découverte de l'opposition dans un environnement

éducatif avec l'apprentissage de valeurs sociales. Les pratiquants sont licenciés auprès de la Fédération Française de Judo.



Lieu : Stade Auguste Delaune (Dojo)

Intervenant : **Jean-René TRUMEAU (B.E. Etat)**

Avrillé / Extérieurs

2009-2010	mercredi 10h30 - 11h30	130 € / 147 €
2007-2008	mercredi 13h00 - 14h00	157 € / 170 €
2005-2006	mercredi 14h00 - 15h15	157 € / 170 €
2004 et plus	mercredi 15h00 - 16h00	157 € / 170 €

\*licence FFJ comprise 34 €

# JEUX-SPORTS-LOISIRS

## Randonnée pédestre

Venez rejoindre le groupe de randonnée pédestre de la M.J.C !  
Les parcours seront d'une dizaine de kilomètres et la marche assez soutenue (environ 4 km/h). Alors, nous vous attendons en forme et bien chaussés !

Lieu de rendez-vous: La Chesnaie

Avrillé / Extérieurs

Adultes

vendredi 14h00

15 € / 17 €



1, rue René Descartes - ZI les Landes 1 - 49240 AVRILLE

**Tél.02 41 69 22 63**

mail : [sarl.goupil@wanadoo.fr](mailto:sarl.goupil@wanadoo.fr)

# Arts Manuels

Patchwork

Art Floral

Vitrail

Calligraphie

Enluminure

Peinture sur Porcelaine

Sculpture

Modelage-Poterie

Broderie traditionnelle

# ARTS MANUELS

## Patchwork



Autrefois, les bouts d'étoffes étaient mis de côté pour les coudre ensemble et servaient ainsi de couverture. Aujourd'hui, le patchwork n'est plus une histoire d'économie mais de création artistique. Venez concevoir rideaux, couettes et décorations murales. Création de sacs, d'objets et broderies diverses.

Lieu : Atelier La Fabrique - Maison de la Danse

Intervenante : **Sylviane CHASSAING**

Avrillé / Extérieurs

Adultes ts niveaux\* lundi 14h00-16h30 115 € / 129 €

Adultes ts niveaux mardi 14h30-17h00 230 € / 258 €

Adultes \*1<sup>er</sup> gpe vendredi 14h00-16h30 115 € / 129 €

Adultes \*2<sup>ème</sup> gpe vendredi 14h00-16h30 115 € / 129 €

\*Tous les 15 jours

## Broderie traditionnelle

La broderie vous intéresse ?

Venez confectionner divers objets et panneaux avec du ruban, des perles, des fils de textures différentes. En laissant votre imagination faire le reste ...

Lieu : Atelier La Fabrique - Maison de la Danse

Intervenante : **Sylviane CHASSAING**

Avrillé / Extérieurs

adultes \* lundi 14h00-16h30 115 € / 129 €

\*Tous les 15 jours

## FLEUR D'ESCARGOT



46 Rue de la Meignanne 49100 ANGERS

Tél : 02 41 43 48 99

## Vitrail

**Le mariage du verre, de la lumière et des métaux**

Il est difficile d'exprimer la transformation qu'opère un vitrail dans une maison. Nul besoin d'une demeure cosy, une telle création en verre procure un bien-être, une magie intérieure...



Nul besoin également de pré-requis, tout est possible avec la passion. devenons magiciens ensemble.

**Lieu :** Centre Georges Brassens

**Intervenante :** **Geneviève PEAN**

**Avrillé/ Extérieurs**

Adultes ts niveaux	lundi	19h00-21h00	216 € / 245 €
--------------------	-------	-------------	---------------

## Calligraphie

La calligraphie peut se définir comme l'art de la "Belle écriture". C'est un art très ancien et d'une grande diversité suivant les cultures. Nous avons dans notre patrimoine occidental des chefs-d'oeuvre que sont les manuscrits et leurs enluminures.

Quel que soit son niveau, chacun aura la possibilité de réaliser des oeuvres personnelles : marque-pages, cartes de voeux, poèmes,...

**Cours tous les 15 jours**

**Lieu :** Centre Georges Brassens

**Intervenante :** **Guilaine BIDE-EMERIAU**

**Avrillé / Extérieurs**

Ts niveaux	Judi	09h30-11h30	110 € / 122 €
Ts niveaux	Vendredi	09h30-11h30	110 € / 122 €

# ARTS MANUELS

## Enluminure

Le mot « enluminure » du latin « illuminare » : éclairer, désigne une technique de décoration dont les couleurs illuminent un texte, une lettre.

Réalisation de lettres ornées, de textes calligraphiés et ornements de miniatures et reproduction de scènes médiévales sur différents supports, à partir de gouaches et de dorures.

Un atelier qui fait appel à la créativité, la patience, la minutie et qui ne demande aucune expérience en dessin.

Lieu : Centre Georges Brassens

Intervenantes :

Sarah LEFORT

Amandine LEFEVRE

Avrillé / Extérieurs

Adultes ts niveaux	mardi	09h45-11h45	216 € / 245 €
Adultes ts niveaux	mardi	14h15-16h15	216 € / 245 €
Adultes ts niveaux*	jeudi	14h00-16h00	110 € / 122 €
Enluminure pigmentation*	jeudi	09h15-11h15	110 € / 122 €

\* tous les 15 jours

## Sculpture

Apprenez les différentes techniques de sculpture et l'utilisation des outils et des matériaux. Vous pourrez également travailler à partir d'un modèle vivant.

Lieu : Centre Georges Brassens

Intervenante :

Valérie LEDUC

Avrillé / Extérieurs

Adultes 3h	mardi	19h00-22h00	283 € / 318 €
Adultes 3h	mercredi	19h00-22h00	283 € / 318 €
Adultes 4h	jeudi	14h00-18h00	377 € / 423 €
Adultes 4h	jeudi	09h15-12h15	377 € / 423 €

## Modelage-Poterie

Cet atelier permettra aux enfants d'apprendre les différentes techniques de modelage, de prendre plaisir à malaxer la matière, d'élaborer différentes formes en laissant place à leur imagination.

Découvrir les étapes de la création (façonnage, engobage, cuisson, émaillage...)

Avrillé / Extérieurs

Enfants	mercredi	17h00 -18h30	165 € / 184 €
---------	----------	--------------	---------------

# ARTS MANUELS

## Peinture sur Porcelaine

Cet art reste accessible à tous les amateurs et sans savoir nécessairement dessiner.

Personnalisez assiettes, service à thé, vases en utilisant différentes techniques. Cette peinture est posée au pinceau et fixée à 850 ° par une cuisson au four.



Venez passer un moment de détente où conseils, aides et discussions vous feront progresser rapidement en tenant compte de votre propre créativité.

Lieu : Centre Georges Brassens

Intervenante : **Arlette LANGEVIN**

Avrillé / Extérieurs

Adultes *	lundi	14h00-16h30	138 € / 152 €
Adultes *	mardi	14h00-16h30	138 € / 152 €
Adultes	mercredi	14h00-16h30	259 € / 291 €

\* tous les 15 jours

## Art Floral

Découvrez les différentes techniques vous permettant de réaliser vos compositions florales. Structure du branchage, travail et pliage du feuillage, travail de la fleur selon le thème des compositions au travers des saisons...

Lieu : Maison de quartier de La Dézière

Intervenante : **Isabelle THIABAULT**

Avrillé/ Extérieurs

Adultes création	vendredi	14h00-16h30	204 € / 228 €
------------------	----------	-------------	---------------



**LA PERLERIE**  
76, Rue Baudinière  
49100 ANGERS

Ventes de perles, apprêts et accessoires  
Créations de bijoux sur mesure pour mariage et autres événements  
Cours d'aide à la création  
Réparation de bijoux  
Pierres Naturelles  
Bijoux Créateurs

Tel : 02 41 88 01 01  
laperlerie.49@gmail.com  
www.laperlerieangers.fr

# NOOSMOKE

CIGARETTE ELECTRONIQUE

*Une bonne résolution et des conseils*



*Profitez de nos offres spéciales*

- CIGARETTES ÉLECTRONIQUES
  - EGO CE4 1100 mah
  - EGO CE4 650 mah
  - E SMART...
- E-LIQUID 100 % FRANÇAIS
  - Goût tabac, fraise, menthe, caramel...
- ACCESSOIRES
  - CLEAROMISEURS
  - TOUR DE COU
  - CHARGEURS, BATTERIES...

**HORAIRES : MARDI au SAMEDI de 10h à 19h**

**NOOSMOKE**

Infoline : 02 41 23 89 23  
contact.noosmoke@gmail.com

CIGARETTE ELECTRONIQUE

112 Avenue Pierre Mendès France -49240 Avrillé  
Arrêt de Tram : St-Gilles

# Apprentissages Connaissances

Cuisine du Monde

Histoire de l'Art

Histoire du Féminisme

Anglais

Auberge Espagnole

Astronomie

Sorties Culturelles

# APPRENTISSAGES

## Cuisine du Monde

Cours tous les  
15 jours

Surprenez votre famille ou vos amis en venant découvrir toutes les richesses des saveurs culinaires, des trucs de la cuisine de tous les jours pour faciliter l'apprentissage des plats confectionner de la cuisine du monde.



Après chaque séance dégustez votre plat en famille.

Lieu : La Chesnaie    Intervenant : **Laurent LE BOUCHER**

Avrillé / Extérieurs

Adultes\*    samedi    09h15-11h45    170 € / 189 €

\* 10 cours dans l'année - 1 fois par mois

## Sorties Culturelles

Nouveauté : “Laissez-vous conter Nantes” : découvrir l’histoire, l’architecture et l’évolution de la ville au gré d’une promenade urbaine commentée du coeur historique de la ville jusqu’à l’île de Nantes .08 Octobre de 10h à 17h-Rdv Gare St-Laud (horaires à préciser)

Nouveauté : “Le patrimoine des notables angevins dans la Doutre”, du Moyen-Age au XIX. Circuit au coeur d’un quartier où la présence de nombreux hôtels particuliers atteste de l’aspect résidentiel des lieux. 13 novembre -RDV place de la laiterie 14h00

08 janvier : “Angers ville médiévale”. Parcours commenté du quartier de la Doutre à la cité : Le Ronceray, La Trinité, la Cathédrale. RDV place de la laiterie 14h00

19 mars: “Le cimetière de l’est”. Le père Lachaise Angevin Découvrir des tombeaux remarquables, témoins de l’histoire angevine. RDV Entrée principale à 14h00

## Réservation obligatoire au secrétariat de la MJC

Intervenant : **Daniel GUERY**

Avrillé / Extérieurs

4 sorties    28 € / 32 €

1 sortie    8 € / 10 €

# APPRENTISSAGES

## Histoire de l'Art

L'année 1839 est marquée par l'apparition de la photographie, outil à la fois fascinant et intrigant pour les artistes peintres qui l'utilisent ou la rejettent.

A travers les différents mouvements picturaux qui jalonnent les XIX<sup>e</sup> et XX<sup>e</sup> siècles, nous verrons l'impact de ce médium sur les artistes peintres et les bouleversements qui en découlent.

Lieu : Espace Lino Ventura

Intervenante : **Rose LECOMPTE**

début 29 septembre

Avrillé / Extérieurs

Adultes ts 15 jours    lundi    09h30-11h30    135 € / 152 €

Adultes ts 15 jours    lundi    19h30-21h30    135 € / 152 €

Boutique  
Gourmande

Votre Spécialiste  
Chocolats Dragées  
Réceptions

*La Feuilletine*

**02 41 69 62 12**

201, avenue Mendès - France - 49240 AVRILLÉ  
boumard.fr

**FOUIN AUTOMOBILES**  
AGENT PEUGEOT



20.Av.Pierre Mendès France - 49240 AVRILLE  
Tél. : 02 41 69 21 11 - Fax : 02 41 33 80 89

# APPRENTISSAGES

## Anglais

Pour les adultes n'ayant jamais appris la langue, l'accent sera mis sur la conversation à partir de supports variés.

Les initiés ou confirmés travailleront la conversation basée sur l'actualité anglaise et américaine à partir de journaux, de livres et de cassettes.

Lieu : Centre Georges Brassens

Intervenante : Chantal CATHALA

Avrillé / Extérieurs

Adultes niveau 1-2 mardi 19h00 -20h30 197 € / 219 €

Adultes débutants jeudi 19h00 -20h30 197 € / 219 €

Adultes niveau 2 jeudi 20h30 -22h00 197 € / 219 €

## Auberge Espagnole

Retrouver l'ambiance conviviale de l'auberge espagnole pour découvrir la langue, la gastronomie et les cultures : ibériques et latino-américaines autour d'une bonne table. Apprendre à utiliser la langue espagnole dans la vie pratique.

Lieu : La Chesnaie

Intervenante : Graciela CASTRO-LANDRON

Avrillé / Extérieurs

Adultes Débutants mardi 18h00 - 19h15 197 € / 219 €



**Concessionnaire LIGIER**  
**Voiture sans permis**

- Ventes Réparations Toutes Marques
- Entretien sans RDV
- Location - Véhicules de Courtoisie

**Tél. : 02 41 69 26 26**  
**Port. : 06 29 38 09 72**

Z.I Carrières Beurrière

49240 AVRILLE

steadlr@gmail.com

# APPRENTISSAGES

## Histoire du féminisme en France

Cette année sera centrée sur le XX<sup>ème</sup> siècle depuis la guerre de 1914. On étudiera les mouvements féministes dans leurs diversités, en s'attardant sur certaines grandes personnalités qui ont marqué par leurs idées, leurs actions.

Le XX<sup>ème</sup> siècle est la longue marche vers l'égalité des droits des femmes.

début 24 septembre

Lieu : Centre George Brassens

Intervenante : Marie Anne GUERY

Avrillé / Extérieurs

adultes ts 15 jours mercredi 19h30-21h00 135 € / 152 €

Conférence 13 novembre - les femmes et la guerre 1914 -1918 à 20h 00 Centre G.Brassens

Conférence 05 mars - Séverine (1855-1929) journaliste militante à 20h 00 Centre G.Brassens

## Astronomie

Partant de l'observation régulière des astres familiers (Soleil, Lune, Planètes, Comètes...), de leurs positions successives, de leurs mouvements et des phénomènes célestes, et aussi de simulations sur un logiciel de type "planétarium" nous construirons des représentations. Lecture de cartes du ciel...

Lieu : La Chesnaie

Intervenant : Association Ciel d'Anjou

Avrillé / Extérieurs

6 - 14 ans 4<sup>ème</sup> mardi 09h30-11h30 84 € / 92 €

**Premium**  
La solution bureautique



Solutions  
d'impression



Equipements  
informatiques



Administration  
R à s o a u



Maintenance  
et assistance



Sauvegardes  
sécurisées



Consommables

[www.premium-bureautique.com](http://www.premium-bureautique.com)

Parc de Beaupuits - 49480 St Sylvain d'Anjou - Tél : 02 41 211 600 - Fax : 02 41 211 670

# INFOS PRATIQUES

## ADHESION - INSCRIPTION

En venant pratiquer une activité à la M.J.C, vous devenez adhérent de l'association. Cette adhésion vous donne un droit de vote à l'Assemblée Générale qui décide des orientations. Elle est valable du 1er septembre au 31 août.

Deux types d'adhésion existent :

- l'adhésion individuelle : 16,00 €uros
- l'adhésion familiale : 26,00 €uros

### LES ACTIVITES :

Le tarif correspond en moyenne à 30 séances se déroulant du 22 septembre 2014 au 21 juin 2015. Le tarif extérieur à la commune d'Avrillé inclus une majoration en moyenne de 13 %.

LES REDUCTIONS : (Les réductions ne peuvent pas se cumuler)



5 % pour le titulaire de la carte CEZAM

10 % sur la pratique d'une 2ème activité par l'adhérent

### PAIEMENT

La M.J.C prend en compte les paiements : par chèque, chèques vacances (ANCV), carte bancaire et espèces.

La MJC est conventionnée pour le PASS Culture et Sports  
Pratique artistique et sportive  
**16 euros de réduction**



\*En vente à l'Espace Jeunesse-MJC

Prix du chéquier : 8 Euros

### ANNULATION

L'annulation d'une activité avant son démarrage (22/09/2014) donne lieu à son remboursement intégral.

Aucun remboursement ne sera possible après le démarrage de l'activité.



ACCUEIL (Mois de : Septembre - Octobre - Mai - Juin)

**Lundi -Mardi - Mercredi - Jeudi : 15h00 à 19h00**

ACCUEIL ( Mois de Novembre à Avril)

**Mardi - Mercredi - Jeudi : 15h00 à 19h00**

***Pendant les vacances scolaires fermeture à 18h00***

**Numéros utiles**

MJC	Standard	02-41-34-35-87
ALSH	Chêne-Fournier	02-41-69-31-79
MJC	La Chesnaie	02-41-69-69-57
MJC	Espace Jeunesse	02-41-34-40-69



Le bon sens a de l'avenir

## Crédit Agricole AVRILLÉ - MONTREUIL JUIGNÉ

82, avenue Pierre Mendès France - AVRILLÉ

19, place de la République - MONTREUIL JUIGNÉ

Tél. : 02 41 69 21 04 E-mail : avrille@ca-anjou-maine.fr

CAISSE RÉGIONALE DE CRÉDIT AGRICOLE MUTUEL DE L'ANJOU ET DU MAINE - Siège social situé 40 rue  
Prémamanz 72002 LE MANS CEDEX 9 - 474 992 998 RCS LE MANS - 04/2013

## CENTRE COMMERCIAL

**Carrefour**  
*market*



Avenue P.Mendès France - AVRILLE

Des commerçants à votre service  
Station Tram - ACACIAS

Exotisme, beauté,  
selon d'excellents parfumeurs  
une sélection de très haute qualité

0241 Carrefour market  
40245 Avrillé

TÉL: 0241 34 25 52

http://www.carrefour.fr



**ANNY Style** Fait à partir de tissus



Tél. 02 41 34 25 52

**AVRILLÉ**

30, avenue Pierre Mendès France  
30, av. Pierre Mendès France  
Tél. 02 41 21 38 60

Tous les jours de 9h à 19h30



**REGIS** art & coiffure



AVRILLE 0241 34 25 52

**LISSAC** P.Cyrien

Centre Citad Espace Anjou - ANDERS  
Centre Citad Grand Maine  
Centre Citad Carrefour Market - AVRILLE

Tél. 02.41.34.31.88

**LES CIGARIERS DE**  
Cigariers & accessoires de coiffure

**CHARLOU Rooms**  
Hôtel de ville

