

# MJC D'AVRILLÉ

## ÇA, C'EST PASSÉ À LA MJC!

### UNE BOUFFÉE DE « BIEN-ÊTRE » !

Dimanche 11 février, Daniel et Marylène ont proposé un stage de Yoga Méditation, qui fût, au vu des nombreux messages reçus, un véritable enchantement !

En effet, nos deux intervenants, ont su concocter, pour la dizaine de participant, un programme autour de la découverte du Yoga Nidra et de la méditation; du travail du souffle et du chant, porté par le son des bols chantants. Une journée de pleine détente dans un climat de confiance et de convivialité !



### ELLES TÉMOIGNENT :

Marie-Antoinette L. : « Vraiment un beau "Moment pour Soi" à s'offrir. \*\*\* »

Noëlle P. : « Le déroulement de cette journée permet d'atteindre les objectifs attendus, à savoir : la détente morale et un bien-être corporel. »

### VOYAGE AU RYTHME DE L'ARDOISE



L'Avant-Deux du Haut-Anjou et un groupe chorégraphique de la MJC d'Avrillé, encadré par Christine CARTREAU, ont collaboré pour proposer cette œuvre. Le spectacle retrace l'histoire des mines d'ardoise, mélangeant danse et théâtre avec des musiciens sur scène. Pendant 1h30, 18 danseuses et danseurs ainsi que cinq musiciens ont redonnés vie à cette activité qui a tant marqué certaines contrées du Maine-et-Loire, notamment Avrillé.

Trois représentations ont eu lieu (20 et 21 janvier à Segré et le 28 janvier au Centre Georges Brassens à Avrillé). Le spectacle a fait l'unanimité de par sa richesse, sa beauté et ses émotions.

Des dossiers sont en cours de réalisation afin que le spectacle se produise de nouveau. Par exemple avec la commune de Trélazé.



## NOS PROPOSITIONS DE STAGE !

**STAGE STREET GIRLY**

Danse urbaine au style féminin et sensuel rythmée aux sons actuels. Dans une ambiance dynamique et décomplexée, venez vous lâcher, vous amuser et montrer votre côté « girly ». Cette expérience vous aidera à prendre confiance en vous ! Ce stage n'est pas réservé qu'aux femmes !

**SAMEDI 23 MARS**  
10H00 - 12H00  
Avec Cynthia Champion  
à la Maison de la Danse

24€ ADHÉRENT  
44€ NON ADHÉRENT

Inscription au bureau de la MJC le mercredi de 10H00 à 12h00 et de 15H00 à 19H00 avant le 16 mars.

**BOUGEZ**  
Avec la MJC!

**STAGE MODÈLE VIVANT**

Avec Valérie LEDUC

**Samedi 16 mars**

10H00 - 13H00  
14H00 - 17H00  
Au Centre Culturel Georges Brassens

96€ Adhèrent  
116€ Non adhérent

Inscription au bureau de la MJC le mercredi de 10H00 à 12h00 et de 15H00 à 19H00.

**BOUGEZ**  
Avec la MJC!

## NOUS AVONS BESOIN DE VOUS !

Dans le cadre de la modernisation des outils de la Maison des Jeunes et de la Culture (MJC), et parce qu'un certain nombre d'entre vous nous ont sollicité à ce sujet, nous étudions l'opportunité de vous proposer des inscriptions et paiements en ligne pour vos activités socioculturelles préférées !

Aussi, afin de recueillir votre intérêt pour la mise en place de ce nouveau service, nous vous proposons de participer à ce sondage (moins de 2mn) en cliquant sur le lien ci-dessous :

<https://framaforms.org/sondage-pour-les-inscriptions-en-ligne-1705487663>

UN GRAND MERCI !

# SECTEUR JEUNESSE ET INFO JEUNES

## SEMAINE DE LA PETITE ENFANCE 16 AU 23 MARS !

La semaine nationale de la petite enfance met en avant l'importance des premières années de la vie des enfants. À Avrillé, divers évènements sont prévus, tels que des ateliers, des conférences et des spectacles, pour sensibiliser les familles aux meilleures pratiques en matière de soins et d'éducation des tout-petits. Notre animatrice Info Jeunes sera présente le 20 mars pour une animation sur la relation des enfants aux écrans, ainsi que le 23 mars pour un atelier avec les parents et leurs enfants, offrant un espace d'échange libre autour de la petite enfance.

De plus, il sera proposé, le vendredi 22 mars une garderie assurée par de jeunes baby-sitters qui ont suivi le stage baby-sitting du 23 et 24 octobre 2023.



### TOUT POUR LES ENFANTS !

## LES VACANCES DE FÉVRIER

Les animations des vacances d'hiver se passent très bien. Le S'Paces Jeunes accueil en moyenne 17 jeune par jour et certaines animations sont complètes des listes d'attente ont été mises en place. Très attendue par les jeunes, la sortie Prison Island est le point d'or de cette première semaine. La seconde semaine, l'équipe jeunesse proposera des animations autour d'un Mario Kart IRL, d'une veillée Lego Master et d'une initiation au cirque avec les personnes âgées du foyer logement Les Rosiers.

### EN AVANT LES VACANCES !

Lundi 26/02 Inscription 1/2 journée	Mardi 27/02 Inscription 1/2 journée	Mercredi 28/02 Ouverture libre	Judi 29/02 Inscription journée	Vendredi 01/03 Inscription 1/2 journée
13h-18h Sortie Aquavita  Short de bain interdit	14h-18h Gâteau de crêpe  18h30-22h30 Veillée ciné blabla + 14 ans Fast food offert	14h-18h Accueil libre et gratuit 	10h-18h Prison Island à Tours Escape game géant Ramener son pique-nique HEY LES PRISONNIERS ! ÊTES-VOUS PRÊTS ?	14h-18h Self défense OU Custom ton T-shirt, pull, jean, coque de téléphone CUSTOM
Lundi 04/03 Inscription journée	Mardi 05/03 Inscription 1/2 journée	Mercredi 06/03 Ouverture libre	Judi 07/03 Inscription 1/2 journée	Vendredi 08/03 Inscription journée
10h-18h Préparation Kart Ramener son pique-nique Fun Climbing L'escalade en plus fun !	14h-18h Mario Kart IRL  18h30-22h30 Veillée Amnesia et Devine Tête Géant NOUS AVONS TOUS UNE HISTOIRE À RACONTER !	14h-18h Accueil libre et gratuit 	14h-18h Cirque avec le foyer logement 18h00-22h30 Veillée Lego master Ramener son pique-nique	10h-18h Peinture à la façon Keith Haring + Brunch 

## FORMATION BABY-SITTING

Une formation baby-sitting est proposée le 22, 23 et 24 avril prochain.

### Conditions d'inscriptions :

- Avoir 15 ans minimum
- Être adhérent à la MJC
- Transmettre le e-PASS jeunes « Bon engagement citoyen » pour financer la formation ou régler la somme de 55€

Les inscriptions sont ouvertes dès maintenant.  
[pij@mjc-avrille.asso.fr](mailto:pij@mjc-avrille.asso.fr) / 07.63.69.26.44

INSCRIVEZ-VOUS !

MJC AVRILLE **BOUGEZ** AVEC LA MJC !

**FORMATION BABYSITTING**  
2ème édition

À PARTIR DE 15 ANS

PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES  
Du 22 au 24 AVR 2023

De 9h à 16h30

06.30.02.44.88  
pij@mjc-avrille.asso.fr

10 PLACES MAX

anjou MJC AVRILLE Ville-Parc Mission Locale Angevine SPACE JEUNES infojeunes

