



Maison des Jeunes et de la Culture

2020/2021 Clubs d'activité

Enfants, adolescents, adultes et familles

Action Enfance / Action Jeunesse / Animation locale

www.mjcodos.fr

 <https://www.facebook.com/mjcodos/>

 https://www.instagram.com/mjc_odos/



Clubs d'activité

ENFANTS

Possibilité d'aller chercher les enfants
au périscolaire d'Odos 15 mn avant le cours.

NOUVEAU

CUISINE, Yassmina CASTIES (un lundi par mois)

Vivez un moment de partage parents / enfants (de 6 à 12 ans) avec un cours à 4 mains ! Une façon très amusante de cuisiner sous l'œil bienveillant du chef.

Enfants et parents **lundi** **17h30-19h** **9 € à 11 € par séance**

NOUVEAU

YOGA, Véronique CONSTANTY

45 mn de pratique ludique, permettant à vos enfants de prendre conscience de leur corps, de canaliser leur énergie et de mieux gérer leurs émotions.

6-11 ans **lundi** **17h30-18h15** **185 € à 226 €**

ANGLAIS LUDIQUE, Sarah LOZANO

Initiation à l'anglais par le biais de jeux, cuisine, lectures... pour prendre du plaisir !

9-11 ans **mardi** **17h45-18h45** **144 € à 176 €**

6-8 ans **jeudi** **17h30-18h30** **144 € à 176 €**

THÉÂTRE, Corinne MATHOU

À travers divers jeux, l'enfant apprendra notamment à mieux se connaître...

6-9 ans **mercredi** **14h-15h** **185 € à 226 €**

10-13 ans **mercredi** **15h-16h30** **203 € à 248 €**

NOUVEAU

ARTS PLASTIQUES, Sophie DESMOULINS

Votre enfant développera sa créativité selon ses goûts et ses envies à travers différentes réalisations abordant dessin, peinture, encres, loisirs créatifs...

7-10 ans **jeudi** **17h30-18h30** **185 € à 226 €**



Quatre tarifs en fonction de votre situation : habitant d'Odos, habitant d'une autre commune ou "étudiant, demandeur d'emploi, bénéficiaire des minima sociaux" (-10% sur le tarif de base) et une dégressivité à partir de la deuxième activité dans le même foyer.



Clubs d'activité

ADOLESCENTS

THÉÂTRE, Yves HUET

Jouer avec sa voix et son corps, construire ses personnages, répéter son texte, créer un spectacle...

14 ans et plus **mercredi**
18h30-20h ou 20h-21h30 **203 € à 248 €**

ARTS PLASTIQUES, Sophie DESMOULINS

Deux ateliers où découvrir différentes techniques artistiques : dessin d'observation, crayon, fusain sanguine, peinture, encres, collages...

11-16 ans **jeudi**
17h30-18h30 **185 € à 226 €**
18h30-20h **203 € à 248 €**



Clubs d'activité ADULTES

YOGA DE SAMARA, Marie-Françoise MERCIER

(à partir de 16 ans)

lundi

18h30-19h45

225 € à 275 €

Venez pratiquer avec nous, sur de belles musiques adaptées.

THÉÂTRE, Bernard MONFORTE

lundi

20h-22h

252 € à 308 €

À travers des jeux corporels, de voix, d'improvisation, l'atelier théâtre vous propose un espace de liberté, d'expression, de plaisir et d'engagement dans une aventure collective.

JARDIN DES CONTES, Jacques CARAYRE et Patricia CHANJOU-LECLERC

Partager votre envie de dire, rechercher une parole structurée mais libre et vivante.

lundi

18h-20h

27 € à 33 €

TEA-TIME, Olivier CHEVALIER

mardi

18h-20h

participation libre

Trouver l'énergie pour réaliser ses idées et ses envies à plusieurs...

NOUVEAU

INFORMATIQUE, Vincent GARCIA

Pour acquérir les bases de l'usage d'un ordinateur, mieux comprendre Internet...

(cycle de 5 séances)

mardi

14h-16h

9 € à 11 € par cycle

ÉCRITURE, Marc CHEDEVILLE

Rencontre et partage autour de l'écriture, un moyen d'expression ludique à la portée de tous.

mardi

18h-20h

27 € à 33 €

NOUVEAU

STRETCHING, Sophie BUREL

Harmoniser le corps et l'esprit dans une attitude positive permettant d'atteindre un état de bien-être et d'augmenter la confiance en soi.

jeudi

12h30-13h30

185 € à 226 €

NOUVEAU

ARTS PLASTIQUES, Sophie DESMOULINS

Débutants ou confirmés, un cours pour aborder dessin et différentes techniques.

jeudi

18h30-20h

203 € à 248 €

CHORALE, Juliette SALANNE

jeudi

18h15-20h15

122 € à 149 €

Jeux vocaux et rythmiques, technique vocale et apprentissage de chants polyphoniques.

TAI CHI CHUAN, Maria ERIKSON

jeudi

18h-20h

203 € à 248 €

Art de longue vie - Méditation en mouvement - Art martial

ANGLAIS, Sarah LOZANO

jeudi

18h45-19h45

185 € à 226 €

Pratiquer l'anglais en conversation de 16 à 99 ans

POTERIE, Nika IMANI

vendredi

14h-16h

360 € à 440 €

Réaliser des objets artistiques en céramique de votre choix avec différentes techniques.



La Maison des Jeunes et de la Culture est une association de loi 1901 gérée par des professionnels de l'animation sous couvert d'un Conseil d'Administration composé de 11 membres bénévoles adhérents et de ses partenaires institutionnels et associatifs. Elle est affiliée à la Fédération Régionale des MJC Occitanie Pyrénées.

DÉBUT DES CLUBS
D'ACTIVITÉ :
lundi 14 septembre 2020

ACCUEIL ET INFORMATIONS

MJC Odos - 3 rue de Bigorre - 65310 Odos
mardi, mercredi et jeudi de 14h à 18h
Agnès / 09 67 61 07 42
www.mjcodos.fr - mjcodos.accueil@gmail.com

TOUTE L'ANNÉE

ACTION ENFANCE

(3-11 ans)

Fanny / 06 19 21 74 95
mjcodos.enfance@gmail.com

ACTION JEUNESSE

(11-17 ans)

Marina / 07 81 42 30 17
mjcodos.jeunesse@gmail.com

INSCRIPTIONS SEPTEMBRE 2020

Anciens adhérents

à partir du mardi 8, mercredi 9, jeudi 10
MJC d'Odos, 3 rue de Bigorre / 14h-18h

Tout le monde

- le samedi 12 : Forum des Associations d'Odos, salle polyvalente / 14h-18h
- le samedi 19 : Forum des Associations d'Horgues, salle polyvalente / 10h-12h

Nouveaux adhérents

dès le mardi 15, mercredi 16, jeudi 17
MJC d'Odos, 3 rue de Bigorre / 14h-18h

Découvrez les autres
animations
locales

Soirée jeux

P'tites bouffes culturelles

Résidences
artistiques

Partenaires institutionnel et associatifs



ODOS

LES emojice
MAISON DES JEUNES
& DE LA CULTURE
FÉDÉRATION RÉGIONALE
OCCITANIE PYRÉNÉES