2018 - 2019

EVS - MJC Serge Gainsbourg

CULTURE

TECHNIQUES

SPORT

BIEN-ÊTRE

ENFANCE - JEUNESSE

Services

Mise à disposition de salles aux associations. Pensez-y! Renseignements à l'accueil de l'EVS-MJC.

Informations

La Maison des Jeunes et de la Culture de Fléac est une association d'éducation populaire régie par la loi de 1901.
Elle possède l'agrément sport et l'agrément d'éducation populaire ainsi que l'agrément EVS.

Adhésion à la MJC

L'adhésion est valable du 1er septembre 2018 au 31 août 2019. Elle donne accès à l'ensemble des activités proposées par la MJC. De plus, elle vous permet de bénéficier du tarif adhérent pour toutes les manifestations culturelles organisées dans le réseau MJC. Outre la prise en charge responsabilité civile, votre adhésion vous permet également de participer à l'Assemblée Générale annuelle de l'association où vous avez adhéré, de voter pour des représentants et de prendre une part active à la vie de l'association dès 16 ans.

Tarifs adhésion MJC

Moins de 16 ans 8 € / an
Plus de 16 ans 10 € / an
Adhésion familiale 20 € / an

Le mot du Président

Une nouvelle saison va commencer.

Comme chaque année, vous allez retrouver dans cette plaquette l'ensemble des activités et services que l'EVS-MJC Serge GAINSBOURG met à la disposition des habitants des communes de Fléac, Linars et Saint Saturnin.

Soucieuse de promouvoir des actions éducatives et de loisir de qualité et de vous soutenir dans votre vie de tous les jours, l'EVS-MJC se veut entièrement ancré sur le territoire de nos trois communes.

Pour maintenir et enrichir une vie associative forte et reconnue sur ce territoire nous invitons les habitants à participer aux activités de l'EVS-MJC et à s'impliquer dans la vie de notre association.

Bonne saison et bonnes activités pour 2018-2019

Pascal SCHMITT
Président de l'EVS-MJC Serge Gainsbourg

Edito

L'Espace de Vie Sociale Maison des Jeunes et de la Culture (EVS-MJC) Serge Gainsbourg de Fléac a été créé en 1966.

C'est une association d'éducation populaire, à but non lucratif et régie par la loi de 1901.

Elle compte aujourd'hui près de 1000 adhérents.

Elle opère sur trois communes (Fléac, Linars et St-Saturnin) et est ouverte à tous quelle que soit sa commune d'origine dans un esprit de totale laïcité.

L'EVS-MJC œuvre pour proposer une palette variée d'activités sportives, culturelles, créatives et techniques pour les enfants, ados et adultes. Des manifestations sont également organisées tout au long de l'année.

L'association œuvre aussi pour la défense de certaines valeurs : l'amitié, l'entraide, le partage, la politesse, le respect, le contrôle de soi, l'altruisme, l'esprit d'équipe, le faire-play, la tolérance et le rejet de toute forme de discrimination. Toute attitude contraire aux valeurs décrites dans cet article sera sanctionnée.

Toute personne désirant pratiquer une ou plusieurs activités doit s'acquitter de l'adhésion annuelle (valable du 1er septembre au 31 août de l'année suivante) et de la cotisation de l'activité choisie.

Les missions de l'Espace de Vie Sociale (EVS)

En accord avec les valeurs décrites ci-dessus, l'EVS prend en compte l'expression des demandes et des initiatives des habitants. Il répond ainsi aux besoins de tous et favorise le développement de la vie associative, en étant un véritable lieu d'animation de la vie sociale, d'échanges et de rencontres entre les générations.

Quelques événements à retenir !

Forum des activités
Fête de la Citrouille
Brin d'aillet
Marché de printemps solidaire
Concours de peinture / photographie
Fête de la musique

Retrouvez chaque mois la newsletter de l'EVS sur le site de l'EVS-MJC ou sur la page Facebook de l'EVS (Mélanie EVS MJC Serge-Gainsbourg)

Forum des activités

L'EVS-MJC Serge GAINSBOURG vous convie à son forum des activités.

Le Samedi 15 Septembre 2018 de 9h30 à 13h00 à la salle des Fêtes de Fléac

Toutes les activités proposées par la MJC seront présentées par les animateurs et les techniciens d'activités.

Vous pourrez prendre toutes les informations nécessaires, vous inscrire sur place et découvrir les nouvelles activités de la saison.

Venez nombreux!

Portail familles

Dorénavant, vous pouvez vous inscrire ou inscrire vos enfants via le **portail internet de l'EVS-MJC Serge GAINSBOURG** sur notre site internet.

Ce portail vous permettra de faire les demandes d'inscriptions en ligne (ALSH et Activités culturelles et sportives), de modifier vos données personnelles en cas de changement de situation, de consulter vos factures, de télécharger les imprimés annexes (fiche sanitaire, fiche administrative, fiche d'informations, tarifs, règlement intérieur) et de contacter l'**EVS-MJC Serge GAINSBOURG** par mail.

Ce portail est destiné aux familles qui souhaitent inscrire:

- un enfant de 3 à 13 ans à l'accueil de Loisirs
- un enfant et / ou un adulte à une activité culturelle ou sportive

Pour vous connecter, vous aurez besoin d'une adresse mail et d'un mot de passe transmis par le secrétariat de l'EVS-MJC Serge GAINSBOURG.

Si vous avez déjà été inscrit ou bien vos enfants à une activité de l'EVS-MJC Serge GAINSBOURG, depuis 2008, votre dossier famille existe. Vous allez dans « me connecter ». Il vous suffit de saisir votre adresse mail (login) et votre mot de passe délivré par le secrétariat de l'association.

Nous vous rappelons que vous devez inscrire vos enfants pour l'ALSH :

- 8 jours avant pour les mercredis
- 15 jours avant pour les vacances

Passé ces délais, les inscriptions via le portail ne seront pas prises en compte.

L'**EVS-MJC Serge GAINSBOURG** vous rappelle que vos demandes d'inscription ne sont enregistrées qu'après la validation du secrétariat. Assurez-vous (sur votre boîte mail) que vos demandes ont été acceptées.
Dorénavant, vous pouvez régler vos factures par carte bancaire via notre portail familles.

Le secrétariat de l'**EVS-MJC Serge GAINSBOURG** reste disponible pour répondre à vos questions.

page 9
Enfance Jeunesse

page 12
Espace de Vie Sociale

page 14
Bien-être

page 18
Sport

page 26
Techniques

page 29
Culture

page 32
Planning des activités

page 34
L'équipe de l'EVS-MJC

SOMMAIRE

Enfance Jeunesse 2018 - 2019

Accueil collectif régulier de 10 semaines à 4 ans (Halte-garderie)

La halte-garderie permet aux familles de concilier leur vie professionnelle, familiale, socioculturelle et de favoriser une séparation en douceur avec leur enfant. La halte-garderie, lieu d'éveil et de socialisation, permet aux enfants de faire l'expérience de la vie en collectivité en vue d'une première rentrée scolaire. Au quotidien, l'équipe propose des activités d'éveil ludiques et éducatives adaptées aux besoins des tout-petits (assemblage, empilage, manipulations et découvertes sensorielles, peinture, collage, jardinage, cuisine, motricité, etc.).

L'accueil et l'accompagnement des enfants se font dans le respect des besoins et du rythme de chaque enfant. La halte-garderie est aussi un espace de dialogue privilégié avec des professionnels de la petite enfance. Durant l'année, des temps festifs sont organisés (Noël, Pâques, Juin) rassemblant les familles autour d'un projet commun (ex : la musique).

Lieu
EVS-MJC
Serge GAINSBOURG

Responsable
Amélie **GARAND**
(éducatrice de jeunes enfants)

Animatrices
Murielle **LEVESCOT**
(Titulaire du CAP Petite Enfance)
Aurélie **FAVEREAU**
(Titulaire du CAP Petite Enfance)

Jours et Horaires
Lundi et Vendredi
de 8h30 à 12h30
Mardi et Jeudi
de 8h30 à 16h30

Inscriptions
Lundi 3 Septembre

Reprise en 2018
Jeudi 6 septembre

Tarif
Tarif horaire calculé de manière individuelle selon le barème CAF
+ Adhésion MJC

Enfance Jeunesse

2018 - 2019

Accueil de loisirs sans hébergement (ALSH)

La structure accueille tous les enfants du territoire dans un cadre de vie privilégié, en parfaite adéquation avec la démarche de développement durable engagée par l'EVS-MJC.
Elle favorise l'accès à la culture, au sport et aux nouvelles technologies de communication pour tous les enfants.

Toutes les propositions sont élaborées avec les enfants pour favoriser leur autonomie et faciliter leur prise de responsabilité. L'axe du développement durable est présent dans chaque proposition

La Maisonnée
scolarisés en marternelle

L'Embarcation
scolarisés en CP, CE1 et CE2

Le Club
scolarisés en CM1, CM2
et Collège

Lieu
EVS-MJC
Serge GAINSBOURG

Responsables
Nicolas **LEFRANC**
Lucille **BOISSEAU**
(-6ans ; titulaire EJE)

Jours et Horaires
Mercredi & **pendant les Vacances Scolaires** de 9h00 à 17h00.
L'ALSH vous propose un accueil complémentaire et gratuit de 7h30 à 9h00 et de 17h00 à 18h30.

Reprise en 2018
Mercredi 5 septembre

Tarif
Le tarif est calculé selon le quotient familial de chaque famille
+ Adhésion MJC

Accueil de Jeunes (14 - 17 ans)

La MJC gère l'accueil pour le public jeunes du territoire de Fléac, Linars et Saint-Saturnin.

Cet accueil est complètement adapté aux centres d'intérêts des jeunes et fonctionne sur le principe d'un accompagnement des jeunes dans leurs projets.

Il n'existe pas de programmation ou de proposition spécifique aux jeunes, de type consommation mais une trame de sujets élaborés par eux qui prend des formes diverses : ateliers, stages, séjours, événements, en fonction leurs projets.

Il fonctionne donc en horaires adaptés et selon la disponibilité des jeunes (le vendredi de 19h à 23h, le samedi et les autres jours sur projets).

Les accompagnements sont pour les jeunes un véritable passage du monde virtuel au monde réel avec des prises de responsabilités. Les recherches de financements et de partenariats sont la base de l'implication des jeunes.

Valorisation, expression, confiance et engagement sont les mots clés de cette structure.

Lieu
EVS-MJC
Serge GAINSBOURG

Responsable
Geoffrey **LOUIS**

Animatrice
Marine **COURRAUD**

Reprise en 2018
Vendredi 7 septembre

Tarif
Adhésion MJC

Remarque
Ouvert tout l'été sauf les quinze jours avant la rentrée de Septembre

Espace familles

Action sociale

Atelier cuisine
Venez échanger vos recettes et élaborer de bons petits plats équilibrés. Ce sera l'occasion de découvrir différentes saveurs du monde au cours d'un repas partagé.
Mardi de 9h30 à 14h00 (1 fois par mois)

Accompagnement individuel
Sur demande, la référente familles vous reçoit pour vous accompagner et vous orienter dans vos différentes démarches (recherche d'emploi, de formation ...)

Aide administrative
Des bénévoles vous donnent un coup de pouce pour rédiger un courrier, remplir une déclaration...

Accès au numérique
L'EVS-MJC met à votre disposition, pour vos démarches administratives, un ordinateur, un accès à Internet et une imprimante multifonctions.

Toutou-Sitting Fléac
Des bénévoles proposent aux habitants de Fléac qui sont hospitalisés, immobilisés ou absents quelques jours, de venir s'occuper de leur animal de compagnie

Familles / Vie locale & Lien social

Sorties familiales
L'occasion de se détendre en famille, de partager des moments privilégiés avec les enfants et de faire de nouvelles connaissances.

Les rendez-vous des parents
Soirées à thème à l'initiative des parents, avec des intervenants.

Soirées jeux
Une soirée pour (re)découvrir des jeux, en famille ou entre amis. Jungle Speed, Scrabble, jeux de cartes, jeux géants ou en bois... Détente et bonne humeur garanties !
1 soirée par trimestre, à partir de 18H30.

Vacances familiales
Vous aimeriez partir en vacances, seul, en famille ou entre amis ? L'EVS-MJC vous aide (sous conditions de ressources) à organiser votre premier départ en vacances.
Rendez-vous le 5 octobre 2018, 20h00 à l'EVS-MJC : Pot de l'amitié, avec les familles parties en vacances l'été dernier et celles qui souhaitent partir l'été prochain !
Et dès janvier, venez préparer votre séjour estival !

Pause-café
Pour échanger, discuter autour d'un café ou d'un petit gâteau.
Les mardis matin de 8h30 à 10h30.

Lieux
Bureau à la Mairie
Entrée directe sous le porche - 5 rue de la mairie à Fléac
Tél : 07 86 75 54 47
Bureau à l'EVS-MJC Serge GAINSBOURG
A gauche de l'accueil
6 place de l'Eglise à Fléac
Tél : 05 45 91 26 45

Animatrice
Mélanie **DESSALLE**
evsmjc@mjcsgainsbourg.com

Tarif
GRATUIT
Accès libre, sans condition de ressources ou d'adhésion à la MJC.

Jours et Horaires
Mardi
de 9h30 à 17h30
Permanence à l'EVS-MJC Serge GAINSBOURG
Mercredi
de 9h30 à 17h30
Permanence à la Mairie
Vendredi
de 9h30 à 12h30
Permanence à la Mairie
de 12h30 à 17h30
Permanence à l'EVS-MJC Serge GAINSBOURG

Jardin partagé

Le jardin partagé est un lieu d'échanges, de convivialité et de créativité, pour les curieux, débutants, ou passionnés de jardinage.

Nous utilisons le respect de la nature comme valeur : la nature a suffisamment de ressources pour ne pas avoir recours aux produits chimiques ; utilisation raisonnable des énergies ; se nourrir sainement...

Tout au long de l'année, chaque mardi, nous mettrons ces valeurs en pratique, par le biais d'ateliers et d'animations ludiques : prairie fleurie ; compostage ; fabrication de jardinières avec des palettes ; plantations à fruits, légumes et aromates ; recettes alternatives d'engrais et de pesticides ; fabrication de confiture ; etc.

Lieu
Jardin partagé de Fléac (Derrière le château)

Animateur
Jean-Charles **GARCIA**

Jours et Horaires
Ateliers
Lundi de 16h00 à 18h30
Jardin partagé
Jeudi de 16h00 à 18h30
et en accès libre pendant les horaires de l'accueil de l'EVS-MJC (boîte à clef avec agenda)

Reprise en 2018
Lundi 17 septembre

Tarif
Accès libre à tous

Bien-être

Marche nordique
FAMILLE

Activité sportive de loisir pour tous, douce ou tonique grâce à l'utilisation de bâtons légers et adaptés. Cette marche dynamique se pratique en plein air, en groupe, sur les sentiers de Fléac et ses alentours.

Chaque séance débute par des mouvements d'échauffements, se poursuit par une marche d'environ 8 kms et se termine par des étirements.

Entretien, prévention, amélioration de sa qualité de vie, reprise sportive, affinage de sa silhouette.

Pratique sécurisée et encadrée par des moniteurs expérimentés.

NOUVELLE ACTIVITE Cette année : 1 fois par mois nous ferons du cross marche nordique, il s'agit de se déplacer dans des terrains accidentés toujours en nous aidant des bâtons

Certificat médical obligatoire à l'inscription.

Lieu
Place Markbreit à Fléac
(Centre commercial)

Animateurs
Francis **BLANC**
Stéphane **CHOTARD**
Alain **GOICHON**
Ahmed **HIMDI**
Bernard **TAMISIER**

Jours et Horaire
Mardi, Vendredi & Dimanche
de 9h00 à 11h45

Reprise en 2018
Dimanche 9 septembre

Tarif
17 €/an
+ licence UFOLEP
+ Adhésion MJC

Licences UFOLEP
Enfants (nés après le 31/12/2006) : **9,34 €**
Jeunes (nés entre le 01/01/2001 et le 31/12/2006) : **12,80 €**
Adultes (nés avant le 01/01/2001) : **21,85 €**
Sous réserve d'augmentation par la fédération

Randonnée pédestre
FAMILLE

La section propose des balades accessibles à tous ceux qui veulent prendre le temps de découvrir ou de redécouvrir des sentiers oubliés.
Les marches loisir et sportives ont lieu sur la commune et ses alentours :

- Lundi : 18/20 kms (6 kms/h, marche sportive)
- Mardi : 8/9 kms (3,5 / 4 kms/h., marche loisir)
- Jeudi: 13/15 kms (5 kms/h, marche sportive)

Prévoir des chaussures et vêtements appropriés, éventuellement un bâton et une bouteille d'eau

Lieu
Place Markbreit à Fléac
(Centre commercial)

Animateurs
Marche loisir
Guy **BOSSY**
Marches sportives
André **TEXIER**
Alain **MARCHADIER**
Jean **VAN LANEN**

Jours et Horaire
Lundi à 8h00
Mardi à 8h30
Jeudi à 8h30

Reprise en 2018
Lundi 20 août
Mardi 4 septembre
Jeudi 16 août

Tarif
17 €/an **+ Adhésion MJC**

Yoga
ADULTES

Le yoga est une activité qui utilise le corps, non pour des performances donc de la compétition.
Le but du Yoga c'est de développer l'attention au corps, du souffle au mental.
Pour ce travail minutieux, nous prenons conscience de tout ce qui se passe dans le corps, dans notre mental non seulement pendant la séance mais aussi au cours de notre quotidien et cela avec plus de quiétude.

Lieu
EVS-MJC
Serge GAINSBOURG
(Salle de diffusion)

Animateur
Christian
KRACZKOWSKI

Jour et Horaires
Lundi
de 15h00 à 16h30
ou de 18h30 à 20h00

Reprise en 2018
Lundi 24 septembre

Tarif
157€ / an
+ Adhésion MJC

Bien-être

Stretching postural
ADULTES **Nouvelle activité**

Séances basées sur du stretching postural, du renforcement musculaire et un travail respiratoire. C'est un mélange entre renforcement des muscles profonds et souplesse musculaire et articulaire.

Le but de ces séances est d'améliorer sa posture de tous les jours.

ATTENTION, nombre limité à 10 personnes sous inscription.

Certificat médical obligatoire à l'inscription.

Lieu
EVS-MJC
Serge GAINSBOURG
(Salle de diffusion)
Animatrice
Marine **BEN SLIMANE**
Jour et Horaire
Lundi
de 16h30 à 17h30
Début en 2018
Lundi 10 septembre
Tarif
5 €/séance
les 10 séances
+ Adhésion MJC

Qi Gong
ADULTES

Le QI GONG est une gymnastique traditionnelle chinoise pour entretenir la santé, la vitalité et réguler les émotions et apaiser l'esprit.

Les dix principes fondamentaux du QI GONG sont la présence, l'intention, l'enracinement, l'axe vertical, le centre, le yin-yang, la détente et le relâchement, l'homogénéité et l'harmonie du mouvement, la fluidité et le lâcher prise.

Lieu
EVS-MJC
Serge GAINSBOURG
(Salle de diffusion)
Animatrice
Catherine **DE FARIA**
Jour et Horaire
Vendredi
de 9h30 à 11h00
Reprise en 2018
Vendredi 7 septembre
Tarif
167 €/an
+ Adhésion MJC

Sophrologie
ADULTES

Ensemble de techniques relaxantes permettant à chacun de trouver des ressources en lui-même et une méthodologie qui propose des techniques pour vivre harmonieusement.

La sophrologie se trouve au croisement de la relaxation occidentale et de la méditation orientale. Chaque personne va pouvoir alors stimuler différentes capacités qu'elle ne soupçonne pas ou exploite peu. C'est apprendre à se détendre, se concentrer, gérer son stress et ses émotions mais aussi mieux mémoriser, positiver et se dépasser.

Lieu
EVS-MJC
Serge GAINSBOURG
(Salle de diffusion)
Animatrice
Véronique
DECREON-SAMSON
Jour et Horaire
Jeudi
de 18h00 à 19h15
Reprise en 2018
Jeudi 20 septembre
Tarif
192€ / an
+ Adhésion MJC

Sport

Badminton

À partir de 8 ans

Venez pratiquer cette activité accessible à tous. Dans un esprit de loisir, les jeunes comme les moins jeunes, les débutants comme les confirmés, pourront y trouver leur compte. Les maîtres mots de la section sont plaisir, convivialité et bonne humeur.

Certificat médical obligatoire à l'inscription.

Lieu
Salle des sports à Fléac

Animatrice
Marine **BEN SLIMANE**

Jour et Horaire
Mardi de 17h45 à 18h45

Reprise en 2018
Mardi 11 septembre

Tarif
60 €/an
+ licence UFOLEP
+ Adhésion MJC

Licences UFOLEP
Enfants (nés après le 31/12/2006) : **11,93 €**
Jeunes (nés entre le 01/01/2001 et le 31/12/2006) : **15,39 €**
Adultes (nés avant le 01/01/2001) : **29,62 €**
Sous réserve d'augmentation par la fédération

Tennis de table

ADULTES - à partir de 13 ans

Pratique du Tennis de table en loisir ou en compétition (4 équipes en championnat départemental),
dans **une ambiance conviviale et de détente**.

Certificat médical obligatoire à l'inscription.

Lieu
Salle des Sports à Fléac

Animateur
Patrick **LOJEWSKI**

Jours et Horaires
Mardi
de 20h30 à 22h30
Vendredi
de 20h30 à 24h00

Reprise en 2018
Vendredi 31 août

Tarif
32 €/an
+ Licence compétition (75€) [1]
+ Adhésion MJC

[1] Sous réserve d'augmentation par la fédération

Licences « Compétition » et « Loisirs »

Retrouvez toutes les informations utiles sur les modalités d'obtention de vos licences en page 28.

Sport

RMG + CAF* / Step / Zumba

ADULTES - à partir de 13 ans

* RMG : Renforcement Musculaire Général
CAF : Cuisses Abdofessiers

Cette section permet aux femmes d'entretenir leur corps tout en passant un moment convivial avec leur copine ou de faire de nouvelles rencontres.

Pour cela Marine BEN SLIMANE pour lesRMG + CAF et le step et une animatrice de VITA DANSE pour la Zumba.

Cinq heures de cours par semaine :
- 2h le lundi et 1h le mercredi pour la RMG+CAF basé sur l'entretien corporel (fessier, abdominaux, jambes, cardio) avec tout type de matériel
- 1h le mercredi pour le step avec chorégraphie, cardio et renforcement musculaire.
- 1h le jeudi pour la zumba

Reprises en 2018
RMG + CAF Lundi 17 sept.
Step Mercredi 19 sept.
Zumba Jeudi 6 sept.

Certificat médical obligatoire à l'inscription.

Licence sous réserve d'augmentation par la fédération

Lieu
Salle des fêtes à Fléac

Animatrices
RMG + CAF & Step
Marine **BEN SLIMANE**
Zumba
Vita **DANSE**

Jours et Horaires
RMG + CAF Lundi
de 18h15 à 19h15
ou de 19h15 à 20h15
RMG + CAF Mercredi
de 19h15 à 20h15
Step Mercredi
de 18h15 à 19h15
Zumba Jeudi
de 19h00 à 20h00

Tarifs
RMG+CAF ou Step (1h)
36 €/an (+ licence 24,30 €)
+ Adhésion MJC
RMG+CAF (2h)
ou RMG+CAF (1h) + Step (1h)
60,80 €/an (+ licence 24,30 €)
+ Adhésion MJC
Zumba (1h)
102 €/an
+ Adhésion MJC
RMG+CAF (1h) ou Step (1h) + Zumba (1h)
ou RMG+CAF (2h) + Step (1h)
115,80 €/an (+ licence 24,30 €)
+ Adhésion MJC
RMG+CAF (1h) + Step (1h) + Zumba (1h) ou RMG+CAF (2h) + Zumba (1h)
165,80 €/an (+ licence 24,30 €)
+ Adhésion MJC

Baby gym

De 4 à 6 ans

Les séances concernent les enfants âgés de 4 à 6 ans. Elles se déroulent au dojo à Fléac. Elles permettent de maîtriser mieux son corps, de se situer dans l'espace, d'avoir le sens d'observation et de réaction. De plus, ces séances mettent les enfants en condition d'apprentissage différent de la vie en collectivité avec des règles propres à l'activité.
La section baby gym est une porte d'entrée à l'école multisports pour les enfants qui passent en CP.

Certificat médical obligatoire à l'inscription.

Lieu
Dojo à Fléac
(à côté de la salle des sports)

Animatrice
Marine **BEN SLIMANE**

Jour et Horaires
Jeudi
de 16h30 à 17h30
ou de 17h30 à 18h30

Reprise en 2018
Jeudi 13 septembre

Tarif
85 €/an
+ Adhésion MJC

Remarque
10 enfants maximum par cours.

Danse orientale

ADULTES

Découverte et/ou apprentissage de la danse orientale classique et contemporaine ainsi que de nombreux autres styles et formes de danses orientales. Elle est adaptée à tous les âges et morphologies. Elle participe à développer souplesse, tonicité musculaire, équilibre, sensualité, grâce, posture et maintien et coordination mais aussi expression, confiance en soi et image de soi. Apprentissage des pas, mouvements et déplacements, pédagogie variée.

Certificat médical obligatoire à l'inscription.

Lieu
EVS-MJC
Serge GAINSBOURG
(Salle de diffusion)

Animatrice
Carlotta **COSTANZI**

Jour et Horaire
Mardi
de 18h30 à 19h30

Reprise en 2018
Mardi 4 septembre

Tarif
152 €/an
+ Adhésion MJC

Sport

Gym pilates
FAMILLE ET ADULTES

La méthode pilates permet le bien-être car en devant se recentrer sur soi- même pour isoler certains groupes musculaire, en devant être concentré sur sa respiration, on renforce les muscles profonds permettant après plusieurs séances d'améliorer sa posture (ce qui permet de limiter les douleurs de dos notamment).

Certificat médical obligatoire à l'inscription.

Lieu
Salle des fêtes à Fléac
Animateur
Mathieu **PHIALIP**
Jour et Horaires
Mardi (Parents/Enfants à partir de 4 ans)
de 17h00 à 18h00
Mardi (Adultes)
de 18h30 à 19h30
Reprise en 2018
Mardi 4 septembre
Tarif
152 €/an
+ Adhésion MJC

Gym douce
ADULTES

Cette section permet à chaque adulte homme et femme de tout âge de pratiquer ou de reprendre à son rythme une activité physique régulière. Les séances sont surtout axées sur l'entretien physique, l'équilibre, la mobilité des mouvements et la coordination avec du matériel varié.
Comme on le sait l'activité physique permet de garder la forme et même de la développer.

Certificat médical obligatoire à l'inscription.

Reprise en 2018
Lundi 10 septembre

Lieux
Dojo à Fléac le lundi
Salle des fêtes à Fléac le mercredi & le vendredi
Animatrice
Marine **BEN SLIMANE**
Jours et Horaires
Lundi et Vendredi
de 10h00 à 11h00
Mercredi
de 09h30 à 10h30
ou 10h30 à 11h30
Tarifs
1 séance par semaine
55 €/an **+ Adhésion MJC**
2 séances par semaine
100 €/an **+ Adhésion MJC**
3 séances par semaine
135 €/an **+ Adhésion MJC**

Ecole multisports

ENFANTS de 6 à 10 ans — **ADOS** de 11 à 15 ans — **ADULTES** + de 15 ans

Indécis : vous ne savez pas quel sport choisir ? Le sport, ce n'est pas votre tasse de thé ! Cette école est le moyen de tester durant toute une saison une multitude de sports. Sous forme de jeux, de challenges, vous pouvez vous découvrir des talents à travers une dizaine de disciplines abordées. Ateliers, stages et semaines.

La section multisports adultes va permettre à un plus grand nombre de pratiquer un maximum d'activités sportives, toutes de manière ludique. Alors que vous soyez débutant ou confirmé, venez expérimenter des sports lors de séances où convivialité et plaisir seront les maîtres mots.

Certificat médical obligatoire à l'inscription.

Lieu
Salles des sports à Fléac
Animatrice
Marine **BEN SLIMANE**
Jours et Horaires
ENFANTS
Mercredi
de 16h00 à 17h30
Vendredi
de 17h30 à 18h30
Tarif ENFANTS
85 €/an
+ Adhésion MJC
Jours et Horaires
ADULTES
Mercredi
de 20h30 à 22h00
Tarif ADULTES
35 €/an
+ Adhésion MJC
Jour et Horaire
ADOS
Vendredi
de 18h30 à 19h30
Tarif ADOS
85 €/an
+ Adhésion MJC
Reprise en 2018
Mercredi 12 septembre

Sport

Savate, Boxe française

À partir de 6 ans

Vous êtes soucieux du bon développement physique, intellectuel et moral de vos enfants? Faites confiance à la savate boxe française : sport complet, école de caractère favorisant l'éducation de l'équilibre et de la coordination. Unanimement recommandée par les médecins et les pédagogues, elle développe aussi adresse, vigueur, détente et réflexe. Distrayante, la savate boxe française dévie l'agressivité naturelle de l'enfant vers des confrontations sans danger et lui permet de se libérer de ses tensions en développant sang- froid et maîtrise de soi. Ces qualités s'appliquent également pour les ados et les adultes. Pour eux, la savate boxe française est un excellent sport de défoulement, très complet et adapté aussi bien pour les hommes que pour les femmes.

Self-défense
(savate bâton défense)

ADOS (à partir de 13 ans) et ADULTES

Ce sont des formes pratiques visant à développer une compétence d'auto-défense. L'entraînement en savate bâton défense vise à développer les capacités réactionnelles du pratiquant face à une agression avec ou sans arme. Sa pédagogie spécifique prend en considération les paramètres intervenant dans une agression. C'est un excellent sport de défense qui permet d'obtenir une bonne confiance en soi et de se défendre tout en respectant le cadre légal de légitime défense. Les techniques peuvent être adaptées aux différents publics (ados, femmes, etc.)

Savate forme
NOUVEAU

C'est une pratique sans opposition, où l'on simule des assauts en musique.
Discipline à la frontière entre les sports de combat et le fitness, elle est ouverte à tous, hommes et femmes (à partir de 13 ans), pratiquants de savate boxe française ou non, et quel que soit son niveau.
L'objectif principal est la recherche du bien-être physique et mental par une pratique conviviale, dynamique, qui utilise la gestuelle de la savate sur un support musical. La Savate Forme développe et améliore les capacités physiques : endurance, vitesse, coordination, force et souplesse.

Animateurs

Maryline **PASQUET**
(Monitrice et titulaire d'un CQP Savate Boxe Française et de Canne de Combat)

René **PASQUET**
(Diplômé d'état DEJEPS, instructeur Fédéral et titulaire de la Spécialisation Fédérale Public Handicapé.)

Jours et Horaires

Savate boxe française

ENFANTS de 6 à 12 ans
Vendredi
de 18h00 à 19h00

ADOS & ADULTES
Mardi et Vendredi
de 19h10 à 20h10

Self-défense
à partir de 13 ans
Mardi
de 18h00 à 19h00

Savate forme
NOUVEAU
à partir de 13 ans
Vendredi
de 20h20 à 21h20

Lieu

EVS-MJC
Serge GAINSBOURG
(Salle 3 rue du château)

Reprise en 2018

Mardi 4 septembre

Tarifs

Savate boxe française

ENFANTS de 6 à 12 ans
70 €/an + licence
+ Adhésion MJC

ADOS & ADULTES
88 €/an + licence
+ Adhésion MJC

Self-défense
+ Savate forme
88 €/an + licence
+ Adhésion MJC

Licences

- 16 ans : 17 €
+ 16 ans : 33 €
(sous réserve d'augmentation par la fédération)

Certificat médical obligatoire à l'inscription.

Il existe d'innombrables passerelles entre la savate forme et la boxe française.
La savate forme est sans aucun doute une façon privilégiée d'aborder la savate boxe française aujourd'hui. Elle permet de pratiquer la savate à tout âge.
La savate forme est l'espace où se rencontrent boxeurs et non boxeurs.
C'est un concept construit à partir de la gestuelle, des techniques et de la culture savate boxe française.

Techniques

Astronomie

http://astrosurf.com/clubapbourge
Facebook : club d'astronomie de Charente

À partir de 10 ans

Découverte du ciel : les constellations, les principales étoiles. Télescope de 200 et 400 mm permettant la découverte d'objets invisibles à l'oeil nu.

Remarque :
Les rendez-vous se font place de l'église à Fléac

Lieu
Doyenné à Fléac
(salle W. Jourdain)
et **sites extérieurs**
pour observations.

Animateurs
Olivier **GAUTHIER**
Christian **LERME**

Jour et Horaires
Vendredi
à 20h30 (à partir de la reprise)
à 21h00 (heure d'été)
Calendrier des séances établi en fonction du calendrier lunaire.

Reprise en 2018
Vendredi 14 septembre

Tarif
32 €/an **+ Adhésion MJC**

Photographie

Tout public

Ateliers numérique photo :
Cela va du développement à l'impression, encadrement en passant par les retouches.Nous mettons à disposition toutes les compétences les plus abouties de chacun.

Réunions photo :
Nous critiquons nos photos pour appréhender la composition, préparons les expos et concours locaux en choisissant collégialement les photos participantes ; nous abordons aussi un aspect technique avec un exposé d'un de nos adhérents maîtrisant le sujet.

Sorties Photo :
sur le terrain, nous mettons en œuvre un thème précis en vue d'aborder un aspect technique (vitesse, ouverture, profondeur de champs). Nous pouvons rester sur Fléac ou bien nous déplacer (ex : Zoo de la Palmyre).

Exposition et Concours à Fléac :
Les Rencontres Artistiques de Fléac qui ont lieu au château de Fléac le dernier week-end de Novembre
La Mairie de Fléac et la section photo de l'EVS-MJC organisent un concours photographique s'appuyant sur une exposition d'artistes (peintres et sculpteurs) autour d'un thème commun.

Lieu
Doyenné à Fléac
(salle W. Jourdain)

Animateur
Bernard **TAMISIER**

Jour et Horaire
Mercredi
à 20h00

Tarif
32 €/an **+ Adhésion MJC**

Reprise en 2018
Mercredi 12 septembre

Informatique

Ecole publique numérique

Tout public

Lieu de rencontre et de bonne humeur, ouvert à tous, l'Espace Public Numérique (EPN) permet d'accéder, de découvrir, de s'informer, d'échanger, de créer et de s'initier aux outils, aux services et aux innovations liés au numérique dans le cadre d'actions diversifiées : ateliers collectifs d'initiation ou de production, libre consultation...
Peu importe votre niveau, votre appareil multimédia, il y a des cours pour tous les goûts ! Ici, pas de mauvais points...

Lieu
Mairie à Linars (Espace Public Numérique - EPN)

Reprise en 2018
Lundi 17 septembre

Jours et Horaires
Débutant
Lundi de 10h00 à 12h00

Débutant
tablette/smartphone
Lundi de 13h30 à 15h30

Intermédiaire
Mardi de 10h00 à 12h00

Animateur
Jean-Charles **GARCIA**

Tarif
110 €/an **+ Adhésion MJC**

Intermédiaire
tablette/smartphone
Jeudi de 13h30 à 15h30

La quotidienne du numérique
Vendredi de 10h00 à 12h00

Temps libre
Lundi, Mardi, Jeudi, Vendredi
de 9h00 à 10h00

Vous souhaitez obtenir ou renouveler une licence « compétition » d'une fédération sportive

Vous devez présenter **un certificat médical** de non contre-indication à la pratique du sport ou de la discipline concernée **en compétition**, datant de moins d'un an, lors de votre demande de première licence.

Un nouveau certificat vous sera demandé tous les 3 ans pour le renouvellement de votre licence.

Vous souhaitez obtenir ou renouveler une licence « loisir » (hors compétition) d'une fédération sportive

Vous devez présenter **un certificat médical** de non contre indication à la pratique du sport ou de la discipline concernée, datant de moins d'un an, lors de votre première demande de licence.
La fréquence de présentation d'un nouveau certificat pour le renouvellement de votre licence est déterminée par la fédération concernée.

LE QUESTIONNAIRE DE SANTÉ

Le renseignement du questionnaire de santé est obligatoire lorsque la présentation d'un certificat médical n'est pas exigée lors du renouvellement de la licence.

Pour renouveler sa licence, le sportif atteste qu'il a répondu par la négative à l'ensemble des rubriques du questionnaire. Une réponse positive à une des rubriques entraîne la nécessité de présenter un certificat médical.

Pour plus de renseignements : http://www.sports.gouv.fr/pratiques-sportives/pratique-securite/securite-sur-la-voie-publique/article/Le-certificat-medical

Histoire locale

Tout public

Fléac d'hier et d'aujourd'hui autour de son patrimoine et des hommes

Découvrir et explorer l'origine de nos lieux dits, leurs anecdotes.

Participer aux sorties culturelles et au voyage annuel.

Venez rejoindre la section Histoire locale de la MJC.

Lieu
Doyenné à Fléac
(salle W. Jourdain)
Animatrice
Nicole **CHARRIER**
Jour et Horaires
1er mardi de chaque mois
à 20h00 (heure d'hiver)
à 20h30 (heure d'été)
Reprise en 2018
Mardi 4 septembre
Tarif
17 €/an **+ Adhésion MJC**

Art manuel

ENFANTS à partir de 7 ans et ADULTES

Venez rejoindre la section et tester au plaisir de la peinture, au travers du homedéco, du scrap ou du modelage ...
pour réaliser de jolis objets

Les enfants devront être accompagnés d'un adulte.

Lieu
EVS-MJC Serge Gainsbourg
(salle familiale)
Animatrice
M. F. **RABOISSON**
Jour et Horaire
1 samedi par mois
de 14h30 à 17h00
Tarif ENFANTS
17 €/an + 5 €/ séance
+ Adhésion MJC
Tarif ADULTES
17 €/an + 10 €/ séance
+ Adhésion MJC
Reprises en 2018
Lundi 29 septembre

Culture

Tarot
ADULTES

La section est ouverte à tous les adultes quelques soient leurs âges passionnés par les cartes, qui désirent passer un moment convivial.

Débutant ou confirmé, n'hésitez pas à nous rejoindre, vous serez le bienvenu pour échanger conseils et astuces sur les techniques du tarot.

Lieu
EVS-MJC
Serge GAINSBOURG
(salle familiale)
Animateurs
G. et N. **CHEVALIER**
André **MESNARD**
Jour et Horaire
Mardi
à 20h30
Reprise en 2018
Mardi 4 septembre
Tarif
17 €/an **+ Adhésion MJC**

Dessin-Peinture
ENFANTS à partir de 9 ans et ADULTES

ENFANTS
Apprendre à observer une image ou un sujet et le reproduire au mieux, expérimenter différentes techniques de peinture et de dessin. Travailler sa propre créativité.

ADULTES
Apprendre à observer une image pour la reproduire en dessin ou en peinture en passant par différentes techniques et divers sujets. Travailler ou découvrir son propre style à travers des exercices de difficultés différentes.
Apprendre à s'exprimer par la couleur.

Lieu
Doyenné à Fléac
(salle W. Jourdain)
Animatrice
Carlotta **COSTANZI**
Jour et Horaires
ENFANTS
Mardi
de 17h00 à 18h00
ADULTES
Mardi
de 14h00 à 16h30
Reprise en 2018
Mardi 11 septembre
Tarif ENFANTS
90 €/an
+ Adhésion MJC
Tarif ADULTES
140 €/an
+ Adhésion MJC

Art floral
À partir de 16 ans

L'Art floral est un savoir-faire unissant créativité et techniques afin de réaliser des compositions florales (mille-feuilles, aquarium d'autonome, pirogue fleurie).

16 personnes maximum

Lieu
EVS-MJC
Serge GAINSBOURG
(salle familiale)
Animatrice
Murielle de **l'Iris Bleu**
Jour et Horaire
Un jeudi par mois
de 20h30 à 22h30
Reprise en 2018
Jeudi 20 septembre
Tarif
17 €/an + 20 €/séance
+ Adhésion MJC

Couture
ADULTES

Les personnes assistant aux cours de couture prennent l'initiative de leurs travaux et s'entraident pour la mise en œuvre et l'accomplissement de leurs souhaits. Venez rejoindre à cet atelier convivial où vous pourrez débuter ou approfondir vos pratiques.

L'activité travaille en partage de compétences.

Lieu
EVS-MJC
Serge GAINSBOURG
(salle familiale)
Référent
Philippe **SENERS**
Jour et Horaire
Mardi
de 18h15 à 20h15
Reprise en 2018
Mardi 4 septembre
Tarif
30 €/an
+ Adhésion MJC

Planning de vos activités

2018 - 2019

Lundi	Mardi	Mercredi
8h Randonnée pédestre marche sportive 18/20 Kms	8h30 Randonnée pédestre Marche loisir 8/9 Kms	
9h-10h informatique accès libre	9h-10h informatique accès libre	9h30-10h30 Gym Douce
10h-11h Gym Douce	9h-11h45 Marche Nordique	10h30-11h30 Gym Douce
10h-12h cours informatique		
13h30-15h30 cours informatique		
15h-16h30 Yoga		
16h30-17h30 stretching postural	17h-18h Dessin-Peinture	16h-17h30 EMS enfant
	17h-18h Gym pilate enfants/ parent	
18h30-20h00 Yoga	17h45-18h45 Badminton enfant/ados	
18h15-19h15 Renforcement Musculaire Général	18h-19h self-défence	18h15-19h15 Step
	18h15-20h15 Couture	
	18h30-19h30 Gym PIlates	18h45-19h45 Djembé
19h15-20h15 Renforcement Musculaire Général	19h10-20h10 Boxe française ados/adultes	19h15-20h15 Cuisse Abdos Fessiers
	20h hiver / 20h30 été Histoire locale (1er mardi du mois)	20h00 Photographie
	20h30 Tarot	
	20h30-22h30 Tennis de table	20h30-22h multi sport adultes

Jeudi	Vendredi	Samedi
8h30 Randonnée pédestre marche sportive 13/15 Kms		
	9h-11h45 Marche Nordique	
10h-12h cours informatique	10h-11h Gym Douce	
	10h-11h QI Gong	
	10h-12h cours informatique	
13h30-15h30 cours informatique		
		14h30-17h Art manuel enfants/adultes
16h30-17h30 Baby Gym		
17h30-18h30 Baby Gym	17h30-18h30 EMS enfant	
18h-19h15 Sophrologie	18h-19h Boxe française enfant	
19h-20h Zumba	18h30-19h30 EMS ados	
20h30-22h30 Art floral (un par mois)	19h10-20h10 Savate boxe française ados/adultes	
	20h20-21h20 Savate forme	
	20h30 (21h été) Astronomie	
	20h30-22h30 Tennis de table	

- centre commercial
- gymnase
- salle des fêtes
- salle familiale
- Dojo

- MJC salle de boxe (3 rue du château)
- salle diffusion
- Doyenné
- espace public numérique-EPN

L'équipe de l'EVS-MJC

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Christine **AUDRA**	Membre
Marie-Ange **BOSSY**	Membre du bureau
Bernadette **CAMPO**	Trésorière adjointe
Chantal **CAZENAVE**	Vice-présidente
Sophie **CHAPAT**	Membre
Chrystel **CHARBONNIER**	Secrétaire
Nicole **CHARRIER**	Membre
Bénédicte **CHEMINADE**	Membre
Geneviève **LE ROY**	Membre
Jean-Louis **NICOLAS**	Membre
Alain **PIAUD**	Membre
Patrick **ROSSIGNOL**	Trésorier
Pascal **SCHMITT**	Président

MEMBRES DE DROIT

Délégué FRMJC	Philippe **DOYEN**
Directrice EVS-MJC	Marie-Lise **DOUBLET**

Maire de Fléac ou son représentant
Maire de Hiersac ou son représentant
Maire de Linars ou son représentant
Maire de Saint Saturnin ou son représentant
Maire de Champmillon ou son représentant

MEMBRES INVITES

CAF de la Charente	**Directeur de l'A.S.**
Ecole Primaire de Fléac	Didier **BELAIR**
Partenaire associé	**Comité de Jumelage**
Délégué du personnel	

DIRECTION

Marie Lise **DOUBLET**

EQUIPE ADMINISTRATIVE

Christophe **BOSSY**	Aide-comptable, Accueil
Max **GEFFARD**	Comptabilité
Laura **GERRITSE**	Assistante de direction

SECTEUR ENFANCE JEUNESSE

Responsables

Nicolas **LEFRANC**	Coordinateur Pédagogique
Mélissa **RIFFAUD**	Coordinatrice Pédagogique
Geoffrey **LOUIS**	Coordinateur Jeunesse
Amélie **GARAND**	Educatrice Jeunes Enfants
Lucille **BOISSEAU**	Educatrice Jeunes Enfants
Marine **BEN SLIMANE**	Coordination activités sportives et bien-être

Animatrices / Animateurs

Marine COURRAUD, Justine DEMAU, Aurélie FAVEREAU, Murielle LEVESCOT

JARDIN PARTAGÉ

Jean-Charles **GARCIA**

ESPACE DE VIE SOCIALE

Mélanie **DESSALLE**

TECHNICIENS D'ACTIVITÉS

Bernard **TAMISIER**	Marche nordique
Guy **BOSSY**	Randonnée pédestre
Christian **KRACZKOWSKI**	Yoga
Catherine **DE FARIA**	Qi Gong
Véronique **DECREON-SAMSON**	Sophrologie
Patrick **LOJEWSKI**	Tennis de table
Vita **DANSE**	Zumba
Carlotta **COSTANZI**	Danse orientale
Mathieu **PHIALIP**	Gym pilates
Maryline & René **PASQUET**	Savate, Boxe française, self-défense
Christian **LERME**	Astronomie
Bernard **TAMISIER**	Photographie
Jean-Charles **GARCIA**	Informatique
Nicole **CHARRIER**	Histoire locale
Marie-Françoise **RABOISSON**	Art manuel
Gilles & Nicole **CHEVALIER** & André **MESNARD**	Tarot
Murielle de **l'Iris Bleu**	Art Floral
Carlotta **COSTANZI**	Dessin / Peinture
Philippe **SENERS**	Couture

Nos partenaires

Intermarché contact
les Mousquetaires
LINARS
OUVERT LE DIMANCHE MATIN
Tél. 05 45 91 12 65
15, route des Boisdons LINARS
Gaz
Station 24h/24
Presse
Photomaton
Photocopie
Développement Photos numériques
Lundi au samedi de 9h à 12h30 / 15h à 19H30 - Le dimanche de 9h à 12h30

L'ATELIER DU LINGE
05 45 65 01 05
LAVERIE
RETOUCHE
REPASSAGE
PRESSING
Ouvert
du lundi au vendredi
8h-12h30/14h30-18h30
& samedi
9h-12h
5ter, rue des petits près, C. Commercial 16730 Fléac

Jacques AMBLARD
votre menuisier conseil
Jacques AMBLARD
Gérant
Artisan
29, rue de l'Europe - ZE Les Voûtes
16730 FLEAC
Tél. : 05 45 91 62 28
Fax : 05 45 91 70 36
E-mail : sarl.jacques.amblard@orange.fr
MILLE ET UNE BAIES
www.jacques-amblard.fr

Lionel NARCES
Chauffage ; Dépannage entretien
Service entretien ; Service après-vente
Installation chauffage ; Gaz & Fuel
Régulation Plomberie
4 Imp. de la Paillasse - 16290 Saint-Saturnin
Tél : 05 45 23 53 92 - 06 08 24 45 38

LE FOURNIL DE FLÉAC
ARTISAN BOULANGER PATISSIER
Loetitia et Arnaud COUTURIER
05 45 91 06 92
15, rue des petits prés
16730 FLÉAC

Visite d'une distillerie, explications sur l'élaboration du pineau et du cognac. Musée vieux outils, musée 1900 familial.
Vente directe : Pineau, Cognac, liqueurs, Jus de raisin....
Ouvert toute l'année pour la vente.
Visite commentée d'environ 1h30 gratuite. Nous téléphoner à l'avance
Gaec des Sazaris 6 rue de la Mairie 16730 Fléac
Tél : 05.45.91.04.07 / Fax : 05.45.91.46.78
E-mail : mail@gaecdessazaris.fr
www.gaecdessazaris.fr

SALON DE TOILETTAGE
POIL FOU
TEL : 05.45.91.12.32
Ouvert du mardi au samedi sur rendez-vous
11, rue des Petits Prés
Centre commercial
16730 Fleac

ELECTRICITÉ GÉNÉRALE
Patrick LOJEWSKI
16, RUE DU BOIS DE LA VERGNE - 16730 FLEAC

FRANCE - ÉTRANGER
OUTRE - MER
DEMENAGEMENTS GIRAUD
25, Rue la Combe Jaillou
16730 FLEAC
e-mail:tps-giraud@wanadoo.fr
Tél. 05 45 91 03 06
Fax. 05 45 91 00 28

Garage CHAUVEAU Sarl
2 avenue des plantes 16730 FLEAC
RENAULT
Tél : 05.45.91.04.59
Mécanique. Carrosserie. Vente VN & VO

SLTP
Devis gratuit
4, ZE Gate Grenier
16730 FLÉAC
Fax : 05 45 24 57 78
05 45 91 22 17
sltp710@wanadoo.fr
www.societe-sltp.com
Enrobés
Goudronnage
Bordures
Béton désactivé
Terrassement
Empierrement
Démolition
Assainissement
Location

Nos partenaires

EVS - MJC
Serge Gainsbourg

6, place de l'église
16730 Fléac
Tél : 05 45 91 24 39
Fax : 05 45 91 67 69
secretariat@mjcsgainsbourg.com

Horaires d'ouverture du
secrétariat et de l'accueil
téléphonique de
l'EVS-MJC Serge Gainsbourg :

Lundi
de 9h00 à 12h00
et de 14h00 à 18h30

Mardi, Mercredi, Jeudi et Vendredi
de 14h00 à 18h30

Le site Internet, mis à jour régulièrement,
vous informe de toutes les manifestations,
rendez-vous, forums, animations et évènements.

www.mjcsgainsbourg.com