2019 - 2020

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 2019 au 31 août 2020. Elle vous 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, elle 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

C'est la rentrée et une nouvelle saison au service des familles et des habitants des communes de Fléac, Linars et Saint Saturnin.

Comme chaque année ce livret vous présente la plupart des activités et services proposés par la MJC Serge GAINSBOURG.

Restez à l'écoute de nos informations régulières, car les actions sociales, éducatives ou de loisirs vont certainement grandir et s'adapter aux besoins de tous au fil de la saison.

C'est par votre participation à la vie de notre association et à nos différents projets ancrés sur le territoire des trois communes que nous réussirons, avec toutes les associations et tous les partenaires, à être plus forts et reconnus au service du « vivre ensemble «. Rejoignez nous !

Bonne saison et bonnes activités pour 2019-2020.

**Pascal SCHMITT**
Président de l'EVS-MJC Serge Gainsbourg

## Edito

L'EVS-MJC Serge Gainsbourg est une association d'éducation populaire, qui a été créée en 1966, à but non lucratif et régie par la loi 1901. Elle comptait en 2018 près de 1000 adhérents.

L'EVS-MJC développe depuis de nombreuses années des actions autour de l'accompagnement à la parentalité, met en place des évènements qui favorisent le lien social, le partage et l'échange mais aussi assure depuis plus de dix ans des services à destination des enfants et des jeunes sur les communes de Fléac, Linars et St Saturnin.

L'EVS-MJC propose également de nombreuses activités sportives, culturelles, de bien être, créatives, techniques pour tous les âges.

A travers l'action de L'EVS-MJC, nous visons le développement, l'épanouissement personnel, l'émancipation individuelle et collective, et la transformation de la société.

Pour pratiquer une ou plusieurs activités, vous devrez vous acquitter de l'adhésion annuelle (valable du 1er septembre au 31 août de l'année suivante, ainsi que de la cotisation de l'activité choisie.

Depuis 2014, la Caf de Charente nous a permis de développer un Espace de Vie Sociale.

L'EVS est un lieu de proximité qui prend en compte l'expression des demandes et des initiatives des habitants. Il permet de développer des actions collectives, de renforcer les liens entre les habitants, de générations différentes. L'EVS 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 locale.

## Forum des activités

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

**Le Samedi 14 Septembre 2019 de 9h30 à 13h00 à la salle des Sports 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 !

Pour tout renseignement, vous pouvez contacter le secrétariat de l'EVS-MJC au 05 45 91 24 39 ou par mail à secretariat@mjcsgainsbourg.com

## 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 permet 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 2ans½ à 13 ans à l'accueil de Loisirs
- un enfant et / ou un adulte à une ou plusieurs activités culturelles ou sportives

Pour vous connecter, vous avez 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 ou plusieurs activités 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 votre ou 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 les demandes d'inscriptions ne sont enregistrées qu'après la validation du secrétariat. Assurez-vous (sur votre boîte mail) qu'elles ont été acceptées.

Dorénavant, vous pouvez régler toute facture 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
**L'équipe de l'EVS-MJC**

SOMMAIRE

# Enfance Jeunesse 2018 - 2019

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

Agréée par la PMI, la Halte-Garderie 'Petit à petit' est un mode de garde régulier. C'est une Délégation de Service Public subventionnée par la CAF et par la Municipalité de Fléac. La Halte-Garderie est un lieu d'accueil ponctuel pour les jeunes enfants à raison de 24h maximum par semaine.

La Halte-Garderie amène l'enfant vers la sociabilisation en douceur dans un espace dynamique et rassurant.
De plus, elle permet aux familles de Fléac (aussi de Linars, Saint Saturnin et des communes environnantes) de mieux concilier leur vie professionnelle, familiale et socioculturelle.

Elle favorise également la séparation en douceur en vue d'une première rentrée scolaire grâce à des orientations pédagogiques permettant à l'enfant de gagner en autonomie, en indépendance et en confiance. Pour y parvenir, des activités éducatives, artistiques, sensorielles et de motricité sont mises en place toutes les semaines.

**Lieu**
**EVS-MJC**
**Serge GAINSBOURG**

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

**Assistée de**
Lucille **BOISSEAU**
(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
**Fermé pendant les vacances scolaires**

**Reprise en 2019**
**Lundi 2 septembre**

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

**IMPORTANT**
En cas de besoin URGENT, il existe la possibilité que votre enfant soit accueilli immédiatement.

# Enfance Jeunesse



## Accueil de loisirs sans hébergement (ALSH)

L'ALSH 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.
Il favorise l'accès à la culture, au sport et aux nouvelles technologies de communication.
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 Pitchoune**
**NOUVEAUTÉ**
Nous accueillons dès la rentrée scolaire tous les enfants de deux ans et demi scolarisés en maternelle en Toute Petite et Petite section

**La Maisonnée**
scolarisés en Moyenne et Grande section

**L'Embarcation**
scolarisés en CP, CE1 et CE2

**Le Club**
scolarisés en CM1, CM2 et Collège

**Lieu**
**EVS-MJC Serge GAINSBOURG**

**Responsable**
Nicolas **LEFRANC**

**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 2019**
**Mercredi 4 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 ni programmation, ni proposition spécifique aux jeunes type consommation mais une trame de sujets élaborés par eux qui prend des formes diverses : ateliers, stages, séjours, événements, en fonction leurs projets.

L'accueil fonctionne donc en horaires adaptés et selon la disponibilité des jeunes : deux mercredis par mois de 14h00 à 18h00, et tous les vendredis de 20h00 à 23h00, 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 responsabilité. 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 l'Accueil de Jeunes.

**Lieu**
**EVS-MJC Serge GAINSBOURG**

**Responsable**
Marine **COURRAUD**

**Reprise en 2019**
**Mercredi 4 septembre**

**Tarif**
**Adhésion MJC**

**Remarque**
Pour tous les jeunes du territoire.

# Espace familles

2019 - 2020

## Action sociale

Les actions sociales proposées sont diverses. Elles ont pour but de renfoncer les liens sociaux, la solidarité, l'expression et la prise en compte des citoyens.
Elles favorisent les initiatives des habitants en leur proposant une écoute et un accompagnement pour la mise en œuvre de projets qui les intéressent.

Pour cela, nous mettons en œuvre des temps de rencontre et de partage conviviaux tels que les cafés citoyens, les apéros' cinés, des ateliers variés, des soirées thématiques ainsi qu'un accueil convivial au sein de l'EVS-MJC dans un espace ouvert à tous, où les habitants peuvent se rencontrer, échanger

Les actions sociales proposées passent aussi par l'accompagnement des personnes dans l'accès aux droits : aides aux démarches administratives, informations, mise à disposition de matériel informatique, mobilité.

### Jours et Horaires

**Mardi**
de 9h30 à 17h30
Permanence à l'EVS-MJC Serge GAINSBOURG

**Vendredi**
de 9h30 à 12h30
Permanence à la Mairie
de 12h30 à 17h30
Permanence à l'EVS-MJC Serge GAINSBOURG

### Animatrices

Mélanie **DESSALLE**
(référente familles)
evsmjc@mjcsgainsbourg.com
Lucille **BOISSEAU**

### Tarif

**GRATUIT**
Accès libre, sans condition de ressource ou d'adhésion à la MJC.

### Lieux

**Bureau à la Mairie**
Entrée directe sous le porche - 5 rue de la mairie à Fléac
Tél : 07 86 75 54 47

**Espace Convivial ouvert à tous**
(Jeux, thé, café, ordinateur, ... sur place)
EVS-MJC en entrant à l'accueil à droite

**Bureau à l'EVS-MJC Serge GAINSBOURG**
A l'étage au fond à droite
6 place de l'Eglise à Fléac
Tél : 05 45 91 26 45



## Accompagnement à la parentalité

L'accompagnement à la parentalité passe par l'accueil bienveillant au quotidien des familles au sein des différents espaces d'accueil de l'EVS-MJC : Halte-Garderie, Accueil de loisirs, Espace Jeunes, accueil périscolaire ainsi qu'à travers des temps plus spécifiques tels que les « temps suspendus » : des ateliers parents-enfants (tous les derniers samedis du mois) autour de différentes thématiques (patouille, yoga du rire, musique, danse, histoires ) et les rendez-vous des parents : des temps d'échanges autour de différents sujets concernant la parentalité

Ces propositions se construisent avec les parents, en fonction des besoins et des envies. C'est ainsi que vont être mis en œuvre par exemple des propositions sportives avec accueil des enfants en parallèle

### Lieu

**Espace Convivial ouvert à tous**
(Jeux, thé, café, ordinateur, ... sur place)
EVS-MJC en entrant à l'accueil à droite

### Animatrices

Mélanie **DESSALLE**
(référente familles)
Lucille **BOISSEAU**

### Jours et Horaires

En fonction des actions et des besoins

### Tarif

**GRATUIT**
Ouvert à toutes les familles (parents, grands-parents, parents solos, enfants de tout âge, ...) sans condition de ressource ou d'adhésion à la MJC)

### 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

# 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 et en groupe sur les sentiers de Fléac et ses alentours.
Chaque séance débute par des mouvements d'échauffement, se poursuit par une marche d'environ 10 kms et se termine par des étirements.

Entretien, prévention, amélioration de sa qualité de vie, reprise sportive, affinage de sa silhouette.
Pratique sécurisée encadrée par des moniteurs expérimentés.

**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 2019**
**Dimanche 8 septembre**

**Tarif**
17 €/an
+ licence UFOLEP
**+ Adhésion MJC**

**Licences UFOLEP**
Enfants (nés après le 31/12/2008) : **9,43 €**
Jeunes (nés entre le 01/01/2003 et le 31/12/2008) : **12,89 €**
Adultes (nés avant le 01/01/2003) : **21,94 €**
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**
Marches sportives
André **TEXIER**
Alain **MARCHADIER**
Jean **VAN LANEN**

**Jours et Horaires**
**Lundi** à 8h00
**Mardi** à 8h30
**Jeudi** à 8h30

**Reprise en 2019**
**Lundi 19 août**
**Mardi 20 août**
**Jeudi 22 août**

**Tarif**
17 €/an **+ Adhésion MJC**

## Yoga
### ADULTES

Le yoga permet une conscience de plus en plus approfondie de ce qui se passe en nous sur le plan physique, respiratoire mental et émotionnel.

L'attention est donc un élément fondamental pour être présent dans l'instant au souffle, au corps, au mental et non pas de vivre de façon mécanique et d'être dirigé par nos habitudes mais au contraire être présent et agir nos situations de vie de façon juste.

Le travail postural est toujours adapté aux possibilités des adhérents dans le respect de l'intégrité physique.

**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 2019**
**Lundi 30 septembre**

**Tarif**
157€ / an
**+ Adhésion MJC**

# Bien-être

## Stretching (Soin du dos)
### ADULTES

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

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

**ATTENTION, nombre limité à 10 personnes sur inscription.**

**Certificat médical obligatoire à l'inscription.**

**Lieu**
**EVS-MJC Serge GAINSBOURG**
(Salle de diffusion)
**Animatrice**
Marine **BEN SLIMANE**
**Jour et Horaire**
**Lundi**
de 16h45 à 17h45
**Reprise en 2019**
**Lundi 9 septembre**
**Tarif**
50 € les 10 séances
**+ Adhésion MJC**

## Qi gong
### ADULTES

Gymnastique traditionnelle chinoise pour entretenir la santé, la vitalité, réguler les émotions et apaiser l'esprit qui s'appuie sur le travail du QI (souffle ou énergie) par le mouvement. La respiration et l'attention associées font circuler harmonieusement le Qi dans tout le corps.

**Lieu**
**EVS-MJC Serge GAINSBOURG**
(Salle de diffusion)
**Animatrice**
Catherine **DE FARIA**
**Jour et Horaire**
**Vendredi**
de 9h30 à 11h00
**Reprise en 2019**
**Vendredi 6 septembre**
**Tarif**
167 €/an
**+ Adhésion MJC**

## Sophrologie
### ADULTES

La sophrologie est un ensemble de techniques relaxantes permettant à chacun de trouver des ressources en lui-même. C'est une méthode qui se trouve au croisement de la relaxation occidentale et de la méditation orientale. Elle permet de mieux gérer son stress, de se détendre et de mieux se concentrer.

**Prévoir des vêtements amples, un tapis, un plaid et un coussin.**

**Lieu**
**EVS-MJC Serge GAINSBOURG**
(Salle de diffusion)
**Animatrice**
Véronique **DECREON-SAMSON**
**Jour et Horaire**
**Jeudi**
de 18h00 à 19h15
**Reprise en 2019**
**Jeudi 19 septembre**
**Tarif**
192€ / an
**+ Adhésion MJC**

## Danse libre NOUVEAU
### ADULTES ; PARENTS et ENFANTS (à partir de 4 ans)

La danse libre est une danse intuitive et méditative. Elle permet de libérer les tensions corporelles et les émotions en laissant son corps mener la danse et en ne lui imposant ni contrainte chorégraphique, ni beauté, ni perfection.
C'est s'autoriser à ETRE plutôt qu'à FAIRE .
C'est vivre l'instant présent et se faire plaisir sans jugement.

Elle ne nécessite aucune technicité en danse

**Tarifs ADULTES**
10 € / an + 10 € / séance
**+ Adhésion MJC**
ou
10 € / an + 90 € les 10 séances **+ Adhésion MJC**

**Lieu**
**EVS-MJC Serge GAINSBOURG**
(Salle multisports)
**Animatrice**
Agnès **LAMOUREUX**
**Jours et Horaires**
**ADULTES**
**Mercredi**
de 18h30 à 20h00
**ENFANTS + PARENT**
**Dernier samedi du mois**
de 11h00 à 12h00
**Début**
**Mercredi 18 septembre**
**Tarif ENFANTS + PARENTS**
10 € / an + 8 € / séance
**+ Adhésion MJC**
(tarif pour 2 personnes)

# Sport

## Badminton

### Cours enfants/ados (de 7 à 16 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.**

Sous réserve d'augmentation par la fédération

**Lieu**
**Salle des sports** à Fléac
**Animateur**

**Jour et Horaire**
**Mardi** de 17h45 à 18h45
**Reprise en 2019**
**Mardi 10 septembre**

**Tarif**
60 €/an
+ licence UFOLEP
**+ Adhésion MJC**

**Licences UFOLEP**
**Enfants** (nés après le 31/12/2008) : **12,02 €**
**Jeunes** (nés entre le 01/01/2003 et le 31/12/2008) : **15,48 €**

## Tennis de table

### ADULTES - à partir de 13 ans

Pratique du Tennis de table en loisir ou en compétition (3 équipes en championnat départemental),
dans **une ambiance conviviale et de détente**.

**Certificat médical obligatoire à l'inscription.**

[1] Sous réserve d'augmentation par la fédération

**Lieu**
**Salle des Sports** à Fléac
**Animateur**
Patrick **LOJEWSKI**
**Jours et Horaires**
**Mardi**
de 20h30 à 22h30
**Vendredi**
de 20h30 à 24h00
**Reprise en 2019**
**Vendredi 30 août**
**Tarif**
32 €/an
+ Licence compétition (77€) [1]
**+ Adhésion MJC**

## New style

### NOUVEAU

Le new style est une des danses les plus connues et se pratique sur des musiques Hip-Hop (Rap) ou autres qui sont très rythmiques et comportant beaucoup de basses.

C'est ce type de danse qui est le plus représenté par le biais des clips de Rap et de R'n'B aux Etats-Unis.

**Début en 2019**
**Lundi 9 septembre**

**Tarifs**
**ENFANTS**
85 €/an
**+ Adhésion MJC**

**ADOS / ADULTES**
100 €/an
**+ Adhésion MJC**

**Lieu**
**EVS-MJC**
**Serge GAINSBOURG**
(Salle multisports)
**Animatrice**
Katleen **BLONDO**
**Jours et Horaires**
de 8 à 12 ans
**Lundi**
de 17h30 à 18h30

de 12 à 16 ans
**Jeudi**
de 17h30 à 18h30

de 16 ans et plus
**Jeudi**
de 18h30 à 19h30

Eveil
Initiation de 4 à 8 ans
**Samedi**
de 10h00 à 10h45

**Licences « Compétition » et « Loisir »**

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

# Sport

## RMG + CAF* (Gym) / Step / Zumba

### ADULTES - à partir de 13 ans

* RMG : Renforcement Musculaire Général
CAF : Cuisses Abdofessiers

Ces activités permettent aux femmes d'entretenir leur corps tout en passant un moment convivial avec leur copine ou de faire de nouvelles rencontres.

Pour cela une animatrice de VITA DANSE pour la Zumba et Marine BEN SLIMANE pour la Gym et le Step.

Cinq heures de cours par semaine :

- 2h le lundi et 1h le mercredi pour la gym basée 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 2019**

**RMG + CAF Lundi 16 sept.**
**Step Mercredi 18 sept.**
**Zumba Jeudi 12 mars** 2020

**Certificat médical obligatoire à l'inscription.**

**Lieu**

**Salle des fêtes*** à Fléac

**Animatrices**

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

**Jours et Horaires**

**RMG Lundi**
de 18h15 à 19h15
ou de 19h15 à 20h15
**CAF Mercredi**
de 19h20 à 20h20
**Step Mercredi**
de 18h15 à 19h15
**Zumba Jeudi**
de 19h00 à 20h00

**Tarifs**

**RMG+CAF ou Step** (1h)
85 €/an **+ Adhésion MJC**
**Zumba** (1h)
60 €/an **+ Adhésion MJC**
**RMG+CAF** (2h)
**ou RMG+CAF** (1h) **+ Step** (1h)
130 €/an
**+ Adhésion MJC**
**RMG+CAF** (2h) **+ Step** (1h)
175 €/an **+ Adhésion MJC**
**RMG+CAF** (1h) **+ Zumba** (1h)
115 €/an **+ Adhésion MJC**
**RMG+CAF** (2h) **+ Zumba** (1h)
160 €/an
**+ Adhésion MJC**
**RMG+CAF** (1h) **+ Step** (1h)
**+ Zumba** (1h)
**ou RMG+CAF** (2h)
**+ Zumba** (1h)
160 €/an
**+ Adhésion MJC**

## Danse orientale

### ADULTES

Découverte et approfondissement de la danse orientale classique et contemporaine.
La danse orientale est idéale pour tout âge et toute morphologie.
Elle participe à développer souplesse, tonicité musculaire, équilibre, sens du rythme et coordination. Elle apporte aussi de nombreux bénéfices à l'esprit. En dansant, on se libère de ses tensions, on gagne de la confiance en soi et de la joie à s'exprimer.

**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 2019**

**Mardi 3 septembre**

**Tarif**

152 €/an
**+ Adhésion MJC**

## Travaux de la Salle des Fêtes

Pendant les travaux de la Salle des Fêtes de Fléac, les cours seront assurés dans les lieux suivants :

| | |
|---|---|
| Gym pilates | Dojo de Fléac |
| RMG + CAF (Gym) | Château de Fléac |
| Step | Château de Fléac |
| Gym douce du mercredi | Château de Fléac |
| Gym douce du vendredi | Dojo de Fléac |

# Sport

## Gym pilates
### ADULTES

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

**Certificat médical obligatoire à l'inscription.**

**Lieu**
**Salle des fêtes*** à Fléac
**Animateur**
Mathieu **PHIALIP**
**Jour et Horaires**
**Mardi**
de 18h30 à 19h30
**Reprise en 2019**
**Mardi 3 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.
Car comme on le sait, l'activité physique permet de garder la forme et même de la développer.

**Certificat médical obligatoire à l'inscription.**

**Lieux**
**Dojo** à Fléac le lundi
**Salle des fêtes*** à Fléac
le mercredi & le vendredi
**Animatrice**
Marine **BEN SLIMANE**
**Jours et Horaires**
**Lundi, Mercredi & Vendredi**
de 10h00 à 11h00
**Reprise en 2019**
**Lundi 9 septembre**
**Tarifs**
1 séance par semaine
70 €/an **+ Adhésion MJC**
2 séances par semaine
110 €/an **+ Adhésion MJC**
3 séances par semaine
150 €/an **+ Adhésion MJC**

## Ecole multisports

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

**Enfants & Ados**
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.

**Adultes**
La section multisports adultes va permettre à un plus grand nombre de pratiquer un maximum d'activités sportives, de manière ludique. Alors que vous soyez un débutant ou un 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
**Animateur**

**Jours et Horaires**
**ENFANTS**
**Mercredi**
de 16h00 à 17h30
**Vendredi**
de 17h30 à 18h30
**Jour et Horaire**
**ADOS**
**Vendredi**
de 18h30 à 19h30
**Jour et Horaire**
**ADULTES**
**Mercredi**
de 20h30 à 22h00
**Reprise en 2019**
**Mercredi 11 septembre**

**Tarifs**
**ENFANTS & ADOS**
85 €/an
**+ Adhésion MJC**
**ADULTES**
35 €/an
**+ Adhésion MJC**

# 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 recommandé par les médecins et les pédagogues, ce sport 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.

## Savate 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 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 à différents publics (ados, femmes, etc.)

**Contact :**
**Mail : savate16@gmail.com**
**Tél : 06 32 17 31 00**

## Savate forme

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.
Il existe d'innombrables passerelles entre la savate forme et la boxe française.



### 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

**Savate défense**
à partir de 13 ans
**Mardi**
de 18h00 à 19h00

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

**Certificat médical obligatoire à l'inscription.**

### Lieu

**EVS-MJC**
**Serge GAINSBOURG**
(Salle 3 du Château)

### Reprise en 2019

**Mardi 17 septembre**

### Tarifs

**Savate boxe française**

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

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

**Savate défense**
70 €/an + licence
**+ Adhésion MJC**

**Savate forme**
70 €/an + licence
**+ Adhésion MJC**

**Savates défense + forme**
88 €/an + licence
**+ Adhésion MJC**

**Licences**
- 16 ans : 20 €
+ 16 ans : 35 €
(sous réserve d'augmentation par la fédération)

Accueil, distribution des dossiers d'inscriptions et prise d'inscriptions les 10 et 13 septembre 2019 à la salle de boxe 3 rue du Château à Fléac.

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

### 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.

**Animateur**

**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 2019**
**Vendredi 13 septembre**

**Tarif**
32 €/an **+ Adhésion MJC**

## Informatique

Ecole publique numérique

**Tout public**

Vous êtes bloqué devant votre écran et vous avez peur de cliquer et de faire une mauvaise manipulation ? L'EPN est un espace d'échange et d'apprentissage autour des nouvelles technologies. Peu importe son niveau en informatique, les cours permettent de découvrir, de s'initier ou de se perfectionner dans son quotidien numérique, Internet et tout ce qui touche au multimédia
Ne paniquez plus et n'hésitez pas à passer la porte de l'EPN de la MJC, un animateur vous proposera de l'aide avec votre ordinateur, tablette ou smartphone...

**Lieu**
**Mairie à Linars** (Espace Public Numérique - EPN)

**Animateur**
Jean-Charles **GARCIA**

**Jours et Horaires**
Débutants
**Lundi** de 09h00 à 12h00

Débutants
tablette/smartphone
**Lundi** de 13h30 à 15h30

Intermédiaires
**Mardi** de 09h00 à 11h00

Intermédiaires
tablette/smartphone
**Jeudi** de 13h30 à 15h30

La quotidienne du numérique
**Vendredi** de 09h00 à 11h00

**Reprise en 2019**
**Lundi 09 septembre**

**Tarif**
110 €/an **+ Adhésion MJC**

## Photographie

**Tout public**

**Ateliers numérique photo :**
Cela va du développement à l'impression, l'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 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**
**EVS-MJC**
**Serge GAINSBOURG**
(Salle A)

**Animateur**
Bernard **TAMISIER**

**Jour et Horaire**
**Mercredi**
à 20h00

**Reprise en 2019**
**Mercredi 11 septembre**

**Tarif**
32 €/an **+ Adhésion MJC**

### 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

Les renseignements 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**

A chaque réunion ; étude de l'histoire de Fléac du néolithique à l'époque actuelle.

Etude de documents anciens.

Selon les cas, déplacement dans la commune.

**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 2019**
**Mardi 3 septembre**
**Tarif**
17 €/an **+ Adhésion MJC**

## Art manuel

**ENFANTS à partir de 7 ans et ADULTES**

Un atelier où nous pouvons échanger, partager et choisir nos activités créatives dans une ambiance conviviale

Créer, Décorer, Transformer, Recycler, Relooker, Peindre, à vos goûts et couleurs.

et aussi carterie, scrapbooking, quilling, pop up ....

**Les enfants devront être accompagnés d'un adulte.**

**Lieu**
**EVS-MJC Serge Gainsbourg**
(salle familiale)
**Animatrice**
M. F. **RABOISSON**
**Jour et Horaire**
**2 samedis par mois**
de 14h30 à 17h00
**Tarif ENFANTS**
17 €/an + 5 €/ par mois
**+ Adhésion MJC**
**Tarif ADULTES**
17 €/an + 10 €/ par mois
**+ Adhésion MJC**
**Reprises en 2019**
**Lundi 14 septembre**

# Culture

## Tarot
### ADULTES

La section est ouverte à toutes les personnes, jeunes et moins jeunes, passionnées 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**
(Mardi : salle familiale
Vendredi : Salle du club)
**Animateurs**
Michel **AVRIL**
André **MESNARD**
**Jours et Horaire**
**Mardi** à 20h30
**Vendredi** à 20h30
**Reprise en 2019**
**Mardi 3 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 à le reproduire au mieux.
Développer sa créativité à travers l'expérimentation de différentes techniques de dessin et de peinture.

**ADULTES**
Apprendre à observer une image et la reproduire en dessin ou en peinture selon différentes techniques
Travailler et développer sa propre créativité grâce à des exercices de difficultés différents, selon son niveau.
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 2019**
**Mardi 3 septembre**
**Tarif ENFANTS**
90 €/an
**+ Adhésion MJC**
**Tarif ADULTES**
140 €/an
**+ Adhésion MJC**

## Art floral
### À partir de 16 ans

Venez apprendre ou approfondir le savoir-faire de l'Art Floral. Il unit créativité et techniques afin de réaliser des compositions florales (Charlotte de fleurs, arbre à fleurs de Pâques, tempête de tulipes .)

**20 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 2019**
**Jeudi 12 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.

**Lieu**
**EVS-MJC**
**Serge GAINSBOURG**
(Doyenné)
**Référent**
Philippe **SENERS**
**Jour et Horaire**
**Mardi**
de 18h15 à 20h15
**Reprise en 2019**
**Mardi 3 septembre**
**Tarif**
30 €/an
**+ Adhésion MJC**

# L'équipe de l'EVS-MJC

2019 - 2020

## CONSEIL D'ADMINISTRATION

| | |
|---|---|
| Christine **AUDRA** | Membre |
| Marie-Ange **BOSSY** | Secrétaire |
| Bernadette **CAMPO** | Trésorière adjointe |
| Chantal **GUILLATAUD** | Vice-présidente |
| Sophie **CHAPAT** | Membre |
| Chrystel **CHARBONNIER** | Membre du bureau |
| Nicole **CHARRIER** | Membre |
| Bénédicte **CHEMINADE** | Membre |
| Didier **HYVERNAUD** | Membre du bureau |
| Agnès **LAMOUREUX** | Membre |
| Jean-Louis **NICOLAS** | Membre du bureau |
| Alain **PIAUD** | Membre |
| Julie **RAULT** | Membre |
| Patrick **ROSSIGNOL** | Trésorier |
| Pascal **SCHMITT** | Président |

## MEMBRES DE DROIT

| | |
|---|---|
| Délégué FRMJC | Philippe **DOYEN** |
| Directeur EVS-MJC | David **PERRIN** |

Maire de Fléac ou son représentant
Maire de Linars ou son représentant
Maire de Saint Saturnin 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 CSE | Nicolas **LEFRANC** |

## DIRECTION

David **PERRIN**

## EQUIPE ADMINISTRATIVE

| | |
|---|---|
| Christophe **BOSSY** | Accueil |
| Monique **DROGAT** | Comptabilité |

## ENTRETIEN

Valérie **NAUDON**
Ketty **LOUISETTE MABOUNDOU**

## ESPACE DE VIE SOCIALE

| | |
|---|---|
| **Mélanie DESSALLE** | Référente famille |
| **Lucille BOISSEAU** | |



## SECTEUR PETITE ENFANCE

### Responsable Halte-garderie

| | |
|---|---|
| **Amélie GARAND** | Educatrice Jeunes Enfants |

### Assistante

| | |
|---|---|
| **Lucille BOISSEAU** | Educatrice Jeunes Enfants |

### Animatrices

Aurélie FAVEREAU, Murielle LEVESCOT

## SECTEUR ENFANCE - JEUNESSE

| | |
|---|---|
| **Nicolas LEFRANC** | Coordinateur Pédagogique du secteur Enfance-Jeunesse |
| **Marine COURRAUD** | Responsable secteur jeunes |
| **Nicolas LEFRANC** | Coordinateur périscolaire Fléac |
| **Mélissa RIFFAUD** | Coordinatrice périscolaire Linars |
| **Marine COURRAUD** | Coordinatrice périscolaire St-Saturnin |

### Animatrices / Animateurs

Lucille BOISSEAU, Katleen BLONDO, Aurélie FAVEREAU, Christelle FREITAS-RODRIGUES, Jean-Charles GARCIA, Murielle LEVESCOT, Mathieu NOTTEBAR, Melissa RIFFAUD

## TECHNICIENS D'ACTIVITÉS

| | |
|---|---|
| **Murielle de l'Iris Bleu** | Art Floral |
| **Marie-Françoise RABOISSON** | Art manuel |
| **Philippe SENERS** | Couture |
| **Agnès LAMOUREUX** | Danse libre |
| **Carlotta COSTANZI** | Danse orientale |
| **Carlotta COSTANZI** | Dessin / Peinture |
| **Jean-Charles GARCIA** | EPN |
| **Marine BEN SLIMANE** | Gym douce |
| **Mathieu PHIALIP** | Gym pilates |
| **Nicole CHARRIER** | Histoire locale |
| **Francis BLANC** | Marche nordique |
| **Stéphane CHOTARD** | Marche nordique |
| **Alain GOICHON** | Marche nordique |
| **Ahmed HIMDI** | Marche nordique |
| **Bernard TAMISIER** | Marche nordique |
| **Katleen BLONDO** | New style |
| **Bernard TAMISIER** | Photographie |
| **Catherine DE FARIA** | Qi Gong |
| **Alain MARCHADIER** | Randonnée pédestre |
| **André TEXIER** | Randonnée pédestre |
| **Jean VAN LANEN** | Randonnée pédestre |
| **Marine BEN SLIMANE** | RMG + CAF / Step |
| **Maryline & René PASQUET** | Savate, Boxe française, savate défense |
| **Véronique DECREON-SAMSON** | Sophrologie |
| **Marine BEN SLIMANE** | Stretching - Soin du dos |
| **Michel AVRIL** | Tarot |
| **André MESNARD** | Tarot |
| **Patrick LOJEWSKI** | Tennis de table |
| **Christian KRACZKOWSKI** | Yoga |
| **Vita DANSE** | Zumba |

# Nos partenaires




les Mousquetaires
Intermarché contact
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

Jacques AMBLARD
Jacques AMBLARD
Gérant
www.jacques-amblard.fr

NARCES Nicolas
PLOMBERIE - SANITAIRE
CHAUFFAGE
ENTRETIEN - DÉPANNAGE
RAMONAGE
06.40.21.25.10
16290 Asnières-sur-Nouère

LE FOURNIL DE FLÉAC
ARTISAN BOULANGER PATISSIER
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
Mail : mail@gaecdessazaris.fr

ELECTRICITÉ GÉNÉRALE Patrick LOUEWENT

SALON DE TOILETTAGE
POIL FOU
TEL : 05.45.91.12.32
Ouvert du mardi au samedi sur rendez-vous

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

Rituel de beauté
Stéphanie
05 45 06 95 53

S'prix Fruits
5 rue des Petits Près
(Centre commercial)
16730 FLEAC
05 45 91 40 44
Fruits, Légumes, Volailles, Fromages du Jura, ...
du lundi au samedi 8h30 - 12h30 & 14h30 - 19h
le dimanche & jours fériés 9h - 12h

FLEAC AUTOS
Réparations, diagnostiques toutes marques.
Pneumatiques généralistes, climatisation.
Vente VO , VH et VU toutes marques.
Véhicules de courtoisie.

A l'Iris Bleu
Art Floral et Décoration
137, avenue Wilson
16600 RUELLE
05 45 65 67 83

SOFLUX GROUPE

snee GROUPE SOFLUX

Mobilier de France
Meubles DAVID
Route nationale 141 - 16730 Fléac
05 45 91 03 39

Charente Croisières
Adresse de correspondance :
18 rue Porteau Barraud 16730 FLÉAC
06 60 17 36 96 - mail@charentecroisieres.fr
www.charentecroisieres.fr

rochebobois
R.N. 141 - 16730 Fléac
05 45 91 09 09

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

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