

LA MAISON POUR TOUS

LA HAYE AUX MOINES

22
23

L'ADHESION

L'Adhésion à notre association est **obligatoire** pour la pratique de toutes les activités et donne droit à un cours d'essai. Elle est **non remboursable** et commune aux autres MJC de Créteil.

- de 20 ans : 12 €

Famille (dès 3 pers) : 25 €

+ de 20 ans : 13 €



LA COTISATION

Coupons Sport et Chèques Vacances acceptés

La cotisation, que vous réglez, correspond au tarif de l'activité fixé par le Conseil d'Administration pour couvrir partiellement les frais de fonctionnement et d'encadrement pour 32 séances de septembre 2022 à juin 2023. *Les tarifs ont été augmentés cette saison, le dernier ajustement datait de 2007!*

- ▶ Les tarifs indiqués s'adressent aux personnes résidant ou travaillant à Créteil (sur justificatif).
- ▶ Une majoration de 20 % est appliquée pour les non cristoliens.
- ▶ Un tarif trimestriel est appliqué pour les inscriptions en cours d'année.
- ▶ Possibilité d'échelonnement du paiement de l'activité (chèques minimum 45 €)

LES REDUCTIONS

Par la Maison Pour Tous

- **20 %** à partir de la 2^{ème} activité ou la 2^{ème} personne de la même famille (même foyer fiscal) sur l'activité la moins chère (sauf ALSH).

Par le CCAS de la Ville de Créteil

Prise en charge de 20 % ou 70 % (quotient familial 1 ou 2) du coût de l'activité pour les 3/19 ans, sous réserve du plafond (261 € en 2022).

Par la CAF Le forfait loisirs jeunes pour les enfants de 3 à 16 ans

LE REMBOURSEMENT

Le remboursement ne peut s'effectuer qu'en cas de force majeure (incapacité médicale, déménagement) et est calculé à la date de remise du justificatif.

La MPT se réserve le droit d'annuler un cours dont l'effectif serait insuffisant et dans ce cas, vous aurez la possibilité de vous orienter vers une autre activité ou de vous faire rembourser.

HORAIRES D'ACCUEIL

Du mardi au vendredi 10h/19h
samedi 10h/19h

Vacances scolaires

du lundi au vendredi 10h/19h

Inscriptions à partir du
jeudi 1er septembre

Reprise des activités
Mardi 13 septembre

SOMMAIRE

ARTS PLASTIQUES P 9 Dessin - Peinture
Sculpture - Poterie

ENFANCE/JEUNESSE

Accueils de loisirs 6/12 et 13/17 ans (ALSH) P 4-5
Passerelle Musicale P 5-12
Pôle Audiovisuel P 14

DANSES P 8

Eveil Danse
K-Pop/J-Pop
Hip-hop
Salsa

SPORTS P 10-11

Aquagym
Boxe Educative
Gym douce
Gym Pilates
Renforcement musculaire
Stretching postural
Yoga
Yoga enfants
Zumba

ARTS DU SPECTACLE

Cirque P 6
Théâtre P 7

MUSIQUES P 12-13

Batterie
Flûte traversière, à bec
Guitare
Passerelle Musicale
Piano
Saxophone
Studio d'enregistrement
Violon

ACCUEILS DE LOISIRS (ALSH)

Mercredi et samedi 10h30/12h30 et 14h/18h

Vacances scolaires

Du lundi au vendredi 10h30/12h30 et 14h/18h

Groupes :

- ▶ 6/9 ans
- ▶ 10/12 ans
- ▶ + 12

Le projet d'animation s'inscrit dans une constante évolution qui tient compte des attentes des enfants et adolescents. Animations proposées : activités manuelles, ateliers cuisine, initiations sportives, grands jeux, ateliers découverte, composition musicale, cirque, sorties culturelles et de loisirs (acrobranche, bowling, musées, laser game, visites de Paris, escalade....)

4 formules au choix :

- ▶ 180 € l'année (mercredis, samedis et vacances scolaires)
- ▶ 140 € l'année (mercredis et vacances scolaires)
- ▶ 140 € l'année (samedis et vacances scolaires)

Tarif dégressif selon le nombre d'enfants inscrits de la même famille
Possibilité d'échelonner le paiement et bons CCAS acceptés

- ▶ Paiement à la carte (2 à 4 € selon l'activité)



6/12 et 13/17 ans

ACCUEIL APRES L'ECOLE



Mardi, jeudi et vendredi 16h30/18h30

Accompagnement à la scolarité

Du CP au CM2

Jeux de société, activités manuelles...



PASSERELLE MUSICALE

2 séances hebdomadaires (Conservatoire et MPT) de cours de violon, violoncelle, alto

Pratique musicale collective pour les 6/10 ans.
Voir P 12



CIRQUE - ARTS DE LA RUE

CIRQUE

5/6 ans

mercredi 13h30/14h30

150 €

Apprentissage des Arts du Cirque comprenant : acrobaties, jonglerie, manipulation d'objets tels que balles, diabolos, assiettes chinoises, foulards...

Trapèzes fixes. Equilibre sur boules, monocycle, fil, rolla bolla, échasses...



7/9 ans

mercredi 10h30/12h00

170 €



9/12 ans

mercredi 14h30/16h00

170 €

+ 12 ans Perfectionnement

mercredi 16h00/18h00

210 €



ARTS DU SPECTACLE - THEATRE



THEATRE

8/14 ans

mardi 17h45/19h00

150 €

Découvrir le plaisir de s'exprimer et de créer des personnages.

Des exercices de jeux dramatiques seront proposés afin d'aborder les outils de base du travail de l'acteur, à savoir : la respiration, l'expression corporelle, la voix, l'improvisation...

DANSES

EVEIL CORPOREL 4/6 ans

samedi 14h15/15h15 150 €

Activité ludique permettant à l'enfant de prendre conscience de son corps, de ses capacités motrices, émotionnelles et intellectuelles. Les activités sont diversifiées, attractives, évolutives et sécurisantes.



HIP-HOP 7/14 ans

mardi 17h30/18h30 150 €

Le Hip-hop présente différents styles de danses plus dynamiques les unes que les autres : le locking, le popping, la hype, le new style...



K-POP/J-POP Ados

mardi 18h30/19h30 150 €

Fusion de diverses inspirations : K-Pop, Hip-hop, Street Dance, Pop, R&B... Discipline mettant l'accent sur la musicalité, le style, les énergies et la technique.

NOUVEAU

SALSA Adultes

jeudi 19h00/20h00

Tarif individuel : 160 €
Tarif duo : 240 €

Laissez-vous transporter, seul(e) ou en duo, sur les rythmes envoûtants de la salsa de Cuba à Porto Rico.



ARTS PLASTIQUES

SCULPTURE - POTERIE

7/14 ans

mercredi 19h00/20h00

150 €

Le modelage de la terre et ses techniques sont abordés, de la prise de contact à une recherche plus personnelle (réalisation d'objets ou de sculptures d'après documents ou imagination), tout en accordant une place privilégiée au développement de la créativité et à la sensibilité de chacun.



à partir de 15 ans

mercredi 19h00/21h00

200 €



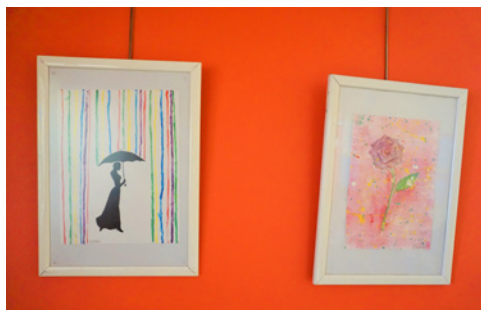
CREATION ARTISTIQUE

7/14 ans

mercredi 17h15/18h45

160 €

Apprentissage du dessin, croquis, bande dessinée, mangas, peinture...



ACTIVITES SPORTIVES

BOXE EDUCATIVE

10/15 ans

samedi 17h30/19h00

150 €

Activité dynamique et ludique, la boxe éducative véhicule les valeurs de respect de l'adversaire (les frappes sont contrôlées), la maîtrise des gestes (apprentissage des techniques et tactiques d'assaut), ce qui en fait un sport de combat basé sur l'agilité et l'expression corporelle.



GYM PILATES

mardi 19h00/20h00

160 €

Jeudi 18h00/19h00

Gymnastique douce, le Pilates est plébiscité dans le monde entier. Née de la pratique de Joseph PILATES, cette méthode est un mélange d'étirements, de respiration et de gainage, le tout en douceur pour mieux travailler les muscles en profondeur



RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Jeudi 19h00/20h00

160 €

Ce cours cible tous les muscles du corps et, grâce à une pratique régulière, vous obtiendrez rapidement un nouveau galbe et un raffermissement des tissus musculaires.



STRETCHING POSTURAL

Mardi 19h30/20h30

160 €

Méthode JP MOREAU - A base d'étirements et de contractions musculaires agissant sur les muscles profonds, prise de conscience de sa souplesse et de ses raideurs articulaires pour apporter un mieux être de son corps. Des postures simples et faciles, qualifiées de toniques ou de lourdes agiront sur votre tonus musculaire, sur votre détente, à la fois physique et psychique et sur votre attitude et maintien.

NOUVEAU

AQUAGYM

mercredi 18h45/19h30 Piscine de la Lévrière

mercredi 19h45/20h30 Piscine du Colombier

240 €

Activité de remise en forme en milieu aquatique destinée à tous.



GYM DOUCE

mardi 10h00/11h00

160 €

Entretenir sa forme, améliorer sa souplesse et tonifier son corps, en douceur pour les articulations et pour le cœur.

YOGA ENFANTS

5/7 ans

NOUVEAU

vendredi 18h15/19h00

140 €

Apprendre à se concentrer, à avoir confiance en soi et mieux se connaître, tels sont les apports du yoga chez les enfants qui ont souvent beaucoup d'énergie à dépenser.

YOGA SATYANANDA

vendredi 19h00/20h00

160 €



Pratique moderne du Yoga qui apporte une meilleure connaissance de soi.

Les exercices, variés et complémentaires (**Asana/postures**, **Pranayama/exercices de respiration**, **Mudra et Bandha/attitudes et verrouillages énergétiques**) apportent la clarté mentale, l'énergie et une détente psychique profonde.

ZUMBA

Jeudi 20h00/21h00

160 €

Mélange de danse, de fitness et d'aérobic sur fond de méregue et de salsa. Entretenir son corps tout en s'amusant, telle est la devise de ce cours !

PRATIQUES INSTRUMENTALES

BATTERIE 320 € - 18 ans/340 € + 18 ans

Dès 8 ans : vendredi 18h15/20h15
cours de 30 mn

FLUTE TRAVERSIERE, FLUTE A BEC

230 € - 18 ans/250 € + 18 ans

Dès 8 ans : mardi 17h00/20h00
cours de 20 mn

GUITARE 340 € - 18 ans/370 € + 18 ans

Dès 8 ans : samedi 10h00/13h30
cours de 30 mn

PIANO 380 € - 18 ans/400 € + 18 ans

Dès 8 ans : samedi 10h00/15h30
cours de 30 mn

SAXOPHONE 230 € - 18 ans/250 € + 18 ans

Dès 8 ans : mardi 17h00/20h00
cours de 20 mn

VIOLON 240 € - 18 ans/260 € + 18 ans

Dès 6 ans : jour et horaires à déterminer
cours de 20 mn

PASSERELLE MUSICALE

Cursus de 2 ans pour les 6/10 ans : 1 séance au Conservatoire
et 1 séance à la MPT (jour et horaires à déterminer)

Cours de violon, violoncelle et alto en « pratique collective et orchestrale »
par 2 enseignants du Conservatoire à Rayonnement Régional Marcel DADI,
à raison de 2 séances hebdomadaires. Instruments mis à disposition.

STUDIO D'ENREGISTREMENT

Mardi	14h00/21h00
Mercredi	13h30/20h00
Jeudi	13h00/20h00
Vendredi	14h00/18h00
Samedi	13h00/19h00



15 €/heure
5 pers maxi



Studio professionnel dans lequel vous pourrez réaliser vos projets musicaux. En passant par la prise de son, le mixage et le mastering sur demande, vous bénéficierez d'un accompagnement artistique, technique, administratif et juridique délivré par notre ingénieur du son et l'équipe de la MPT.

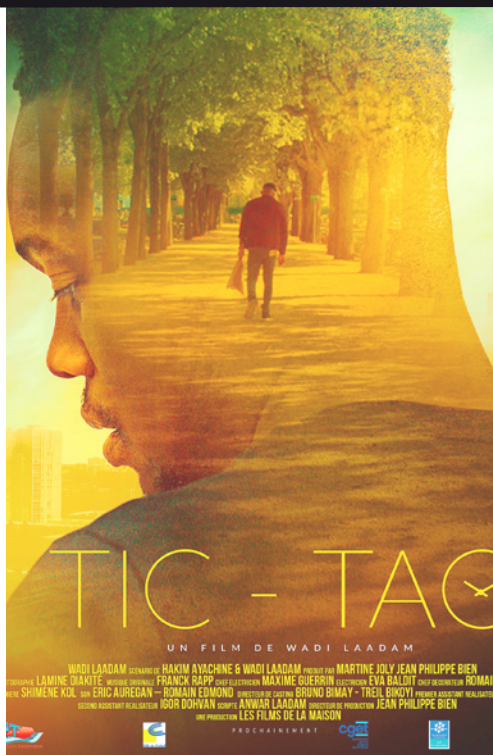
Nous proposons également la possibilité d'un enregistrement d'auto tune en direct.

L'accès à ce studio permet également aux utilisateurs d'être acteurs lors des projets musicaux et audiovisuels organisés par notre association (compilations, concerts, clips...)

**Station audionumérique
protool 10. Sommation et
tracking analogique SSL.
Parc micro, Telefunken
AR 51, SE 5600, AKG C414**



PÔLE AUDIOVISUEL



Conception de courts et longs métrages dans le cadre de « Ma 6 T va créer »



Participer à la réalisation d'un long métrage faisant suite au court métrage « La Belle Saison » et au long métrage « Tic-Tac ».

A travers la rencontre de professionnels, les participants découvrent tous les postes artistiques et techniques nécessaires à la conception d'un film en participant à toutes les étapes d'un tournage.

Permettre à des jeunes de pratiquer l'écriture de scénario, de découvrir les fondamentaux de l'expression orale et corporelle, de l'acting en général, d'être initiés aux techniques de mise en scène, de prise de vues, de prise de son et aux techniques d'éclairage par des professionnels au travers d'ateliers théoriques et pratiques sur les différents éléments constitutifs de la fabrication d'un film.

MPT - FONCTIONNEMENT

Association Loi 1901.

Lors de l'**Assemblée Générale**, les adhérents élisent le **Conseil d'Administration** (cœur des débats et décisions) qui élit la **Présidente** et les membres du **Bureau** (orientent, préparent les décisions, statuent...)

Faire acte de candidature au Conseil d'Administration, c'est apporter sa contribution à une entreprise collective essentielle pour la vie de notre quartier, de notre ville.

Si vous êtes adhérent(e), âgé(e) d'au moins 16 ans, si vous avez une soirée tous les 2 ou 3 mois à nous consacrer, vous êtes le ou la bienvenu(e)!

Membres de droit

Laurent CATHALA, Maire de Créteil
et sa représentante, Sylviane RUPAIRE

Membres élus

Présidente Martine JOLY

Vice-Présidente Ginette PINOCHET

Secrétaire Marie FARGEAU

Trésorière Nadine DURAND

Christelle MOURAY, Hafida DINAR, Catherine HENOCQ, Angélique VERGER, Claudine MES-TDAGH, Clarence N'KODIA, Maxime CAMPISTRON et Lamine DIAKITE

Amicale des locataires de la Haye Aux Moines

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION



Direction Jean Philippe BIEN

Comptabilité Cabinet GPFA

Administration, communication Sandrine BAUMGARTH QUELLEC

Direction ALSH, coordination projets Adeline SERY

Animation ALSH Charlène CLERY

ALSH, Animation globale Outaliane TABU

Studio, ALSH Waly TOURE

Pôle Audiovisuel, conception graphique Wadi LAADAM

Accueil Jocelyne JEAN BAPTISTE

Entretien Florence HADDAD et Christelle PICARD

L'EQUIPE

Ville de Créteil

Directions de la Jeunesse et de la Culture de Créteil
Grand Paris Sud Est Avenir

Conseil Départemental du Val de Marne

Conseil Régional d'Ile de France

Conseils de quartier n° 5 et 6

Service Départemental à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports

Caisse d'Allocations Familiales 94

Agence Nationale de la Cohésion du Territoire

Maison des Arts de Créteil

Conservatoire à Rayonnement Régional M. DADI

Centre Chorégraphique National

Centres Sociaux et Culturels de Créteil

APES (Développement social urbain), CDC habitat

Amicale des locataires de la Haye Aux Moines

Cies les Mistons, Arte Sing, Weekut

Crédit Mutuel

Agence Nationale des Chèques Vacances...

NOS PARTENAIRES

LA MAISON POUR TOUS

LA HAYE AUX MOINES

01.48.99.10.78

**4 Allée Georges Braque
94000 CRETEIL**

mail : secretariat@creteilmjc.com

**WWW.CRETEILMJC.COM
<https://lahayeauxmoinesblogspot.fr>**

Sur Facebook : Mpt Haye Aux Moines