

## **QUI**SOMMES-NOUS?

MIC THÉÂTRE PRÉMOL, MODE D'EMPLOI

La MJC est une association d'éducation populaire, membre du réseau des MJC. Elle a pour vocation de favoriser l'autonomie, l'épanouissement et l'émancipation des personnes. Elle est gérée par un conseil d'administration de quinze bénévoles, élus par les adhérents de l'association.

### Participez à la vie de l'association!

Vous pouvez vous investir de plusieurs manières pour soutenir la MJC : devenir bénévole (par exemple à l'accompagnement à la scolarité), organiser des événements, proposer des activités et participer à des temps de réflexion sur la vie de l'association (jeunesse, culture, activités adultes, communication...).

### L'adhésion à la MJC vous permet de:

- participer aux projets de l'association;
- bénéficier de réductions sur les spectacles au Théâtre ;
- recevoir des informations sur les actions et événements mis en place par la MJC;
- pratiquer des activités dans l'ensemble des sept autres MJC de l'union locale de Grenoble : MJC Abbaye, MJC Allobroges, MJC Anatole France, MJC des Eaux Claires, MJC Lucie Aubrac, MJC Mutualité, MJC Parmentier.

#### NOS PARTENAIRES FINANCIERS

La MJC théâtre Prémol bénéficie du soutien, de l'Agence Nationale à la Cohésion des Territoires - ANCT, du Ministère de la Culture - DRAC, du Service Départemental à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports - SDJES, du Conseil Départemental de l'Isère, de Grenoble Alpes Métropole, de la ville de Grenoble et de la Caisse d'Allocations Familiales - CAF.

















La Maison des jeunes et de la culture théâtre Prémol, souhaite mettre en place une action d'éducation à la citoyenneté et permettre l'accès à la culture pour tous. Nous sommes heureux de vous proposer le programme de la saison 2022-2023.



La MJC propose des ateliers de pratiques artistiques et de loisirs ouverts aux adultes et aux jeunes. De la chorale à l'atelier bois en passant par les jardins, venez découvrir et pratiquer en toute convivialité des loisirs enrichissants.

## ETRE À L'ÉCOUTE DE LA JEUNESSE

Nous proposons d'accompagner la jeunesse de multiples façons : accueil, écoute, loisirs éducatifs, accompagnement de projets, sorties et séjours ou encore accompagnement à la scolarité.

## SORTIR

Venez découvrir la nouvelle saison au Théâtre! La MJC continue de développer avec force son projet culturel. Dans nos locaux, les rencontres et les relations seront toujours aussi intenses, généreuses et de qualité. N'hésitez pas à consulter le site pour plus d'informations:

www.mjctheatrepremol.fr.

## VIVRE ET AGIR ENSEMBLE

La MJC participe à l'animation du quartier avec ses partenaires : l'Union de Quartier VO-VM, la Maison de l'Enfance Prémol, l'USVO, le CCAS, le CODASE, l'association Alfred's, le Collège Olympique, les autres associations du quartier...

# ACTIVITÉS JEUNESSE

### **ADOS - 11/17 ANS**

A partir de 11 ans et scolarisé en 6ème.

L'adhésion est obligatoire pour par-

### **Accueil jeunes**

Temps d'écoute, d'échange convivialité avec les jeunes autour d'un baby-foot, d'une table de ping-pong, d'un billard



Espace jeunesse



Ouvert du lundi au vendredi de 16h30 à 19h00 sauf mercredi.

### Activités sportives et culturelles

La MIC propose des crénaux d'activités en semaine, dans le cadre du Projet éducatif local. Les jeunes peuvent s'inscrire à l'atelier au semestre.



Futsal: Garçons 11-13 ans le mardi de 17h45 à 19h00 / Garcons **14-16 ans** le mardi de 19h00 à 20h00 / Filles 11-16 ans le jeudi de 17h45 à 19h00.

### Danse hip hop:

Vendredi de 17h30 à 19h00.

#### Atelier radio:

Mardi de 17h30 à 19h.

Tarifs suivant le quotient familial.



## Centre de loisirs et séjours

La MJC propose des activités et sorties loisirs, culturelles, sportives et citoyennes tout au long de l'année. Des séjours sont également organisés pendant les vacances.



En période scolaire : Les mercredis après-midi, le samedi sur projet. Pendant les vacances : du lundi au vendredi.



Les tarifs varient de 2 à 14 € suivant l'activité et le quotient familial. Les séjours ont des tarifs spécifiques.

## **Accompagnement de projets**

L'équipe d'animation est à l'écoute des demandes des jeunes et peut accompagner des groupes pour organiser des ateliers, des sorties ou des séjours en favorisant l'autonomie.



Mercredi de 18h00 à 19h30.



Autofinancement de l'activité.

## Animations de proximité

Les animateurs vont à la rencontre des jeunes et des familles dans la rue et proposent diverses activités ludiques et sportives en collaboration avec les partenaires du secteur. La MJC participe à l'organisation des évènements festifs du quartier (VO2Max, fête de quartier...).

#### Permanence 16-25 ans

Temps de débats, d'animation et de construction de projets en partenariat avec les correspondants jeunesse de la ville de Grenoble, les éducateurs de prévention du CODASE et les conseillers de la mission locale.



Salle des jeunes avec les correspondants jeunesse et le CODASE.

### Fête ton anniveraire!

Salle à disposition pour organiser les anniversaires et fêtes de jeunes.

- Salle des jeunes.
- Plus d'infos auprès des animateurs.

## PIÈCES À FOURNIR À L'ADHÉSION

- Attestation de quotient familial
- Carnet de santé (vaccination).
- Numéro de sécurité sociale.
- La fiche d'adhésion remplie et la somme de 6 €.

## **ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ**

À partir de 6 ans.

Ce dispositif s'adresse aux enfants et jeunes en lien avec les écoles, collèges et lvcées.

Il a pour objectif d'aider à acquérir des méthodes de travail, d'approfondir certaines matières et de proposer un élargissement culturel à travers des activités éducatives.

Nous proposons aux parents un accompagnement dans le suivi de la scolarité de leurs enfants ainsi que des temps d'échange et d'information pour mieux comprendre le fonctionnement du système éducatif.



Salles formations et salle informatique.



#### **Primaires:**

Lundi, mardi, jeudi, vendredi 16h30-18h et le mercredi 14h-19h00. Pendant les vacances tous les jours de 15h00 à 18h00.

### Lycéens/collégiens:

Lundi, mardi, jeudi, vendredi 17h30-19h30 et mercredi 14hles jours de 15h00 à 18h00.

Premier enfant : 15 €/an. Enfant suivant : 5 €/an.

## AXE DE CRÉATION



## PRÉSENTATION DE L'AXE DE CRÉATION

Chaque année, la MJC théâtre Prémol accompagne des projets artistiques pluridisciplinaires initiés par des jeunes. Des ateliers hebdomadaires de chant, danse, musique, théâtre permettent de construire le projet de création.

L'Axe de création nécessite motivation et engagement car une exigence de travail est demandée. Tous les spectacles proposés sont des projets porteurs de sens qui ne peuvent se concrétiser sans la volonté et l'implication de chacun. C'est une aventure artistique et humaine, riche et forte, s'inscrivant dans une démarche d'exemplarité.



Salle de danse, Salle des pratiques et Théâtre.



Session danse: Mercredi

de 14h00 à 16h00

**Session chant :** Mercredi de

16h00 à 18h00

### Stages:

Du 25 au 30 octobre 2022 Du 18 au 23 décembre 2022 Du 07 au 12 février 2023 De 09 au 14 avril 2023 Du 17 au 21 mai 2023



Tarifs de 40 € à 103 € suivant le quotient familial.

## LE PROJET DE SPECTACI E

### **DEMAIN UNE FENÊTRE SUR RUE**

Jean-Claude Grumberg disait: «Il faut écrire des livres qui permettent aux enfants de discuter, de décrypter le monde dans lequel ils vivent ». L'Axe de Création a également la vocation de porter une parole de jeunes et de les accompagner dans des projets artistiques porteurs de sens. L'adaptation de Demain, une fenêtre sur rue leur donne l'occasion de parler de toutes les guerres, des révolutions, des répressions, de tous les ghettos et de toutes les résistances.

La famille Duplantin a de la chance : leur appartement donne sur la rue. Bien que les rebelles aient fait sauter la télévision, ils peuvent suivre les combats en direct de leur fenêtre. Les voisins, dont la fenêtre donne sur la cour, voudraient bien profiter de la vue....





Au Théâtre.



#### Présentation d'extraits :

Le 14 avril 2023 à 11h

### Représentations:

Samedi 20 mai 2023 à 20h30 et dimanche 21 mai 2023 à 17h00.



Tarif unique 5 €.

## L'AXE DE CRÉATION EST FINANCÉ PAR

Agence Nationale à la Cohésion des Territoires - ANCT, le Fond de coopération de la jeunesse et de l'éducation populaire - FONJEP, Direction des Régionale des Affaires Culturelles - DRAC Auvergne-Rhônes-Alpes, le Service Départemental à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports - SDJES, le Département de l'Isère, Grenoble Alpes Métropole et la Ville de Grenoble.















## **ACTIVITÉS ADULTES**

## Proposées par LA MJC THÉÂTRE PRÉMOL

**La MJC théâtre Prémol est aussi une Maison pour tous!** Nous proposons, en période scolaire, des activités manuelles, artistiques et sportives pour les adultes et jeunes à partir de 16 ans. Si vous souhaitez proposer ou organiser de nouvelles activités n'hésitez pas à nous contacter!

# Atelier bois Michel METIFIOT





Tarifs de 130 € à 220 € suivant le quotient familial.

## Jardins partagés

Renseignements au secrétariat de la MJC ou par mail à

### jardin.mediation@mjctheatrepremol.fr

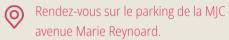


Tarif unique de 10 € par an + deux participations à des journée bénévoles chaque année.



### Randonnées

Les randonnées sont encadrées par des guides professionnels.





Tarif unique de 15 € par personne par sortie.

# Sculpture Alain GSTALDER

Salle sculpture.



Tarif unique de 90 € par an.

## Théâtre

Salle des pratiques.

Mercredi de 18h30 à 21h00.

Tarif unique de 20 € par trimestre.

# Proposées par NOS PARTENAIRES

Les activités de nos partenaires viennent enrichir notre proposition pour les adultes. Elles ont lieu en période scolaire. Pour tout renseignements complémentaires, prenez contact auprès de chacune d'elles!

L'adhésion à la MJC est obligatoire pour y participer.



## **Chorale**

HAUT LES CHOEURS

Chants populaires d'Italie, d'Occitanie et de la Péninsule ibérique.







## **Country**

GRENOBLE COUNTRY DANCERS





Dominique au 06 63 57 85 45, balloisdomi@yahoo.fr Marie-Laure au 06 72 28 11 54, mlric.lesbois@wanadoo.fr grenoblecountrydancers@gmail.com www.grenoblecountrydancers.word press.com.



# **Danse orientale**Association SOMBATY, Soraya LAFRID

Salle de danse.



06 80 36 98 54 soraya.lafrid@gmail.com

# Disponibilité et centrage corporel

Compagnie SCALÈNE



Vendredi de 12h30 à 13h30.

06 76 71 36 63 contact.scalene@free.fr.

## Hip hop

MÉCANIC DANCE STYLE



Cours de danse tout public le lundi de 19h45 à 21h45.

Pratique libre le mercredi de 19h00 à 21h45.

Jonathan au 06 76 71 36 63.

### **Percussions**

LA COMBATUCADA, association collégiale

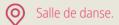
Salle festive, 23 rue des Trembles, 38100 Grenoble.

Mercredi de 19h30 à 22h00.

Corinne au 06 87 55 28 15 lacombatucada@free.fr

## Qi Gong

Association YANG TSE GRENOBLE



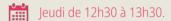
Mardi de 12h30 à 13h30.

yangtsegrenoble@orange.fr 06 86 81 66 95

### Tai Chi

Association YANG TSE GRENOBLE





yangtsegrenoble@orange.fr 06 86 81 66 95

## Yoga

Agnès RAVEL

Salle de danse.

Lundi de 18h15 à 19h30.

*i* 07 70 03 35 68 ag.ravel@laposte.net

## INFOS PRATIQUES

## INSCRIPTIONS ET CONTACTS

### **DATES À RETENIR**

**Inscriptions:** à partir du 5 septembre 2022 à la MJC.

**Début des activités :** les activités adultes reprennent la semaine du 26 septembre 2022.



## **ADHÉSION**

Adulte:11 €

**Moins de 18 ans :** 6 €

L'adhésion est valable un an de date à date. Elle est obligatoire pour participer aux activités.



### **HORAIRES DE L'ACCUEIL**

**Physique et téléphonique** du lundi au vendredi 14h-18h.

Téléphonique uniquement

mercredi et jeudi 10h-12h. En dehors de ces horaires, l'accueil est possible **sur rendez-vous**.



#### **CONTACTS**

MJC théâtre Prémol 7 rue Henry Duhamel 38100 Grenoble Tél.: 04 76 33 38 25 contact@mjctheatrepremol.fr www.mjctheatrepremol.fr

## À PROPOS DES TARIFS DES ACTIVITÉS ADULTES MJC

- Majoration de 15 € pour les nongrenoblois.
- Paiement à l'inscription avec possibilité d'échelonnement en trois fois.
- 10 % de majoration pour une inscription au trimestre.
- Possibilité d'une à deux séances d'essai selon l'activité.

# Tranches des quotients familiaux pour les tarifs

Tranches	Quotients
1	de 0 à 230
2	231 à 360
3	361 à 410
4	411 à 480
5	481 à 560
6	561 à 610
7	611 à 670
8	671 à 920
9	921 à 1120
10	1121 et plus



MJC théâtre Prémol 7 rue Henry Duhame 38100 Grenoble 304 76 33 38 25

#### Accès:

Tram A, arrêt Arlequin. Bus C3, arrêt Village Olympique. Stationnement gratuit avenue Marie Reynoard et rue Alfred de Musset.

- mjctheatrepremol.fr
- f mjcpremol
- (i) mjctheatrepremol
- Theatre premol
- **a** mjcthpremol

