



La MJC, engagée dans des actions sociales & culturelles fortes, accessibles à tous !

Le Pôle Culture & Solidarités

La culture est un droit ! Saisissons-nous-en !

Le pôle Action Culture et Solidarité, c'est :

- > des pratiques de disciplines artistiques sous formes d'ateliers ponctuels ou hebdomadaires
- > une sensibilisation au spectacle vivant à travers des propositions de sorties culturelles
- > des sorties découvertes dans différents équipements culturels
- > des rencontres métiers avec des instances culturelles et/ou associatives
- > la réalisation de projets citoyens

Dédié aux personnes en parcours d'insertion, à la retraite ou à la recherche de nouvelles rencontres conviviales, le pôle action Culture et Solidarités propose un programme riche et varié, où la convivialité se mêle aux projets artistiques et culturels !

Le Café Culture est également un temps fort proposé les mardis à partir de 14h. N'hésitez pas à contacter Marie pour plus d'informations !

coordination@mjcillieux.com



Le Pôle Animation Jeunesse

Découvre les ateliers Ô Médias !

Avec Jean-Marc, tu pourras acquérir des bases solides et développer tes projets dans le cadre d'une pratique amateur, avec une offre d'ateliers sur-mesure et adaptée à tes envies.

"Ô Médias", c'est aussi de nombreux projets transversaux collaboratifs avec des intervenants externes, ou de la MJC, autour d'événements locaux, dans le domaine culturel, social, associatif, scolaire et périscolaire.

Quelques projets réalisés par le pôle Animation Jeunesse :

La Semaine Européenne de récupération des déchets / Initiation à la MAO au Café Culture
Projets périscolaires / Parvis party / Participation à la conception de court-métrage



FAITES DES ÉCONOMIES !

AVEC LE COUPON
SPORT CULTURE

MJC Ô TOTEM

9 bis avenue Général Leclerc
69140 Rillieux-La-Pape
Téléphone : 04 78 88 94 88
site internet : mjcillieux.com

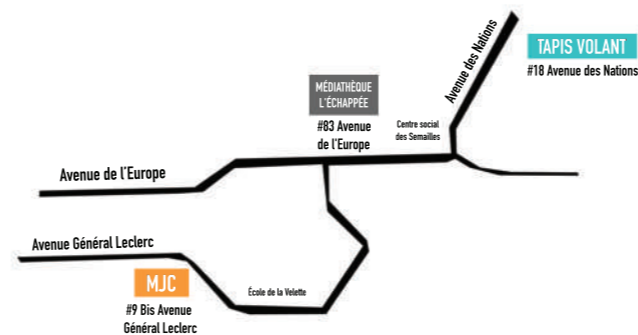
Horaires d'accueil du public :
Mardi, jeudi et vendredi,
de 10h à 13h et de 14h à 18h,
le mercredi jusqu'à 19h.

EMAIL

Accueil, information, administration
accueil@mjcillieux.com
Pôle Culture et solidarités
coordination@mjcillieux.com
Pôle Musique
polemusique@mjcillieux.com
Pôle Animation jeunesse
animation@mjcillieux.com

PLAN D'ACCÈS

MJC : bus C5, arrêt MJC CCN
ou C2, arrêt George Sand
TAPIS VOLANT : bus C5,
arrêt Rillieux Nations
MÉDIATHÈQUE L'ÉCHAPPÉE
bus C5 et C2 arrêt "Echappée"



La MJC est partenaire du dispositif
Coupon Sport et Culture de la Ville de Rillieux-La-Pape,
qui favorise l'accès au sport et à la culture des jeunes
en finançant une partie de leur inscription à la MJC !
+ d'infos sur rillieuxlapape.fr



À VOS AGENDAS !

Les événements de la rentrée 2023

SAMEDI 16 SEPTEMBRE

RENCONTRONS-NOUS !

au Forum des Associations
à l'Espace 140 * Gratuit

VENDREDI 22 SEPTEMBRE

Ô TOTEM LIVE LANCEMENT DE SAISON

à la MJC - avec les groupes RésÔnance

DIMANCHE 1^{ER} OCTOBRE

BATTLE HIP-HOP 3 CATÉGORIES

à la MJC* 5€ tout public
3€ pour les danseurs et danseuses

Ô TOTEM remercie



MJC Ô Totem, 9 bis avenue Général Leclerc, 69140 Rillieux-La-Pape - Siret : 779 803 964 000 39 - Licences 1-1049012 3-1049014 // Imprimé par rapid-lyon.com // Ne pas jeter sur la voie publique



PROGRAMME D'ACTIVITÉS SAISON 2023-2024



Des activités de loisirs pour les petits, les ados et les adultes,
au coeur de Rillieux-La-Pape



Activités Musicales Tout public



GUIWARE ♡ MJC Ô TOTEM / AVEC CLÉMENT

Dès 7 ans / mardi et mercredi - cours individuel / en binôme : 30/45mn

Pour apprendre ou se perfectionner à la guitare classique, acoustique ou électrique dans différents styles, se produire sur scène. Travail individuel et en groupe.



GUIWARE ♡ MJC Ô TOTEM / AVEC MIKAËL

Dès 7 ans / mercredi, jeudi, samedi - cours individuel / en binôme : 30/45mn

Apprentissage ludique ou perfectionnement en guitare électrique et acoustique, à travers vos styles préférés (rock, folk, blues, métal, pop).



BATTERIE ♡ MJC Ô TOTEM / AVEC SÉBASTIEN

Dès 7 ans / les mercredis : Débutant : cours de 30 mn - Intermédiaire / avancé : cours de 45 mn

Pour s'initier ou se perfectionner en privilégiant le sur-mesure et l'épanouissement. Apprentissage du rythme, du solfège, de la technique et de la coordination.



Ô MÉDIAS ♡ MJC Ô TOTEM / AVEC JEAN-MARC

Dès 8 ans / du mardi au samedi - cours de 45 mn à 2 heures (sur mesure)

Ô Médias (MAO, studio, vidéo, radio et techniques...). Viens te créer des bases solides et développer tes projets dans le cadre d'une pratique amateur.



TRIBUTE TO (ATELIER DE GROUPE) ♡ MJC Ô TOTEM / AVEC MIKAËL

Dès 10 ans / Niveau à définir - mercredi et samedi - cours de 1h

Atelier d'exploration visant à développer l'écoute sonore et celle des autres instruments. Apprendre à jouer d'un instrument en groupe, élargir sa culture musicale et faire le point sur les qualités de jeu de chacun.

Activités Enfants dès 3 ans



CIRQUE ♡ TAPIS VOLANT / AVEC DOMINIQUE

Éveil 3/6 ans : mercredi 16h-17h - Enfant 7/9 ans : mercredi 15h-16h

En partenariat avec l'association CIRQU'ANIM

Les enfants découvriront différentes disciplines du cirque, adaptées à leur âge, telles que l'acrobatie ou le jonglage. Ils pourront développer leurs capacités motrices, la notion de l'effort, la confiance en soi, la cohésion de groupe, avec une proposition d'un spectacle en fin d'année.



CAPOEIRA ♡ TAPIS VOLANT / MJC Ô TOTEM / AVEC SAMUEL

Éveil 3/5 ans : mercredi 11h-12h - Enfant 6/12 ans : mercredi 16h-17h30 et jeudi 17h45-19h15

Danse d'origine afro-brésilienne, la Capoeira mélange des mouvements de combat, de danse et des déplacements au rythme des percussions. Elle développe la motricité et l'oreille musicale.



MAGIE ♡ MJC Ô TOTEM / AVEC MATTHIEU

Éveil 3/5 ans : mercredi 11h-12h - Enfant 6/10 ans : mercredi 10h-11h

En partenariat avec l'association LA MANOEUVRE

Découvrez les secrets de la magie que les illusionnistes ne veulent pas que vous sachiez ! Apprenez de manière ludique la prestidigitation grâce à une pédagogie adaptée dont l'enseignement est dispensé par Matt Morgan. La magie est une activité originale pour étonner son entourage et gagner en confiance en soi. Devenez, vous aussi, magicien !



THÉÂTRE ♡ MJC Ô TOTEM / AVEC RAPHAËLLE

Éveil : lundi 17h-17h45 / Niveau 1 : mardi 18h15-19h15 / Niveau 2 : mardi 19h15-20h15

Niveau 3 : lundi 17h50-19h20

Atelier sur le corps, la voix et la respiration, travail sur l'imaginaire à travers des jeux ludiques et de l'improvisation (selon le niveau), seul ou en groupe.

Activités Ados & Adultes dès 15 ans



THÉÂTRE ♡ MJC Ô TOTEM / AVEC RAPHAËLLE

Ados : mercredi 18h-19h - Adultes : mercredi 19h-20h

Un atelier accessible à tous pour découvrir le théâtre ou confirmer ses apprentissages tout en travaillant ses émotions sur scène !



ATELIER CHANT OU SLAM ♡ MJC Ô TOTEM / AVEC RAPHAËLLE

Mardi 20h15-21h15

Chanter à son rythme et découvrir en toute simplicité comment placer sa voix. Le Slam est un temps de partage, ouvert à toute personne, expérimentée ou débutante.



CAPOEIRA ♡ MJC Ô TOTEM / AVEC SAMUEL

Samedi 15h-16h15

Art martial afrobrésilien, la capoeira permet de travailler le rythme, l'attaque et la défense. Il se pratique au son des instruments de percussion dans un esprit bienveillant !



PERCUSSIONS BRÉSILIENNES ♡ MJC Ô TOTEM / AVEC SAMUEL

Samedi 16h15-17h30

Découverte et initiation des différents instruments et rythmes du Brésil lors d'un atelier convivial.



ATELIER VIDÉO ♡ MJC Ô TOTEM / AVEC MIKAËL

Samedi - 1 heure

Découvrez toutes les étapes de création vidéo, de l'écriture d'un scénario jusqu'au montage final, et devenez un expert devant et derrière la caméra !

CLUB LECTURE

MJC Ô TOTEM

1 lundi par mois
de 14h15 à 16h30

COUTURE & CRÉATIONS

PARTICIPATIVES

MJC Ô TOTEM

2 jeudis par mois de 14h à 17h

CAFÉ CULTURE

MÉDIATHÈQUE L'ÉCHAPPÉE

Les mardis
de 14h à 16h30

S'INSCRIRE

1. Réalisez votre pré-inscription via le formulaire sur notre site internet MJCRIILLIEUX.COM

2. Faites valider votre inscription à l'accueil de la MJC avec votre dossier complet *. Règlement de l'adhésion et de la cotisation sur place durant les horaires d'accueil.

! Si votre dossier n'est pas complet, votre inscription ne pourra pas être validée.

INSCRIPTION ANCIENS ADHÉRENTS
du 23/08/2023 au 30/09/2023

INSCRIPTION POUR TOUS
du 30/08/2023 au 30/09/2023

2€
LE COURS
D'ESSAI !

SEMAINE

PORTES-OUVERTES

du 18/09/2023 au 23/09/2023

REPRISE DES ACTIVITÉS
Lundi 18 septembre 2023



Ô TOTEM LIVE

/ SALLE DE CONCERT
/ RÉSIDENCE
/ ACCOMPAGNEMENT

ototem.live.com - [@ototem_live](https://twitter.com/ototem_live)



TÉLÉCHARGE L'APPLI
PASS CULTURE



Profitez vite d'offres culturelles (concerts, théâtre, livres...) - Dès la 4ème et à partir de 15 ans !
+ d'infos sur pass.culture.fr