



**EVS** MJC  
Serge Gainsbourg

**2025-2026**



**PETITE ENFANCE ENFANCE JEUNESSE SÉNIOR**  
**ARTS & LOISIRS SPORTS & BIEN-ÊTRE**

# QU'EST-CE QU'UNE MJC ?



## EDITO

Madame, Monsieur, chers adhérents,

Nous entamons cette nouvelle année scolaire 2025–2026 avec toujours autant d'envie et de vigueur pour animer notre territoire et vous offrir des activités, des projets et des services adaptés à vos besoins et à vos envies.

Comme annoncé lors de l'Assemblée générale d'avril dernier, la MJC doit identifier de nouvelles sources de recettes pour poursuivre son action.

Vous constaterez que nous avons ajusté nos tarifs d'environ 10 % en moyenne. Ceux-ci n'avaient pas évolué depuis 2019 pour le Centre de loisirs, alors que l'inflation a atteint près de 20 % sur la même période. Quant aux activités, leurs tarifs étaient restés inchangés depuis 2021. Dans un contexte national marqué par des contraintes budgétaires, et malgré le soutien constant de nos collectivités partenaires (Fléac, Linars et Saint-Saturnin), nous n'avons d'autre option que de procéder à cette révision tarifaire.

Nous travaillons activement à diversifier nos sources de financement — par de nouvelles activités ou de nouveaux partenariats — et espérons que ces initiatives permettront de maintenir nos services aussi accessibles que possible.

En vous remerciant de votre compréhension, toute l'équipe de la MJC vous souhaite une excellente année 2025–2026.

# MOT DE LA PRÉSIDENTE

L'équipe de l'EVS-MJC Serge Gainsbourg se réjouit de vous présenter la plaquette 2025/2026.

Vous y découvrirez l'ensemble des actions, des activités et des manifestations déployées au sein de la MJC, pour petits et grands, enfants, jeunes, adultes, séniors et familles.

Prenez le temps de lire, choisissez, venez vous renseigner et n'hésitez pas à tester avant de vous engager.

En 2026, notre MJC fêtera ses 60 ans ce qui confirme son ancrage sur le territoire.

Ouverte à toutes et tous, chacun peut y trouver sa place et partager avec les autres.

Au plaisir de vous rencontrer

Chantal Guillataud

## LES INCONTOURNABLES DE LA MJC

### SEPTEMBRE

Echanges avec la Cie de théâtre Théia : la place de l'artiste dans la société

Inauguration Micro-Crèche

### OCTOBRE

Film semaine du Développement Durable

Soirée Halloween

### NOVEMBRE

Echanges conférence au cœur du sport

### DECEMBRE

Cinéma d'antan

### FÉVRIER

60 ans de la MJC

### MARS

Soirée gaming

### AVRIL

Carnaval  
Cinéma d'antan  
Assemblée générale

### MAI

Brin d'aillet  
Concours peinture sculptures expo

### JUIN

Soccer cup  
Fléac au cœur du sport  
Fléac Fête l'été

### JUILLET

Fléac au cœur du sport

### AOÛT

Fléac au cœur du sport  
Forum associatif

## ESPACE DE VIE SOCIALE

### Un Espace de Vie Sociale c'est quoi ?

Un Espace de Vie Sociale est une structure de proximité qui s'adresse à l'ensemble des habitants d'un territoire : aux familles, aux enfants et aux jeunes. C'est également la reconnaissance par la Caisse d'Allocation Familiale de la pertinence du projet de la MJC Serge Gainsbourg vers les habitants du territoire.

Concrètement ce sont des actions collectives qui sont mises en œuvre pour renforcer les liens sociaux et familiaux, accompagner et coordonner des initiatives locales par la prise de responsabilité des usagers. Vous avez un besoin ou un projet qui vous trotte dans la tête, venez nous rencontrer à la MJC, ou sur des actions existantes comme les Parents'thés, sur l'espace numérique public ou bien encore sur une de nos animations festives !

Ateliers parentalités

Espaces numériques

Actions d'insertion

PDN parentalités

Vacances familles

Animations globales

Responsable : Fanny MUKMENOV

Téléphone : 07 86 75 54 47

Mail : [evsmjc@mjcsgainsbourg.com](mailto:evsmjc@mjcsgainsbourg.com)

## LES SOLIDARITÉS SÉNIORS

Café convivial tous les lundis  
hors vacances scolaires de  
14h30 à 17h

Les cafés conviviaux c'est une après-midi dynamique en échanges, autour de jeux de société et d'un goûter. Ces temps sont portés par un collectif bénévole.

Activités adaptées

Atelier mémoire, sophrologie

Sorties culturelles

Cinémas, visites de musées,  
châteaux, restaurants...

En partenariat avec Monalisa, pour réduire l'isolement des personnes âgées, nous créons ensemble des moments de convivialité collectifs selon vos envies et vos besoins !

Responsable : Méline CAPAROS

Téléphone : 06 27 22 37 16

Mail : [animationsociale@mjcsgainsbourg.com](mailto:animationsociale@mjcsgainsbourg.com)

## PETITE-ENFANCE - MICRO-CRÈCHE 10 SEM. / 6 ANS

Ouverture le lundi, mardi, jeudi  
et vendredi de 8h30 à 16h30 en  
période scolaire

La micro-crèche est régie par une Délégation de service public attribuée par la commune de Fléac.  
C'est un lieu d'éveil et de socialisation au contact des pairs et d'autres adultes.

Un projet d'évolution des horaires est en cours. N'hésitez pas à nous  
contacter pour connaître les horaires actualisés.

### On bouge

Sortie à la médiathèque, motricité fine,  
passerelle avec l'école, promenades...

Responsable : Fanny MUKMENOV

Téléphone : 07 86 75 54 47

Mail : haltegarderie@mjcsgainsbourg.com

### On découvre

Eveil autour de la nature, des sons, des émotions

Ateliers patouille/transvasement/motricité

## ENFANCE - ACCUEIL DE LOISIRS 3 / 11 ANS

Ouverture les mercredis et  
vacances scolaire (sauf jours  
fériés) de 7h30 à 18h30

Les **matinées** sont axées sur la créativité  
(bricolage, peinture, pâte à modeler, atelier  
cuisine...)

Les **après-midis** sont tournées vers la  
découverte de sports, d'activités culturelles, de  
la nature (jeux sportifs, chasse au trésor, sorties  
extérieures, piscine, musée...)

Pendant les vacances estivales, des sorties à la  
journée avec pique-nique, des camps sont  
organisés.

### On partage

Projets intergénérationnels  
Rencontres inter-centre  
Actions UNICEF

### Des soirées

Soirée pizza / film  
1 vendredi / mois  
6-10 ans

### On voyage

Séjours sportif, m̄er, culturel,  
nature et environnement

Responsable : Nicolas LEFRANC

Téléphone : 06 01 84 55 00

Mail : enfance@mjcsgainsbourg.com

FB : Accueil de Loisirs EVS-MJC S Gainsbourg

## LES JEUNESSES ( À PARTIR DE 11 ANS)

Ouverture : vacances scolaires  
de 8h30 à 18h

Hors vacances : un vendredi soir  
et un samedi après-midi / mois

Venez découvrir un espace où vous pouvez échanger, vous divertir et vous impliquer dans des projets qui vous passionnent. Que vous soyez intéressés par des ateliers créatifs, des sorties culturelles, des activités sportives ou des soirées à thème, vous trouverez forcément de quoi vous épanouir à la MJC.

Tu as un projet, tu as besoin de soutien, de conseils ou simplement envie de partager des moments conviviaux avec d'autres jeunes ? **La MJC est faite pour toi !**

On découvre  
Culture gaming, création de films  
Festivals culturels, expositions

On bouge  
Laser game, Aqua jump,  
City stade, baignades

On voyage  
Séjour à la neige  
Festival des jeunes talents à Pau  
Séjour d'été en juillet

Coordinatrice jeunesse : Océane RAMM

Référente : Méline CAPAROS

Téléphone : 06 84 26 14 96

Mail : [jeunesse@mjcsgainsbourg.com](mailto:jeunesse@mjcsgainsbourg.com)

FB : Océane MJCgainsbourg

Insta : Oceanemjcgainsbourg

Snap : Mjc Serge Gainsbourg

## L'ENGAGEMENT JEUNES

Vous avez une passion, vous rêvez d'aventures, vous souhaitez améliorer la vie dans votre ville et vous souhaitez découvrir et/ou participer à une aventure collective,

**Tout est possible !**

A vos idées et vos envies !

On vous accompagne  
Recherche de stages  
Collectif de jeunes

Expérimentations projets jeunesse  
Formation projet collectif jeunes  
Organisation d'événements  
Bénévolat

Débats citoyens  
Projets, rencontres...

# ENGAGEMENT BÉNÉVOLE

## Les pratiques amateurs

La MJC compte 8 activités portées par des collectifs et bénévoles :

Art floral  
Couture  
Tarot  
Vitrail  
Loisirs sportifs  
Randonnée  
Tennis de table  
Yoga

Elles sont encadrées par des bénévoles passionnés qui accompagnent les participants dans leur pratique.

C'est en favorisant l'épanouissement, le développement des compétences et la découverte de pratiques, que des projets sont portés par ces bénévoles.

## L'entente associative

Des acteur(ice)s associatifs volontaires coopèrent, collaborent et mènent des actions communes dans le but de contribuer au dynamisme du territoire.

Fléac fête l'été est l'évènement fédérateur de ce collectif. Il permet aux associations de partager un temps festif, culturel et sportif avec les habitants.

## Vie associative du territoire

Nous proposons des adhésions associatives aux associations du territoire dans le but de faciliter la réalisation de leurs projets.

Du prêt de matériel à l'appui technique, nous sommes présents.

Nous contribuons aussi aux différents évènements organisés par les associations et la Mairie de Fléac :

- La Chalonnaise
- La Fléacoise
- Repas du comité de jumelage
- Fléac au coeur du sport...

**Coordinatrice vie associative : Océane RAMM**

**Téléphone : 06 84 26 14 96**

**Mail : [activites@mjcsgainsbourg.com](mailto:activites@mjcsgainsbourg.com)**

# ENFANCES

## Baby gym

De 3 à 6 ans (Enfants scolarisés)  
Mercredi : 11h-12h  
**110€/an + adhésion**

## Danse Réunionnaise

De 8 à 10 ans  
Samedi : 10h-12h  
**80€/an + adhésion**

## Dessin BD

De 9 à 10 ans  
Samedi : 10h45-12h  
**130€/an + adhésion**

## Dessin Manga

De 9 à 10 ans  
Mercredi 17h30-19h  
**190€/an + adhésion**

## Echec

Pour amateurs et confirmés / Tout public  
Samedi : 9h30-11h  
**70€/an + adhésion**

## Multisports

De 7 à 10 ans  
Mercredi : 14h-15h15  
**125€/an + adhésion**

## Pilates enfant

Éligible au sport  
sur ordonnance

De 7 à 10 ans  
Lundi à Linars et vendredi à Fléac  
16h45-17h45  
**180 €/an + adhésion**

## Yoga enfant

Éligible au sport  
sur ordonnance

De 7 à 10 ans  
Mardi : 16h45-17h45  
**180€/an + adhésion**

# JEUNESSES

## Dessin BD

De 11 à 15 ans  
Samedi : 10h45-12h  
**130€/an + adhésion**

## Dessin Manga

A partir de 11 ans  
Mercredi 17h30-19h  
**190€/an + adhésion**

## Echec

Pour amateurs et confirmés / Tout public  
Samedi : 9h30-11h  
**70€/an + adhésion**

## Tennis de table

A partir de 13 ans  
Mardi & Vendredi : à partir de 20h30  
**37€/an + adhésion + licence (78€)**

## Zumba

A partir de 13 ans  
Jeudi : 19h-20h  
**130€/an + adhésion**

## ARTS & LOISIRS

### Art floral

Créez des compositions florales  
A partir de 16 ans  
1 mardi/mois : 20h-22h

**25€/an + adhésion + 25€/séance**

### Informatique

Pratique numérique débutant  
Lundi : 9h-11h30  
Pratique numérique intermédiaire  
Mardi : 9h-11h30  
Utilisation tablette / téléphone  
Lundi et jeudi : 13h30-15h30  
Les actualités du numérique  
Vendredi : 9h-11h30

**1 séance : 45€/an + adhésion**  
**2 séances : 90€/an + adhésion**  
**3 séances : 135€/an + adhésion**

### Couture

Créez, réparez...  
Adultes  
Mercredi : 18h-20h

**40€/an+ adhésion**

### Photographie

Adultes  
Lundi : 18h45-20h15

**70€/an + adhésion**

### Dessin - Peinture

Pour amateurs et confirmés  
Adultes  
Mardi 18h-19h45

**160€/an + adhésion**

### Tarot

Pratiquez en loisir  
Vendredi 14h30-17h

**25€/an + adhésion**

### Echec

Pour amateurs et confirmés / Tout public  
Samedi : 9h30-11h

**70€/an + adhésion**

### Vitrail

Travail du verre, création et décoration  
A partir de 16 ans  
Lundi : 14h-17h30  
Mercredi : 14h-17h30  
Samedi : 9h-12h

**90€/an + adhésion**

# SPORTS & BIEN-ÊTRE

## Equilibre motricité

Éligible au sport sur ordonnance

Equilibre, coordination  
Mardi : 13h-14h  
Vendredi : 10h45-11h45

1 séance : 90€/an + adhésion  
2 séances : 140€/an + adhésion

## Gym douce

Éligible au sport sur ordonnance

Souplesse, forme et équilibre  
Lundi, mercredi et vendredi :  
9h30-10h30

1 séance : 85€/an + adhésion  
2 séances : 135€/an + adhésion  
3 séances : 185€/an + adhésion

## Fighting ball

Cardio  
Jeudi : 20h15-21h15 et/ou vendredi  
12h30-13h30

1 séance : 140€/an + adhésion

## Qi gong (gym chinoise)

Entretenez votre santé et votre vitalité  
Adultes  
Vendredi 10h-11h30

195€/an + adhésion

## Pilates

Pour un réalignement de tout le corps  
Mardi : 17h30-18h30 et/ou 18h30-19h30

1 séance : 165€/an + adhésion  
2 séances : 275€/an + adhésion

## Randonnée pédestre

Lundi : 8h  
*Marche sportive de 20kms à 6km/h*  
Mardi : 8h30  
*10,5kms à 5km/h et 8kms à 4km/h*  
Jeudi : 8h30  
*13-14 kms à 5km/h et 8kms à 4km/h*  
Samedi : 8h30  
*Marche modérée autour du plan d'eau de St-Yrieix pour 7 kms à vitesse adaptée*

25€/an + adhésion

## Respiration consciente active

Relaxation, pleine conscience et bien-être  
intérieur

Adultes  
Mardi : 10h45-11h45

255€/an + adhésion

## RMG

Éligible au sport sur ordonnance

Renforcement musculaire général  
Adultes  
Mardi : 19h30-20h30

100€/An + adhésion

## Section loisirs sportifs

Activités dynamiques et conviviales

A partir de 15 ans  
Mercredi : 20h-22h

**40€/an + adhésion**

## Sophrologie

Relaxation, respiration et visualisation

Adultes  
Mercredi : 18h30-19h30

**255€/an + adhésion**

## STEP

Éligible au sport  
sur ordonnance

Endurance, coordination et tonicité  
musculaire

Adultes  
Mardi : 18h15-19h15

**100€/an + adhésion**

## Stretching

Éligible au sport  
sur ordonnance

Étirements, souplesse, détente et  
relâchement musculaire

Lundi : 10h45-11h45 à Fléac  
Lundi : 20h15-21h15 à Linars  
Jeudi : 10h45-11h45 à Fléac

**1 séance : 100€/an + adhésion**

**2 séances : 180€/an + adhésion**

**3 séances : 250/an + adhésion**

## Swiss ball

Éligible au sport  
sur ordonnance

Utilisation du ballon suisse

Adultes  
Lundi : 12h30-13h30  
Jeudi : 19h-20h

**1 séance : 90€/an + adhésion**

**2 séances : 140€/an + adhésion**

## Tennis de table

Pratiquez en loisir ou en compétition

A partir de 13 ans  
Mardi : 20h30-22h30  
Vendredi : 20h30-Minuit

**37€/an + adhésion + licence (78€)**

## Yoga

Relaxation, équilibre et émotions

Adultes  
Lundi : 15h-16h30 ou 18h30-20h

**170€/an + adhésion**

## Zumba

Dancez, vibrez, tonifiez !

A partir de 13 ans  
Jeudi : 19h-20h

**130€/an + adhésion**

# ADHÉSIONS ET COTISATIONS

L'adhésion à l'EVS-MJC est obligatoire pour participer aux activités de l'association.  
Elle est annuelle du 1er septembre 2025 au 31 août 2026 et non remboursable.

Moins de 16 ans : 8€/an  
Plus de 16 ans : 10€/an  
Adhésion familiale : 20€/an  
Adhésion associative : 35€/an

## Cotisation aux activités

La cotisation annuelle est calculée sur la base de 35 semaines d'activités minimum, de septembre à juin, hors vacances scolaires

Modalités de règlements :  
Possibilité de paiement en 3x.

## Remboursement

Le montant des cotisations des activités ne peut être remboursé que sur justificatif :

- raison médicale
- mutation professionnelle
- perte d'emploi
- déménagement à plus de 40 kms



Chèques ANCV, aides de la CAF, aides des C.E. L'adhésion à la MJC et les cotisations sont les seules perceptions financières requises pour pratiquer une activité.

Dans tous les cas, une retenue de 10% correspondant aux frais de gestion administrative et l'adhésion restent acquises.

Une attestation médicale vous sera demandée pour certaines activités

Présidente : Guillataud Chantal

Directeur : Roudit Guillaume

Conseil d'administration : Ahouanto André, Brière Françoise, Campo Bernadette, Chapeau Marie-Laure, Charbonnier Chrystel, Chevalier Annette, Girard Yveline, Hyvernaud Didier, Nicolas Jean-Louis, Piaud Alain, Rault Julie, Rossignol Patrick

## Accueil

Lundi : 9h – 12h 14h – 17h

Mardi : 9h – 12h 14h – 18h30

Mercredi : 9h – 12h 14h – 18h30

Judi : 9h – 12h 14h – 17h

Vendredi : 9h – 12h 14h – 17h

 [secretariat@mjcsgainsbourg.com](mailto:secretariat@mjcsgainsbourg.com)

 05 45 91 24 39

 6 place de l'Eglise - 16730 Fléac

Suivez nos réseaux !



**CHARENTE**  
LE DÉPARTEMENT

