



60 ANS

D'ÉDUCATION  
POPULAIRE

ET LE MEILLEUR RESTE À  
VENIR ...

2025-2026

# Édito

En 2026, la MJC de Chamonix, association d'éducation populaire à but non lucratif, soufflera ses 60 bougies.

Soixante années d'histoire, de projets partagés et surtout de liens tissés entre générations, adhérent.e.s, habitant.e.s, bénévoles, salarié.e.s et partenaires, dont la ville de Chamonix, soutien indéfectible. Soixante années de missions d'intérêt général qui encouragent la prise de responsabilité et une pratique citoyenne. Soixante années d'engagement au service de la population de la vallée de Chamonix-Mont-Blanc.

Cet anniversaire n'est pas qu'un chiffre : c'est une occasion précieuse de nous arrêter un instant sur ce qui a été construit, tout en affirmant résolument notre envie de regarder vers l'avenir.

Une nouvelle année commence dès maintenant avec notamment l'ouverture de notre café associatif. Ce nouveau lieu, imaginé et conçu avec vous, est un espace vivant : on y vient boire un café, échanger une idée, rêver un projet, improviser un débat ou partager un moment de convivialité. Plus qu'un simple lieu, il est un point de rencontre et d'émancipation, fidèle à l'esprit de l'éducation populaire qui nous anime depuis six décennies.

Dans un monde traversé par des incertitudes, où les tensions sociales, les problématiques environnementales et les replis identitaires nous bousculent, notre rôle associatif et culturel n'a jamais été aussi essentiel. Nourrir des espaces de dialogue, de solidarité, de création et d'engagement reste notre boussole.

Cette année sera donc festive, mais surtout inventive et résolument engagée, et cela quelles que soient les activités proposées.

Autant de projets culturels, citoyens et d'éducation populaire, qui célèbreront la diversité et l'énergie collective avec des ateliers, animations, spectacles, débats, festivals, accueils de loisirs...

Et, bien sûr, les événements spéciaux des 60 ans qui viendront ponctuer cette année unique.

Alors retrouvons-nous dès la rentrée, lors de la journée portes ouvertes du 6 septembre 2025, et tout au long de cette année que vous découvrirez un peu plus en détails dans les pages suivantes.

Et le meilleur reste à venir...

L'équipe de la MJC

# Sommaire

|                                                        |    |
|--------------------------------------------------------|----|
| L'Association.....                                     | 4  |
| Les locaux.....                                        | 6  |
| Le camion animation.....                               | 8  |
| Le Café associatif.....                                | 9  |
| Enfance-jeunesse-famille.....                          | 10 |
| Accueils de loisirs .....                              | 10 |
| Accompagnement et animations.....                      | 12 |
| Formations BAFA.....                                   | 14 |
| Programmation culturelle de la MJC.....                | 15 |
| Médiations scolaires.....                              | 30 |
| Soutien à la création artistique.....                  | 32 |
| Locaux de répét'.....                                  | 32 |
| Résidences artistiques.....                            | 33 |
| Activités culturelles, d'expression et de loisirs..... | 33 |
| Clin d'œil partenaire.....                             | 45 |
| Some explanations in English .....                     | 46 |
| Nos partenaires.....                                   | 47 |

# L'Association

**La MJC de Chamonix** est une association d'éducation populaire à but non lucratif dont les dirigeant.e.s sont des membres élu.e.s associatifs bénévoles. Pour mettre en place son projet, elle emploie des salarié.e.s à l'année et des vacataires selon les besoins. Au-delà des membres élu.e.s, de nombreux bénévoles participent à la vie de la maison au quotidien. Pour faire partie de l'aventure, n'hésitez pas à nous contacter !

**La MJC de Chamonix dispose de l'agrément d'État  
« Jeunesse et Éducation Populaire »**

***Pour en savoir plus sur notre association et retrouver l'ensemble des projets, associatif, éducatif et socioculturels, rendez-vous sur [www.mjchamonix.org](http://www.mjchamonix.org)***

## **Nos souhaits en quelques mots :**

- Être une association d'éducation populaire au service de toutes et tous
- Permettre à chacun.e de vivre une citoyenneté active visant à développer un mieux être et un mieux vivre ensemble ; développer la solidarité
- Lutter contre toutes les formes d'exclusions et contre toutes les discriminations ; créer du lien social
- Favoriser l'épanouissement par l'accès à la Culture...

**L'Assemblée générale** reste le moment privilégié de l'association qui doit réunir tous.tes ses adhérent.e.s ! Elle a pour missions de vous tenir informé.e.s des projets de l'association, de définir les grandes orientations et les objectifs, et d'élire les membres du Conseil d'Administration.

**L'Assemblée générale 2026 pour l'exercice 2025 est prévue le jeudi 2 avril 2026 à 18h30.**

**Le Conseil d'Administration** est composé de membres bénévoles élu.e.s lors de l'Assemblée générale et de représentant.e.s de la ville de Chamonix, ainsi que des membres associé.e.s.

**Au 3 avril 2025, les membres élu.e.s bénévoles de la MJC sont :**

Florence Bermon & Pierre Carlot - coprésidents

Martine Froucht - trésorière

François Servet - trésorier adjoint

Ludmilla Villon - secrétaire

Martine Bozon - secrétaire adjointe

Jean-Baptiste Aulas, Dominique Buratti-Verbauwen, Christelle Clarisse, Charlène Dambreville, Pauline Grenier, Chantal Hébert, Benoît Roux, Claire Tyl, Marion Raynaud-Burnet.

## L'adhésion à la MJC

S'inscrire à la MJC, c'est adhérer au projet associatif d'éducation populaire, de tolérance, d'accessibilité et d'épanouissement de chacun.e, dans le respect de la laïcité.

La carte d'adhésion annuelle est strictement personnelle et valable du 1er juin 2025 au 31 mai 2026. Elle coûte **10,50€** pour les moins de 18 ans, saisonnier.e.s, étudiant.e.s et demandeur.se.s d'emploi (sur présentation d'un justificatif) et **21€** pour les adultes. Elle permet à chacun.e d'adhérer au projet global de l'association, de pratiquer ou de participer aux activités et/ou événements de son choix, de participer à la vie démocratique de l'association...

Le règlement intérieur est disponible  
sur [www.mjchamonix.org](http://www.mjchamonix.org)

## Don déductible des impôts

Votre MJC est reconnue d'intérêt général et a besoin de ressources financières pour fonctionner. Vous pouvez lui faire un don qui sera déductible de vos impôts dans la limite de 66% ; un reçu fiscal vous sera alors délivré.

## Règlements

Le règlement s'effectue en numéraires, par chèques, par carte bancaire, avec le pass Région, le pass Culture ou par chèques vacances (pas de remboursement de trop perçu). Aucune réservation, ni inscription, ne sera prise par téléphone, courrier ou mail. Le tarif adulte s'applique dès 18 ans. Le coût de certaines activités est calculé selon le quotient familial.

# Les locaux

*La Commune de Chamonix-Mont-Blanc met à disposition à titre gracieux des bâtiments publics dont les locaux de la Maison Pour Tous pour renforcer la dynamique associative locale. A ce titre la Commune de Chamonix-Mont-Blanc contribue à la vitalité et aux moyens alloués aux associations à but non lucratif.*

**MJC DE CHAMONIX**  
**Maison des Jeunes et de la Culture**  
Maison pour Tous  
94 promenade du Fori  
74400 Chamonix-Mont-Blanc  
04.50.53.12.24 - [accueil@mjchamonix.org](mailto:accueil@mjchamonix.org)



**NOUS RENDRE VISITE**

## Bâtiments annexes

**GARE DES GLACIERS**  
1207 route des Pèlerins  
74400 Chamonix-Mont-Blanc

**ACCUEIL DE LOISIRS BALMAT**  
1273 route des Pèlerins  
74400 Chamonix-Mont-Blanc

***Pour plus d'informations, contactez l'accueil de la MJC.***

# Les autres services situés dans les locaux de la Maison pour Tous



## ASSAD

Association d'aide à domicile  
04.50.92.32.56 - [www.una.fr](http://www.una.fr)  
[aideadomicile@wanadoo.fr](mailto:aideadomicile@wanadoo.fr)



## France Services

Lundi, mardi et jeudi de 9h à 12h30  
et de 13h30 à 17h, mercredi de 9h à  
12h30 et vendredi de 9h à 12h  
06.08.30.96.34

[fs.chamonix@faucignymontblanc.com](mailto:fs.chamonix@faucignymontblanc.com)

*France Services vous aide à l'utilisation des services en ligne des partenaires, à la constitution des dossiers (Caf, France Travail, Carsat, France Titres, CPAM...), à la mise en relation avec certains organismes... Des ordinateurs en accès libre vous permettent également de réaliser vos démarches en autonomie. De nombreux partenaires tiennent des permanences : Conciliateur de justice, UDAF 74, Espace Saisonniers du Pays du Mont Blanc...*



## Mission locale

Sur rendez-vous  
[www.missionlocale.fr](http://www.missionlocale.fr)



## Service logement solidaire

04 50 54 67 58  
[logement.solidaire@ccvcmb.fr](mailto:logement.solidaire@ccvcmb.fr)  
et coordination des affaires sociales.



## Consultation Jeunes Consommateurs

*Les mercredis matins, en partenariat avec la MJC*  
04 50 98 16 39 [addictions-france.org](http://addictions-france.org)

Des permanences d'un **écrivain public bénévole, en partenariat avec la MJC**, ont également lieu une fois par mois au sein de la Maison Pour Tous. *Informations au 04.50.53.12.24*

# Le camion animation



Nous venons à votre rencontre tout au long de l'année !  
Le camion animation nous permet d'aller au plus près des habitant.e.s, au coeur de la ville et de la vallée. Vous aurez l'occasion de nous rencontrer ici et là pour diverses animations, des temps conviviaux, des services... Quand vous en avez l'occasion, n'hésitez pas à vous arrêter et à venir partager un café avec nous !

**Informations à l'accueil de la MJC  
ou sur [www.mjchamonix.org](http://www.mjchamonix.org)**



# Le café associatif

Le Café associatif est un lieu convivial, ouvert à toutes et tous, où il est possible de se retrouver pour partager un moment simple autour d'un café, échanger des idées, participer à des activités... C'est à la fois un espace de détente, d'information et de rencontres intergénérationnelles, favorisant le lien social et les initiatives des habitants. Tout au long de l'année, il accueille des animations ponctuelles (ateliers, discussions, petits événements culturels...) et sert de point de contact privilégié pour s'impliquer dans la vie de la MJC.



**à partir du 30 septembre 2025** (hors vacances scolaires)

Horaires à venir sur [www.mjchamonix.org](http://www.mjchamonix.org)

*La consommation au Café associatif (boissons et petite restauration éventuelle) est soumise au principe d'adhésion, qu'elle soit annuelle ou ponctuelle.*



# Enfance Jeunesse – famille

## Accueils de loisirs

Les animateur.trice.s accompagnent les enfants tout au long de l'année, les mercredis et durant les vacances scolaires, dans leur développement au sein de la vie en collectivité. C'est un lieu privilégié pour transmettre les valeurs chères à la MJC : loisirs, citoyenneté, solidarité, vivre ensemble, tolérance, respect de l'environnement, sensibilisation culturelle.



## Les mercredis

L'accueil de loisirs Balmat ouvre ses portes chaque mercredi, dès **le 10 septembre 2025** de 8h à 18h (arrivée entre 8h et 9h30, départ entre 16h30 et 18h) et propose deux formules :

- un accueil à la journée avec repas
- un accueil à la demi-journée, le matin (départ entre 11h30 et 12h) ou l'après-midi (arrivée entre 13h et 13h30) sans les repas.

## Petites vacances

L'accueil de loisirs Balmat ouvre ses portes du lundi au vendredi. Accueil des enfants de 8h à 9h30 - départ des enfants entre 16h30 et 18h. Les plannings sont construits à la semaine complète avec une progression des projets au jour le jour.

## Cap Loisirs - vacances d'été

Pendant les vacances d'été, pour plus de proximité, plusieurs accueils de loisirs sont répartis sur la commune de Chamonix ! Une formule estivale complète : accueil enfance, ados, mini-camps, séjours jeunes...

*Le partenariat entre la MJC et la Communauté de Communes, dans le cadre de la Convention Territoriale Globale (CTG), vous permet, pour certains séjours jeunes, de bénéficier de tarifs avantageux, adaptés à tous les budgets.*

## Club Ados

Un accueil de loisirs réservé aux ados de la 6ème à la 3ème, pendant les vacances scolaires, du lundi au vendredi de 8h à 18h (à la semaine ou à la journée).

Les animateur.trice.s préparent des programmes d'animations avec des activités sportives et culturelles, des sorties ludiques, des séjours, des stages ou encore des soirées thématiques. Certains temps sont à construire avec les jeunes durant la semaine.

L'accueil des enfants à particularités : la MJC de Chamonix facilite l'accès aux loisirs des enfants en situation de handicap, avec le soutien de la ville de Chamonix. Ils peuvent ainsi bénéficier, dans la mesure du possible, d'un accueil sous certaines conditions à l'issue d'une rencontre en amont avec le directeur de la MJC, l'équipe pédagogique et les familles.



# Les temps libres MJC

## un temps pour se rencontrer, partager, créer

Ouvert à toutes et à tous, c'est un temps convivial de rencontres et d'échanges où tout le monde peut profiter selon ses envies ! Vous y trouverez des jeux de société, des animations, la possibilité de créer et développer vos idées, des moments festifs... et des animateur.trices prêt.e.s à vous renseigner et à vous accompagner !

*(Les enfants de moins de 11 ans doivent être accompagnés d'un parent)*

*Pour profiter des animations de la MJC ou participer à la création de projets, l'adhésion est nécessaire.*



**à partir du 16 septembre 2025** (hors vacances scolaires) :



À la Gare des Glaciers (1207 route des Pèlerins) : **Mardi & mercredi de 17h à 19h, vendredi de 17h à 19h ou de 17h à 21h30 (1 semaine sur 2)**

**+ le samedi de 14h à 18h : à la Gare des Glaciers ou au Café associatif selon les projets !** *Informations à l'accueil de la MJC.*



Des idées ? Des envies ? N'hésitez pas à nous contacter !

## Coup de pouce activité sur inscription et accord parental obligatoire

Dans un espace convivial, à travers des ateliers ludiques, les animateur.trice.s et des bénévoles accueillent les enfants de primaire ainsi que les collégien.ne.s, chaque semaine, pour leur offrir un espace adapté pour faire leurs devoirs, et leur proposer des jeux éducatifs, de logique et de coopération.



Primaires & collèges : du 2 octobre 2025 au 26 mars 2026 à la Gare des Glaciers - les jeudis de 16h30 à 18h30 (hors vacances scolaires)

# La Paus'animée et la paus'lycéen.ne.s

Les animateur.trice.s de la MJC proposent des animations variées pour les collégien.ne.s **au sein des établissements scolaires lors des temps de midi**. Au programme : des ateliers thématiques (lutte contre les discriminations et diverses sensibilisations...) mais aussi des jeux de société (stratégie, cartes, rapidité, réflexion...) et des jeux en extérieur (jeux en bois géants, tournois sportifs...).

Retrouvez également les animateur.trices de la MJC **les jeudis midis sur le parvis du lycée Frison Roche et de la MJC, à l'automne et au printemps, et au sein du Café associatif pendant l'hiver** (hors vacances scolaires).

## 1,2,3 sortez !

Les animateur.trice.s de la MJC, leurs partenaires et les habitant.e.s vous proposent tout au long de l'année des animations. **Si vous souhaitez être accompagné.e.s dans la création d'un projet, n'hésitez pas à venir nous rencontrer !**



- Projets à l'initiative des jeunes et d'habitant.e.s
- La MJC vous emmène - une à deux fois par an le temps d'une journée et en famille, pour partager des temps artistiques et culturels, des moments privilégiés en pleine nature...
- Participation avec d'autres partenaires à la Fête aux Pèlerins en juin 2026
- Animations de proximité dont les mercredis animés de l'été...

**Plus d'informations sur [www.mjchamonix.org](http://www.mjchamonix.org)**

# Formation BAFA

Le Brevet d'Aptitude aux Fonctions d'Animateur.trice permet d'encadrer à titre non professionnel, de façon occasionnelle, des enfants et adolescents en Accueils Collectifs de Mineurs (ACM) dans le cadre d'un engagement social et citoyen.

- **La formation générale**

D'une durée de 8 jours, elle permet d'acquérir les notions de base pour assurer les missions d'animateur.trice : techniques d'animations et fonctions pratiques, théoriques, administratives et juridiques. *Il faut être âgé de 16 ans minimum le premier jour de la formation.*

- **Stage pratique - Mise en situation**

D'une durée effective de 14 jours (possibilité d'effectuer le stage en discontinu), ce stage est une mise en situation réelle au sein d'une équipe d'animateur.trices : en colos, en centres de loisirs avec ou sans hébergement...

*Il doit être réalisé au plus tard 18 mois après la formation générale.*

- **Stage d'approfondissement**

Cette session vient consolider et enrichir les acquis de la formation générale par un thème choisi et permet une analyse du stage pratique.



La MJC coorganise un stage d'approfondissement « Multi-activités » du dimanche 26 au vendredi 31 octobre 2025, en partenariat avec la MJCI des Clarines de Viuz-en-Sallaz. **Inscriptions et informations à l'accueil de la MJC.**

La MJC s'engage depuis 12 ans dans la formation et l'accompagnement des animateurs.trices. Elle peut également les recruter en stage rémunéré en fonction des effectifs et de la législation en vigueur. *En partenariat avec la plateforme AURA des MJC et la ville de Chamonix.*

# Programmation socioculturelle de la MJC



***Vous pouvez réserver vos billets en ligne :***  
**[www.mjchamonix.org/billetterie](http://www.mjchamonix.org/billetterie)**

La MJC dispose d'une salle de spectacle équipée « La Coupole » qui permet d'accueillir et de soutenir différents projets culturels.

Notre projet socioculturel s'articule autour de différents axes : permettre l'accès à la Culture pour toutes et tous, favoriser les échanges et les rencontres intergénérationnelles, proposer des projets artistiques et culturels innovants et interdisciplinaires, valoriser et soutenir la création artistique locale...

## Billetterie

Pour la majorité des évènements de la MJC, préventes en ligne ou à l'accueil de la MJC. Achat sur place possible le jour du spectacle, à l'ouverture des portes (15 minutes avant le début de la représentation), dans la limite des places restantes.

***Nombre de places limité !***

Le tarif réduit s'applique pour les -18 ans, les étudiant.e.s, les demandeurs.ses d'emploi et les saisonnier.e.s (sur présentation d'un justificatif).

**Tous les tarifs comprennent l'adhésion à l'association (annuelle ou ponctuelle).**





**SAMEDI  
20  
SEPTEMBRE**

**OUVERTURE DE SAISON**

à partir de

**15H**



Café associatif de la MJC et parvis de la MJC  
Goûter, jeux en bois, animations !

**15H30 À 18H30**



Café associatif de la MJC

## **La Chariote de Loupiote** *entre-sort*

Plongez dans l'univers doux et féérique de Loupiote, une conteuse qui accueille les enfants et leurs familles dans son tipi chaleureux, dix minutes à la fois. Installés en petit comité, les spectateurs découvrent une réécriture poétique de contes inspirés d'Oscar Wilde, tandis que Loupiote plie, au fil de l'histoire, un origami que chacun emportera en souvenir. Un moment intime, magique et délicat, à savourer en toute simplicité.

à partir de

**18H30**



Café associatif de la MJC

Apéro quiz blindtest !

**€** Entrée libre



20H30

# La Cafetera Roja

## + 1ère partie : Moïzo

**La Cafetera Roja**, c'est le refus des étiquettes, ils ne sont pas rock, pas trip hop, pas reggae, pas chanson, pas jazz, pas latino, leur gloubiboulga, c'est le temps qui l'a mijoté, la "sono mondiale" s'y est invitée, leur langage, ils se le sont inventé. Ils sont aujourd'hui, hip hop – world, tout autant que rock-électro. En quittant Barcelone, leur espagnol se transforme, se mélange au français, à l'allemand, l'anglais, ils fabriquent leur propre esperanto, leur son transpire la joie du jouer ensemble.

*Aurélia CAMPIONE (Chant/Guitare) - Anton DIRNBERGER (MC/Keyboard) - François GONNET (Guitare/Choeurs) - Fiti RODRIGUEZ (Chant/Basse/Choeurs) - Jean Michel MOTA (Violoncelle/Choeurs) - Pierre-Jean SAVIN (Drums/Choeurs)*

**Moïzo** est une fusion éclectique de rock / funk / alternative où chaque morceau mélange positivité, rythmes effrénés et mélodies entêtantes. Avec un grand attachement pour la performance scénique, chaque concert est un tourbillon d'énergie, de lâcher prise, et de vibrations positives. **Le groupe est lauréat du Tremplin Musiques Actuelles de la MJC en 2024.**

*Valerian (chant), Mario (guitare/claviers), Léonard (batterie), Lilian (guitare), Jay (basse)*



MJC - la Coupole



17€ / réduit 13€

adhérente annuel.le 11€ / - 12 ans 8€





# Nanan!

**Concert jazz familial dès 1 an**

Dans le cadre du festival JazzContreBand

**SAMEDI 4  
OCTOBRE  
17H**

« Nanan » est un mot issu du vieux langage familial. On l'utilisait principalement quand on s'adressait aux enfants pour désigner une chose agréable. Ce spectacle musical propose une approche du jazz douce et ludique. Il se veut comme la plus délicieuse des sucreries ... à offrir aux enfants ! Les chansons, écrites par la batteuse Lydie Dupuy et arrangées par le pianiste Rémi Ploton, nous invitent à interagir avec les musiciens et nous font (re)découvrir une musique accessible à tous.

*Lydie Dupuy, paroles & musique / Rémi Ploton, arrangements / Mélina Tobiana, chant / Vincent Perrier, saxophone ténor et clarinette / Camille Thouvenot, piano / Julien Sarazin, contrebasse / Lydie Dupuy, batterie // Durée : 45 minutes*

**Des animations et un goûter vous seront proposés dès 16h ainsi qu'à la suite du concert !**

***Le Festival JazzContreBand est un rendez-vous culturel et convivial qui privilégie l'accueil des musicien.ne.s suisses sur les scènes françaises et inversement. Plus d'infos sur [www.jazzcontreband.com](http://www.jazzcontreband.com)***



**MJC - La Coupole**



**10€ / réduit et passeport JCB 8€  
adhérent.e annuelle 7€ / - 12 ans 6€**





# Dessine-moi l'écologie

**EXPOSITION PÉDAGOGIQUE  
DE CARTOONING FOR PEACE**



LA SEMAINE DES MJC EN  
**TRANSITIONS**



L'urgence écologique est désormais impossible à ignorer : le dernier rapport du GIEC nous alerte sur la gravité de la situation.

Dans ce contexte, Cartooning for Peace, réseau international de dessinateurs de presse engagés, propose l'exposition « Dessine-moi l'écologie ». Cette exposition traite des grands enjeux environnementaux – pollution, gestion des déchets, préservation de la biodiversité – pour sensibiliser petits et grands aux conséquences du dérèglement climatique et encourager chacun à agir pour un avenir durable.

Elle offre également une belle opportunité d'apprendre à décoder les dessins de presse. C'est pourquoi un atelier animé par un dessinateur de presse sera proposé durant le temps de l'exposition (*toutes les informations (date et modalités pratiques) seront disponibles sur [www.mjchamonix.org](http://www.mjchamonix.org)*).

***Cette exposition est organisée en partenariat avec la Médiathèque de Chamonix, dans le cadre de la Fête de la Science.***

***Cette exposition est également organisée dans le cadre de la semaine des MJC en transitions.***



**Médiathèque de Chamonix**



**Entrée libre aux horaires d'ouverture de la Médiathèque**



# Claudine Lebègue & Pierrot de La Rue Kétanou

VENDREDI  
17 OCTOBRE  
19H30

En 2005, elle le voit sur scène, il la voit sur scène. Il est scotché par son charisme et sa voix, elle est impressionnée par son jeu et son swing. En 2006, ils décident de boire un café ensemble. Le café est bon, très bon, très fort. C'est le coup de foudre. Neuf mois plus tard, naît leur 1er duo « PÉPÉ ». Dès leur première apparition sur scène, le bruit court que leur duo ne ressemble à rien de connu : c'est du jamais ouï, du peu vu. Depuis, leur collaboration n'a jamais cessé malgré leurs différents aiguillages.

Et les voilà aujourd'hui avec un jeu bien affûté de 12 chansons nouvelles, toutes neuves comme des sous neufs, aiguillées comme des flèches, et derrière les fagots, quelques vieilles plantées là, toutes vieilles comme de belles rides profondes...

Un sillon de sentiments, entre grâce, légèreté, profondeur et fureur, qui ne les ont jamais quittés.

*Claudine Lebègue (Rockeuse des faubourgs) / Pierre Luquet (de La Rue Kétanou)*



MJC - La Coupole



17€ / réduit 13€

adhérent.e annuel.le 11€ / - 12 ans 8€





SAMEDI  
25 OCTOBRE  
20H30

# Fabien Sevilla

Dans le cadre du festival JazzContreBand

Réenchanter le monde d'une façon païenne, c'est l'heureux défi que relève **Fabien Sevilla** au fil de sa dernière création intitulée Rites. Le contrebassiste propose une immersion dans un espace sonore où se déploie une musique au confluent des traditions musicales et à la croisée des courants artistiques. Une performance qui tisse des liens entre des pratiques ancestrales et la contemporanéité.

*Le Festival JazzContreBand est un rendez-vous culturel et convivial qui privilégie l'accueil des musicien.ne.s suisses sur les scènes françaises et inversement. Plus d'infos sur [www.jazzcontreband.com](http://www.jazzcontreband.com)*

Un second artiste viendra compléter cette programmation.



MJC - la Coupole



17€ / réduit et passeport JCB 13€  
adhérent.e annuel.le 10€ / - 12 ans 6€





# Versant Vivant

## de Emilie Tarascou et Simon Kansara

SAMEDI  
15 NOVEMBRE  
15H

Bercés par une musique hypnotique, les êtres de la montagne s'endorment : humains, animaux, domestiques ou sauvages, proies ou prédateurs, tous se retrouvent en rêve pour une trêve bienvenue. Dans ce territoire commun, les échelles de temps et d'espace se confondent : un battement d'aile dure une saison, les arbres puisent leur sève à la lumière des étoiles, les stalactites grandissent à vue d'œil... Versant Vivant est un spectacle musical sensible et contemplatif, où s'entremêlent des compositions électro-acoustiques et toute une variété de manipulations plastiques réalisées en direct. Emilie Tarascou dessine, sous l'œil de la caméra, des paysages naturels auxquels elle donne vie grâce à quelques animations. Pour accompagner cette rêverie organique, Simon Kansara crée en direct une musique de boucles aériennes qui évoluent avec le dessin.

*Distribution : Emilie Tarascou (écriture et dessin), Simon Kansara (écriture et musique)*

*Accompagnement en diffusion : L'Armada Productions*

**Durée : 45 minutes**



MJC - La Coupole



10€ /adhérente annuel.le 8€  
- 12 ans 6€

CONCERT DESSINÉ  
  
DÈS 6 ANS

# TREMPIN MUSIQUES ACTUELLES

MJC DE CHAMONIX-MONT-BLANC



SAMEDI 22  
NOVEMBRE  
20H

INFORMATIONS ET  
FICHES D'INSCRIPTIONS  
SUR [WWW.MJCHAMONIX.ORG](http://WWW.MJCHAMONIX.ORG)

CANDIDATURES JUSQU'AU  
8 OCTOBRE 2025

# FEMMES EGALITES REALITES

Festival de lutte contre les inégalités et les  
violences faites aux femmes

**La 9ème édition se déroulera  
du 1er au 13 décembre 2025**

Programme complet disponible en novembre 2025



**TOUTES  
LES INFOS**



2026

# REMBALLE TA HAINÉ!

#12

[WWW.MJCHAMONIX.ORG](http://WWW.MJCHAMONIX.ORG)

FESTIVAL DE LUTTE  
CONTRE TOUTES LES FORMES  
DE DISCRIMINATIONS

La 12ème édition se déroulera  
du 12 au 24 janvier 2026

Programme complet disponible en décembre 2025



CULTURE



**SAMEDI  
24 JANVIER  
20H30**

BOIS DE CHAMENEX  
**REMBALLE  
TA HAINE !**  
BOIS DE CHAMENEX

**60** ANS  
**mjc**

# Molotov Brothers

Les Molotov Brothers dépoussièrent les DJ sets classiques avec une formule innovante **SCRATCH'N'CUIVRES** qui associent machines, scratch vinyle, trombone et saxophone.

Balkan Beats bouillonnants d'énergies, Tempos Latinos effrénés, Valse endiablée, Drum'n'Bass survitaminés....

Chaque morceau de leur répertoire est calibré pour ne vous laisser aucun répit sur la piste. Un show explosif à la joie contagieuse qui invite à la danse frénétique, au voyage & au partage.

**Ce concert est organisé en clôture de la 12ème édition du festival "Remballe ta haine !" mais sera également le prélude des 60 ans de la MJC !**

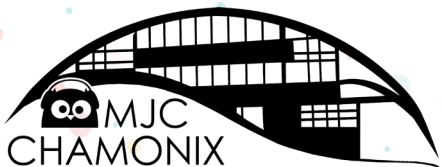


**MJC - la Coupole**

**€ 17€ / réduit 13€**

adhérent.e annuel.le **11€ / - 12 ans 8€**

**SCRATCH'N'CUIVRES**



# 2026...

## LA MJC DE CHAMONIX FÊTE SES 60 ANS !

En 2026, la MJC de Chamonix franchit une étape importante de son histoire : 60 années d'engagement, de partage et de vie socioculturelle au cœur de la vallée.

Pour célébrer cet anniversaire, nous vous invitons à un programme festif et convivial qui **s'ouvrira le 24 janvier 2026** avec un concert exceptionnel des Molotov Brothers (*Cf page précédente*)... et de nombreuses autres surprises !

Tout au long de l'année, des événements et animations viendront ponctuer cette célébration, en rassemblant adhérent.e.s, habitant.e.s, partenaires et ami.e.s de la MJC.

La programmation complète des festivités sera dévoilée à la fin de l'année 2025 !



# GES

GUITARE EN SCÈNE

## TREMPLIN GES

MJC - LA COUPOLE  
7 FÉVRIER 2026 - 20H



[www.guitare-en-scene.com](http://www.guitare-en-scene.com)



24ème édition  
**[PRINTEMPS FESTIVAL  
MUSICAL]**  
CHAMONIX-MONT-BLANC  
16 au 21 mars 2026

**Le festival de toutes les musiques**

**La 24ème édition se déroulera  
du 16 au 21 mars 2026**

Programme complet disponible en février 2026



# Médiations scolaires

Au-delà de la programmation socioculturelle tout public, dans et hors les murs, des animations et médiations artistiques, culturelles, sociétales, de sensibilisation et de prévention, sont proposées tout au long de l'année à destination des publics scolaires et des accueils de loisirs. Sous forme de rencontres, de débats, de jeux de rôle ou de malles pédagogiques, elles privilégient la rencontre entre les publics, les artistes et les œuvres.

*Enseignant.e.s et professionnel.le.s, n'hésitez pas à nous solliciter pour mettre en place une action en lien avec un spectacle de notre programmation !*

## Quelques exemples de médiations proposées sur la saison 2025-2026 :



### **LA THÉORIE DES CORDES** COMPAGNIE FIL ROUGE

Spectacle abordant le thème du suicide  
**à destination des classes de 3<sup>ème</sup>**

Lundi 3 et mardi 4 novembre 2025

*Ateliers avec les élèves et spectacles scolaires*



### **CES FILLES LÀ** LA COLLECTIVE CES FILLES-LÀ

Spectacle abordant le thème du harcèlement scolaire  
**à destination des classes de 4<sup>ème</sup> et de 3<sup>ème</sup>**

Jeudi 6 et vendredi 7 novembre 2025

*Ateliers avec les élèves et spectacles scolaires*

© Victor Guillemot



## LET'S TALK ABOUT SEXISM LA TOUTE PETITE COMPAGNIE

à destination des lycéen.ne.s

*Dans le cadre du festival "Femmes, Égalités, Réalités"*

Mardi 9 décembre 2025

*Spectacle scolaire*



© Gilles Rammant

## LE PROCESSUS THÉÂTRE DE ROMETTE

à destination des classes de premières et de terminales

*Dans le cadre du festival "Femmes, Égalités, Réalités"*

Décembre 2025

*Spectacle scolaire*



## LA CLASSE DES MAMMOUTHS THÉÂTRE DES 4 MAINS

Un spectacle pour se dégager des clichés du genre, autour de l'art de la marionnette

à destination des classes de primaire

En partenariat avec la Ville de Chamonix



*Dans le cadre du festival "Femmes, Égalités, Réalités"*

Du mardi 9 au jeudi 11 décembre 2025

*Ateliers avec les élèves*



## IMPULLS COMPAGNIE FARFELOUP

Un spectacle qui questionne de manière sensible les notions d'apparence et d'appartenance à un groupe

à destination des collégien.ne.s (6<sup>ème</sup> - 5<sup>ème</sup>)

En partenariat avec la Ville de Chamonix



*Dans le cadre du festival "Remballe ta haine !"*

Jeudi 15 janvier 2026

*Ateliers avec les élèves*



*N'hésitez pas à nous contacter pour mettre en place une action en lien avec un spectacle de notre programmation !*

# Soutien à la création artistique

Que vous soyez une Compagnie, un groupe, un.e artiste, amateur ou non, la MJC vous accompagne dans vos projets culturels ! Elle dispose d'espaces adaptés pour accueillir des concerts, du théâtre, de la danse, des conférences, des débats, des expositions... Des dispositifs existent pour vous permettre de créer, de vous exprimer, de transmettre, de faire découvrir et d'échanger. **Pour plus d'informations, contactez l'accueil de la MJC !**

## Local et studio de répét'

**Le local « Helbronner »** est situé dans le centre de Chamonix.

*Son utilisation est soumise à conditions. Informations auprès de l'accueil de la MJC.*

**Le studio de répétition « François Bozon »** est situé au sein de la Maison pour Tous (94 promenade du Fori). Cet espace de 39m<sup>2</sup> est entièrement équipé et est destiné à la création et au travail musical.

*Son utilisation est soumise à conditions et se doit de respecter le règlement du studio disponible sur demande auprès de l'accueil de la MJC.*

## Résidences artistiques

D'une durée allant de quelques jours à plusieurs semaines, la résidence permet d'offrir aux artistes un espace-temps et des conditions de production indispensables au travail de création.

Salles, espace scénique, matériel peuvent être ainsi mis à disposition par la MJC selon les besoins et les objectifs du projet.

L'accompagnement peut prendre des formes aussi diverses que le sont les créations, c'est pourquoi, **chaque demande est étudiée au cas par cas**, ainsi que les modalités de mise à disposition. **N'hésitez pas à nous contacter !**

# Activités culturelles, d'expression et de loisirs

La MJC vous propose des activités, individuelles ou collectives, à l'année (**hors vacances scolaires**), des stages et des ateliers qui permettent à chacun.e de s'épanouir dans une discipline artistique, culturelle, d'expression, créative et/ou sportive.

Elle n'a pas vocation à générer des profits mais à assurer un équilibre budgétaire, et propose donc une tarification raisonnable, qui permet au plus grand nombre d'accéder à des activités de qualité, dispensées par des professionnel.le.s et/ou des bénévoles, des passionné.e.s. Pour cette raison aucune augmentation de tarif n'est appliquée cette saison. Les adhérent.e.s et/ou familles peuvent bénéficier **d'une réduction de 15% dès l'inscription à une 2ème activité** annuelle. Réduction qui sera appliquée sur l'activité la moins chère. Pour plus d'informations, rendez-vous auprès de l'accueil de la MJC !

## Cotisation d'activité

Pour pratiquer une activité, vous devez régler votre adhésion annuelle à la MJC ainsi qu'une cotisation forfaitaire liée à l'activité, valable pour la saison en cours.

**Le règlement (activité + adhésion) doit obligatoirement se faire avant le premier cours. Si vous changez d'avis, merci de revenir vers nous dans les 6 jours après ce premier cours pour procéder au remboursement de l'activité, seule l'adhésion restera acquise. Passé ce délai, sans retour de votre part, l'adhésion et l'inscription seront automatiquement acquises. (Cf règlement intérieur de la MJC)**

**La pratique d'une activité sportive pourra vous être refusée en cas de non-présentation d'un certificat médical.**

## Annulation – remboursement

Les cotisations correspondent à un engagement de l'adhérent.e à participer à l'intégralité des séances de l'activité, de date à date. L'adhérent.e contribue au maintien de son activité, qui s'inscrit dans l'organisation générale de l'association. L'adhérent.e s'engage à prévenir systématiquement en cas d'absence à une ou plusieurs séances. Aucun remboursement ne sera effectué en cas de désistement de l'adhérent.e (*sauf cas particulier Cf. règlement intérieur disponible à l'accueil de la MJC ou sur [www.mjchamonix.org](http://www.mjchamonix.org)*).

**Quel qu'en soit le motif, la MJC ne remboursera plus aucune activité après le 1er mars de chaque saison.** Dans tous les cas, la décision du remboursement appartient au Bureau du Conseil d'Administration.

Le déroulement des cours est soumis à un minimum d'inscrit.e.s. Toute annulation du fait de la MJC donnera lieu à un remboursement (sauf l'adhésion qui reste acquise).

## À savoir...

La suppression d'une séance pour empêchement de l'animateur.trice ou du fait de la MJC est compensée par une séance supplémentaire définie entre la MJC, l'animateur.trice et les adhérent.e.s.

Vous êtes couvert.e.s par la responsabilité civile de la MJC durant la pratique des activités qu'elle organise.

Pour les parents ou responsables légaux d'enfant.s adhérent.e.s de la MJC de moins de 8 ans, l'accompagnement de l'enfant est obligatoire jusqu'au lieu de l'activité. Vous devez vous assurer que l'animateur.trice soit présent.e, et demander à ou aux enfant.s de vous attendre dans les locaux de la MJC à la fin de l'activité.

# Musiques actuelles

## GUIRE tous niveaux confondus - dès 7 ans.



Avec Olivier Rouquier : **1 semaine sur 2** mardi, mercredi et jeudi  MJC - Maison pour Tous

Avec Rémi Chamblain : mardi (soir) et mercredi (journée)\*

 MJC - Maison pour Tous

*\* horaires de cours à définir directement avec le professeur lors de l'inscription (dans la limite des places disponibles)*

Tarifs : adultes en individuel 470€ - en collectif 299€  
enfants et ados en individuel 259€ - en collectif 154€

## UKULÉLÉ accessible à toutes et à tous - dès 7 ans.



Avec Olivier Rouquier : 1 semaine sur 2\*

 MJC - Maison pour Tous

*\* horaires de cours à définir directement avec le professeur lors de l'inscription (dans la limite des places disponibles)*

Tarifs : adultes en collectif (+ 18 ans) 180€  
enfants et ados en collectif (- 18 ans) : 118€

## PERCUSSIONS tous niveaux - dès 12 ans.



Avec Jérémy Descamps : le mardi\*

 MJC - Maison pour Tous

*\* horaires de cours à définir directement avec le professeur lors de l'inscription (dans la limite des places disponibles)*

Tarifs : adultes en collectif (+ 18 ans) 180€  
ados en collectif : 118€

## BATTERIE tous niveaux - dès 7 ans.



Avec Jérémy Descamps : du lundi au mercredi\*

 MJC - Maison pour Tous

*\* horaires de cours à définir directement avec le professeur lors de l'inscription (dans la limite des places disponibles)*

Tarifs : adultes en individuel 470€ - en collectif 299€  
enfants et ados en individuel 259€ - en collectif 154€

## **LET'S ROCK !** *niveau avancé - atelier destiné aux 13-25 ans* Avec Rémi Chamblain\*

 MJC - Maison pour Tous (Local de répétitions)

1h par semaine. \* créneau défini en fonction du groupe constitué, le mardi soir ou le mercredi en journée.

*Tu joues déjà d'un instrument ou tu chantes, et tu veux passer à la pratique en groupe ? Cet atelier est fait pour toi ! Guitare, basse, batterie, chant... l'objectif est de former un vrai groupe de musique et de vivre l'expérience du jeu en live. Du blues à la pop, du rock à la chanson actuelle, le répertoire s'adapte aux niveaux et aux envies. Chaque participant pourra proposer des morceaux, travailler des arrangements simples et apprendre à jouer à plusieurs, en rythme, en écoute, en cohésion. L'atelier permettra aussi d'aborder des aspects plus techniques de la pratique musicale (structure, mise en place, dynamique...) et de préparer un concert ou une restitution publique en fin d'année !*

*Une activité collective et motivante, où chacun progresse à son rythme tout en partageant l'énergie du groupe. Attention, places limitées !*

Tarifs : adultes en collectif (+ 18 ans) 180€

ados en collectif : 118€



## **Activités artistiques et créatives**

### **DESSIN ET PEINTURE** *dès 6 ans.*

Avec Agathe Sanglard  MJC - Maison pour Tous

- Lundi de 16h50 à 17h50 - 6-8 ans
- Lundi de 17h55 à 18h55 - 9-12 ans
- Lundi de 19h à 20h30 - 13 ans et plus

Tarifs : enfants (- 12 ans) 197€

adolescents (12-17 ans) 259€

adultes (+ 18 ans) 295€



### **CLUB PHOTO** *dès 16 ans.*

Avec Benoit Roux  MJC - Maison pour Tous

- Mardi de 18h30 à 20h30

Tarif : 47€

*Des sorties et des expositions sont organisées tout au long de l'année.*



# CRÉATION COUTURE *dès 7 ans.*

Avec Valérie Pache

 Gare des Glaciers



- Lundi de 17h à 18h30 (voir calendrier ci-dessous) - primaires
- Lundi de 18h à 19h30 (voir calendrier ci-dessous) - collégiens
- Lundi de 19h à 20h30 (voir calendrier ci-dessous) - lycéens et adultes

*Grâce à un apprentissage varié, de l'initiation au perfectionnement, découvrez le plaisir de réaliser des pièces uniques, de réparer ou personnaliser vos accessoires de mode, de vous familiariser avec la machine à coudre.*

*La MJC met quelques machines et du petit matériel à disposition. Tissu non fourni.*

## **Calendrier des cours de couture 2025-2026 :**

Lundi 15, 22 & 29 septembre // Lundi 6 & 13 octobre

Lundi 17 & 24 novembre // Lundi 8 & 15 décembre

Lundi 12 & 19 janvier // Lundi 23 février

Lundi 2, 9 & 16 mars // Lundi 20 & 27 avril

Lundi 18 & 25 mai 2026

## **Cycle spécifique "Mode et récup" *dès 7 ans.***

Les samedis 27 septembre, 11 octobre, 22 novembre,  
13 décembre, 17 janvier, 28 février, 7 mars, 25 avril et  
23 mai de 13h à 17h

(cycle de 9 séances de 4h)



*Assembler, combiner, transformer, mettre à votre taille un.e vieux.veille jean, short, jupe, tee-shirt ou chemise... Vous serez guidé.e.s pour créer de toute pièce un nouveau vêtement sur mesure. Amenez vos matières à recycler, avec Valérie vous trouverez les idées pour les réincarner. Possibilité d'acheter les vêtements à recycler au Secours Populaire en amont ou pendant le stage. Tissu non fourni.*

Tarifs cours + cycle spécifique : - 18 ans 235€ / + 18 ans 287€

Tarifs cours (hors cycle spécifique) : - 18 ans 105€ / + 18 ans 129€

Tarifs cycle spécifique (hors cours) : - 18 ans 130€ / + 18 ans 158€

## **CROCHET** dès 10 ans.

Avec Mylène Lapierre  MJC - Maison pour Tous

- Jeudi de 16h45 à 18h15 - enfants-ados de 10 à 17 ans
- Jeudi de 18h15 à 20h15 - adultes

*Que vous soyez débutant.e.s ou expérimenté.e.s, rejoignez-nous pour apprendre et perfectionner vos compétences en crochet dans une ambiance conviviale et créative. Ensemble, nous réaliserons de magnifiques projets tout en partageant des moments de détente et de plaisir.*

Tarifs : - 18 ans 182€ (48h de cours)  
+ 18 ans 290€ (64h de cours)



## **Activités de bien-être**

### **QI GONG** tous niveaux - ados-adultes

Avec Tiphaine Breillot

 MJC - Maison pour Tous

- Lundi de 9h à 10h15
- Jeudi de 17h45 à 19h

*Travail du souffle et de l'énergie. Basés sur la médecine traditionnelle chinoise, les mouvements proposés rétablissent la circulation énergétique dans le corps et apportent calme et sérénité de l'esprit.*

Tarif : 200€ / Forfait Qi Gong 2 séances par semaine : 282€



### **HATHA YOGA** tous niveaux - ados-adultes

Avec Isabelle Darchy

 MJC - Maison pour Tous

- Lundi de 18h15 à 19h15
- Lundi de 19h30 à 20h30
- Vendredi de 12h20 à 13h20

Tarif : 200€ / - 18 ans : 189€ / Forfait yoga 2 séances par semaine : 282€



## YOGA DOUX *tous niveaux - ados-adultes*

Avec Isabelle Darchy

 MJC - Maison pour Tous

- Vendredi de 11h à 12h

Tarif : 200€ / - 18 ans : 189€



## KUNDALINI *tous niveaux - ados-adultes*

Avec Sophie Jenot

 MJC - Maison pour Tous

- Mardi de 18h15 à 19h45

*Un Yoga accessible à toutes et tous, régénérateur, holistique qui agit en profondeur au niveau physique, émotionnel, mental et spirituel.*

Tarif : 300€ / - 18 ans : 283€



## Activités sportives

### PILATES *ados-adultes*

Avec Romy Chevalier

 MJC - Maison pour Tous

- Jeudi de 9h15 à 10h15
- Samedi de 15h30 à 16h30

*Pratiqué avec régularité, le pilates améliore et développe: la musculature et notamment les muscles profonds et posturaux (abdos, dos, périnée), souplesse, équilibre et la mobilité de la colonne vertébrale. En résumé: une meilleure posture, moins de douleurs et plus de performance, un bien-être physique et émotionnel.*

Tarifs : - 18 ans 182€ / + 18 ans 197€

Forfait Pilates 2 séances par semaine : 280€

À noter : un certificat médical est obligatoire dès la première séance



# PILATES RENFORCEMENT MUSCULAIRE

ados-adultes

Avec Romy Chevalier

 MJC - Maison pour Tous

• Jeudi de 11h30 à 12h30

*Pratiqué avec régularité, le pilates améliore et développe: la musculature et notamment les muscles profonds et posturaux (abdos, dos, périnée), souplesse, équilibre et la mobilité de la colonne vertébrale. En résumé: une meilleure posture, moins de douleurs et plus de performance, un bien-être physique et émotionnel.*

Tarifs : - 18 ans 182€ / + 18 ans 197€

À noter : un certificat médical est obligatoire dès la première séance



## ACROYOGA POUR ENFANTS 7 - 11 ans.

Avec Sophie Jenot

 MJC - Maison pour Tous

• Mardi de 17h à 18h

*Un yoga ludique et gymnique avec des acrobaties, des portées pour développer le lâcher-prise, la confiance en soi et la concentration.*

Tarif : 182€

NOUVEAU



## MARCHE NORDIQUE le printemps et l'automne & RAQUETTES l'hiver

adultes

Avec Sophie Jenot, accompagnatrice en moyenne montagne

 Rendez-vous à la MJC - Maison Pour Tous

• Mardi de 9h30 à 11h30

*Temps convivial en plein air autour d'une marche active avec bâtons, alliant souplesse, tonicité et harmonie corporelle.*

Tarif : 394€

À noter : un certificat médical est obligatoire dès la première séance

Le matériel n'est pas fourni.



## STRETCHING *ados-adultes*

Avec Romy Chevalier

 MJC - Maison pour Tous



• Jeudi de 10h15 à 11h15

*Cours destiné à développer la souplesse corporelle et l'amélioration de la mobilité articulaire, permettant de gagner en confort et en amplitude, et favorisant la récupération consécutive à un effort physique. Pratique douce, adaptable à tous niveaux, s'inspirant de méthodes d'étirements actifs ou passifs, dynamiques ou statiques, et de mobilisation lente de la colonne en spirale.*

Tarifs : - 18 ans 182€ / + 18 ans 197€

À noter : un certificat médical est obligatoire dès la première séance

## Activité parents-enfants

### BABY GYM *enfants de 14 mois à 4 ans*

Avec Romy Chevalier

• Samedi de 9h à 10h

 Gymnase de l'école J. Balmat

du 20 septembre 2025 au 4 avril 2026

*Se dépenser et s'amuser pour développer la motricité, l'équilibre et l'agilité. La gymnastique permet aux enfants en bas âge de développer le sens de l'équilibre, la coordination des mouvements, la souplesse, la force et la confiance en soi, le tout accompagné d'un parent.*

Tarif : 129€ (23 séances - hors vacances scolaires)



# Activités diverses

## FRANÇAIS *adultes - à destination des personnes dont le français n'est pas la langue maternelle.*

Avec Sandrine Goulmy

 Gare des Glaciers

- Niveau 1 : mardi de 18h à 19h30
- Niveau 2 : lundi de 18h à 19h30

Cycle 1 : du 15 septembre au 16 décembre 2025

Cycle 2 : du 5 janvier au 28 avril 2026

Tarifs : 104€ le 1er cycle (12 séances) / 113€ le 2ème cycle (13 séances)



## SCRABBLE *dès 18 ans, débutant.e ou avancé.e*

Avec Geneviève Vouillamoz

 Gare des Glaciers

- Lundi de 14h à 16h
- Jeudi de 14h à 16h

Tarif : 70€



## Ce programme n'est pas exhaustif.

Toutes les activités, cycles et stages sont disponibles sur [www.mjchamonix.org](http://www.mjchamonix.org) ou en suivant le QR Code ci-contre.





# Cycles ateliers

## ATELIERS CROCHET avec Mylène Lapierre

parents-enfants à partir de 10 ans



- du lundi 20 au mercredi 22 octobre 2025, de 10h à 12h :  
Thème "Halloween"
- du mardi 7 au jeudi 9 avril 2026, de 10h à 12h : Thème "Petit poussin de Pâques"

Tarifs pour un stage de 3 jours pour un duo :

adhérent.es annuel.les 60€ / non adhérent.es annuel.les 92€

## INITIATION AU CROQUIS avec Agathe Sanglard

ados-adultes

- mardis 14 octobre, 13 janvier et 28 avril de 14h30 à 17h

*Une déambulation dans les rues de Chamonix nous amènera à choisir des sujets de dessin : architecture, passant.es, montagnes, végétation, scènes de vie... L'objectif de l'atelier sera d'apprendre à dessiner rapidement l'essentiel, à "croquer" ces différentes scènes pour délier son geste, affiner son regard et gagner en précision. Et bien sûr, se faire plaisir avant tout !*

**Il vous faudra : un carnet de croquis, un crayon, stylo, et éventuellement de l'aquarelle.**

Tarifs cycle : adhérent.e annuel.le 60€ / non adhérent.e annuel.  
le 92€



## LE YOGA DES SAISONS avec Isabelle Darchy

ados-adultes



- Les samedis 11 octobre 2025, 10 janvier 2026, 14 mars 2026 et 13 juin 2026, de 9h à 12h.

*Pendant ces séances, nous explorerons à travers des pratiques simples et concrètes (posture, respiration, relaxation, méditation...) comment installer en soi une harmonie intérieure. Chaque saison étant reliée à un des cinq éléments, un des cinq sens, ce "décor" amènera une intention particulière à la séance, nourrissant ainsi le corps, le coeur et l'esprit d'un sens profond.*

**Pré-requis : au moins un an de yoga**

Tarifs cycle complet : adhérent.e annuel.le 96€ / non adhérent.e annuel.le 148€

Tarifs séance ponctuelle : adhérent.e annuel.le 30€ / non adhérent.e annuel.le 46€

## ATELIERS ACROYOGA ADULTES avec Sophie Jenot

dès 15 ans



- Samedis 27 septembre, le 25 octobre, le 22 novembre et le 13 décembre 2025 de 10h30 à 12h.

*Une discipline créative et artistique mêlant le yoga et les acrobaties, travaillant la posture physique, la confiance en soi et en l'autre, l'entraide et l'esprit d'équipe.*

Tarifs cycle complet : adhérent.e annuel.le 48€ / non adhérent.e annuel.le 74€

## YOGA EN FAMILLE avec Sophie Jenot

parents-enfants 3 à 6 ans



- Samedis 27 septembre, le 25 octobre, le 22 novembre et le 13 décembre 2025 de 9h30 à 10h30.

*Moment pour s'amuser en famille, renouer avec son âme d'enfants, revisiter le lien magique parents-enfants dans la bulle sereine et bienveillante du Yoga.*

Tarifs cycle complet : adhérent.es annuel.les 40€ / non adhérent.e annuel.le 62€

*Clin d'œil partenaire*

Saison culturelle

**25/26**

**EMC2**



La programmation  
complète du service  
culturel de la ville de  
Chamonix-Mont-Blanc  
est disponible sur  
**[www.chamonix.fr](http://www.chamonix.fr)**

**Chamonix-  
Mont-Blanc**

  
CHAMONIX-MONT-BLANC

**haute  
savoie**   
le Département



**MJC\* de Chamonix** is a not-for-profit community organisation « civic society », whose Board of Directors and Trustees are made up of volunteers and elected Members.

The day-to-day running of the organisation includes a team of permanent salaried employees, seasonal and ad-hoc workers and volunteers.

*\*Maison de Jeunesse et Culture : Youth and Cultural Centre*

The MJC is partly funded by the State (at national and local level), as well as by its own activities, Membership subscriptions, and charitable donations.

The Founding Statement of MJC de Chamonix outlines the core values, guidelines, goals and activities of the organisation as follows :

*The MJC de Chamonix aims :*

To allow individual citizens to participate in the creation and development of a social and cultural programme that exists for the benefit and well-being of the community as a whole.

To be recognised as an education facility where people can contribute by sharing their own skills and knowledge with others.

To combat all forms of inequality, prejudice, exclusion and discrimination.

To provide a varied cultural programme for all ages from toddler to senior citizens across the social spectrum.

To enable continuous development (social, physiological, psychological) for the local youth, from early childhood to adulthood, taking into account real life circumstances and the local environment.

To contribute to the training of young people in social skills and model-citizenship, supporting their projects on an on-going basis. To strive to identify disadvantaged youngsters who are at risk of being marginalised because of their personal circumstances.

To take a holistic approach that ensures each young person is empowered to develop their own strengths and skills, ensuring their own valuable place in the local community.

To improve the quality of life. To develop a sense of identity and belonging within a positive community.

To promote, support and create links with other associations and social networks.

**For more information, please visit our website : [www.mjchamonix.org](http://www.mjchamonix.org)**

***The entire website is translated into English (and other languages !)***

# Nos partenaires



La Compagnie des Philosophes  
Association Paraiso Latino Bonneville  
& Les Rhodos Chamoniards.

© Crédits photos (hormis pour la partie programmation socioculturelle et les visuels spécifiques) :  
MJC de Chamonix - stock.adobe.com

## MJC de Chamonix

94 promenade du Fori  
74400 Chamonix-Mont-Blanc

☎ 04.50.53.12.24

✉ accueil@mjchamonix.org

Horaires d'ouverture :

Lundi au vendredi

9h-12h / 13h30-18h

Accueil fermé le mardi matin

## Annexes

### Gare des Glaciers

1207 route des Pèlerins  
74400 Chamonix-Mont-Blanc

### Accueil de loisirs Balmat

1273 route des Pèlerins  
74400 Chamonix-Mont-Blanc

🚌 Ligne Bus 2



**Journée portes ouvertes**  
Samedi 6 septembre 2025  
de 10h à 14h

**Ouverture accueil de loisirs**  
Mercredi 10 septembre 2025

**Concert de rentrée socioculturelle**  
Samedi 20 septembre 2025

**Début des activités**  
Lundi 15 septembre 2025

**Assemblée générale 2026**  
Jeudi 2 avril 2026

**Fin des activités**  
Samedi 20 juin 2026



## Contact

☎ 04.50.53.12.24

✉ accueil@mjchamonix.org  
[www.mjchamonix.org](http://www.mjchamonix.org)

