

MJC

26
27



et toutes ses dents...

Édito

Nous sommes heureux de vous présenter la nouvelle saison de la MJC, qui s'inscrit dans le cadre des 60 ans de l'association.

La richesse du projet associatif (porté par une équipe constituée de bénévoles et de professionnels) que vous allez découvrir dans cette plaquette ne saurait se résumer à ces quelques pages, et démontre une nouvelle fois la vitalité, la dynamique, la créativité, la richesse et l'effervescence d'une association d'éducation populaire sur le territoire.

Forte de ses partenariats toujours plus nombreux avec les acteurs associatifs et institutionnels et les autres forces vives d'ici ou d'ailleurs, la MJC, ouverte à toutes et tous depuis plus de 60 ans, tisse des liens, soutient, accompagne, crée, sensibilise, se positionne et fait des différences une force, grâce à un outil indispensable mais fragile : La Culture !

Jouer, rire, débattre, comprendre, s'émouvoir, découvrir, partager, pratiquer, éduquer, construire avec vous et pour vous, ensemble : ainsi va la vie à la MJC.

Enfants, jeunes, adultes, la MJC est votre maison ! À l'heure où les propos racistes, haineux, simplistes, complotistes, manipulateurs sont légion, nous sommes nombreuses et nombreux à croire aux « jours heureux », que le collectif sera toujours plus fort que l'individualisme, et que la solidarité permet toujours de renforcer la citoyenneté et par conséquent, l'altérité.

Nous sommes fier·e·s de vous annoncer la récente labellisation « Guid'Asso Information » de notre association, labellisation qui vient marquer une juste reconnaissance du travail accompli durant toutes ces années.

Enfin, nous aimons rappeler que tous les tarifs proposés par la MJC sont non lucratifs, pour faciliter l'accès à toutes et tous ! C'est notre engagement, statutaire et historique.

Toute l'équipe vous attend nombreuses et nombreux, à la rentrée !

Haut les cœurs !

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.....	16
Programmation socioculturelle de la MJC.....	17
Médiations	34
Soutien à la création artistique.....	36
Locaux de répét'.....	36
Résidences artistiques.....	36
Activités culturelles, d'expression et de loisirs.....	37
Clin d'œil partenaire.....	49
Some explanations in English	50
Nos partenaires.....	51

L'Association

La MJC de Chamonix est une association d'éducation populaire à but non lucratif dont les 18 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 » et dispose du label "Guid'Asso"

Pour en savoir plus sur notre association et retrouver l'ensemble des projets associatifs, éducatifs, socioculturels et la rubrique "Guid'Asso Information", rendez-vous sur www.mjchamonix.org



Nos souhaits en quelques mots :

- Être une association d'éducation populaire pour 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 bénévoles du Conseil d'Administration.

L'Assemblée générale 2027 pour l'exercice 2026 est prévue le jeudi 1^{er} avril 2027 à 18h30.

Le Conseil d'Administration est composé de 18 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 partenaires.

Au 2 avril 2026, les membres élu.e.s bénévoles de la MJC sont :

Florence Bermon & Pierre Carlot - coprésidents

Martine Froucht - trésorière

François Servet - trésorier adjoint

Martine Bozon - secrétaire

Jaouad Abbaoui - secrétaire adjoint

Christelle Clarisse, Charlène Dambreville, Virginie Dominé-Lachenal, Pauline Grenier, Chantal Hébert, Monique Novel, Marion Raynaud-Burnet, Benoît Roux, Guylene Slemett, Claire Tyl, Isabelle Weber et Bénédicte De Lacoste.

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, et de lutte contre toutes les formes de discriminations.

La carte d'adhésion annuelle est strictement personnelle et valable du 1er juin 2026 au 31 mai 2027. 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, et de s'impliquer dans le collectif...

**Le règlement intérieur est disponible
sur 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 numéraire, 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. Les tarifs de certaines activités sont calculés selon le quotient familial. Les pleins tarifs des événements socioculturels comprennent l'adhésion ponctuelle à l'association.

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



NOUS RENDRE VISITE

Bâtiments annexes de la MJC

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
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

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



Service logement solidaire

04 50 54 67 58
logement.solidaire@ccvcmb.fr
et coordination des affaires sociales.



Consultation Jeunes Consommateurs

Les mercredis en partenariat avec la MJC
04 50 98 16 39 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**



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... Il est ouvert du lundi au vendredi, de 9 h à 18 h, et peut également ouvrir à d'autres horaires en fonction des événements programmés. 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.

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. Les centres sont des lieux privilégiés 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 9 septembre 2026** de 8h à 18h (arrivée entre 8h et 9h30, départ possible 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 possible 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 petite enfance, ados, mini-camps, séjours jeunes...

Le partenariat entre la MJC et la Communauté de Communes de la vallée de Chamonix Mont-Blanc, dans le cadre de la Convention Territoriale Globale (CTG), vous permet, pour certains séjours jeunes ou d'autres projets, de bénéficier de tarifs subventionnés 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 dans une démarche d'éducation populaire.

La MJC (avec le soutien de la ville de Chamonix) facilite l'accueil des publics à particularités et plus particulièrement les enfants et les adolescents dans le cadre des accueils de loisirs. 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 accueil jeunes un temps pour se rencontrer, partager, créer

Ouvert à toutes et à tous dès la 6ème, 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 !

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



à partir du 22 septembre 2026 (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 1er octobre 2026 au 8 avril 2027 à la Gare des Glaciers - les jeudis de 16h30 à 18h30 (hors vacances scolaires)



Les enfants du primaire ne sont pas autorisés à sortir seuls à la fin de l'animation.

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, les 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 2027
- Animations de proximité dont les mercredis animés de l'été...

Plus d'informations sur www.mjchamonix.org

Des médiations...

Dans le cadre de ses actions de médiations scolaires, la MJC de Chamonix poursuit son engagement auprès des établissements scolaires afin de proposer aux jeunes des espaces de réflexion, d'échanges et de sensibilisations autour de différents enjeux de société. Ces interventions s'inscrivent dans une démarche d'éducation populaire visant à développer l'esprit critique, encourager le débat et favoriser une meilleure compréhension du monde qui nous entoure.



La MJC complète ses actions de médiation scolaire par différents outils pédagogiques et participatifs permettant d'aborder avec les jeunes les questions de migrations, d'égalité, de discriminations et de vie affective et sexuelle. À travers des jeux immersifs comme « Parcours de migrant·e·s », le « Monopoly

des inégalités » ou « K'est-ce t'en Sexe ? », les participant·e·s sont amené·e·s à mieux comprendre certaines réalités sociales, à déconstruire leurs représentations et à échanger autour de thématiques telles que le consentement, les stéréotypes, les rapports de domination ou la justice sociale. Depuis septembre 2025, la MJC organise également chaque mois des « apéros-débats », construits avec des lycéen·ne·s et des professeur·e·s de la cité scolaire Frison-Roche. Ces temps conviviaux favorisent l'expression, la réflexion collective, la création de liens et la découverte du Café associatif. L'ensemble de ces actions contribue au développement de l'esprit critique, de l'argumentaire et d'une citoyenneté active, éclairée et sans discriminations.

On part ensemble !?

Les collégien·ne·s et lycéen·ne·s peuvent imaginer et construire leurs projets de voyage, accompagnés tout au long de l'année par les animateur·rice·s jeunesse de la MJC. À travers plusieurs temps de travail collectifs, les jeunes découvrent toutes les étapes de la méthodologie de projet : choisir une destination, définir les objectifs du séjour, élaborer et gérer un budget, rechercher des financements, contacter des campings ou d'autres prestataires, organiser les transports et sélectionner des activités responsables et non consuméristes.

Ce travail permet à chacun·e de prendre part aux décisions, de se répartir les responsabilités et de s'investir concrètement dans la préparation du séjour. Construit progressivement durant l'année, le projet a pour objectif d'aboutir à un départ pendant les vacances scolaires.



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, 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 « Séjour de vacances et gestion libre » du dimanche 25 au samedi 31 octobre 2026 en internat et 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 13 ans dans la formation et l'accompagnement des animateurs.trices. Elle peut également les recruter en stage rémunéré en fonction de la législation en vigueur. *En partenariat avec la plateforme AURA des MJC et la ville de Chamonix et la des Clarines de Viuz-en-Sallaz.*

Programmation socioculturelle de la MJC



***Vous pouvez réserver vos billets en ligne :
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.

Le projet socioculturel de la MJC 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,

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 19
SEPTEMBRE
20H30

OUVERTURE DE SAISON

Kalayaan

+ 1ère partie : Mara Dupont Duo

Kalayaan est un groupe de reggae moderne originaire de Haute-Savoie porté par une énergie nouvelle et des compositions originales. Le groupe défend une musique consciente, vibrante et résolument live. Leur univers oscille entre groove roots, envolées mélodiques et messages forts autour de la liberté, de la résistance et de l'unité.

Cory (Chant / Guitare) - Guigui (Basse) - Jonas (Batterie) - Mathieu (Guitare) - Dan (Clavier) - Millie (Chœurs) - Dounia (Chœurs)

Le duo Mara Dupont & David O'Brien est né dans le sillage de la sortie de Svet (« Monde »), premier album de Mara Dupont. Originaire de Serbie, la chanteuse et pianiste puise dans les traditions musicales balkaniques, qu'elle mêle au jazz contemporain et aux musiques du monde. Accompagnée par David O'Brien à la contrebasse, elle propose une musique sensible et vibrante, portée par le dialogue, l'improvisation et une forte intensité émotionnelle.

Mara Dupont (voix, piano) - David O'Brien (contrebasse)



MJC - la Coupole



17€ / réduit 13€

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





**SAMEDI 26
SEPTEMBRE
20H30**

A C O U D
MJC
SAVOIE

LA SEMAINE DES MJC EN
TRANSITIONS

L'hiver sera chaud

Le dérèglement climatique... on en entend parler tous les jours... que faire ? Isolé·e, on est un peu perdu·e... On flippe... Ensemble, la peur, se transforme en niaque !

Alors on s'assied, on écoute, on réfléchit, on propose, on s'oppose... on interagit avec 7 artistes qui ne cessent de chanter, jouer, danser, haranguer, chahuter, improviser... pour repartir avec la volonté de changer tout ça !

Chaud, chaud, chaud... L'hiver sera chaud !

Une création du collectif Ensemble Tout Contre orchestrée par Mathieu Barbances écrite et/ou jouée alternativement et intermittamment par : AnneLise Roche, Arlette Desmots, Clarschen, Clément Hesliere, Danny Buckton, Denis Robert, Élodie Denis, Fanch, Florence Barillot, Frédéric Bobin, Gabi Levasseur, Hélène Piris, Ignatus, Les Têtes de Piafs, Lily Luca, Lorène Dubreuil, Marie Pétrolelette, Marie-Sophie Richard, Marion Cousineau, Marion Maret, Mathieu Barbances, Milly, Nathalie Van Cappel, Nour, Ophélia Bard, Patrice Mercier, Reno Bistan, Serge Balu, Sabine Rosnay, Vanessa Sanchez, Virginie Rodriguez et Viridiana Ferrière et aussi Sylvie Martin, Cathy et Fred Soulié / graphisme : Lily Luca

Cette pièce de théâtre est organisée dans le cadre de la semaine des MJC en transitions.



MJC - la Coupole



20€ / réduit 16€

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





MERCREDI 30
SEPTEMBRE
18H

Ecotrip

LA SEMAINE DES MJC EN
TRANSITIONS

AOD
MJC
SAVOIE

Elle arrive en vélo, remorque sur le dos... Elle s'arrête près de chez vous... Elle s'installe et orchestre un rituel dans lequel jouent peaux de légumes, copeaux, et autres lombrics. Tantôt elle frôle la surchauffe, tantôt elle semble végéter... En réalité, elle mature et vient semer quelques graines dans vos caboches. Sandrine Jacquet, cyclo-comédienne, vient aborder avec humour et grand sérieux l'essentielle question du compostage et de la réduction des déchets verts sous un angle que vous n'avez jamais perçu.

De et par : Sandrine Jacquet - Coproduction : Ecotrivélo/Association Artchoum

Durée : 50 minutes

Tout public à partir de 7 ans

Des animations et un bar à sirops vous seront proposés dès 16h au café associatif.

Cette pièce de théâtre est organisée dans le cadre de la semaine des MJC en transitions.



MJC - La Coupole



10€

adhérent.e annuel.le 8€ / - 12 ans 6€





MERCREDI 7
OCTOBRE
18H

Bestioles Blues Bazar

Concert jazz familial dès 4 ans

Dans le cadre des 30 ans du festival JazzContreBand

Bestioles Blues Bazar, présenté par la Compagnie Une Chanson Tonton, est un spectacle musical plein de fantaisie destiné au jeune public dès 4 ans. Ce quartet de jazz un peu déjanté propose un univers de chansons-fables zoo-poétiques où la métaphore animale sert de terrain de jeu à des textes finement écrits. Véritable cartoon théâtral, cette performance fait se rencontrer l'élégance de Jean de La Fontaine, l'humour de Bobby Lapointe et l'énergie de Louis Armstrong. Entre guitare jazz, contrebasse, saxophones, banjo et même des boîtes à meuh, l'orchestre déploie une panoplie sonore riche et originale pour offrir un spectacle à la fois drôle, poétique et entraînant.

Stéphane Arbon : contrebasse et guitare (France) Luc Buso : guitare (France) Ornella Debono : saxophone (France) Samuel Jaeger : multi-instruments (France) - **Durée : 50 minutes**

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



MJC - la Coupole



17€ / réduit et passeport JCB 13€
adhérent.e annuel.le 11€ / - 12 ans 8€



LE GOÛT SE MET À TABLE

Mais qui tient la fourchette ?



JEUDI 8 OCTOBRE
LA COUPOLE / MJC DE CHAMONIX

GRATUIT



Tous les animaux font-ils de la *politique* ?

BAR DES SCIENCES



JEUDI 5 NOVEMBRE
LA COUPOLE / MJC DE CHAMONIX 19H-22H

GRATUIT

Information par SMS au
06 82 81 45 81



NOUVEAUTE

Saison 847, épisode 1

Le nouveau est-il déjà vieux ?



JEUDI 3 DECEMBRE
LA COUPOLE / MJC DE CHAMONIX 19H-22H

GRATUIT

Information par SMS au
06 82 81 45 81



Bar des sciences

Soirée du 8 octobre : « Le goût se met à table... mais qui tient la fourchette ? »

Pourquoi aimons-nous certains aliments et en détestons-nous d'autres ? Entre cerveau, souvenirs d'enfance, habitudes et influences culturelles, cette soirée explore les mécanismes qui façonnent nos préférences alimentaires et nous invite à découvrir qui décide vraiment de ce que nous mettons dans notre assiette.

Soirée du 5 novembre : « Tous les animaux font-ils de la politique ? »

Alliances, rivalités, coopération et rapports de pouvoir existent aussi dans le monde animal. À travers les sociétés des chimpanzés, des fourmis, des marmottes ou encore des abeilles, cette soirée questionne les différentes façons de vivre ensemble et les étonnantes ressemblances entre organisations animales et humaines.

Soirée du 3 décembre : « Le nouveau est-il déjà vieux ? »

Qu'est-ce qui est réellement nouveau ? L'évolution, notre cerveau et les grandes inventions créent-ils à partir de rien ou transforment-ils simplement ce qui existe déjà ? Une soirée consacrée à la créativité et à l'innovation, pour découvrir comment les idées anciennes peuvent devenir nouvelles lorsqu'on les regarde autrement.

*Organisé par la CCVCMB en partenariat avec la MJC.
Petite restauration sur place.*



MJC - la Coupole / 19h - 22h



Accès gratuit dans la limite des places disponibles





Concert de musique classique

SAMEDI 10
OCTOBRE
20H30

« 60 ans de Musiques de films » pour les 60 ans de la MJC

À l'occasion de cette année anniversaire de la MJC de Chamonix, qui célèbre déjà 60 ans de présence dans la vallée avec son rôle culturel et social fondamental, le trio Barri et ses invités, à cette occasion, vous proposent un concert exceptionnel : *"60 ans de musiques de films pour les 60 ans de la MJC"*. Le programme a été délicieusement construit avec une sélection de musiques qui ont accompagné le cinéma international pendant ces 60 dernières années. Un voyage entre émotions cinématographiques, musicales qui fait appel à notre mémoire collective. De Schubert à Gardel, de Chostakovitch à Morricone... Un moment suspendu, culturel, sublimé par des artistes passionnés et passionnants ! À n'en pas douter, un temps fort parmi les festivités des 60 ans.

Trio Barri : Gabriella Richardson, Piano - Alexandra Richardson, Violon - Francesco Bartoletti, Violoncelle - Avec deux invités : Juliette Gilgen, Alto - Hugues Tavernier, violon



Auditorium de l'EMDI



17€ / réduit 13€

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



SAMEDI
17 OCTOBRE
20H30

The Basel Friend Zone

Dans le cadre des 30 ans du festival JazzContreBand

Préparez-vous à un voyage sensoriel où le jazz rencontre l'Afrique. The Basel Friend Zone redéfinit la fusion avec un quintet organique (guitare/voix, piano, sax/flûte, basse, batterie). Entre envolées improvisées et grooves hypnotiques, leur musique est une invitation irrésistible à la danse autant qu'à la contemplation. Un jazz moderne, vivant et sans frontières.

Sami Nkuh : chant, guitare, lead (Suisse) - Fernando Brox : sax, flûte (Suisse) - Mael Idris : piano (Suisse) - Jonathan Collin : basse (Suisse) - Jan Zeimetz : batterie (Suisse)

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



MJC - la Coupole



17€ / réduit et passeport JCB 13€
adhérent.e annuel.le 11€ / - 12 ans 8€





La dépression est un Panda

de Céline Cohen et Matthieu Miegerville

VENDREDI 13
NOVEMBRE
20H30

Il est là. Au fond de son lit. Camille croyait que c'était son chat qui dérangeait son sommeil. Mais le problème est que Camille n'a jamais eu de chat.

C'est un panda qui lui parle.

Va commencer avec cet animal imaginaire un voyage introspectif à la fois drôle et profond, poétique et sans concession. Camille est une femme de notre temps. Mais c'est aussi un homme moderne. Camille, c'est n'importe qui. La dépression se moque du genre, de l'âge, du rang social ou de la couleur des cheveux.

production : Malika Louadoudi - transformer le négatif en positif

mise en scène : Lénaïck Planquois / musique : Edouard Bertrand

photos couverture & presse : Lionel Pesque / comedien.ne.s : Céline Cohen et Matthieu Miegerville

Durée : 45 minutes - À partir de 15 ans

Un échange avec les comédiens aura lieu à l'issue de la représentation.



MJC - La Coupole



10€ /adhérent.e annuel.le 8€



DÈS 15 ANS

TREMPIN MUSIQUES ACTUELLES

MJC DE CHAMONIX-MONT-BLANC

INFORMATIONS ET
FICHES D'INSCRIPTION
SUR WWW.MJCHAMONIX.ORG



**VENDREDI 20
NOVEMBRE
20H**

**CANDIDATURES JUSQU'AU
9 OCTOBRE 2026**

FEMMES EGALITES REALITES

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

**La 10ème édition se déroulera
du 30 novembre au 13 décembre 2026**

Programme complet disponible en novembre 2026



**TOUTES
LES INFOS**





**DIMANCHE
13 DECEMBRE
18H30**

Délicate De Florence Mendez

« On ne dit jamais assez aux gens cons qu'ils sont cons », vous dirait Florence Mendez.

Dans un stand-up piquant et jubilatoire, cette forte tête pourtant ultra-sensible revient sur son parcours semé d'embûches. Avec une répartie acide et une vivacité d'esprit qui la caractérisent, elle vous raconte son histoire, celle d'une jeune femme que le rejet de la différence et la maladie mentale n'auront pas réussi à arrêter.

Étonnante, touchante, inadaptée, Florence Mendez prend plaisir à dézinguer les normes et la bêtise humaine à coups de punchlines féroces mais toujours drôles.

Ce spectacle est organisé en clôture de la 10ème édition du festival "Femmes Égalités Réalités"



MJC - la Coupole



20€ / réduit 16€

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



2027

REMBALLE TA HAINÉ!

#13

WWW.MJCHAMONIX.ORG

**FESTIVAL DE LUTTE
CONTRE TOUTES LES FORMES
DE DISCRIMINATIONS**

**La 13ème édition se déroulera
du 11 au 23 janvier 2027**
Programme complet disponible en décembre 2026



60 ANS
mjc

REMBALLE
TA HAINE !

SAMEDI 23
JANVIER
20H30

Narvalo Dili Rockers show

Avec Johnny Montreuil et Aälma Dili

Rencontre 100 % montreuilloise de deux groupes de musiciens hors pair, Aälma Dili, Johnny Montreuil et son crew. Un show énorme qui fleure bon la fraternité, la complicité et la virtuosité. Un pur moment de rock'n'roll aux airs de musique balkanique, militant, punk, solidaire.

Venez vous perdre avec eux dans cette transe infinie, jusqu'au bout de la nuit. Une cavalcade effrénée sur un pur sang au fin fond du désert ou à la porte de Montreuil. Ça sent le soleil, les dinars, le café chaud et le caniveau. Qui de mieux que les amis d'Aälma Dili et Johnny Montreuil pour venir clôturer cette 13ème édition de "Remballe Ta Haine !" et l'année des 60 ans de la MJC.



MJC - La Coupole



20€ / réduit 16€

adhérent.e annuel.le 12€₃₁ / - 12 ans 8€



GES

GUITARE EN SCÈNE

TREMPLIN GES

MJC - LA COUPOLE
13 FÉVRIER 2027



www.guitare-en-scene.com



25ème édition
**[PRINTEMPS FESTIVAL
CHAMONIX-MONT-BLANC
15 au 21 mars 2027
MUSICAL
2027]**

Le festival de toutes les musiques

**La 25ème édition se déroulera
du 15 au 21 mars 2027**

Programme complet disponible en février 2027



Médiations

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 2026-2027 :



© Alain Devernois

BESTIOLES BLUES BAZAR CIE UNE CHANSON TONTON
à destination des classes de primaire dans le
cadre du festival Jazz ContreBand
Octobre 2026
Spectacle accueil de loisirs



© 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 2026
Spectacle scolaire



© Philippe Perie

MATIN BRUN CIE TOUT COUR

à destination des classes de collège

Dans le cadre du festival "Remballe Ta Haine !"

Janvier 2027

Spectacle adapté de l'œuvre de F. Pavloff qui met en exergue la montée du fascisme

Spectacle scolaire et ateliers avec les élèves



LIBERTÉ, EGALITÉ, ETC... ENSEMBLE TOUT CONTRE

à destination des classes de collège

Dans le cadre du festival "Remballe Ta Haine !"

Janvier 2027

Spectacle sur la thématique de la démocratie

Spectacle scolaire



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.ice 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. Il est dédié aux répétitions régulières.

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. Cet espace de 39m² 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 différentes formes, 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

Venez découvrir 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.

À but non lucratif, la MJC s'efforce à assurer un équilibre budgétaire, en proposant une tarification exceptionnelle, qui permet au plus grand nombre d'accéder à des activités de qualité, dispensées par des professionnel.le.s et/ou des bénévoles. La plupart des tarifs des activités proposées sont calculés sur une base de 32h annuelle. 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 !

Exemple : 40h de Qi Gong à 210 € = 5.25€ de l'heure d'activité, encadrée par une professionnelle

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*).

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 lundi, mardi, mercredi  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 et la MJC lors de l'inscription (dans la limite des places disponibles)*

Tarifs : adultes en individuel 493€ - en collectif 314€
enfants et ados en individuel 272€ - en collectif 162€

UKULÉ 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 et la MJC lors de l'inscription (dans la limite des places disponibles)*

Tarifs : adultes en collectif (+ 18 ans) : 189€
enfants et ados en collectif (- 18 ans) : 124€

PERCUSSIONS tous niveaux - dès 12 ans.



Avec **Jérémy Descamps** : le lundi ou le mercredi*
 MJC - Maison pour Tous

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

Tarifs : adultes en collectif (+ 18 ans) : 189€
ados en collectif : 124€

BATTERIE tous niveaux - dès 7 ans.

Avec **Jérémy Descamps** : le lundi et le mercredi*

 MJC - Maison pour Tous



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

Tarifs : adultes en individuel 493€ - en collectif 314€
enfants et ados en individuel 272€ - en collectif 162€

Activités artistiques et créatives

DESSIN ET PEINTURE dès 6 ans.

Avec **Agathe Sanglard**  MJC - Maison pour Tous

- Lundi de 15h à 16h30 - adultes **NEW**
- Lundi de 16h50 à 17h50 - 6-8 ans
- Lundi de 18h à 19h - 9-12 ans
- Lundi de 19h à 20h30 - Ados et adultes



Tarifs : enfants (- 12 ans) 207€
adolescents (12-17 ans) 272€
adultes (+ 18 ans) 310€

CLUB PHOTO dès 16 ans.

Avec **Benoît Roux**  MJC - Maison pour Tous

- Mardi de 18h30 à 20h30

Tarif : 49€

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 2026-2027 :

Lundi 5 & 12 octobre

Lundi 2, 9 & 16 novembre // Lundi 14 & 21 décembre

Lundi 18 & 25 janvier // Lundi 1er & 8 février

Lundi 1er & 8 mars // Lundi 5 avril

Lundi 10 & 17 mai // Lundi 7 & 14 juin

Cycle spécifique "Mode et récup" dès 7 ans.



Les samedis 3 octobre, 14 novembre,

12 décembre, 23 janvier, 6 février, 6 mars, 3 avril, 15 mai et
12 juin 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 toutes pièces 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 240€ / + 18 ans 294€

Tarifs cours (hors cycle spécifique) : - 18 ans 104€ / + 18 ans 128€

Tarifs cycle spécifique (hors cours) : - 18 ans 136€ / + 18 ans 166€

Activités de bien-être

QI GONG *tous niveaux - ados-adultes*

Avec **Tiphaine Breillot**

 MJC - Maison pour Tous

- Lundi de 9h à 10h15 (intermédiaire)
- Mercredi de 18h15 à 19h15 (débutant)

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 intermédiaire : 210€ / Tarif débutant : 168€



HATHA YOGA *tous niveaux - ados-adultes*

Avec **Isabelle Darchy**

 MJC - Maison pour Tous

- Vendredi de 12h20 à 13h35
- Vendredi de 18h15 à 19h30

Tarifs : 262€ / - 18 ans : 247€



YOGA *tous niveaux - ados-adultes*

Avec **Morgane Legros**

 MJC - Maison pour Tous

- Mardi de 18h15 à 19h30

Tarifs : 262€ / - 18 ans : 247€



YOGA DOUX *tous niveaux - ados-adultes*

Avec **Isabelle Darchy**

 MJC - Maison pour Tous

- Vendredi de 11h à 12h15

Tarifs : 262€ / - 18 ans : 247€



YOGA POUR TOUS *tous niveaux - ados-adultes dès 16 ans*

Avec **Sophie Jenot**

 MJC - Maison pour Tous

NOUVEAU

- Jeudi de 18h15 à 19h30

Revenons au sens profond du Yoga en ouvrant un espace à part. Puisant dans les pratiques ancestrales du Yoga comme le Hatha et le Kundalini, ces séances offrent une palette originale et diverse des formes de Yoga pour rendre cette pratique accessible à tous : le souffle, le mouvement et la méditation au cœur du travail pour renouer avec une harmonisation en profondeur du corps et du mental.

Tarifs : 262€ / - 18 ans : 247€

Activités sportives

GYM SENIOR *séniors*

Avec **Morgane Legros**  MJC - Maison pour Tous

- Mardi de 9h15 à 10h15

Une activité basée sur le maintien et le renforcement de l'équilibre, de la souplesse, de la mobilité et du tonus musculaire.

Tarif : 207€

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



NOUVEAU

PILATES DOUX *adultes*

Avec **Morgane Legros**  MJC - Maison pour Tous

- Jeudi de 9h15 à 10h15

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, un bien-être physique et émotionnel.

Tarif : 207€

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



NOUVEAU

PILATES / RENFORCEMENT MUSCULAIRE

ados-adultes

Avec **Morgane Legros**

 MJC - Maison pour Tous



- Jeudi de 11h30 à 12h30
- Jeudi de 12h30 à 13h30 niveau avancé

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, un bien-être physique et émotionnel.

Tarifs : - 18 ans 191€ / + 18 ans 207€

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

ACROYOGA POUR ENFANTS 6 - 10 ans.

Avec **Sophie Jenot**

 MJC - Maison pour Tous



- Jeudi de 17h à 18h

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

Tarif : 191€

MARCHE NORDIQUE le printemps et l'automne & RAQUETTES / CRAMPONNETTES l'hiver adultes

Avec **Sophie Jenot**, accompagnatrice en moyenne montagne

 Rendez-vous à la MJC - Maison Pour Tous

- Jeudi de 13h30 à 15h30

Partager un moment convivial et sportif autour d'une activité de plein air accessible à tous : la marche nordique se pratique à tous âges et, à un rythme adapté, permet de revisiter la marche dans un élan régénérateur et holistique. Nous apprenons à arpenter le corps dans sa totalité dans des mouvements amples et souples rythmés par des bâtons qui développent aisance et tonicité. Un temps convivial avec une boisson chaude au retour au café associatif de la MJC. La version hivernale permet avec cramponnettes ou raquettes de profiter toute l'année d'une escapade vivifiante.

Tarif : 414€

À noter : un certificat médical est obligatoire dès la première séance
Le matériel n'est pas fourni.



STRETCHING *ados-adultes*

Avec **Morgane Legros**



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 191€ / + 18 ans 207€

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

Activité parents-enfants

BABY GYM *enfants de 14 mois à 3 ans*



Avec **Romy Chevalier**

- 1ère séance exceptionnellement le samedi 14 novembre de 9h à 10h
- Les autres séances les mercredis de 9h à 10h (hors vacances scolaires)



Gymnase de l'école J. Balmat

• Du 14 novembre 2026 au 12 mai 2027

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 : 123€ (21 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 14 septembre au 15 décembre 2026

Cycle 2 : du 4 janvier au 27 avril 2027

Tarifs : 109€ le 1er cycle (12 séances) / 118€ 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 : 73€



Ce programme n'est pas exhaustif.

Toutes les activités, cycles et stages sont disponibles sur www.mjchamonix.org ou en suivant le QR Code ci-contre.



Cycles ateliers

NOUVEAU

INITIATION AQUARELLE avec Agathe Sanglard adultes

• mardis 13 octobre, 1er décembre, 9 février et 6 avril de 14h30 à 17h

1) Première session sur les motifs floraux. C'est idéal pour expérimenter la technique sur de petites surfaces et jouer avec les pinceaux.

2) Ensuite, les croquis : vous dessinez ce que vous observez et y ajoutez la couleur en fonction de l'effet que vous souhaitez produire : nature, objets, humain.es, tout est possible.

3) Le cycle se termine par la réalisation d'un paysage.

4) Le dernier cycle permettra d'approfondir un thème selon vos préférences.

Agathe vous donnera les clés indispensables pour cette peinture qui s'avère exigeante mais aussi très ludique. Le tout dans une ambiance de folie : Agathe y veillera.

Le matériel peut être fourni.

Tarifs cycle complet : 97€ les 10h de cours
séance ponctuelle : 30€



LE YOGA DES ÉLÉMENTS avec Isabelle Darchy ados-adultes

NOUVEAU

- Les samedis 10 octobre 2026, 16 janvier 2027, 20 mars 2027 et 5 juin 2027 de 9h à 12h

Selon la tradition du yoga, l'être humain est composé des 5 éléments (terre, eau, feu, air, espace), chacun étant relié à une fonction organique, une respiration spécifique, un chakra, des qualités particulières et créatrices.

A l'aide des différents outils du yoga (posture, respiration, relaxation, méditation), nous prendrons le temps d'explorer l'influence de ces éléments sur le corps, la vitalité, le mental afin d'installer un état d'équilibre en nous.

Pré-requis : au moins un an de yoga

Tarif cycle complet : 101€ pour 12h de cours

Tarif séance ponctuelle : 32€

Adhésion à la MJC obligatoire



ATELIERS IMMERSION NATURE avec Tiphaine Breillot intergénérationnels (à partir de 8 ans)

NOUVEAU

- Les samedis 22 mai, 29 mai, 5 juin, 12 juin et 19 juin 2027 de 10h à 12h30

Enseignante de Qi gong, éducatrice nature et praticienne en sylvothérapie. Elle souhaite à travers cette nouvelle proposition d'ateliers auprès de la MJC de Chamonix créer du lien entre les habitants de la Vallée de Chamonix et « leur nature ». Convaincue par la nécessité de renforcer les liens entre les générations, ces ateliers ont aussi pour vocation d'apaiser les maux que notre société actuelle génère comme l'éco anxiété.

Tarif cycle complet ados-adultes (à partir de 16 ans): 105€ pour 12h30 de cours

Tarif séance ponctuelle ados-adultes : 35€

Pack cycle complet famille enfants ados adultes (max 3 pers par famille) : 150 €

Pack séance ponctuelle famille enfants ados adultes (max 3 pers par famille) : 40€

Adhésion à la MJC obligatoire

Clin d'œil partenaire

Saison culturelle
26/27

Prenez vos
places !

LES GOGUETTES
DOMINIQUE PINON
ANGÉLIQUE KIDJO SYMPHONIQUE
DAVID CASTELLO LOPES
DUB INC
BIRDS ON A WIRE
HERVE Koubi

OLCA
Les Houches

EMC2
Chamonix-
Mont-Blanc



haute
savoie
le Département


VILLE DE CHAMONIX MONT-BLANC
COMPRÉHENSIF DE COMMUNES

LES HOUCHES
MONT-BLANC 


CHAMONIX-MONT-BLANC



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

You can access the 2026–2027 brochure in English by scanning the QR code below.



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

Nos partenaires



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

© Crédits dessins - une de brochure : Théo Dumez

MJC de Chamonix Maison Pour Tous

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 5 septembre 2026
de 10h à 14h

Ouverture accueil de loisirs
Mercredi 9 septembre 2026

Concerts d'ouverture socioculturelle
Samedi 19 septembre 2026

Début des activités
Lundi 14 septembre 2026

Assemblée générale 2027
Jeudi 1er avril 2027

Fin des activités
Samedi 19 juin 2027



Contact

☎ 04.50.53.12.24
✉ accueil@mjchamonix.org
www.mjchamonix.org

Avec le soutien de :