

MJC Roguet saint cyprien  
Ateliers / Action Jeunes / Animation Locale et Culturelle

# Faites vous du lien !

2024-2025

9 rue de Gascogne - 31300 Toulouse  
[www.mjcroguet.fr](http://www.mjcroguet.fr)

# EDITO

*Les MJC sont souvent des lieux où l'on vient seulement pour pratiquer une activité. Mais les MJC, ce n'est pas seulement ça. Ce sont aussi des lieux d'Éducation Populaire qui se fixent pour objectif l'émancipation individuelle et collective des personnes. Elles visent à développer la personnalité de chacun.e dans la convivialité, en développant l'ouverture au collectif, au monde, aux idées et au sensible, afin de devenir citoyen actif et responsable d'une communauté vivante.*

*Aujourd'hui dans le monde s'exprime la haine et le rejet de l'autre, l'inconnu, le différent. Par des guerres, pas si lointaines. Par des discours, ici. Mais pour citer Charles Dantzig : « Les mots sont des actes. Les mots des salauds arment les bras des imbéciles ». Aujourd'hui, nos démocraties sont menacées par la bêtise et la haine.*

*C'est par nos échanges au quotidien, les liens que nous créons (ou pas), que l'on construit, que l'on oriente notre société. Alors que la MJC Roguet fête ses 60 ans cette année, nous avons travaillé sur son projet associatif en interrogeant ses « parties prenantes » : adhérent.e.s, salarié.e.s, partenaires, intervenant.e.s... Ce qui en est ressorti nous a réjoui : c'est votre attachement au lien que nous, MJC, pouvons aider à créer. C'est pourquoi nous avons choisi pour thème cette année : « Faites-vous du lien » !*

*Et c'est pour les raisons exposées plus haut que l'on vous invite à venir à la MJC du 18 au 22 septembre fêter ces 60 ans. Et toute l'année débattre pour combattre à notre niveau les mots et les maux de haine, et bien sûr pratiquer une ou des activités !*

*Bienvenue dans votre maison, la MJC.*

**Julien Klotz, Président de la MJC Roguet St Cyprien**

# SOMMAIRE

- Une MJC, qu'est ce que c'est ? P 04
- L'Animation Locale et Culturelle P 05
- L'Action Jeunes P 06-07
- Les Ateliers P 08-19
- S'inscrire à la MJC P 20
- Les réductions possibles P 21
- Plans d'accès P 22-24
- Un réseau de MJC toulousaines P 25

# UNE MJC, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Une MJC (Maison des Jeunes et de la Culture) est une association d'Éducation Populaire dont la vocation est « *de favoriser l'autonomie et l'épanouissement des personnes, de permettre à tous d'accéder à l'éducation, aux loisirs et à la culture, afin que chacun participe à la construction d'une société plus solidaire* » (extraits des statuts).

Forte du soutien historique du Conseil Départemental de Haute-Garonne qui lui met à disposition des locaux et participe à son financement, la MJC Roguet propose une offre diversifiée d'activités et de services répondant aux attentes de tous les publics, les jeunes mais aussi les adultes (Ateliers, Action Jeunes, Animation Locale et Culturelle).

La MJC Roguet est l'une des **7 MJC toulousaines** (Ancely, Croix Daurade, Empalot, Pont des Demoiselles, Prévert, Ponts Jumeaux) qui proposent plus de 100 activités et fédèrent près de 5 000 adhérents sur toute la ville.



# ANIMATION LOCALE ET CULTURELLE



*Ou l'ensemble des actions que les MJC organisent et programment tout au long de l'année, soit dans un but de diffusion et d'ouverture culturelle soit dans un but d'animation de la vie locale. Le plaisir de vivre et d'agir ensemble, la rencontre entre les cultures et les générations, l'expression citoyenne des habitant-es sont les fils conducteurs de nos projets.*

## Plusieurs temps forts au programme de la saison 2024-2025 (sous réserve) :



Festival **Ecléc'zik** de musique amateur en juin



Scène **Ouverte** de **Danse Amateur (SODA)** en mai



**Spectacle de Noël** pour les enfants en décembre



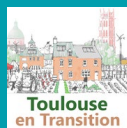
**Spectacles et expos de fin d'année** des ateliers de Musique, Danse, Théâtre, Cirque et Arts Plastiques de la MJC en juin



**Cafés Culturels** les mercredis après-midi à l'heure du goûter sur l'esplanade et dans le hall de l'espace Roguet (buvette, expositions, lectures, jeux de société, jardinage, ...)



Sans oublier une participation de la MJC aux événements de la vie de quartier (notamment **la fête de St Cyprien** au mois de juin) et le soutien aux initiatives culturelles et citoyennes des acteurs locaux (association, établissements scolaires, collectifs d'habitants, ...) via un accès facilité aux salles d'activité et de réunion de l'espace Roguet.



# ACTION JEUNES

10-15 ANS ET 15-25 ANS



*La finalité de l'Action Jeunes au sein des MJC n'est pas d'occuper le temps libre des jeunes avec des activités récréatives mais prioritairement de soutenir leurs initiatives culturelles et citoyennes et de les impliquer comme des acteur-trices à part entière dans la vie de leur ville et de leur quartier.*

## Le kleub

Pour les ados dès 12 ans. Un rendez-vous convivial tous les vendredi soir pour des moments partagés autour de thèmes, activités et sorties choisis avec les jeunes. Accès gratuit. Plus d'infos sur instagram

@jeunes\_mjcroguet



### Des ateliers hebdomadaires

Ouverts aux 10-25 ans et axés sur des pratiques culturelles et artistiques : théâtre, musique, danse, arts plastiques, ... Tarifs variables selon l'activité et le Quotient Familial (voir pages Ateliers 08 à 19)

# Les jeunes poussent !

Une offre **d'accompagnement de projets** pour les jeunes de 15 à 25 ans. Mise à disposition de locaux (dont studio d'enregistrement) et matériel, mise en réseau, ateliers thématiques (budget, communication,...), rencontre de professionnel·les et parrainage d'artistes, accompagnement personnalisé en fonction de vos besoins... Les réalisations peuvent être valorisées dans des événements (spectacles, concerts, festivals, expos...) de la MJC, de ses partenaires ou imaginés ensemble !

Exemples de projets déjà soutenus : organisation d'un festival multi-arts, réalisation d'un court-métrage, lancement d'une action humanitaire, création d'une jeune compagnie de théâtre, d'un groupe de Kpop, d'une troupe de cirque, ...

Plus d'infos par mail à [ajroquet@gmail.com](mailto:ajroquet@gmail.com)



## Des activités pendant les vacances scolaires

---

Pour les ados dès 11 ans : sorties, stages, mini-séjours, animations diverses, ...  
Gratuité ou presque selon les activités. Le programme des vacances sur [instagram @jeunes\\_mjcroquet](https://www.instagram.com/jeunes_mjcroquet)



## Des animations en milieu scolaire

---

Avec les élèves du collège Lamartine et du lycée des Arènes. Thématiques choisies en 2024-2025 : théâtre d'impro, jeux de société, éco-citoyenneté, éducation à la sexualité, développement personnel...



## Des actions Parentalité & Familles

---

Accompagnement à la scolarité pour collégien·-nes de la 6ème à la 3ème (tarif unique 15 € l'année).  
Actions de soutien à la parentalité en direction des familles

# LES ATELIERS



*Ouverts aux jeunes comme aux adultes, les ateliers proposés au sein des MJC se caractérisent par la pratique régulière d'activités artistiques, culturelles, sportives ou de détente. La création de liens sociaux et conviviaux entre les personnes, l'échange et l'ouverture à tous sont les principaux objectifs visés pour les participant-es.*

## quoi de neuf en 2024 - 2025 ?



De **nouvelles propositions d'activités** de Danse (Krump, Training Danses), de Théâtre (Clown, Dragshow, Théâtre Mémoire de Quartier), de Détente physique et mentale (Boxe, Méthode TRE), de Musique (MAO, Saxo et Clarinette, Percussions), d'Arts plastiques (Pratiques Picturales, Art in English)



Des ateliers de Roguet qui se dédoublent à la Cartoucherie (Danse Orientale, Danse Contemporaine) ou à Polygone (Renforcement Musculaire)



Des ateliers Enfants qui s'élargissent à un public Adultes (Capoeira, Danse Hip Hop, Théâtre Impro)





Une **rentrée retardée** pour cause de festivités du Soixantenaire de la MJC : **la semaine du 16 septembre** pour les ateliers Enfants et Ados, **la semaine du 23 septembre** pour les ateliers Adultes, sauf exceptions signalées au moment de l'inscription

## Et toujours cette année :



Le déploiement d'ateliers hors espace Roguet dans des salles mises à disposition par nos partenaires à Polygone (centre social) et à la Cartoucherie (Cosmopolis et association Aux 4 Vents)



L'élargissement de la politique tarifaire au public Adultes : qu'elles soient ou non allocataires de la CAF, les personnes pouvant justifier un Quotient Familial inférieur à 1000 (ou un revenu équivalent à un QF < 1000) sont éligibles à des réductions de 20 à 40% sur le tarif de leur cotisation



Un numéro de téléphone portable spécialement dédié pour joindre plus facilement le secrétariat en cas d'urgence sur la période des inscriptions (**06 49 09 22 61**)

# Ateliers de détente

Activité	Jour et horaire	Nbre places	Intervenant.e	Public	Tarif
<b>Biodanza</b>	lundi 13h45 - 15h45	25	<i>Nuria Bueno</i>	Adultes	397 € /an
<b>Boxe</b>	vendredi 17h30 - 18h15	12	<i>Antoine Hyérad</i>	Enfants 6 - 12 ans	223 € /an
	vendredi 18h15 - 19h15			Tous publics dès 13 ans	
<b>Cardio training</b>	mercredi 19h - 20h*	15	<i>Laurent Simonnet</i>	Tous publics dès 15 ans	223 € /an
<b>Détente physique séniors</b>	lundi 10h45 - 11h45 (pilates)	16	<i>Carolina Mahecha</i>	Adultes	223 € /an
	mardi 9h45 - 10h45 (gym douce)	18	<i>Caroline Garric</i>		
	mardi 10h45 - 11h45 (pilates)	16	<i>Caroline Garric</i>		
<b>Fit cardio boxe</b>	mercredi 19h30 - 20h30	25	<i>Caroline Garric</i>	Adultes	223 € /an
<b>Judo</b>	jeudi 16h30 - 17h30	10	<i>Laurent Simonnet</i>	Enfants 5 - 7 ans	223 € /an
<b>Libération stress et tensions TRE</b>	jeudi 9h45-11h	12	<i>Cécile Portier</i>	Adultes	234 € /an
<b>Movement flow</b>	vendredi 19h15 - 21h15 (10 séances annuelles)	10	<i>Barbara Suire</i>	Adultes	166 € /an
<b>Pack détente</b> Renforcement musculaire + Stretching	mercredi 11h - 12h (en alternance)	12	<i>Charlotte Boniakowski</i>	Adultes	223 € /an
	jeudi 18h - 20h (à la suite)	25	<i>Carolina Mahecha</i>		312 € /an

## Attention !

\* Lieu de pratique de l'activité sur ce créneau horaire autre que l'espace Roguet = Centre Social Polygone, 18 rue Vincent Scotto

Le prix indiqué de chaque activité est le « plein tarif » :  
toutes les infos sur les réductions possibles page 21

# Ateliers de détente (suite)

Activité	Jour et horaire	Nbre places	Intervenant.e	Public	Tarif
Pilates	lundi 18h10 - 19h10	15	<i>Sarah Awaiye</i>	Tous publics dès 15 ans	223 € /an
	lundi 19h10 - 20h10	12	<i>Sarah Awaiye</i>		
	mercredi 10h - 11h	12	<i>Ch. Boniakowski</i>		
	mercredi 12h30 - 13h30	15	<i>Jessica Nadyka</i>		
	mercredi 20h30 - 21h30	12	<i>Caroline Garric</i>		
	jeudi 12h30 - 13h30	15	<i>Jessica Nadyka</i>		
	jeudi 19h - 20h**	15	<i>Keninde Awaiye</i>		
vendredi 12h30 - 13h30	15	<i>Jessica Nadyka</i>			
Qi Gong	lundi 20h10 - 21h40 mardi 12h30 - 13h30	15	<i>Xavier Bouhier</i>	Adultes	250 € /an 223 € /an
Renforcement musculaire	mercredi 18h - 19h* jeudi 18h - 19h	12 10	<i>Manuela Lombardo</i> <i>Carolina Mahecha</i>	Adultes	223 € /an
Sophrologie	lundi 19h10 - 20h10 lundi 20h15 - 21h15	10	<i>Gabrielle Mauxion</i>	Adultes	234 € /an
Stretching	jeudi 19h - 20h	10	<i>Carolina Mahecha</i>	Adultes	223 € /an
Yoga hatha	mardi 12h15 - 13h30 mardi 19h15 - 20h30	20 25	<i>Yves Boiffier</i>	Adultes	242 € /an
Yoga natha	lundi 19h15 - 20h30	25	<i>Cécile Portier</i>	Adultes	242 € /an
Yoga premier	lundi 10h - 10h45	12	<i>Barbara Suire</i>	Adultes	223 € /an
Yoga pré natal et post natal	jeudi 11h15 - 12h15 (post natal) jeudi 12h30 - 13h30 (pré natal)	12	<i>Cécile Portier</i>	Adultes	270 € /an (transfert possible du pré au post)
Yoga raja	lundi 12h - 13h30	20	<i>Nuria Bueno</i>	Adultes	261 € /an
Yoga seniors	vendredi 11h30 - 12h30	15	<i>Liya Semenkova</i>	Adultes	223 € /an
Yoga vinyasa flow	lundi 11h - 12h15 jeudi 19h10 - 20h25	12	<i>Barbara Suire</i>	Adultes	242 € /an

## Attention !

\* Lieu de pratique de l'activité sur ce créneau horaire autre que l'espace Roguet = Centre Social Polygone, 18 rue Vincent Scotto

\*\* Lieu de pratique de l'activité sur ce créneau horaire autre que l'espace Roguet = Salle de la Cépière, 17 rue Louison Bobet

# Ateliers éducatifs et culturels

Activité	Jour et horaire	Nbre places	Intervenant.e	Public	Tarif
Art in english	jeudi 17h30 - 18h45	10	<i>Swati Gupta</i>	Enfants 6 - 12 ans	250 €/an
Conversation anglaise Spoken english language	mardi 19h15 - 20h30 (niveau intermédiaire)	15	<i>Nikky Caul</i>	Tous publics dès 15 ans	260 €/an
	mardi 20h30 - 22h (niveau intermédiaire + avancé)	12		Adultes	281 €/an
Conversation espagnole	mercredi 18h30 - 20h (tous niveaux)	10	<i>Paula Matéos</i>	Tous publics dès 15 ans	281 €/an
Écriture créative	mardi 19h - 21h*	12	<i>Mélanie Kalsons Christelle Monnet</i>	Adultes	316 €/an
	samedi 9h30 - 12h30 (9 séances annuelles)	15			186 €/an
Langues des signes	vendredi 19h15 - 20h45 (15 séances annuelles)	20	<i>Miguel Pétris</i>	Tous publics dès 15 ans (ou enfants dès 7 ans accompagné.es d'un.e adulte)	161 €/an
Robotique	mercredi 13h30 - 15h	10	<i>Éric Gontier</i>	Jeunes 9 - 14 ans	316 €/an

## Attention !

\* Lieu de pratique de l'activité sur ce créneau horaire autre que l'espace Roguet = Palette des Possible, 9 rue de Lombes

Le prix indiqué de chaque activité est le « plein tarif » :  
toutes les infos sur les réductions possibles page 21

# Ateliers artistiques - arts plastiques

Activité	Jour et horaire	Nbre places	Intervenant.e	Public	Tarif
<b>Aquarelle</b>	lundi 9h45 - 12h15 jeudi 10h - 12h30 (25 séances annuelles)	10	<i>Nathalie Paradis</i>	Adultes	354 € /an
<b>Art in english</b>	jeudi 17h30 - 18h45	10	<i>Swati Gupta</i>	Enfants 6 - 12 ans	250 € /an
<b>Art récup'</b>	mercredi 16h15 - 17h45	10	<i>S. Mahieu et T. Braure</i>	Enfants 6 - 12 ans	281 € /an
<b>Bande dessinée</b>	lundi 16h30 - 17h30 lundi 17h30 - 19h	12	<i>Elias Farès</i>	Enfants 7 - 11 ans Tous publics dès 12 ans	234 € /an 281 € /an
<b>Création graphique</b>	mercredi 20h - 21h30	10	<i>Adèle Delapré-Cosset</i>	Tous publics dès 15 ans	281 € /an
<b>Couture</b>	mercredi 18h - 20h vendredi 16h45 - 18h vendredi 18h15 - 20h15	10 7 10	<i>Elodie Jost</i>	Tous publics dès 15 ans Jeunes 8 - 14 ans Tous publics dès 15 ans	353 € /an 260 € /an 353 € /an
<b>Dessin &amp; croquis</b>	lundi 19h - 20h45 jeudi 19h - 20h45	10	<i>Laurent Claret</i>	Tous publics dès 15 ans	316 € /an
<b>Les p'tits pinceaux</b>	mercredi 11h - 12h15 mercredi 14h - 15h15 mercredi 15h15 - 16h15 samedi 9h45 - 10h45 samedi 11h - 12h15	10 10 10 8 10	<i>S. Mahieu</i> <i>S. Mahieu</i> <i>S. Mahieu</i> <i>Anthéa Lubat</i> <i>Anthéa Lubat</i>	Enfants 6 - 10 ans Enfants 6 - 10 ans Enfants 4 - 5 ans Enfants 6 - 8 ans Enfants 8 - 12 ans	250 € /an 250 € /an 234 € /an 234 € /an 250 € /an
<b>Pratiques picturales</b>	lundi 13h30 - 16h30 (15 séances annuelles)	10	<i>Anthéa Lubat</i>	Adultes	223 € /an
<b>Terre</b>	mardi 14h - 17h mardi 18h - 21h	10	<i>Hélène Jous</i>	Adultes	471 € /an

## Attention !

Le prix indiqué de chaque activité est le « plein tarif » :  
toutes les infos sur les réductions possibles page 21

# Ateliers artistiques - danse

Activité	Jour et horaire	Nbre places	Intervenant.e	Public	Tarif
<b>Afro &amp; dancehall</b>	lundi 20h30 - 21h30	20	<i>Rufai Souf</i>	Tous publics dès 15 ans	223 €/an
<b>Capoeira</b>	lundi 20h - 21h30*	20	<i>Viviane Santos</i>	Tous publics dès 15 ans	260 €/an
	mardi 16h45 - 17h45	15	<i>Buntheun Pol</i>	Enfants 5 - 10 ans	223 €/an
<b>Danses africaines</b>	mercredi 18h30 - 19h30	20	<i>Valérie Lacarrière</i>	Tous publics dès 15 ans	223 €/an
<b>Danse classique</b>	vendredi 16h45 - 17h45 (cycle découverte)	12	<i>Salomé Dupin</i>	Enfants 6 - 7 ans	223 €/an
	vendredi 17h45 - 18h45	14		Enfants 8 - 10 ans	
	vendredi 18h45 - 19h45	14		Enfants 10 - 12 ans	
<b>Danse contemporaine adultes</b>	lundi 18h45 - 20h*	20	<i>M. Lombardo</i>	Tous publics dès 15 ans	260 €/an
	jeudi 20h - 21h30		<i>G. Borghi</i>	Adultes	
<b>Danse contemporaine enfants</b>	mercredi 15h30 - 16h30 (cycle découverte)	12	<i>L. Semenkova</i>	Enfants 6 - 7 ans	223 €/an
	mercredi 16h30 - 17h30	12		Enfants 7 - 8 ans	
	mercredi 17h30 - 18h30	12		Enfants 9 - 12 ans	
<b>Danses du monde</b>	lundi 16h30 - 17h15 lundi 17h15 - 18h	12	<i>Sarah Jean</i>	Enfants 3 - 10 ans	223 €/an
<b>Danse orientale</b>	mercredi 18h45 - 20h* mercredi 20h30 - 22h	25	<i>Ibtissem Ben Naïm</i>	Tous publics dès 15 ans	260 €/an
<b>Éveil à la danse</b>	mardi 16h30 - 17h15	12	<i>M. Lombardo</i>	Enfants 4 - 5 ans	223 €/an
	mercredi 9h30 - 10h15	10	<i>L. Semenkova</i>	Enfants 4 - 6 ans	
	vendredi 16h30 - 17h15	10		Enfants 4 - 5 ans	
	samedi 10h15 - 11h	12	<i>Marie Dessolin</i>	Enfants 4 - 6 ans	
<b>Floor progression Ex-Barre au sol</b>	lundi 12h30 - 13h30	12	<i>Barbara Suire</i>	Adultes	223 €/an

## Attention !

\*Lieu de pratique de l'activité sur ce créneau horaire autre que l'espace Roguet = Salle Forum, Halles de la Cartoucherie

# Ateliers artistiques - danse (suite)

Activité	Jour et horaire	Nbre places	Intervenant.e	Public	Tarif
Hip hop	lundi 16h45 - 17h45 samedi 14h30 - 15h30	15	<i>Rufai Souf</i>	Enfants 8 - 12 ans Adultes	223 € /an
Improvisation & écriture chorégraphique	samedi et dimanche 11h-16h30 soit 10h (4 sessions WE par an)	15	<i>Maryne Bernard</i>	Tous publics dès 15 ans	70 € / session
Kpop	samedi 15h30 - 17h samedi 17h - 18h30	25	<i>Alex Sephan</i>	Jeunes 11 - 15 ans Tous publics dès 15 ans	260 € /an
Krump	jeudi 20h30 - 22h (15 séances annuelles en alternance avec le samedi 13h - 14h30)	10	<i>Alicia Paturot</i>	Tous publics dès 15 ans	223 € /an
Modern Jazz Cycle découverte	samedi 9h30 - 10h15	12	<i>Marie Dessolin</i>	Enfants 6 - 8 ans	223 € /an
Reggaeton & girly	samedi 11h30 - 13h	20	<i>Angèle Valéry</i>	Tous publics dès 15 ans	260 € /an
Salsa lady style	lundi 18h10 - 19h10	14	<i>Valérie Lacarrière</i>	Tous publics dès 15 ans	223 € /an
Salsa suelta	lundi 12h30 - 13h30** mercredi 20h - 21h*	14	<i>Valérie Lacarrière</i>	Adultes	223 € /an
Salsafro fusion	mardi 20h45 - 21h45	14	<i>Valérie Lacarrière</i>	Adultes	223 € /an
Training danses	samedi 10h - 11h30	25 (par séance)	<i>Cie Amigara</i>	Tous publics dès 16 ans	8 € / séance
Tribal fusion	mardi 18h - 19h	20	<i>Jessica Nadyka</i>	Tous publics dès 15 ans	223 € /an

## Attention !

\*Lieu de pratique de l'activité sur ce créneau horaire autre que l'espace Roguet = Salle Forum, Halles de la Cartoucherie

\*\* Lieu de pratique de l'activité sur ce créneau horaire autre que l'espace Roguet = salle des 4 Vents à la Cartoucherie, allée de l'EFT

# Ateliers artistiques - théâtre

Activité	Jour et horaire	Nbre places	Intervenant.e	Public	Tarif
Clown	lundi 19h45 - 22h45* (15 séances annuelles + heures création WE)	12	Ariane Gaillard	Adultes	281 €/an
Dragshow	vendredi 19h45 - 22h45 (15 séances annuelles + heures création WE)	18	La Maison Clinquante	Tous publics dès 16 ans	307 €/an
Théâtre mémoire de quartier	vendredi 19h45 - 22h45* (15 séances annuelles + heures création WE)	15	Cie La Golondrina	Adultes	316 €/an
Théâtre création enfants	mercredi 14h30 - 16h** (+ heures création WE) mercredi 16h15 - 17h45**	12	Justine Bergogne	Enfants 10 - 12 ans	307 €/an
				Enfants 8 - 10 ans	260 €/an
Théâtre création jeunes	mercredi 13h30 - 15h30 (+ heures création WE) mercredi 18h30 - 20h30 (+ heures création WE)	12 10	Nicole Dupuy Nora Jonquet	Jeunes 13 - 15 ans	350 €/an
				Jeunes 15 - 20 ans	360 €/an
Théâtre création adultes	mardi 19h - 21h*** mardi 20h30 - 22h30 (+ heures création WE) vendredi 19h45 - 22h45 (15 séances annuelles)	12 15	I. Fernandez B Max Henry	Adultes	307 €/an 438 €/an
					15 10
	jeudi 20h30 - 22h30 (15 séances annuelles + heures création WE)	10	Nathalie Andrès		
Théâtre Cycle découverte	jeudi 16h45 - 17h45	10	J. Bergogne	Enfants 6 - 8 ans	239 €/an
Théâtre impro	mercredi 15h - 16h30 mercredi 16h30 - 18h mercredi 20h - 22h****	15	Frédéric Fourcade	Jeunes 10 - 13 ans	260 €/an
				Jeunes 14 - 17 ans	260 €/an
				Adultes	307 €/an
Théâtre séniors	mardi 15h - 16h30 vendredi 10h - 11h30	10	Mathilde Guy Nicole Dupuy	Adultes	223 €/an

## Attention !

\* Lieu de pratique de l'activité sur ce créneau horaire autre que l'espace Roguet = salle Esquirol, Halles de la Cartoucherie

\*\* Lieu de pratique de l'activité sur ce créneau horaire autre que l'espace Roguet = salle des 4 Vents à la Cartoucherie, allée de l'EFT

\*\*\* Lieu de pratique de l'activité sur ce créneau horaire autre que l'espace Roguet = Salle Forum, Halles de la Cartoucherie

\*\*\*\* Lieu de pratique de l'activité sur ce créneau horaire autre que l'espace Roguet = Centre Social Polygone, 18 rue Vincent Scottò



# Ateliers artistiques - musique

Activité	Jour et horaire	Nbre places	Intervenant.e	Public	Tarif
<b>Accordéon &amp; Synthétiseur</b>	lundi entre 15h et 21h jeudi entre 15h et 21h (cours individuels 30 mn ou collectifs 2 élèves 45 mn)	23	<i>Nathalie Masson</i>	Tous publics dès 7 ans	Voir tableau p19
<b>Batterie</b>	mardi entre 17h et 20h30 (cours 2 élèves 30 mn)	16	<i>Jean-Michel Fabrégas</i>	Tous publics dès 8 ans	316 € /an
<b>Batucada Percussions brésiliennes</b>	samedi 10h - 12h (15 séances annuelles)	25	<i>Pascal Loubet Tuze</i>	Tous publics dès 15 ans	200 € /an (tarif unique)
<b>Cajon</b>	lundi 18h30 - 20h30 (niveau intermédiaire, 15 séances annuelles)	6	<i>Sonia Bouré</i>	Tous publics dès 15 ans	316 € /an
	vendredi 20h - 22h (niveau débutant)	10			
<b>Chant &amp; technique vocale</b>	jeudi 18h15 - 19h15 jeudi 19h15 - 20h15 jeudi 20h15 - 21h15	6	<i>Christine Lauxire</i>	Adultes	234 € /an
<b>Chant &amp; voix jeunes</b>	vendredi 17h30 - 18h30	6	<i>Patrick Rameau</i>	Jeunes dès 12 ans	234 € /an
<b>Chorale</b>	mardi 19h - 20h30	40	<i>Olivier Méricq</i>	Adultes	68 € /an
	mardi 12h30-13h30*	20	<i>Sylvain Brochet</i>		223 € /an
<b>Corps &amp; voix</b> Écriture chansons, impro vocale et chant polyphonique	mardi 18h30 - 19h30** mercredi 20h - 21h30** (15 séances annuelles) jeudi 19h - 21h**	6	<i>Sergio Munoz</i>	Adultes	234 € /an 223 € /an 438 € /an

La suite des ateliers musique ! 

## Attention !

\*\* Lieu de pratique de l'activité sur ce créneau horaire autre que l'espace Roguet = Les sentiers de la voix 13 Rue Paul Decamps

\* Lieu de pratique de l'activité sur ce créneau horaire autre que l'espace Roguet = Salle Forum, Halles de la Cartoucherie

# Ateliers artistiques - musique (suite)

Activité	Jour et horaire	Nbre places	Intervenant.e	Public	Tarif
Enregistrement mixage audio	lundi 18h - 19h30 (15 séances annuelles)	4	<i>Adrien Halfon</i>	Tous publics dès 16 ans	223 € /an
Ensemble multi-instruments	samedi 16h - 19h (6 séances annuelles)	8	<i>N. Masson et E. Isnard</i>	Tous publics dès 15 ans	281 € /an*
Éveil musical	mercredi 10h30 - 11h30 (atelier parents - enfants)	6	<i>Sylvain Brochet</i>	Enfants 0 - 3 ans	316 € /an
	mercredi 14h - 15h (découverte instruments)		<i>Rafael Lima</i>	Enfants 6 - 7 ans	234 € /an
	mercredi 15h - 15h45		<i>Rafael Lima</i>	Enfants 4 - 6 ans	234 € /an
	mercredi 15h45 - 16h30		<i>Rafael Lima</i>	Enfants 4 - 6 ans	234 € /an
	jeudi 16h30 - 17h15		<i>Rafael Lima</i>	Enfants 4 - 6 ans	234 € /an
jeudi 17h15 - 18h	<i>Rafael Lima</i>	Enfants 4 - 6 ans	234 € /an		
Groupe de guitares	lundi 20h30 - 21h30	6	<i>Patrick Rameau</i>	Tous publics dès 15 ans	316 € /an
Groupe de musique	mardi 20h30 - 22h vendredi 18h30 - 20h	10	<i>Patrick Rameau</i>	Adultes Jeunes dès 13 ans	281 € /an* 99 € /an (tarif unique)
Guitare acoustique	lundi entre 16h30 et 20h30 mardi entre 16h30 et 20h mercredi entre 13h et 20h30 (cours individuels ou collectifs)	60	<i>Patrick Rameau</i>	Tous publics dès 6 ans	Voir tableau p19
MAO musique assistée par ordinateur	samedi 9h30 - 12h30 (15 séances annuelles)	10	<i>Théo Hyunh</i>	Tous publics dès 15 ans	234 € /an
Percussions	lundi 17h - 18h	6	<i>David Zethelius</i>	Enfants 6 - 12 ans	234 € /an
Piano	mercredi entre 12h et 20h vendredi entre 12h et 19h (cours individuels de 30 mn ou collectifs 3 élèves 1h)	27	<i>Elzbiéta Isnard</i>	Tous publics dès 7 ans	Voir tableau p19

## Attention !

\*-50% si inscription à un atelier instrument de musique (cours individuels)

## Ateliers artistiques - musique (suite)

Activité	Jour et horaire	Nbre places	Intervenant.e	Public	Tarif
Saxophone & clarinette	mardi 14h30 - 15h30	6	Sylvain Brochet	Adultes	316 €/an
Slam & poésie	jeudi 19h15 - 21h15	10	Sonia Bouré	Adultes	316 €/an
Violon	mercredi entre 16h45 et 20h45 (cours individuels 30 mn)	8	Chrystelle Gavrilov	Tous publics dès 5 ans	579 €/an (tarif unique)

### Tarifs cours instruments (individuels et collectifs) Rappel : inscription obligatoire à l'année !

1 élève 30mn	579 € (tarif unique)	17,54 €/séance
2 élèves 30 mn	316 €	9,60 €/séance
2 élèves 45 mn	498 €	15,09 €/séance
3 élèves 30 mn	234 €	7,09 €/séance
3 élèves 60 mn	445 €	13,48 €/séance

## Ateliers artistiques - cirque

Activité	Jour et horaire	Nbre places	Intervenant.e	Public	Tarif
Éveil au cirque	mercredi 11h30 - 12h15	8	Clotilde Mira	Enfants 4 - 6 ans	244 €/an
	mercredi 15h30 - 16h15			Enfants 4 - 5 ans	
	mercredi 16h15 - 17h			Enfants 5 - 6 ans	
	samedi 11h - 11h45			Enfants 4 - 5 ans	
	samedi 11h45 - 12h30			Enfants 5 - 7 ans	
Cirque initiation	mercredi 13h30 - 14h30	10	Clotilde Mira	Enfants 8 - 10 ans	255 €/an
	mercredi 14h30 - 15h30			Enfants 7 - 8 ans	
	mercredi 17h - 18h			Enfants 6 - 7 ans	

### Attention !

Le prix indiqué de chaque activité est le « plein tarif » :  
toutes les infos sur les réductions possibles page 21

# S' INSCRIRE A LA MJC

Toutes les démarches s'effectuent **en ligne** via le site de réservation. L'accueil du public à l'espace Roguet est priorisé pour les personnes sans accès informatique ou qui souhaitent être accompagnées.

## Comment faire ?

1. Créer ou actualiser son compte sur [www.mjcroguet.fr](http://www.mjcroguet.fr) et renseigner le formulaire
2. Réserver sa place dans l'activité et le créneau de son choix
3. Régler la cotisation en ligne ou déposer le paiement à la MJC dans le délai imparti

### Adhésion à l'association obligatoire :

20 € pour les adultes, 13 € pour les jeunes de moins de 18 ans

**Montant des cotisations variable selon les activités.** Modes de règlement proposés : CB en ligne, chèque, chèque-vacances ANCV, virement ou prélèvement. Paiement échelonné possible en 3 fois sans frais par chèques ou prélèvements.



## Séance d'essai : comment ça marche ?

Chaque inscription à un atelier (hors cours de musique) donne droit à au moins **une séance d'essai**, à l'issue desquelles vous pouvez vous désister sous réserve d'en avoir informé la MJC par mail. Le règlement déjà effectué vous est alors intégralement restitué.

Vous bénéficiez d'un délai maximum de 72h (ou 3 jours ouvrables) après votre séance pour confirmer ou infirmer votre choix.

En l'absence d'un mail d'annulation et/ou passé le délai de prévenance, toute inscription est considérée comme définitive : l'adhérente est redevable du paiement de la cotisation annuelle qui ne peut faire l'objet d'un remboursement.

**Attention modalités particulières d'inscription aux ateliers Instruments & Groupes de Musique :**  
toutes les infos sur [www.mjcroguet.fr](http://www.mjcroguet.fr) ou à l'accueil de la MJC

**Bon à savoir !**  
Une permanence d'accueil élargie le samedi 31 août de 10h à 17h pour faciliter les démarches d'information et d'inscription

## LES RÉDUCTIONS POSSIBLES

Pour chaque atelier, seul est indiqué le plein tarif. Si vous êtes éligible à une réduction, vous pouvez la calculer en appliquant le barème indiqué ci-dessous :

Vous êtes ...	Vous avez droit à ...	Conditions - justificatifs
Agé.e de 18 à 25 ans, étudiant.e	30% de réduction	<ul style="list-style-type: none"> <li>• À l'exception des cours individuels de musique et certains ateliers à bas tarifs</li> <li>• Sur présentation d'une carte d'étudiant.e 2024-2025</li> </ul>
Agé.e de 18 à 25 ans et non imposable	30% de réduction	<ul style="list-style-type: none"> <li>• À l'exception des cours individuels de musique et certains ateliers à bas tarifs</li> <li>• Sur présentation d'un justificatif de non-imposition</li> </ul>
Allocataire de la CAF ( ou pouvant justifier de votre revenu selon les barèmes de la CAF)	Réduction selon votre Quotient Familial : 20% si QF<1000, 30% si QF<650, 40% si QF<400.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sur la cotisation de l'activité de votre enfant et/ou de vous même</li> <li>• À l'exception des cours individuels de musique et certains ateliers à bas tarifs</li> <li>• Sur présentation d'un justificatif CAF ou des éléments demandés par la CAF pour le calcul du QF</li> </ul>
Bénéficiaire d'un minima social (hors prime d'activité)	50% de réduction	<ul style="list-style-type: none"> <li>• À l'exception des cours individuels de musique et certains ateliers à bas tarifs</li> <li>• Sur présentation d'un justificatif de votre situation</li> </ul>

**Attention, aucune de ces réductions n'est cumulable ! Pour chaque inscription est appliqué un taux unique, celui le plus favorable à l'adhérent.e.**

# NOUS CONTACTER

**MJC Roguet St Cyprien**, 9 rue de Gascogne 31300 Toulouse

**Téléphone** : 09 53 39 19 66 (dans la mesure de nos disponibilités)

**Email** : accueil.roguet@gmail.com

**Site internet** : www.mjcroguet.fr

**Facebook** : MJC Roguet Saint Cyprien

**Instagram** : @mjcroguet et @jeunes\_mjcroguet

**Youtube** : MJC ROGUET

Accueil du public le lundi, mardi, jeudi et vendredi de 15h30 à 19h ;  
le mercredi de 10h à 12h et de 14h à 18h ; le samedi de 10h à 12h.

**Attention, horaires restreints pendant les vacances scolaires**

# PLANS D'ACCES

## Palette des Possibles

9 avenue de Lombez - 31300 Toulouse  
(Atelier Écriture créative)



### Les Sentiers de la voix

13 Rue Paul Decamps 31300 Toulouse  
(Atelier Corps et voix)



### La salle de la Cépière

17 rue Louison Bobet - 31300 Toulouse  
(Atelier Pilates)



## Salle des 4 vents

Allée de l'EFT - 31300 Toulouse  
(Ateliers Les p'tits pinceaux,  
Salsa suelta, Théâtre création enfants)

## Centre Polygone

18 rue Vincent Scotto - 31300 Toulouse  
(Ateliers Cardio training, Renforcement  
musculaire, Théâtre d'impro)



## Halles de la Cartoucherie

10 Place de la Charte des Libertés Communales - 31300 Toulouse  
(Ateliers Capoeira, Chorale, Clown, Danse orientale, Danse contemporaine,  
Salsa suelta, Théâtre mémoire de quartier, Théâtre création adultes)





# UN RESEAU DE 7 MJC A TOULOUSE



**MJC Ancely**  
7, allée des Causses  
31300 Toulouse  
05 61 31 86 58  
ancely.fr

**MJC Croix daurade**  
141, chemin de Nicol  
31200 Toulouse  
05 61 48 64 03  
mjccroixdaurade.fr

**MJC Empalot**  
9 rue Maria Mombiola  
31400 Toulouse  
05 34 31 10 05  
mjcepalot.fr

**MJC Pont  
des demoiselles**  
63 bis, avenue St Exupéry  
31400 Toulouse  
05 61 52 24 33  
mjc.demoiselles.fr

**MJC Ponts jumeaux**  
105, route de blagnac  
31200 Toulouse  
05 61 22 59 50  
mjcpontsjumeaux.fr

**MJC Prévert**  
292, route de seysse  
31100 Toulouse  
05 61 41 56 30  
mjcprever31.net

**MJC Roguet**  
9, rue de Gascogne  
31300 Toulouse  
09 53 39 19 66  
mjcroguet.fr

# 60 ANS !

DU 18 AU 22 SEPTEMBRE LA MJC ROGUET  
ST CYPRIEN FÊTE SON 60<sup>ÈME</sup> ANNIVERSAIRE !

## LA MJC DANS SA



## FESTIVE ERA

= EN MODE FESTIF

MJC Roguet - 9, rue de Gascogne - 31300 Toulouse - [www.mjcroguet.fr](http://www.mjcroguet.fr)



# LA MJC ROGUET

## RECHERCHE DES BÉNÉVOLES POUR L'ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE

Les mardis et / ou jeudis de 17h30 à 19h  
hors vacances scolaires.



Depuis plus de dix ans, la MJC Roguet accueille des jeunes collégiens de 11 à 15 ans ayant des difficultés scolaires dans le cadre d'un CLAS\*

Pour les aider à faire leurs devoirs, nous recherchons des personnes bénévoles motivées pour intervenir (au moins) une fois par semaine. L'activité se déroule en petits groupes et est encadrée par des référents qualifiés

L'ambiance est familiale et conviviale

**Si vous êtes intéressé(e) ou souhaitez des informations supplémentaires vous pouvez nous joindre au 06 71 04 13 12 ou à [mcorvest@orange.fr](mailto:mcorvest@orange.fr)**

\*Contrat Local d'Accompagnement à la Scolarité (agrément délivré par la CAF, le Conseil Départemental, la Mairie de Toulouse et l'Inspection Académique)

9 rue de Gascogne - 31300 Toulouse - [www.mjcroguet.fr](http://www.mjcroguet.fr)



Affiche par Celya Vilette

