



Maison
pour tous
MJC
Hérouville-St-Clair
2025-2026



MJC - Maison Pour Tous

Pôle Animation Jeunesse
1035 Belles Portes
14200 Hérouville-St-Clair
02.31.95.78.18
secretariat.mjcmt@orange.fr

SOMMAIRE

Danse

3

Créativité

6

Equilibre du corps

8

Randonnée - nature

10

Activités ludiques

11

Le coin des adhérents

12

stages

13



Edito de la MJC

La MJC-MPT d'Hérouville vous propose une nouvelle saison d'activités de découvertes, de loisirs, de création et d'expression artistiques et culturelles. Nous avons ainsi le plaisir de vous annoncer de nouvelles activités et événements qui viennent s'ajouter à notre programmation : Elgo Heels (Danse de talon), collage et techniques mixtes, atelier d'écriture créative, sophrologie et relaxation. Certains de ces événements seront accueillis à l'Atelier, nouvel espace municipal d'expression artistique et de création.

Nos partenariats s'enrichissent avec la création en janvier 2025 de la nouvelle fédération régionale des MJC de Normandie. Notre association est partie prenante de ce réseau régional afin de développer dans une démarche de co-construction de nouvelles actions et projets communs. Parallèlement, nous renforçons notre coopération avec le tissu associatif local pour développer avec S3A nos missions de volontaires en service civique.

Nous souhaitons valoriser et promouvoir des nouveaux chemins du faire-ensemble pour vous permettre de devenir acteur de notre projet associatif. Nous avons bénéficié cette année d'un dispositif d'accompagnement local pour mener à bien cette démarche et défendre les valeurs de l'éducation populaire. Nous vous invitons à poursuivre avec nous, à nourrir le débat par vos idées et vos actions. Nous vous invitons à vous engager au sein de nos différentes assemblées et à mener avec nous les actions de votre choix. Notre projet associatif se construit avec vous.

Je remercie l'ensemble du personnel de la MJC pour leur implication et le travail réalisé pour vous présenter cette nouvelle saison, et tout particulièrement nos volontaires en service civique : Margaux Kergus, Anne-Laure Moimbe, Fialiana Harimanantena qui ont contribué à la réalisation de cette plaquette.

Je vous souhaite une belle saison associative.

Le président.



Le Conseil d'administration

Carlos Goncalves de Santiago, président, **Anne-Marie Domergue-David**, **Didier Naulin**, vice-président(e)s, **Brigitte Bazin**, trésorière, **Annick Lalubin** adhérente, **Baya Mokthari** et **Philippe Hanot**, représentants de la mairie

L'Équipe

Christophe Louis, directeur - coordinateur
Valérie Morin, secrétaire - assistante de direction
Karim Ben Alouane, accueil et médiation

Danses

**ENFANTS
ADOS
ADULTES**

DANSE ORIENTALE

Faustine CHOUBRAC

Cours ludiques dans la bonne humeur avec un temps d'échauffement et de travail technique suivi d'un temps de travail chorégraphique. Pour finir un petit moment de détente, le tout dans la bienveillance et le respect de soi. La danse orientale permet de nombreux bienfaits. Parmi eux : l'amélioration de la coordination motrice, le développement de l'endurance, de la force musculaire et de la flexibilité, ainsi que le développement de la créativité et de l'écoute musicale.

Ados à partir de 10 à 13 ans

Lundi de 17h45 à 18h45

Hérouville : 170€ - Autres communes: 190€

Ados/Adultes à partir de 14 ans (débutants)

Mardi de 19h45 à 21h00

Ados/Adultes à partir de 14 ans (intermédiaires)

Lundi de 19h45 à 21h00

Hérouville : 200€ - Autres communes: 220€



DANSE CONTEMPORAINE ET MODERNE

Isabelle DURAND

Elle permet à chacun de prendre du plaisir, de travailler suivant ses performances physiques et artistiques. Il n'y a aucune prédisposition requise, à part l'envie. Echauffement, acquisition des fondamentaux de la danse contemporaine, puis à la fin des cours, variation (courte danse).

Enfants de 7 à 10 ans

Mardi de 17h20 à 18h20

Hérouville : 185€ - Autres communes : 205€

Pré-Ados/Adolescents

Mercredi de 16h10 à 17h40

Hérouville : 210€ - Autres communes : 230€

Faire ressentir aux élèves la multiplicité des sensations de la danse, des qualités de mouvements ; modeler un corps fort, mobile, expressif et créatif.

Adultes Niveau 1 Mardi de 18h30 à 20h00

Adultes Niveau 3 Mardi de 20h00 à 21h30

Adultes Niveau 4 Mercredi de 18h00 à 19h30

Adultes Niveau 2 Mercredi de 19h30 à 21h00

Hérouville : 240€ - Autres communes : 250€



ÉVEIL À LA DANSE

Isabelle DURAND

Les ateliers Eveil à la danse offrent différentes approches et façons d'aborder ou d'utiliser la danse, de manière ludique et en s'inspirant d'autres arts.

Enfant 5 à 6 ans

Mercredi de 15h20 à 16h05

Hérouville : 180€ - Autres communes : 200€

3

Ajouter adhésion : 7€ (enfant) ou 16€ (16 ans et +)

Danses

**ENFANTS
ADOS
ADULTES**

DANSE TRIBALE FUSION

Justine MONTAUFRAY (partenaire)

La danse tribale fusion est une évolution moderne de la danse orientale, vous y retrouverez des techniques de danse orientale avec une fusion d'autres styles. Vous trouverez dans une séance des échauffements, un travail technique et la mémorisation de chorégraphie. Avec les enfants, nous travaillerons leur coordination, leur place dans l'espace, leur mémoire et leur confiance en eux. Je leur apprendrai à danser des histoires.

Enfants de 6 à 9 ans

Vendredi de 17h10 à 18h10

Tarif unique : 205€

**Ados/Adultes à partir de 12 ans
(débutants)**

Vendredi de 18h10 à 19h20

Tarif unique : 255€

**Ados/Adultes à partir de 15 ans
(intermédiaires/avancés)**

Jeudi de 20h20 à 21h35

Tarif unique : 255€

Atelier de danse semi improvisée - format
FatChance Bellydance Style.
(intermédiaires/avancés)

Un samedi par semestre de 11h à 13h

Tarif : 30€



DANSE INDIENNE

Eloïse SALOME (partenaire)

Le Bharata-natyam était autrefois dansé dans les temples par les devadasis (danseuses sacrées). Aujourd'hui, ce style accède à la scène et perdure. Il se détache des autres styles par ses costumes chatoyants d'une part, mais aussi par l'accompagnement rythmique des pieds, l'expression du visage et des mains, les gestes géométriques et saccadés.

Enfants à partir de 6 ans

Mercredi de 17h15 à 18h15

Hérouville : 195€ - Autres communes : 215€

**Ados à partir de 11 ans
(débutants/intermédiaires)**

Mercredi de 18h30 à 19h45

**Ados/Adultes
(intermédiaires)**

Mercredi de 19h45 à 21h00

Hérouville : 205€ - Autres communes : 225€

Adultes avancés

Lundi de 19h00 à 21h00

Hérouville : 280€ - Autres communes : 300€



Ajouter adhésion : 7€ (enfant) ou 16€ (16 ans et +)

Danses

ENFANTS
ADOS
ADULTES

ELGO HEELS (DANSE EN TALONS)

NOUVEAU

Rachèle FONTAINE (partenaire)

L'ELGO HEELS POWER allie la danse et le fitness. Seule ou entre copines, s'amuser, lâcher prise, se sentir en liberté de mouvement, on prend plaisir à reprendre une activité physique dans le fun, à se muscler, à retrouver de l'énergie sur des musiques 100 % girly. Bienveillant et sans jugement, le concept ELGO HEELS permet aux femmes de retrouver confiance en elles, d'acquérir de belles attitudes féminines et une belle posture en s'exerçant à danser en talons. Accessible à toutes, ELGO HEELS s'adapte à tous les niveaux, de la débutante à la grande sportive.

Let's show !

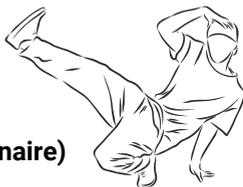
Baskets d'intérieur obligatoire pour échauffement

A partir de 16 ans (Tous niveaux)

Vendredi de 18h30 à 19h30

Hérouville : 195€ - Autres communes : 210€

BREAK DANCE



Meddy Jaslier (partenaire)

Le Breakdance est une activité qui mêle danse et acrobatie. L'activité est adaptée suivant le niveau de l'élève (débutant, confirmé enfant ou adulte). Le but de l'activité étant de pouvoir contrôler son corps pour réussir à exécuter des enchaînements divers et variés.

Enfants/Ados de 7 à 16 ans (débutants)

Lundi de 17h30 à 18h30

Enfants/Ados de 7 à 16 ans (avancés)

Lundi de 18h30 à 19h30

Hérouville : 160€ - Autres communes : 180€



Association ArtMind (partenaire)
Arnold ANNE, Valentine VASSEUR

HIP-HOP

Pendant les cours vous apprendrez les bases et les chorégraphies du Hip Hop dans différents styles (Newstyle, Popping, Locking, House Dance). Vous développerez votre motricité, apprendrez également à connaître et gérer votre espace, à écouter la musique et différencier les rythmes.

Enfants de 6 à 8 ans

Mercredi de 15h15 à 16h15

Enfants de 9 à 13 ans

Mercredi de 16h15 à 17h15

Hérouville : 160€ - Autres communes : 180€

Tous Niveaux à partir de 14 ans

Jeudi de 17h30 à 18h30

Hérouville : 180€ - Autres communes : 200€

DANCEHALL

NOUVEAU

Le dancehall est un style de danse qui a vu le jour en Jamaïque avec des influences de danses africaines, jazz, blues et Hip Hop. Cette danse connaît trois principales époques, les mouvements devenant de plus en plus techniques. Elle se caractérise par des mouvements basés sur le rebond, l'attitude, la rythmique, la fluidité et se focalise beaucoup sur le bassin et les hanches.

Tous Niveaux à partir de 14 ans

Vendredi de 19h30 à 20h30

Hérouville : 180€ - Autres communes : 200€

Créativité

**ADOS
ADULTES**

AQUARELLE

Irène MOULIN (partenaire)

L'aquarelle, c'est avant tout une technique à maîtriser !

Approfondissement des techniques, aide individuelle et personnalisée, développement de son esprit créatif ...

Séances modèles vivants ponctuelles.

Participation à une exposition en fin d'année.

Tous niveaux

1 fois par mois (calendrier disponible au secrétariat)

Lundi de 9h00 à 17h00 - Groupe Bleu Cobalt

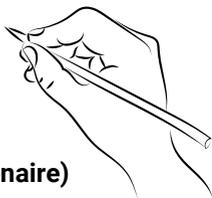
Mardi de 9h00 à 17h00 - Groupe Rouge Alizarine

Jeudi de 9h00 à 17h00 - Groupe Bleu Windsor

Tarif unique : 59€ la séance



DESSIN



Irène MOULIN (partenaire)

Une année pour mettre en place des bases, avec une méthode simplifiée.

Apprendre à voir, comprendre et pratiquer, accompagné.e d'une aide individuelle et personnalisée... afin de vous exprimer créativement.

Séances modèles vivants ponctuelles.

2 fois par mois

(calendrier disponible au secrétariat)

Mardi de 09h00 à 12h00 (Groupe fusain)

(débutants/initiés)

Mardi de 14h00 à 17h00 (Groupe crayon)

(initiés/confirmés)

Tarif unique : 51€ les 2 séances

COLLAGES ET TECHNIQUES MIXTES

NOUVEAU

Véronique LAMER

La priorité est à la création, la liberté d'expression, libérées de toute contrainte technique.

Nous allons découper, déchirer, coller, assembler, ajouter de la peinture, de l'écriture...etc pour créer une production unique. Ne nécessite pas de compétence particulière..

Ados à partir de 14 ans

Mercredi de 16h30 à 18h00

Tarifs : 120€ le cycle de 9 séances

Adultes

Mercredi de 18h30 à 20h30

Tarifs : 150€ le cycle de 9 séances



Ajouter adhésion : 16€ (16 ans et +)

Créativité

**ENFANTS
ADOS
ADULTES**

ARTS PLASTIQUES

Isabelle LECORDIER (partenaire)

Développez votre imaginaire, votre créativité à travers la sculpture, le dessin, la gravure, la peinture, le collage, les maquettes en 3D, le modelage... Initiation aux techniques, expérimentations multiples. Un moment de partage convivial, d'amusement créatif et d'expression !

Sortie culturelle au cours de l'année.

Activité adaptée à tous les enfants et ados.



Enfant 7 à 9 ans

Mercredi de 09h45 à 11h45

Enfant 9 à 15 ans

Mercredi de 13h30 à 15h30

Tarif unique : 241€



NOUVEAU

ATELIER D'ÉCRITURE CRÉATIVE

Marie-Christine GAUDIN (partenaire)

Durant l'atelier, je vous ferai vivre une expérience humaine, sensible, imaginaire, dynamisante, qui ne nécessite aucun savoir préalable. Aucun jugement n'est requis, et chacun est à égalité avec les autres. Emergent ainsi des paroles originales, poétiques, décalées et dégagées des clichés.

C'est en écrivant, dans la joie d'écrire, que vous ferez l'expérience surprenante de découvrir votre propre écriture. Et tous les participants prendront ainsi conscience de la singularité de chacun.

Samedi de 10h00 à 13h00

Dates :

1er cycle : 20 septembre, 11 octobre, 8 novembre 2025

2nd cycle : 10 janvier, 07 février et 21 mars 2026

3ème cycle : 11 avril, 30 mai et 06 juin 2026

Tarif unique : 90€ le cycle (+ 5€ d'adhésion)

THÉÂTRE D'IMPROVISATION

Emmeline TCHERNOBAEFF (partenaire)

Le théâtre d'improvisation : un théâtre de l'instant et sans texte !

Tout au long de l'année, nous pratiquerons des exercices adaptés à l'énergie du moment du groupe (autour de l'écoute, la spontanéité, l'acceptation, l'innovation, la confiance, le mouvement, l'espace scénique, l'imagination, l'interprétation, le jeu en groupe et la construction d'histoires improvisées) pour pouvoir jouer un spectacle totalement improvisé en fin d'année !

Enfant 8 à 10 ans

Mercredi de 10h00 à 11h30

Enfant 11 à 13 ans

Jedi de 18h15 à 19h45

Tarif unique : 195€/an

Adultes

Jedi de 20h00 à 22h00

Tarif : 241€/an ou 90€/cycle

Equilibre du corps

ADULTES

QI GONG

Le fil de soi - Claire VENENDY (partenaire)

Le Qi Gong, issu de la Médecine Traditionnelle Chinoise, basé sur le principe Yin/Yang est un véritable art de vivre et de santé. Il associe mouvements lents, exercices respiratoires et concentration. Il agit sur différents plans :

- Physique, grâce à ses nombreux exercices statiques et en mouvements,
- Energétique, par l'exercice et le contrôle de la respiration et de la concentration,
- Mental, par le contrôle de la pensée participant à un meilleur équilibre émotionnel et de la gestion du stress.

Mardi de 18h45 à 20h15
Mercredi de 9h30 à 11h00
Jeudi de 18h30 à 20h00

Individuel :

Hérouville : 235€ - Autres communes : 255€

Couple :

Hérouville : 445€ - Autres communes : 483€



YOGA

Muriel LEFRESNE (partenaire)

Le yoga est accessible à tous. Discipline originaire de l'Inde, il vise à délier et tonifier le corps et à calmer l'esprit. Il favorise la circulation de l'énergie vitale et permet d'entrer en contact avec soi-même sur un plan profond.

Mardi de 10h15 à 11h30
Mardi de 18h15 à 19h30
Mardi de 19h45 à 21h00

Hérouville : 220€ - Autres communes : 230€



PILATES

Véronique LAMER

Méthode douce de renforcement musculaire des muscles profonds du dos et des abdominaux.

C'est une méthode douce pour le bien-être du corps et du dos qui améliore la posture et le maintien. Elle apporte force, souplesse, équilibre, en lien avec la respiration. Nous travaillons beaucoup le dos, les abdos, le gainage.

Mardi de 12h30 à 13h30

Hérouville : 200€ - Autres communes : 220€

Ajouter adhésion : 16€ (16 ans et +)

Equilibre du corps

ADOS
ADULTES

SOPHROLOGIE ET RELAXATION

NOUVEAU

Véronique LAMER

Relax! C'est une méthode, un entraînement qui permet de gérer le stress, les émotions et apporte un grand bien-être immédiat.

Elle permet de dénouer les tensions corporelles, d'apaiser le mental avec des exercices de respiration, différentes méthodes de relaxation et de la visualisation.

Lundi de 12h30 à 13h30

Ados, adultes, séniors

Hérouville : 210€ - Autres communes : 230€

ou 10 séances : 50€



KINOMICHI

Association Voies du mouvement
Annie-Claire TOUTAIN (partenaire)

Le kinomichi est une rencontre entre une tradition gestuelle japonaise, notamment l'aïkido, et des pratiques somatiques occidentales.

Le kinomichi se pratique avec un(e) partenaire dans un esprit d'écoute, de contact et de respect mutuel, à la recherche d'ouverture et de fluidité des corps.

Chacun, débutant ou plus avancé, peut pratiquer à son rythme et trouver sa place dans le groupe. Tenue souple permettant le mouvement, la pratique se fait pieds nus sur un tatami.

Vendredi de 12h00 à 14h00

À partir de 16 ans

Hérouville : 120€ - Autres communes : 140€



EUTONIC GERDA ALEXANDER

Association Corps en jeu (partenaire)
Anne-Marie DOMERGUE-DAVID

"Apprendre un peu plus chaque jour qu'on est ce corps sur lequel prendre appui." GERDA ALEXANDER, créatrice.

Chacun est accompagné pour prendre soin de soi en explorant le tonus et la détente du mouvement les mieux adaptés aux possibilités du moment. Proposition avec bambous, ballons, marrons...seul(e) et avec partenaire.

Tout public : débutants et initiés

À partir de 16 ans

Ateliers du SAMEDI DE 10h00 À 13h00

Dates : 20 septembre, 11 octobre, 8 novembre 2025, 10 janvier, 7 février, 21 mars, 11 avril, 30 mai 2026

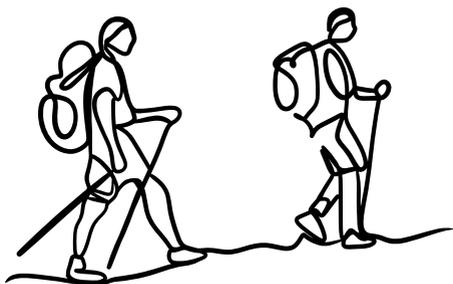
**Tarifs à l'année : 160€ (payable en 2 fois)
+ 5€ d'adhésion**

1 atelier découverte : 20€

*Inscription toute l'année : Tarif dégressif

Randonnée - Nature

**ADOS
ADULTES**



RANDONNÉE PÉDESTRE

**D. NAULIN, B.BAZIN, C.LEMIERE
(bénévoles)**

Venez randonner un dimanche toutes les 3 semaines selon un programme communiqué dès la rentrée de septembre. Randonnées de 15 kms environ dans la région, covoiturage au départ d'Hérouville.

1 dimanche sur 3

Hérouville : 8€ - Autres communes : 13€



2H DE MARCHÉ

Les volontaires en service civique

Un mardi toutes les 2 semaines, nous vous proposons 2h de marche dans la ville au départ de la MJC, calendrier communiqué dès la rentrée de septembre.

Le mardi de 9h30 à 11h30



Ajouter adhésion : 16€ (16 ans et +)

Activités Ludiques

**ENFANTS
ADOS
ADULTES**

ATELIERS SCIENTIFIQUES

**Association La Réussite en Cordée
Etudiants Builders École d'Ingénieurs
CAEN (partenaire)**

Builders Ecole d'Ingénieurs de Caen mobilise ses étudiants sur l'encadrement d'ateliers scientifiques pour faire découvrir les sciences aux jeunes et développer leur esprit critique. Chaque année, le thème choisi est décliné sous la forme d'un programme d'expériences proposé aux enfants.

Cycle 1 :
novembre – décembre 2025

Cycle 2 :
janvier – février 2026

Cycle 3 :
mars – avril 2026

Enfants de 8 à 12 ans
Mardi de 17h30 à 18h30



LE CAFÉ DES JEUX

Les volontaires en service civique

Venez partager un moment de convivialité autour de jeux de plateaux anciens et du monde.

Une découverte enrichissante mêlant culture et patrimoine, tout en vous amusant !

Activité avec les volontaires du service civique.

*Jeux de cartes
Jeux d'adresse
Jeux de plateaux*

Le mardi de 17h00 à 19h00
Le mercredi de 15h30 à 17h00
Ouvert à tous !

A partir de 7 ans,

Les enfants de moins de 7 ans doivent être accompagnés d'un parent.

N'hésitez pas à venir en famille

La présence d'un parent est demandée pour les enfants de moins de 7 ans



Le coin des adhérents



LE CAFÉ DES LECTEURS (bénévoles)

La lecture est une activité souvent solitaire. Avoir la possibilité d'échanger autour d'un livre qu'on a aimé est un vrai partage. Les échanges se font en toute confiance sur le style, le genre littéraire, l'auteur. On peut aussi y venir en auditeur libre.

1 lundi par mois à partir de 18h
(calendrier disponible au secrétariat).

LE CAFÉ DE L'ADHÉRENT

Proposé par Karim à l'accueil, un espace convivial (avec café et thé) est mis à disposition pour tous. Que vous soyez adhérent ou simple visiteur, servez-vous librement et profitez d'un moment de détente.

Participation libre



LE CAFÉ DES VOYAGEURS

Nous vous invitons lors de soirées régulières à découvrir une région, un pays. Ces rencontres sont réalisées par des adhérents qui souhaitent vous faire partager leurs émotions lors de leurs voyages.

Ouvert à tous (adhérents et non adhérents)
à partir de 18h30.
Programme disponible au secrétariat.

Participation 5€

Stages

Samedis et vacances

DANSE TRIBALE FUSION

Justine MONTAUFRAY (partenaire)

Atelier de danse semi improvisée - format FatChance Bellydance Style.

(intermédiaires/avancés)

Un samedi par semestre de 11h à 13h

Tarif : 30€

DANSE ORIENTALE

Toussaint : Mardi 21 octobre 2025

Hiver : Mardi 17 février 2026

Printemps : Mardi 14 avril 2026

De 18h15 à 19h45 (**ados 11 à 14 ans**)

De 19h45 à 21h15 (**adultes**)

Tarif : 12€

ORIGAMI

Anne-Murielle FRANCHET (partenaire)

Initiation à l'art japonais de plier le papier. Fleurs, animaux, mobiles et des guirlandes illuminées. Pour le plaisir d'apprendre à plier et créer à partir d'une feuille de papier en toute convivialité. Cela peut-être une activité tout public inter-générationnelle (**enfants-parents/grand-parents**).

Toussaint : Mardi 21 octobre 2025

Hiver: Mardi 17 février 2026

Printemps : Mardi 14 avril 2026

De 09h30 à 11h30 (**Débutant/intermédiaire**).

Tarif : 10 €

EUTONIE GERDA ALEXANDER

Association Corps en jeu (partenaire)

Anne-Marie DOMERGUE-DAVID

Week-end d'eutonie avec Françoise Weidmann, eutoniste, diplômée de l'école Gerda Alexander.

Samedi 29 novembre 15h00 à 18h30

Dimanche 30 novembre 10h00 à 13h30

Tarif : 98€ le week-end (réduction pour les participants des ateliers à l'année).

ECRITURE, PEINTURE, ARTS DU MOUVEMENT

Association corps en jeu (partenaire)

Découvrir ou approfondir l'écriture à partir d'expériences graphiques et corporelles.

Animé par **Marie Christine Gaudin, Irene Moulin, Annie Claire Toutain**

Samedi 18, dimanche 19 et lundi 20 octobre 2025

De 10h00 à 16h30

Tarif : 150€

Tout public à partir de 16 ans

CIRQUE

Association Max et Maurice (partenaire)

Initiation ludique aux techniques de cirque (acrobatie, jonglage, équilibre sur objet, ...) et expression du potentiel créatif de chaque enfant.

De 7 à 11 ans

Du lundi 20 au vendredi 24 octobre 2025

De 10h à 12h

Tarif : 90€

Adhérer à la MJC

L'adhésion

Elle est obligatoire pour la pratique de toute activité.

- Adhésion « activités hebdomadaires » : 16€ pour les adultes et 7€ pour les moins de 16 ans.

Cette adhésion est valable pour la saison en cours uniquement.

Adhésion « activités ponctuelles et stages » : 5€. Celle-ci est valable pour l'inscription aux activités ponctuelles et aux stages (moins de 10 séances par saison).

Les cotisations (coût de l'activité)

Elles se règlent en espèces, en chèques bancaires, en chèques vacances.

Les séances d'essai

Voir modalités sur le site internet : <https://www.mjc-herouville.fr/>

Les réductions

- Etudiants ou demandeurs d'emploi : -10%

- Si plusieurs membres de la même famille sont adhérents à la MJC : -10% à partir de la 2ème activité la moins chère (danse moderne, danse orientale, pilates, théâtre et yoga)

- Si vous pratiquez une même activité à 2 horaires différents : -10% sur la 2ème séance (pour la danse contemporaine et danse orientale).

Les aides

- Les herouvillais peuvent bénéficier d'une aide CCAS sur présentation du document Viva-Cité en cours de validité.

- Le personnel de la mairie d'Hérouville peut faire valoir les coupons de réduction émis par son Comité d'Entreprise.

- La participation du COS est applicable sur le reste à charge après la participation du CCAS «Viva-cité».

- Vous pouvez également bénéficier d'une réduction offerte par votre comité d'entreprise.

- Le Pass'sports-loisirs est une aide financière de la CAF, destinée aux activités pour les enfants de 3 à 15 ans.

Le tarif final sera calculé après déduction de la participation d'autres fonds : CCAS, COS, chèques vacances...

Les documents ouvrants droit à une réduction ne sont pris en compte que dans la mesure où ils sont présentés au moment de l'inscription.

Les modalités de remboursement et d'annulation

Nous vous invitons à les retrouver sur le site internet : <https://www.mjc-herouville.fr/>



HORAIRES D'OUVERTURE DU SECRETARIAT DE LA MJC

Du lundi au jeudi : de 9h00 à 12h30 et de 14h00 à 20h00

Le vendredi : de 9h00 à 12h30 et de 14h00 à 19h30

(vacances scolaires du lundi au vendredi : de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 16h30)

Toutes nos salles sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.

CALENDRIER DES VACANCES SCOLAIRES

Toussaint : Lundi 20 octobre au dimanche 02 novembre 2025

Noël : Lundi 22 décembre 2025 au dimanche 04 janvier 2026

Hiver : Lundi 16 février au dimanche 1er mars 2026

Printemps : Lundi 13 avril au dimanche 26 avril 2026

Été à partir du lundi 06 juillet 2026

L'ensemble des activités reprendra à partir du lundi 8 septembre 2025 et se terminera le samedi 27 juin 2026. Arrêt des activités pendant les vacances

VENIR À LA MJC

Accès :

Tram T1 : Arrêt Café des Images

Ligne de bus 6a : Arrêt PAJ MJC

Lignes de bus 6, 8, 10 ou 12 : Arrêt Hérouville Saint Clair

Lignes de bus 4 ou 6 : Arrêt Grand Parc ou Berlin

Vélobib : Station 16



mjc_herouville_st_clair



MJC Hérouville

