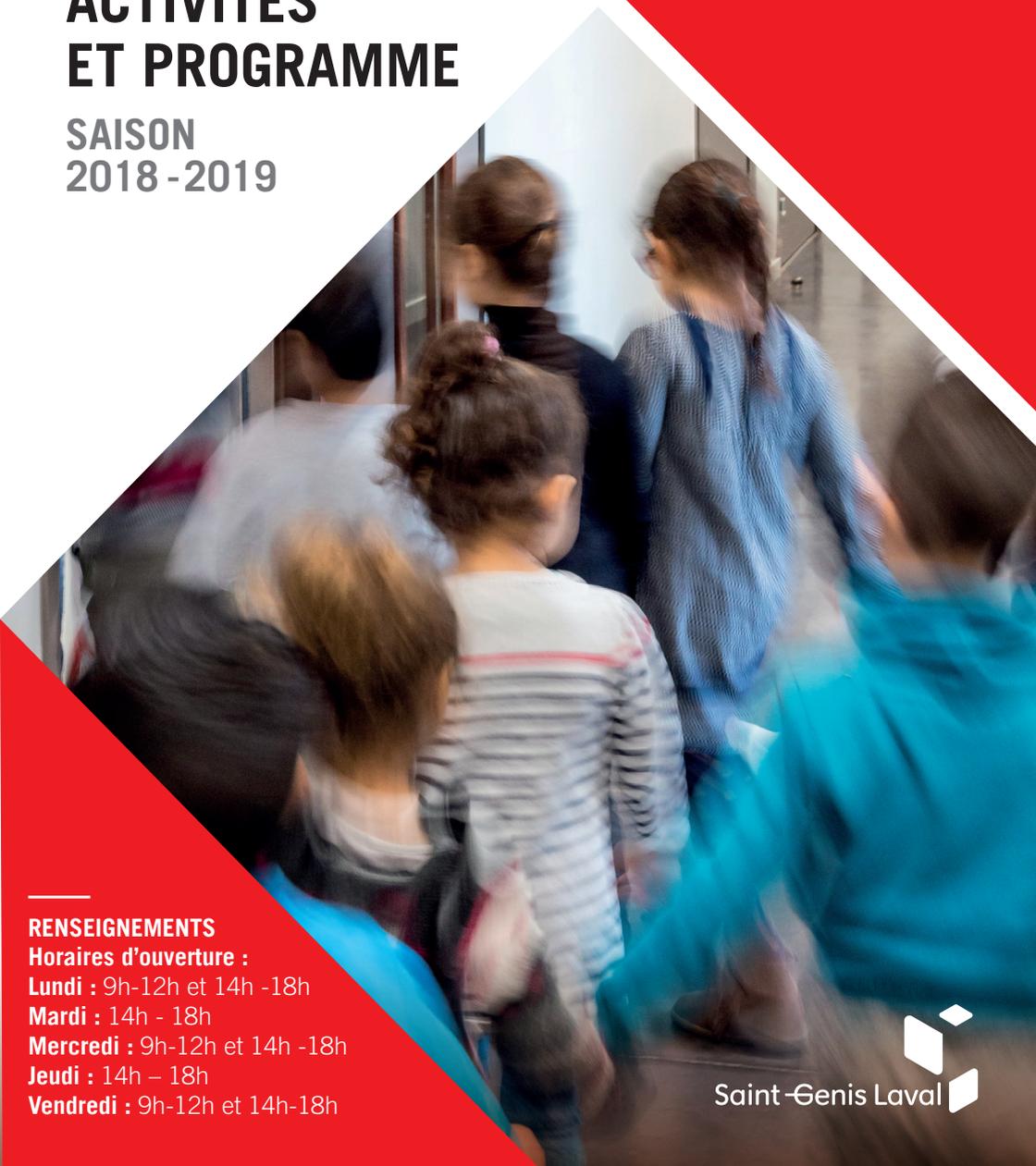




MIXCUBE

ACTIVITÉS ET PROGRAMME

SAISON
2018 - 2019



RENSEIGNEMENTS

Horaires d'ouverture :

Lundi : 9h-12h et 14h -18h

Mardi : 14h - 18h

Mercredi : 9h-12h et 14h -18h

Jeudi : 14h - 18h

Vendredi : 9h-12h et 14h-18h



Saint-Genis Laval



ÉDITO

En initiant le projet Mixcube, la Ville s'est lancée le challenge de créer un véritable lieu de vie pour tous les Saint-Genois.

Aussi, cette saison 2018-2019, nous l'avons construite avec vous et pour vous.

Nous l'avons souhaitée variée pour que chaque enfant, jeune, adulte, senior puisse y trouver une activité, un moment d'échange, qui l'épanouisse, le divertisse, le relaxe, l'accompagne. ...

Vous y retrouverez ainsi des nouveautés comme la danse contemporaine pour les 6-10 ans, des ateliers numériques seniors, le yoga du rire, le body zen, le self-defense ou encore le théâtre à destination des enfants.

Dans cette dynamique et pour le confort de tous, la capacité d'accueil en centre de loisirs a évolué pour offrir plus de places aux enfants et aux jeunes.

Ce lieu, nous voulons qu'il soit le vôtre : vivant, accueillant, participatif... évoluant au gré des projets menés avec vous par l'équipe.

Alors, afin de profiter de ces instants, retrouvez toute l'actualité sur internet et inscrivez-vous dès à présent aux activités et faites-vous plaisir !

Bonne rentrée à toutes et à tous,

Roland Crimier,
Maire de Saint-Genis-Laval
Vice-Président de la Métropole de Lyon

Mohamed Guougoueni,
Adjoint au développement économique et du territoire
Chargé des grands projets

Pascale Rotivel,
Conseillère municipale en charge du handicap et du Contrat de Ville

ENFANCE JEUNESSE

Accueil de loisirs

3-17 ans

Mixcube accueille vos enfants âgés de 3 à 17 ans les mercredis et les vacances scolaires.

Ce lieu de vie et d'épanouissement allie le partage d'un temps collectif et la prise en charge, par l'enfant, de ses loisirs à travers la découverte d'activités variées.

L'Accueil de loisirs pour les 3-5 ans, c'est :

- > Un accueil adapté pour les tout-petits ;
- > Un lieu d'activités et de socialisation ;
- > Un espace de transition entre la famille, les modes de garde de la petite enfance et l'école.

Accueil les mercredis à la demi-journée avec ou sans repas et à la journée avec ou sans repas ; les petites et grandes vacances scolaires en journée avec repas.

L'Accueil de loisirs pour les 6-17 ans, c'est :

- > Un accueil qui garantit à l'enfant des conditions de vie assurant son développement physique, affectif et moral ; des conditions de sécurité ; le respect de l'individu ;
- > Un lieu d'activités et de socialisation ;
- > Un espace de transition entre la famille et l'école, l'enfance et la préadolescence.

Pour les 6-11 ans : accueil le mercredi matin avec ou sans repas et à la journée avec ou sans repas ; les petites et grandes vacances scolaires en journée avec repas.

Pour les 12-17 ans : accueil le mercredi après-midi ; les petites et grandes vacances scolaires en demi-journée ou en journée sans repas (pique-nique tiré du sac possible).

Pour les tarifs, se reporter aux pages 10 et 11

Accompagnement à la scolarité

6-17 ans

> Accompagnement de l'enfant dans sa scolarité.

> Aide à la méthodologie grâce à l'appui de bénévoles.

> Travail sur la confiance en soi basé sur des activités d'éveil et de découverte (danse, ateliers d'écriture...)

> **Primaires :** Lundi ou jeudi : de 16h45 à 18h15

> **Collégiens :** Mardi ou jeudi de 17h à 18h30

> **Lycéens :** En fonction de l'emploi du temps des bénévoles



Pourquoi pas vous ?

Rejoignez l'équipe de bénévoles ! contactez le Mixcube.

Faites le plein d'activités !

> Boîte éducative, futsal/foot en salle, dessin, guitare, informatique, danse, théâtre, activités manuelles créatives

+ d'infos aux pages 5 à 7.

> Le Mixcube propose des séjours été pendant les grandes vacances scolaires !

+ d'infos auprès du Mixcube

NOUVEAU !

Votre enfant est inscrit en centre de loisirs et souhaite pratiquer de la danse, du théâtre ou des activités manuelles ? C'est possible le mercredi matin !

+ d'infos : Inscriptions au Mixcube ; pour les tarifs des activités, se reporter aux pages 10 et 11.

ADULTES SENIORS FAMILLE



LES ACTIVITÉS

hors vacances scolaires
dès lundi 17 septembre

Retrouvez toutes
les activités, classées
par thème et par âge !



enfants



adultes



ados



seniors

Entre parents et enfants

Mix'Kids

3-12 ans

> Favorise les rencontres et échanges autour de la parentalité entre parents-enfants et parents - professionnels

> Un temps privilégié avec votre enfant autour du jeu.

> **Mardi** : de 15h30 à 18h30

En famille

Sorties famille

Des sorties familiales sont proposées tout au long de l'année favorisant le vivre ensemble et l'intergénérationnel (Lac d'Annecy, Parc des Oiseaux, journée ski ...)

+ d'info dans « Mon agenda »

Soirées jeux

Venez partager un moment convivial en famille, entre amis ou entre voisins autour de jeux (plateau, en bois, stratégie, société...).

+ d'info dans « Mon agenda »

Projets citoyenneté

Mixcube est engagé autour du vivre ensemble et du lien social : scène ouverte et fraternelle, conférence débat, projets artistiques ...

+ d'info dans « Mon agenda »

Jardin des 4 saisons

Envie de jardiner ? Venez composter ou cultiver plantes aromatiques, fruits et légumes dans ce potager partagé de 250m² !

> **Mardi et mercredi** : de 15h30 à 17h30

Entre seniors

Ateliers seniors

Échanges, rencontres, ateliers, sorties, participation à la Semaine Bleue ...

> **Lundi** : de 14h à 18h

Mixcube vous est ouvert tous les jours et plus spécifiquement sur des temps dédiés le lundi.

Faites le plein d'activités !

Activités sport et bien-être, manuelles et artistiques, d'enseignement ...

+ d'infos aux pages 5 à 8.

Activités sport et bien-être

Aérodance

Cours chorégraphié « cardio » à mi-chemin entre la danse et l'aérobic.

> **Samedi** : de 10h30 à 12h

Bien-être / Relaxation

Ensemble de techniques permettant une détente du corps et du mental (respiration, étirement, massages, visualisations...).

> **Jeudi** : de 9h à 11h

NOUVEAU !

Body Zen

Discipline qui associe des exercices de Yoga, de Tai Chi et de Pilates afin d'acquérir force, flexibilité, centrage, calme et équilibre avec une respiration contrôlée. Le cours se termine par un moment de relaxation et/ou méditation.

> **Mercredi** : de 19h30 à 20h30

Boxe éducative

dès 12 ans

Atelier boxe loisir pour tous. Pratique de la compétition possible.

> **Adultes mixte** : lundi et mercredi : de 19h à 21h

> **Adultes femmes** : mardi : de 19h à 21h

> **Ados mixte** : 12/17 ans : samedi : de 11h à 13h

NOUVEAU !

Danse enfant

Transmission des fondamentaux de la danse contemporaine (relation au rythme, à l'espace, à l'autre, à l'expression du corps...), tout en développant de façon ludique l'imagination et la créativité des enfants. Interventions menées par une professeure diplômée d'état.

> **Enfant de 6 à 7 ans** : Mercredi : de 9h à 10h

> **Enfant de 8 à 10 ans** : Mercredi de 10h à 11h

Futsal/foot en salle

Au gymnase Mouton.

> **Vendredi** : de 19h à 20h15

Gratuit



LES ACTIVITÉS

hors vacances scolaires
dès lundi 17 septembre

Qi Gong 🧘 🌊

Signifiant littéralement « travail sur les souffles » le Qi Gong, basé sur des mouvements lents et détendus, vise à l'entretien de la santé (meilleure gestion du stress, maîtrise de soi, amélioration de la vitalité).

> **Mercredi** : de 17h à 18h15

NOUVEAU !

Self défense 🧘 🌊

Accessible à tous, pour apprendre à se défendre et gérer les situations de stress ou d'agression.

> **Mardi** : de 18h30 à 19h45

Sophrologie 🧘 🌊

Méthode de relaxation dynamique et de connaissance de soi pour devenir acteur de sa vie. Se pratique sans tenue particulière, en posture assise et debout.

> **Lundi** : de 17h30 à 19h30

NOUVEAU !

Total renfo musculaire 🧘 🌊

Renforcement musculaire regroupant le travail des cuisses, abdos, fessiers, postures et équilibre.

> **Mercredi** : de 18h30 à 19h30

NOUVEAU !

Yoga du rire 🧘 🌊

Apporte bonheur et joie de vivre. Les exercices sont simples et accessibles à tous avec ses bienfaits sur le moral et le corps. Laissez-vous emporter par ces moments de partages, de rire et de bien-être.

> **Mardi** : de 18h à 19h

Activités manuelles et artistiques

NOUVEAU !

Activités manuelles créatives enfant 🎨

Création et fabrication d'objets, principalement à partir de matières recyclées du quotidien ou d'éléments naturels, en utilisant plusieurs techniques de création (décapatch, peinture, collage, tissage, scrapbooking, ...).

> **Mercredi** : de 8h30 à 9h30

Dessin 🎨 🧘 🌊

BD, aquarelle, toile ... selon l'envie d'apprendre.

> **Enfants** : mardi de 18h30 à 20h

> **Ados et adultes** : jeudi de 18h à 19h30

Guitare 🎸 🧘 🌊

Pédagogie adaptée aux demandes individuelles, dans une ambiance d'entraide collective.

> **Mercredi** : de 17h30 à 18h30
de 18h30 à 19h30
de 19h30 à 20h30

NOUVEAU !

Théâtre enfant 🎭

L'enfant est amené à s'essayer, s'affirmer et oser à travers le jeu théâtral : improvisations, techniques, jeux, ... avec une place au dialogue et à sa propre réflexion.

> **Mercredi** : de 9h30 à 11h

Activités d'enseignement

Accompagnement à la scolarité 🎭 🧘 🌊

Travail sur la confiance en soi basé sur des activités d'éveil et de découverte (danse, ateliers d'écriture...), aide à la méthodologie.

+ d'infos : [se reporter en page 3.](#)

NOUVEAU !

Atelier informatique



Pour découvrir l'informatique ou se perfectionner : initiation informatique et bureautique, multimédia, réseaux sociaux, internet ...

> **Enfants et adolescents** : mardi de 17h30 à 19h

> **Adultes** : jeudi de 17h30 à 19h

Atelier socio-linguistique 🧘 🌊

Apprentissage du français pour favoriser sa socialisation en renforçant l'autonomie et la confiance en soi.

> **Lundi et mardi** : de 9h à 11h ou de 14h à 16h

> **Jeudi** : de 14h à 16h

Écrivain public 🧘 🌊

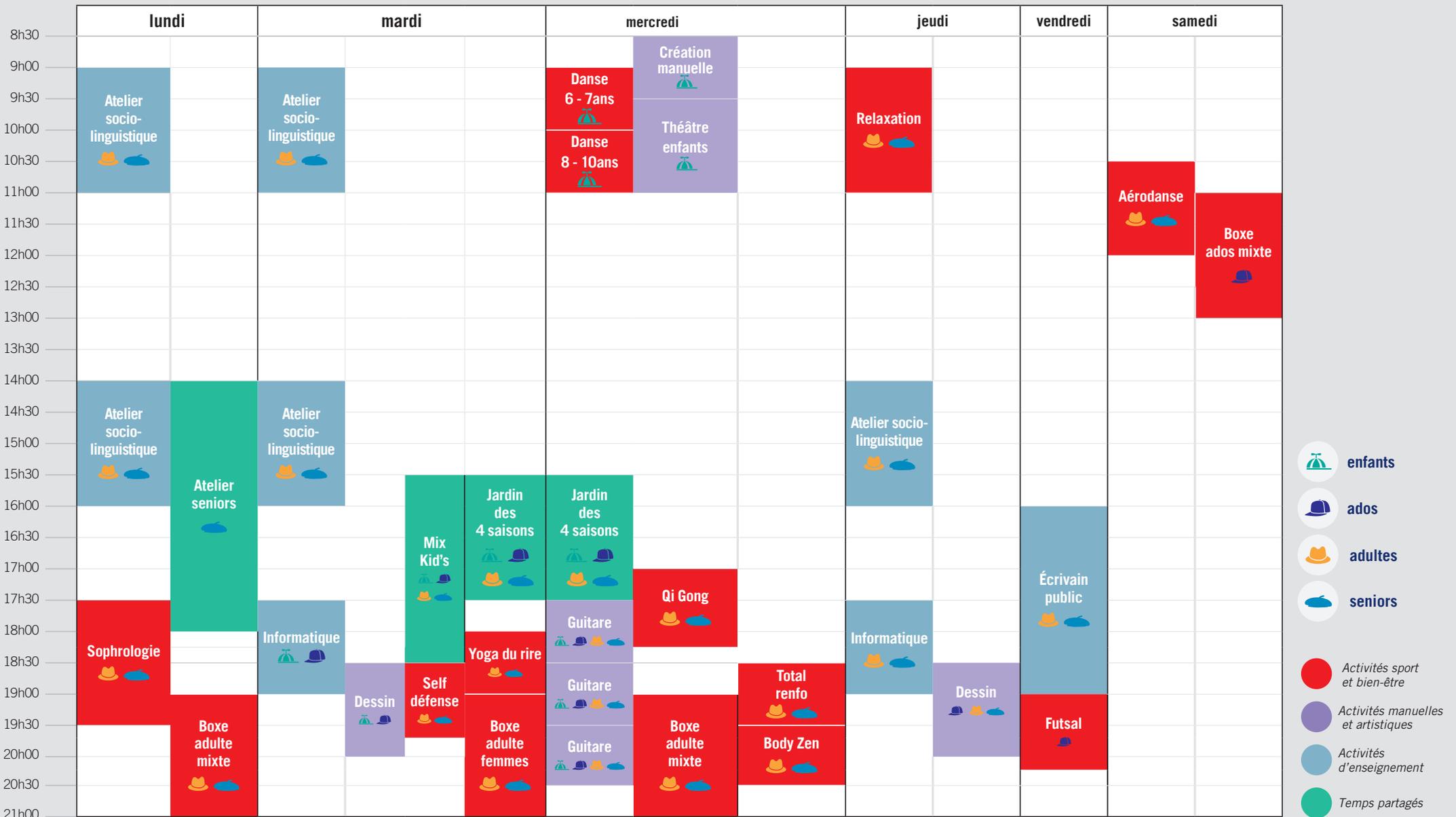
Aide pour toute sorte de démarches administratives et d'écritures privées.

> **Vendredi** : de 16h à 19h

Gratuit, sans rendez-vous



PLANNING 2018-2019



TARIFS

2018
2019

0 à 400

] 400 à 700]

] 700 à 1 000]

] 1 000 à 1 400]

] 1 400 à 1 900]

> 1 900

Extérieurs

MODALITÉS TARIFAIRES

Pack famille (personnes relevant du même foyer fiscal) sur les activités sportives / bien-être, boxe éducative, activités manuelles et artistiques, informatique, tarifs dégressifs en cas d'inscription simultanée.

- › **Pour 2 activités choisies :**
-25% sur l'activité présentant le tarif le moins élevé.
- › **Pour 3 activités (et +) choisies :**
-30% sur les activités, à compter de la deuxième, sur les tarifs les moins élevés

Les activités ponctuelles, comme les sorties familiales ou les séjours jeunes possèdent une tarification particulière. Pour tout renseignement, s'adresser au Mixcube.

Tout impayé empêche toute inscription.

Les activités sont possibles pour les extérieurs, mais la priorité est garantie pour les Saint-Genois.

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Les dossiers administratifs sont à disposition au Mixcube.

Il vous sera demandé également :

- › La photocopie des vaccins,
- › L'avis d'imposition 2018 (sur le revenu 2017 originale et photocopie),
- › 2 photos d'identité,
- › Certificat médical pour activités sportives.

INSCRIPTIONS POUR LES VACANCES SCOLAIRES

- › **Vacances d'automne :** le samedi 22 septembre 2018 à partir de 9h
- › **Vacances de fin d'année :** le samedi 24 novembre 2018 à partir de 9h
- › **Vacances d'hiver :** le samedi 19 janvier 2019 à partir de 9h
- › **Vacances de printemps :** le samedi 16 mars 2019 à partir de 9h



Accueil de loisirs enfance (3-11 ans)

Mercredi matin en période scolaire sans repas	2,50€	4€	5,5€	7€	8€	9€	11€
Mercredi matin en période scolaire avec repas	5,50€	7€	8,5€	10€	11€	12€	14€
Journée, quelque soit la période	8€	11€	14€	17€	19€	21€	25€

Accueil de loisirs adolescents (12-17 ans)

Mercredi après-midi en période scolaire sans repas	3,50€	5€	6,50€	8€	9€	10€	12€
Journée sans repas en période de vacances	6€	9€	12€	15€	17€	19€	23€

An. Trim. An. Trim. An. Trim. An. Trim. An. Trim. An. Trim. An. Trim.

Activités sport et bien-être : Qi Gong, sophrologie, bien-être/relaxation, aérodance, yoga du rire, renforcement musculaire, body zen, self défense

Tarifs adultes	145€	50€	165€	57€	185€	64€	205€	71€	225€	78€	245€	84€	285€	98€
----------------	------	-----	------	-----	------	-----	------	-----	------	-----	------	-----	------	-----

Boxe éducative

Tarifs + 26 ans	100€	34€	120€	41€	140€	48€	160€	55€	180€	62€	200€	69€	240€	83€
Tarifs - 26 ans	40€	14€	60€	21€	80€	28€	100€	34€	120€	41€	140€	48€	180€	62€

Danse

Tarifs enfants	100€	34€	120€	41€	140€	48€	160€	55€	180€	62€	200€	69€	240€	83€
----------------	------	-----	------	-----	------	-----	------	-----	------	-----	------	-----	------	-----

Activités manuelles et artistiques : Dessin, activités manuelles créatives, théâtre

Tarifs adultes	165€	57€	185€	64€	205€	71€	225€	78€	245€	84€	265€	91€	305€	105€
Tarifs enfants	115€	40€	135€	47€	155€	53€	175€	60€	195€	67€	215€	74€	255€	88€

Guitare

Tarifs adultes	245€	84€	265€	91€	285€	98€	305€	105€	325€	112€	345€	119€	405€	140€
Tarifs enfants	170€	59€	190€	66€	210€	72€	230€	79€	250€	86€	270€	93€	330€	114€

Activités d'enseignement

Ateliers informatiques

Tarifs adultes	120€	41€	140€	48€	160€	55€	180€	62€	200€	69€	220€	76€	260€	90€
Tarifs enfants	80€	28€	100€	34€	120€	41€	140€	48€	160€	55€	180€	62€	220€	76€

Ateliers socio-linguistique

30€/an ou 10€/trim

Accompagnement à la scolarité

5€/an

Ateliers seniors

20€/an

MON AGENDA

SEPT-DÉC. 2018



FÊTE DE QUARTIER DES COLLONGES

50 ANS DU *Champlong*

Vendredi 14 septembre
à partir de 16h



> Vendredi 14 septembre

17h au MIXCUBE

- Exposition d'objets anciens et photos
- Pot de l'amitié avec présentation d'une origami géante, au Jardin des 4 saisons

> Samedi 15 septembre

De 14h à 16h

Portes ouvertes du Mixcube :
pour découvrir nos nouvelles activités
et rencontrer vos intervenants

À partir de 15h

Animations : kermesse, atelier pâtisserie,
contes, scène ouverte, spectacle de danse,
restauration sur place...

+ d'infos sur mixcube.fr



Sortie famille



- > Samedi 29 septembre 2018,
Parc des oiseaux, Villard les Dombes

Stage de théâtre

« jouons avec les mots
qui fâchent »



- > Du 22 au 26 octobre au Mixcube,
animé par la compagnie « C Possible »

Conférence

sur le thème de la radicalisation
et de l'embrigadement



Interventions de Nicolas HENIN,
reporter de guerre en Irak et en Syrie, otage
de l'Etat Islamique et Mourad BECHELLALI
ancien détenu de la prison de Guantánamo

- > jeudi 22 novembre, La Mouche

Soirées jeux



- > Vendredi 21 décembre 2018
de 18h30 à 21h

CONTACT :
accueil@mixcube.fr
04 37 20 11 34
www.mixcube.fr