



MIXCUBE

ACTIVITÉS ET PROGRAMME 2019 - 2020

SEPTEMBRE 2019

CONTACT

✉ accueil@mixcube.fr

☎ 04.37.20.11.34

🌐 www.mixcube.fr

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

Le sport, la culture, les loisirs à la portée de tous, telle est l'ambition du projet Mixcube, véritable lieu de vie et d'échanges pour tous les saint-genois, afin que chacun, enfant, jeune, adolescent, adulte et senior, puisse trouver l'activité qui lui convient, participer à des temps d'échanges empreints de convivialité et contribuer à la vie locale, selon ses besoins, ses envies.

Mixcube, c'est aussi un lieu ressources pour tous (accompagnement à la scolarité, ateliers divers, écrivain public...).

Pour cette saison 2019-2020, vous retrouverez bien évidemment vos activités habituelles comme la sophrologie, la relaxation, la guitare, le dessin, la danse, le théâtre...

Cette offre s'enrichit de nouveautés tels que le pilates, des activités d'éveil pour les enfants âgés de 3 à 5 ans, des ateliers scientifiques à partir de 11 ans, des ateliers culinaires...

Ce ne sont pas moins de 14 activités différentes qui vous sont proposées dans divers domaines : bien-être, sport, éveil artistique, activités manuelles et créatives, sciences et robotique...

Venez participer, proposer, créer, imaginer et inventer cette nouvelle saison avec nos équipes afin de continuer à rendre ce lieu toujours plus convivial, plus accueillant, plus vivant.

Les inscriptions sont d'ores et déjà ouvertes. Retrouvez toute l'actualité sur le site internet du Mixcube.

Très bonne rentrée à toutes et à tous.

**Le Maire de Saint-Genis-Laval
Vice-Président de la Métropole de Lyon**

**L'Adjoint au développement économique et du territoire
Chargé des grands projets**

Le 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, véritable espace de transition entre famille et école, permet de découvrir des activités variées, de jouer, d'apprendre, de se construire et grandir.

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.

Accueil le mercredi matin à la demi-journée avec ou sans repas et à la journée ; les petites et les grandes vacances scolaires en journée avec repas :

- Le matin sans repas 8h-11h30
- Le matin avec repas 8h-13h
- En journée complète 8h-18h
- Pendant les vacances scolaires 8h-18h.

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

- > Un accueil garantissant des conditions optimales pour le développement physique, affectif, et moral ;
- > Un lieu d'activités variées (chant, bricolage, jeux...);
- > Un cadre sécurisant propice à l'expression, l'imaginaire et la créativité.

- Le matin sans repas 8h-11h30
- Le matin avec repas 8h-13h
- En journée complète 8h-18h
- Pendant les vacances scolaires 8h-18h.

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

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

+ d'infos : Inscriptions au Mixcube ; pour les tarifs des activités, se reporter en page 10.

Pour les 12-17 ans : accueil le mercredi de 14h à 17h ; les petites et grandes vacances scolaires en journée complète sans repas (pique-nique tiré du sac).

Accompagnement à la scolarité

6-18 ans

> Aide à la méthodologie et à l'organisation des devoirs.

> Découverte d'activités d'éveil et d'expérimentations (danse, ateliers d'écriture...).

> Travail sur la confiance et le développement de ses compétences et savoirs.

> **Primaires :**

- Lundi de 16h45 à 18h15 pour les CP, CE1 et CE2
- Jeudi de 16h45 à 18h15 pour les CM1 et CM2

> **Collégiens :**

- Mardi de 17h à 18h30 pour les 6^{ème} et 5^{ème}
- Jeudi de 17h à 18h30 pour les 4^{ème} et 3^{ème}

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



Faites le plein d'activités !

> **Boxe éducative, fustal/foot en salle, dessin, guitare, informatique, danse, théâtre, activités manuelles créatives, robotique, cuisine...**

+ d'infos aux pages 5 à 7.

> **Le Mixcube, c'est aussi des séjours été pendant les grandes vacances scolaires !**

+ d'infos auprès du Mixcube

**Pourquoi pas vous ?
Rejoignez l'équipe de bénévoles !
contactez le Mixcube.**

**Pour les tarifs,
se reporter aux pages 10 et 11**

ADULTES SENIORS FAMILLE



LES ACTIVITÉS

hors vacances scolaires
dès lundi 16 septembre

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



enfants



adultes



ados



seniors

Entre parents et enfants

Mix'Kids

0-10 ans

- > Favorise les échanges 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 animaliers, Montagne, nature, sites culturels...). Tarif en fonction du quotient familial.
[+ d'infos 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'infos auprès du Mixcube](#)

Jardin des 4 saisons

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

- > **Mercredi** : de 15h30 à 17h30

Entre seniors

Temps convivial seniors

Échanges, rencontres, sorties, repas partagé, Semaine bleue, Ciné thé...

- > **Lundi** : de 14h à 18h

Mixcube vous est ouvert tous les jours et plus spécifiquement sur un temps dédié 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

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. Elle se termine par un moment de relaxation et/ou méditation.

- > **Mercredi** : de 19h30 à 20h30

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

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 19h

Yoga du rire

Le 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



LES ACTIVITÉS SUITE

hors vacances scolaires
dès lundi 16 septembre

Boxe éducative 🧢 🥊

dès 16 ans

Atelier boxe éducative loisir pour tous.

- > **Lundi de 19h à 21h :**
public mixte : confirmé
- > **Mardi de 19h à 21h :**
public féminin : tous niveaux
- > **Mercredi de 19h à 21h :**
public mixte : débutant

Boxe éducative ado 🧢 🥊

11-15 ans

- > **Samedi :** tous niveaux, de 11h à 13h

Futsal/foot en salle 🏆 🧢

12-17 ans

Au gymnase Mouton

- > **Vendredi :** de 19h à 20h15

Gratuit sur inscription auprès du Mixcube

Danse enfant 🏆 🧢

6-10 ans

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'imaginaire et la créativité des enfants. Interventions menées par une professeure diplômée d'état.

- > **Mercredi :** de 10h à 11h
Possibilité de combiner l'atelier avec l'accueil de loisirs

NOUVEAU !

Pilates 🧢 🥊

Renforcement musculaire : entretenir, rééduquer et développer le corps grâce à ce sport basé sur la respiration, la concentration, la relaxation et le contrôle de soi.

- > **Mercredi :** de 20h30 à 21h30

Activités manuelles et artistiques

Activité manuelle

créative enfant 🏆 🧢

6-10 ans

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

- > **Mercredi :** de 8h30 à 9h30
Possibilité de combiner l'atelier avec l'accueil de loisirs

Dessin 🏆 🧢 🥊

à partir de 6 ans

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

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

Guitare 🏆 🧢 🥊

à partir de 7 ans

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

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

Théâtre enfant 🏆 🧢

6-10 ans

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.

Possibilité de combiner l'atelier avec l'accueil de loisirs

- > **Mercredi :** de 9h30 à 11h

NOUVEAU !

Atelier culinaire adultes 🧢 🥊

Venez mettre vos sens en éveil pour découvrir des créations culinaires sucrées ou salées. Sous la houlette d'un cuisinier, mettez la main à la pâte pour réaliser des recettes et partager un moment agréable autour d'une dégustation.

- > **Samedi :** de 10h à 12h un samedi sur 2

NOUVEAU !

Activités d'éveil 🏆 🧢

3-5 ans

L'enfant grandit, s'éveille et explore le monde. Expression corporelle ; développement de la créativité.

L'enfant vit de nouvelles expériences qui l'aideront à grandir en toute confiance.

- > **Mercredi :** de 9h à 10h

Activités d'enseignement

Accompagnement

à la scolarité 🏆 🧢

6-18 ans

- > Aide à la méthodologie et à l'organisation des devoirs.
- > Découverte d'activités d'éveil et d'expérimentations (danse, ateliers d'écriture...).
- > Travail sur la confiance et développer ses compétences et ses savoirs.

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

Atelier

socio-linguistique 🧢 🥊

Apprentissage du français pour devenir autonome et favoriser la confiance en soi. Oral, écriture, et lecture à partir de thèmes pratiques de la vie quotidienne.

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

Écrivain public 🧢 🥊

Aide pour toutes sortes de démarches administratives et d'écritures privées.

- > **Vendredi hors vacances scolaires :**
de 16h à 19h

Gratuit sans rendez-vous

Informatique 🧢 🥊

Vous souhaitez découvrir l'informatique ou vous perfectionner, des ateliers vous sont proposés : initiation informatique et bureautique, multimédia, réseaux sociaux, internet...

- > **Lundi :** de 14h à 16h

NOUVEAU !

Robotique 🧢

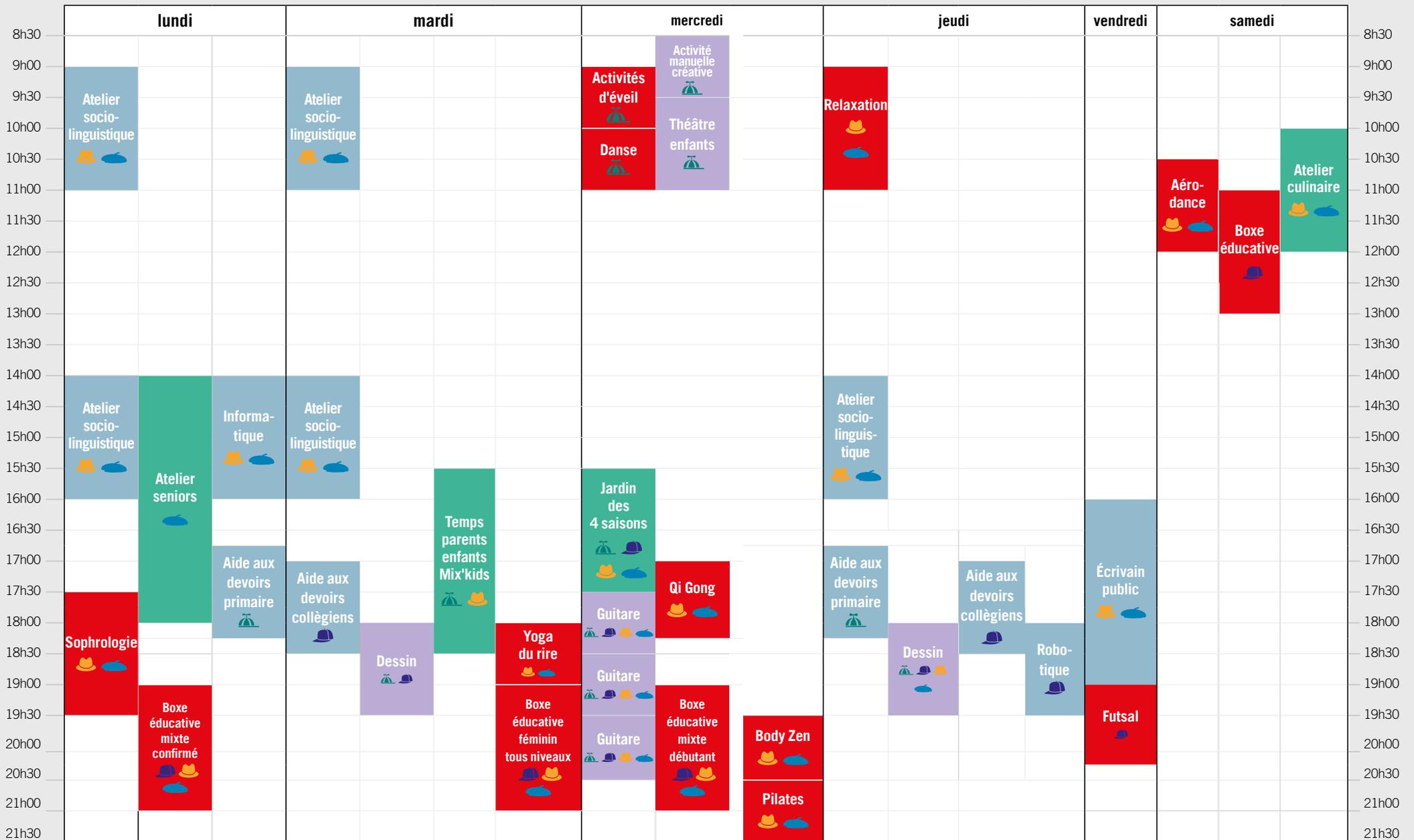
11-17 ans

Espace de découverte scientifique et technique favorisant la créativité et permettant la réalisation d'objets dans un esprit de coopération et de partage des compétences. Une manière originale d'apprendre les sciences tout en s'amusant.

- > **Jeudi :** de 18h à 19h30



PLANNING 2019-2020



TARIFS

2019
2020

0 à 404

] 404,01 à 707]

] 707,01 à 1010]

] 1010,01 à 1414]

] 1414,01 à 1919]

> + de 1919,01

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 une nouvelle 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.

INSCRIPTIONS POUR LES VACANCES SCOLAIRES

- › **Vacances d'automne :** le samedi 21 septembre 2019 à partir de 9h
- › **Vacances de fin d'année :** le samedi 23 novembre 2019 à partir de 9h
- › **Vacances d'hiver :** le samedi 25 janvier 2020 à partir de 9h
- › **Vacances de printemps :** le samedi 21 mars 2020 à partir de 9h
- › **Vacances d'été :** le samedi 16 mai 2020 à partir de 9h



> ACCUEIL DE LOISIRS ENFANCE (3-11 ans)

Mercredi matin en période scolaire sans repas	2,5€	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€
	Trim.						

> ACTIVITÉS SPORT ET BIEN-ÊTRE :

Qi Gong, sophrologie, bien-être/relaxation, aérodance, yoga du rire, body zen, pilates

Tarifs adultes	50€	57€	64€	71€	78€	84€	98€
Boxe éducative							
Tarifs + 25 ans	34€	41€	48€	55€	62€	69€	83€
Tarifs - 25 ans	14€	21€	28€	34€	41€	48€	62€

Futsal/foot en salle

Gratuit sur inscription

> ACTIVITÉS MANUELLES ET ARTISTIQUES :

Activités solidaires (culinaires et autres...) Coût réel / nombre de participants (1)

Danse, activité éveil

Tarifs enfants	34€	41€	48€	55€	62€	69€	83€
Dessin, activités manuelles créatives, théâtre							
Tarifs adultes	57€	64€	71€	78€	84€	91€	105€
Tarifs enfants	40€	47€	53€	60€	67€	74€	88€

Guitare

Tarifs adultes	84€	91€	98€	105€	112€	119€	140€
Tarifs enfants	59€	66€	72€	79€	86€	93€	114€

> ACTIVITÉS D'ENSEIGNEMENT

Accompagnement à la scolarité 5€/an

Ateliers informatiques

Tarifs adultes	41€	48€	55€	62€	69€	76€	90€
Ateliers socio-linguistique 30€/an ou 10€/trimestre							
Robotique ados	40€	47€	53€	60€	67€	74€	88€

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 plus choisies	- 30% sur l'activité, à compter de la deuxième, sur les tarifs les moins élevés

(1) Le tarif forfaitaire appliqué (arrondi à l'euro proche) est basé sur le coût réel disponible dans le système d'information de gestion divisé par le nombre de participants pour lequel un adulte compte 1 part et l'enfant de moins de 12 ans, 1/2 part

MON AGENDA

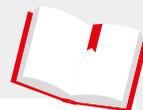
SEPT-OCT-NOV-DÉC. 2019

CONTACT

✉ accueil@mixcube.fr

☎ 04.37.20.11.34

🌐 www.mixcube.fr



Sorties familles



> **Samedi 28 septembre**
à Touroparc

Histoires courtes



> **Jeudi 31 octobre à 15h**
au Mixcube

Initiation découverte aquarelle



> **Jeudi 10 octobre à 14h** au Mixcube



Soirée chansons



Du Cameroun au registre de Georges Brassens

> **Samedi 2 novembre** à partir de 19h au Mixcube

Spectacle de fin d'année



« Pipo et Costo »

> **Vendredi 20 décembre** à 19h au Mixcube

