

# ACTIVITÉS ET PROGRAMME 2020-2021

SEPTEMBRE 2020

## CONTACT

📍 69 rue des Collonges  
69230 Saint-Genis-Laval

✉️ [accueil@mixcube.fr](mailto:accueil@mixcube.fr)

☎️ 04.37.20.11.34

🌐 [www.mixcube.fr](http://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



## ÉDITO

Le MIXCUBE a pour ambition de mettre le sport, la culture et les loisirs à la portée de tous les Saint-Genois. Votre présence, nombreuse, aux différentes manifestations et activités est la preuve de notre attachement commun à ce bel équipement.

L'année 2020, marquée par la crise sanitaire, témoigne également d'un grand besoin de solidarité, de fraternité, d'équité. Le Mixcube est une porte d'entrée et d'accès à ces besoins. Nous sommes et serons là pour vous.

Cet équipement, votre équipement, a aussi besoin de vous pour échanger et partager au cœur des Collonges et avec l'ensemble des habitants de notre commune.

En 2020-2021, venez proposer, créer, imaginer, inventer la saison qui s'ouvre en compagnie de l'équipe du Mixcube et des bénévoles. Nous vous convions aux portes ouvertes du Mixcube le samedi 12 septembre 2020 à partir de 15h.

Venez, rencontrons-nous ! Nous avons à développer ensemble une vie de quartier et de commune.

**Marylène Millet**  
Maire de Saint-Genis-Laval

**Laure Laurent**  
Adjointe à l'enfance, la jeunesse  
et aux ressources humaines

# ENFANCE JEUNESSE

## Accueil de loisirs

**3-17 ans**

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

Ce lieu de vie et d'épanouissement permet de découvrir des activités variées, jouer, apprendre, se construire, 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 ;
- > Un espace de transition entre la famille et l'école.

Accueil à l'école maternelle Guilloux B 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.

**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.

**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.

**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).

### LES HORAIRES :

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

## Accompagnement à la scolarité

**6-18 ans**

- > Accompagnement de l'enfant dans sa scolarité ;
- > Aide à la méthodologie grâce à des bénévoles ;
- > Découverte d'activités d'éveil et d'expérimentations (danse, ateliers d'écriture...)
- > Travail sur la confiance et le développement de ses compétences et ses savoirs.

**> Primaires :**

- Lundi et jeudi, de 16h45 à 18h45

**> Collégiens :**

- Lundi, de 17h à 18h : activités d'éveil et d'expérimentations
- Mardi et jeudi, de 17h à 18h30

**> Lycéens :** En fonction de l'emploi du temps des bénévoles  
[+ d'infos page 7](#)

**POURQUOI PAS VOUS ? REJOIGNEZ L'ÉQUIPE DE BÉNÉVOLES ! CONTACTEZ LE MIXCUBE.**

## Faites le plein d'activités !

**> Boîte éducative, futsal, dessin, guitare, informatique, danse urbaine, théâtre, chant, 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](#)

**Votre enfant est inscrit en centre de loisirs et souhaite pratiquer du chant ou du théâtre ? C'est possible le mercredi matin !**

[+ d'infos : Inscriptions au Mixcube](#)  
Pour les tarifs des activités, [se reporter en page 6.](#)



# ADULTES SENIORS FAMILLE



# LES ACTIVITÉS

hors vacances scolaires  
dès lundi 14 septembre

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



enfants



adultes



ados



seniors

## Entre parents et enfants

### Mix'Kids

Enfant de 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, parcs 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 dans « Mon agenda »

### 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... : des temps pour exprimer ses envies, faire des propositions et réaliser des projets.

> **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, artistiques, culturelles et d'enseignement ....

+ d'infos aux pages 5 à 7.



## Activités sport et bien-être

### Aérodance / Zumba

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

> **Samedi** : de 10h à 11h30

### 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

### 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

### 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 14 septembre

## Boxe éducative 🧘

dès 16 ans

Atelier boxe éducative loisir pour tous.

> **Mardi et mercredi** : de 19h à 21h  
public mixte : tous niveaux

## Boxe éducative ado 🧘

11-15 ans

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

Lieu : à la salle multiactivités, allée 10  
> 212, Chemin du Grand Revoyet

## Futsal 🏈

12-17 ans

Au gymnase Mouton

> **Vendredi** : de 19h à 20h15

Gratuit sur inscription auprès du Mixcube

## Activités culturelles, créatives et artistiques

## 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

## 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 !

## Chant / Chorale enfant 🎤

6-10 ans

L'atelier chant chorale est une activité collective  
qui rassemble et unit au travers de la musique.  
L'objectif est que les enfants se fassent plaisir  
en ne faisant qu'un ! Aucun niveau en musique  
n'est requis.

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

> **Mercredi** : de 10h à 11h



NOUVEAU !

## Chorale ado/adultes 🎸 🧘 🧘

Accompagné d'un intervenant à la guitare et  
dirigé par un coach vocal, venez vous faire  
plaisir en découvrant le vrai potentiel de votre  
voix. Ceci dans la joie et la bonne humeur !

> **Mercredi** : de 20h à 21h

NOUVEAU !

## Rock'n'roll 🎸 🧘

Si le rock'n'roll n'était qu'une période,  
un rythme, une musique, alors il serait  
rangé depuis bien longtemps au rayon  
des accessoires et ne ressortirait que pour  
distraire de temps en temps les amateurs  
de mode « rétro » et autres. Or, le rock'n'roll  
est toujours vivant... Une bonne occasion  
de s'amuser, de se défouler  
et de sympathiser avec d'autres.

> **Jeudi** : de 19h à 20h30

NOUVEAU !

## Danse urbaine 🕺

10 - 16 ans

Venez apprendre à communiquer avec votre  
corps à travers le mouvement.

Vous pourrez découvrir les bases de la danse  
urbaine : hip hop, break, house...

Par la création d'une chorégraphie collective,  
nous expérimenterons le rapport entre  
la musique et la danse.

Aucun niveau technique en danse  
n'est requis.

> **Lundi** : de 18h15 à 19h45



## 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 le développement  
de ses compétences et 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 14h à 18h  
**Gratuit sans rendez-vous**

### Informatique 🍳 🧘

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

> **Lundi** : de 14h à 16h

### Robotique 🤖

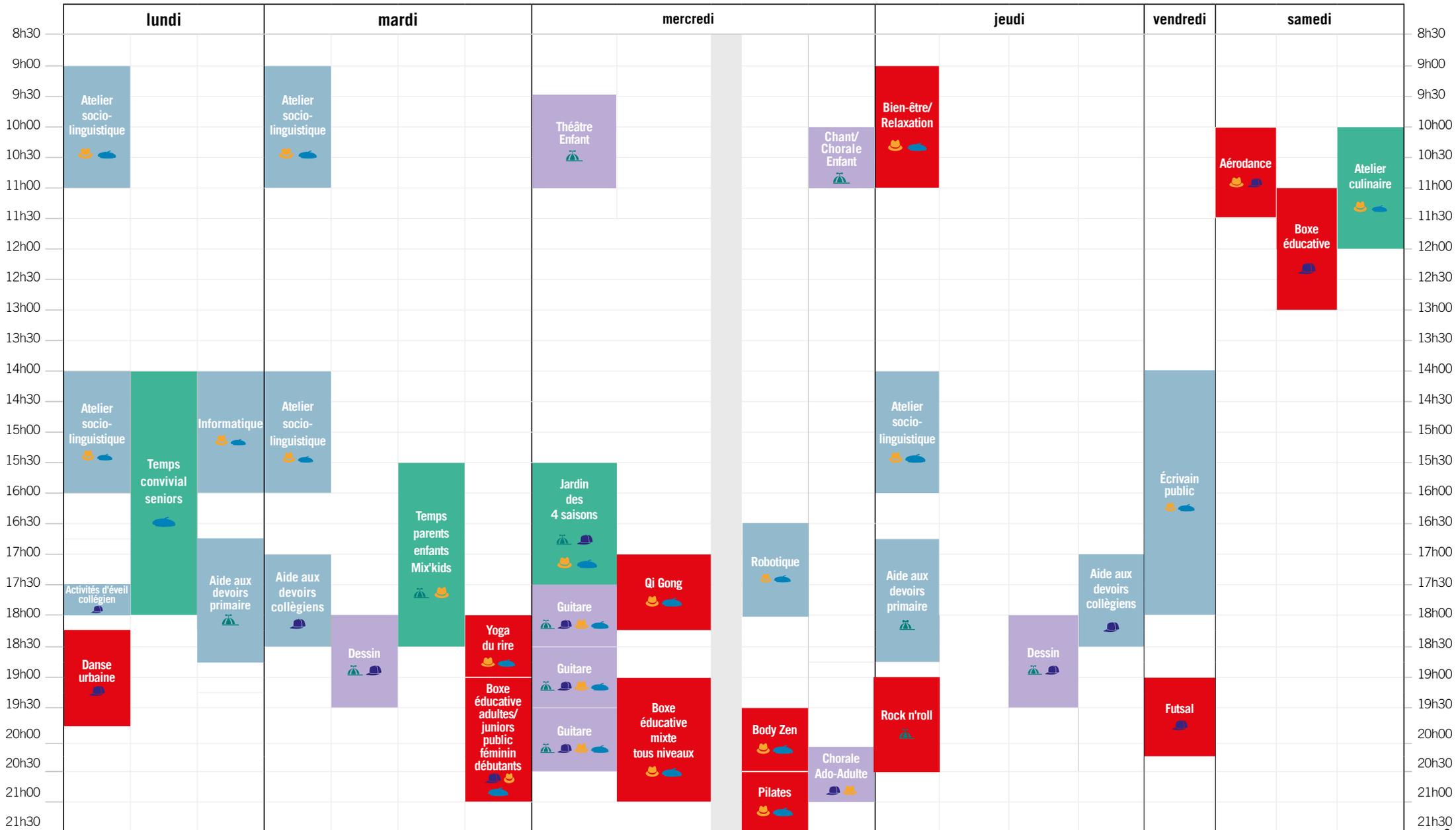
11-17 ans

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.

> **Mercredi** : 16h30 à 18h

# PLANNING 2020-2021



# TARIFS

2020  
2021

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 2019 (sur le revenu 2018 originale et photocopie),
- ▶ 2 photos d'identité,
- ▶ Un certificat médical pour l'atelier boxe éducative.

## INSCRIPTIONS POUR LES VACANCES SCOLAIRES

- ▶ **Vacances d'automne :** le samedi 19 septembre 2020 à partir de 9h
- ▶ **Vacances de fin d'année :** le samedi 21 novembre 2020 à partir de 9h
- ▶ **Vacances d'hiver :** le samedi 9 janvier 2021 à partir de 9h
- ▶ **Vacances de printemps :** le samedi 13 mars 2021 à partir de 9h

### HORAIRES D'OUVERTURE DU MIXCUBE :

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

Mardi : 14h-18h

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

Jeudi : 14h-18h

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

### CONTACT :

✉ [accueil@mixcube.fr](mailto:accueil@mixcube.fr)

☎ 04.37.20.11.34

🌐 [www.mixcube.fr](http://www.mixcube.fr)

### > ACCUEIL DE LOISIRS ENFANCE (3-11 ans)

Mercredi matin en période scolaire sans repas	2,5€	4€	5,50€	7€	8€	9€	11€
Mercredi matin en période scolaire avec repas	5,50€	7€	8,50€	10€	11€	12€	14€
Journée avec repas, 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€

### Tarifs par trimestre

### > ACTIVITÉS SPORT ET BIEN-ÊTRE :

**Qi Gong, bien-être/relaxation, aérodance, yoga du rire, body zen, pilâtes, rock'n roll.**

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

Gratuit sur inscription

Danse urbaine ados	34€	41€	48€	55€	62€	69€	83€
--------------------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

### > ACTIVITÉS MANUELLES ET ARTISTIQUES :

#### Dessin, théâtre, chant.

Tarifs adultes	57€	64€	71€	78€	84€	91€	105€
Tarifs enfants/ados	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

Ateliers informatiques	41€	48€	55€	62€	69€	76€	90€
------------------------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

Robotique ados	40€	47€	53€	60€	67€	74€	88€
----------------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

Accompagnement à la scolarité	5€/an						
-------------------------------	-------	--	--	--	--	--	--

Ateliers socio-linguistique	30€/an						
-----------------------------	--------	--	--	--	--	--	--

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

**> 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 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.

### 2020

CONTACT :

✉ [accueil@mixcube.fr](mailto:accueil@mixcube.fr)

☎ 04.37.20.11.34

🌐 [www.mixcube.fr](http://www.mixcube.fr)



### Forum des associations



- > **Vendredi 4 et samedi 5 septembre**  
- Dans la galerie marchande  
Saint-Genis 2

### Repas partagé au rythme des chansons françaises



- > **Vendredi 27 novembre, à 19h**  
- Au Mixcube

### Portes ouvertes du Mixcube



- > **Samedi 12 septembre  
de 15h à 19h**  
- Au Mixcube

### Journée mondiale de lutte contre le sida



- > **Mercredi 1<sup>er</sup> décembre, à 17h**  
- Au Mixcube

### Semaine bleue



- > **Du 7 au 17 octobre**  
- Retrouvez une sélection d'activités  
au Mixcube

### Téléthon



- > **Samedi 5 décembre, à 14h**  
- Au Mixcube