

Les ateliers de la M'

Ouverts à tous
adhérents et non-adhérents MJC

L'ATELIER DE FRANÇAIS

Horaire : Mardi de 14h30 à 16h30

Lieu : Salle Multi Activités - MJC

Gratuit



En association avec **Cultures Solidaires Béziers**, l'atelier accueille tous ceux qui souhaitent apprendre et progresser en français, à son rythme, dans une atmosphère conviviale et accueillante.

Ouverts à tous les adultes d'origine étrangère qui souhaitent apprendre le français.

LE CLUB INFORMATIQUE

Horaire : Jeudi de 10H00 à 12H00 (Tous les 15 jours)

Lieu : Salle Multi Activités - MJC

Gratuit



Débutants et confirmés pourront apprendre des techniques, raccourcis et procédés informatiques (clavier, documents ...) ainsi que l'utilisation des logiciels du pack office.

Chacun gagnera en confiance en soi face à cet outil.

Venir avec son propre ordinateur.

AIDE INFORMATIQUE

Horaire : Jeudi de 14h00 à 16h00

Lieu : Salle Multi Activités - MJC

Nous vous accompagnons dans la réalisation de démarche administrative en ligne: Réalisation de commandes sur Internet, Création espace sur un site internet (Ameli, mutuelle...), Aide pour la connexion à son compte bancaire, créer une boîte mail ...

Gratuit

ESPACE INFORMATIQUE (En libre accès)

Horaire : à la demande

Lieu : MJC



Ordinateurs et connexion WIFI mis à disposition des usagers.

ATELIER MÉMOIRE

Horaire : Vendredi de 10h30 à 12h00

Lieu : Salle Multi Activités - MJC

Gratuit



Cet atelier destinés aux séniors propose des activités ludiques et jeux stimulants dans une ambiance conviviale.

Vous pourrez exercer votre mémoire visuelle et auditive à travers des exercices cognitifs et de logique (concentration, mémorisation, organisation, stimulation...)

L'Atelier mémoire s'inscrit dans le cadre d'actions d'éducation pour la santé et de prévention.

ATELIER CUISINE PARTAGÉE

Horaire : 1 Samedi par mois

Lieu : Salle cuisine - MJC

Tarif : 5€/atelier



Venez partager et tester des recettes gourmandes des régions ou pays du monde.

Au sein de cet atelier culinaire participatif, on cuisine, on papote, on propose, on goûte en toute convivialité.

Nous clôturerons ce moment tous ensemble autour d'une bonne table.

**Si vous souhaitez partager une recette salé ou sucré,
merci de nous contacter.**

LES PETITS RECYCLEURS

Horaire : Mercredi de 10h00-12h00

(Date en fonction du thème)

Lieu : Salle Multi Activités - MJC

Tarif : 5€/atelier

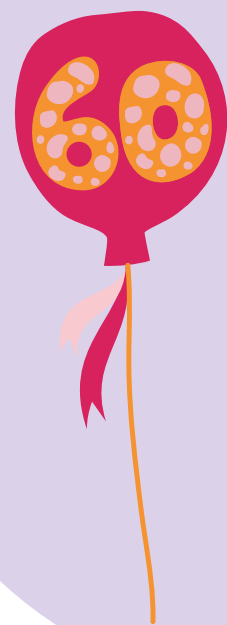
La MJC propose un atelier Récup' pour réveiller l'imagination des enfants tout en créant, en s'amusant et en recyclant.

Dans la bonne humeur et le partage, les enfants développent leur motricité en créant des objets, des œuvres qu'ils pourront garder ou offrir.

Ces ateliers accueillent les enfants à partir de 4 ans révolus.

RÉDUIRE, RECYCLER, RÉUTILISER

Lieu de rencontre et de partage



CONTE POUR ENFANTS

Horaire : 1 Samedi/trimestre de 10h00 à 12h00

Lieu : Grande Salle Activité

Gratuit



Venez partager un moment avec une lecture de contes animés.
A destination des tous-petits (de 0 à 4 ans) qui commencent à découvrir le langage et le monde qui les entoure.
Les thèmes abordés peuvent être la découverte des saisons, les animaux, ou encore les petites émotions du quotidien (peur, joie, surprise)...

RENDEZ-VOUS DE LA M' (Ados')

Horaires : Mercredi de 14H00 à 18h00

Lieu : Salles des Jeunes MJC

Gratuit



Le Rendez-vous pour les jeunes de 11 à 17 ans !
Activités, jeux, soirées, sorties ou bien seulement passer un moment de détente entre amis. La salle des jeunes est mise à disposition les Mercredis, les soirs de 17H00 à 18h00 et toutes les vacances scolaires.
Les jeunes sont acteurs de leurs projets et de leur quotidien.

Tu as une passion ? Viens la faire découvrir !

LES VACANCES POUR TOUS

Horaires : Durant les vacances scolaires (Hors période de Noël)

ACTIVITÉS PAYANTES

Pour les primaires

Stages sportifs et culturels, stages découvertes, sorties et activités en extérieur sont au programme !

Pour les collèges et lycées

Séjour et/ou sorties et activités en extérieur, projet collectif sur proposition des ados (graff', podcast, rap' etc...)

*Accueil convivial et
bienveillant*

