

2023-2024

Maison des Jeunes et de la Culture



Ouverte à toutes et à tous !

Terre de rencontre
et de diversité

Reprise des activités
semaine du 18 septembre 2023

Foire des associations
et des services publics
+ FESTIVAL BRIQU'ARTS

samedi 16 septembre



MJC
TOULOUSE
EMPALOT

Association d'Éducation POPULAIRE

Ancrée au cœur du quartier depuis 1964

Contact 05 34 31 10 05

9, rue Maria Mombiola- 31400 TOULOUSE

site internet : mjcempalot.fr

contact@mjctoulouseempalot.com



MJC Toulouse Empalot



Édito

La Maison des Jeunes et de la Culture

de Toulouse Empalot

Bienvenue à toutes et à tous,

toute l'équipe de bénévoles et de professionnels de la MJC est heureuse de vous présenter la saison 2023-2024. Nous espérons que vous serez au rendez-vous !

Plus que jamais, la vie associative, culturelle, artistique, sportive, sociale a besoin d'être soutenue !

Créée en 1964, la Maison des Jeunes et de la Culture de Toulouse Empalot est une association d'éducation populaire qui a pour vocation de permettre à tous d'accéder à l'éducation et à la culture afin que chacun participe à la construction d'une société plus solidaire. La démocratie se vivant au quotidien, elle a pour mission d'animer des lieux d'expérimentation et d'innovation sociale dans lesquels sont encouragés l'initiative, la prise de responsabilité et la pratique citoyenne.

Sur le quartier Empalot, la MJC réside de manière permanente au sein du centre culturel de quartier la brique rouge, bâtiment municipal. Elle dispose de deux étages équipés de diverses salles d'activités : danse, musique, studio d'enregistrement, arts plastiques, projet, espace citoyen, loisirs et motricité ainsi que de créneaux réguliers dans la salle de spectacles.

Son projet est organisé autour de 5 domaines d'activités :

- L'action jeunes pour les 10-25 ans avec 4 espaces différents et bien identifiés en fonction des envies de jeunes (espace de vie, espace animation, espace jeunesse et quartier, espace initiatives)
- L'animation locale et culturelle
- L'accompagnement et le soutien aux pratiques artistiques
- Les ateliers artistiques, culturels, sportifs et de détente
- L'accueil et l'accompagnement associatif

Elle participe activement à la vie du quartier et du territoire, elle défend des valeurs de laïcité, respect des différences, participation des habitants et s'engage dans de nombreuses actions partenariales. Elle est affiliée à la fédération régionale des MJC Occitanie et adhère à la fédération départementale des MJC de Haute Garonne.

Vous pourrez ainsi retrouver toutes nos activités à destination des publics enfants, adolescents et adultes.

Projet associatif consultable sur www.mjcempalot.fr, infos actus sur le facebook : MJC Toulouse Empalot et l'instagram MJC Toulouse Empalot.

Bonne saison à tous !

Frank SANTRISSE, président
Delphine RAFFEL, directrice

L'équipe de professionnels permanents à votre écoute !

Direction :

Delphine RAFFEL,
delphine.raffel@mjctoulouseempalot.com ou
directionmjctoulouseempalot@gmail.com

Accueil, secrétariat et comptabilité :

Pélagie SEHO,
contact@mjctoulouseempalot.com ou
mjctoulouseempalot@gmail.com

Animation et coordination jeunesse :

Emeline GAUDRY,
emeline.gaudry@mjctoulouseempalot.com

Animation jeunesse et sportive :

Hugo ETIEN,
hugo.etien@mjctoulouseempalot.com ou
animationmjctoulouseempalot@gmail.com

Animation culturelle :

Loïc VAYSSIERE,
loic.vayssiere@mjctoulouseempalot.com ou
culturemjctoulouseempalot@gmail.com

Cette équipe est renforcée chaque année par des volontaires en service civique et des stagiaires de la formation professionnelle.

Les membres du bureau

Président

Frank SANTRISSE

Vice-présidente

Béatrice FONTAINE,

Vice-président et secrétaire

Olivier RODIER,

Trésorière

Erika MARTIN,

Trésorier adjoint.

Thierry GAFFIER,

Accueil et soutien à la vie associative

La MJC peut-être un espace ressource pour :

- vous accueillir ponctuellement ou régulièrement au sein de nos locaux (réunions, formations etc...)
- vous aider dans vos démarches liées à la création d'une association : domiciliation, aide à la rédaction des statuts, dépôt en préfecture etc...
- la création et l'habilitation d'une Junior Association

Une seule adhésion à l'association est à prévoir ainsi qu'une participation ponctuelle ou annuelle.



Les ateliers

Adhésion MJC obligatoire.
Les Ateliers sont animés par des salariés MJC,
des associations partenaires ou des bénévoles.

Pour les ateliers

possibilité de réductions

50 % pour les bénéficiaires des minimas sociaux et AAH.
De 5 à 35 % si QF CAF compris entre 400 et 650
Pass sport accepté sur les activités sportives
- 20 % pour les étudiants.

La musique à la MJC

Accordéon/piano

enfants. ados. adultes
vendredi 15h30-20h
Nathalie Masson - 315 €/an
Petite salle piano

Guitare

enfants. ados. adultes
mardi 16h00-20h00
vendredi 16h00-20h00
enfants. ados. adultes
Julien Fischer - 315 €/an
Grande salle de musique

Batterie/ percussions

enfants. ados. adultes
lundi 16h00- 20h00
Julien Fischer - 315 €/an
Grande salle de musique

Éveil musical

enfants 3-6 ans
1 samedi/2 : 10h00-11h00
Asso mozaik'arts - 96 €/an
Petite salle de danse

Studio des loups

tous âges
mardi et mercredi
18h00-20h00
14h00-17h00
Association Contre Courant
80€ à l'année
ou 15€ par séance de 2h

Enregistrement

tous âges
sur rendez -vous
10€ l'heure
MJC Loïc Vayssiere
Studio

Atelier de musique orientale

Ensemble méditerranéen
Mercredi 19h00-22h00
Espace Citoyen
Samedi 10h00-13h00
Grande salle de musique
Renseignements MJC



Danse africaine

adultes

mercredi 21h-23h
Asso ballet Kongo
220 €/an
Salle Saint Michel

Danse contemporaine

adultes

mardi 18h30-20h00
Neige Salinas - 250 €/an
Grande salle de danse

Danse éveil

enfants 4/5 ans

mercredi 16h15-17h00
180 €/an

Danse initiation

enfants 6/7 ans

mercredi 15h15-16h15
190 €/an

Danse cycle 1

enfants 7 ans et +

mercredi 14h15-15h15
190 €/an
M.L. Maugueret
Grande salle de danse

Latino kids

enfants 6/12 ans

mercredi 17h30-18h30
Asso latin'clav - 180 €/an
Grande salle de danse

Latino danse salsa

adultes

jeudi 20h00-22h00
Asso latin'clave - 260 €/an
Grande salle de danse

Dancehall

Nouveau !

ados. adultes

samedi 15h00-16h15
Quentin Molina - 220 €/an
Grande salle de danse

Baby cirque

Nouveau !

enfants 4/6 ans

jeudi 16h45-17h30
Mathias Simon - 126 €/an
Grande salle de danse

Cirque

enfants 6/8 ans

jeudi 17h30-18h30
Mathias Simon - 176 €/an
Grande salle de danse

enfants 8/12 ans

samedi 16h30-17h45
Mathias Simon - 186 €/an
Salle loisirs et motricité

Théâtre d'improvisation

adultes débutants

lundi 20h30-22h30
Salle loisirs et motricité

adultes confirmés

mardi 20h15-22h15
Association Synapse
360€/an
Grande salle de danse

Arts plastiques

enfants 6/12 ans

mardi 17h30-18h45
Association Plasma
180 €/an
Salle arts plastiques

Jardin partagé

jeudi matin et autres jours à
définir avec les bénévoles
10h00-12h00

Atelier patronnage et couture sur mesures

Tout public de 14 à 77 ans

Débutants, Intermédiaires,
Confirmés

Lundi 19h/21h

Nouveau !

Samedi 15h/18h

Tarif selon le niveau
d'apprentissage

cf plaquette des tarifs de
l'association LABO ART.

Baby judo

enfants 3/5 ans

mardi ou jeudi

17h15-18h00

Toulouse Balma

Arts Martiaux

146 € /an (avec licence)

Salle loisirs et motricité

Baby karaté

enfants 4/6 ans

lundi 17h45-18h45

François Barreira

126 €/an

Salle loisirs et motricité

Judo enfant

min poussins/poussins

mardi /jeudi

18h00-19h00

poussins 2/benjamins/
minimes

mardi/jeudi

19h00-20h00

Toulouse Balma

Arts Martiaux - 186 €/an

Salle loisirs et motricité

Karaté

enfants. ados

ceinture blanche et jaune

vendredi 17h45-18h45

ceinture orange et +

vendredi 18h45-19h45

lundi 18h45-19h45

François Barreira - 166 €/an

Salle loisirs et motricité

Karaté compétiteurs

samedi 10h00-12h00

François Barreira

Salle loisirs et motricité

Capoeira

enfants. ados 6-14 ans

vendredi 18h00-19h00

Asso Arte capoeira

166 €/an

Grande salle de danse



Kalarippayat

adultes

jeudi 18h30-20h00

Asso française de

kalarippayat - 290 €/an

Grande salle de danse

Boxe anglaise enfants,

enfants 8/11 ans

mercredi/samedi

15h00-16h00

Boxe anglaise ado

ados 12/16 ans

mercredi/samedi

16h00-17h00

Asso Boxoum - 186 €/an

(avec licence)

Salle loisirs et motricité

Roller

enfants. ados

lundi 17h30-18h30

Hugo Etien - 66 €/an

Gymnase (sept/déc puis école Léo Lagrange)

Basket adultes

mercredi 19h00-22h00

samedi 13h00-16h00

Jean-Paul Agarande

25 €/an

Gymnase

jusqu'en décembre

Volley adultes

mardi 20h15-22h30

vendredi 20h00-22h30

renseignements :

santrisse.volley31@gmail.com

Frank Santrisse

Gymnase

jusqu'en décembre

Yoga

d'inspiration tibétaine

adultes

jeudi 12h15-13h30

300 €/an

Dynamique/Vinyasa

adultes

mercredi 19h00-20h30

Sibella Gayraud - 280 €/an

Grande salle de danse

Gym douce

(gainages et postures)

adultes

mardi 12h15-13h15

Colette Mauriet - 250 €/an

Salle loisirs et motricité

Gym tonique

(renforcement musculaire)

adultes

jeudi 12h15h-13h15

Colette Mauriet - 250 €/an

Salle loisirs et motricité



STAGES THÉMATIQUES
divers vacances scolaires

APPEL À BÉNÉVOLE

Si vous êtes intéressés par le projet de la MJC, n'hésitez pas à nous contacter et à venir rejoindre notre équipe de bénévoles.

La MJC est ouverte à tous et à toutes et à votre écoute !



action jeunes 10-25 ans

démarche pédagogique

L'action jeunes met en pratique les valeurs d'éducation populaire à travers différents projets. Nous nous adressons aux enfants, adolescents, jeunes adultes ainsi qu'à leur environnement familial.

- GARANTIR L'ACCÈS À L'ÉDUCATION POPULAIRE
- DÉVELOPPER L'AUTONOMIE
- DÉVELOPPER LA CITOYENNETÉ
- ÊTRE INNOVANTS

Notre démarche pédagogique répond aux objectifs suivants :

- ÊTRE ACTEUR de son engagement et de ses apprentissages
- IDENTIFIER la MJC comme un lieu d'épanouissement à chaque moment de sa vie
- OUVRIR son champ des possibles
- ÉVEILLER son regard sur le monde
- PRENDRE des initiatives
- S'APPUYER sur les autres / ÊTRE SOLIDAIRE
- SURMONTER les difficultés/RÉSOLVRE des problèmes
- ACCÉDER à divers domaines culturels

Afin de reconstituer le parcours de vie des jeunes, nous avons créé des espaces pour répondre directement à ses besoins et motivations qu'ils soient personnels ou collectifs.



Espace de vie

Espace chaleureux et convivial en parallèle des ateliers tous publics.



lundi - mardi - jeudi - vendredi de 17h à 19h



Enfants et parents

Adhérents MJC Toulouse Empalot



Espace Jeunesse et quartier



HORS LES MURS - COLLECTIF FAMILLES
CLAS - ASEER



Jeunes et familles

Démarche collective et partenariale d'aller vers afin de capter des publics identifiés comme fragilisés et qui ne se saisissent pas de l'offre socio culturelle et éducative de proximité.

Espace animation

Organisation d'un accueil collectif de mineurs sur les temps extrascolaires (mercredis et vacances scolaires). Mise en place de projets d'animations diversifiés, de chantiers solidaires et de séjours.



Mercredis de 14h à 18h pour les jeunes de 10 à 17 ans/l'inscription n'est pas obligatoire (hors sorties).



Vacances scolaires de 10h30 à 18h pour les jeunes de 10 à 15 ans / adhésion et inscription

Espace initiatives

Accompagnement individuel ou collectif soutenant l'engagement et l'envie d'agir des jeunes :

- Aide à l'organisation d'évènements, projets et actions;
- Soutien à la création d'associations;
- Relais départemental et point d'appui Junior Association;
- Mise en œuvre de projets d'engagement solidaires et citoyens;
- Volontariat et accueil de stagiaires;
- Soutien à l'accessibilité socio-culturelle des collégiens, lycéens et étudiants.



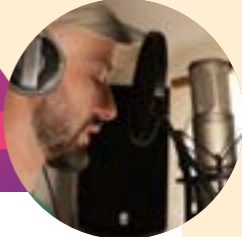
à partir de 11 ans



Adhérents à la MJC Toulouse Empalot

le studio de la mjc

2 possibilités



1 - studio des loups

Accompagnement et soutien aux pratiques artistiques à destination des amateurs, ou des artistes en voie de professionnalisation, l'accompagnement artistique est proposé à travers l'enregistrement de morceaux.

Avec l'artiste Sebseb, le Studio Des Loups a déjà permis à de nombreuses personnes de s'épanouir artistiquement.

Venez avec vos questions, vos envies : écriture de textes, composition, beatmaking, choix des instrus, vocabulaire de la musique, et de la technique du son, professionnalisation et développement de carrière, droit d'auteur, etc.

Sebseb s'adaptera à vos demandes.

Premier enregistrement, maquettes pour démarcher, partager sur le web, premier single, premier EP, toutes vos idées sont les bienvenues.

8 séances de 2h sur l'année, dédiées à chaque personne accompagnée, les mercredis de 15h à 17h ou les mardis de 18h à 20h sauf les vacances scolaires.

Il vous sera également proposé de participer aux scènes de restitution avec le collectif du « **Studio Des Loups** ».

Première fois, cinquantième ou millième fois sur scène, nous irons nous produire à La Brique Rouge, mais aussi dans d'autres lieux partenaires à Toulouse, avec une préparation scénique conséquente, bien accompagnée par l'intervenant.

Tarifs :

8 séances d'accompagnement : 80€/an

Séance ponctuelle de 2 heures : 15€.

Une action culturelle menée par Contre-Courant, avec la MJC Toulouse Empalot, et ses partenaires.



2 - enregistrement

Enregistrement possible à la MJC sur RDV auprès de Loïc VAYSSIERE, formé aux techniques du son pour des projets amateurs, semi-professionnels de tous horizons !

Tarif : 10€ de l'heure.



La MJC s'investit dans le champ de l'animation locale et culturelle à travers :

- **L'animation locale** : l'organisation d'événements « HORS LES MURS » ou la participation active aux événements du quartier. Cross des écoles, fête de quartier, foire des associations et des services publics, festival BRIQU'ARTS, fête des familles...

- **L'animation culturelle spécifique et régulière**: les Vendredis d'expression, et la co-organisation ou la naissance de festivals comme Locombia, Balkanica...

Rappel de notre démarche...

Ces moments d'animations locales et culturelles, de rencontre entre l'art et le public sont toujours très riches et participent à l'ouverture et à la découverte culturelle mais aussi au mieux vivre ensemble sur un quartier. Par l'ambiance conviviale que les professionnels et les bénévoles de la MJC instaurent, le public se sent accueilli, rassuré et ainsi prêt à entrer dans la découverte et l'échange. Nous tentons le plus possible de travailler la transversalité entre nos domaines d'activités et que les jeunes notamment puissent participer aux événements ou s'y associer par une démarche de projet.

Cette façon d'interagir avec notre environnement, de mettre à disposition des espaces scéniques et de proposer une démarche d'accompagnement de projet correspond réellement au projet d'éducation populaire des MJC. L'innovation, l'expérimentation, la pédagogie active doivent rester au centre de nos actions.

Programmation disponible à la MJC ou sur le site www.mj-cempalot.fr ainsi que avant chaque événement sur les réseaux sociaux, programme intégré à celui de la Brique Rouge.

Nous accompagnons aussi la naissance de nouveaux projets, festivals... N'hésitez pas à nous contacter !

Programmation disponible à la MJC ou sur le site www.mjcempalot.fr ainsi que avant chaque événement sur les réseaux sociaux, programme intégré à celui de la Brique Rouge.

septembre

- Vendredi 8** Apéribrique de rentrée
Samedi 16 Foire des associations
et Festival Briqu'Arts
Vendredi 22 Vendredi D'Expression
Rap : L'Albatros
Vendredi 29 Vendredi D'Expression :
Zocco Baia

octobre

- Vendredi 13** Vendredi D'Expression Asbah
Samedi 14 Environnement, partageons
les jardins au Centre Social

novembre

- Mardi 7** Apéro Citoyen . Apéro Habitant !
Mercredi 8 Festival Locombia
Judi 23, Vendredi 24 et Samedi 25
Festival Balkanica
Mercredi 29 Novembre ou Samedi 2 Décembre :
Concert GoodBye Jupiter

décembre

- Vendredi 8** Vendredi D'Expression
Concert de Fülü

janvier 2024

- Mardi 9** Apéri'Brique
Vendredi 19 Vendredi D'Expression Saseo

février 2024

- Vendredi 2** Vendredi D'Expression

mars 2024

- Vendredi 1** Vendredi D'Expression
Mardi 5 Apéri'Brique Eclat(s) de Femme(s)
Vendredi 8 Vendredi D'Expression
Eclat(s) de Femme(s)
Vendredi 15 Festival Eclat(s) de Femme(s)
Samedi 16 Journée Sport à la MJC !
Vendredi 22 Empalot Music' Spring Edition



avril 2024

Vendredi 5 Vendredi D'Expression

Mardi 23 Apéri'Brique

Vendredi 26 Vendredi D'Expression

mai 2024

Vendredi 17 Assemblée Générale

juin 2024

Vendredi 21 Empalot Music Summer Edition

Samedi 22 Fête de la MJC

« HORS LES MURS Programmation Jeunesse et Famille dans l'espace public » !



18 octobre **Quad Rugby**
sur la place Aline Viadieu

18 novembre **Fresque collective**
au Parc de la Poudrerie

20 décembre **Collecte solidaire sur le quartier**

20 janvier **Atelier de réparation vélo**
avec Empalot Bike

14 février **Bibliobus**, médiathèque d'Empalot

13 mars **Eclats de femmes**
sur le mail d'Empalot

24 avril **Orientation et emploi des jeunes**,
Place Huy hersant

15 mai **Scène ouverte** sur le mail d'Empalot

3 juillet **Empalot Plage** au parc de la Poudrerie

24 juillet **Animations sportives**
au stade de foot d'Empalot en lien
avec la cérémonie d'ouverture des JO !

l'accompagnement et le soutien aux pratiques artistiques



Accompagnement et soutien d'artistes ou de personnes dans un processus de création qu'il soit individuel ou collectif.

NOS OBJECTIFS :

- Soutenir et valoriser les pratiques en amateur ou en voie de professionnalisation.
- Placer les artistes au cœur du projet de la MJC

Trois types de soutien possibles au sein de la MJC :

• **L'accompagnement artistique** réalisé au sein du studio : accompagnement sous forme de plusieurs séances avec un artiste-intervenant au sein d'un studio semi-professionnel.

• **Les résidences d'artistes** : la MJC Toulouse Empalot ouvre ses portes aux artistes de tous domaines afin de : les soutenir dans leur démarche de création, leur permettre de bénéficier de conditions techniques professionnelles et entrer en interaction avec les habitants du quartier, les adhérents de la MJC, les jeunes...

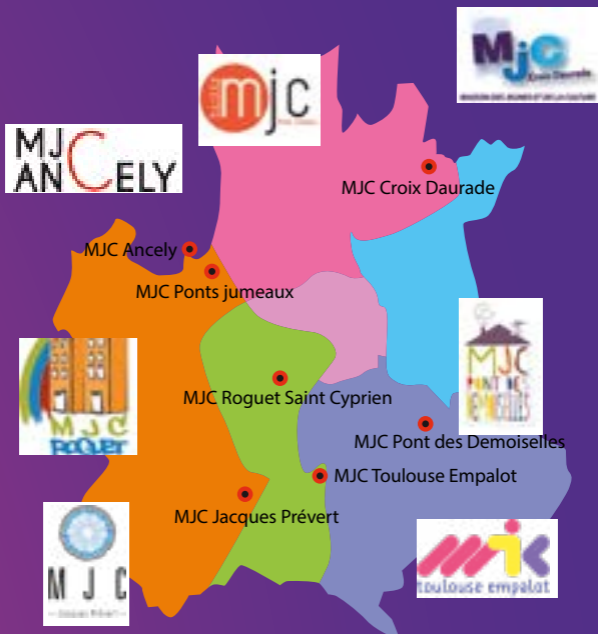
Des actions de médiation sont prévues en fonction des projets et des spécificités de chaque compagnie. Elles sont formalisées par le biais de conventions. Des sorties de résidence ont souvent lieu dans le cadre des vendredis d'expression.

• **Le prêt d'espaces de répétition et de création** : salles de danse, musique ou autres espaces de travail par le biais de créneaux hebdomadaires ou ponctuels sur convention formalisés ou par une simple adhésion.

N'hésitez pas à prendre rendez-vous avec Loïc et Delphine
Loïc VAYSSIERE, animation culturelle
loic.vayssiere@mjctoulouseempalot.com

Delphine RAFFEL,
delphine.raffel@mjctoulouseempalot.com

Les MJC ! un réseau fédéré !



MJC ANCELY

7 allée des Causses
31300 TOULOUSE
Tél : 05 61 49 05 74
Email : contact@mjcanceley.fr
Site : www.mjcanceley.fr

MJC ROGUET SAINT-CYPRIEN

9 rue de Gascogne
31300 TOULOUSE
Tél : 05 61 42 09 83
Email : mjc.roguet@wanadoo.fr

MJC JACQUES PRÉVERT

292 route de Seysses
31100 TOULOUSE
Tél : 05 61 41 56 30
Fax : 05 61 40 94. 90
Email : secretariat@prevert31.org
Site : www.mjcprevert31.net

MJC EMPALOT

« La Brique Rouge »
9 rue Maria MOMBIOLA .
31400 TOULOUSE
Tél : 0534311005
Email : contact@mjctoulouseempalot.com
Site : mjcempalot.fr

MJC PONT DES DEMOISELLES

63 bis Avenue Saint-Exupéry
31400 TOULOUSE
Tél : 05 61 52 24 33
Email : mjcpontdesdemoiselles@wanadoo.fr
Site : mjc.demoiselles.free.fr

MJC PONTS JUMEAUX

105 route de Blagnac
31000 TOULOUSE
Tél : 05 61 22 59 50
Email : mjcpontsjumeaux@orange.fr
Site : www.mjcpontsjumeaux.fr

MJC CROIX-DAURADE

141 chemin de Nicol
31200 TOULOUSE
Tél : 05 61 48 64 03
Email : mjc.croixdaurade@orange.fr
Site : www.mjccroixdaurade.fr



la brique rouge

Contact 05 34 31 10 05

Modalités d'inscriptions

Adhésion obligatoire pour toutes les activités.

Tous les tarifs indiqués sur la plaquette sont hors adhésion.

Adhésion MJC :

- Enfants : 10€
- Adultes : 18€
- Famille : 30€
(à partir de 3 personnes)
- Association : 20 €
- Étudiants, demandeurs
d'emploi, bénéficiaires des
minimas sociaux : 10€

Comment venir ?

- En métro : ligne B Empalot
- En bus : 44 et L5

Horaires d'accueil

- du lundi au jeudi
de 14h00 à 18h30
(sauf mercredi 18h00)

Contact accueil, secrétariat, comptabilité

Pélagie SEHO

ADHÉRER À LA MJC :

Adhérer à une Maison des Jeunes et de la Culture c'est s'inscrire dans un projet ouvert : au plus grand nombre, à la mixité, à l'échange, à l'initiative, à l'envie de partager, à la découverte, à la solidarité, à la démocratie, à l'intérêt collectif, au bien commun, au partenariat...

Adhérer à une association c'est bien comprendre que ce n'est pas un service public ou une entreprise, elle ne vit que si des partenaires institutionnels reconnaissent son utilité d'intérêt général et la soutiennent matériellement et financièrement, qu'elle ne vit que si des bénévoles donnent un coup de main.

ATTENTION LE GYMNASÉ D'EMPALOT 30 ALLÉE HENRI SELLIER SERA FERMÉ À COMPTER DE JANVIER 2024

Certaines activités vont donc être relogées ou interrompues
en cours de saison.

- Possibilité de régler en plusieurs fois.
- Réductions diverses accordées : bénéficiaires des minimas sociaux et en fonction du quotient familial.
- -20 % pour les étudiants.

