

# Les rendez-vous

# de la MJC

Septembre - Décembre 2014  
13



ÉVÈNEMENTS  
STAGES  
SORTIES

Lé z i g n a n - C o r b i è r e s

# é v è n e m e n t s

## LA MJC ACCUEILLE ET ORGANISE ...

**SAM** **13/09** Journée Portes Ouvertes de la MJC  
de 9h30 à 12h et de 14h à 17h30, entrée libre, Palais des Fêtes  
Stands d'informations, animations, démonstrations, scène ouverte  
... (cf détail ci-contre).

**VEN** **17/10** ANIMATION Ludothèque  
de 19h à 23h, entrée libre, repas tiré du sac et/ou buvette et  
crêpes en vente sur place, à la MJC  
Par l'association Ludule, des jeux de société pour tous, à tester !

**SAM** **18/10** BAL Country  
de 19h30 à 1h du matin, entrée 5 €, Palais des Fêtes  
Ouvert à tous les danseurs du département, petite restauration  
sur place.

**VEN** **24/10** La MJC fête le VIN PRIMEUR  
à partir de 19h, à la MJC ; 10 € l'inscription pour le buffet  
autumnal et les 2 spectacles (réservation conseillée)  
Lecture théâtrale, buffet autumnal, concert, régálons-nous autour  
du vin (cf détail ci-contre).

**DIM** **09/11** FOIRE aux Jouets et aux Jeux  
de 9h à 18h, au Palais des Fêtes, entrée libre,  
emplacement 10 € la table de 1m80 (2 tables maxi par famille)  
La MJC organise sa traditionnelle brocante aux jouets, jeux,  
livres, vélos, ...réservation des emplacements à la MJC.

**VEN&SAM** **14&15/11** THÉÂTRE « Oscar »  
à 21h (ouverture des portes à 20h30), à la MJC, participation  
7 € adh. et enfants jusqu'à 14 ans / 10 € non-adh., placement libre  
Pièce de Claude MAGNIER, jouée par la Compagnie du Tilleul,  
mise en scène par Roger FABRY (cf détail ci-contre).

**VEN** **21/11** ANIMATION Ludothèque  
de 19h à 23h, entrée libre, repas tiré du sac et/ou buvette et  
crêpes en vente sur place, à la MJC  
Par l'association Ludule, des jeux de société pour tous, à tester !

**VEN** **28/11** CONFÉRENCE « Canal du  
Midi, l'alimentation en eau »  
à 18h30, à la MJC, entrée libre  
Conférence proposée dans le cadre de la  
thématique 2014/2015 « Les Chemins de l'Eau »  
par Philippe CALAS (cf détail ci-contre).

**01>18/12** EXPOSITION « À la  
découverte du Canal du Midi »  
horaires d'ouverture de la MJC, entrée libre,  
atrium de la MJC  
Exposition de 24 panneaux proposée dans le  
cadre de la thématique 2014/2015 « Les Chemins  
de l'Eau » par Philippe CALAS (cf détail ci-contre).

**03>06/12** TÉLÉTHON 2014  
programme complet et détaillé à retirer à la MJC  
ou à consulter sur le site internet  
La MJC et ses clubs d'activités participent au  
téléthon. De nombreuses animations seront  
proposées dès le mercredi sur le marché, en  
centre ville et à la MJC.

**VEN&SAM** **12&13/12** THÉÂTRE « Tailleur  
pour Dames »  
à 21h (ouverture des portes à 20h30), à la MJC,  
participation 7 € adh. et enfants jusqu'à 14 ans /  
10 € non-adh., placement libre  
La pièce de FEYDAU, jouée par la Compagnie du  
Tilleul, mise en scène par Roger FABRY.

**VEN** **19/12** ANIMATION Ludothèque  
de 19h à 23h, entrée libre, repas tiré du sac et/ou  
buvette et crêpes en vente sur place, à la MJC  
Par l'association Ludule, des jeux de société pour  
tous, à tester !

## ! ATTENTION !!!

Cette programmation peut évoluer, n'oubliez pas  
de vérifier les informations relatives à l'évènement  
de votre choix quelques jours avant sa date en  
appelant l'accueil de la MJC ou en consultant le  
site internet [www.mjc-lezignan-corbieres.com](http://www.mjc-lezignan-corbieres.com).



## Journée Portes Ouvertes de la MJC

## ÉVÈNEMENT MJC

*Avec tous les clubs d'activité de la MJC*

Comme tous les ans, la MJC organise une journée portes ouvertes afin de présenter les activités de la saison à venir. Les responsables des clubs vous attendront pour vous informer et prendre les pré-inscriptions, vous permettant ainsi de sélectionner pour vous ou votre enfant une activité qui vous apportera un maximum de plaisir tout au long de l'année. Vous pourrez également assister à des démonstrations et animations diverses et variées, et consulter les dépliants de la MJC pour vous renseigner sur les événements, stages et sorties à venir.

**ATTENTION :** la journée aura lieu au PALAIS DES FÊTES pour cause de travaux.

## La MJC fête le VIN PRIMEUR

## REPAS / SPECTACLE

*Réservations conseillées*

**19h** >> Lecture théâtrale par la Compagnie du Tilleul.

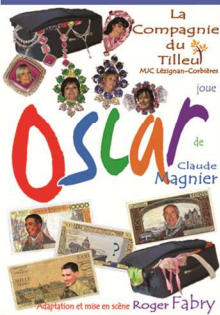
**20h** >> Buffet automnal arrosé du vin nouveau.

**21h** >> Concert avec les « PNEUMATICS SERENADERS ».

C'est autour d'un répertoire Blues-Noir-Américain des années 20 aux années 40 que les Pneumatic Serenaders nous emmènent. Embarquez et imprégnez-vous de l'acoustique (voix, banjo, guitare, contre-basse, washboard, batterie) ; les Pneumatic Serenaders, un groupe de quatre musiciens et chanteurs voyageant à travers l'esprit blues du plus rustre rural au plus contemporain.



EN CONCERT



## "Oscar"

## THÉÂTRE

*Par la Compagnie du Tilleul de la MJC*

Mise en scène par Roger FABRY.

Qui ne connaît pas « Oscar », œuvre de Claude MAGNIER, immortalisée au théâtre et surtout au cinéma par le grand, l'imitable, Louis DE FUNÈS.

Un vrai vaudeville dans la meilleure tradition de ceux de FEYDEAU, une histoire où les rebondissements jaillissent en cascade et selon un rythme qui jamais ne se ralentit. La drôlerie réside dans le tourbillon de l'action et l'enchaînement des situations inattendues, burlesques, qui, de surprises en surprises, nous promène en pleine fantaisie, avec une joyeuseté inépuisable. Un éclat de rire permanent pendant trois actes.

Si vous aimez les quiproquos vous aimerez « Oscar » !

## Autour du Canal du Midi

## EXPO / CONFÉRENCE

*Dans le cadre de la thématique 2014/2015 « Les Chemins de l'Eau »*

### Conférence « Canal du Midi, l'alimentation en eau »

>> Depuis l'antiquité, de nombreux projets de création de canal reliant l'océan atlantique à la mer Méditerranée ont vu le jour. Mais le problème qui s'est posé à tous ceux qui se sont penchés sur le sujet est celui de l'alimentation en eau d'un tel ouvrage ... La conférence sera proposée par Philippe CALAS, créateur du site officiel du Canal du Midi et auteur de sept livres sur le sujet.

### Exposition « À la découverte du Canal du Midi »

>> Exposition de 24 panneaux présentant les différentes facettes du Canal du Midi : historique, généralités, techniques, ouvrages ... les textes présentent deux niveaux de lecture, l'un destiné aux enfants et scolaires, l'autre aux adultes.



## CALENDRIER

### **N** Bijoux de terre, décor aux engobes et émaux

*Samedi 27 SEPTEMBRE* > 9h/12h  
et *Samedi 4 OCTOBRE* > 9h/12h30

### **N** À l'heure du thé (poterie utilitaire)

*Samedi 11 OCTOBRE*  
> 9h/12h30 et 14h/18h (repas commun)

### Peindre à la manière des Surréalistes

*Mardi 21 et Mercredi 22 et Jeudi 23 OCTOBRE*  
> 10h/13h

### **N** Prendre Soins de Soi et de l'Autre par les Arts

*Samedi 25 OCTOBRE* (adultes)  
*Lundi 27 OCTOBRE* (enfants)  
*Samedi 22 NOVEMBRE* (adultes)  
*Samedi 29 NOVEMBRE* (enfants)  
> 10h/12h et 14h/17h

### Lecture de vive voix

*Samedi 8 NOVEMBRE*  
> 14h/16h30

### **N** Harmonie et rythme

*Samedi 8 et Dimanche 9 NOVEMBRE*  
> 10h/12h et 14h/18h

### Fabrication de savon naturel

*Samedi 15 NOVEMBRE*  
> 14h30/17h

### **N** Structures lumineuses en Terre-Papier

*Samedi 15 NOVEMBRE*  
> 9h/12h30 et 14h/18h

### Initiation et conseils (dessin-peinture)

*Samedi 22 NOVEMBRE* (peinture au couteau)  
*Samedi 13 DÉCEMBRE* (la copie en dessin et peinture)  
> 10h/13h

### Je crée mon décor de fête

*Samedi 29 NOVEMBRE*  
> 9h/12h et 14h/17h

# Stages

La MJC de Lézignan-Corbières propose des stages thématiques tous les mois pour découvrir des pratiques inédites ... Ces stages sont encadrés par des professionnels reconnus. Le paiement doit être effectué à la réservation au secrétariat de la MJC (encaissé après le stage). Pour les non-adhérents, la majoration de 10 € par stage correspond à l'assurance.

**N** = nouveau

## BIJOUX DE TERRE, DÉCOR AUX ENGLOBES ET ÉMAUX

Atelier initiation ou approfondissement autour du modelage de différentes terres pour réaliser vos bijoux personnalisés ... osons les couleurs, les formes, créativité au RDV !

*Enfants, ados et adultes*  
*Les 2 demi-journées >> 40 € adh. / 50 € non-adh.*



## À L'HEURE DU THÉ (POTERIE)

Venez partager une journée pour modeler votre théière et son bol en terre. Pièces uniques pour dégustation dans un service "fait main". Émaillage et cuisson assurés par l'atelier.

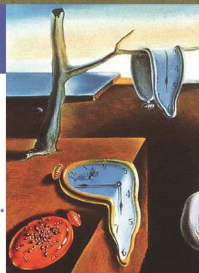
*Enfants, ados et adultes*  
*40 € adh. / 50 € non-adh.*



## PEINDRE À LA MANIÈRE DES SURRÉALISTES

Pour découvrir ce courant artistique original et créer des images d'une nouvelle réalité (la votre) empreinte de rêve et d'humour.

*Ados, adultes et seniors*  
*Les 3 journées >> 40 € adh. / 50 € non-adh.*



## PRENDRE SOIN DE SOI ET DE L'AUTRE PAR LES ARTS

Nul besoin d'être artiste pour rencontrer l'art-thérapie. Par le théâtre, la peinture, l'écriture ou le modelage, invitation à renouer avec ses émotions pour mieux les libérer.

*Enfants, ados, adultes et seniors*  
*(voir en fonction des séances ci-contre)*  
*30 € adh. / 40 € non-adh.*





## STRUCTURES LUMINEUSES EN TERRE-PAPIER

À l'approche des fêtes où l'envie nous prend d'enchanter la décoration de nos chaumières, vous êtes invités à fabriquer une pâte argileuse particulièrement légère et translucide, que nous pourrons façonner pour créer diverses lampes, photophores et autres structures illuminées. Possibilité de venir en famille.

Enfants, ados et adultes  
40 € adh. / 50 € non-adh.



## INITIATION ET CONSEILS (DESSIN-PEINTURE)

Pas de don inné pour les arts plastiques, ils s'adressent à tous. Alors venez découvrir vos talents cachés, osez mettre le doigt dans l'engrenage artistique !

Ados, adultes et seniors  
25 € adh. / 35 € non-adh.

## LECTURE DE VIVE VOIX

Premier stage de « mise en bouche », autour de textes qui vous seront donnés à choisir. Technique de respiration, de diction de conscience corporelle suivis d'exercices préparatoire et de jeux de lecture. Lire, faire lire, donner à lire, partager ... un jeu, des rencontres, des échanges autour du plaisir de la lecture.

Ados à partir de 16 ans, adultes et seniors  
8 € adh. / 18 € non-adh.

## HARMONIE ET RYTHME

Comprendre la musique (oeuvres classiques, jazz, pop-rock) par l'analyse harmonique et rythmique : tonalités, accords, intervalles, cadences / rythmes binaires et ternaires, lecture.

Ados à partir de 16 ans, adultes musiciens débutants et avancés  
40 € adh. / 50 € non-adh.

## JE CRÉE MON DÉCOR DE FÊTE

Une journée de détente pour réaliser des décors originaux et très personnels pour votre ambiance des Fêtes : marier avec bonheur perles en papier roulé, fils et feutrine, rubans et sujets de bois ...

Adultes et seniors  
25 € adh. / 35 € non-adh.



## FABRICATION DE SAVON NATUREL

Fabriquez vos savons à offrir pour Noël ! Le savon artisanal est facile à fabriquer et présente de nombreux avantages, autant pour l'environnement que pour la peau. L'utilisation de produits naturels tels que huiles végétales, argile, plantes ... permet de faire le choix de produits locaux, de réduire les emballages, les rejets toxiques et les dépenses - sans oublier la révision des cours de chimie ...

Ados et adultes  
40 € adh. / 50 € non-adh. (30 € pour adolescent de moins de 16 ans, accompagné d'un adulte)



## DÉCOUVERTE du PATRIMOINE

### Dimanche 14 Septembre :

Dans le cadre de l'Exposition trait pour trait consacrée à Viollet-le-Duc au Château comtal de la Cité de Carcassonne, visite guidée à la Cité. Puis à 15h30 visite guidée de l'Exposition Petiet au Musée des Beaux arts.



### Samedi 27 Septembre :

Visite guidée des Salins de Gruissan et découverte de Peyriac de mer l'après-midi.

### Samedi 8 Novembre :

Aragon (Cabardès) balade-découverte commentée des constructions en pierres sèches ; l'après-midi, visite guidée du village en compagnie de M<sup>r</sup> RIVIÈRE archéo-ethnologue.

### Samedi 11 Octobre :

Montpellier, visite guidée sur le thème de l'eau et des fontaines et l'après-midi, visite guidée du Musée languedocien.

### Dimanche 7 Décembre :

Toulouse, visite guidée sur le Routes de Saint-Jacques de Compostelle et visite guidée de la Fondation Bemberg (Beaux arts).

## RANDO MONTAGNE

### 6 et 7 Septembre : *Le Canigou (refuge de Mariale)*

Départ à 15h le samedi. Dénivelé - 1100m ; temps de marche - 1h et 8h. Inscription avant le 15 Août 2014.

### 14 Septembre : *La Caranca*

Départ à 6h30. Dénivelé - 1100m ; temps de marche - 8h.

### 28 Septembre : *Les lacs de Nohedes*

Départ à 8h. Dénivelé - 1000m ; temps de marche - 6h30.

### 5 Octobre : *Etangs de Rabassoles*

Départ à 6h45. Dénivelé - 800m ; temps de marche - 5h30.

### 19 Octobre : *Pic de Cabailère (Ariège)*

Départ à 6h30. Dénivelé - 1000m ; temps de marche - 6h30.

### 1<sup>er</sup> et 2 Novembre : *Autour d'Esbinz (Ariège)*

Départ à 7h le samedi. Dénivelé - 650m et 1100m ; temps de marche - 4h et 7h. Inscription avant le 12 Octobre 2014.

### 9 Novembre : *Galamus*

Départ à 7h. Dénivelé - 1100 mètres ; temps de marche : 7h.

### 23 Novembre : *Mémorial des Aviateurs*

Départ à 8h. Rando à Albine (Tarn). Dénivelé - 700m ; temps de marche - 5h.



### 7 Décembre : *Dans les pas de Manel*

Départ à 7h. Rando à Albères. Dénivelé - 700m ; temps de marche - 5h30.

### 21 Décembre : *Notre Dame de Tredos*

Départ à 8h. Dénivelé - 500m ; temps de marche - 5h.



## Septembre

# RANDONNÉE PÉDESTRE



## Octobre



## Novembre



## Décembre

Date	Départ MJC	Destination	Tps /km	Dénivelé
Samedi 13	10h-17h	PORTES OUVERTES DE LA MJC		
Dimanche 14	7h45	Escueillens - Razès	3 niv.	
Mardi 16	13h30	Mailhac	9km	200m
	14h	Ornaisons	8km	100m
Vendredi 19	14h	Rando Santé - Lézignan Sentier Bot.	6km	non
Dimanche 21	8h30	Belcaire + grillade et baignade	13km	380m
Mardi 23	13h30	Lagrasse - Le Lauza	11km	180m
	14h	Puichéric - L'Alguille	9km	50m
Vendredi 26	14h	Rando Santé - Lézignan Samassale	6km	non
Dimanche 28	8h	Villeneuve-Min - Virade Espoir (inscription)	3 niv.	
Mardi 30	13h30	Gruissan - Île St Martin	12km	220m
	14h	Béziers - Fonséranes	8km	50m

Vendredi 3	14h	Rando-Santé - La Livinière Pierre à pain	6km	non
Dimanche 5	7h45	Villasavary (repas s/inscription)	3 niveaux	
Mardi 7	8h30	Villerouge-Termenès - Roc de Golta	16km	450m
	14h	Narbonne - La Campane	8km	120m
Vendredi 10	14h	Rando Santé - Roullens	6km	non
Dimanche 12	8h30	Douch - Parc Haut Languedoc	13km	650m
Mardi 14	13h30	Montredon - Tel Chappe et Sources	11km	100m
	14h	Tourouzelle	8km	100m
Vendredi 17	14h	Rando Santé - Montredon Sources	6km	non
Dimanche 19	8h30	Greffeil	14km	450m
Mardi 21	13h30	St Pierre - Vestiges 2 <sup>ème</sup> guerre	10km	non
	14h	Colombiers - Malpass - Etang Montady	8km	non
Vendredi 24	14h	Rando Santé - Conilhac nouvelles éoliennes	6km	non
Dimanche 26	8h30	Riols	13km	350m
Mardi 28	13h30	Caves	10km	200m
	14h	Leuc	7km	150m
Vendredi 31	14h	Rando Santé - Conilhac	6km	non

Mardi 4	8h30	Mayronnes panoramique	14km	400m
	14h	La Livinière - Four à Chaux	9km	250m
Vendredi 7	14h	Rando Santé - Trèbes	6km	non
Dimanche 9	9h	Castans - Quiersboutou	14km	450m
Mardi 11	13h30	Pradelles en Val	10km	150m
	14h	Néviau - Païchère	8km	non
Vendredi 14	14h	Rando Santé - Siran - Dolmen	6km	non
Dimanche 16	8h30	Ladem sur Lauquet	18km	650m
Mardi 18	13h30	Montseret - Roquelongue	10km	100m
	14h	Poilhes	8km	80m
Vendredi 21	14h	Rando Santé - Ventenac	6km	non
Dimanche 23	9h	St Laurent - La Capitelle	15km	300m
Mardi 25	13h30	Félines-Minervois	8km	280m
	14h	Villar en Val	7km	80m
Vendredi 28	14h	Rando Santé - Mirepeisset	6km	non
Dimanche 30	8h30	Albas - Sentier du Géologue	12km	350m

Mardi 2	9h	Palairac	12km	220m
	14h	Villarzel	7km	50m
Vendredi 5	14h	Rando Santé - Lézignan - Pinède	6km	non
Dimanche 7	9h	Albine - Roc de Peyremaux	13km	500m
Mardi 9	13h30	Tourmissan - Lastenouse	10km	200m
	14h	Argellers	7km	100m
Vendredi 12	14h	Rando Santé - Montseret	6km	non
	20h	Repas - Fête Noël		
Dimanche 14	8h30	Quintillan	14km	350m
Mardi 16	13h30	Mayronnes - Durfort - GR36	11km	100m
	14h	Azillanet	7km	80m
Vendredi 19	14h	Rando Santé - Lézignan - Perdigal	6km	non

Participez également à l'activité Marche Nordique tous les jeudis, départ de la MJC à 8h45 pour 2h de parcours.

## Activité proposée par Lézig'zagueurs

Depuis 2002, le Club Randonnée Pédestre de la MJC "Lézig'zagueurs" est affilié à la FFRandonnée, il offre toute l'année une activité sportive de plein air et de découverte avec des randonnées de différents niveaux.



Retrouvez tous les renseignements sur la MJC, les infos, les animations, l'histoire, le fonctionnement, etc... sur

[www.mjc-lezignan-corbieres.com](http://www.mjc-lezignan-corbieres.com)



**MJC Lézignan-Corbières**  
 Maison des Jeunes et de la Culture  
 Centre International de Séjour  
 25, rue Marat - B.P. 26  
 11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES  
 Tél. 04 68 27 03 34  
 Fax : 04 68 27 85 01  
 Mail : [mjc.lezignan.corbieres@wanadoo.fr](mailto:mjc.lezignan.corbieres@wanadoo.fr)

Fondée en 1946, affiliée à la Fédération Régionale des MJC du Languedoc-Roussillon et à la Confédération des MJC de France. Agréée par le Ministère des Sports, de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et de la Vie Associative.

