

Portes ouvertes Samedi 10 septembre 2016 de 9h à 17h*

* il sera procédé à un tirage au sort pour offrir à 3 adhérents une carte cadeau de 50 €

Activités pour ENFANTS et ADULTES



**Maison de
la Culture
et des Loisirs**

Saison 2016 - 2017

8, avenue Jean Jaurès 88300 NEUFCHATEAU

09 52 59 37 50

mcl.neufchateau@free.fr

site : mcl-neufchateau.free.fr



Activités Enfants

Danse / Zumba Kids

Maude FAGOT

NOUVEAU

34 séances du 14/09/16 au 28/06/17

Horaires : mercredi de 14h00 à 15h00 (5/11 ans) à la mcl et de 15h30 à 16h30 (5/11 ans) à l'école des tilleuls à liffol le grand - Cotisation annuelle : 125 € + adhésion MCL

// Modern Jazz

Carole WITTEVEEN

32 séances : du 14/09/16 au 14/06/17

Horaires : mercredi de 17h00 à 18h00 (5/12 ans) - Cotisation annuelle : 125 € + adhésion MCL

Détente / Ludothèque

Virginie HUSSENOT

6 séances : du 14/09/16 au 28/06/17

Horaires : 2ème et 4ème mercredi du mois de 13h30 à 15h00

Cotisation annuelle : - prêt de jouets et jeux : 35 € pour les familles + adhésion MCL

75 € pour les partenaires institutionnels

- malle de jeux (12 à 15 jeux) : 55 € / 6 semaines pour les partenaires institutionnels

// Ateliers Pêche et Nature

En partenariat avec la Gaule Mouzon Meuse

Séances : d'avril à juin

Découverte des techniques de pêche dans le respect du poisson, la rivière et la nature

Horaires : mercredi de 14h00 à 17h00 - Cotisation annuelle : adhésion MCL

/// Initiation au dessin et à la peinture (7/14 ans)

Sylvie JOANNES

NOUVEAU

32 séances : du 14/09/16 au 14/06/17

Horaires : mercredi de 16h30 à 18h00 - Cotisation annuelle : 128 € + adhésion MCL

Culture / Anglais

André WITTEVEEN

NOUVEAU

32 séances à partir du 14/09/16 au 14/06/17

Découverte par des méthodes d'enseignement ludique

Horaires : mercredi de 17h00 à 18h00 (7/10) - mercredi de 18h00 à 19h00 (11/14 ans)

Cotisation annuelle : 170 € + adhésion MCL

Ateliers pratiques musicales (à partir de 6 ans) : voir les conditions dans la rubrique « musiques actuelles »

Entretien / Sports découverte (5 ans et +)

Alexis SCHAPER

34 séances : du 16/09/16 au 30/06/17

Horaires : vendredi de 17h00 à 18h00 - Cotisation annuelle : 100 € + adhésion MCL

// Gym jeux d'éveil (3/4 ans)

Alexis SCHAPER

34 séances : du 17/09/16 au 01/07/17

Horaires : samedi de 10h00 à 11h00 - Cotisation annuelle : 100 € + adhésion MCL

Musiques Actuelles

Culture / Ateliers de pratiques musicales

Cours individuel d'1/2 heure - 32 séances : du 14/09/16 au 14/06/17

Batterie : Nicolas ADAM *

Guitare électrique : Patrice MULOT *

Piano : Sylvie TURATO *

Guitare basse : Matthieu PÊCHEUR *

Synthé : Sylvie TURATO *

Horaires : mercredi (*jour et horaire à définir avec l'animateur)

Cotisation annuelle : 342 € pour 1/2 heure semaine + adhésion MCL

Répétitions en groupe de tous les instruments

Nicolas ADAM, Patrice MULOT,
Mathieu PECHEUR

Horaires : dernier mercredi du mois de 18h00 à 19h00

Cotisation : gratuit aux élèves de la MCL

adhésion mcl + 5€ / séance pour les extérieurs

Location du studio de répétition

Cotisation annuelle : 160 € pour un groupe ou 320 € pour une association

Activités Jeunesse

Détente / Cyber Space Game

En cours de recrutement

Séances du 14/09/15 au 14/06/17

Accueil récréatif des jeunes amateurs de tournois de jeux vidéo

Horaires : mercredi de 14h00 à 16h00

Cotisation annuelle : adhésion MCL

Activités Jeunes et Adultes

Culture / Atelier écriture

Philippe VALLET

10 séances à partir du 19/09/2016

Jouer ensemble avec les mots, faire l'expérience de sa propre écriture et partager

Horaires : 3ème lundi du mois de 19h00 à 22h00

Cotisation annuelle : 105€ + adhésion MCL

// Anglais

André WITTEVEEN

32 séances à partir du 12/09/16 et jusqu'au 03/07/17

Envie de voyager et de se débrouiller, rien de tel que ses cours débutants ou confirmés pour maîtriser la conversation à l'étranger

Horaires : lundi de 18h00 à 19h00 : Parlé Anglais 1er niveau et de 19h00 à 20h00 : Parlé Anglais 2ème niveau

Cotisation annuelle : 170 € + adhésion MCL

/// Théâtre

Virginie HUSSENOT

17 séances du 20/09/16 au 04/07/17

Apprendre à se mettre en scène, jouer de soi et des autres pour mieux vivre la vie de tous les jours

Horaires : 1er et 3ème mardi du mois de 20h00 à 22h00

Cotisation annuelle : 120 € + adhésion MCL

//// Club astronomique

Bruno PARISOT

Séances : du 22/09

17 séances du 13/09/16 au 04/07/17

Etude des constellations, du système solaire et de tout l'univers au cours d'observation et d'exposés pour mieux comprendre la fragilité de notre terre

Horaires : à la MCL, 2ème et 4ème mardi du mois de 20h00 à 22h00

Cotisation annuelle : 55 € + adhésion MCL

Enseignes
R. EULRY
BENBBA
LA COMMUNICATION A TRAVERS LES AGES.

ATOL
LES OPTICIENS

Thomas & Benoit FAISIEN
Opticiens diplômés

44-46, rue Saint-Jean
B.P. 86
88303 Neufchâteau
Tél. : 03 29 94 02 88
Fax. : 03 29 94 15 70
coulonopticiens@orange.fr

Rejoignez-nous sur www.opticiens-atol.com

Flashez et visitez le site de votre magasin Atol

Activités Jeunes et Adultes

//// Club informatique

En cours de recrutement

32 séances à partir du 15/09/16 au 22/06/17

Planté devant son ordinateur, tablette, iphone ou ipad, des solutions pour tous les niveaux

Horaires : lundi ou jeudi de 19h00 à 20h00

Cotisation annuelle : 130 € + adhésion MCL

///// Atelier de généalogie

M. VOIRIN, club de liffol généalogie

Séances : à partir du 15/09/16

Toutes les techniques et les adresses pour réussir la recherche de ses ancêtres ou d'événements historiques

Horaires : 1er et 3ème jeudi du mois de 10h00 à 12h00 et de 14h00 à 16h00

pour tout renseignement et/ou pour vous inscrire :

mail : club.liffol.genealogie@gmail.com

adresse : M. voirin & liffol généalogie, 2 rue H de vaudémont 88300 neufchâteau

///// Club d'œnologie

Apprendre à tout connaître sur les vins et à les apprécier

Réunion d'information le 16 septembre 2016 à 19H30

Cotisation annuelle 199 € pour 8 séances + adhésion MCL

*En panne d'idées cadeau ou tout simplement envie de faire plaisir,
pour toutes occasions, pensez à nos cartes cadeau personnalisables.*



Renseignements auprès de l'accueil.

Activités Jeunes et Adultes

Artisanat – Art du fil / Patchwork

Bernadette CHAUFFERT

17 séances du 12/09/16 au 12/06/17

Tel la peinture avec sa palette de couleur, l'assemblage de tissus décoratifs crée de véritables tableaux et chefs-œuvre

Horaires : lundi de 15h00 à 18h00 (1 semaine / 2) – Cotisation annuelle : 55 € + adhésion MCL

// Tricot

Mmes MAGE, PROST et TABELLION

32 séances du 13/09/16 au 13/06/17

Au rythme apaisant de « 1 maille à l'endroit, 1 maille à l'envers », un plaisir de faire et un anti stress à partager en toute convivialité – Horaires : mardi de 18h00 à 19h30 – Cotisation annuelle : 55 € + adhésion MCL

/// Dentelle aux fuseaux

Mmes BRABIS et LAMBERT

34 séances du 17/09/16 au 01/07/17

L'atelier propose une initiation à la dentelle aux fuseaux et perpétue ainsi la tradition locale. Horaires : samedi de 14h00 à 16h30 – Cotisation annuelle : 55 € + adhésion MCL

//// Crochet

Coralie MARCHAL

16 séances à partir du 17/09/16. dates des séances à définir avec l'intervenant

Horaires : samedi de 10h00 à 12h00 (1semaine/2) – Cotisation annuelle : 55 € + adhésion MCL

//// Atelier Couture Créative

Sylvie JOANNES

16 séances du 22/09/16 au 29/06/17

Un loisir créatif qui propose de revisiter les techniques de la couture et des arts du fil

Horaires : 2ème et 4ème jeudi du mois de 18h30 à 20h30 – Cotisation annuelle : 125 € + adhésion MCL

Artisanat / Atelier perles

Sylvie JOANNES

NOUVEAU

Séances à partir du 13/09/16

Tout l'art de fabriquer des perles et de les assembler en jolis bijoux (à partir de 14 ans)

Horaires : mardi de 18h30 à 20h00 (1 semaine/2) – Cotisation annuelle : 120 € + adhésion MCL

// Sculpture sur pierre

Jean-Louis ROLLIN

17 séances du 20/09/16 au 04/07/17

Se confronter à la roche brute en acquérant les gestes ancestraux et dans un acte artistique, donner enfin forme à la pierre. Horaires : 1er et 3ème mardi du mois de 18h30 à 20h30 – Cotisation annuelle : 130 € + adhésion MCL (participation achat matières premières)

/// Poterie

Anne-Marie LAMY

16 séances du 13/09/16 au 27/06/17

Après l'apprentissage des techniques de base, vient le plaisir unique de créer, les mains dans la « boue », ses propres objets utilitaires ou décoratifs.

Horaires : 2ème et 4ème mardi du mois de 19h00 à 21h00 –

Cotisation annuelle : 55 € + adhésion MCL (participation achat matières premières)

//// Vannerie

Mirjam EYER

11 séances à partir du 17/09/16 (dates des séances à définir avec l'intervenant)
Enfin la possibilité de tresser les matières végétales comme l'osier, le roseau ou le rotin
Horaires : samedi de 9h00 à 12h00 (1 samedi / 3) ou de 13h30 à 16h30
Cotisation annuelle : 130 € + adhésion MCL (participation achat matières premières)

//// Vitrail

Association Verre d'O Contrexéville

Selon la technique Tiffany, à la portée de chacun, l'atelier propose de mettre en jeu le verre et la lumière pour des compositions uniques
Réunion de mise en place avec les participants le mardi 27 septembre

Art de l'image / Atelier peinture : couleurs acryliques

Sylvie JOANNES

16 séances du 15/09/2016 au 06/07/17
Découverte et utilisation des principes du cercle chromatique dans la pratique de la peinture acrylique ; débutants et initiés (à partir de 14 ans).
Horaires : 1er et 3ème jeudi du mois de 18h30 à 20h30- Cotisation annuelle : 130 € + adhésion MCL

// Atelier photo

Jean-Pierre GUYOT

16 séances du 08/09/15 au 28/06/16
Pour tous ceux qui souhaitent faire de la Photo et non pas des photos : prises de vue, traitement de l'image etc..
Horaires : mardi de 20h00 à 22h00 : semaine paire Groupe 1ère année / semaine impaire Groupe 2 2ème année (si nombre suffisant) – mercredi de 20h00 à 22h00 : semaine paire 2ème année semaine impaire – otisation annuelle : 130 € + adhésion MCL

/// Atelier autour de la photo

Jean-Pierre GUYOT

10 séances du 08/09/15 au 28/06/16
horaires : 1er jeudi du mois de 20h00 à 22h00 cotisation annuelle : 40 € + adhésion MCL

//// Stage photos

Jean-Pierre GUYOT

Dates et thèmes :
- 18 novembre 2016 de 14h00 à 18h00 : savoir exposer sa photo
- 14 janvier 2017 de 14h00 à 18h00 : la composition
- 4 février 2017 de 14h00 à 18h00 : utilisation du flash en photo
Inscription obligatoire avant chaque stage auprès du secrétariat de la MCL. Cotisation : 35 €

Événementiel :

- Soirée orientale avec elina le 12 novembre 2016
- Téléthon le 5 décembre 2015
- 5ème Printemps de tous les Talents 8 et 9 avril 2017
- Nuit des étoiles au fort de bourlémont. Août 2017

Activités Jeunes et Adultes

Bien-être / Yoga

Marc FIRANG

32 séances du 12/09/16 au 03/07/17

C'est rassembler tout son être vers son centre, son cœur... pour parvenir au bien être tant au niveau de son corps que de son mental

Horaires : lundi de 18h15 à 19h30 - Cotisation annuelle : 195 € + adhésion MCL

// Yogothérapie

Cécile PINTADEAU

NOUVEAU

32 séances du 12/09/16 au 03/07/17

Sans se substituer à un traitement médical, la yogothérapie utilise toutes les postures du Yoga pour améliorer l'état de santé, restaurer l'équilibre physique que mental

Horaires : mardi de 10h30 à 12h00 - Cotisation trimestrielle : 65 € + adhésion MCL

/// Qi Gong

Patrick SCHNEIDER

34 séances à partir du 12/09/16 au 06/07/17

Gymnastique douce qui stimule les courant vitaux au sein du corps pour l'entretien de la santé tant physique que mentale

Horaires : lundi de 14h à 15h et le jeudi de 11h00 à 12h00 ou 12h15 à 13h15 - Cotisation annuelle : 195 € + adhésion MCL

/// Remue-méninges

Virginie HUSSENOT

34 séances du 14/09/16 au 28/06/17

la mémoire s'entretient elle aussi, l'atelier propose en ce sens des exercices ludiques simples à partager en toute convivialité

Horaires : mercredi de 9h45 à 11h15 - Cotisation annuelle : 125 € + adhésion MCL

Détente / Badminton

Thomas GENTIL et Mickaël HOMAND

Séances : à partir du 12/09/16

Dans une pratique de loisir, le badminton est un sport de haute dépense énergétique qui développe musculature, souplesse, réactivité et bonne humeur.

Horaires : lundi ou jeudi de 20h00 à 22h00 - Cotisation annuelle : 55 € + adhésion MCL - Lieu : cosec

NOUVEAUX BIJOUTIERS
DES BIJOUTIERS, DES VRAIS



**BIJOUTERIE
PERNOT FIXARY**

42, rue St Jean - 88300 NEUFCHATEAU
Tél. 03 29 94 01 16

100, place de Gaulle - 88800 VITTEL
Tél. 03 29 08 08 16

Activités Jeunes et Adultes

Danse / Danses de salon

William VALENTIN

32 séances du 12/09/16 au 03/07/17

Des cours pour maîtriser l'élégance et l'harmonie de la danse en couple : valse, tango, polka, paso doble, rock, etc....

Horaires : lundi de 19h30 à 21h00 débutants / 20h30 à 22h00 confirmés - Cotisation annuelle : individuel : 135 € + adhésion MCL / couple : 200 € + adhésion MCL

// Zumba

Maud FAGOT

34 séances à partir du 12/09/16 et jusqu'au 06/07/17

De l'espagnole « bouger vite et s'amuser » sous des rythmes latinos endiablés et ensoleillés, la zumba est un brûle-calories et excellent exercice cardiovasculaire bénéfique au moral

Horaires : lundi de 18h30 à 19h30 (salle des fêtes liffol le grand) et jeudi de 20h15 à 21h15 (MCL) - Cotisation annuelle * : 140 € pour 1 heure + adhésion MCL

** forfait accès illimité à tous les cours Zumba pour un tarif de 200 € + adhésion MCL*

/// Modern Jazz

Carole WITTEVEEN

32 séances du 14/09/16 au 14/06/17

D'influence américaine des années 30 40, cette danse rythmée et dynamique est caractérisée par la coordination des mouvements, le contrôle de la gravité et les isolations des parties du corps dans le respect d'une technique de base établie.

Horaires : mercredi de 19h00 à 20h30 - Cotisation annuelle : 160 € + adhésion MCL

Crédit Mutuel

18 RUE KENNEDY
à côté du
marché couvert
88300 NEUFCHATEAU



SANDWICHS
PÂTES
SALADES

Le Gargantua

VOTRE NOUVEL ESPACE DE RESTAURATION RAPIDE DE QUALITE

Activités Jeunes et Adultes

Entretien de la forme / Tonic Mix

Alexis SCHAPER

37 séances du 13/09/16 au 27/06/17*

Cour alternant renforcement musculaire et cardio

Horaires : mardi de 19h00 à 20h00 - Cotisation annuelle **: 150 € pour 1 heure + adhésion MCL

// Renforcement musculaire haut et bas du corps

Alexis SCHAPER

37 séances du 15/09/16 au 06/07/17* - Horaires : mardi de 18h00 à 19h00 et jeudi de 18h00 à 19h00 - Cotisation annuelle **: 150 € pour 1 heure + adhésion MCL

/// Step abdos fessiers

Alexis SCHAPER

37 séances du 15/09/16 au 06/07/17*

Horaires : jeudi de 19h00 à 20h00 - Cotisation annuelle **: 150 € pour 1 heure + adhésion MCL

//// Circuit training

Alexis SCHAPER

37 séances du 17/09/16 au 01/07/17*

Renforcement musculaire et cardio sous forme d'ateliers

Horaires : samedi de 11h00 à 12h00 - Cotisation annuelle **: 150 € pour 1 heure + adhésion MCL

** Dont 1 séance sur vacances de la Toussaint, d'Hiver et de Printemps*

***forfait accès illimité à tous les cours « entretien de la forme » pour un tarif de 223 € + adhésion MCL*

///// Atelier de Gymnastique Adultes de Neufchâteau (AGAN)

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN

32 séances du 12/09/16 au 03/07/17

MAUD FAGOT

Horaires : lundi de 15h00 à 16h00 - Cotisation annuelle * : 110 € pour 1 heure + adhésion MCL

32 séances du 16/09/16 au 16/07/17

Alexis SCHAPER

Horaires : vendredi de 18h00 à 19h00 - Cotisation annuelle * : 110 € pour 1 heure + adhésion MCL

GYM DOUCE

HÉLIO

- 32 séances du 12/09/16 au 03/07/17

Horaires : lundi de 17h00 à 18h00 - Cotisation annuelle * : 110 € pour 1 heure + adhésion MCL

- 32 séances du 12/09/16 au 03/07/17

Horaires : lundi de 18h30 à 19h30 (salle piscine neufchâteau) - Cotisation annuelle * : 110 € pour 1 heure + adhésion MCL

- 32 séances du 13/09/16 au 13/06/17

Horaires : mardi de 10h00 à 11h00 (rainville) - Cotisation annuelle * : 110 € pour 1 heure + adhésion MCL

- 32 séances du 13/09/16 au 13/06/17

Horaires : mardi de 19h00 à 20h00 (vicherey) - Cotisation annuelle * : 110 € pour 1 heure + adhésion MCL

- 32 séances du 15/09/16 au 22/06/17

Horaires : jeudi de 20h00 à 21h00 (gironcourt/vraine) - Cotisation annuelle * : 110 € pour 1 heure + adhésion MCL

**forfait 2 séances / semaine pour un tarif de 140 € + adhésion MCL*

ADHÉSION

Pour participer aux activités proposées, il faut être adhérent de la MCL et remplir les formalités suivantes à l'accueil :

- Compléter une fiche d'adhésion,
- Renseigner une fiche sanitaire (pour les adhérents de moins de 18 ans),
- Joindre un certificat médical (pour les activités sportives),
- Acquitter le montant de l'adhésion : 8.00 € pour les - 18 ans et 10.00 € pour les + 18 ans.

COTISATION

Pour la 1ère fois depuis 5 ans, une augmentation de 5 € est appliquée sur l'ensemble des cotisations et cela pour créer un emploi d'animateur qui assurera la gestion quotidienne de la maison. Merci de votre compréhension.

Les cotisations sont payables lors de l'inscription soit par chèque bancaire ou postal libellé à l'ordre de la mcl soit en espèces. La mcl accepte également les chèques ANCV, les coupons sports, les bons vacances et tickets loisirs CAF des Vosges et les aides des comités d'entreprise.

Possibilité du paiement des cotisations en 3 fois :

1/3 à l'inscription plus l'adhésion

1/3 début janvier 2017

1/3 début avril 2017

Les chèques sont déposés lors de l'inscription et mis au coffre jusqu'à l'encaissement pour les personnes pratiquant plusieurs activités (remises non cumulable) :

pour 2 activités, remise de 5 % sur la plus chère

pour 3 activités, remise de 10 % sur la plus chère

pour 4 activités, remise de 15 % sur la plus chère

Seules les absences justifiées par un certificat médical peuvent être remboursées à condition qu'il soit produit dans les 8 jours suivant l'arrêt de l'activité.



FONCTIONNEMENT DES ACTIVITES

Les activités de la mcl fonctionnent selon le rythme scolaire. Elles s'interrompent donc pendant les périodes de vacances scolaires et les jours fériés.

La mcl se réserve le droit d'annuler une activité si le groupe est insuffisant

ENSEMBLE SCOLAIRE JEANNE D'ARC

Ecole • Collège • LP

BAC PRO Accompagnement Soins et Services à la Personne



1 Avenue de Herringen 88300 NEUFCHATEAU
Tél 03 29 94 03 20 FAX 03 29 94 12 85
Mail : institution.jesusmarie@orange.fr

IMPRIMERIE MINUTE De Labelle

Vite ! ... Faites bonne impression !

SOLUTIONS RAPIDES POUR TOUS TYPES D'IMPRESSIONS

PROFESSIONNELS ET PARTICULIERS
**Flyers, affiches, brochures,
Cartes de visite...**

TÉL : 03 29 03 19 80

E-mail : labelle.pao@orange.fr
12 rue de France 88300 NEUFCHATEAU

AUX ARCADES

20 Rue Saint Jean www.lingerie.aux.arcades.fr
88300 NEUFCHATEAU

la mode dessus dessous
Prêt à Porter
lingerie

rcs EPINAL 384951067 Tél. 03 29 06 12 07 aux.arcades@wanadoo.fr
tva: Fr 22 381951067 email:

Grande Cordonnerie Française

49, rue Saint-Jean
88300 NEUFCHATEAU

Tél: 03 29 94 08 19

BOUCHERIE - CHARCUTERIE
TRAITEUR



LEMAIRE

3 bis, rue Camille-Sandre
88300 NEUFCHATEAU
Tél. 03 29 94 01 19

Ouvert : du mardi au jeudi de 8h30 à 19h15
le vendredi de 8h30 à 19h30
le samedi de 8h00 à 19h00
Fermeture : dimanche et lundi



**Mobilier et Fournitures de bureau
Informatique - Consommable
Professionnels et Particuliers**

ZAC CHAMP LE ROI - NEUFCHATEAU
Tél. 03 29 94 25 22 / www.pleinciel.info

*Institut de beauté
Soins du Monde
Fleur de coton*

Tél. : 03 29 94 74 41

920 bis avenue Division Leclerc
88300 NEUFCHATEAU

*Ouvert du lundi au samedi de 9h à 19h non stop
Ferme le lundi midi et samedi midi*

LE RIALTO Hôtel **^{NN} - Bar
- Restaurant
67, rue de France
NEUFCHATEAU
Tél. 03 29 06 09 40

Terrasse et salades d'été

www.rialto-vosges.com

OUVERT 7J/7J



S.A.M. INFORMATIQUE

SOLUTIONS INFORMATIQUES POUR LES
PROFESSIONNELS ET LES PARTICULIERS

INFORMATIQUE

TÉLÉPHONIE

VIDÉOSURVEILLANCE

Tél. 03 29 94 72 90

Direction Chaumont - Route de Frébecourt
Z.I. TORRIERES - 88300 NEUFCHATEAU

BASTIEN

Boulangerie • Pâtisserie • Chocolaterie



88300 NEUFCHATEAU
TÉL : 03 29 94 17 79
www.boulangeriebastien.fr