



**MJC
LABRUGUIÈRE**

NEWSLETTER

☎ 05 63 73 33 50 facebook.com/mjclabruguiere mjclabruguiere.fr

AVRIL 2020

A LA UNE / *La MJC reste connectée avec vous !*

Dans ce contexte de crise sanitaire/Covid-19, les locaux de la MJC de Labruguière sont actuellement fermés et toutes les activités suspendues.

Afin de rester en contact avec les adhérents, Céline, Directrice de la MJC, assure des permanences du lundi au vendredi 9h-12h et 14h-17h par téléphone au 06.48.69.50.75 ou par email : secretariat-mjclabruguiere@wanadoo.fr



LA MJC DE LABRUGUIÈRE

reste connectée avec vous !

#restezchezvous #restezconnectés

Les animateurs de la MJC restent également connectés avec les jeunes !

Elvia, Bena et Sébastien proposent de se connecter sur la page Facebook à différents moments de la semaine pour permettre aux plus jeunes de discuter, de s'informer, de jouer, de partager leur ressenti par rapport à la crise actuelle, proposer des idées d'animations à venir...

Chers parents, n'hésitez pas à communiquer les liens ci-dessous à vos enfants !

Pour vous connecter avec les animateurs, devenez amis avec les comptes suivants !

[Compte facebook en cliquant ici !](#)

[Compte Instagram en cliquant ici !](#)

ou par mail à : mjclabruguiere@gmail.com

#restezchezvous #restezconnectés



L'ACTION JEUNES DE LA MJC
reste connectée avec vous !

TOUS LES MARDIS DE 14H A 17H avec ELVIA
TOUS LES MERCREDIS DE 14H A 17H avec SEB
TOUS LES JEUDIS DE 14H A 17H avec BENA

sur le facebook de la MJC :
[facebook.com/mjclabruguiere.tarn](https://www.facebook.com/mjclabruguiere.tarn)



#restezchezvous #restezconnectés mjclabruguiere.fr

CLUBS D'ACTIVITES / *Partagez vos idées !*

Pendant ce confinement, comme vous pouvez le voir, la MJC de Labruguière souhaite rester en contact avec ses adhérents et avec ses responsables des clubs d'activités. Nous souhaitons vous inviter, si vous le souhaitez (il n'y a aucune obligation), à participer à nos publications qui sont diffusées sur les réseaux sociaux et sur cette Newsletter (voir à droite).

Pour cela, il vous suffit d'envoyer par email à secretariat-mjclabruguiere@wanadoo.fr ce que vous souhaitez partager, qui est en lien avec votre club d'activité et qui peut permettre de faire passer un bon moment aux adhérents confinés chez eux. Vous pouvez envoyer quelques choses à publier chaque semaine si le cœur vous en dit.

Voici quelques exemples... même si des idées vous n'en manquez pas ! Vidéo et/ou tuto pour les clubs sportifs, artistiques, la relaxation, l'éveil musical, le multimédia, le théâtre ... fiche technique pour les clubs artistiques ... recettes de cuisine/club cuisine, quelques photos/club photo... **Merci d'avance pour ceux et celles qui pourront participer !**

ACTION JEUNES / *Séjours d'été :*

Profitez du confinement pour vous inscrire !

Le confinement et la crise sanitaire ne nous permettent pas de nous projeter très loin... cependant, nous maintenons nos séjours jeunes prévus cet été, les inscriptions sont donc toujours ouvertes !

Du 6 au 10 juillet, pour le séjour à Mèze/Sète, il reste 6 places !

Du 24 au 28 août, un séjour à Tarassac, il reste 14 places !

Un bivouac est également proposé, à Tarassac, **les 15 et 16 juillet**, il reste 15 places !

Retrouvez le descriptif, les tarifs, des deux séjours et du bivouac [en cliquant sur mjclabruguiere.fr](https://www.mjclabruguiere.fr)

En raison de la crise sanitaire actuelle le chantier loisir prévu du 6 au 10 avril, en partenariat avec la Ville de Labruguière et la CAF (pour les jeunes inscrits au séjour à Mèze/Sète) est bien entendu annulé.

Le secrétariat étant fermé, nous vous invitons à faire l'inscription par voie postale afin de bloquer l'inscription dès à présent. Si nous ne l'avons pas encore, envoyez le dossier d'inscription annuel du jeune ([disponible en cliquant ici](#)) avec le règlement de l'adhésion et/ou joindre un acompte de 50€ pour le séjour à : MJC Labruguière, 1 Avenue Victor Averous 81290 Labruguière.



Brigitte Siguier, intervenante yoga, propose aux adhérents du yoga une newsletter dans laquelle chacun peut mettre quelque chose qu'il veut partager avec les autres : Une lecture, une recette, une pensée etc.. Brigitte y partage des pratiques de yoga. Si vous souhaitez y participer ou la recevoir, inscrivez-vous à partir de son site : [Cliquez ici !](#)

Sébastien Tailhades, animateur multimédia à la MJC vous propose des moyens pour discuter en visioconférence... [Cliquez ici !](#)

INFOS

Les locaux sont actuellement fermés mais nous restons joignables !

Horaires Secrétariat

Des permanences sont mises en place du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h

Contactez-nous par mail : secretariat-mjclabruguiere@wanadoo.fr
Par téléphone : 06 48 69 50 75

DES ANTI-VIRUS... 😊

Voici quelques « Antivirus » proposés par les responsables des clubs d'activités et autres... pour passer le temps...

Hélène Marques, intervenante au club théâtre, vous invite à vous diriger vers ce site qui met à disposition des captations intégrales de pièces de théâtre jeune public et autre... [Cliquez ici !](#)

Bénédicte Trento Mylonas, intervenante sophrologie et relaxation à la MJC, vous propose des exercices expliqués en détail sur son blog [Cliquez ici !](#)

Virginie Conan, intervenante Pilate et gym entretien, vous invite à faire quelques exercices via les liens suivants : [Cliquez ici !](#) et [Cliquez ici !](#)

Martine Caillens, intervenante couture, vous présente un exemple d'ouvrage réalisé dans le cadre de l'atelier...

Parents, De nombreuses informations, idées, bons plans sont sur la page facebook de « Parentillages » [Consultez la page en cliquant ici !](#)

[Consultez notre page facebook !](#)

