



LE MIKADO
MJC CENTRE SOCIAL ANNECY NORD



SAISON 21_22

ÉDITO

Soyons optimistes, ne perdons pas l'espoir. Demain la convivialité, la pratique des loisirs collectifs, le partage des connaissances, retrouveront toute leur place dans notre société temporairement affectée par une pandémie dévastatrice.

Oui, le fonctionnement du Mikado a été perturbé par la COVID-19 et ses conséquences dans nos vies quotidiennes.

Cependant, les équipes du Mikado, bénévoles et professionnelles, se sont adaptées, jour après jour, à l'évolution des circonstances. Des actions nouvelles ont été développées : visites virtuelles d'expositions, animations via les réseaux sociaux, concerts aux fenêtres, ateliers en plein air, permanences d'information et d'aide à la prise de rendez-vous pour la vaccination...

L'inventivité a guidé nos actions. En gardant toujours à l'esprit la mission fondamentale d'Éducation Populaire, elles n'ont cessé de :

- privilégier la rencontre avec l'autre et l'insertion sociale permanente,
- contribuer à l'épanouissement de la personne par l'accès à l'Éducation et à la Culture,
- encourager et participer à la construction d'une société plus solidaire.

Pour la saison 2021-2022 à venir, sont reconduits les activités, dispositifs, espaces d'accueil et d'animation actuels. Ils pourront être modifiés ou revisités en fonction des circonstances.

Parmi les nouvelles activités proposées vous découvrirez : le dessin manga, la danse en duo enfant-parent, la danse k-pop, des cours de ukulélé, des cours « collectif musical » (piano, chant, guitare), du viniyoga. Mais aussi des cycles de montage vidéo, des ateliers artistiques, des ateliers recycl'art...

Affirmant leur mission d'Éducation Populaire, les bénévoles responsables et les professionnels du Mikado, continueront avec vous, adhérents et usagers :

- d'encourager vos initiatives, et d'accompagner votre formation professionnelle ou artistique,
- de développer la connaissance des arts visuels, à travers le cinéma et l'art contemporain,
- de renforcer l'action sociale, l'échange avec et entre les habitants, d'élargir la coopération associative,
- de sensibiliser et éduquer à la citoyenneté.

Gardez confiance, venez partager avec nous ce projet éducatif, social et culturel. Après la pluie, le beau temps !

Bienvenue à vous !

Les administrateurs bénévoles et les professionnels du Mikado



SOMMAIRE

LE MIKADO

Édito	2
Les sites du Mikado et leurs espaces	4
Sommaire par âge	5
L'association et l'adhésion	6-7

LE MIKADO : VOTRE CENTRE SOCIAL

8-9

Petite-enfance	10-11
Accueil de loisirs	12
Accompagnement à la scolarité et aide aux devoirs	13
Jeunesse	14-15
Médiation	16
Accompagnement aux démarches administratives	17
Famille & habitants	18-20
Seniors	21
La MJC Centre Social mobile	22-23
Mikado Plage	24-25

LA CULTURE À PORTÉE DE TOUS

26-27

Cinéma Le Mikado	28-29
L'espace d'art contemporain	30-31
Les expositions du Duplex	32
Le spectacle vivant	33

GUIDE PRATIQUE DES ACTIVITÉS DE LOISIRS À L'ANNÉE

34-35

Activités enfants	36-37
Activités ados	38-39
Activités adultes & seniors	40-41
Planning hebdo des activités de loisirs	42-43

LES CYCLES, STAGES, ANIMATIONS...

44-45

Planning hebdo des cycles, stages, animations...	46-47
--	-------

COORDONNÉES, HORAIRES ET ACCÈS

48

LES SITES DU MIKADO & LEURS ESPACES

SOMMAIRE PAR ÂGE

LE SITE NOVEL



2 Place Annapurna

L'accueil Site Novel **35, 48**
 Le Cinéma Le Mikado **11, 26, 28-29**
 Le Kube, salle de spectacle **33**
 Le Duplex, espace d'exposition **32**
 Les salles d'activités : Cousteau, Duncan, Jarniat, Freud, Evans, Santana, l'Appartement **34-47**

PAGES

LE BIS



2 rue Louis Armand

PAGES

14-15, 17-18
20-21

L'ÉCOLE VALLIN-FIER



1 rue Lucie Aubrac

L'accueil de loisirs 3-11 ans **12**

PAGE

LE SITE TEPPES



Place des Rhododendrons

L'accueil Site Teppes **35, 48**
 L'espace d'art contemporain **26, 30-31**
 L'Amphithéâtre, salle de spectacle **33**
 La salle de motricité **10-11, 44-45**
 Les salles d'activités : Salle Danse, l'Atelier, la Cuisine, Cité des bébés, Salle Polyvalente **34-47**

PAGES

LA MJC CENTRE SOCIAL MOBILE



Près de chez vous : dans votre rue, sur le marché de Novel, sur le territoire...

PAGES

16, 18-19
22-23
24-25

LES TOUT-PETITS (0-3 ANS)

- La petite-enfance **P. 10-11**
- Les ateliers enfants-parents **P. 19**
- Les spectacles jeune public **P. 33**
- Les activités de loisirs à l'année (baby fit & jeux, éveil musical) **P. 36-37**
- Les autres activités (cycles massages bébé, cycles d'éveil en langue arabe...) **P. 44-45**

LES ENFANTS (3-11 ANS)

- Le Patio, lieu d'accueil enfants-parents **P. 10**
- Les ateliers enfants-parents, les ateliers d'éveil aux arts plastiques, le cinéma, les activités de loisirs **P. 10-11**
- L'accueil de loisirs **P. 12**
- L'accompagnement à la scolarité et l'aide aux devoirs **P. 13**
- Festival Cinémimo **P. 28**
- Les visites goûters de l'espace d'art contemporain **P. 30**
- Les spectacles jeune public **P. 33**
- Les activités de loisirs à l'année (forme, danse, théâtre, musique, langues) **P. 36-39**
- Les autres activités (stages, cycles, ateliers, rdv...) **P. 44-45**



LES JEUNES (12-17 ANS)

- L'accompagnement à la scolarité et l'aide aux devoirs **P. 13**
- Les activités jeunesse **P. 14-15**
- Mikado Plage **P. 24-25**
- Les activités de loisirs à l'année (forme, danse, théâtre, musique, arts plastiques) **P. 38-39 et P. 42-43**
- Les autres activités (stages, cycles, ateliers, rdv...) **P. 44-45**

LES ADULTES

- Médiation **P. 16**
- Accompagnement aux démarches administratives **P. 17**
- Famille-habitants **P. 18-20**
- La MJC Centre Social mobile **P. 22-23**
- Mikado Plage **P. 24-25**
- Les animations et espaces culturels (Cinéma Le Mikado, espace d'art contemporain, expositions, spectacle vivant...) **P. 26-33**
- Les activités de loisirs à l'année (forme, bien-être, danse, théâtre, musique, langues) **P. 40-43**
- Les autres activités (ateliers Recycl'art, cycles montage vidéo...) **P. 44-45**



LES FAMILLES

- Le Patio, lieu d'accueil enfants-parents **P. 10**
- Les ateliers enfants-parents **P. 10**
- Famille-habitants (café des parents, petit-déj' en famille, ateliers petites réparations, sorties familles...) **P. 18-20**
- La MJC Centre Social mobile **P. 22-23**
- Mikado Plage **P. 24-25**
- Festival Cinémimo **P. 28**
- Les visites goûters de l'espace d'art contemporain **P. 30**
- Le spectacle vivant **P. 33**
- La danse en duo enfants-parents **P. 36**
- Les autres activités (cycles chant prénatal, éveil en langue arabe, apprentissage massages bébé...) **P. 44-45**

LES SENIORS

- Les seniors (rendez-vous seniors, numérique solid@ires, séances ciné-seniors...) **P. 21**
- Activités loisirs à l'année (forme et équilibre seniors, yoga seniors) **P. 40-41**
- Les autres activités (stages, cycles, ateliers, rdv...) **P. 44-45**

L'ASSOCIATION ET L'ADHÉSION

NOTRE ASSOCIATION

Le Mikado MJC Centre Social c'est un ensemble d'équipements polyvalents, ouverts à tous, où chacun peut :

- Pratiquer des activités liées à la culture, aux loisirs.
- Bénéficier d'un accompagnement à l'insertion ou à la garde d'enfant.
- Se familiariser avec l'art et les pratiques artistiques.
- Échanger, tisser du lien avec ses concitoyens.

Nos missions :

- Renforcer les solidarités, créer du lien social.
- Prévenir et diminuer les exclusions.
- Animer la vie du quartier avec les habitants.
- Favoriser le vivre ensemble et la créativité de chacun.e.



NOS PARTENAIRES

Les services d'Annecy Commune Nouvelle, le CCAS d'Annecy, la CAF, les MJC et Centres Sociaux, l'ADMJC, les écoles, les collèges et les lycées (en particulier le collège Evire), l'association Passage, « Femme, Parole et Mouvement », le REAPP, les services de Justice et de Police, le Comité de Quartier Novel-Teppes, la Fanfare la Ripaille à Sons, Elys Formation, les Bouchons d'Amour, Grand Courbe Théâtre, Halpades, Haute-Savoie Habitat, les Mômes de Novel, les APE des écoles des Teppes, de Novel et de Vallin-Fier, l'ACRIRA, le CITIA, Canopé 74, l'Auditorium, la Turbine, le Rabelais, le Parnal, le CDPC, l'ADCH, Bonlieu Scène nationale, le Brise-Glace, la Maison de l'Architecture en Haute-Savoie, le CAUE, ARTYS, Grandir et Créer, Unis-Cités, La Mission Locale Jeunes du Bassin Annécien...

NOTRE FONCTIONNEMENT

En devenant adhérent-e-s du Mikado, vous participez à la vie de notre association et partagez ses objectifs.

Lors de l'Assemblée Générale, vous êtes informé-e-s de la marche de l'association, et contribuez à la définition de ses objectifs.

Vous pouvez faire partie du Conseil d'Administration qui gère et anime l'association.

Le Conseil d'Administration (C.A.) est composé de bénévoles, membres élus parmi les adhérents, de membres de droit (représentants de la Ville d'Annecy et Conseil départemental de Haute-Savoie) et de membres associés (représentants d'associations et institutions partenaires).

Le Bureau, désigné par le C.A., met en œuvre ses décisions et gère l'association au quotidien, assisté par l'équipe des professionnels.

Vous pouvez consulter sur notre site la composition des instances : www.lemikado.org/lassociation

L'ADHESION AU MIKADO

En tant qu'adhérent, vous pouvez :

- Vous inscrire à nos activités de loisirs ou sportives régulières, à l'accueil de loisirs, aux activités jeunesse...
- Vous engager bénévolement dans la vie de l'association : en animant bénévolement une activité, en contribuant à l'élaboration de projets nouveaux...
- Exprimer votre opinion lors de l'Assemblée Générale du Mikado.
- Être candidat-e au Conseil d'Administration (pour les plus de 16 ans).
- Bénéficier de tarifs préférentiels (cinéma, spectacles...).

En tant qu'adhérent-e, vous devez :

- Respecter les convictions de chacun, vous interdire tout prosélytisme, et appliquer les principes de la laïcité.
- Respecter les valeurs républicaines.
- Appliquer les consignes d'hygiène et de sécurité en vigueur.



« Adhérer au Mikado, c'est approuver son Projet Associatif et défendre les valeurs de tolérance, de démocratie et de laïcité. »

LE MIKADO : VOTRE CENTRE SOCIAL

UN CENTRE SOCIAL, C'EST QUOI ?

Partout, en France, les centres sociaux sont des structures de proximité qui proposent des activités et des services pour répondre aux besoins des habitant-e-s sur un territoire. Mais plus encore : ils animent le débat démocratique, accompagnent des mobilisations et des projets et construisent de meilleures conditions de vie, aujourd'hui et pour demain.

LE MIKADO, UN CENTRE SOCIAL, POUR ET AVEC LES HABITANT-E-S

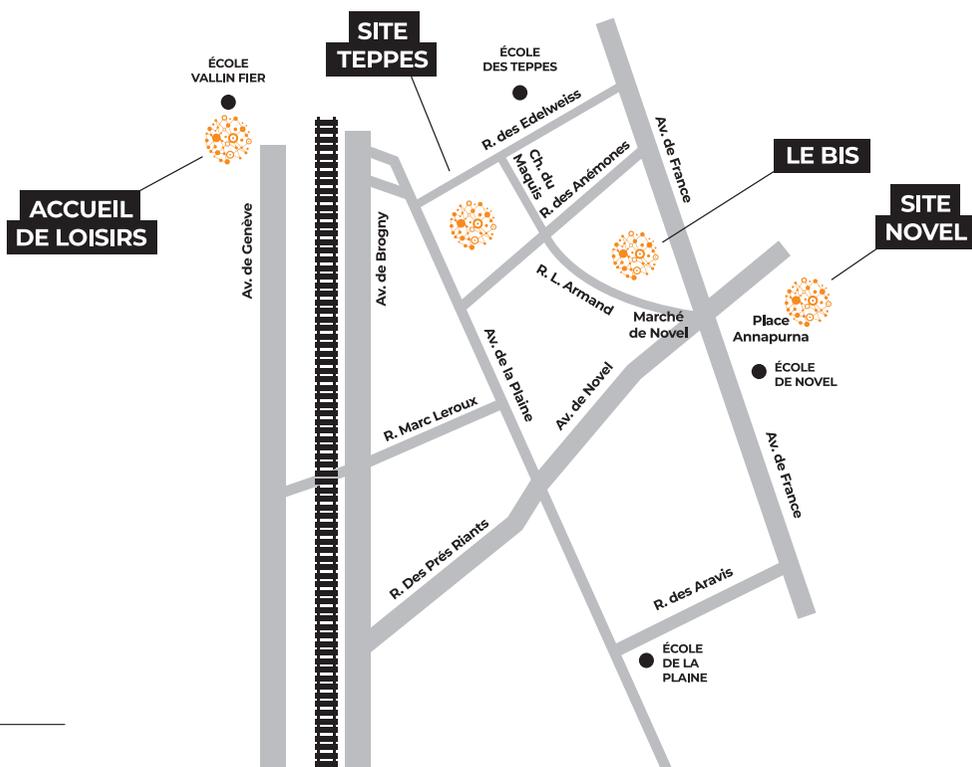
Le Mikado est un centre social agréé par la Caisse d'Allocations Familiales. Notre projet d'agrément a été obtenu pour la période 2019-2023. Il est conçu pour être construit et porté par les habitant-e-s du territoire Novel, Teppes, Vallin-Fier. **Autrement dit, le Mikado Centre Social : c'est vous !**

LES TROIS AXES DE NOTRE PROJET SOCIAL :

- Permettre aux habitant-e-s et usagers du territoire d'être acteur-trice-s de leur vie de quartier.
- Considérer le territoire d'intervention du Mikado dans son ensemble et ses spécificités.
- Soutenir la structure familiale.

NOS OBJECTIFS, VOUS FAIRE PARTICIPER :

- À l'amélioration de vos conditions de vie.
- Au développement de l'éducation et de l'expression culturelle.
- Au renforcement des solidarités.
- À la prévention et à la réduction des exclusions.



Dans cet espace du possible, notre vocation est de permettre à chacun d'avoir le pouvoir d'agir !

Vous avez des idées, des projets, des envies ? Partageons-les et réalisons-les ensemble ! Tous les membres de l'équipe du Mikado, bénévoles et professionnel-le-s, sont à votre écoute.



PETITE ENFANCE

NOTRE LIEU D'ACCUEIL ENFANTS - PARENTS (L.A.E.P.) : LE PATIO

Du lundi au samedi	Site Teppes	0 - 6 ans
--------------------	-------------	-----------

Le **Patio** accueille les enfants de la naissance à 6 ans, accompagnés par un parent, ou un grand parent. C'est aussi un lieu ouvert aux futurs parents. Cet espace est anonyme, confidentiel et accessible à tous. C'est un lieu pour échanger, jouer, passer un temps avec son enfant, favoriser son éveil, et créer de nouveaux liens, entre parents, et entre enfants.



ADHÉSION OBLIGATOIRE Tarif : accès libre dans la limite des places disponibles.

HORAIRES	MATIN	APRÈS-MIDI
LUNDI	—	16h-17h45
MARDI	—	16h-18h30
MERCREDI	10h-12h	—
JEUDI	—	16h-17h45
VENDREDI	9h-11h30	16h-18h30
SAMEDI	9h-11h30	—



MULTI SITES

LES ATELIERS ENFANTS-PARENTS

Les mercredis 16h-17h30	Multi sites	0 - 10 ans
-------------------------	-------------	------------



Du lundi au samedi (pendant les vacances scolaires)	Multi sites	0 - 6 ans
---	-------------	-----------

Une programmation d'ateliers ludiques et d'éveil pour découvrir et partager un moment en famille. Et pendant les vacances : des sorties, des animations thématiques, des ateliers créatifs ou culinaires...



Programmes sur www.lemikado.org

Tarifs : en fonction des activités.

LES ATELIERS D'ÉVEIL AUX ARTS PLASTIQUES

Un jeudi par mois (hors vacances scolaires)	Site Teppes	18 mois - 2 ans 16h15-16h45
		3 - 4 ans 17h-17h45 + parent ou adulte référent



Ces ateliers pensés et animés par l'équipe de l'espace d'art contemporain, sont une bulle pour créer et tisser du lien avec votre enfant, au travers de l'art.

Calendriers et programmes sur www.lemikado.org

ADHÉSION OBLIGATOIRE Tarifs à la séance : en fonction des activités
18 mois-2 ans : 2€ (annéciens), 4€ (ext.)
3-4 ans : 3€ (annéciens), 6€ (ext.).



: Activités enfant-parent

LE CINÉMA ET LES SPECTACLES JEUNE PUBLIC

Tout au long de l'année	Multi sites	
-------------------------	-------------	--

Au Mikado, le cinéma et les spectacles c'est aussi pour les tout-petits grâce à une programmation et des horaires adaptés. En février-mars, Cinémino propose des films accessibles dès 3 ans. Et en avril, le Festival itinérant Petit Patapon leur est entièrement dédié, avec des spectacles, des courts métrages, des ateliers !

Plus d'infos : www.lemikado.org
www.festivalcinemino.org
www.petitpatapon.net

Tarifs cinéma : 4,50€ la séance pour les enfants.



APPRENTISSAGE MASSAGE BÉBÉ

Cycles de 4 séances d'une heure	Site Teppes	2 - 6 mois
---------------------------------	-------------	------------



Accompagnés par Dominique, infirmière puéricultrice bénévole formée en massage bébé, partagez un moment de tendresse et d'éveil avec votre bébé, et échangez avec les autres parents.

Date des cycles sur : www.lemikado.org

ADHÉSION OBLIGATOIRE Tarif : 4€ le cycle.

ÉVEIL EN LANGUE ARABE

Cycles de 10 séances	Site Teppes	0 - 2 ans + parent
----------------------	-------------	--------------------

Eveillez votre bébé à l'arabe autour de petits échanges, de chansons et d'histoires... (plus d'infos p. 44).



ADHÉSION OBLIGATOIRE Tarifs au cycle : 10€ (annéciens) / 25€ (extérieurs).

LES ACTIVITÉS DE LOISIRS

30 séances à l'année	Multi sites	Dès 3 ans
----------------------	-------------	-----------

Au Mikado votre enfant peut s'éveiller à la danse, à la musique, ou à la gym tout au long de l'année (plus d'infos p. 36-37).



ADHÉSION OBLIGATOIRE Tarifs : en fonction des activités.

ET PROCHAINEMENT AU MIKADO SITE TEPPES :

MiniKADO, un nouvel espace de deux étages dédié aux 0-2 ans, accompagnés de leurs parents. Un lieu pour favoriser la découverte des tout-petits et leur autonomie, dans un environnement écoresponsable avec zéro plastique, zéro écran et sans produits toxiques ! En collaboration avec le Lab de la Cité des Bébé et de la Cité des Sciences et de l'Industrie.

L'ACCUEIL DE LOISIRS



POUR LES ENFANTS DE 3 À 11 ANS

Chaque mercredi et pendant les vacances scolaires, l'équipe d'animation accueille vos enfants pour de nombreuses activités : jeux extérieurs, créations manuelles et artistiques, sorties découvertes... autour de thématiques variées. L'accueil de loisirs du Mikado est proposé en lien avec nos événements, et en transversalité avec nos équipes (cinéma, art contemporain...).



	LES MERCREDIS	TARIFS ANNÉCIENS (en fonction de votre quotient familial)
JOURNÉE AVEC REPAS	Arrivée entre 7h30 et 9h et départ entre 17h et 18h30	12€ à 18,78€ (moins aide Ville) + prix du repas
MATINÉE AVEC REPAS	Arrivée entre 7h30 et 9h et départ à 13h30	5,21€ à 11,77€ (moins aide Ville) + prix du repas
APRÈS-MIDI SANS REPAS	Arrivée à 13h30 et départ entre 17h et 18h30	4,17€ à 11,28€ (moins aide Ville)
	LES VACANCES	TARIFS ANNÉCIENS (en fonction de votre quotient familial)
JOURNÉE AVEC REPAS	Arrivée entre 7h30 et 9h et départ entre 17h et 18h30	12€ à 18,78€* (moins aide Ville) + prix du repas



INFOS PRATIQUES

Adresse : École Vallin-Fier, 1 rue Lucie Aubrac

Une navette est proposée depuis les Sites Novel et Teppes du Mikado (vos enfants sont accompagnés par nos animateurs jusqu'à Vallin-Fier). Pour en bénéficier, précisez-le à l'inscription.

L'inscription est possible tout au long de la saison, aux accueils du Mikado Site Teppes et Site Novel.

Les documents à fournir :

- Attestation de quotient familial CAF
- Carnet de santé de l'enfant (les vaccins doivent être à jour)
- Facture de la mairie indiquant votre tarif repas

* Bons CAF déductibles

ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ & AIDE AUX DEVOIRS



Afin de les aider à gagner en confiance, en autonomie et en efficacité, le Mikado accompagne les élèves du CP à la Terminale, à travers un programme d'ateliers pédagogiques (Le C.L.A.S.) et d'une aide aux devoirs.

L'ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ (LE C.L.A.S.)

Les lundis, mardis, jeudis et vendredis
Entre 17h et 19h

Multi sites



À travers des ateliers pédagogiques thématiques (autour du cinéma, des arts de la scène, de la gastronomie, des arts plastiques, de la protection de l'environnement...) nous proposons aux enfants d'apprendre en s'amusant, et de s'amuser en apprenant. En lien avec son école et ses parents, l'élève doit s'engager à suivre au moins deux ateliers hebdomadaires, tout au long de l'année scolaire.

Ce Contrat Local d'Accompagnement à la Scolarité (C.L.A.S.) est organisé en partenariat avec la CAF 74 et la Ville d'Annecy.



L'AIDE AUX DEVOIRS

Les lundis, mardis, jeudis et vendredis
Entre 17h et 19h

Site Teppes

Encadrés par notre équipe de professionnels et de bénévoles, les élèves inscrits au C.L.A.S. peuvent bénéficier d'une aide aux devoirs.

INFOS PRATIQUES

Fiche de préinscription à retirer aux accueils du Mikado dès la rentrée de septembre. Un rendez-vous avec la référente pédagogique est organisé avant toute inscription.



Gratuit

Pour plus d'informations, contactez-nous au 07 68 14 85 14.

JEUNESSE

MULTI
SITES

Au Mikado les jeunes de 12 à 17 ans, accompagnés par notre équipe d'animateurs, peuvent devenir acteurs de leurs loisirs et de leurs projets !

TU VEUX DONNER VIE À TES PROJETS ?

Tu as une idée ? Une envie ?

Nos animateurs t'accompagnent pour te permettre de les réaliser (recherche d'autofinancement, soutien à l'organisation...).

Tu veux t'impliquer dans des actions près de chez toi ?

Au Mikado, le secteur jeunes participe à l'élaboration d'événements et d'animations autour de projets culturels, sportifs, citoyens, environnementaux (journée éco-citoyenne, Mikado Plage, Carnaval...).

INFOS PRATIQUES

ADHÉSION OBLIGATOIRE (10€ enfant ou 22€ famille)
Accompagnement projet gratuit

Tu peux contacter les animateurs
au **07 69 87 95 90** ou au **07 83 06 55 81**



TU VEUX DÉCOUVRIR DE NOUVELLES ACTIVITÉS ?

Les mercredis
14h-18h

Les samedis
10h-12h
et 14h-18h

Pendant les vacances scolaires, du lundi au vendredi,
9h-12h
et 14h-18h



On concocte ensemble un programme de sorties, de découvertes, d'activités sportives ou culturelles. Des stages (vidéo, boxe, danse hip-hop...) sont également organisés pendant les vacances.

Retrouve les rendez-vous sur www.lemikado.org

INFOS PRATIQUES

ADHÉSION OBLIGATOIRE (10€ enfant ou 22€ famille).
Tarifs en fonction des activités.

Inscriptions aux activités : aux accueils du Mikado.

- Tes parents viennent prendre ton adhésion et remplir ta fiche sanitaire pour l'année scolaire. Pour les sorties nécessitant une autorisation parentale, ils doivent aussi se déplacer à l'un de nos accueils.
- Pour les autres activités, tu peux t'inscrire seul directement à l'un de nos accueils.

Plus d'infos au **04 50 57 56 55**



Capoeira, dessin manga, danse hip-hop ou k-pop, théâtre, chorale pop et beaucoup d'autres encore : découvre toutes les activités de loisirs à l'année dédiées aux ados (voir p. 38-39)

JEUNESSE



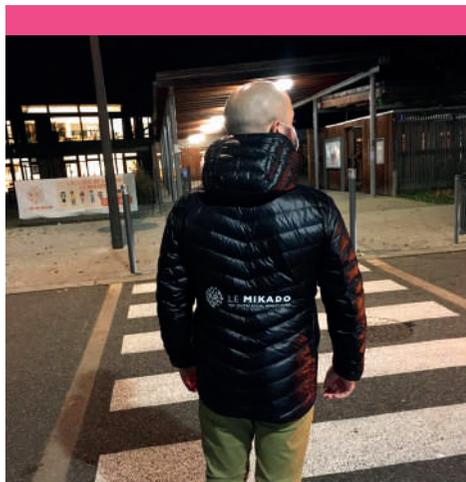
MÉDIATION

Soucieux du vivre ensemble, le Mikado poursuit son initiative sur le territoire. Autour de notre projet social et grâce à notre équipe de médiateurs sociaux, nous proposons un accompagnement dont l'objectif est de favoriser la rencontre, le tissage de liens, et de permettre aux 16-25 ans de participer à la vie locale.

Les médiateurs du Mikado, travailleurs sociaux, œuvrent en lien étroit avec les partenaires du territoire, et avec tous nos pôles (Enfance-Jeunesse, Famille-Initiatives-Habitants et Arts visuels), afin d'orienter les publics vers les personnes ressources compétentes.

Toute l'année, ils sont présents sur le territoire Novel, Teppes, Vallin-Fier, du mardi au samedi, l'après-midi et en soirée.

Leur mission : « raccrocher » les jeunes de 16 à 25 ans vers de l'emploi, des activités culturelles ou sportives. Ils les accompagnent aussi sur des projets collectifs ou les aident à rédiger un CV, trouver un stage...



Parmi les outils à leur disposition : le Centre Social mobile du Mikado, le Bis, ou encore l'Appartement, un espace convivial situé au Mikado Site Novel. Vous pourrez aussi les retrouver désormais dans le local situé au 16 rue Léandre Vaillat.

ACCOMPAGNEMENT AUX DÉMARCHES ADMINISTRATIVES



Dans un cadre chaleureux, les professionnels du Mikado vous accueillent et vous écoutent afin de vous accompagner et de vous informer autour de vos démarches.

Ce que nous pouvons faire :

- Vous aider à constituer des **dossiers administratifs**.
- Vous guider dans les **documents à rassembler**.
- Vous aider à **remplir une demande** sur internet ou sur papier.
- Vous aider à **rédiger des courriers**, textes ou demandes écrites diverses.
- **Mettre à votre disposition un outil informatique connecté à Internet**, afin de réaliser des démarches (mise à jour d'un CV, rédaction d'une lettre...).
- **Appeler des organismes**, institutions, pour faciliter le dénouement d'une situation.
- Vous **aider à prendre un rendez-vous** par téléphone ou internet.
- Vous **aider à comprendre un courrier** reçu.



INFOS PRATIQUES

Les lundis
9h-12h



Gratuit
Ouvert à tous, sans rendez-vous
Plus d'informations : **04 50 57 56 55**

Si nous ne pouvons pas vous aider directement, nous vous orienterons vers les structures compétentes.



FAMILLE-HABITANTS

MULTI SITES

Pour les adultes, les familles, les habitants, le Mikado est un espace de rencontres et de convivialité, mais aussi d'expression de vos envies, de réalisation de vos projets et de vos initiatives !

DES ESPACES D'ÉCOUTE ET D'ACCOMPAGNEMENT

HORS VACANCES SCOLAIRES

Accompagnement aux démarches administratives

Les lundis
9h-12h

Le Bis

Infos page 17.

Le café des parents

Une fois par mois

Site Teppes

Adultes

Un espace d'échange convivial entre parents, autour de thématiques portant sur l'éducation et la parentalité. Une fois par trimestre, un temps fort animé par un-e spécialiste.

Dates et programmes sur www.lemikado.org

ADHÉSION OBLIGATOIRE

Gratuit, sur inscription.



DES TEMPS D'ÉCHANGE ET DE CONVIVIALITÉ

Le café des habitants

Les mardis
8h30-9h30

Site Novel

HORS VACANCES SCOLAIRES

Un moment pour discuter et se rencontrer.

Gratuit, sans inscription.

Petit-déj' en famille

Les mercredis
9h-10h

Site Teppes

HORS VACANCES SCOLAIRES

On prend le temps d'un petit déjeuner participatif pour discuter et créer de nouveaux projets.

Gratuit, sans inscription.

Marché de Novel

Les jeudis
8h-12h

Avenue de France

À bord du Centre Social mobile notre équipe vient à votre rencontre, pour vous écouter et vous informer.

Collectif d'habitants 1001 couleurs

Les jeudis
14h-16h

Site Teppes

HORS VACANCES SCOLAIRES

Rejoignez ce collectif d'habitants du territoire afin de partager des ateliers détente, des moments de découverte dans une ambiance conviviale. C'est ouvert à tous !

Gratuit, sans inscription.

DES MOMENTS POUR DÉCOUVRIR ET APPRENDRE ENSEMBLE

Les ateliers roulants

Les samedis
14h-17h

Site Novel

Adultes

HORS VACANCES SCOLAIRES

Quatre rendez-vous thématiques à retrouver chacun une fois par mois : conversation en anglais, cuisine, fil et couture, et atelier créatif.

ADHÉSION OBLIGATOIRE

Gratuit (hors participation aux fournitures), sur inscription.



Les ateliers petites réparations

Deux mercredis par mois
14h-16h

Multi sites

De 7 à 77 ans (et +)

Un atelier intergénérationnel, pour apprendre à réparer, ou transmettre aux autres vos compétences.

ADHÉSION OBLIGATOIRE

Gratuit (hors participation aux fournitures), sur inscription.

HORS VACANCES SCOLAIRES

Les ateliers enfants-parents

Pendant les vacances scolaires

Multi sites

Enfants 0 - 6 ans + parent(s)

Toute une programmation d'ateliers ludiques et d'éveil pour découvrir et partager un moment en famille (plus d'infos p. 10-11).

Tarifs : en fonction du programme (tarifs réduits pour les adhérents).



FAMILLE-HABITANTS

ET DES TEMPS FORTS À PARTAGER

Des animations festives et des événements

Tout au long de l'année

Bourse aux jouets, Soupes de Noël (novembre), Afrique en Fête, Le Mikado fête Noël (décembre), Cinémino, le Carnaval d'Annecy (mars), Petit Patapon (avril), Le Mikado fait son show, la Fête de la Musique (juin), Fête de la Colline (juillet), Mikado Plage (tout l'été, plus d'infos p. 24-25)...

Des sorties en famille

Tout au long de l'année

Découvrons notre région, et plus encore ! Visites culturelles ou ludiques, nature ou shopping : des journées de découverte à vivre ensemble.

Tarifs : en fonction des destinations, sur inscription à l'accueil.



Des conférences-débats

Tout au long de l'année

Pour échanger ensemble, et avec des professionnels, autour de problématiques actuelles.

Vous souhaitez plus d'informations ?

Contactez notre référente famille :
reffamille@lemikado.org ou 06 17 06 88 40



SENIORS

DES RENDEZ-VOUS HEBDOMADAIRES

Les mardis
14h30-16h30

Site
Teppes

HORS
VACANCES
SCOLAIRES

Nous construisons ensemble un programme d'activités : des moments conviviaux autour de la musique, des jeux de sociétés, de la cuisine. N'hésitez pas à nous faire part de vos envies.

Gratuit, (hors participation aux fournitures), sur inscription.

LES SORTIES

Tout au long de l'année



Des sorties nature (balades, ornithologie...) ou culturelles (visite d'expositions, spectacles...) à partager en groupe.

Participation aux frais, sur inscription.

LES SÉANCES CINÉ-SENIORS

Un mardi
après-midi
par mois

Cinéma
Le Mikado



En partenariat avec la Ville d'Annecy, nous vous proposons des séances à tarif réduit, autour de films récents.

Tarif : 4,50€ la séance, pour les retraités annéciens, sur inscription auprès de la Ville.

LES BALS POUR TOUS

Tout au long de l'année

Dancez et chantez sur les standards des danses de couples, dans une ambiance guinguette ! Dates annoncées dans nos programmes mensuels.

MULTI
SITES

NUMÉRIQUE SOLID@IRE

Les mercredis
9h30-11h30 et
les vendredis
13h45-15h45

Le Bis

HORS
VACANCES
SCOLAIRES

Un espace d'échange autour de l'utilisation et de la prise en main de vos outils numériques (ordinateurs, tablettes, smartphones...). Ce collectif, encadré par un professionnel du Mikado, repose sur l'entraide : venez partager vos connaissances.

Gratuit, sur inscription.

ACTIVITÉS FORME & BIEN-ÊTRE

30 séances annuelles

ÉQUILIBRE SENIORS

Les lundis
9h-10h
et les jeudis
14h30-15h30

Site
Novel

Maintenez et développez votre mobilité articulaire, votre équilibre et votre tonus musculaire pour rester en forme. Un cours spécifiquement conçu pour les seniors.

Tarifs et infos page 41

YOGA SENIORS

Les jeudis
9h-10h

Site
Novel

Une pratique du yoga spécifiquement adaptée aux seniors : exercices de respiration profonde et consciente, mouvements doux et simples pour renforcer l'harmonie du corps et de l'esprit en favorisant le mouvement et un meilleur équilibre.

Tarifs et infos page 40

RETROUVEZ
LE PROGRAMME SUR
www.lemikado.org

LA MJC CENTRE SOCIAL MOBILE

SUR LE
TERRITOIRE

Grâce à ce camion équipé, véritable site mobile, le Mikado peut rayonner sur tout le territoire, au plus près de chez vous !

Nos équipes sont présentes sur le terrain pour développer des actions : prévention, repas partagés, animations, ateliers, expositions, aide aux démarches administratives, information...

Nous venons à votre rencontre tout au long de l'année !



METTRE EN
RELATION,
ACCOMPAGNER
LES INITIATIVES



SUR TOUS LES
ÉVÉNEMENTS
FORTS DU
MIKADO

ANIMATION ET
PRÉVENTION
AUX PIEDS DES
IMMEUBLES



POUR
PARTAGER
UN CAFÉ,
OU JOUER
ENSEMBLE...



DEVANT LES
ÉCOLES TOUT
AU LONG DE
L'ANNÉE
SCOLAIRE



ACTIONS
D'AUTOFINANCEMENT
DU SECTEUR
JEUNES



ACTION CULTURELLE :
PROJECTIONS DE COURTS
MÉTRAGES, ŒUVRES
HORS LES MURS...



PASSEZ L'ÉTÉ AVEC MIKADO PLAGE !



Avec Mikado Plage, l'équipe du Mikado vous accompagne tout l'été !

Au programme dès 17h : créez, jouez, découvrez et bougez avec des ateliers créatifs et animations ludiques, sportives ou culturelles.

À partir de 19h : profitez des planchas en libre-service, d'une animation musicale ou d'une projection ciné plein air, dès la tombée de la nuit.

Le programme est à retrouver sur www.lemikado.org

INFOS PRATIQUES

Les mercredis 17h-22h	À Novel
Les vendredis 17h-22h	Aux Teppes



Ces animations sont **gratuites et ouvertes à tous !**



MIKADO Plage



LA CULTURE À PORTÉE DE TOUS

Au Mikado, la culture est à la portée de tous :

les jeunes (dans le cadre scolaire ou en dehors), les adultes, les familles et leurs enfants, les seniors, les habitants de Novel, Teppes, Vallin-Fier, mais aussi d'Annecy, du département et de la région ! **Toutes les pratiques et tous les publics peuvent trouver leur place** : du novice à l'expert, de l'amateur au professionnel.

Soyez curieux ! Nous vous invitons à exprimer votre personnalité, vos émotions, à développer vos connaissances, mais aussi à devenir acteur de vos projets culturels ! Nous soutenons et encourageons la création et les talents de tous, pour **créer et renforcer le lien social et permettre à chacun de s'émanciper**.

Pour cela, nos espaces dédiés vous accueillent :

- L'espace d'art contemporain (Site Teppes) 
- Le Cinéma Le Mikado (Site Novel) 
- Le Duplex, espace d'exposition (Site Novel)
- Le Kube, salle de spectacle (Site Novel)
- L'Amphithéâtre, salle de spectacle (Site Teppes)
- Le Centre Social mobile, sur tout le territoire

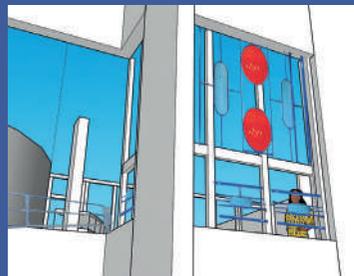
UN PARTENARIAT AVEC BONLIEU SCÈNE NATIONALE

Pour vous proposer encore plus de culture au plus près de chez vous, le Mikado continue son partenariat avec Bonlieu Scène nationale. De nombreux projets communs viennent ponctuer la saison :

- Nous vous accompagnons à des représentations de spectacles sélectionnés pour vous (dont certains à tarif réduit).
- Nous accueillons des spectacles BSN sur les scènes du Mikado.
- Nous vous invitons à participer à des projets portés par des artistes renommés.
- Les artistes en résidence au Mikado sont associés au programme du festival Annecy Paysage, mis en œuvre par BSN.



BONLIEU
SCÈNE NATIONALE
ANNECY



NOUVEAU

Dès la rentrée 2021, un nouveau lieu à découvrir et à expérimenter, au cœur du Site Teppes.

Cet espace convivial et ouvert à tous vous accueillera, avant ou après un spectacle ou une visite d'exposition. Imaginé par l'artiste Sophie Paumelle, il vous permettra de vous immerger dans l'art et la culture !

LE CINÉMA NOVEL DEVIENT LE CINÉMA LE MIKADO !

SITE
NOVEL

Notre salle, classée Art et Essai labellisée Jeune Public, est ouverte à tous ! Avec le Cinéma Le Mikado, vivez une expérience privilégiée, tout près de chez vous et partagez avec notre équipe votre passion du cinéma.

Retrouvez toute l'année : des projections-rencontres, des débats, des avant-premières, des cycles thématiques, des classiques à redécouvrir sur grand écran...

Et aussi : le Festival International du Film d'Animation, Cinémino, Annecy Cinéma Italien, Ciné & Archi, les Rencontres du Film des Résistances, les Images Hispano Américaines, Petit Patapon...

Le programme :

www.lemikado.org

Newsletter ciné hebdo

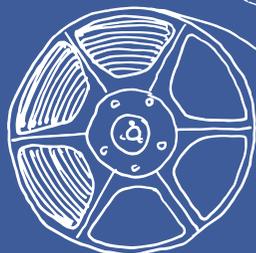
 CinemaLeMikado

   Salle équipée d'un système d'audiodescription Fidélis

Contactez l'équipe :

rscinema@lemikado.org

04 50 23 86 96



CINÉMINO

Prochaine édition du 6 février
au 13 mars 2022

Le festival cinéma jeune public vous fait vibrer chaque année à travers une trentaine de films, des rencontres, des expos, des spectacles, des ciné-goûters...

www.festivalcinemino.org

Cinémino est organisé en partenariat avec le CDPC, l'Auditorium Seynod et le Parnal.



LE CINÉ PLEIN-AIR

Tout l'été à Annecy

L'équipe du Cinéma vous propose chaque été 10 séances plein air gratuites, pour toute la famille (dont 5 sur Novel, Teppes et Vallin-Fier).

Plus d'infos sur : www.lemikado.org



TARIFS

- 6,50€
- Adhérents Mikado : 6€
- - 18 ans et demandeurs d'emploi : 4,50€
- Abo. 10 entrées adultes : 50€
- Abo. 10 entrées jeunes (-18 ans) : 38€
- Scolaires, ALSH : 3,80€

Achetez vos place en ligne sur www.lemikado.org

L'ESPACE D'ART CONTEMPORAIN

SITE
TEPPES

L'espace d'art contemporain du Mikado,
situé au cœur du Site Teppes, programme :

- Un cycle annuel de **4 expositions d'art contemporain**, accompagnées de **visites-goûters** pour les familles, de **visites matinales petits-déjeuners**, de **visites nocturnes**, et de **visites commentées**, entre septembre et juin.
- Une **résidence d'artiste**, au printemps, sur le territoire, autour d'un projet participatif, en lien avec Annecy Paysages.
- Une **exposition hors les murs**, ou des **événements en plein air**, lors de la période des fêtes de fin d'année et en été.
- Des interventions et animations **en lien avec tous les secteurs du Mikado** : accueil de loisirs, jeunesse, famille-habitants, seniors...
- Des **visites, médiations et ateliers scolaires**, dans le cadre des *Parcours d'Éducation Artistique et Culturelle* coordonnés par la Ville d'Annecy et des *Chemins de la Culture*, financés par le Conseil départemental de Haute-Savoie.

Horaires :

Entrée libre en période d'exposition,
du lundi au samedi : 10h-12h et 14h-17h30

Programme des expositions :

www.lemikado.org

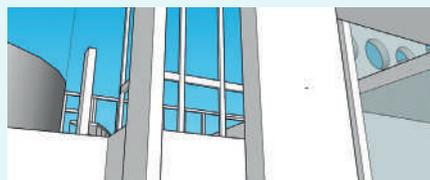
Contactez l'équipe :

rsarteppes@lemikado.org
04 50 57 56 55

DEUX ŒUVRES ET UN ESPACE CULTUREL POLYVALENT

NOUVEAU

Découvrez bientôt dans l'Atrium du Site Teppes, **une œuvre in situ** créée spécialement pour cet espace par Sophie Paumelle, plasticienne et membre du collectif LAPS. **Une œuvre** sera aussi installée sur le toit du centre d'art. Et venez profiter d'un **nouveau lieu de convivialité**, également imaginé par l'artiste, et ouvert à tous, au cœur du Mikado Site Teppes !



ET AUSSI : DES ATELIERS CRÉATIFS

Notre équipe vous propose des cycles d'ateliers, pour découvrir la création artistique, ou le recyclage créatif. Programmes et dates sur www.lemikado.org

Les cycles d'ateliers créatifs 4-6 ans Les samedis matin (cycles de 10 séances de 1h30)

Des ateliers ludiques pour découvrir les gestes et formes artistiques, pour le plaisir de partager !

Tarifs (le cycle) : 60€ 75€



TARIF ANNÉCIENS

TARIF EXTÉRIEURS

Les cycles d'ateliers artistiques 7-11 ans Les mercredis après-midi (cycles de 10 séances de 1h30)

On crée et on expérimente de nouveaux moyens d'expression en découvrant une œuvre ou un artiste à chaque séance.

Tarifs (le cycle) : 60€ 75€



Les ateliers Recycl'art adultes

Deux samedis après-midi par mois, 14h-17h

Sur le principe de la récupération, créez, seul-e ou en groupe, des objets utiles ou incroyables !

Tarifs (la séance) : 5€ 8€



LES EXPOS DU DUPLEX



Au cœur du Site Novel, cet espace sur deux étages accueille une programmation d'expositions en lien avec tous nos secteurs d'activités (cinéma, art contemporain, événements de la saison...).

C'est aussi un espace ouvert aux initiatives des habitants : artistes amateurs, n'hésitez pas à nous contacter si vous souhaitez exposer !

Le Duplex est un lieu de vie, de rencontre et d'échange, où l'art est accessible à tous et permet de créer du lien.

Programme des expositions sur www.lemikado.org



LE SPECTACLE VIVANT



LES MATCHS ET SPECTACLES DE THÉÂTRE D'IMPROVISATION

Une fois par mois, l'impro est à l'honneur sur la scène du Site Novel ! L'équipe du Mikado, les Nimprotekoa, défie des équipes de la France entière. Débutants ou confirmés, ils vous font partager des moments uniques, venez les soutenir !

Plus d'infos sur www.lemikado.org et sur [f Nimprotekoa](https://www.facebook.com/Nimprotekoa)



LE SOUTIEN À LA CRÉATION

Les espaces du Mikado offrent à certains projets les conditions idéales de recherche et de création, au service des artistes émergents, amateurs ou professionnels, et nous permettent de les accueillir en résidence.

Le Mikado soutient, valorise et accompagne la jeune création et propose au public, **tout au long de la saison, de nombreux rendez-vous : musique, vidéo, danse, théâtre, conférences, débats...**

Plus d'infos sur www.lemikado.org

LES SPECTACLES JEUNE PUBLIC

Dans une ambiance chaleureuse et conviviale, découvrez avec vos enfants notre programmation de concerts, contes, pièces de théâtre, spectacles de marionnettes ou encore ciné-concerts ! Un programme spécial est également concocté à l'occasion des festivals Cinémino et Petit Patapon.

Plus d'infos sur :

www.lemikado.org
www.festivalcinemino.org
www.petitpatapon.net



GUIDE PRATIQUE DES ACTIVITÉS DE LOISIRS

COTISATION D'ACTIVITÉS

Pour pratiquer une activité, vous devez régler votre adhésion annuelle au Mikado et une cotisation forfaitaire, valable pour la saison en cours.

Tarifs adhésion 2021-2022 :

- Jeune (-18 ans) : 10€
- Adulte (+ 18 ans) : 14€
- Senior (retraités de plus de 60 ans) : 12€
- Famille (au moins 1 adulte et 1 enfant, se munir du livret de famille) : 22€

La carte d'adhésion est valable du 01/07/21 au 31/08/22.

TARIFS

Deux tarifs selon votre commune d'habitation :

 Communes déléguées d'Annecy, Annecy-Le-Vieux, Cran-Gevrier, Meythet, Pringy et Seynod.

 Toutes les autres communes.

RÉDUCTIONS COURS COLLECTIFS POUR LES ANNÉCIENS

- Les personnes seules avec un revenu imposable inférieur à 15 000€ et les familles avec un revenu imposable inférieur à 25 000€ bénéficient d'une réduction de 15% pour une activité et par personne. Pour bénéficier de cette réduction, merci de vous munir lors de votre inscription de votre avis d'imposition 2021 sur les revenus 2020.
- 10% de réduction sur la seconde activité (réduction appliquée sur l'activité la moins chère, non cumulable avec une autre réduction).

- Pour les jeunes annéciens de 11 à 16 ans, sur présentation du Pass'Jeune Annecy : réduction de 15% sur certaines activités et stages (non cumulable avec une autre réduction).

RÈGLEMENT

Moyens de paiement acceptés : espèces, chèque, CB, chèques loisirs, chèques vacances ANCV, coupons sport ANCV. Possibilité de fractionner votre paiement (si vous payez par chèque uniquement).

ESSAI D'UNE ACTIVITÉ COLLECTIVE

Vous pouvez participer à un cours d'essai (gratuit) dans la limite des places disponibles (sauf cours individuels).

LIEUX DES ACTIVITÉS

Nos activités sont proposées sur plusieurs sites (Site Novel et Site Teppes). Le Mikado se réserve la possibilité de déplacer définitivement une activité de loisirs d'un site à l'autre en fonction des besoins.

CERTIFICAT MÉDICAL

La pratique d'une activité pourra vous être refusée en cas de non présentation du certificat médical lorsqu'il pourrait vous être demandé.

REMBOURSEMENT

Les cotisations correspondent à un engagement de l'adhérent à participer à une activité durant toute la saison. **Il ne sera procédé à aucun remboursement en cas de désistement de l'adhérent.** L'adhésion au Mikado n'est pas remboursable.

ANNULATION

Le Mikado se réserve le droit d'annuler une activité n'ayant pas un nombre d'inscrits suffisant, elle remboursera alors au prorata des séances effectuées.

ASSURANCE

Le Mikado assure l'ensemble de ses adhérents lors de leurs activités au sein de la structure. Le Mikado décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol. Nous vous conseillons par conséquent de ne pas laisser d'objets de valeur dans les vestiaires.

CONSEIL AUX PARENTS

Nous vous demandons d'accompagner et de venir chercher vos enfants à l'heure. Ils doivent vous attendre dans les locaux du Mikado.

QUAND S'INSCRIRE ?

Aux accueils des Sites Novel et Teppes :

- Réinscription des anciens inscrits : **du 14 au 25 juin 2021.**
- Inscriptions (pour tous) : **à partir du 28 juin 2021 et tout l'été.**

Horaires accueil

 SITE NOVEL

2 place Annapurna
Accueil fermé du 5 au 31 juillet inclus.
Lundi : 9h-14h et 15h-19h
Mardi : 14h-19h
Mercredi : 9h-12h et 14h-20h
Jeudi : 14h-19h
Vendredi : 9h-12h et 14h-19h

 SITE TEPPES

Place des Rhododendrons
Accueil fermé du 2 au 27 août inclus.
Lundi : 9h-12h et 14h-18h30
Mardi : 14h-18h30
Mercredi : 9h-12h et 13h30-18h30
Jeudi : 9h-12h et 14h-18h30
Vendredi : 9h-12h et 14h-18h30

PORTES OUVERTES DU MIKADO

Inscriptions et informations sur les activités : **samedi 4 septembre 2021.**

Plus d'informations à venir www.lemikado.org

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

Démarrage des activités :
lundi 13 septembre 2021.

Les activités de loisirs régulières se déroulent sur 30 séances annuelles.

Elles n'ont pas lieu aux dates suivantes :

- Du 25 octobre au 7 novembre 2021
- Jeudi 11 novembre 2021
- Du 20 décembre 2021 au 3 janvier 2022 inclus
- Du 14 au 27 février 2022
- Du 18 avril au 1er mai 2022
- Jeudi 26, vendredi 27 et samedi 28 mai 2022
- Samedi 4 et lundi 6 juin 2022

FIN DES ACTIVITÉS

Entre la fin du mois de mai et la mi-juin, selon les activités.

LÉGENDES PICTOS



Activité avec adhésion obligatoire



Art contemporain



Hors vacances scolaires



Cinéma



Activité enfant-parent



Nouveauté

LES ACTIVITÉS DE LOISIRS ENFANTS

ADHÉSION OBLIGATOIRE

N = Novel / T = Teppes

TARIF ANNÉCIENS

TARIF EXTÉRIEURS

FORME ENFANTS	NIVEAU	ÂGE					SALLE		
Baby Fit & jeux		3 / 5 ans	Mar.	17h15-18h	P. Fabbro	N	Jarniat	118€	134€
Capoeira	Débutant	6 / 8 ans	Mar.	17h-18h	Ass. Vamos Vadiar	T	Danse	163€	178€
	Intermédiaire / Avancé	9 / 13 ans	Mar.	18h-19h15		T	Danse	172€	187€
Zumba Kids & Gym		6 / 8 ans	Ven.	17h30-18h30	P. Fabbro	N	Jarniat	163€	178€

DANSE ENFANTS	NIVEAU	ÂGE					SALLE		
Éveil et initiation à la danse	Éveil	4 / 6 ans	Mar.	17h-18h	S. Donnet	N	Duncan	163€	178€
		4 / 6 ans	Jeu.	17h-18h	S. Donnet	N	Duncan	163€	178€
		4 ans	Ven.	17h-17h45	A. Boisard	N	Freud	131€	146€
	Initiation 1	5 ans	Ven.	17h45-18h30	A. Boisard	N	Freud	131€	146€
	Initiation 2	6 ans	Ven.	18h30-19h15	A. Boisard	N	Freud	131€	146€
Danse en duo (enfant-parent ou fratrie)		3/6 ans et adulte	Sam.	9h30-10h30	M. Hoet	T	Danse	192€	207€
		7/10 ans et adulte	Sam.	10h30-11h30	M. Hoet	T	Danse	192€	207€
Danse classique	Débutant 1	7 ans et +	Mer.	14h-15h	A. Boisard	N	Duncan	163€	178€
	Débutant 2 et 3	8 ans et +	Mer.	13h-14h	A. Boisard	N	Duncan	163€	178€
Hip- Hop	Tous niveaux	6 / 11 ans	Mer.	17h-18h	C. Konate	N	Jarniat	163€	178€
Danse contemporaine	Tous niveaux	7 / 10 ans	Jeu.	18h-19h	S. Donnet	N	Duncan	163€	178€
Street dance	Tous niveaux	8 / 11 ans	Mer.	15h-16h	Y. Traore	N	Duncan	163€	178€
Danse modern'jazz	Débutant	8 / 12 ans	Ven.	17h-18h	T. Delon	N	Duncan	163€	178€

ADHÉSION OBLIGATOIRE

N = Novel / T = Teppes

TARIF ANNÉCIENS

TARIF EXTÉRIEURS

THÉÂTRE ENFANTS	ÂGE					SALLE		
Atelier théâtre	6 / 8 ans	Mer.	10h-11h30	F. Coupy-Morel	N	Kube	153€	169€
Atelier théâtre	9 / 13 ans	Lun.	18h-19h30		N	Kube	153€	169€

MUSIQUE ENFANTS INDIVIDUEL / DUO	NIVEAU	ÂGE				SALLE			
Piano (cours individuel 30 min)	Tous niveaux	Dès 6 ans	Lun.	Entre 16h et 21h	M. Belot	N	Santana	369€	644€
			Sam.	Entre 9h et 15h		N	Santana	369€	644€
Guitare (cours individuel 30 min)	Tous niveaux	Dès 7 ans	Mar.	Entre 14h et 20h	D. Grochowski	N	Santana	369€	644€
			Ven.	Entre 14h et 20h		N	Santana	369€	644€
Ukulélé (cours à 2 30 min)	Débutant	Dès 8 ans	Mer.	Entre 18h et 20h	T. Regnier	N	Bill Evans	265€	500€

MUSIQUE ENFANTS COLLECTIF	ÂGE					SALLE		
Éveil musical	3 / 4 ans	Mer.	En matinée, cours de 45 min (horaire précisé en septembre)	T. Regnier	Bill Evans	N	123€	138€
	4 / 5 ans	Mer.	En matinée, cours de 45 min (horaire précisé en septembre)			N	123€	138€
	4 / 5 ans	Mer.	16H30-17H15			N	123€	138€
	6 / 7 ans	Mer.	17h15-18h			N	123€	138€

LANGUE ENFANTS	ÂGE					SALLE		
Arabe (atelier découverte)	3 / 5 ans	Mer.	9H30-10H30	A. Bouras	T	MInikADO	164€	179€
Arabe (initiation)	6 / 11 ans	Sam.	10H30-11H30	A. Bouras	T	Polyvalente	164€	179€

LES ACTIVITÉS DE LOISIRS ADOS

ADHÉSION OBLIGATOIRE

N = Novel / T = Teppes

TARIF ANNÉCIENS

TARIF EXTÉRIEURS

FORME & BIEN-ÊTRE ADOS	NIVEAU	ÂGE	📅	🕒	👤	📍	SALLE	🍷	🍷
Capoeira	Intermédiaire / Avancé	9 / 13 ans	Mar.	18h-19h15	Ass. Vamos Vadiar	T	Danse	172€	187€
	Tous niveaux	Dès 14 ans*	Mar.	19h30-21h		T	Danse	213€	228€
Yoga	Tous niveaux	Dès 15 ans	Mar.	18h15-19h30	A. Choppy	N	Freud	225€	240€
			Mar.	19h30-20h45		N	Freud	225€	240€
Body Sculpt Forme	Cardio -	Dès 16 ans*	Mar.	18h-19h	P. Fabbro	N	Jarniat	167€	182€
Body Sculpt Strong	Cardio +		Mar.	19h-20h		N	Jarniat	167€	182€
Pilates Dynamique	Tous niveaux		Ven.	19h30-20h30		N	Jarniat	167€	182€
Pilates Bien-Être	Tous niveaux		Ven.	9h30-10h30		N	Freud	167€	182€
Pilates Stretching Dynamique	Tous niveaux		Jeu.	12h15-13h15		T	Danse	167€	182€
Cocktail Bien-Être	Tous niveaux		Ven.	18h30-19h30		N	Jarniat	167€	182€

DANSE ADOS	NIVEAU	ÂGE	📅	🕒	👤	📍	SALLE	🍷	🍷
Danse Classique	Débutant 1	7 ans et +	Mer.	14h-15h	A. Boisard	N	Duncan	163€	178€
	Débutant 2 et 3	8 ans et +	Mer.	13h-14h		N	Duncan	163€	178€
Danse Contemporaine	Tous niveaux	11 / 16 ans	Mar.	18h-19h15	S. Donnet	N	Duncan	172€	187€
			Jeu.	19h-20h15		N	Duncan	172€	187€
Danse Hip-Hop	Tous niveaux	12 / 17 ans	Mer.	18h-19h	C. Konate	N	Jarniat	163€	178€
Danse K-pop	Tous niveaux	12 / 17 ans	Jeu.	18h-19h	M. Hoet	T	Danse	163€	178€
Danse ModernJazz	Intermédiaire	13 / 17 ans	Ven.	18h-19h15	T. Delon	N	Duncan	172€	187€

*Cours collectifs avec adultes

ADHÉSION OBLIGATOIRE

N = Novel / T = Teppes

TARIF ANNÉCIENS

TARIF EXTÉRIEURS

THÉÂTRE ADOS	ÂGE	📅	🕒	👤	📍	SALLE	🍷	🍷
Atelier théâtre	9 / 13 ans	Lun.	18h-19h30	F. Coupy-Morel	N	Kube	153€	169€
Atelier théâtre	14 / 17 ans	Mar.	18h15-19h45					

MUSIQUE ADOS INDIVIDUEL / DUO	NIVEAU	ÂGE	📅	🕒	👤	📍	SALLE	🍷	🍷
Ukulélé (cours à deux 30 min)	Débutant	10 / 18 ans	Mer.	Entre 18h et 20h	T. Regnier	N	Bill Evans	265€	500€
Chant individuel (cours de 30 min)	Tous niveaux	11 / 18 ans	Lun.	Entre 14h et 18h30	E. Forester	N	Bill Evans	369€	644€
Guitare (cours individuel 30 min)	Tous niveaux	Ados	Mar.	Entre 14h et 20h	D. Grochowski	N	Santana	369€	644€
			Ven.	Entre 14h et 20h		N	Santana		
Piano (cours individuel 30 min)	Tous niveaux	Ados	Lun.	Entre 16h et 21h	M. Belot	N	Santana	369€	644€
			Sam.	Entre 9h et 15h		N	Santana		

MUSIQUE ADOS COLLECTIF	NIVEAU	ÂGE	📅	🕒	👤	📍	SALLE	🍷	🍷
Atelier collectif (piano, chant, guitare)	Mini 2 ans de pratique	10 / 18 ans*	Lun.	18h30-19h30	E. Forester	N	Bill Evans	192€	240€
Chorale Pop	Tous niveaux	15 / 18 ans*	Lun.	19h30-21h	E. Forester	N	Bill Evans	153€	207€

ARTS PLASTIQUES ADOS	NIVEAU	ÂGE	📅	🕒	👤	📍	SALLE	🍷	🍷
Dessin Manga	Tous niveaux	12 / 17 ans	Mer.	18h-19h30	T. Roussel	T	Polyvalente	240€	255€

*Cours collectifs avec adultes

LES ACTIVITÉS DE LOISIRS ADULTES

ADHÉSION OBLIGATOIRE

N = Novel / T = Teppes

TARIF ANNÉCIENS

TARIF EXTÉRIEURS

FORME & BIEN-ÊTRE ADULTES	NIVEAU	📅	🕒	👤	📍	SALLE	🍷	🍷
Méditation	Tous niveaux	Mar.	12h15-13h	A. Choppy	N	Freud	135€	160€
Qi Gong actif	Tous niveaux	Jeu.	9h15-10h30	J.L. Rival	N	Duncan	225€	240€
Qi Gong en douceur	Tous niveaux	Jeu.	10h45-11h45		N	Duncan	183€	198€
Tai Chi Chuan	Débutant	Mer.	9h-10h	D. Dourilin	N	Duncan	183€	198€
	Avancé	Mer.	10h-11h		N	Duncan	183€	198€
Formule Découverte Forme & Bien-Être (Tai Chi Chuan - Viniyoga - Pilates)	Débutant	Mer.	11h10-12h10	D. Dourilin C. Boudlier L. Menard	N	Duncan	183€	198€
Yoga	Tous niveaux	Mar.	18h15-19h30	A. Choppy	N	Freud	225€	240€
		Mar.	19h30-20h45		N	Freud	225€	240€
		Ven.	9h-10h15	F. Bibollet	N	Duncan	225€	240€
Viniyoga	Débutant	Lun.	18h-19h	C. Boudlier	N	Jarniat	183€	198€
		Mer.	19h-20h		T	Motricité	183€	198€
	Confirmé	Lun.	19h-20h		N	Jarniat	183€	198€
		Mer.	18h-19h		T	Motricité	183€	198€
Yoga Viniyasa Flow	Tous niveaux	Mar.	9h-10h15	Nouvel intervenant	N	Duncan	225€	240€
		Jeu.	10h-11h		N	Freud	183€	198€
Yoga Seniors	Tous niveaux	Jeu.	9h-10h	Nouvel intervenant	N	Freud	183€	198€
Afro Step	Tous niveaux	Mar.	19h15-20h15	Y. Traore	N	Duncan	167€	182€
Barre à terre	Tous niveaux	Lun.	20h30-21h15	A. Boisard	N	Duncan	141€	156€
	Débutant Intermédiaire	Ven.	12h30-13h30	T. Delon	N	Duncan	172€	187€
Body Sculpt	Tous niveaux	Mar.	12h20-13h20	N. Obozian	N	Jarniat	167€	182€
	Tous niveaux	Jeu.	18h-19h	L. Menard	N	Jarniat	167€	182€
Body Sculpt Forme	Cardio -	Mar.	18h-19h	P. Fabbro	N	Jarniat	167€	182€
Body Sculpt Strong	Cardio +	Mar.	19h-20h		N	Jarniat	167€	182€
Cocktail Bien-Être	Tous niveaux	Ven.	18h30-19h30	N	Jarniat	167€	182€	
Capoeira	Tous niveaux	Mar.	19h30-21h	Ass. Vamos Vadiar	T	Danse	213€	228€
Gym Douce Stretching	Tous niveaux	Jeu.	9h30-10h45	J. Pillot	N	Jarniat	194€	209€
Gym Douce	Tous niveaux	Mar.	9h15-10h30	V. Veysset	N	Jarniat	194€	209€
	Tous niveaux	Ven.	9h30-10h30	L. Menard	N	Jarniat	167€	182€
Pilates	Tous niveaux	Lun.	19h-20h		T	Motricité	167€	182€
		Mer.	9h-10h		N	Jarniat	167€	182€
	Ven.	12h30-13h30	N		Jarniat	167€	182€	
	Intermédiaire	Lun.	18h-19h		T	Motricité	167€	182€
Mer.		10h05-11h05	N		Jarniat	167€	182€	
		Mer.	12h15-13h15	N	Jarniat	167€	182€	

ADHÉSION OBLIGATOIRE

N = Novel / T = Teppes

TARIF ANNÉCIENS

TARIF EXTÉRIEURS

TARIF ANNÉCIENS - 26 ans

TARIF ANNÉCIENS + 26 ans

FORME & BIEN-ÊTRE ADULTES	NIVEAU	📅	🕒	👤	📍	SALLE	🍷	🍷	
Pilates Bien-être	Tous niveaux	Ven.	9h30-10h30	P. Fabbro	N	Freud	167€	182€	
Pilates Dynamique	Tous niveaux	Ven.	19h30-20h30		N	Jarniat	167€	182€	
Pilates Stretching Dynamique	Tous niveaux	Jeu.	12h15-13h15	V. Veysset	T	Danse	167€	182€	
		Mer.	18h-19h15		N	Duncan	194€	209€	
Stretching	Tous niveaux	Jeu.	19h-20h	L. Menard	N	Jarniat	167€	182€	
		Ven.	10h30-11h30		N	Jarniat	167€	182€	
Forme et Équilibre Seniors		Lun.	9h-10h	A. Pernelle	N	Jarniat	167€	182€	
		Jeu.	14h30-15h30		N	Jarniat	167€	182€	
DANSE ADULTES	NIVEAU	📅	🕒	👤	📍	SALLE	🍷	🍷	
Danse Africaine	Tous niveaux	Mar.	20h15-21h30	Y. Traore	N	Duncan	303€	318€	
Danse Classique	Intermédiaire Intermédiaire +	Lun.	19h15-20h30	A. Boisard	N	Duncan	234€	249€	
Danse Contemporaine	Tous niveaux	Jeu.	20h15-21h45	S. Donnet	N	Duncan	285€	300€	
Danse Modern' Jazz	Tous niveaux	Ven.	19h15-20h30	T. Delon	N	Duncan	234€	249€	
Danse Traditionnelle	Tous niveaux	Mar.	20h30-22h	G. Menachemoff	N	Jarniat	Adhésion uniquement		
Danse K-pop	Tous niveaux	Jeu.	19h-20h	M. Hoet	T	Danse	172€	187€	
THÉÂTRE ADULTES	NIVEAU	📅	🕒	👤	📍	SALLE	🍷	🍷	
Atelier théâtre	Débutant	Lun.	19h45-21h45	F. Coupy-Morel	N	Kube	256€	271€	
	1: Découverte & initiation 2: Jeux & développement 3: Scène & approfondissement	Mer.	20h30-22h30	Les Nimprotekoa	N	Kube & Jarniat	197€	212€	
		Mer.	20h30-22h30				197€	212€	
	Jeu.	20h30-22h30				197€	212€		
MUSIQUE ADULTES INDIVIDUEL / DUO	NIVEAU	📅	🕒	👤	📍	SALLE	🍷	🍷	
Chant individuel (cours de 30 min)	Tous niveaux	Lun.	Entre 14h et 18h30	E. Forester	N	Bill Evans	369€	602€	644€
		Mar.	Entre 14h et 20h	D. Grochowski	N	Santana	369€	602€	644€
Guitare (cours de 30 min)	Tous niveaux	Ven.	Entre 14h et 20h		M. Belot	N	Santana	369€	602€
		Lun.	Entre 16h et 21h	N		Santana	369€	602€	644€
Piano (cours de 30 min)	Tous niveaux	Sam.	Entre 9h et 15h	T. Regnier	N	Santana	369€	602€	644€
		Débutant	Mer.		Entre 18h et 20h	N	Bill Evans	265€	465€
MUSIQUE ADULTES COLLECTIF	NIVEAU	📅	🕒	👤	📍	SALLE	🍷	🍷	
Atelier collectif (piano, chant, guitare)	Mini 2 ans de pratique	Lun.	18h30-19h30	E. Forester	N	Bill Evans	215€	240€	
	Tous niveaux	Lun.	19h30-21h	E. Forester	N	Bill Evans	192€	207€	
Chorale Pop	Tous niveaux	Lun.	19h30-21h	E. Forester	N	Bill Evans	192€	207€	
LANGUES ADULTES	NIVEAU	📅	🕒	👤	📍	SALLE	🍷	🍷	
Anglais (conversation)	Bases scolaires	Ven.	12h15-13h30	M. Pralon	T	Polyvalente	235€	250€	
Arabe	Débutant	Sam.	9h30-10h30	A. Bouras	T	Polyvalente	187€	202€	

PLANNING HEBDO DES ACTIVITÉS DE LOISIRS

	9h	10h	11h	12h	13h	14h	15h	16h	17h	18h	19h	20h	21h	22h
LUNDI	Forme et Equilibre Seniors										Atelier Collectif (piano, chant, guitare)		Barre à Terre	
						Chant individuel			Piano individuel		Chorale pop			
MARDI	Gym Douce				Body Sculpt				Guitare individuel				Danse Africaine	
	Yoga Viniyasa Flow				Méditation				Éveil à la danse 4-6 ans		Théâtre 14-17 ans		Danse Traditionnelle	
MERCREDI			Théâtre 6-8 ans			Danse Class. Deb 2 et 3 8 ans et +	Danse class. Déb. 1	Street Dance 8-11 ans						
	Pilates				Pilates Inter.				Éveil Musical 4-5 ans		Dessin Manga 12-17 ans			Théâtre d'impro Découverte & Initiation
JEUDI											Ukulélé cours à 2 (30 min.)			Théâtre d'impro Jeux & Développement
VENDREDI														
SAMEDI	Piano individuel													



ACTIVITE / STAGE / CYCLE	ÂGE / PUBLIC	HORAIRES	DATE	SITE <small>N = Novel / T = Toppeps</small>	SALLE	TARIF	PLUS D'INFOS
Les cycles de Chant Pérénatal	Dès 5 mois de grossesse	9h30-11h	5 cycles de 5 séances, les mardis Dates sur www.lemikado.org	N	Bill Evans	Le cycle (5 séances d'1h30) : 80€ (annéciens) 95€ (extérieurs)	lemikado.org
Les cycles d'Éveil en Langue Arabe	0-2 ans + parent	10h40-11h	Les mercredis (3 cycles de 10 séances)	T		Le cycle (10 séances de 20 min) : 10€ (annéciens) 25€ (extérieurs)	lemikado.org
Lieu d'Accueil Enfants-Parents : Le Patio	0-4 ans + parent	Les matins et/ou après-midi (voir p. 10)	Du lundi au samedi, hors vacances scolaires	T	Motricité	Gratuit	p. 10-11
Ateliers enfants-parents	0-10 ans + parent	16h-17h30	Les mercredis, hors vacances scolaires	Multi-sites		En fonction de la programmation	p. 10-11
Ateliers enfants-parents vacances	0-6 ans + parent	Voir programmes spéciaux	Du lundi au samedi, pendant les vacances scolaires	T	Voir programme	En fonction de la programmation	p. 10-12 et p. 18-19
Les cycles d'apprentissage massage bébé	2 à 6 mois + parents	Horaires annoncés ultérieurement	Cycles de 4 séances d'1h. Dates annoncées ultérieurement	T		Le cycle (4 séances d'1h) : 4€	p. 10-11
Ateliers d'éveil aux arts plastiques	18 mois-2 ans + parent	16h15-16h45	Un jeudi par mois	T		La séance : 2€ (annéciens) 4€ (extérieurs)	p. 10-11
	3-4 ans + parent	17h-17h45	Un jeudi par mois	T		La séance : 3€ (annéciens) 6€ (extérieurs)	p. 10-11
Les cycles d'Ateliers Créatifs	4-6 ans	En matinée	Les samedis	T		Le cycle (10 séances d'1h) 60€ (annéciens) 75€ (ext.)	p. 30-31
Séances cinéma jeune public	Pour les enfants dès 2 ans	Voir programme cinéma	Les mercredis, les samedis et pendant les vacances scolaires	N	Cinéma Le Mikado	La séance : 4,50€	p. 28-29
Spectacles jeune public	0-11 ans + parents	Matinée	Certains samedis	T/N	Amphithéâtre et Kube	En fonction de la programmation	p. 33
Accueil de loisirs	3-11 ans	En fonction de la formule (cf. page 12)		Les mercredis, hors vacances scolaires	École Vallin-Fier	En fonction du quotient familial	p. 12
		7h30-18h30	Du lundi au vendredi, pendant les vacances scolaires	École Vallin-Fier	En fonction du quotient familial		
Les cycles d'Ateliers Artistiques	7-11 ans	L'après-midi	Les mercredis	T		La séance : 3€ (annéciens) 6€ (extérieurs)	p. 30-31
Contrat Local d'Accompagnement à la Scolarité	Du CP à la Terminale	17h-18h - ateliers 17h-18h & 18h-19h - aide aux devoirs	Les lundis, mardis, jeudis et vendredis, hors vacances scolaires	T		Gratuit	p. 13
Stages loisirs	Tous publics		Pendant les vacances scolaires	Multi-sites		En fonction de la programmation	lemikado.org
Les activités et sorties du secteur jeunesse	12-17 ans	14h-18h	Les mercredis et samedis, hors vacances scolaires	Le Bis		Gratuit ou participation aux frais selon les activités	p. 14-15
		9h-12h et 14h-18h, ou à la journée en fonction du programme	Du lundi au vendredi, pendant les vacances scolaires				
Ateliers Recycl'art	Adultes	14h-17h	2 samedis par mois, hors vacances scolaires	T		Tarif à la séance : 5€ (annéciens) 8€ (extérieurs)	p. 30-31
Cycles Montage Vidéo	Adultes	19h30-21h	5 cycles de 4 séances, les mercredis : Dates sur www.lemikado.org	T	Polyvalente	Le cycle (4 séances d'1h30) : 65€ (annéciens) 80€ (extérieurs)	lemikado.org
Les expositions	Tous publics	10h-12h et 14h-17h30	Du lundi au samedi	T	L'espace d'art contemporain	Gratuit	p. 30
	Tous publics	Aux horaires d'ouverture du Site Novel	Du lundi au samedi	N	Le Duplex	Gratuit	p. 32
Les visites et médiations d'expositions	Tous publics	Autour du petit-déjeuner, du goûter, ou en nocturne	À chaque exposition d'art contemporain (cf. prog.)	T	L'espace d'art contemporain	Gratuit	p. 30
Les séances cinéma	Tous publics	Cf. programme cinéma	Du lundi au samedi + certains dimanches	N	Cinéma Le Mikado	Tarifs habituels du Cinéma Le Mikado	p. 28-29
Les séances-rencontres et ciné-débats	Tous publics	Cf. programme cinéma	Tout au long de l'année	N	Cinéma Le Mikado	Tarifs habituels du Cinéma Le Mikado	lemikado.org
Les séances Cinécopains	Pour les habitants	En début de soirée	Une fois par mois	N	Cinéma Le Mikado	5 €	lemikado.org
Accompagnement aux démarches administratives	Adultes	9h-12h	Les lundis, hors vacances scolaires	Le Bis		Gratuit	p. 17
Le Café des Parents	Parents		Une fois / mois, programme sur lemikado.org	T		Gratuit	p. 18-19
Le Café des Habitants	Adultes	8h30-9h30	Les mardis, hors vacances scolaires	N		Gratuit	
Petit-dej' en Famille	En famille	9h-10h	Les mercredis, hors vacances scolaires	T		Boissons gratuites, j'apporte de quoi manger	
Ateliers Petites Réparations	En famille	14h-16h	Deux mercredis par mois	Multi-sites		Gratuit (hors participation aux frais)	
Collectifs d'Habitants 1001 Couleurs	Pour les habitants	14h-16h	Les jeudis, hors vacances scolaires	T		Gratuit	
Sur le marché	Pour les habitants	8h-12h	Tous les jeudis de l'année		À bord du Centre Social mobile	Gratuit	
Ateliers Roulants	Adultes	14h-17h	Les samedis, hors vacances scolaires	N		Gratuit (hors participation aux frais)	
Bal	Seniors	14h30-17h30	Certains lundis	N	Le Kube	5€ / 3€ adhérents	p. 20-21
Les Rendez-vous Seniors	Seniors	14h30-16h30	Les mardis, hors vacances scolaires	Multi-sites		Gratuit	
Séances ciné seniors	Seniors	14h30 (cf. programme cinéma)	Un mardi par mois	N	Cinéma Le Mikado	4,50€ pour les seniors d'Annecy, sur inscription	
Numérique Solid@ires	Seniors	9h30-11h30	Les mercredis, hors vacances scolaires	Le Bis		Gratuit	
		13h45-15h45	Les vendredis, hors vacances scolaires				

PLANNING HEBDO DES
CYCLES, STAGES & ANIMATIONS

	7h	8h	9h	10h	11h	12h	13h	14h	15h	16h	17h	18h	19h
LUNDI													
MARDI													
MERCREDI													
JEUDI													
VENDREDI													
SAMEDI													

- Petite enfance
- Enfance
- Jeunesse
- Famille
- Adultes
- Seniors
- Expos

Cycles montage vidéo
19h30-21h

Les séances Cinécopains
1x/mois
19h30 à 22h

LE MIKADO MJC Centre Social

✉ 2, Place Annapurna
BP 818
74016 Annecy Cedex

04 50 57 56 55
accueil@lemikado.org
www.lemikado.org

NOS SITES

LE MIKADO Site Teppes

Place des Rhododendrons
74000 Annecy

Bus : ligne 4 arrêts Plaine-Edelweiss et Anémones

Horaires accueil :

Lundi 9h-12h et 14h-18h30

Mardi 14h-18h30

Mercredi 9h-12h et 13h30-18h30

Judi 9h-12h et 14h-18h30

Vendredi 9h-12h et 14h-18h30

LE MIKADO Site Novel

2 Place Annapurna
74000 Annecy

Bus : ligne 3 arrêts Annapurna et Novel

Horaires accueil :

Lundi 9h-14h et 15h-19h

Mardi 14h-19h

Mercredi 9h-12h et 14h-20h

Judi 14h-19h

Vendredi 9h-12h et 14h-19h

LE MIKADO Le Bis

2 bis rue Louis Armand
74000 Annecy

Bus : ligne 4 arrêts Anémones
ligne 3 arrêts Annapurna et Novel

Avec le soutien financier de :

ANNECY

haute savoie
le Département



Retrouvez-nous
aussi sur les
réseaux sociaux :



LeMikadoMJC

