

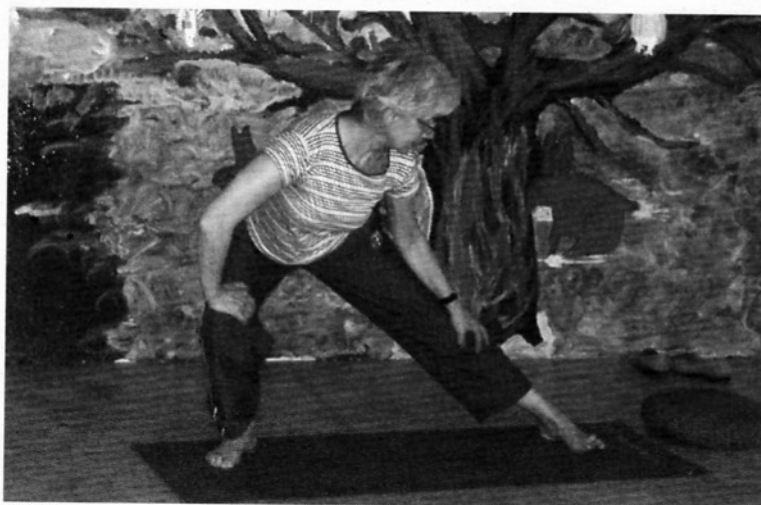
Le Clic à la MJC de Loches

ASSOCIATION La MJC de Loches, qui a désormais un portail Internet par le biais du site *Le printemps des associations*, va ouvrir en avril des ateliers corps et mémoires du Clic Sud Touraine pour les seniors du Lochois.

« Il est possible de s'inscrire toute l'année à la MJC de Loches », annonce Sylvain Desbourdes, le président de l'association. En effet, les activités de la MJC ne commencent pas toute en septembre. Ainsi, un nouvel atelier « Corps et mémoire » s'ouvrira jeudi 5 avril à destination des personnes âgées du Lochois. Organisés par le Clic Sud Touraine et animés par Florence Pineda, les douze séances que comprend l'activité porteront sur des exercices d'équilibre, de stimulation et d'entretien du corps et de la mémoire, qui ont tendance à s'engourdir avec l'âge. Une réunion d'information sera proposée le 13 mars pour toutes les personnes intéressées. « Nous avons déjà organisé ce type d'atelier avec le Clic il y a trois ans, explique Sylvain Desbourdes. Cette année, nous avons voulu proposer à nouveau cette offre. C'est pour cela que nous nous sommes portés volontaires auprès du Clic. »

La MJC sur le Net

Outre cet atelier, la MJC propose tout au long de l'année un ensemble d'activités pour toutes les tranches d'âge, des bébés au « super seniors ». « Nous proposons de la gymnastique pour les bébés, les enfants et les adolescents, ainsi que de la danse et une initiation à l'anglais pour les 4-6 ans le mercredi. La semaine, les adultes peuvent participer à des



La MJC propose des activités pour toutes les générations.

cours de gymnastique, de yoga, de qi gong (gymnastique traditionnelle chinoise associant mouvements lents, exercices respiratoires et concentration), de danse en ligne ou de société, sans oublier des activités plus culturelles comme la calligraphie et l'expression par l'écriture », résume le président de la MJC. A cette offre s'ajoute des week-ends de stage. Le prochain, intitulé « conscience du corps » (qi qong, yoga, tai chi, danse), aura d'ailleurs lieu les 5 et 6 mai.

« Toutes les personnes intéressées par notre programme d'activité pourront désormais nous retrouver sur le site du Printemps des associa-

tions, auquel nous venons de nous inscrire. »

S.B.

Atelier corps et mémoire de la MJC : le jeudi, de 11 heures à 12 heures, du 5 avril au 28 juin. 38 euros les douze séances. Réunion d'information le 13 mars, de 10 heures à 11 heures à la MJC, 18 rue des Lilas à Loches. Pour tout renseignement, contacter le Clic Sud Touraine au 02 47 92 09 72 ou au 06 10 45 13 06, ou Sylvain Desbourdes au 06 32 63 12 06. www.monprintemps.fr/mjcloches