Les secrets du mandala à la MJC

Dans son projet associatif. la MJC de Villerupt prône l'épanouissement personnel et collectif. Depuis le 10 janvier, une intiation au mandala est proposée à partir de 7 ans. Des dessins à colorier, mais pas que.

a Maison des jeunes et de la culture de Villerupt propose des activités dans plusieurs domaines : la musique, la danse, les arts plastiques, le théâtre, l'apprentissage de la langue anglaise, luxembourgeoise et italienne, et le bien-être,

Comme défini dans son nouveau projet associatif, la MJC veut ouvrir ses portes à tout public avec pour objectifs le développement de la culture et l'épanouissement personnel et collectif. C'est pourquoi elle a mis en place des ateliers ponctuels pour adultes sur des thèmes précis, comme la naturopathie et des ateliers pour enfants et ados le mercredi, la plupart du temps gratuits pour les adhérents.

Depuis le 10 janvier, la découverte de la technique du mandala est proposée gratuitement à tout public. Marie-Paule Martin, l'animatrice, veut partager sa passion pour cet art créatif spirituel. Le mandala est l'un des objets visuels les plus riches du bouddhisme tibétain. Il permet aux enfants et aux adultes de



Opaline et Samantha, 7 ans, ont testé avec intérêt et application la technique du mandala, expliquée par Marie-Paule Martin, l'animatrice de la MIC de Villerupt, Photo RL

travailler la précision du geste, de se détendre et de gérer son stress. Le matériel est fourni par Marie-Paule: crayons, papier, cercles et plus de 200 modèles géométriques.

Des animations pour tous

Plusieurs actions sont prévues dans les semaines à venir à la MIC: une soirée jeux vendredi 1er février, une crêpe-party à la Chandeleur, un après-midi Carnaval avec déguisements et danses, des animations pour fêter son anniversaire entre copains. la participation hors compétition des danseuses de la MJC aux championnats régionaux de danse jazz ce samedi 19 janvier. Un festival de jeux, durant un week-end à la salle des fêtes de Villerupt, est en projet.

Ces activités sont animées par Audrey, Sandrine, Zoé, Sébastien, Stéphanie, une équipe de bénévoles motivés. L'atelier photos mis en place par Nicolas Venzi et le Club photo d'Audun-le-Tiche va permettre aux élèves de CM2 des écoles de Villerupt et de Thil et de 3º du collège Théodore-Monod de découvrir les techniques du développement argentique et de la cyanotypie.

> Atelier mandala à partir de 7 ans, tous les jeudis de 17h à 18h, à la MJC de Villerupt.