



# SAISON 2023/24

## MJC CENTRE-VILLE DE MÉRIGNAC





ÉDITO	3
LE PROJET	4
ATELIERS	7
DANSE	8
FORME, DÉTENTE & BIEN-ÊTRE	10
MUSIQUE	12
ARTS VISUELS	13
THÉÂTRE	14
LE CHAUDRON	15
PÔLE SÉNIOR	16
EVS	18
JEUNESSE	20
INFOS PRATIQUES & CONDITIONS GÉNÉRALES	21
TARIFS	24
NOTES	25
JEUX	27

# ÉDITO

Chers amis de la MJC Centre-Ville de Mérignac,

Quelle joie de vous retrouver pour cette nouvelle saison 2023/2024, placée sous le signe de l'énergie et de la créativité ! Notre MJC Centre-Ville, véritable foyer de la vie sociale et culturelle, ne cesse de se réinventer pour répondre à vos attentes et nourrir vos passions.

Ensemble, nous avons traversé des temps incertains, mais notre esprit d'unité et notre volonté de construire un avenir radieux ont toujours été notre moteur. Aujourd'hui, nous regardons vers l'horizon avec un enthousiasme renouvelé, prêts à relever de nouveaux défis et à créer des moments inoubliables. Pour nos anciens adhérents, vous verrez un réajustement de nos tarifs - réajustements nécessaires au juste équilibre de vos ateliers.

Cette plaquette est le reflet de notre dynamisme et de notre diversité. Des activités artistiques aux activités de bien être, en passant par les ateliers culturels et les rencontres intergénérationnelles, il y en a pour tous les goûts et tous les âges. Nous avons à cœur de nourrir les talents et de favoriser l'épanouissement de chacun, car chaque individu est porteur d'une richesse unique.

Nos bénévoles, véritables piliers de notre association, sont animés par une passion débordante et une générosité sans pareille. Leur engagement exemplaire fait de notre association un lieu de partage et de solidarité, où chacun trouve sa place et peut s'épanouir. Peut-être vous-même avez-vous envie de participer à notre projet. Alors n'hésitez pas, passez la porte de nos bureaux et haut et fort dites-nous quelles sont vos idées, vos projets, vos envies...

En cette nouvelle saison, nous nous projetons vers l'avenir avec audace et ambition. Nous continuerons à créer des liens, à encourager la tolérance et l'ouverture d'esprit, à favoriser l'accès à la culture pour tous, car c'est ensemble que nous bâtirons un monde meilleur.

Je vous invite à plonger dans cette plaquette, à découvrir les merveilleuses opportunités qui s'offrent à vous et à rejoindre cette grande famille qu'est la MJC Centre-Ville. Ensemble, nous écrivons de nouvelles pages de bonheur, de partage et d'épanouissement.

David CARRIE  
Le Président de la MJC Centre-Ville de Mérignac

M.J.C. "CENTRE VILLE"  
15, av. Roger Dorjeles  
B.P. 60044 - 33703 MÉRIGNAC CEDEX  
Tel : 05 56 47 55 65 - Fax : 05 56 47 21 64

# LE PROJET

La MJC « offre à la population, aux jeunes comme aux adultes, la possibilité de prendre conscience de leurs aptitudes, de développer leur personnalité et de se préparer à devenir les citoyens actifs et responsables d'une démocratie vivante » (art.2 des statuts).

Par convention, la MJC partage avec la Ville de Mérignac les grands objectifs suivants :

« Contribuer à l'animation des quartiers et à la vie démocratique locale en favorisant la parole et la participation des habitants. »

« Développer des actions de mise en œuvre du Projet Éducatif De Territoire de la Ville en direction de l'enfance et de la jeunesse. »

« Favoriser les actions permettant l'égalité des chances dans la vie pour tous en initiant des projets de solidarité et de lien social. »

Pour y répondre, la MJC développe un projet global établi sur la complémentarité de trois secteurs d'activités dans une approche transversale :

- Le secteur social avec différents services à la population (Accompagnement à la scolarité, Centre de loisirs, permanences sociales) et aux associations (accueil, mise à disposition de salles).
  - Le secteur socioculturel par des activités de loisirs, artistiques et sportives sous formes d'ateliers et de stages à l'année.
  - Le secteur culturel avec sa Scène Culturelle de Proximité, Le Chaudron : diffusion de spectacles, aide à la création de spectacles amateurs et professionnels, valorisation des pratiques amateurs.
- Ces grands objectifs partagés se déclinent de façon opérationnelle par :
- Favoriser l'accès à la culture pour tous
  - Promouvoir l'éducation culturelle et artistique comme outil de lutte contre l'exclusion et l'échec scolaire
  - Accompagner les habitants dans leur citoyenneté
  - Accompagner les jeunes dans leur compréhension du monde
  - Sensibiliser les jeunes à de nouveaux modes de consommation plus respectueux de l'environnement et des hommes.
  - Favoriser l'accès des jeunes aux loisirs et à la culture notamment à travers le développement de pratiques culturelles innovantes
  - Permettre une meilleure appropriation du cadre de vie par les habitants du quartier
  - Soutenir les familles dans leur fonction parentale
  - Lutter contre l'isolement et accompagner le « bien vieillir » chez soi et dans son quartier
  - Renforcer les liens et les solidarités entre les habitants et les générations
  - Soutenir la vie associative mérignacaise.

## FONCTIONNEMENT DE LA MJC

La Maison des Jeunes et de la Culture Centre-ville de Mérignac est une association d'Éducation Populaire qui travaille à l'émancipation individuelle et collective de tous. Elle est un espace de partage des pouvoirs par la gestion associative, dans le principe de la cogestion et le portage de projets de territoire partagés avec la Ville de Mérignac, les habitants et les associations.

## L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

L'AG est un temps d'échanges et de débats sur l'année écoulée auquel tous les adhérents sont invités à participer.

Chacun peut alors peser dans le choix des grandes orientations de l'association par son droit de vote. C'est également l'instance qui élit ses représentants au Conseil d'Administration chargés de piloter le projet de la MJC.

Le premier soutien au projet de la MJC n'est donc pas le don mais bien la participation de tous à ce temps fort de notre vie associative !

## LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

La MJC est administrée par un Conseil d'administration qui se réunit au minimum 6 fois/an. Il fixe les orientations et prend les décisions nécessaires à la bonne marche de l'association.

Le Conseil d'Administration élit chaque année parmi ses membres élus le Bureau de l'association qui est chargé d'assurer la gestion courante de l'association au côté de la direction.

## LE BUREAU

Le bureau d'association est l'organe exécutif de l'association. À ce titre, il est chargé de la direction de l'association au quotidien et s'occupe de mettre en œuvre les décisions prises par les Assemblées Générales et le Conseil d'Administration.

Membres du bureau :

- David CARRIÉ, Président
- Martine REILHAN, Trésorière
- Marie-Pierre LAVAINNE, Co-trésorière
- Annie RIBETTE, Secrétaire



## LE PROJET

### L'ÉQUIPE DES PERMANENTS

À vos côtés au quotidien, l'équipe de permanents accueille, organise et anime les différents lieux de rencontres, d'échanges et d'accompagnement :

- Marijo MANZANO, Directrice
- Aïda LHADI, Accueil/secrétariat
- Sylvie MAURIN, Animatrice socioculturelle
- Fomara NDYAYE, Animateur Référent jeunesse
- Angélique DESQUERRE, Médiatrice Scolaire
- Germain AUBRY, Médiateur Social
- Roouf FATHALLI, Agent d'entretien

### LES ANIMATEURS D'ACTIVITÉS

De nombreux intervenants salariés, associatifs, indépendants et stagiaires animent les activités de la MJC tout au long de l'année. Les activités qui l'exigent sont toutes encadrées par du personnel qualifié et diplômé (Brevet ou Diplôme d'État).

### LES BÉNÉVOLES

La MJC ne pourrait pas porter l'ensemble de ses actions sans l'engagement de nombreux bénévoles dans différents secteurs d'activités et de services de la MJC, et notamment celui de la commission culturelle, la zone de gratuité, l'Accompagnement à la scolarité, du FLE (Français Langue Étrangère) et des jardins partagés.



# ATELIERS

Danse, Musique & Chant, Forme,  
Détente & Bien-Être, Arts Visuels, Théâtre.

# DANSE

## EVEIL CORPOREL

SOPHIE ARCHAMBAULT

C'est l'âge de toutes les découvertes. Au travers du jeu : se mélanger, s'organiser pour permettre au mouvement d'atteindre sa fonction poétique.

- Mercredi 15h00-16h00 (4/6 ans)

## DANSE CLASSIQUE

BRIGITTE CASTAGNA

La Danse Classique, c'est aussi des exercices qui développent la force musculaire, l'équilibre, la souplesse et la grâce.

- Lundi 16h15 à 17h15 (débutants 6/8 ans)
- Mercredi 16h00 à 17h00 (initiation 6/8 ans)
- Lundi 17h15 à 18h15 (préparatoire 9/11 ans)
- Lundi 18h15 à 19h15 (jeunes initiés 12/14 ans)
- Mercredi 19h00 à 20h00 (lycées - jeunes adultes initiés 15/25 ans)

## CONTEMPORAIN

SOPHIE ARCHAMBAULT

Discipline qui n'a que faire des courants esthétiques et se désigne elle-même, tantôt selon les ruptures, tantôt selon les filiations. Elle emprunte ses techniques aux courants Modernes ou Classiques, les détourne ou les métisse.

- Vendredi 16h30 à 17h30 (initiation 6/8 ans)
- Vendredi 17h30 à 19h (débutants 9/11 ans)
- Vendredi 20h30 à 22h (ados/adultes)

## MODERN'JAZZ

BRIGITTE CASTAGNA

Discipline afro américaine venant des États-Unis et en constante évolution. Chaque cours est composé d'un échauffement suivi des chorégraphies sur des musiques actuelles (choisies par le professeur et/ou les élèves).

- Mardi 17h15 à 18h15 (débutants initiés 8/11 ans)
- Mardi 18h15 à 19h15 (ados 13/15 ans)
- Mercredi 17h à 18h (jeunes initiés 14/18 ans)

## LYRICAL JAZZ

BRIGITTE CASTAGNA

Le Lyrical Jazz est un mélange de technique de Classique et de Modern'Jazz. C'est un travail chorégraphique mêlant musicalité et rythme tout en laissant une grande place à l'émotion.

- Lundi 19h15 à 20h30 (adultes avancés 18/30 ans)
- Mardi 19h15 à 20h30 (adultes avancés 25/50 ans)

## CAPOEIRA

GIA BISPO

La Capoeira est un art martial afro-brésilien qui puise ses racines dans les techniques de combat des peuples africains du temps de l'esclavage au Brésil. Art martial ludique et acrobatique et de formes diverses, la capoeira est jouée et/ou luttée à différents niveaux du sol et à différentes vitesses. Les « Jeux » sont accompagnés le plus souvent par de la musique et des chants.

- Jeudi 18h à 19h30 (Débutants 6/11 ans)
- Samedi 10h30 à 12h (Débutants 6/11 ans)

## HIP HOP

SOPHIE ARCHAMBAULT

Cours composés de l'histoire du Street, de la musique, de la connaissance de son corps et des différentes techniques de danse. Un travail est mené autour de la chorégraphie de groupe mais aussi du freestyle individuel.

- Vendredi 19h à 20h30 (ados 13/17 ans)



# FORME, DÉTENTE & BIEN-ÊTRE

## GYM DE GASQUET

CLAIRE COUDERC-QUESNEL

Gymnastique posturale et fonctionnelle qui s'appuie sur une « approche posturo-respiratoire » (APOR) avec engagement du périnée et auto grandissement.

Séance dynamique et douce qui stimule l'équilibre, le gainage, les mobilisations articulaires avec ou sans matériel toujours dans le confort et sans sauts.

Très variées.

- Mardi 9h45 à 10h45
- Mercredi 10h à 11h

## PILATES

CLAIRE COUDERC-QUESNEL

Méthode qui sollicite les fascias et les muscles profond et superficielle dans la fluidité et le contrôle à travers des exercices avec ou sans matérielles (gros ballons, foam roller, cercles, petits ballons...).

- Mardi 12h15 à 15h15
- Mercredi 9h à 10h
- Jeudi 18h55 à 19h55
- Jeudi 20h à 21h

## QI GONG

CLAIRE COUDERC-QUESNEL

Séance de relaxation dynamique qui s'appuie sur la circulation des énergies, des auto-massages et des mouvements lents et conscient, des postures statistiques et des médiations.

- Mardi 20h50 à 22h20
- Mercredi 11h à 12h15
- Jeudi 17h40 à 18h55

## QI GONG ADAPTÉ

CLAIRE COUDERC-QUESNEL

Séance encadrée par une enseignante APA (Activité Physique Adaptée). Il s'agit d'un travail de prise de conscience de son corps, de remise en mouvement et de libération des énergies à travers les mouvements. C'est aussi un travail de posture de QI QONG, des automassages et des exercices avec matériels sous forme de circuit. Séance avec un rythme plus lent. Assis sur chaise et debout si possible. Petit groupe de 8 personnes maximum.

- Mardi 10h50 à 12h05

## YOGA

FANNY BRICOTEAU

Le yoga est une pratique indienne ancestrale qui unifie le corps, le souffle et l'esprit et confère un réel bien-être physique et psychologique. Outil magnifique de développement personnel, il contient de nombreuses dimensions. À vous de les découvrir !

- Lundi 14h à 15h30
- Lundi 20h45 à 22h15
- Mercredi 20h45 à 22h15
- Jeudi 21h à 22h30
- Vendredi 10h à 11h30

## ART DE L'AIGUILLE

LAURENCE DUPRAT

Pour apprendre à coudre ou pour se perfectionner à partir de tout objet en tissu que vous choisirez de réaliser ou de réparer et venir partager un temps convivial.

- Lundi 14h à 18h



# MUSIQUE

**i**  
Se rapprocher  
de l'accueil pour  
les inscriptions

## GUITARE ACOUSTIQUE ET ÉLECTRIQUE / BASSE

FRÉDÉRIC CHAUMEIL

Dans une ambiance conviviale cours de guitare (électrique, folk, classique, jazz, rock), basse. Débutants, intermédiaires, confirmés avec ou sans solfège. Rock, classique, jazz, blues accompagnement guitare, harmonie de la musique.

- Lundi 17h à 21h
- Mardi 17h à 18h30



## PIANO

SHEN AO YANG-SOUCHARD

Piano jazz et classique : la découverte du piano sur toutes ses formes instruments classique ou électrique avec ou sans partition et avec le style de votre choix... jusqu'à l'improvisation.

- Mercredi 13h à 20h
- Jeudi 13h à 20h
- Vendredi 13h à 20h

## BATTERIE

PIERRE BARLET

Batterie acoustique et électronique, cours individuel de 30 minutes ou une heure (à partir de 6 ans) méthode adaptée aux attentes, au niveau et aux goûts musicaux de chacun. Les cours couvrent le rock, le jazz, les musiques afro latines et les plans modernes actuels.

- Mardi 10h à 22h
- Mercredi 13h30 à 22h
- Jeudi 10h à 20h

# ARTS VISUELS

## ARTS PLASTIQUES (ADO/ADULTES)

KARINE JOU DE LAS BORJAS

De l'initiation au perfectionnement, les ateliers vous proposent de découvrir le plaisir par le dessin ou la peinture vous serez en contact avec le fusain, le crayon, la sanguine, les pastels, les encres, l'aquarelle, l'acrylique ou l'huile. L'occasion pour vous de créer et de libérer votre interprétation personnelle en fonction de différents thèmes. Des performances et des expositions sont réalisées en cours d'année.

- Lundi 10h30 à 12h30 (adultes)
- Lundi 18h à 19h (collège /lycée 12/17 ans)
- Lundi 19h à 21h (adultes)

## ARTS PLASTIQUES (ENFANTS)

TRISTAN PAULAIS

Ces ateliers sont une initiation au dessin et à la peinture (acrylique et aquarelle), au travers d'activités ludiques et motivantes. Par la variété des sujets proposés, votre enfant pourra acquérir les fondamentaux (mélange de couleurs, perspective, proportions, etc.) pour développer sa créativité et son imaginaire.

- Mercredi 13h30 à 15h (primaires à partir de 6 ans)



# THÉÂTRE

## THÉÂTRE CLASSIQUE

VINCENT CLAUSTRÉS

La MJC propose aux groupes de s'engager dans un processus artistique qui se termine en fin d'année par des représentations théâtrales publiques au Chaudron. Le groupe s'engage ainsi dans une démarche collective, solidaire, empreinte d'entraide et de respect.

- Mardi 20h30 à 22h30 (adultes)
- Mercredi 14h à 16h (primaire à partir de 7 ans)
- Mercredi 16h15 à 18h15 (collège)

## THÉÂTRE D'IMPROVISATION

VINCENT CLAUSTRÉS

Oser se lancer et se tromper pour trouver la liberté de jeu sans contrainte de réussite, développer sa spontanéité, réveiller sa créativité, partager ensemble des moments de bonne humeur.

- Mardi 18h30 à 20h30 (adultes débutants)
- Mercredi 18h30 à 20h30 (lycée)
- Mercredi 20h30 à 22h30 (adultes avancés)
- Vendredi 20h30 à 22h30 (adultes débutants)



# LE CHAUDRON

SCÈNE CULTURELLE DE PROXIMITÉ

Une salle de spectacle intimiste et chaleureuse de 86 places, propice aux belles rencontres et découvertes artistiques.

La salle est nichée au cœur de la MJC Centre-Ville de Mérignac, association d'éducation populaire essentielle depuis plus de 50 ans, à la vie sociale et culturelle du Centre-Ville de Mérignac, et soutenue depuis toujours par la ville de Mérignac.

Le Chaudron se veut un lieu culturel ouvert à tous les artistes passionnés, qu'ils soient professionnels mais aussi amateurs éclairés et exigeants, de part une programmation multiculturelle variée, et une accessibilité à tous les publics grâce à une politique tarifaire raisonnable.

Le Chaudron, Scène Culturelle de Proximité, vous attend pour de beaux moments autour du Théâtre, de la Musique, de la Danse, de la Connaissance et de toutes ces pratiques qui font de la Culture un univers infiniment riche et toujours surprenant...



## Ô CHAUDRON FESTIVAL DE THÉÂTRE AMATEUR

Oyez, noble assemblée, le festival Ô Chaudron qui se profile, Où s'épanouissent des acteurs amateurs, fiers et dociles.

Le vingt-trois et le vingt-quatre mars 2024, retenez ces dates,

Leur théâtre enchanteur, avec grâce, vous invite à vous émerveiller.

Venez, plongez dans leurs histoires, laissez-vous captiver par leurs récits exquis.

## LA LIMP

Émanation des premiers ateliers de Théâtre d'Improvisation de la MJC, ce groupe de passionnés s'est constitué en Ligue d'Improvisation : La Ligue d'Improvisation Mérignacaise Pétilante.

Et pétille depuis, d'idées et de projets !

Vous les retrouverez chaque mois sur la scène du Chaudron, pour une soirée « Cabaret d'improvisation », qu'ils concoctent avec le soutien de Vincent Claustres.

La LIMP participe aussi à d'autres événements et manifestations n'hésitez pas à les suivre sur les réseaux sociaux !

# PÔLE SÉNIOR

La MJC Centre-Ville de Mérignac accueille avec grand plaisir tous les seniors à la recherche d'activités de loisirs, de découvertes, de sorties et de rencontres tout le long de l'année.

En passant les portes de notre MJC Centre-ville vous trouverez des activités régulières, se déroulant sur l'ensemble de la saison et d'autres plus ponctuelles.

Ce pôle, par la dynamique partenariale engagée vise à développer le lien social sur le territoire en luttant contre l'isolement des seniors, en développant leur accès aux droits, à la culture et aux loisirs, et en impliquant les bénévoles retraités.

## LES OBJECTIFS

- Promouvoir les activités du "bien vieillir" pour prévenir et améliorer le bien-être des habitants ;
- Valoriser le savoir des anciens comme ressource du territoire et faciliter la transmission envers les jeunes générations ;
- Développer le pouvoir d'agir des retraités afin qu'ils se sentent utiles à la société ;
- Être à l'écoute des plus de 60 ans pour mieux les accueillir et mieux les orienter ;
- Développer les solidarités et les actions entre les générations ;
- Dépasser les problèmes de mobilité.



## CONFÉRENCES

### LES LUNDIS DE L'HISTOIRE - 15h

Un lundi par mois, nous retrouverons Frédéric BECHIR, ancien professeur d'histoire, guide-conférencier à l'office de tourisme de Bordeaux, pour nous relater l'histoire du monde, de France et de notre région.

#### En 2023 :

- 18 septembre : La guerre du Péloponnèse
- 16 octobre : Alexandre le Grand
- 20 novembre : Les Vikings
- 11 décembre : Les Croisades

#### En 2024 :

- 22 janvier : Les Orléans, du Régent au duc d'Aumale
- 12 février : L'Alsace et la Lorraine (de Louis XIV à 1918)
- 14 mars : Destins de Bordelais pendant la Révolution Française
- 11 avril : Le Paris d'Hausmann
- 16 mai : La Commune
- 17 juin : Paris 1900

### LES COURS DU JEUDI - 14h

Avec Frédéric BECHIR, découvrez les États de Bourgogne.

#### En 2023 :

- 12 octobre : Début de la guerre de cent ans - Philippe le Hardi
- 19 octobre : Les villes flamandes et les ducs de Bourgogne
- 09 novembre : Jean sans Peur - guerre civile
- 23 novembre : Philippe le Bon et la fin de la Guerre
- 07 décembre : Charles le Téméraire et Louis XI
- 21 décembre : De Marie de Bourgogne à Charles Quint

## LES MARDIS DE L'HISTOIRE DE L'ART - 15h

Un mardi par mois, nous étudierons avec Yann PERRAUD de l'association Le Musée Imaginé, des œuvres d'art à travers les âges pour tenter d'en comprendre leur sens.

En 2023 :

- 5 septembre : Salvador Dali
- 3 octobre : L'art de Brueghel
- 7 novembre : Architectures sacrées romanes et gothiques
- 5 décembre : Le Maniérisme

En 2024 :

- 23 janvier : Antoni Gaudi
- 6 février : Jacques-Louis David
- 5 mars : Eugène Delacroix
- 9 avril : Le surréalisme
- 14 mai : Jan van Eyck
- 4 juin : Caravage
- 2 juillet : Henri de Toulouse-Lautrec

## VISITES CULTURELLES

### JOURNÉES ET DEMI-JOURNÉES

Premières dates :

- 14 septembre : Balade au Parc de l'Ermitage de Lormont avec Terre et Océan
- 23 septembre : Visite de l'observatoire de Floirac
- 10 octobre : Parcours Street-Art aux Chartrons
- 16 novembre : Visite du Musée National de l'Assurance Maladie de Lormont

En 2024, dates à venir.

## VOYAGE CULTUREL

Partez à la découverte de l'Espagne lors d'un voyage culturel du 6 au 10 novembre 2023. Explorez les trésors de Burgos, Madrid, Tolède et Guernica. Admirez la majesté de la cathédrale de Burgos, plongez dans la vibrante Madrid, découvrez la beauté médiévale de Tolède et ressentez l'histoire à Guernica. Imprégnez-vous de l'art, de l'architecture et de la riche culture espagnole.

Accompagné par des guides passionnés, vivez des moments inoubliables et revenez avec des souvenirs mémorables de votre voyage culturel en Espagne.

## ATELIERS D'ÉCRITURE

JOUER AVEC LES MOTS

Le troisième jeudi de chaque mois, de 10h à 13h, la MJC centre-ville organise, pour tous ceux et celles qui le souhaitent, un atelier d'écriture, animé par Christiane Magendie du Théâtre de Zélie.

Le nombre de participants est limité à 10. Première date le 19 octobre 2023.

## LES DICTÉES SÉNIORS

Amusement, grammaire et orthographe  
Même si la tâche est compliquée, la dictée c'est avant tout un moyen de « faire travailler les neurones en s'amusant ».

Venez passer un bon moment et vous mesurer à la difficulté d'un texte choisi avec délectation par nos bénévoles.

1 fois toutes les 6 semaines.

Première date le 28 septembre 2023.

## L'ACCUEIL

La notion d'accueil est un des éléments fondamental voire fondateur de la vie de la structure.

Chacun y trouvera donc une équipe et des bénévoles à son écoute, disposés et disponibles.

Et un environnement propice à l'échange et la rencontre.

## PERMANENCE DE MÉDIATION SOCIALE

Se tenir à votre écoute pour s'entretenir avec vous de la vie de quartier, de vos préoccupations et vous accompagner dans différentes démarches liées à l'emploi, le logement, la santé, la citoyenneté...

## ATELIER DE FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE

Autant par l'engagement des bénévoles qui les animent que celui des participants qui les fréquentent, ces ateliers sont des lieux d'apprentissage animés par une pédagogie d'accès au savoir, basé sur l'entraide et la solidarité entre participants. Chacun y progresse à son rythme dans une ambiance conviviale.

- Les Lundis, Jeudis et Vendredis de 10h à 11h30 : Atelier de Conversation Française
- Les Mardis et Mercredis de 10h à 11h30 : Atelier de Langue Française
- Les Mardis de 14h à 15h et 15h à 16h : Atelier Lecture / Écriture

## FAMILLE

Le secteur soutient les initiatives des habitants et les associations. Ils proposent des activités socio-culturelles, des sorties familiales, des événements et créer une dynamique de projet avec les différents publics et les partenaires.

Il s'inscrit dans des actions qui développent la solidarité, la participation, le lien social et l'écocitoyenneté.

## LES JARDINS PARTAGÉS

Nés en 2016, les Jardins Partagés des Résidences YSER et PONT DE MADAME sont aujourd'hui des lieux de rencontre, d'échange de savoir entre habitants, autant que de récolte, et de « détente active ». Lors des ateliers Jardinage, c'est toute la richesse d'une vie collective communautaire qui s'enracine jour après jour...

Ouvert à toute habitante des résidences YSER et PONT DE MADAME souhaitant s'y investir.

## LES MANIFESTATIONS HORS LES MURS

La MJC entend jouer son rôle dans l'instauration d'une vie de quartier dynamique et conviviale. Elle accompagne les habitants dans des projets d'animation et de manifestation de quartier ouverts à tous.

## LE CONSEIL CITOYEN

La MJC est partenaire du Conseil Citoyen des quartiers Yser et Pont de Madame.

## LA ZONE DE GRATUITÉ

Dans le hall de la MJC, ouvert à toutes et tous, existe un espace où l'on peut venir donner et/ou prendre tout objet, vêtement propre et en bon état. Géré par la MJC, et par une équipe de bénévoles investis cet espace se veut autant un lieu d'échange et de rencontre qu'un moyen simple, concret mais aussi ludique, de donner une seconde vie aux objets et vêtements et de trouver ce qui vous plaît, ou ce qui vous manque.

# JEUNESSE

## ACCUEIL JEUNE

L'accueil jeune de la MJC vise à être « une université des possibles » favorisant l'expérience et l'action.

Les animateurs agissent avec les jeunes en les reconnaissant comme acteurs à part entière des projets menés. Par cette volonté, les jeunes sont amenés à construire leur autonomie, à déployer leur créativité et à développer toutes leurs ressources (pratiques, artistiques, culturelles, citoyennes et politiques)..

### ACCUEIL JEUNE PÉRISCOLAIRE

(11 à 13 ans) :

- Tous les mercredis hors vacances scolaires de 13h30 à 17h30 (et selon projet)

### ACCUEIL JEUNE PÉRISCOLAIRE

(14 à 17 ans) :

- Un mercredi sur deux de 17h30 à 19h30
- Un samedi sur deux de 14h à 18h

### ACCUEIL JEUNE EXTRASCOLAIRE

(11 à 17 ans) :

- Pendant toutes les vacances sauf deux semaines en Août :
  - en après-midi (de 13h30 à 18h)
  - en journée (de 9h30 à 18h).

## ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

Renforcer les acquis, appliquer les méthodes, redonner confiance et rendre l'apprentissage plus plaisant sont nos principaux objectifs.

Par l'accompagnement à la scolarité, nous désignons l'ensemble des actions visant à offrir aux familles et aux écoles, l'appui et les ressources dont les enfants ont besoin pour réussir.

Un accompagnement scolaire est donc proposé aux élèves de primaire et de collège des établissements du quartier centre-ville.

L'accompagnement scolaire est un engagement de chaque acteur (professionnels, bénévoles, parents, élèves) à être présent et actif de manière régulière, tout au long de l'année pour pouvoir progresser.

### ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE

PRIMAIRE :

- Les lundis et vendredis de 16h à 18h

### ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE

SECONDAIRE :

- Les mardis et jeudis de 16h à 18h

## SÉJOURS

Les séjours sont travaillés en amont avec les jeunes, ils offrent du temps, de la souplesse, de la liberté. Ils fusionnent l'éducatif et le récréatif. Ils traitent les questions d'égalité, de solidarité et de justice sociale. Ils génèrent de l'enrichissement personnel, de la valorisation et renforcent la confiance en soi. Ils affûtent la curiosité et provoquent des changements d'habitude.

# INFOS PRATIQUES

& CONDITIONS GÉNÉRALES

## ADHÉSION

Si l'adhésion est la condition obligatoire pour participer aux activités de l'association, elle est avant tout un acte citoyen qui implique un engagement sur des valeurs et sur un projet.

Le paiement de l'adhésion concrétise le soutien de chaque adhérent et son implication dans la vie de l'association, lui permettant de peser sur les orientations et les actions qu'elle développe, notamment lors de l'Assemblée Générale annuelle.

Elle couvre le « année associative » qui débute le 1er septembre pour se terminer le 31 août de l'année civile suivante. Son montant est déterminé en Assemblée Générale tous les ans.

L'adhésion offre également divers avantages, comme des invitations ou des spectacles à prix réduits à la salle de spectacle de la MJC : « Le Chaudron ».

- Adhésion famille \_\_\_\_\_ 18 €
- Adhésion enfants à jeunes adultes \_ 5 €
- Adhésion adultes (dès 26 ans) \_\_\_\_\_ 16 €
- Adhésion « Solidaires » adultes \_\_\_\_\_ 48 €
- Adhésion associative \_\_\_\_\_ 50 €

## OUVERTURE & SUPPRESSION D'UNE ACTIVITÉ

Une activité est ouverte lorsqu'un nombre minimum d'adhérents est inscrit. Ce nombre varie en fonction de l'activité. L'association se réserve le droit d'annuler une activité lorsque :

- L'effectif minimum assurant l'équilibre financier de l'activité n'est pas atteint,
- Aucun local n'est disponible pour le déroulement de l'activité ou que la sécurité n'est pas assurée dans le local utilisé.

## MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription en ligne via notre site web [mjcmerignaccentre.fr](http://mjcmerignaccentre.fr)

Toute personne souhaitant pratiquer une activité doit s'acquitter d'une adhésion à l'association ainsi que d'une cotisation.

Aucune inscription administrative auprès des animateurs, professeurs ou intervenants n'est autorisée.

Pour les adhérents mineurs, une autorisation signée des représentants légaux est obligatoire pour participer aux activités.

Un certificat médical pourra être demandé pour certaines activités sportives.

Pour pouvoir se réinscrire, tout adhérent doit être à jour de ses adhésions et cotisations de l'année précédente.

## COTISATION AUX ACTIVITÉS

Inscription en ligne via notre site web [mjcmerignaccentre.fr](http://mjcmerignaccentre.fr)

La cotisation annuelle est calculée sur la base de 30 séances d'activités minimum, avec un maximum de 34 séances, de septembre à juin, hors période de vacances scolaires.

Le montant de la cotisation à l'activité dépend de votre Quotient Familial :

Reportez votre QF dans la tranche de la grille tarifaire correspondante.

Pour les allocataires CAF, il suffit de le demander à la CAF.

Le mode de calcul du Quotient Familial pour les non-allocataires CAF : revenu fiscal de référence de votre dernier avis d'imposition divisé par 12, puis divisé par le nombre de parts. Si vous ne souhaitez pas présenter votre avis d'imposition, le tarif de base (catégorie +1400) vous sera automatiquement attribué.

Des réductions sont appliquées pour les activités en atelier :

- 10 % : 2 ou plusieurs membres d'une même famille.
- 10 % : à partir de deux activités pratiquées par la même personne.
- 50 % : 2<sup>ème</sup> séance d'une même activité.

Modalités de règlement des activités (Différentes modalités et facilités de paiement sont possibles) :

- Comptant en espèces.
- Carte Bancaire (inscriptions en ligne exclusivement)
- Par chèque(s), avec possibilité d'un échelonnement sans frais (de 1 à 6).
- Possibilités de paiement également par les Chèques vacances et sport ANCV, les aides de la CAF, les aides des Comités d'Entreprises.

L'adhésion à la MJC et les cotisations sont les seules perceptions financières requises pour pratiquer une activité. Toute autre sollicitation ne peut servir qu'après accord préalable écrit de la direction.

## REMBOURSEMENT

Le montant des cotisations des activités ne peut être remboursé que sur justificatif, dans les cas suivants : raison médicale, mutation professionnelle, perte d'emploi, déménagement hors de la Métropole de Bordeaux. Dans tous les cas, une retenue de 10 % correspondant aux frais de gestion administrative sera prélevée et l'adhésion reste acquise.

Si, du fait de l'association, les 30 séances minimums ne sont pas respectées au terme du calendrier, un remboursement au prorata des séances manquées sera établi en fin de saison.

# TARIFS

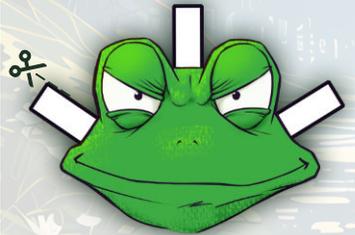
QUOTIENT FAMILIAL	0 à 350	351 à 550	551 à 770	771 à 960	961 à 1200	1201 à 1400	> 1401
Éveil corporel	60	84	191	202	212	239	371
Danse classique	60	84	191	202	212	239	371
Danse contemporaine (1h)	60	84	191	202	212	239	371
Danse contemporaine (1h30)	90	114	281	297	313	352	374
Modern' Jazz	60	84	191	202	212	239	371
Lyrical Jazz	90	114	281	297	313	352	374
Hip Hop	90	114	281	297	313	352	374
Capoeira	90	114	281	297	313	352	374
GYM de Gasquet	60	84	173	186	202	228	250
Pilates	60	84	173	186	202	228	250
Qi Gong	72	96	236	250	262	296	318
Yoga (multiséances hebdomadaires)	135	171	422	446	470	528	545
Yoga (1h30)	90	114	281	297	313	352	374
Art de l'aiguille	30						
Batterie, Guitare, Piano (cours individuel de 30 min)	348	384	451	483	515	561	583
Batterie (cours individuel d'1h)	450	495	660	706	752	782	812
Arts plastiques (1h)	60	84	191	202	212	228	250
Arts plastiques (2h)	108	156	250	269	285	316	338
Dessin (1h30)	90	114	216	226	236	264	286
Théâtre classique	120	160	280	350	370	390	400
Théâtre d'improvisation	120	160	280	350	370	390	400
Conférence	5€ par conférence						
Atelier d'écriture	10 €						
Atelier de français (langue étrangère)	GRATUIT						
Accompagnement scolaire	GRATUIT						
Point jeune	8€ Accueil jeune périscolaire, 5€/sem de vacances et 50% du coût de l'activité						

# NOTES



Toute activité  
est soumise à  
adhésion  
(cf. p22)

A series of horizontal lines for writing notes, alternating between solid and dotted lines.



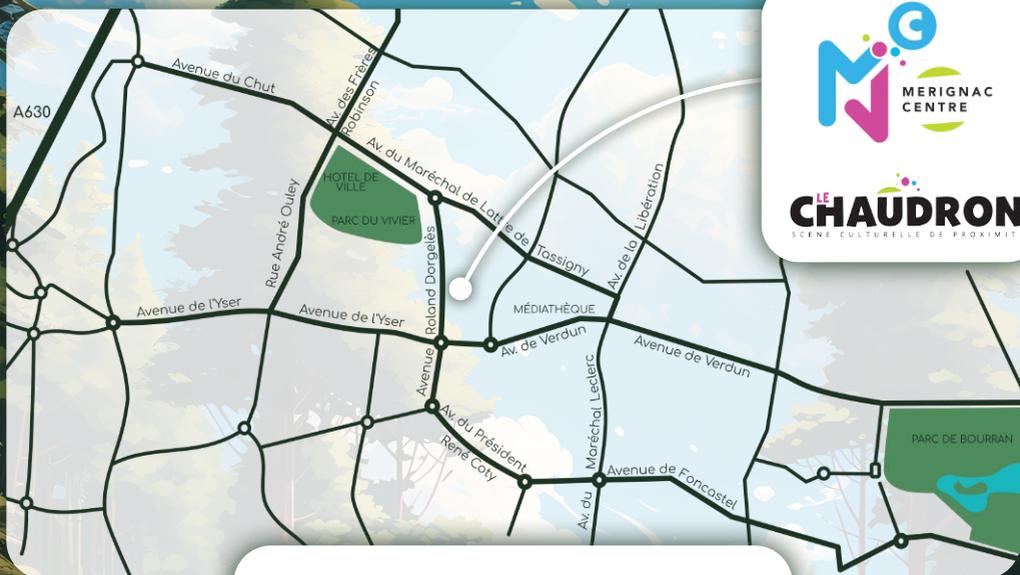
## DÉCOUPE ET TRANSFORME TON PERSO !



## EN BONUS : TROUVE LES PETITES GRENOUILLES CACHÉES UN PEU PARTOUT !

Les coquines se sont déguisées en plus !





**LE CHAUDRON**  
SCÈNE CULTURELLE DE PROXIMITÉ

📍 15 AVENUE ROLAND DORGELÈS  
33700 MERIGNAC

☎ TEL : 05 56 47 35 65

✉ contact@mjcmerignaccentre.fr

🕒 HORAIRES DE L'ACCUEIL ADMINISTRATIF :  
du LUNDI au VENDREDI 10h-12h30 / 13h30-16h  
MERCREDI 13h30-18h30

RETROUVEZ-NOUS SUR :

🌐 mjcmerignaccentre.fr

📱 @mjcmerignaccentre



**Domofrance**  
Groupe ActionLogement



**Mérignac**



Illustrations et graphisme : Tristan Paulais (alias Tepee) - [www.tepee.me](http://www.tepee.me)