



# SAISON 2023/24

MJC centre-ville de Mérignac

[mjccentrevalledemerignac.fr](http://mjccentrevalledemerignac.fr) - 05 56 47 35 65



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 SÉNIORS	16
JEUNESSE	19
EVS	20
INFOS PRATIQUES & CONDITIONS GÉNÉRALES	22
TARIFS	25
NOTES	26

Chers amis, chers adhérents de la MJC Centre-Ville de Mérignac,

Quelle joie de vous accueillir pour cette nouvelle saison 2024/2025, placée sous le signe de l'énergie, de la créativité et de l'engagement citoyen ! Notre MJC Centre-Ville, clé de voûte de la vie sociale et culturelle, continue de se réinventer pour répondre à vos attentes, nourrir vos passions et favoriser l'épanouissement de chacun.

Cette plaquette reflète notre dynamisme et notre diversité. Des activités artistiques aux ateliers de bien-être, en passant par les rencontres intergénérationnelles et les projets de quartier, il y en a pour tous les goûts et tous les âges. Nous avons à cœur de cultiver les talents et de favoriser l'épanouissement de chacun, car chaque individu apporte une richesse unique à notre association.

Nos bénévoles, véritables piliers de notre association, sont animés par une passion débordante et une générosité sans pareille. Leur engagement exemplaire fait de notre MJC un lieu de partage et de solidarité, où chacun trouve sa place et peut s'épanouir. Peut-être avez-vous vous-même envie de participer à notre projet ? N'hésitez pas, passez la porte de nos bureaux et exprimez haut et fort 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 bâtissons un monde meilleur. Nous restons fidèles aux valeurs de l'Éducation Populaire, en œuvrant pour l'inclusion, la démocratie participative et l'émancipation de chacun.

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 écrirons de nouvelles pages de bonheur, de partage et d'épanouissement. Notre MJC est ouverte à toutes et à tous, et chacun d'entre vous a un rôle à jouer dans cette belle aventure collective.

Ensemble, faisons de cette saison 2024/2025 un chapitre vibrant de notre histoire commune.

Avec toute notre amitié et notre enthousiasme,

David CARRIE

Le Président de la MJC Centre-Ville de Mérignac

M.J.C. "CENTRE VILLE"  
15, av. René Dorzelès  
B.P. 60044 - 33703 MÉRIGNAC CEDEX  
TEL : 05 56 47 21 84 - Fax : 05 56 47 21 84

# 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 :

- Houda AL HOUCIL, Médiatrice famille
- Germain AUBRY, Médiateur social
- Angélique DESQUERRE, Médiatrice éducatif
- Raouf FATHALLI, Agent d'entretien
- Marijo MANZANO, Directrice
- Aïda MENIF, Accueil/secrétariat
- Famara NDYAYE, Animateur Référent jeunesse

### 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

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

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

- 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

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

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

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 20h45  
(adultes avancés 18/30 ans)
- Mardi 19h15 à 20h45  
(adultes avancés 25/50 ans)

## HIP HOP

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)

## CAPOEIRA

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)

# FORME, DETENTE & BIEN-ETRE

## PILATES/ABDOS DE GASQUET

Méthode posturale et respiratoire permettant de travailler les abdos et le corps dans la globalité.

Les bienfaits : renforce la sangle abdominale, protège le dos et les lombaires, libère la respiration, diminue le risque d'incontinence, facilite la digestion.

- Mardi 9h à 10h  
(Pilates/Abdos de Gasquet)
- Mardi 10h à 11h (Abdos de Gasquet)
- Mercredi 9h à 10h  
(Pilates/Abdos de Gasquet)
- Mercredi 10h à 11h  
(Abdos de Gasquet)

## PILATES

Méthode qui sollicite les fascias et les muscles profonds et superficiels dans la fluidité et le contrôle à travers des exercices avec ou sans matériel.

- Jeudi 18h55 à 19h55
- Jeudi 20h à 21h

## QI GONG

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

- Mardi 20h50 à 22h05
- Mercredi 11h15 à 12h30
- Jeudi 17h40 à 18h55

## QI GONG ADAPTE

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 auto-massages et des exercices.

Séance avec un rythme plus lent. Assis sur chaise et debout si possible.  
Petit groupe de 8 personnes maximum.

- Mardi 11h00 à 12h15

### YOGA

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 10h à 11h30
- Jeudi 21h à 22h30

### ART DE L'AIGUILLE

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 17h



# MUSIQUE

## GUITARE ACOUSTIQUE ET ELECTRIQUE / BASSE

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

Piano classique et variétés (jazz, moderne...), pour petits et grands, débutants et avancés cherchant à améliorer leur technique, découverte de son potentiel musical intérieur. Jeu en solo, accompagné, à 4 mains, duo. Concert de fin d'année.

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

## BATTERIE

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

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



## ARTS PLASTIQUES (ADO/ADULTES)

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)

## DESSIN-PEINTURE (ENFANTS)

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 8 ans)



# THEATRE

## THEATRE CLASSIQUE

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)

## THEATRE D'IMPROVISATION

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 (adolescents)
- Mercredi 20h30 à 22h30 (LIMP/Adultes confirmés)
- 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. . .

## VIBREZ AU RYTHME DU DUB

La MJC Centre-Ville de Mérignac et l'association Lyrical Bass Sound System vous offrent quatre concerts de dub pour la saison 2024/2025. Plongez dans une expérience sonore unique avec des basses puissantes et des rythmes hypnotiques. Rejoignez-nous pour ces soirées inoubliables où la musique devient un art de vivre et une célébration de la diversité culturelle. Restez connectés pour les dates et la programmation.

Let the bass hit you !

## 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 Pétillante.

Vous les retrouverez chaque mois au Chaudron, pour une soirée « Cabaret d'Improvisation », qu'ils concoctent avec le soutien de Vincent Claustres.

## LIMPFEST 2025 - 3ÈME ÉDITION samedi 28 et dimanche 29 juin 2025

Préparez-vous pour un week-end de créativité spontanée avec le Limpfest, le festival de théâtre d'improvisation de la MJC Centre-Ville de Mérignac ! Sur deux jours, plongez dans l'univers captivant de l'improvisation théâtrale avec des spectacles interactifs, et des performances surprenantes. Ce festival est l'occasion parfaite pour découvrir et célébrer le talent de nos comédiens, tout en partageant des moments de rire et de complicité. Rejoignez-nous et laissez libre cours à votre imagination lors de cet événement unique en son genre !

## Ô CHAUDRON

### FESTIVAL DE THÉÂTRE AMATEUR samedi 15 et dimanche 16 mars 2025

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

# POLE SENIORS

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 pour 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 « TERRE ET OCÉAN » « la vie des fleuves et de l'eau » à 15h, salle du Chaudron

Pendant 4 mois, un lundi par mois, la MJC centre-ville aura le plaisir d'accueillir l'association « Terre et Océan » pour des conférences fascinantes sur la vie des fleuves et de l'eau. Ces conférences sont ouvertes à tous ceux qui s'intéressent à l'environnement, à la biodiversité et à l'importance des ressources en eau. « Terre et Océan » partagera ses connaissances et ses recherches pour sensibiliser le public aux enjeux liés à l'eau et aux écosystèmes fluviaux.

En 2024 :

- 30 septembre : « Vallée du Nil, un difficile partage de l'eau »
- 14 octobre : « Sud-Ouest : l'eau, un enjeu régional majeur »
- 18 novembre : « Congo, le fleuve brut »
- 9 décembre : « Mékong, un fleuve mythique sous pression »



## LES MARDIS DE L'HISTOIRE DE L'ART à 15h, salle du Chaudron

**Les mardis de « l'histoire de l'Art » avec Yann PERRAUD du Musée Imaginé de Mérignac.**

Devant le succès remporté par les conférences sur l'art, nous renouvelons notre confiance au conférencier du musée Imaginé pour une nouvelle programmation 2024-2025.

En 2024 :

- 17 septembre : Niki de Saint Phalle
- 15 octobre : Paul Gauguin
- 19 novembre : La Bourse du Travail de Bordeaux
- 17 décembre : William Bouguereau

En 2025 :

- 21 janvier : Odilon Redon
- 18 février : Georges Seurat et le néo-impressionnisme
- 18 mars : Antoni Gaudi et la Sagrada Família
- 15 avril : Artistes et robots : l'art numérique
- 20 mai : Marc Chagall
- 17 juin : Réalisme et naturalisme
- 8 juillet : Le fauvisme

## AUTRE CONFÉRENCES à 15h, salle du Chaudron

En 2025 :

- 3 juin : Fred Astaire (1899-1987)

## VOYAGE CULTUREL

### Évasion Andalouse

Du 11 au 17 novembre 2024, le Pôle Senior de la MJC Centre-Ville de Mérignac vous invite à un voyage enchanteur au cœur du sud de l'Espagne. Pour son 3e séjour, cap sur l'Andalousie ! De Séville la flamboyante à Grenade la mystique, en passant par Cordoue l'historique et les villages blancs pittoresques, ce périple promet une immersion totale dans la richesse culturelle et artistique de cette région ensoleillée. Une semaine pour savourer l'art de vivre andalou, entre découvertes architecturales, saveurs locales et rencontres chaleureuses. Rejoignez-nous pour une escapade où chaque moment sera une œuvre d'art vivante !

## LES DICTÉES SENIORS

### à 14h, salle du foyer

Fortes du succès rencontré lors des deux dernières années, les dictées de la MJC centre-ville continuent ! Ces sessions sont conçues pour tous ceux qui souhaitent améliorer leur orthographe, enrichir leur vocabulaire et partager un moment convivial autour de la langue française. Ouvertes à tous les âges, ces dictées offrent un défi intellectuel dans une ambiance détendue et bienveillante.

En 2024 :

- Jeudi 3 octobre 2024
- Jeudi 21 novembre 2024

En 2025 :

- Jeudi 9 janvier 2025
- Jeudi 13 février 2025
- Jeudi 27 mars 2025
- Jeudi 15 mai 2025

### LES BALADES DE FANNY

#### RANDONNÉES ET YOGA

Les Balades de Fanny combinent randonnée pédestre et détente de yoga, offrant une activité qui s'adresse à tous les âges, pour ceux qui recherchent une expérience sportive douce et en plein air, enrichie par des séances de yoga relaxantes et une pause pique-nique pour un moment de partage et de convivialité.

En 2024 :

- 2 octobre : « Entre vents et marées »  
*Chemin du littoral à partir d'Andernos.*
- 23 octobre : « L'Herbe est plus verte »  
*du Canon à l'Herbe, sur la route du Cap-Ferret.*
- 6 novembre : « Fais comme l'oiseau »  
*Domaine du Teich.*
- 27 novembre : « Le Chemin du Pèlerin »  
*Parc de Cayac à Gradignan.*

En 2025 :

- 22 janvier : « Les quais et chocolat chaud... », *les quais de Bordeaux.*
- 26 février : « Contemple et respire »  
*Parc de Majolan.*
- 19 mars : « La petite Afrique »  
*Étang de Cousseau.*
- 16 avril : « Le Miroir d'eau des lacs »  
*Sentier des lacs à Lacanau.*
- 14 mai : « La Magie du Lac bleu »  
*Léognan.*
- 18 juin : « Grand Pique-nique »  
*Au bord de l'eau...*



## 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 17 ans) :

- Tous les mercredis de 13h30 à 18h, hors vacances scolaires
- Un samedi sur deux de 14h à 18h
- Un vendredi sur deux de 18h à 20h sur projets

## 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 A LA SCOLARITE

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

## SEJOURS

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.

## 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 MEDIATION 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 FRANCAIS (LANGUE ETRANGERE)

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.

Pour les horaires, se rapprocher de l'accueil.

## 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 CULTIVONS ENSEMBLE !

Bienvenue aux Jardins Partagés des Résidences YSER et PONT DE MADAME, un espace où les voisins se rencontrent, partagent leurs savoir-faire, récoltent de délicieux légumes et s'adonnent à une « détente active ». Chaque atelier de jardinage renforce notre vie collective et notre vie de quartier. Que vous soyez expert en jardinage ou simple curieux, chacun est le bienvenu pour planter, arroser, et récolter ensemble. Venez cultiver non seulement des plantes, mais aussi des amitiés et un véritable esprit de solidarité. Rejoignez-nous pour faire pousser la convivialité et l'engagement citoyen au cœur de notre quartier !

## 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.

## LA ZONE DE GRATUITE

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. Céré 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.

# 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 l'« 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

**[mjccentrevilledemerignac.fr](http://mjccentrevilledemerignac.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

**[mjccentrevilledemerignac.fr](http://mjccentrevilledemerignac.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.

## INFOS PRATIQUES & CONDITIONS GÉNÉRALES

**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 échelonnage 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.



QUOTIENT FAMILIAL	0 à 350	351 à 550	551 à 770	771 à 960	961 à 1200	1201 à 1400	> 1401
Éveil corporel (1h)	60	84	191	202	212	239	371
Danse classique (1h)	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 (1h)	60	84	191	202	212	239	371
Lyrical Jazz (1h30)	90	114	281	297	313	352	374
Hip Hop (1h30)	90	114	281	297	313	352	374
Capoeira (1h30)	90	114	281	297	313	352	374
GYM de Gasquet (1h)	60	84	173	186	202	228	250
Pilates (1h)	60	84	173	186	202	228	250
Qi Gong (1h15)	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)	120	160	280	350	370	390	400
Dessin-Peinture (1h30)	90	114	216	226	236	264	286
Théâtre classique (2h)	120	160	280	350	370	390	400
Théâtre d'improvisation (2h)	120	160	280	350	370	390	400
Conférence	5€ par conférence						
Atelier de français (langue étrangère)	GRATUIT						
Accompagnement scolaire	GRATUIT						
Accueil Jeune périscolaire	6		8			10	
Accueil Jeune extra-scolaire	5€/sem de vacances et 50% du coût de l'activité						

# NOTES

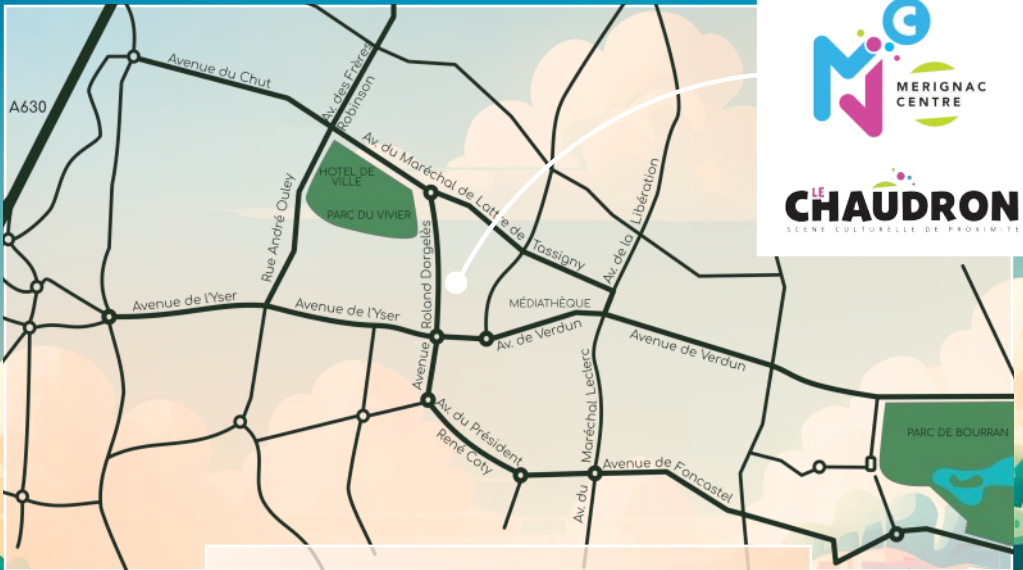
**i**  
Toute activité  
est soumise à  
adhésion  
(cf. p24)

A large writing area consisting of 20 horizontal dotted lines, intended for taking notes. The background features a vibrant, stylized illustration of a harbor scene with sailboats, buildings, and a person on a pier.

A series of horizontal dotted lines for writing, spanning the width of the page.



**LE CHAUDRON**  
SCÈNE CULTURELLE DE PROXIMITÉ



📍 15 AVENUE ROLAND DORGELES  
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 :

🌐 mjccentrevilledemerignac.fr  
f @mjcmerignaccentre

Ne pas jeter sur la voie publique



**Domofrance**  
Groupe ActionLogement

