

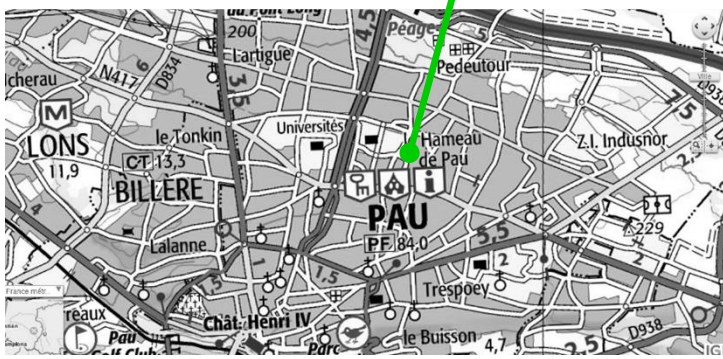


MJC Berlioz

Saison 2016-2017



www.mjcberlioz.com



SOMMAIRE

Participer
Les ateliers de la grange

Avancer
avec les jeunes
avec les z'aînés
avec les familles

Pratiquer
Activités sportives
Activités loisirs

Partager
La Coulée Douce

S'associer
Avec les partenaires



Crédits visuels

dessins tirés du carnet de voyage
de Sarah Fistol lors de sa résidence
à Berlioz en nov. 2014.

Plan du quartier réalisé par Carole Boniface.

"Une nouvelle rentrée s'annonce, et aussi une nouvelle année avec les activités habituelles et de belles surprises à venir.

Dans la tempête la MJC garde le cap, et salariés et bénévoles sont prêts à accueillir tout le monde pour de nouvelles aventures.

Bonne rentrée à tous et toutes.

*Geneviève BLAISE
Présidente*



La M.J.C. Berlioz est une structure d'animation sociale et culturelle issue des mouvements d'Education Populaire. A ce titre, elle porte la conviction et le témoignage que chaque individu a en lui les capacités à devenir acteur dans la Cité.

Les ateliers de la grange

L'atelier coup de main couture

Les mercredis de 14h à 17h, pour vous donner un coup de main, avoir des conseils ou aider à la confection de costumes, décors. > **Gratuit, adhésion à la MJC Berlioz** (inscription auprès de Françoise au 06 12 25 94 40)

L'atelier cuisine

Les mercredis, tous les 15 jours, pour apprendre à cuisiner et partager un repas ensemble. > **Adhésion MJC Berlioz + 4€ la séance.**

L'atelier fer et bois

Tous les mardis et jeudis de 9h à 12h, initiation au petit bricolage, construction de décors, structures pour les actions Berlioz > **sous réserve de disponibilités, adhésion à la MJC Berlioz.**

Le jardin partagé

Tous les mercredis matins de 9 heures à midi pour donner vie au jardin partagé et au verger dans l'esprit du « cultiver ensemble ». > **Gratuit, adhésion à la MJC Berlioz.**

La Butinerie

Il s'agit d'un espace ludique et pédagogique composé de 8 ruches, entretenu par des bénévoles.



Avec les jeunes



Dans la Cité des Pyrénées, **l'espace jeune** (ALSH) est un lieu où l'on se retrouve entre jeunes de 11 à 18 ans, où l'on peut découvrir la MJC et ses projets, s'inscrire aux activités et séjours proposés. On peut y pratiquer **des activités régulières** comme l'escalade, le snowboard,... **des sorties** à la demi-journée ou à la journée (culturelles, sportives...), **des séjours** les week-ends et pendant les vacances ainsi que **des soirées** concerts, spectacles.

Pour les collégiens, un **accompagnement à la scolarité** est proposé ; des animateurs soutiennent les jeunes dans leur travail scolaire tout en leur proposant des ateliers éducatifs (arts du spectacle, outils numériques, ateliers découverte...).

A partir de 13 ans, les animateurs accompagnent les jeunes dans la réalisation de **leurs projets** (séjours culturels et sportifs, d'échanges internationaux, de mobilité,...). Faites leur part de vos envies !

Dès 14 ans, pendant les vacances, on peut faire **des ateliers jeunes** ; il s'agit d'une expérience de travail autour d'un projet collectif permettant aux 14/18 ans, au terme d'une semaine, de recevoir une bourse financée par le GIPDSU.

Recherche de stage, envie de partir entre copains, questions d'ados, jobs d'été, l'équipe d'animation est là pour accompagner, orienter, soutenir les initiatives des jeunes mais également pour **accompagner leurs parents**.

TARIFS : Adh MJC Berlioz : 7€/ jeune + Participation ALSH annuelle : 10€/jeune = 17€/jeune

Adh famille : 17€/famille + Participation ALSH annuelle : 15€/famille = 32€/famille

HORAIRES D'OUVERTURE DE L'ESPACE JEUNES

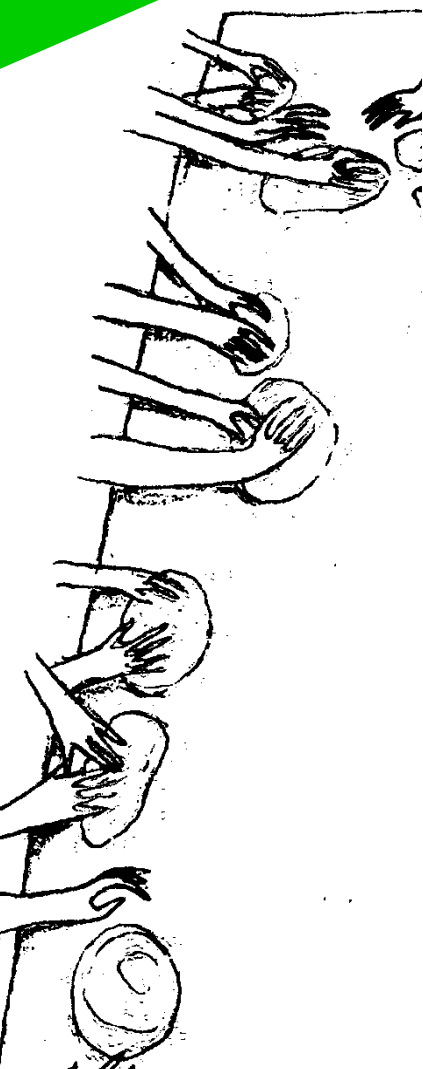
périodes scolaires : mardi, jeudi et vendredi, de 16h à 19h, mercredi 14h00 à 18h00, samedi nous sommes en sorties.

Avancer

Pour ceux qui ont plusieurs fois vingt ans ! Rendez-vous à la Cité des Pyrénées, tous les mardis et jeudis entre 14h et 17h pour échanger, discuter, jouer, goûter...et imaginer ensemble comment mieux répondre sur le quartier à vos besoins et attentes. > **Gratuit, adhésion à la MJC Berlioz.**

Avec
les z'ainés

Avec
les familles



Le Groupe Faire-Ensemble

La MJC Berlioz, la Maison de l'Enfance Marancy et la Maison de la Solidarité Départementale de Pau ont mis en place un projet partenarial : le Groupe « Faire Ensemble ».

Ses objectifs :

Partager un moment convivial / Savoir ce qui se passe sur le quartier et sur la ville / Décider ensemble des projets et de l'organisation des réunions, des repas, des sorties...

Les Jardins de Fred

Les jardiniers cultivent leurs jardins, les jardins de Fred font fructifier leurs jardiniers. 23 jardins sont proposés à des personnes bénéficiaires du revenu de solidarité active.

Rythmer, créer, produire, dynamiser, faire-ensemble dans un parcours d'insertion sociale et professionnelle.

> **Gratuit, adhésion à la MJC Berlioz.**

L'adhésion à la MJC Berlioz est obligatoire pour la pratique de toutes les activités à 11,00€ (7€ pour les moins de 18 ans ou 17€ pour les familles d'au moins 3 personnes) et valable de septembre 2016 à juin 2017

Activités sportives et de bien-être

MEDITATION

avec l'association le Phoenix Bleu
mercredi : 12h-12h30 / jeudi: 12h-12h30 > GRATUIT

QI GONG

avec l'association le Phoenix Bleu
Mercredi 12h30-13h30 / Jeudi 12h30-13h30 > 1 ou 2 cours : 270€/an

PILATES

lundi : 11h – 12h / mardi : 17h45 – 18h45 / jeudi 10h-11h > 1 cours : 160€/an - 2 ou 3 cours : 300€/an

GYM D'ENTRETIEN

lundi : 10h-11h / vendredi : 10h-11h > 1 cours : 100€/an - 2 ou 3 cours : 140€/an

SALSA

avec l'association SALS'N GROOVE
lundi / mardi / mer 19h-22h > 145€/an

SOPHROLOGIE

avec l'association Consciencia
Lundi 12h30 - 13h30
289€ / an ou 228 € pour les demandeurs d'emploi, étudiant et retraité

RANDONNEES

mardi (dénivelé 900-1100m)
jeudi (dénivelé 700-900m)
> 65€ les 5 tickets

DANSES ORIENTALES

Avec l'association AZAD
Vendredi 18h-20h > 195€/an pour les adultes, 165€/an - de 18 ans

DANSES TRADITIONNELLES

Jeudi 17h30 – 18h45 (niveau confirmé)
Mer ou jeudi (niveau débutant) à confirmer à la rentrée > 25€ / an

REMISE EN FORME à SALIES

lieu : rdv centre commercial Berlioz
mardi : 13h-17h
> 6,5€ la sortie + 4€ pour covoiturage

BALADES

(dénivelé 200m) Places limitées !
Vendredi 13h-18h > 6,70€ la sortie ou 120€ les 20 sorties

SNOWBOARD

(11-18 ans) Places limitées ! Le samedi.

PAN d'ESCALADE

gratuit si licence FFME avec la MJC Berlioz ou la Maison de la Montagne ou 25€/an

ESCALADE

(11-18 ans) Places limitées !
Mercredi 18h30 – 20h30

HIP HOP

avec l'association AZAD
Vendredi 20h-22h
165€ / an - de 18 ans et étudiants
195€/an adultes

Activités culturelles et de loisirs

AQUARELLE

avec l'association EAU EN COULEURS
lundi de 10h à 13h > 464€/an pour 29 séances

Cours de GUITARE

(enfants-ados-adultes) Places limitées !
Cours individuel de 30min
> Mercredi 240€/an (30 séances)

CHORALE

« le chœur de femmes de Berlioz »
chants du monde > jeudi 19h-20h30
68€/an

CHORALE HOMME

avec l'association VIBRARTMONIE
jeudi 20h30 - 22h

CONVERSATION ANGLAISE

avec le BEARN TOASTMASTERS CLUB
lundi 19h-21h tous les 15 jours
> 126 €/an ou 106 €/an pour les demandeurs d'emploi

Cours d'OCCITAN

Niveau 2 : lundi 19h30-21h
Niveau 1 : mardi 19h30-21h
> 50€/trimestre

ECHECS

(enfants à partir de 7 ans-ados-adultes)
avec l'ECHIQUEUR PAU BERLIOZ
samedi 14h-19h > Prix de la cotisation en fonction de la catégorie

Club informatique MAC

avec le PAU POMME CLUB
lieu : 6 rue André Messager
contact : 05 59 02 32 25
mercredi 14h30 - 17h
samedi : 9h30 - 12h

Cours de PIANO

(enfants-ados-adultes)
avec l'association La CLE MUSICALE
contact : 06 31 03 75 95
> cours individuel : 150€/trim (3/4h)
ou 125€/trim (1/2h) tous les jours



S'associer avec les partenaires

la Centrifugeuse
CIVAM Bio Béarn
Gadjé Voyageurs
Mjc Des Fleurs
Emmaüs Pau Lescar
Le Bel Ordinaire
Centre Social Du Hameau
Conservatoire Végétal Aquitain
Maison Enfance Marancy
Francas de Pau Instep
Conservatoire des Espaces Naturels
Cinéma Le Méliès
Maison de la Montagne
Groupe scolaire Marancy
APSAP
Bon'Art Mjc Rive Gauche OPPB
Les Potagers du Futur le café Suspendu Pietometi
Mjc Du Lau
LEGTA Pau Montardon Ampli
Maison des Femmes du Hédas
Sessad Trisomie 21
Ecole des 4 coins du Monde
Unis-Cité Pau

La MJC Berlioz c'est aussi :

- le Carnaval du quartier avec 50 participants
- le Repas de quartier rassemblant 350 convives à table
- Noël au quartier rassemblant 300 personnes
- L'Orchestre s'éclate ! En collaboration avec l'OPPB
- 65 personnes inscrites dans les ateliers collectifs de la grange
- 17 spectacles programmés à la Coulée Douce rassemblant 500 personnes en 2015

Partager

à la Coulée Douce

Cité des Pyrénées

29 bis rue Berlioz

Tel : 05 59 06 99 23

lacouleedouce64@gmail.com

Au pied de la Cité des Pyrénées, venez nous retrouver à la Coulée Douce ! Ce café restaurant géré par la MJC Berlioz est un lieu d'échanges, de convivialité et de détente où l'on se sent un peu « comme à la maison ». Vous pourrez simplement y prendre un café, discuter, venir avec vos enfants, lire la presse ou profiter des différentes animations et activités proposées : soirées tapas, ateliers soins naturels, apéro-concert, théâtre, ateliers d'écriture, expositions... et bien plus encore !

Ce lieu est ouvert aux initiatives et envies de chacun, et se construit collectivement. L'implication bénévole y est indispensable, et toutes les propositions d'ateliers ou d'animations seront étudiées et mises en place dans la mesure du possible.

**La Coulée Douce est ouverte de 9h30 à 19h
du mardi au jeudi et le vendredi jusqu'à 21h,
et propose des plats maison
les midis du mardi au jeudi.**





MJC Berlioz

www.mjcberlioz.com

MJC Berlioz

84 avenue de Buros, 64000 Pau, FRANCE

Accueil : La Cité des Pyrénées

29 bis rue Berlioz 64000 Pau

Contact : +33 (0)5 59 14 01 14

mjc-berlioz@club-internet.fr



Avec le soutien actif et constant de :

