

# SAISON

2020 - 2021



Cette saison 2020-2021 s'ouvre dans un moment où, du fait de la pandémie de Covid 19 et de ses conséquences, le besoin de soutien et d'évasion est grand chez les Parisien.nes et notamment chez les jeunes.

Qu'ils et elles soient adolescent.es, étudiant.es ou jeunes adultes, toutes et tous ont sensiblement souffert de la crise sanitaire. Des stages, des alternances et des formations ont été annulés. L'accès aux activités culturelles, sportives et de loisirs a été fortement restreint pendant de longues semaines. Les inégalités des conditions de logement se sont révélées criantes, notamment pour les étudiant.es, tandis que le taux de chômage des jeunes de moins de 25 ans a bondi de 40% en mai 2020 par rapport à l'année précédente.

Dans ce contexte, plus que jamais, la Ville de Paris renforcera l'accompagnement de tous les jeunes dans leurs accès aux droits fondamentaux, à la culture, au sport, aux vacances, aux loisirs et à la prévention. Elle s'attachera à faire de l'éducation populaire une priorité pour soutenir les jeunes dans leurs projets, favoriser leur autonomie et l'exercice de leur citoyenneté. Cette priorité s'accompagnera, sous cette nouvelle mandature, d'une attention particulièrement marquée sur les questions d'égalité entre les femmes et les hommes, et plus généralement de luttes contre les discriminations et contre toute forme de racisme, de xénophobie et de LGBTphobies.

Autrement dit, l'offre renouvelée d'ateliers et d'événements permettra aux Parisiennes et aux Parisiens, et notamment aux jeunes, de les accompagner dans leur épanouissement, de les écouter, de les conseiller et de tracer avec eux de nouvelles perspectives durables pour leur avenir.

Au plus près des jeunes, les 50 Centres Paris Anim' et les 13 Espaces Paris Jeunes sont ainsi des lieux privilégiés pour s'informer, s'orienter, découvrir de nouvelles pratiques et de nouvelles cultures qui permettent à chacune et à chacun de se révéler ou de se réinventer, de s'ouvrir aux autres et sur le monde. Dans ces lieux de vie et d'émancipation, les jeunes, les Parisiennes et les Parisiens trouveront toujours une place de choix pour exprimer leurs besoins, leurs idées comme leurs talents, et être ainsi les actrices et les acteurs du monde de demain.

**Hélène BIDARD**

Adjointe à la Maire de Paris  
Chargée de l'égalité femme-homme et  
de la jeunesse



Tout au long de la période inédite que nous traversons, le Centre Paris Anim' Mercœur a une nouvelle fois démontré qu'il est un acteur essentiel de l'arrondissement.

L'ensemble du personnel a su faire preuve de souplesse et d'adaptation pour continuer de répondre aux besoins des habitants malgré le confinement et la crise sanitaire. En organisant de nombreuses actions de solidarité, de distribution de colis alimentaire, en poursuivant le soutien scolaire et l'aide à l'orientation des jeunes, le centre a continué de jouer son rôle essentiel pour améliorer le lien social dans notre arrondissement.

À la rentrée le centre retrouvera un fonctionnement normal et vous proposera un panel d'activités artistiques, sportives et culturelles, afin que chaque habitant du 11e y trouve une offre correspondant à ses attentes.

Fidèle à son héritage de l'éducation populaire, je sais que le centre continuera de faire rayonner les valeurs de la République, de développer les sensibilités et les talents des habitants et de les faire participer à la vie de l'établissement et de l'arrondissement.

Cette volonté est aussi celle qui m'anime, c'est pourquoi je souhaite que le plus ancien centre Paris Anim' de Paris face l'objet d'une rénovation d'envergure. Ces travaux devront permettre d'améliorer les conditions de travail et d'accueil du public notamment en rendant l'ensemble du bâtiment accessible aux personnes à mobilité réduite.

Une phase de réflexion sur le devenir du bâtiment va donc s'ouvrir et je m'engage à ce que l'ensemble des usagers y soit étroitement associé.

Je tiens à remercier profondément les bénévoles de l'association MJC Mercœur ainsi que l'ensemble de l'équipe pour leur investissement quotidien dans la vie de la cité, et leurs participations aux évènements de l'arrondissement. Je vous invite à venir nombreux pour découvrir les multiples facettes de cet établissement, qui ne cessent de s'enrichir au fil des années.

**François VAUGLIN**

Maire du 11<sup>e</sup> arrondissement



# La saison 2020 / 2021 au Centre Paris Anim' Mercœur

La saison dernière avait très bien commencé, mais mi-mars tout a basculé.

Plus que jamais attachés au « vivre ensemble » et conscients de notre mission éducative, malgré ce confinement de deux longs mois, nous avons tout mis en œuvre pour préserver le lien entre nous et permettre une forme de continuité, avec des cours dématérialisés, un suivi de l'aide aux devoirs à distance et des collectes organisées par notre centre social avec nos partenaires. Depuis le mois de mai 2020, la réouverture de nos portes pour certains cours, dans le respect du protocole établi selon les mesures sanitaires en vigueur, a permis de nous retrouver au sein du centre Paris Anim' Mercœur. Nous avons tous redécouvert, Ô combien c'était Essentiel.

Ami.e.s usager.e.s, venir faire une activité ou participer à un évènement de la saison c'est entretenir de la vie dans cette maison, dont le cœur associatif n'existe que grâce à ses adhérent.e.s. L'esprit associatif est notre ADN et nous le partageons avec vous, toutes et tous qui donnez de votre temps et de votre énergie. L'association MJC Paris-Mercœur, portée par ses adhérent.e.s et ses bénévoles, s'est donnée aussi pour mission le développement de projets associatifs au centre Mercœur tels que : « Pleins feux sur les talents Mercœur, Le jeu de piste, Chantons à Mercœur... » et également hors les murs, comme le projet « Maison Mercœur Ailleurs », en cours de réalisation, un petit coin de verdure à moins de 2 heures de Paris.

Nous avons conservé pour le programme 2020-2021 du centre Mercœur, les orientations de cette saison interrompue même si nous ne connaissons pas encore quelles seront précisément les modalités sanitaires de la rentrée. Pour votre réinscription, si vous en faites la demande, la Ville de Paris a prévu une compensation sous forme d'avoir horaire, équivalent aux cours suspendus pendant la covid 19 et ceux n'ayant pas repris après notre réouverture.

Nous confirmons notre volonté de faire du centre Paris Anim' Mercœur un lieu porteur de sens, un équipement pour tous, où on se sent bien, au cœur du XIème arrondissement. Cette maison rouvrira à nouveau ses portes pour une belle saison d'apprentissage et de partage ... une belle aventure humaine.

Nous espérons vous y retrouver nombreuses et nombreux et surtout, prenez soin de vous.

Pour le conseil d'administration  
**Marie-France KANDIN**  
*Présidente de l'Association MJC Paris-Mercœur  
Gestionnaire du Centre Paris Anim' Mercœur*



# Sommaire

Editos	2-3
Le centre Mercoeur et l'asso. MJC Paris-Mercoeur	4-5
Modalités d'inscription et grilles tarifaires	6-7
Conditions générales	8-9

## les activités

Danses	10-11
Arts du spectacle	12-13
Arts plastiques et décoratifs et activités manuelles	14-15
Musique, jeux de l'esprit	16-17
Activités techniques et scientifiques	18-19
Langues	20-21
Activités de mise en forme	22-23
Activités sportives	24-25
Stages	26-27-28
La Structure Information Jeunesse	29
Le secteur Jeunesse	30
Agenda	31
Les événements du centre Mercoeur	32
Les temps forts de l'asso - La bibliothèque	33
Le centre social et les actions d'accompagnement	34-35



Centre  
Mercoeur

Le centre Paris Anim' Mercoeur est géré dans le cadre d'un marché public signé entre la Mairie de Paris et l'**association de la Maison des Jeunes et de la Culture Paris-Mercoeur** pour la période allant du 1er septembre 2018 au 31 août 2024. Notre association est née du fruit de la réflexion entre un collectif d'habitants et la préfecture de Paris. Inauguré en 1962, le centre Paris Anim' Mercoeur est le premier centre construit par la ville de Paris et confié à la gestion d'une association.

Le centre Mercoeur, à l'instar des 50 centres parisiens, a pour objectifs de proposer aux parisiennes et parisiens, un espace dédié à la promotion d'activités socio-culturelles (artistiques, sportives, loisirs, découvertes), un lieu dédié au suivi et à l'accompagnement de la jeunesse, un espace de vie sociale qui favorise les démarches de projets individuels ou collectifs des habitant.e.s.

Pour la saison 2020/2021, le centre Mercoeur fonctionne du lundi 24 août 2020 au vendredi 30 juillet 2021 et ses activités ont lieu du lundi 14 septembre 2020 et le samedi 26 juin 2021 (hors vacances scolaires), sur la base de 30 séances garanties. Pendant les vacances scolaires et les week-ends de nombreux stages sont organisés en direction des publics enfants, adolescent.e.s et adultes.

**Le centre sera fermé au public le mercredi 11 novembre 2020.**

**Tous les espaces du centre sont constitués de salles adaptées et équipées en matériel de qualité pour lesquelles nous apportons le plus grand soin en entretien et la plus grande vigilance en matière de sécurité.**

**Depuis 2018**, le centre Paris Anim' Mercoeur s'est vu attribué par la CAF de Paris le Label centre social. Cette particularité ajoutée à la gestion du centre Paris Anim' permet la mise en place de nombreuses actions d'accompagnement (Cf. p. 34).



*Comme toute association, son action repose sur l'implication de ses membres. Tout.e usager.e a la possibilité de devenir adhérent.e en s'acquittant d'une cotisation annuelle qui lui donne droit à participer pleinement à la vie démocratique de l'association.*

Tarif de l'adhésion annuelle : 5 € pour les - de 26 ans et 12 € pour les adultes (valable du 1er septembre 2020 au 31 août 2021)



## Comment participer, donner son avis ?

Plusieurs possibilités :

- **Prendre l'adhésion** : C'est un premier stade d'implication dans la vie de l'association. En plus d'être un soutien financier, cette adhésion est aussi une approbation de son projet associatif. Soutenue par de nombreux.ses adhérent.e.s, elle est davantage reconnue et légitimée en tant qu'acteur.rice de la démocratie locale (Cf. ci-dessous adhérer).
- **Participer à l'Assemblée Générale** annuelle. L'Assemblée générale est un temps d'échanges et de débats ouverts à tout.e.s les usager.e.s du centre et aux adhérent.e.s. Organisée une fois par an, entre le Conseil d'Administration, la direction du centre, les adhérent.e.s et les usager.e.s, elle permet de rendre compte et de faire le bilan de l'exercice précédent mais aussi de faire un point sur le fonctionnement du centre et les orientations de l'association. **Rejoindre une commission ou un groupe de travail** organisé par l'association MJC Paris-Mercoeur ou en proposer.
- **Devenir bénévole** dans le cadre de l'accompagnement à la scolarité (Cf. p.34), de la bibliothèque (Cf. p.33), de l'aide à l'insertion (Cf. p.34) ou lors d'un événement régulier ou exceptionnel organisé par l'association MJC Paris-Mercoeur tout au long de la saison (Cf. p.33).

## Adhérer à l'association MJC Paris-Mercoeur c'est :

- Se sentir concerné par la vie associative de son quartier ;
- Lui donner force et représentativité en tant qu'acteur.rice de la démocratie locale ;
- Contribuer directement à la construction et à l'application du « Projet Associatif » ;
- Pouvoir s'exprimer sur le fonctionnement de la structure, les orientations, les activités... Et ainsi pouvoir voter et présenter sa candidature lors des Assemblées Générales ;
- Pouvoir s'engager activement et participer aux instances délibératives et décisionnelles de la structure (Conseil d'Administration, Bureau, Commissions...) ;
- Garantir le fonctionnement démocratique et pluraliste de la structure ;
- Bénéficier de tarifs préférentiels pour des sorties spectacles dans les théâtres partenaires (Théâtre Artistic Athévains, Théâtre de Belleville, Le Lucernaire, La Scène du Canal/Jemmapes, La Tempête, La Comédie des 3 bornes, La Maison des Métallos, Folie Théâtre, l'Aktéon, La comédie Bastille, La comédie Nation, La Flèche, L'Essaillon). Bien sûr, tout au long de la saison, nous continuerons à enrichir cette liste.

## Votre Conseil d'Administration

Marie France **KANDIN**, Présidente  
Yves **BEN AYOUN**, Vice-Président  
André **KROL**, Trésorier- Adjoint  
Karine **GALDRAT**, Secrétaire Générale  
Annick **BORISSOFF**, Secrétaire adjointe  
Bernard **ROCH**, Membre fondateur  
Martine **DESLOUIS**, Administratrice  
Annie **KEMPF**, Administratrice  
Yacine **MAHIA**, Administrateur  
Daniel **MOREAU**, Administrateur  
Yves **PLOUHINEC**, Administrateur  
Julien **SCHMITT**, Administrateur  
Florence **TISSOT**, Administratrice



# L'équipe

## Votre équipe administrative

Stéphane **WOGTLIN**, Directeur  
Johanna **FELLAH**, Directrice-adjointe  
Laurence **LOUSSERT**, Attachée de direction  
Christine **RIHET**, Secrétaire principale usagers  
Cardélie **SITA**, Secrétaire d'accueil  
Emilienne **KWADJEP**, Agente d'accueil  
Sofiane **ABDELLAH**, animateur d'accueil  
Fethi **DJABALI**, Comptable  
Naïma **CHABIKI**, Agente d'entretien  
Noureddine **IHI**, Agent d'entretien

## Vos animateurs permanents

Saïda **BOUIMA**, Coordinatrice jeunesse  
Kassi **DEGRI**, Animateur jeunesse  
Caroline **BREGÉOT-JACQUEY**, Référente Famille  
Noël **MOREL**, Informateur Jeunesse  
Igor **ROGER**, Cyber Espace

Crédits Photographiques plaquette  
saison 2020/2021 :  
**Association MJC Paris-Mercoeur,**  
**Benjamin Matuszenski & Igor Roger.**

# S'inscrire au centre Mercœur



dans le programme détaillé



la semaine du 14 septembre 2020 au jour et à l'heure de l'activité auprès de l'intervenant.e



après du secrétariat selon mon quotient familial (justificatif à fournir)



la semaine du 21 septembre 2020

Pour les activités sportives et de mise en forme, il est nécessaire de fournir un certificat médical à la pratique du sport pour commencer l'activité. **Le certificat médical est dorénavant valable 3 ans.**

## Moyens de paiement

- Chèque
- Espèces (maximum 300 €)
- Prélèvement automatique pour paiement en 3 fois (se munir d'un RIB)
- CB
- ANCV

## Justificatif à fournir (au choix)

- Notification de tarifs de la CAF de moins de 3 mois **ou**
- Notification de tarifs de la caisse des écoles de moins de 3 mois **ou**
- Dernier avis d'imposition disponible **ou**
- Attestation pôle emploi - RSA

Pour la détermination de votre QF, vous devez présenter un des justificatifs suivant : avis d'imposition / justificatif CAF / Caisse des écoles / Attestation pôle emploi ou RSA

## Calculer son quotient familial

Revenu fiscal de référence / 12 mois

-----  
Le nombre de parts indiqué sur la feuille d'imposition

Exemple :  $24\ 000 / 12 = 2000 / 2$  (nombre de parts) =  $1000 = Q\ 5$

## Particularités

Autres possibilités de paiement : chèques-vacances et coupons-sports

**Attention : les tickets loisirs ne sont pas un moyen de paiement.**

Un justificatif du montant payé sera fourni au règlement de l'activité; charge à l'utilisateur de se faire rembourser par la CAF.

QUOTIENT FAMILIAL	TRANCHES TARIFAIRES
Inférieur ou égal à 234 €	QF1
Inférieur ou égal à 384 €	QF2
Inférieur ou égal à 548 €	QF3
Inférieur ou égal à 959 €	QF4
Inférieur ou égal à 1370 €	QF5
Inférieur ou égal à 1900 €	QF6
Inférieur ou égal à 2500 €	QF7
Inférieur ou égal à 3333 €	QF8
Inférieur ou égal à 5000 €	QF9
Supérieur à 5000 €	QF10

Certificat médical obligatoire pour le judo et le karaté avec la mention spéciale : « **Apte à la pratique du sport en compétition** »

# Tarifs

Moins de 26 ans

Plus de 26 ans

Durée hebdomadaire

	QF1		QF2		QF3		QF4		QF5	
<b>45'</b>	74,48 €	80,75 €	80,16 €	86,90 €	115,67 €	125,29 €	160,22 €	173,68 €	205,81 €	223,10 €
<b>1h00</b>	80,75 €	86,90 €	86,90 €	93,63 €	125,30 €	134,93 €	173,69 €	186,90 €	223,10 €	240,28 €
<b>1h15</b>	86,90 €	93,15 €	93,63 €	100,23 €	134,93 €	144,68 €	186,90 €	200,37 €	240,28 €	257,56 €
<b>1h30</b>	93,15 €	99,31 €	100,24 €	106,97 €	144,67 €	154,30 €	200,36 €	213,70 €	257,56 €	274,73 €
<b>2h00</b>	105,58 €	111,73 €	113,70 €	120,31 €	163,93 €	173,56 €	227,05 €	240,49 €	291,90 €	309,07 €
<b>2h30</b>	124,14 €	130,29 €	133,65 €	140,38 €	192,81 €	202,45 €	267,07 €	280,40 €	343,19 €	360,35 €
<b>3h00</b>	142,82 €	149,08 €	153,85 €	160,46 €	221,82 €	231,46 €	307,22 €	320,44 €	394,81 €	411,98 €

	QF6		QF7		QF8		QF9		QF10	
<b>45'</b>	228,78 €	247,92 €	263,02 €	285,06 €	297,34 €	322,29 €	393,57 €	426,37 €	494,15 €	535,70 €
<b>1h00</b>	247,93 €	267,07 €	285,06 €	306,87 €	322,29 €	347,13 €	424,18 €	456,98 €	521,48 €	561,93 €
<b>1h15</b>	267,07 €	286,22 €	306,87 €	328,91 €	347,14 €	371,95 €	451,51 €	484,31 €	544,44 €	583,80 €
<b>1h30</b>	286,22 €	305,25 €	328,91 €	350,84 €	371,95 €	396,66 €	485,41 €	517,11 €	583,80 €	622,06 €
<b>2h00</b>	324,28 €	343,52 €	372,77 €	394,81 €	421,61 €	446,44 €	542,26 €	573,96 €	619,88 €	655,95 €
<b>2h30</b>	381,46 €	400,50 €	438,43 €	460,36 €	495,86 €	520,57 €	635,18 €	666,89 €	718,27 €	754,35 €
<b>3h00</b>	438,77 €	457,80 €	504,33 €	526,14 €	570,34 €	595,06 €	722,64 €	754,35 €	827,60 €	863,67 €

## MUSIQUE

3 personnes  
1h00

	QF1		QF2		QF3		QF4		QF5	
	124,80 €	133,56 €	134,47 €	143,89 €	193,92 €	207,46 €	268,59 €	287,33 €	345,17 €	369,25 €
	QF6		QF7		QF8		QF9		QF10	
	383,61 €	410,37 €	440,95 €	471,67 €	498,63 €	533,42 €	659,72 €	705,51 €	828,33 €	886,49 €

## CHORALE

Durée  
hebdomadaire  
2h00

	QF1		QF2		QF3		QF4		QF5	
	52,79 €	55,80 €	56,85 €	60,10 €	81,91 €	86,78 €	113,35 €	120,20 €	145,71 €	154,42 €
	QF6		QF7		QF8		QF9		QF10	
	161,96 €	171,48 €	186,20 €	197,23 €	210,57 €	222,98 €	278,78 €	295,18 €	349,84 €	370,61 €

## STAGES

Tarifs  
horaires

	QF1		QF2		QF3		QF4		QF5	
	2,31 €	2,90 €	2,31 €	3,02 €	2,31 €	4,06 €	2,31 €	5,46 €	2,31 €	6,61 €
	QF6		QF7		QF8		QF9		QF10	
	2,31 €	7,43 €	2,31 €	8,46 €	2,31 €	9,51 €	2,31 €	13,12 €	2,31 €	15,31 €



# CONDITIONS GENERALES

Les inscriptions peuvent avoir lieu tout au long de l'année, selon les places disponibles.  
Seul l'animateur.rice-technicien.ne ou professeur.e est habilité.e à juger du niveau d'un.e élève et l'orienter vers un cours plus adapté, s'il existe.

*Un certificat médical de « non contre-indication » est obligatoire pour la pratique des activités physiques et sportives.*

**ATTENTION pour le Judo, karaté : la mention « Apte à la pratique du sport en compétition » doit y être obligatoirement spécifiée. »**

Le certificat médical est dorénavant valable 3 ans. Cependant, à chaque début de saison, un questionnaire de santé devra être rempli par l'utilisateur pour permettre de déceler les éventuels facteurs de risques.

**Information suite à la fermeture due à la COVID-19. Uniquement à la demande de l'utilisateur : application d'un avoir financier sur la base du coût proratisé du nombre d'heures de la saison passée en déduction de son activité 2020/2021. Réinscription dans la même activité.**

*Toute personne n'ayant pas fourni son certificat médical se verra refuser l'accès aux activités et sans remboursement.*

Aucun règlement « à la séance » des activités n'est autorisé. Toutefois, une inscription en cours d'année est possible, le tarif est alors calculé au prorata temporis des séances restantes à partir du 1er novembre 2020.

La participation est à régler dans sa totalité lors de l'inscription, avant le premier cours pour la saison. Il vous est possible de payer en 3 fois uniquement par prélèvement.

Pour les activités et prestations ponctuelles (stages, séjours, mises à disposition de locaux, etc.), le paiement est effectué en une seule fois.

## Séance de découverte des activités

Il est proposé de participer à une séance découverte des activités. Cette séance devra être effectuée la semaine suivante de votre inscription. Si vous ne souhaitez pas continuer l'activité, vous devez récupérer votre dossier d'inscription dans les 3 jours à compter de ce cours d'essai sinon votre inscription sera considérée comme ferme et définitive.

## Tarifs des activités

La tarification applicable au 1er septembre 2020 est établie par la délibération du Conseil de Paris des 9, 10, 11 12 et 13 décembre 2019.

Les tarifs tiennent compte de l'arrêt des activités pendant les vacances scolaires. Durant celles-ci, nous proposons aux enfants, adolescent.e.s et adultes, des stages dont le tarif horaire est fixé par la Ville de Paris.



## Annulation et Remboursement

Uniquement en cas d'arrêt définitif ayant pour cause : motif médical, déménagement, perte d'emploi **avec présentation d'un justificatif officiel dans les 15 jours qui suivent votre changement de situation tout en ayant prévenu le centre sous 48h00.**

Dans la mesure où les délais sont respectés, le remboursement se décompte à partir de la date du justificatif.

- Aucun remboursement partiel (arrêt momentané de l'activité ou absence) ne sera possible.
- Les stages ne sont pas remboursés.

## Traitement et frais des impayés

En cas d'impayés, les usager.e.s ont un mois après la relance pour régulariser leur situation au centre Mercoeur. Au-delà de ce délai, l'usager.e recevra une lettre du Régisseur de la Ville de Paris l'invitant à régler sa dette directement à la régie de Paris. Ils.elles sont aussi informé.e.s qu'une refacturation d'un montant forfaitaire de 20 € sera appliquée en cas d'impayé, suite à opposition de l'intéressé.e auprès de sa banque.

## Droit à l'image

Lors de votre inscription, ou de celle d'un tiers, vous acceptez le fait, à la lecture des présentes conditions générales d'inscription que votre image ou celle du mineur (photos ou vidéos prises durant la pratique des activités hebdomadaires, stages et événements exceptionnels organisés par notre centre) soit utilisée à des fins non commerciales de communication interne ou externe de l'association MJC Paris-Mercoeur, ainsi qu'à son usage dans le domaine public par les médias dans le secteur de l'information exclusivement.

**Sur simple demande écrite auprès du centre Mercoeur tout.e usager.e peut demander que son image ne soit pas utilisée.**

## Conditions particulières

La direction du centre décline toute responsabilité en cas de :

- Fermeture des équipements sportifs de la Ville de Paris où se déroulent les activités.
- Perte, vol ou détérioration de tout objet dans le centre ou dans les équipements sportifs de la Ville de Paris.



## DANSES

Les cours de danse du centre Mercoeur occupent une part importante du projet d'activités du centre. Grâce à un enseignement de qualité et à une pédagogie basée sur un mode d'apprentissage collectif, chacun.e d'entre vous peut trouver le cours le mieux adapté à sa tranche d'âge et à son niveau.

### Les cours de danse moderne et contemporaine (enfants-ados-adultes)

Inscrire la pratique de la danse dans une continuité dès le plus jeune âge nous paraît essentiel, et c'est pour cela que vous trouverez au sein de nos propositions des cours de danse intégrés à un cycle de formation.

### Les cours de hip-hop (enfants-ados-adultes)

Ces cours ouverts à tous les niveaux proposent les bases de la danse debout et du hip-hop (Boogaloo, Poppin', Hype, New style, Smurf, House, Jazz rock). Au-delà des techniques, ces ateliers vous permettront de découvrir l'improvisation et de mettre en scène un nombre varié de chorégraphies et de vous produire tout au long de l'année sur différentes scènes (Olympe de Gouges, Mercoeur).

#### > Deux professeurs encadrent ces cours

**Jean Claude Guilbert** : danseur-interprète et chorégraphe, il est un pionnier de la danse hip-hop en France, son parcours est celui d'un artiste impliqué dans ce mouvement aussi bien en tant qu'intervenant pour des masterclass que, comme chorégraphe du « collectif jeu de jambes » ou interprète pour Blanca Li. Il est aussi présent à de nombreux Battle en Ile-de-France.

**Anis Belhadj** : artiste du label WATI B, danseur et chorégraphe pour le TN crew, compagnie qui assurait la partie danse de BLACK M pendant ses tournées, Anis est spécialiste de la danse hip-hop new style.

**Nouveauté** : Lundi de 20h30 à 22h00, cours de danse moderne et contemporaine adultes intermédiaires encadré par Sidonie Postel-Vinay.

### Barre au sol

Cette activité se pratique à tous les niveaux, pour les personnes désireuses de prendre un temps pour elles. 1 heure de détente au sol, de conscience de sa respiration, de réveil d'un point de vue articulaire et musculaire (muscles profonds) et d'étirements dans un but d'alignement et de renforcement du corps.

**LE PLUS** Possibilité de coupler barre au sol et danse contemporaine au tarif 3h00 (Lundi et jeudi)



# DANSES



ACTIVITE	PUBLIC	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Intervenant
<b>ENFANTS</b>								
DANSE MODERNE ET CONTEMPORAINE	Eveil 4/6 ans				16h45 - 17h45			Marine ORPHELIN - Sidonie POSTEL-VINAY
	Initiation 1 6/7 ans	17h00 - 18h00						
	Initiation 2 7/8 ans		17h00 - 18h00					
	8/10 ans		18h00 - 19h00					
	11/12 ans				17h45 - 19h15			
HIP-HOP NEW STYLE	Niv 1. 7/13 ans					16h45 - 17h30		Anis BELAHDJ
	Niv 2. 7/13 ans					17h30 - 18h30		
DANSE HIP-HOP	à partir de 8 ans			13h30 - 14h30				Jean-Claude GUILBERT
				14h30 - 16h00				
<b>ADOS</b>								
DANSE HIP-HOP	Avancés 11 ans et plus			16h00 - 17h30				Jean-Claude GUILBERT
HIP-HOP NEW STYLE	Niv 3. 11 ans et plus						13h00 - 14h00	Anis BELAHDJ
DANSE MODERNE ET CONTEMPORAINE	13 ans et plus	18h00 - 19h30						Sidonie POSTEL-VINAY
<b>ADULTES</b>								
DANSE MODERNE ET CONTEMPORAINE	Intermédiaires	20h30 - 22h00	19h00 - 20h30					Marine ORPHELIN - Sidonie POSTEL-VINAY
	Débutants		20h30 - 22h00					
	Avancés				20h15 - 22h15			
BARRE AU SOL	A partir de 15 ans	19h30 - 20h30			19h15 - 20h15			



# ARTS DU SPECTACLE

Le centre Mercoeur propose un enseignement large dans les domaines du spectacle. Du cirque au théâtre en passant par la magie, de nombreux ateliers vous sont proposés et vous permettront de monter sur les planches en fin d'année.

## Les cours de théâtre

Ils font partie des enseignements qui existent depuis 1962, date de l'ouverture de notre structure. Cette année, il vous est proposé trois cours pour adultes qui seront mis en scène dans le cadre, d'une représentation en fin d'année. Les cours enfants et ados permettront aux jeunes pousses de s'initier de manière ludique au théâtre classique et contemporain. Pour les plus assidu.e.s et confirmé.e.s d'entre vous, deux ateliers sont proposés, le premier en direction des jeunes adultes le samedi après-midi et l'atelier « *Théâtre et compagnie* » dont l'objectif est de réaliser une mise en scène originale diffusée au centre Mercoeur et dans les salles partenaires à partir du mois de mars 2021.

## Les ateliers cirque

Ils sont basés sur un travail d'équilibre, de jonglerie mais aussi particularité de Mercoeur, de voltige (trapèze, cordes, tissus aériens etc.). Les ateliers des tout-petits permettront aux enfants d'évoluer dans un univers burlesque dans lequel les numéros et les histoires prennent tout leur sens.

## NOUVEAUTES

Atelier **théâtre jeunes adultes** (une semaine sur deux), 1er rendez-vous le samedi 19 septembre à 14h00.

## INFORMATIONS

**Théâtre et compagnie** : 1er rendez-vous le vendredi 18 septembre 2020 à 19h00.



# ARTS DU SPECTACLE



ACTIVITÉ	PUBLIC	Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi	Samedi	Intervenant	
<b>ENFANTS</b>									
CIRQUE	3/4 ans						10h30 - 11h30	Veluna Caterina CAULI	
	5/6 ans	17h00 - 18h00							
	6/9 ans				17h00 - 18h00		11h30 - 12h45		
								13h00 - 14h30	Sandrine YOUKNOVSKI Bruno BARC
MAGIE	à partir de 7 ans	17h00 - 18h30						Jean-Christophe POUECH	
THÉÂTRE EN ANGLAIS	8/12 ans			14h00 - 15h30				Frédérique SURZUR	
THÉÂTRE	8/12 ans	17h00 - 18h30						Jean-Yves BEZAULT	
			17h00 - 18h30					Pascale HILLION	
<b>ADOS</b>									
CIRQUE	10/14 ans		17h00 - 18h30				14h30 - 16h30	Bruno BARC	
THÉÂTRE	12/16 ans tous niveaux			17h00 - 19h00				Cécile CARBONEL	
<b>ADOS ET ADULTES</b>									
CIRQUE	15 ans et plus		18h30 - 20h30					Bruno BARC	
	Ados/adultes						16h30 - 18h30		
	Adultes	21h00 - 23h00							
Travail aérien-trapèze	Ados/adultes (à partir de 15 ans)					19h00 - 20h00		Léa PESSARD	
	Adultes initiés					20h00 - 22h00			
Théâtre et compagnie	Confirmés	Le vendredi et samedi, 1ère rencontre : vend. 18 septembre				19h00 - 22h00	10h00 - 13h00	Jean-Yves BEZAULT	
THÉÂTRE	+ de 16 ans confirmés		Un samedi sur deux				13h00 - 16h00	Cécile CARBONEL	
	Tous niveaux	19h00 - 22h00						Jean-Yves BEZAULT	
			19h00 - 21h30						Pascale HILLION
				19h00 - 22h00					Cécile CARBONEL
<b>STAGES</b>									
MIME	A partir de 16 ans	1er samedi du mois d'octobre à février (15h00 au total - RDV 3 octobre)					14h30 - 17h30	Véluna Caterina CAULI	

# ARTS PLASTIQUES ET DÉCORATIFS ET ACTIVITÉS MANUELLES

## Dessin

Cet atelier propose tous les mercredis soirs de vous perfectionner ou de vous initier aux techniques du fusain, de la mine, dans des petits et grands formats afin de mettre en valeur vos créations.

## Des couleurs et des formes

Apprendre à regarder, développer l'imaginaire, favoriser l'expression... Dans une ambiance agréable et ludique, l'artiste-animatrice invite les enfants à s'inspirer de sujets variés pour créer, en découvrant ou perfectionnant de multiples techniques : dessin, peinture, collage, modelage, création d'objet...

## Au plaisir de peindre

Cet atelier propose un espace de création ouvert à tou.te.s autour de la peinture. L'intervenante accompagne enfants et adultes pour donner à chacun.e les moyens de s'exprimer, dans une ambiance de calme et de concentration. Ici, on « n'apprend » pas à dessiner ou à peindre : on peint ! Pour soi-même et sans jugement extérieur. Chaque personne évolue à son rythme, pour son propre plaisir.

## Recré'Art

Des exercices techniques et ludiques qui permettent à l'enfant de se familiariser aux différents outils, d'acquérir des techniques et de développer sa créativité.

## Couture

Ces ateliers sont une approche complète du textile (matière, couleur...), les points, les ouvrages simples ou comment se faire un vêtement avec un patron.

## Atelier du rêve

Une approche des arts plastiques, des techniques et de leurs outils, ainsi qu'une sensibilisation au recycl'art permettant d'éveiller et de développer la créativité de chacun.e.

## Atelier arts céramiques

De la technique du modelage à celle de l'émaillage, vous trouverez dans cet atelier le loisir de confectionner vos propres objets en argile cuite (petites sculptures, vaisselles, bijoux), tout en expérimentant différents styles. De la décoration minimale scandinave au cabinet de curiosités fantasques, Emmanuelle vous accompagnera dans vos projets de création et saura aiguïser votre savoir-faire.

Les arts plastiques, les arts décoratifs, et les activités manuelles sont un point fort du centre Mercœur. Au travers de ces ateliers, nous vous proposons de vous initier ou de vous perfectionner à des pratiques originales et innovantes.



# ARTS PLASTIQUES

ACTIVITÉ	PUBLIC	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Intervenant
<b>ENFANTS</b>								
RECRE'ART	4/6 ans						9h30 - 11h00	Emmanuelle HIRON
ATELIER DU RÊVE	6/9 ans						11h00 - 12h30	
Atelier des Formes et des couleurs	6/12 ans			14h00 - 16h00				Nadja COHEN
Au Plaisir de Peindre	6/12 ans			16h30 - 18h30				
ATELIER TERRE	7/13 ans	17h00 - 18h15	17h00 - 18h15	14h30 - 15h45				Géraldine LE MOAL
	A partir de 10 ans			15h45 - 17h00				
<b>ADOS</b>								
Arts céramiques	à partir de 13 ans				18h00 - 20h00			Emmanuelle HIRON
ATELIER TERRE	16 ans et +	19h30 - 21h00						Géraldine LE MOAL
<b>ADULTES</b>								
COUTURE	Tous niveaux				18h30 - 20h30		10h30-12h30	Sara MARQUET
Au Plaisir de Peindre				16h30 - 18h30				Nadja COHEN
PEINTURE					14h00 - 17h00	14h00 - 17h00		Gaël PHILIBERT
DESSIN - PEINTURE				19h00-21h00				
Arts céramiques					20h00 - 22h00	18h30 - 20h30		Emmanuelle HIRON
ATELIER TERRE		15h45 - 18h15	19h30 - 22h00					Géraldine LE MOAL
		19h30 - 22h00						
RELIURE		14h30 - 17h30						Marie DAUTET
	17h30 -20h30							

Pour les cours de musique, le centre Mercœur privilégie une méthode d'approche par le jeu, pour laquelle l'écoute, le rythme et la respiration sont essentiels.

Cet enseignement spécifique basé sur l'apprentissage collectif accompagne chaque élève dans sa formation.

Les représentations publiques seront le point d'orgue de ces ateliers et dès le mois de janvier, ils se produiront sur différentes scènes de l'arrondissement.

### Cours de guitare et de piano

Dans la continuité des ateliers de formation musicale, des cours semi-collectifs d'initiation aux instruments à partir de 8 ans.

**Nouveauté** cette année : création d'un quatrième cours de guitare.

### L'atelier vocal et la chorale

Ils permettent la découverte du chant à travers des œuvres variées des répertoires classiques au jazz en passant par les chansons et musiques du Monde. Apprendre à placer sa voix, à gérer la respiration et le travail du corps dans le chant. Ou comment interpréter une chanson et découvrir son propre style en solo et à l'unisson.

### La formation musicale

Cet atelier est ludique et permet une première expérience musicale. Le travail rythmique, d'écoute et de la voix y sera prioritaire.

### Cours de chant

Ces deux ateliers sont semi-collectif (3 personnes), ils vous permettront de travailler votre voix en solo et en groupe à la fois sur bande son ou encore accompagné au piano.

### Echecs

Cette année encore, nous vous proposons un cours d'échecs, débutants et avancés. Sur un principe ludique et adapté aux tranches d'âge, l'atelier permettra à chacun.e de trouver sa place sur l'échiquier.



# MUSIQUE

ACTIVITE	PUBLIC	Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi	Samedi	Intervenant
<b>ENFANTS</b>								
FORMATION MUSICALE	6/7 ans			14h30 - 15h30				Lionel SANNA
GUITARE	8/15 ans	Cours collectifs à 3 personnes		12h30 - 13h30				
				13h30 - 14h30				
				15h30 - 16h30				
				16h30 - 17h30				
PIANO	8/15 ans		17h00 - 18h00	Cours collectif à 3 personnes			Valérie ROGOZINSKI	
		Cours collectifs à 3 personnes		16h45 - 17h45				
<b>ADOS / ADULTES</b>								
CHANT	9/12 ans	Cours collectifs à 3 personnes			17h00 - 18h00			Elisabeth SALAUN
	Ados/adultes				18h00 - 19h00			
ATELIER VOCAL	Tous niveaux à partir de 15 ans				19h00 - 20h30			Valérie ROGOZINSKI
CHORALE	Tous niveaux				20h30 - 22h30			

# JEUX

ACTIVITÉ	PUBLIC	Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi	Samedi	Intervenant
<b>ENFANTS / ADOS</b>								
ECHECS	6/14 ans tous niveaux					17h30 - 19h00		Westley ARMENOULT

# ACTIVITES TECHNIQUES ET SCIENTIFIQUES

## Photo numérique

**Débutant.e.s** : Ce cours est orienté sur une initiation à la photographie. Initiation aux bases de la prise de vue afin de faire des photos plus recherchées avec différents effets. Découverte également de votre boîtier numérique et des options qu'il offre. Nous aborderons différents thèmes comme l'espace urbain, la photographie en studio, la photographie de rue etc. L'initiation à la retouche d'images sur Photoshop fera également partie du programme. Une exposition des travaux de chacun.e aura lieu au mois de juin. Ce cours convient aux débutant.e.s, adultes et ados à partir de 14 ans. **8 participant.e.s maximum.**

**Confirmé.e.s** : Ce cours s'adresse aux élèves pratiquant déjà la photographie et étant familier.ère.s avec les techniques de prise de vue et de cadrage (vitesse, ouverture, sensibilité). Ce cours s'orientera principalement sur la création.

## Cuisine pour adultes

**2 jeudis par mois de 19h00 à 21h30 (2h30)**

«Cuisines végétariennes du monde pour nourrir son quotidien»

La variété des ingrédients biologiques nous permettra de réaliser des recettes salées et sucrées originales, de réinterpréter des plats traditionnels ou encore d'improviser une assiette rapide.

## Atelier hebdomadaire les petits gourmands de 6 à 12 ans

**Le samedi de 10h00 à 12h30 (2h30)**

Exercer son goût, découvrir des saveurs nouvelles et susciter la curiosité par la découverte d'ingrédients biologiques savoureux ; apprendre à réaliser des recettes simples avec des produits frais de saison, faire son pain, ses biscuits...; se laisser guider par sa créativité et se régaler en s'amusant !

## Œnologie

**Tarif stages + participation (Cf. p. 27)**

**1er, 2ème ou 3ème mercredi du mois de 19h30 à 21h30 (2h00), selon votre niveau (cf. tableau)**

Venez apprendre à déguster et apprécier le «relief» du vin. Venez développer votre sens olfactif, vous promener dans les vignobles, mieux connaître les cépages, et surtout, accorder vins et saveurs des terroirs.

**Attention** : il existe deux niveaux. Il faut avoir suivi le niveau 1 pour s'inscrire au niveau 2.

Construits sur la base d'un projet collectif, ces ateliers sont ouverts à tou.te.s, débutant.e.s ou initié.e.s. Ils permettent l'échange de connaissances autour de savoir-faire et de techniques spécifiques.



# TECHNIQUES



ACTIVITE	PUBLIC	Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi	Samedi	Intervenant
<b>ENFANTS &amp; ADULTES</b>								
ATELIER CUISINE	6/12 ans						10h00 - 12h30	Anna SCHEID
<b>ADOS &amp; ADULTES</b>								
PHOTOGRAPHIE NUMERIQUE	Ados/adultes débutants		18h30 - 20h00					Marie LAVERRE
	Ados/adultes confirmés		20h00 - 21h30					
ATELIER VJING	Ados et adultes	19h00 - 21h00						Les réseaux de la création
CUISINE	Ados et adultes	Formule 16 séances / 1 semaine sur 2			19h00 - 21h30			Anna SCHEID
<b>STAGES</b>								
CUISINE	Ados et adultes	Formule stage 8 séances de 3h00, 1 <sup>er</sup> cours le 26 septembre					14h00 - 17h00	Anna SCHEID
ŒNOLOGIE	Adultes Niv 1 stage 1	Formule stage 9 séances de 2h00, 1 <sup>er</sup> mercredi du mois		19h30 - 21h30	1 <sup>er</sup> cours le mercredi 30 septembre			Abigaëlle
	Adultes Niv 1 stage 2	Formule stage 9 séances de 2h00, 2 <sup>ème</sup> mercredi du mois		19h30 - 21h30	1 <sup>er</sup> cours le mercredi 7 octobre			
	Adultes Niv 2	Formule stage 9 séances de 2h00, 3 <sup>ème</sup> mercredi du mois		19h30 - 21h30	1 <sup>er</sup> cours le mercredi 14 octobre			
MULTIMEDIA	Création de site web (wordpress session 1)	Formule stage 8 séances de 1h30, du 1/10 au 3/12			19h00 - 20h30			Igor ROGER
	Photoshop	Formule stage 8 séances de 1h30, du 3/01 au 18/03						
	Création de site web (wordpress session 2)	Formule stage 8 séances de 1h30 du 8/04 au 17/06						
<b>INITIATION</b>								
INFORMATIQUE	Initiation et perfectionnement	Formule 10 séances d'1h30 du 30/09 au 06/01 (cf. page 35)		10h30 - 12h00				Igor ROGER



# ACTIVITES LANGUES

Ateliers pour adultes, pour enfants, c'est au travers des cours de langue que vous pourrez vous initier ou vous perfectionner à l'italien, l'anglais, l'espagnol ou encore à la langue des signes française. Nos ateliers reposent sur une pédagogie active qui englobe la théorie avec différents supports (manuel, CD, films, journaux), et la pratique dont l'objectif premier est la conversation.

## Anglais

Pour les enfants, **les cours d'éveil à l'anglais** porteront sur un apprentissage ludique (jeux, comptines, flash card). En complément des cours de langue, nous proposons des ateliers en langue anglaise comme l'anglais par le théâtre.

## Atelier d'écriture

Vous savez écrire, c'est-à-dire assembler des lettres pour faire des mots, associer des mots pour faire des phrases, assortir des phrases pour faire des paragraphes... Il en va de l'écriture comme de tout ce qui concerne le corps : il faut l'exercer.

L'atelier hebdomadaire vous donne cette possibilité : à partir de mots, de textes, de livres, de jeux, d'images, de lieux, de vous, vous écrivez.

Les mots sont une énergie renouvelable, sans fin.

## Espagnol

L'espagnol et la culture ibérique seront à l'honneur au sein de cet atelier collectifs. Débuter, entretenir ou se perfectionner au langage courant.

## Langage des signes

La Langue des Signes Française (LSF) est une langue visuelle et gestuelle et s'exprime uniquement avec des mouvements du corps et des expressions du visage. Les cours s'adressent à tou.te.s, entendant.e.s et malentendant.e.s

Entrez dans le monde de l'autre !



# LANGUES



ACTIVITÉ	PUBLIC	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Intervenant
<b>ENFANTS</b>								
ANGLAIS	9/13 ans		18h00 - 19h00					Freddy VAHOS
INITIATION À L'ANGLAIS	5/6 ans						10h00 - 11h00	Elodie PERRIER
	7/8 ans						11h00 - 12h00	
<b>ADOS ET ADULTES</b>								
LANGUE DES SIGNES	Débutants				19h00 - 20h30			Gaël PRIGENT
<b>ADULTES</b>								
ANGLAIS	Confirmés/conversation		19h00 - 20h30					Freddy VAHOS
	Intermédiaires		20h30 - 22h00					
ESPAGNOL	Débutants/Faux débutants			18h30 - 20h00				Jorge MORON
ITALIEN	Faux débutants/intermé- diaires	19h00 - 20h30						Chiara RUFFINENGO
	Confirmés	20h30 - 22h00						
ATELIER D'ÉCRITURE	Adultes	18h00 - 19h30						Marc VERHAVERBEKE
		19h30 - 21h00						
FRANCAIS	ASL		14h00 - 15h30		10h00 - 11h30	14h00 - 15h30		Anne HENRY

# ACTIVITES DE MISE EN FORME

## Pilates

La méthode Pilates propose une série d'exercices sollicitant les muscles profonds qui interviennent dans l'équilibre du corps et le maintien de la colonne vertébrale. Atelier pour tou.te.s, il sera aussi le complément nécessaire à tou.te.s les sportif.ive.s.

## Yoga/Tai-chi-chuan/Qi-Gong

Un accès à l'autogestion de son patrimoine physique et psychique favorisant la circulation des énergies. Trois disciplines, trois méthodes mais une seule énergie celle du corps et de l'esprit.

## Gym d'entretien

La gym d'entretien est un travail régulier du corps qui renforce le tonus musculaire, le cœur, mais aussi qui maintient les articulations en mouvement. La gym d'entretien s'exprime cette année par différents ateliers complémentaires (gym dynamique, entretien, gym douce, renforcement musculaire, abdos-cuisses-fessiers). Il vous est conseillé de rencontrer les professeur.e.s afin de déterminer le cours qui vous est le plus approprié.

## Gym Parents/enfants

Cet atelier de la petite enfance propose une activité conjointe parents et enfants toutes les semaines; psychomotricité, découverte de son corps dans l'espace, mise en confiance, jeux au sol.

## Sophrologie

Avec la sophrologie, vous apprendrez à évacuer vos tensions, à installer le calme, à prendre du recul, à activer et renforcer votre capacité à être plus serein.e au quotidien.

Entretenir son corps, trouver son équilibre psychique et physique, ou encore le rythme de sa respiration; la relation au corps prend tout son sens dans l'accompagnement de notre vie au quotidien.

Cette année, un ensemble d'activités enrichies, Yoga, Tai-chi-chuan, Gym, Qi-Gong, Pilates et Sophrologie permettra à chacun.e de trouver le cours adapté à ses aptitudes physiques et sportives.



# FORME



ACTIVITE	PUBLIC	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Intervenant
<b>PETITE ENFANCE</b>								
GYM Parents/Enfants	18 mois/3 ans			10h00 - 11h00				Christine MAGRO
<b>ENFANTS</b>								
GYMNASTIQUE D'ÉVEIL	3/4 ans						9h00 - 9h45	Christine MAGRO
	5/6 ans						9h45 - 10h30	
<b>ADULTES</b>								
GYMNASTIQUE	Gym coaching		13h00 - 14h00		12h30 - 13h30			Martine ALFANDARI
	Renf. Musc. + Stretching			17h30 - 19h00		18h30 - 19h30		
	Renforcement musculaire			19h00 - 20h30				
PILATES	Adultes-tous niveaux			9h15 - 10h15		14h00 - 15h00		Thomas HILLYARD
				10h15 - 11h15				
				12h00 - 13h00				
GYMNASTIQUE	Cardio-Pilates				15h15 - 16h15			Christine MAGRO
	Gym Dynamique	14h00 - 15h00						
TAI-CHI CHUAN	Adultes				14h00 - 15h00			Thomas HILLYARD
QI GONG	Adultes		14h00 - 15h00					
YOGA	Adultes				15h15 - 16h45		9h00 - 10h30	Raymond BESSE
							10h30 - 12h00	
SOPHROLOGIE	Adultes	1 semaine sur 2 / 1er rendez-vous 18 septembre				19h00 - 20h30		Clio VANDERVENNET
<b>STAGES</b>								
MASSAGE TRADITIONNEL CHINOIS	Stage 1/ Adultes	4 séances - du samedi 14 novembre au 12 décembre 2020(12h00 au total)					14h00 - 17h00	Anne-Marie TERRANOVA
	Stage 2/ Adultes	4 séances - du samedi 16 janvier au 13 février 2021 (12h00 au total)						

# ACTIVITES SPORTIVES

Les activités sportives et tout particulièrement les arts martiaux ou les sports de combat font partie de l'histoire du centre Mercœur.

Nous proposons dès le plus jeune âge un enseignement au Judo et au Karaté au sein du Dojo, salle équipée à cet effet. L'encadrement de nos professeur.e.s diplômé.e.s permettra à chacun.e de trouver un apprentissage adapté à son niveau et à sa tranche d'âge.

## Natation

### (Piscine la cour des Lions, 11 rue Alphonse Baudin, 75011)

Deux cours sont proposés sur la base d'un niveau intermédiaire (savoir nager la brasse). Une répartition entre intermédiaires et confirmé.e.s aura lieu après le premier cours.

Inscriptions et informations : **lundi 14 septembre 2020 à 19h30 au centre Mercœur.**

## Jiu-Jitsu Brésilien

Le JJB prend son essence en 1920 avec Mitsuyo Maeda au Brésil. Popularisé par la famille Gracie, il développe l'art du combat au sol, avec des clés articulaires et des étranglements. Il se pratique en Gi (kimono).

Débutant.e.s et initié.e.s pourront expérimenter cet atelier. Professeur : Akio LONG, Champion de France ([www.rnkparis.com](http://www.rnkparis.com))

## Judo

Le club de Judo Mercœur / Paris 11 propose un enseignement du Judo et un suivi dès le plus jeune âge.

Pour les plus initié.e.s, nous proposons cette année des rencontres avec des clubs partenaires et des temps de compétition. **A partir du baby judo, obligation de licence et assurance. Coût : 40 € à l'ordre de l'association MJC Paris-Mercoeur (pour la FFJDA).**

## Karaté

Enseignement des fondamentaux du karaté en tant qu'art martial (relâchement, vigilance, ancrage, vitesse, déplacements, esquives, parades, attaques et ripostes) et mise en application progressive des techniques dans des oppositions contre un ou plusieurs partenaires.

## INFORMATIONS

Pour toutes les activités sportives le certificat médical est nécessaire et obligatoire avec une mention particulière pour le judo et le karaté: « **Apte à la pratique du ..... et en compétition** » ; pour le Jiu-Jitsu Brésilien « ne comporte pas de contre-indication à la pratique du Jiu-Jitsu Brésilien »



# SPORTS

ACTIVITE	PUBLIC	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Intervenant
<b>ENFANTS</b>								
KARATÉ	8/12 ans				18h00 - 19h00			Pierre-Yves AUJOULAT
	11/17 ans	18h00-19h00						
JUDO	Baby judo (2016)			13h30 - 14h15				Akio LONG
	Initiation judo (2015)			14h15 - 15h00				
	Pré-poussins dbts (2013/2014)			15h00 - 16h00				
	Pré-poussins conf (2013/2014)			16h00 - 17h00				
	Poussins (2011/2012)			17h00 - 18h00				
	Benjamins - minimes (2007/2010)			18h00 - 19h15				
	PréPoussins à benjamins (2009-2014)					16h45 - 17h45		
	Benjamins confirmés à Cadets (2003-2010)					17h45 - 19h00		
<b>ADOS ET ADULTES</b>								
KARATE	13/17 ans				19h00-20h30			Pierre-Yves AUJOULAT
KARATE TECHNIQUE SHOTOKAI	17-20 ans	19h00 - 20h15						Christian BERT
	Adultes tous niveaux	19h00 - 21h00						
JUDO	À partir de cadets - adultes			19h15 - 20h45				Akio LONG
JiU JiTSU BRÉSILIEEN	Tous niveaux			20h45 - 22h15				
DAHARA	Tous niveaux		20h30 - 22h00					Nathalie CROCETTI
	Intermédiaires			20h30 - 22h00				
NATATION	Adultes intermédiaires	19h30 - 21h00						Nadine de RANGOT/ Fabrice NEVEUX

# STAGES ANNUELS

Les stages annuels font partie du complément proposé par le centre Paris Anim' Mercoeur aux activités hebdomadaires. Stages d'initiation, de découverte, de perfectionnement, nous vous proposons des formules toute l'année hors des vacances scolaires pour les adultes et pendant les vacances pour les enfants et les adolescent.e.s.



## Cuisine

Animés par Anna SCHEID

### Stages cuisine ados-adultes (à partir de 12 ans)

4 sessions de 8 séances le samedi de 14h00 à 17h00 (24 heures au total par session)

#### « Cuisiner des produits de saison »

Réaliser des recettes végétariennes inspirées des cuisines du monde, pour vous familiariser avec la variété des ingrédients biologiques en apprenant des techniques de cuisine, pâtisserie et boulangerie.

**Session 1** : du 26 septembre au 28 novembre 2020

**Session 2** : du 5 décembre 2020 au 6 février 2021

**Session 3** : du 13 février au 17 avril 2021

**Session 4** : du 15 mai au 3 juillet 2021

## Mime

Animés par la Cie « Les Yeux Dans La Tête » avec Veluna Caterina Cauli et Jason Ribes

**Stage** : 1er samedi du mois de 14h30 à 17h30 d'octobre à février (15 heures au total)

Les samedis 3 octobre, 7 novembre et 5 décembre 2020, 9 janvier et 6 février 2021.

Nous aborderons les fondamentaux des techniques de mime « Marceau et Decroux »

Travailler, amplifier et prendre conscience de sa présence corporelle au travers de l'étude de la désarticulation.

Maîtrise du mouvement, étude du poids, du déséquilibre dans l'équilibre, du point fixe, des actions ou comment personnifier le corps par une pensée ou une émotion seront les grands axes de ce stage.

## Oenologie

Animés par Abigaëlle

9 séances de 2 heures les mercredis de 19h30 à 21h30 (18 heures au total)

**Du mois d'octobre 2020 au mois de juin 2021**

**Rencontre d'informations le mercredi 16 septembre à 19h30.**

Venez apprendre à déguster et apprécier le «relief» du vin. Venez développer votre sens olfactif, vous promener dans les vignobles, mieux connaître les cépages, et surtout, accorder vins et saveurs des terroirs.

### Niveau 1

*Tarif stages + 65 euros de participation*

**Stage 1** : les mercredis 30/09, 4/11, 2/12, 6/01, 3/02, 3/03, 7/04, 05/05, 02/06

**Stage 2** : les mercredis 7/10, 18/11, 9/12, 13/01, 10/02, 10/03, 14/04, 12/05, 9/06

### Niveau 2

*Tarif stages + 80 euros de participation*

**Stage 1** : les mercredis 14/10, 25/11, 16/12, 20/01, 17/02, 17/03, 21/04, 19/05, 16/06

## Méditation de pleine conscience

### Stage associatif

Animés par Florent Dulong

**Stage** : Initiation débutant.e.s - Les mercredis d'octobre à janvier de 19h00 à 21h00 - 8 séances (16 heures au total), les 7 et 14 octobre, 4 et 18 novembre, 2 et 16 décembre 2020, 6 et 20 janvier 2021

Tarif : 240 € + adhésion à l'association

**La pleine conscience vise à tourner son attention délibérément vers l'instant présent, sans jugement, sans attente, sans contrôle, afin de pouvoir répondre aux situations par choix plutôt qu'en réagissant automatiquement.**

Florent Dulong est infirmier clinicien à l'hôpital Sainte-Anne. Formé à la méditation de pleine conscience par le Docteur Christophe André, il anime des groupes depuis 2013.



## Massage traditionnel chinois « Anmo »

Animés par Anne-Marie Terranova

**Rattrapage** : samedis 10 et 17 octobre 2020.

**Stage 1** : Les samedis 14, 21 et 28 novembre et 12 décembre 2020 de 14h00 à 17h00 (12h00 au total).

**Stage 2** : Les samedis 16, 23 et 30 janvier et 13 février 2021 de 14h00 à 17h00 (12h00 au total).

Littéralement le terme « Anmo » signifie «presser-frotter». Ce sont deux des techniques employées pour harmoniser la circulation de l'énergie et permettre à l'organisme de retrouver son équilibre et sa vitalité.

Le massage chinois, vieux de plusieurs millénaires, est basé sur les méridiens et les points d'acupuncture. C'est une pratique très répandue en Chine, qui favorise une sensation de bien-être, qui aide à relaxer le corps et à évacuer le stress. Selon la tradition chinoise, il se pratique à travers les vêtements. Chaque atelier porte sur une région particulière du corps.

Les participant.e.s au stage travaillent en binômes et sont alternativement donneur.euse.s et receveur.euse.s

## Informatique

Animés par Igor ROGER - pointcyb@mercoeur.asso.fr

### Créer son site avec Wordpress

Formule stage de 8 séances de 1h30 (12 heures au total)

#### Du 1er octobre au 3 décembre 2020

Les jeudis 1, 8 et 15 octobre, 5, 12, 19 et 26 novembre, 3 décembre 2020 de 19h00 à 20h30.

### Débuter avec Photoshop

Formule stage 8 séances de 1h30 (12 heures au total)

#### Du 3 janvier au 18 mars 2021

Les jeudis 7, 14, 21 et 28 janvier, 4 et 11 février, 11 et 18 mars 2021 de 19h00 à 20h30.

### Wordpress session 2

Formule stage 6 séances de 1h30 (9 heures au total)

#### Du 8 avril au 17 juin 2021

Les jeudis 8 et 15 avril, 6, 20 et 27 mai, 3, 10 et 17 juin 2021 de 19h00 à 20h30.



# STRUCTURE INFORMATION JEUNESSE

L'Information jeunesse est un enjeu essentiel pour les jeunes mais complexe! Essentiel, parce que le quotidien des jeunes est le premier affecté par les changements d'une société : insertion, orientation mobilité, ... Complexe, parce que l'information ne cesse de se démultiplier, en nombre, en support.

Une structure information jeunesse ne remplace aucune autre structure : elle centralise, relaie tout ce qu'il faut savoir sur la Ville de Paris. Cet espace « Ressource » unique, repère les autres acteurs et essaye de participer ou d'impulser une dynamique de territoire. C'est le premier échelon d'une politique jeunesse. C'est donc une offre de service, au-delà d'un simple prestataire d'info.

Le S.I.J. Mercoeur, c'est aussi un volant de médiation culturelle avec culture du Cœur, le livre service, les sorties...

L'IJ s'adresse à tous les publics : les jeunes 15/25 ans en étant le cœur de cible, mais également les parents, les professionnels avec une approche globale des parcours, une réponse à des demandes de toute nature.

## Un fonds documentaire

Fiches CIDJ

Info métiers

L'accès à la bureautique



## Relais de dispositifs de la Ville de Paris

Quartiers Libres

Paris Jeunes Vacances

Pass Jeunes

BAFA citoyen

Kiosques Jeunes

## Des accueils pour

L'aide à la rédaction des C.V / L.M

L'aide à la recherche pour le BAFA et inscription au BAFA citoyen

La mise en place d'un stage Baby-sitting en février

La recherche de jobs saisonniers / étudiant.e.s

## La santé et moi

La santé / sexualité : préservatifs gratuits, brochures d'informations

Atelier en janvier sur la démotivation / décrochage scolaire / absentéisme

Atelier « les premières fois » (sorties, sexualité, consommations) groupe de parole parents avec l'École des parents et atelier jeunes avec la clinique des Bleuets

## Des relais

Les inscriptions aux grandes journées du Secours Populaire Français

Le Club TELI : Propositions d'emplois à l'étranger

Le relais d'information de l'AFPA - DAE - PÔLE EMPLOI

## Un accès à la culture par

Culture du cœur : des billets gratuits pour tous (QF 1 à 5)

Des sorties pour les familles dans le cadre des relais sociaux (QF 1 à 6)

Le « Livres Service » : un espace au 1er étage

Les informations sorties : au 1er étage

Le « Jeu de piste » : au mois de mai, chaque année pour toutes et tous

La mise à disposition de 12 jeux adaptés aux non-voyant.e.s (vous pourrez jouer avec eux et développer ainsi votre sens tactile)

## Un lien avec le monde de l'école

Ateliers entrée en 6ème

Entretien individuel, pour l'orientation avec l'École des parents (les mercredis)

Utilisation d'outils et jeux sur l'orientation

L'aide à la recherche de stages avec la mise en place d'ateliers le 1er samedi des vacances

Les travaux scolaires et accès libre (recherche scolaire)

Rédigez les rapports de stages sur deux jours pendant les petites vacances

Stands d'informations dans les lycées

Accueil de stagiaires, en CIP et sur projet

Accompagnement des jeunes exclu.e.s de la 3ème au lycée

## Des stands hors les murs

Participation :

Aux Forums des associations, des sports, de l'emploi, des loisirs

Aux cérémonies de la citoyenneté, de l'accueil des nouv.elles.eaux habitant.e.s avec la Mairie du 11ème, et à la journée des solidarités, aux vides greniers associatifs

Et co-organisation de soirées thématiques et d'informations avec les foyers de jeunes travailleurs du 11ème

## Ouverture du SIJ

Le S.I.J. (ex PIJ) est ouvert prioritairement aux 15/25 ans. Anonyme et gratuit.

**Période scolaire** : mardi de 14h00 à 19h00 ; mercredi de 16h00 à 19h00 ; jeudi de 15h00 à 19h00 ; vendredi de 14h00 à 18h00 et samedi de 14h00 à 18h00.

**Petites vacances scolaires** : du lundi au vendredi de 14h00 à 18h00

contact: [sij@mercoeur.asso.fr](mailto:sij@mercoeur.asso.fr)

Noël MOREL

# LE SECTEUR JEUNESSE

Le secteur jeunesse est un lieu d'accueil, de rencontres pour les jeunes de 11 à 25 ans. L'équipe d'animation propose des activités sportives, de loisirs et de découverte, de l'accompagnement individuel et ou collectif, des séjours et des programmes d'animation avec la participation des usager.e.s sur chaque période de vacances scolaires. L'ensemble des propositions est mis en place en fonction des âges, des envies et des besoins des jeunes.

L'un de nos principaux objectifs est de favoriser l'implication citoyenne de chacun.e.s et de les accompagner dans la réalisation de leurs projets. Pour ce faire, l'équipe d'animation met en place des temps et des lieux d'échanges dans lesquels, au fil des discussions, les projets et les activités prennent forme et se mettent en place en concertation avec l'équipe d'animation et le conseil d'administration de l'association MJC Paris-Mercœur.

## Les rendez-vous de la rentrée

Afin d'élaborer des contenus de la programmation jeunesse 2020 / 2021, nous proposons deux rendez-vous :

**Le goûter des 12 / 15 ans**

Mercredi 30 septembre 2020 de 17h00 à 19h00

**Le repas des 16 / 18 ans**

Vendredi 9 octobre 2020 de 18h30 à 21h30

*Renseignements et inscriptions auprès de l'équipe d'animation jeunesse*



## Accompagnement « projet jeunesse »

**Coup de pouce au projet individuel ou collectif**

Public : 11 - 25 ans

Vous avez des projets plein la tête, nous pouvons vous accompagner pour les réaliser. Qu'ils soient artistiques, sportifs, culturels ou de loisirs vos idées nous intéressent. Venez nous rencontrer afin que nous donnions vie à vos envies.

**Les séjours et week-end jeunesse**

Public : 11 - 17 ans

Si tu ressens le besoin de prendre l'air, de découvrir de nouveaux horizons, de sortir de la routine quotidienne et de partir avec tes ami.e.s, les séjours sont faits pour toi ! Le principe est simple : former un groupe (maximum 7 personnes) et participer aux réunions permettant la concrétisation du séjour ou week-end.

**Actions d'autofinancement**

L'association MJC Paris-Mercœur propose aux jeunes désireux.euses d'organiser des sorties et événements, de les accompagner pour autofinancer leurs actions. Pour plus de renseignements se rapprocher du secteur jeunesse..

## Jours et horaires d'ouverture du secteur jeunesse

**Hors vacances scolaires** : Mardi, jeudi et vendredi de 16h30 à 19h30 ou sur rendez-vous

Lundi, mercredi et samedi de 14h00 à 18h00

**Période de vacances scolaires** : Lundi et mercredi de 10h00 à 13h00 : inscriptions, et de 14h00 à 18h00 : activités

Mardi, jeudi et vendredi de 14h00 à 18h00 : activités

Le contenu du programme des périodes de vacances scolaires sera disponible 15 jours avant le début de chaque vacance, sur place ou sur le site.

# AGENDA

De septembre 2020 à février 2021



**Du lundi 24 août  
au samedi 5 septembre 2020**  
Inscriptions pour les réservations de juin 2020

**Du lundi 14 septembre  
au samedi 19 septembre 2020**  
Inscriptions aux activités au jour et à l'heure de l'activité

**Vendredi 2 octobre 2020 à 20h30**  
Ciné Léon

**Vendredi 6 novembre 2020 à 20h30**  
Ciné Léon

**Samedi 7 novembre 2020 à 20h00**  
Festival Mix'Up

**Samedi 27 novembre 2020 à 19h30**  
Chantons à Mercoeur

**Dimanche 29 novembre 2020 de 10h00 à  
18h00**  
Braderie MIAA

**Du 14 au 19 décembre 2020**  
Semaine portes ouvertes

**Vendredi 8 janvier 2021 à 20h30**  
Ciné Léon

**Samedi 30 janvier 2021 à 10h00**  
Assemblée Générale de l'association  
MJC Paris-Mercoeur



# Les événements du centre Mercœur

## Tous en scène - Les portes ouvertes

**Semaine du 14 au 19 décembre 2020**

Cette semaine sera consacrée à un temps de partage autour de moments privilégiés avec vos enfants, votre famille, vos amis dans le cadre d'un programme d'animations variées. Les ateliers ouvriront leurs portes et vous permettront, pour certain.e.s, d'avoir accès à une séance gratuite.

## Les Festiv'été

**Du vendredi 11 juin au samedi 26 juin 2021**

Les Festiv'été sont des moments conviviaux qui permettent de mettre en scène l'ensemble des ateliers annuels. Ces manifestations sont l'aboutissement des pratiques amateurs et mettent en valeur les créations réalisées au sein du centre Mercœur. Expositions, spectacles, démonstrations et animations diverses, c'est près de 1000 usager.e.s qui se produisent, se rencontrent en mettant en œuvre tout leur talent. Ce sera aussi l'occasion de venir découvrir lors d'une soirée à Olympe de Gouges, le grand spectacle de danse.

## Fête du centre

**Samedi 26 juin 2021 de 10h00 à 15h00**

En partenariat avec le conseil de quartier Léon Blum - Folie Régnauld, les habitant.e.s et les associations locales, le centre Mercœur propose durant toute une journée des animations aux abords du square Jean Allemane, de la rue Mercœur et en son sein.

Ponctué par un repas solidaire le midi, la fête du centre permet une mise en avant de la vie locale et se veut être un moment festif et rassembleur où chacun.e peut s'exprimer et ainsi participer activement à la vie de son quartier. N'hésitez pas à nous solliciter et à nous faire part de vos propositions et savoir-faire.

## Saveurs et Savoirs du Monde Destination Liban

**Du mercredi 7 avril au samedi 17 avril 2021**

Saveurs et Savoirs du Monde est un projet au cœur de la vie du quartier, des rencontres intergénérationnelles, du lien avec les écoles et au développement des partenariats.

Forme de mini festival, cet événement d'une quinzaine de jours a pour ambition d'illustrer une thématique choisie.

Cette année, et en réponse à l'année passée où le festival n'a pas pu se réaliser, nous faisons le choix de mettre à l'honneur le **Liban**.

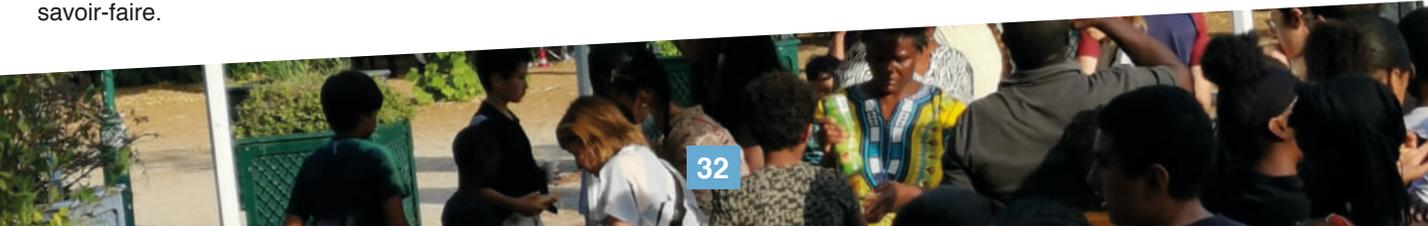
Ce pays aux multiples cultures, longtemps considéré comme un pont entre l'orient et l'occident, présente une diversité d'une grande richesse. Nous vous proposons un véritable voyage dans le temps pour découvrir les coutumes, les arts et la gastronomie de ce pays passionnant du pourtour méditerranéen.

## Ciné Léon (1er vendredi du mois à 20h30)

C'est un rendez-vous mensuel et gratuit qui a lieu le premier vendredi du mois. Le centre Mercœur se transforme pour l'occasion en salle de projection et propose une programmation de films documentaires originaux tout au long de l'année en présence des réalisateurs.trices suivis d'un débat.

Nous vous proposons de :

- > Voir un film documentaire original,
- > Rencontrer les réalisateurs.trices,
- > Participer à un débat,
- > Boire un verre ensemble après la projection (Auberge espagnole, chacun.e venant avec de quoi manger et boire, à partager avec son voisin.e dans une ambiance festive et conviviale).



# Les temps **forts** de l'association

## Talents Mercoeur

Vous avez du talent, venez nous montrer de quoi vous êtes capables!

Cette initiative mettra en valeur les productions artistiques amateurs des usager.e.s, intervenant.e.s, adhérent.e.s et personnels de l'Association MJC Paris-Mercoeur.

Vous avez un projet, venez remplir un dossier de présentation qui sera soumis à un jury.

## Chantons à Mercoeur

Nous proposons ce rendez-vous de manière régulière à savoir une fois par trimestre.

A l'initiative des cours de chorale et de l'atelier vocal, ces soirées ont lieu dans la salle de spectacle aménagée pour l'occasion en cabaret concert. Ce temps permet à chacun.e de chanter et de donner libre expression à sa voix, en solo, duo ou encore en grande formation.

Vous avez travaillé un air, une chanson, et vous aimeriez jouer ou chanter en public.... Apportez votre partition et Valérie Rogozinski vous accompagnera au piano.



## La bibliothèque

### **Accès gratuit pour tous les usager.e.s inscrit.e.s au centre Mercoeur**

Animée par une équipe de bénévoles dynamiques et disponibles, la bibliothèque propose des ouvrages pour tou.te.s : enfants, jeunes, adultes (avec Anne, Michèle, Michelle, Monique, Marie-Christine, Sylvie, Pierrette).

Ouverture à partir du lundi 21 septembre.

### **La bibliothèque est ouverte tous les jours de la semaine sur les créneaux horaires suivants :**

lundi : 17h00 - 19h30 / mercredi : 14h00 - 18h30 / mardi, jeudi et vendredi : 17h00 - 19h00 et samedi : 10h30 - 12h30



# Le centre social Mercoeur

Le centre social Mercoeur est un espace de vie, de rencontres et d'échanges qui participe au développement de la vie sociale et locale à travers un panel de services et d'activités socioculturelles

## L'écrivain public, gratuit

Pour vos démarches personnelles, courriers administratifs, accès aux droits, aide juridictionnelle, l'écrivain public se tient à votre disposition afin de faciliter vos demandes écrites.

### **Permanences : Pointcyb RDC**

*Les mercredis de 15h00 à 16h00, uniquement courriers administratifs (Jocelyne)*

*Les jeudis de 17h00 à 19h00, toutes démarches (Pascale)*

---

## Les ateliers sociolinguistiques (Anne HENRY)

### **Participation 12€ pour l'année**

**Mardi et vendredi de 14h00 à 15h30 et le jeudi de 10h00 à 11h30**

Cours de français pour toute personne qui souhaite apprendre le français et devenir autonome dans les situations courantes de sa vie quotidienne, tant à l'oral qu'à l'écrit. Ces trois ateliers sont encadrés par une professionnelle.

FLE (français langue étrangère) : apprendre à s'exprimer en français au quotidien.

Cours pour public non francophone.

---

## Les espaces d'échanges, de convivialité et d'activités

### **Espace Adultes**

- Des ateliers cuisine
- Des ateliers Seniors
- Un jardin partagé à développer
- Un café des parents (Paroles de parents)

### **Espace Famille**

- Des activités parents et enfants à découvrir pendant les vacances scolaires
- Des sorties en famille
- Un atelier conte
- Un ciné famille à chaque vacance scolaire

## Accompagnement à la scolarité

L'accompagnement à la scolarité du Centre Mercoeur accueille du lundi au vendredi, les élèves du CP à la terminale du quartier Roquette ou scolarisé.e.s dans les écoles du quartier (Godefroy Cavaignac, Parmentier, Saint Maur-Servan, collège Alain Fournier).

Comme le prévoit la charte nationale de l'accompagnement à la scolarité, cet accompagnement se présente comme l'ensemble des actions visant à offrir, aux côtés de l'école, l'appui et les ressources dont l'enfant a besoin pour réussir sa scolarité, appui qu'il ne trouve pas toujours dans son environnement familial ou social.

Cet accompagnement est organisé tout au long de l'année scolaire et s'articule autour de :

- L'aide aux devoirs et aux leçons en ateliers collectifs (réalisation des devoirs demandés par les enseignant.e.s, recherches documentaires...).
- Aide méthodologique et personnalisée (approfondissement, lecture, suivi).
- Sorties culturelles en lien avec le programme.
- Ateliers multimédia, d'écriture et jeux de société.

Les sorties et les ateliers se veulent un complément à l'accompagnement individuel et permettent aux élèves de faciliter leur apprentissage.

L'accès à notre bibliothèque associative facilitera également ces accompagnements.

### **Calendrier et modalités**

- Formulaire d'inscription à retirer à **partir du mardi 1er septembre 2020**
- Retour d'inscription à **partir du lundi 21 septembre** dans le cadre d'un entretien entre enfants, parents et accompagnant.e.s.
- Ateliers du jeudi 1er octobre 2020 au 11 juin 2021

Documents à apporter obligatoirement pour l'inscription : formulaire complété, dernier bulletin scolaire et l'emploi du temps scolaire de l'élève.

**Contact : Caroline BREGEOT-JACQUEY**

## Droit d'accès et médiation numérique

*Accompagner les populations les plus éloignées du numérique en leur facilitant l'accès aux outils informatiques et aux démarches en ligne.*

### Les accès demandeurs d'emploi

#### Participation : adhésion

Les lundis de 14h30 à 16h30, des accès guidés sont proposés (hors vacances scolaires).

Le Cyber Espace met à votre disposition 8 postes informatiques en accès libre, pour consulter les offres d'emploi, postuler en ligne, mettre à jour ou rédiger son CV et lettres de motivation (hors vacances).

### Espace de Coworking et démarches en ligne

#### Participation : adhésion

Les vendredis de 14h30 à 16h30, le Cyber Espace met à votre disposition 8 postes informatiques en accès libre, pour travailler, échanger, consulter, réaliser vos démarches administratives sur internet : impôts, Caf, etc. (Publics mélangés et autonomes)

Apprendre en se testant avec Pix, quel que soit votre niveau.

#### Participation : adhésion + 10€

Ces sessions s'adressent à tout.e.s les francophones : collégien.ne.s à partir de la 5e, lycéen.ne.s, étudiant.e.s mais aussi à n'importe quel.le professionnel.le ou sénior.

**Session 1**, le mercredi de 10h30 à 12h00 : du 30 septembre 2020 au 6 janvier 2021 (formule de 10 séances de 1h30)

• Les mercredis 30 septembre, 7 et 14 octobre, 4, 18 et 25 novembre, 2, 9 et 16 décembre 2020, 6 janvier 2021

**Session 2**, le mercredi de 10h30 à 12h00 : du 20 janvier au 7 avril 2021 (formule de 10 séances de 1h30)

• Les mercredis 20 et 27 janvier, 3 et 10 février, 3, 10, 17, 24 et 31 mars, 7 avril 2021

**Session 3**, le mercredi de 10h30 à 12h00 : du 4 mai au 7 juillet 2021 (formule de 10 séances de 1h30)

• Les mercredis 5, 12, 19 et 26 mai, 2, 9, 16, 23 et 30 juin, 7 juillet 2021

**Contact** : [pointcyb@mercoeur.asso.fr](mailto:pointcyb@mercoeur.asso.fr)  
**Igor Roger**

Notes





## Centre Mercoeur

**Centre Paris Anim'Mercoeur**  
4 rue Mercoeur - 75011 PARIS  
Téléphone : 01 43 79 25 54  
contact@mercoeur.asso.fr  
www.mercoeur.asso.fr  
Page facebook : Mjc Paris Mercoeur



Horaires du secrétariat en période scolaire :

**Lundi : 14h00 à 20h30**  
**Mardi : 13h00 à 20h30**  
**Mercredi : 9h30 à 20h30**  
**Jeudi : 9h30 à 20h30**  
**Vendredi : 14h00 à 20h30**  
**Samedi : 9h00 à 18h00**

Horaires du centre en période scolaire :

**Le centre fonctionne**  
**du lundi au vendredi de 9h30 à 22h30**  
**et le samedi de 9h00 à 18h00**

### Accès :

Métro : Ligne 9 M° Voltaire ou Charonne, Ligne 2 M° Philippe Auguste

Bus : Lignes 46, 56, 61, 69

Vélib' : Rue de Belfort ou rue de la Roquette

