



LE FIL D'ACTU

La lettre d'information de la Maison de Provence
de la Jeunesse et des Sports de Marseille

NOS ANIMATIONS « EN ROUTE VERS LES JEUX OLYMPIQUES ET PARALYMPIQUES 2024 »

Public des centres sociaux : les mercredis 24/01, 21 février, 20 mars, 17 avril, 22 mai, 19 juin

Public des collèges, écoles primaires et structures spécialisées (Ime, Itep, Sessad...) : les 23 et 25/01, 20 et 22/02, 19 et 21/03, 16 et 18/04, 21 et 23/05, 18 et 20/06

De 9h30 à 12h et de 13h30 à 16h

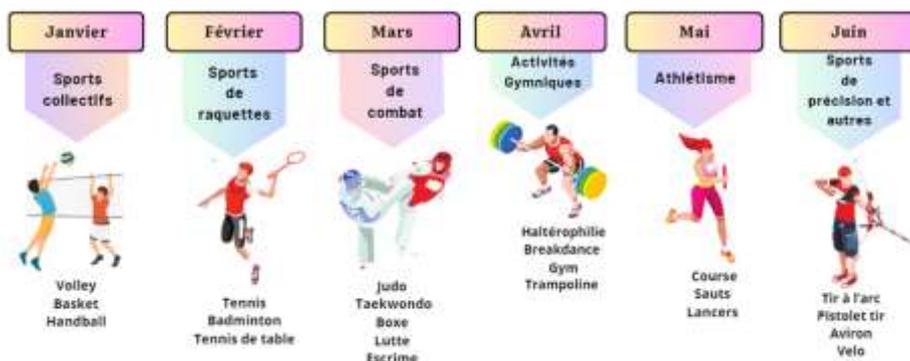
Dès le mois de janvier et jusqu'à l'été, nous vous donnons rendez-vous à la Maison de Provence de la Jeunesse et des Sports de Marseille La Capelette pour vivre à l'heure des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024.

Chaque mois sera l'occasion de mettre à l'honneur une thématique sportive présente aux JOP afin de contribuer à faire vivre la magie des JO au plus grand nombre de jeunes du Département : collégiens, sections sportives, primaires, jeunes issus des centres sociaux, ou en situation de handicap qui proviennent de structures spécialisées.

Au programme : des activités esport, culturelles, parasport, des ateliers de pratique et d'initiation sportive, des rencontres avec des sportifs de haut niveau.



EN ROUTE VERS LES JO 2024



Public : à partir de 10 ans

**Inscription obligatoire auprès de l'équipe de la MPJS au 04 13 31 68 20
ou par mail à mpjsearseille@departement13.fr**

LE FIL D'ACTU

La lettre d'information de la Maison de Provence
de la Jeunesse et des Sports de Marseille

NOS ANIMATIONS SPORT ET ESPORT

Les mercredis Sport / Espot : 17 janvier, 14 février, 13 mars, 10 avril, 15 mai, 12 juin
De 9h30 à 12h et de 13h30 à 16h

Demi-journée d'animation de pratique sportive et esportive organisée autour de stands de jeux Nintendo Switch, bornes d'Arcade multi-jeux et mur interactif.
Un parcours de motricité ludique et adapté (sauts, obstacles, équilibre, force et coordination...) est également mis en place afin d'encourager l'activité physique durant ces animations esport.

Public : tout public à partir de 10 ans

Inscription obligatoire auprès de l'équipe de la MPJS au 04 13 31 68 20
ou par mail à esport@departement13.fr



LE FIL D'ACTU

La lettre d'information de la Maison de Provence
de la Jeunesse et des Sports de Marseille

Les tournois Sport / Esport pendant les vacances scolaires de Février et Pâques : les 4/5 mars, les 29/30 avril, les 2/3 mai
La grande finale : mercredi 26 juin
De 10h à 12h et de 14h à 16h

Sur le même format que les mercredis sport/esport, des tournois esport sont organisés à l'occasion des vacances scolaires de Février et de Pâques.
Les jeunes qualifiés pourront ainsi participer à la grande Finale qui se tiendra le mercredi 26 juin 2024.

Public : tout public à partir de 10 ans
Inscription obligatoire auprès de l'équipe de la MPJSau 04 13 31 68 20
ou par mail à esport@departement13.fr



LE FIL D'ACTU

La lettre d'information de la Maison de Provence
de la Jeunesse et des Sports de Marseille

**Les mardi et jeudi Sport / Esport : 16 et 18/01, 13 et 15/02, 12 et 14/03, 9 et 11/04, 14 et 16/05,
11 et 13/06**

De 9h30 à 12h et de 13h30 à 16h

Programme d'animation identique à celui des Mercredis Sport / Esport

Public : collèves, sections sportives, structures spécialisées, primaires

**Inscription obligatoire auprès de l'équipe de la MPJS au 04 13 31 68 20
ou par mail à esport@departement13.fr**



LE FIL D'ACTU

La lettre d'information de la Maison de Provence
de la Jeunesse et des Sports de Marseille

NOS ANIMATIONS PARASPORT « PLACE AU VOLLEY ASSIS »

Public des centres sociaux : les mercredis 10/01, 7/02, 6/03, 3/04, 15/05, 5/06

Public des collèges, écoles primaires et structures spécialisées (Ime, Itep, Sessad...) : les 9 et 11/01, 6 et 8/02, 2 et 4/04, 4 et 6/06

De 9h30 à 12h et de 13h30 à 16h

Discipline sportive dynamique et stimulante, le volley assis est un handisport dérivé du volley-ball qui offre une opportunité d'inclusion et d'accessibilité aux personnes à mobilité réduite. Grâce à l'adaptation du sport et à l'utilisation de techniques spéciales, tous les joueurs valides mais aussi en situation de handicap peuvent participer à ce sport compétitif et amusant.

2 sessions de 2h30 limitées à 30 participants sont organisées, au programme :

- Présentation de la discipline sportive, du matériel et des règles de jeux.
- Echauffement
- Premier contact avec le ballon par la mise en place de jeux d'initiation.
- Temps de pratique avec des matchs et petits tournois.

Public : à partir de 11 ans

Inscription obligatoire auprès de l'équipe de la MPJS

au 04 13 31 68 20 ou par mail à mpjsmarseille@departement13.fr



LE FIL D'ACTU

La lettre d'information de la Maison de Provence de la Jeunesse et des Sports de Marseille

INITIATION CAPOEIRA

Les mercredis 10/01, 7/02, 6/03, 3/04, 5/06, 3/07 de 14h à 15h et de 15h à 16h

En partenariat avec l'association Capoeir'art, atelier de découverte de la culture brésilienne et de la capoeira, art martial qui allie à la fois le combat et la danse et qui se pratique au rythme de percussions afro-brésiliennes

Public : à partir de 8 ans

2 sessions de 1h par groupe de 20 participants

Inscription obligatoire auprès de l'équipe de la MPJS

au 04 13 31 68 20 ou par mail à mpjsmarseille@departement13.fr



LE FIL D'ACTU

La lettre d'information de la Maison de Provence de la Jeunesse et des Sports de Marseille

LES ATELIERS DE LA MPJS

**Esport, sport santé, numérique: les mercredis 31/01, 28/02, 27/03, 24/04, 29/05,
De 14h à 16h30**

**Pour les 3 ateliers, inscription obligatoire auprès de l'équipe de la MPJS au 04 13 31 68 20
ou par mail à : mpjsmarseille@departement13.fr**

1/ ATELIER CASQUES RÉALITÉ VIRTUELLE JO 2024

Plongez dans l'expérience immersive des casques de réalité virtuelle pour faire du sport et se mettre dans la peau d'un athlète. Venez pratiquer quelques-unes des disciplines sportives présentes aux JO 2024 grâce aux casques VR (voile, tennis, tir à l'arc, rugby, surf, vtt, escalade, course à pied...)

Public : à partir de 11 ans

5 sessions de 25 minutes par groupe de 8 personnes



**2/ATELIER SPORT SANTÉ « RENFO & CARDIO », en partenariat avec Provence en Forme,
centre ressources reconnu Maison Sport Santé**

Exercices sportifs mêlant à la fois des exercices cardio et des exercices de renforcement musculaire sous forme de circuit training.

Public : à partir de 8 ans

5 sessions de 30 minutes par groupe de 8 enfants

LE FIL D'ACTU

La lettre d'information de la Maison de Provence de la Jeunesse et des Sports de Marseille

3/ATELIER « RADIO », en partenariat avec La Ligue de l'Enseignement 13

Dans le cadre du dispositif « Parole de jeunes », cet atelier animé par La Ligue de l'Enseignement 13 a pour objectif de faire découvrir aux jeunes le métier de journaliste par la mise en place d'un atelier radio : utilisation d'un prompteur, rédaction d'un article, prise de parole au micro, préparation d'une interview.

Public : à partir de 7 ans

2 sessions de 1h15 par groupe de 8 participants



LE FIL D'ACTU

La lettre d'information de la Maison de Provence de la Jeunesse et des Sports de Marseille

NOS ANIMATIONS PLEIN AIR DANS LES PARCS DEPARTEMENTAUX DE LA DENISE (13011) ET DE LA PINTADE (13010) « LES DEFIS DU PARC »

Parc de la Denise, route des Camoins 13011 Marseille : les mardis 30/01 et 28/05

Parc de la Pintade, 71 rue François Mauriac 13010 Marseille : les mardis 26/03 et 25/06
De 9h30 à 11h30 et de 13h30 à 15h30

« Les défis du parc », c'est un nouveau concept des activités proposées par la MPJS qui déplace pour l'occasion ses animations jeunesse et sports en extérieur.

Sous forme de compétition, 2 équipes vont avoir la possibilité de relever des défis sportifs autour d'ateliers de découverte de sports émergents (tchoukball et footgolf), et d'utilisation des agrès déjà présents dans les parcs départementaux de la Denise et de la Pintade.

Public : collégiens, sections sportives, structures spécialisées
2 sessions de 2 h, limitées à 60 participants chacune

Inscription obligatoire auprès de l'équipe de la MPJS
au 04 13 31 68 20
ou par mail à
mpjsmarseille@departement13.fr



LE FIL D'ACTU

La lettre d'information de la Maison de Provence de la Jeunesse et des Sports de Marseille

NOS GRANDS ÉVÈNEMENTS

Journée d'anniversaire « La MPJS fête ses 1 an » : jeudi 7 mars de 10h à 17h

Rejoignez-nous à partir de 10 heures pour fêter ensemble les 1 an de la Maison de Provence de la Jeunesse et des Sports de Marseille La Capelette. Des animations esport, sportives et culturelles viendront rythmer cette journée où chacun pourra profiter d'un moment de détente et de partage dans une ambiance chaleureuse, sportive, festive et intergénérationnelle.

Au programme :

- Rencontre avec Frédéric Bousquet, sportif de haut niveau
- Mur interactif : un large éventail d'activités allant de l'entraînement physique aux jeux interactifs
- Atelier « Just Dance » animé par Shadaxxy
- Stands Nintendo switch !
- Animation Casques VR sport et JOP 2024
- Cours de danse hip hop
- Tournoi sur mini-tables de ping-pong, challenge aviron
- Activités sport santé « Renfo & Cardio »
- Atelier Radio avec La Ligue de l'Enseignement 13
- Atelier culturel et artistique de la Consigne à images.



ANNIVERSAIRE
SPORTIF

Public : tout public

Contactez la MPJS pour l'inscription obligatoire sur certaines animations au 04 13 31 68 20 ou par mail à mpjsmarseille@departement1

LE FIL D'ACTU

La lettre d'information de la Maison de Provence de la Jeunesse et des Sports de Marseille

« Le 8 mars des sportives » de 10h à 15h

La Maison de Provence de la Jeunesse et des Sports de Marseille organise, en partenariat avec le Forum Femmes Méditerranée, « le 08 Mars des sportives » à l'occasion des JO de Paris 2024, les premiers de l'Histoire à être paritaires.

Le projet consiste, pour toutes les femmes, de tous les âges et conditions physiques à exécuter un geste sportif simple d'une minute, accompagné d'un message (« je suis une femme olympique, parce que... », « pour moi le sport, c'est ... ») filmé et posté sur une plateforme.

Cet événement, labellisé par le Comité d'Organisation des Jeux Olympiques sera lancé le 8 mars 2024, Journée Internationale des Droits des Femmes, à midi, à partir du fuseau horaire de Paris.

A cette occasion, la MPJS ouvrira ses portes à tout public pour réaliser ces vidéos et les projeter dans ses locaux en liaison simultanée.

Il s'agira également d'avoir la possibilité au cours de cette journée de rencontrer et d'échanger avec des femmes sportives du territoire.

Public : tout public

Contactez la MPJS pour toute question relative à cet événement au 04 13 31 68 20 ou par mail à mpjsmarseille@departement13.fr

Où nous trouver ?

MPJS Marseille
13 rue Edouard Alexander 13010 Marseille
Téléphone : 04 13 31 68 20
Courriel : mpjsmarseille@departement13.fr