

## PROGRAMMATION PERMANENTE

AU 1/04/2022

MPJS MARSEILLE

### **Tous les lundis :**

**- 9h00/17h00 : permanence du centre ressources reconnu Maison Sport Santé  
« Provence en Forme ».**

L'équipe de Provence en Forme informe et accueille le public, tous les lundis et jeudis de 9h à 17h, et les mercredis et vendredis de 9h à 12h00. Son équipe est à votre disposition pour vous faire passer des tests de forme afin d'évaluer vos capacités physiques et de vous créer un programme d'activité physique adaptée.

### **Tous les mardis :**

**- 17h00/18h15 : Atelier de création de danse, encadré par l'association Cobalt.**

Pour les personnes qui s'inscrivent dans un parcours de soins oncologiques ou qui sont concernées par la thématique du cancer.

**- 18h00/20h00 : Cours de yoga du rire et de zumba avec l'association Rosae.**

Une expérience joyeuse et méditative pour prendre soin de soi et retrouver de l'énergie.

**- 2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> mardi du mois de 15h00 à 20h00 : Permanence de l'association l'Entraide Scolaire Amicale**

Cette association, dont le but est d'accompagner bénévolement dans leur scolarité des enfants que leurs parents ne peuvent aider faute de connaissances et/ou de moyens financiers, mais également de favoriser leur insertion dans la société et leur ouverture culturelle, a souhaité mettre en place cette permanence afin de pouvoir accueillir et s'entretenir avec de nouveaux candidats bénévoles.

**- Dernier mardi du mois de 14h00 à 17h00 : Atelier de bien-être au féminin avec l'association Peace For Women.**

Colorimétrie, conseils à l'image de soi, nutrition, réflexologie, naturopathie. Des ateliers mis en place pour les femmes et jeunes filles en situation de détresse, de violence ou atteintes de maladie.

Infos et inscriptions auprès de Evelyne Pluvier: [evelyne.pluvier@hotmail.fr](mailto:evelyne.pluvier@hotmail.fr)

## **Tous les mercredis :**

**- 9h00/12h00 : Permanence de Provence en Forme**

**- 1<sup>er</sup> mercredi du mois de 14h00 à 17h00 : Spot Infos Jeunes.**

Des séances d'informations par thématique auprès des jeunes, suivis de temps d'échanges.

**- 1<sup>er</sup> mercredi du mois de 14h00 à 16h30 : Atelier d'éducation à l'image avec l'association Urban Prod**

A partir d'un film projeté, temps d'animation et d'échanges entre des jeunes, des professionnels (réalisateur, monteur) et des associations intervenant dans le domaine de l'image et de l'audiovisuel.

**- 2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> mercredi du mois de 14h00 à 16h30 : Atelier dédié aux usages et cultures numériques avec l'association Urban Prod**

**- dernier mercredi du mois de 14h00 à 16h30 : Les ateliers de la MPJS (reprise le 26/01/22)**

Il s'agit de présenter, sous forme d'ateliers, aux acteurs de la jeunesse les outils qui existent sur le territoire et de sensibiliser les jeunes à des thématiques variées : numérique, sport santé, citoyenneté, emploi, loisirs...

## **Tous les jeudis :**

**- 9h00/17h00 : Permanence de Provence en Forme**

**- 12h00/16h00 : Permanence de l'association Parole d'Enfant**

Permanence de soutien psychologique aux personnes (enfants/familles) dans le cadre de la lutte contre toutes formes de violences (physiques et/ou psychologiques) faites à l'enfant.

**- 2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> jeudi du mois de 14h00 à 16h30 : Atelier Studio Lab avec l'association Urban Prod**

Atelier de création visuelle, sonore et numérique visant à sensibiliser les jeunes sur des sujets d'actualité.

## **Tous les vendredis :**

**- 9h00/12h00 : Permanence de Provence en Forme**

**-14h00/16h30 : Atelier numérique d'aide à l'accès aux droits avec l'association Urban Prod**