

**CENTRE SOCIAL DES GRÉSILLES
MJC DIJON GRÉSILLES**

UN ÉTÉ AUX GRÉSILLES



**PROGRAMME
DES ACTIVITÉS
JUILLET / AOÛT 2021**

● DU 05 AU 09/07 : LE GRAND BAZ'ART

Semaine culturelle qui propose des ateliers artistiques la journée et des spectacles le soir au Kiwi (arts visuels, bd, conte, slam, musique, cirque, cinéma...). Programme complet à retrouver à la MJC et au Centre Social.

● LE 07/07 : SORTIE AU LAC KIR

Activités nautiques... Départ du CS à 10h, retour à 17h. Inscriptions auprès de Safi ou Jocelyn (CS).

● LE 07/07 : SORTIE À ARBOIS

(Cascade des Tufts et grottes de Moidons) A partir de 4 ans. Sur réservation. Tarif : 3€ / pers. Départ 9h du CS, retour 17h30. Repas tiré du sac. Pensez à bien vous chauffer et bien vous couvrir !

● DU 07 AU 10, DU 12 AU 16, DU 19 AU 23, DU 26 AU 30/07 : SÉJOURS / ACCUEIL JEUNES DE LA MJC

Séjours camping à la Plaine Tonique (Bourg en Bresse), séjour camping en Savoie, séjour culturel à Bibracte (en partenariat avec Zutique Productions)... Renseignements & inscriptions auprès du pôle jeunesse de la MJC.

● LE 08/07 : CINÉ PLEIN AIR

Au Parc des Grésilles, diffusion du film d'animation "Abominable" pour toute la famille et du court métrage documentaire "Au Bord de la Ville, Au Bord des Gens" réalisé par Fabio Falzone avec les jeunes du quartier de la MJC. Début de la diffusion à la tombée de la nuit. Entrée libre. (avec Zutique) -> **LUDIK'BAR HORS LES MURS** : à l'occasion du Ciné Plein Air le Ludik'Bar du Centre Social s'installe au Parc des Grésilles de 16h à 21h30 !

● LE 12/07 : BALADE INTER-GÉNÉRATIONNELLE À SAINT-APOLLINAIRE

Promenade santé. Départ du kiwi à 10h puis retour à 12h pour un repas tiré du sac (puis après-midi jeux et arts créatifs). Gratuit sur réservation.

● LES 15 & 16/07 : ATELIERS DE FABRICATION DE FAUTEUILS & MOBILIER EN PALETTE

De 10h à 17h au Kiwi avec l'intervenante Elodie Bruschera. Gratuit sur réservation.

● LE 16/07 : VISITE GUIDÉE DE DOLE "LA PETITE VENISE JURASSIENNE"

Shopping, glaces en terrasse, repas tiré du sac. Départ du CS à Sur réservation. Tarif : 4€ / pers.

● LE 16/07 : SORTIE BALADE & ACTIVITÉ ACCROBRANCHE

A partir de 14 ans. Départ du CS à 9h30 et retour à 18h. Gratuit sur réservation.

● LE 19/07 : BALADE SANTÉ & BIEN-ÊTRE

Balade à Ahuy toute la journée du 19 juillet (Inter-MJC). Départ de la MJC à 9h, retour à 18h. Gratuit sur réservation.

● LE 20/07 : BALADE SUR LE QUARTIER AVEC LA LPO (LIGUE POUR LA PROTECTION DES ANIMAUX)

Départ de la MJC à 10h. Repas tiré du sac le midi. Être attentif au chant des oiseaux... Gratuit sur réservation.

● LE 21/07 : RENCONTRE AVEC L'ARTISTE NIKKI A L'OCCASION DU CENTENAIRE DE POMPON

Sortie au Lac de Pont. A partir de 14 ans. Départ du CS à 9h, retour à 18h30. Repas tiré du sac. Gratuit sur réservation.

● LE 23/07 : BALADE SANTÉ & DÎNER AU RESTAURANT

Départ de la MJC à 14h. Balade santé l'après-midi du côté de Talant puis dîner au restaurant de la Péniche Cancale (Dijon) le soir. Retour aux Grésilles à 22h. Sur réservation. Tarif : 3€ / pers.

● LE 26/07 : BALADE SANTÉ INTER-MJC (AVEC LA MJC/CS DES BOURROCHES ET LE CENTRE SOCIAL)

Balade du côté de Saint-Apollinaire. Petit déjeuner à 9h à la MJC puis départ à 10h. Gratuit sur réservation.

● LE 28/07 : SORTIE À ROMANÈCHE-THORINS

Départ CS à 8h45, retour à 19h30. Sur réservation. Tarif : 5€ / pers. Repas tiré du sac. Possibilité de baignade.

● LE 29/07 : VISITE DU MARCHÉ DE CHALON/SAÔNE & BALADE SANTÉ SUR LES BORDS DE SAÔNE.

● Départ de la MJC à 9h, retour à 20h. Déjeuner au restaurant le midi. Sur réservation. Tarif : 5€ / pers.

EN FIL ROUGE CET ÉTÉ

- Tous publics
- Jeunesse
- Séniors
- Mon Quartier au Féminin

LES 09, 12, 13, 19, 20, 23, 26 & 27/07 de 10h à 12h : LES ATELIERS JARDIN DU CENTRE SOCIAL

Jardin botanique, fabrication de mobilier en palettes... Entrée libre.

DU 09 AU 30/07 : TOUS AU JARDIN !

De 10h à 17h30, tous les mercredis du mois de juillet au KIWI de la MJC : café / picnic / jeux / arts créatifs / jardinage... Entrée libre.

DU 12 AU 26/07 : ON SE TIENT AU JUS !

Petits déjeuners de l'accueil jeunes de la MJC tous les lundis matins à 10h. Entrée libre (12-25 ans).

DU 12 AU 30/07 : LE LUDIK'BAR HORS LES MURS

Les lundis et mardis en fin d'après-midi le Ludik'Bar s'installe à Epirey ou au Parc des Grésilles. Renseignements auprès de l'espace jeunes du CS.

DU 13 AU 24/07 : LES PTITS DEJ' DU CENTRE SOCIAL

Tous les mardis matins de 8h30 à 10h30, petits déjeuners au jardin du CS. Entrée libre.

TOUS LES JEUDIS DÈS LE 15/07 : LES PTITS VERRES

Moments conviviaux tous les jeudis de juillet et août dès 17h au petit jardin du Centre Social. Entrée libre.

-> **Inauguration d'une fresque Street-Art le 15/07 avec DJ set musiques brésiliennes (une programmation Zutique Productions) & sardinade**

DU 16/07 AU 27/08 : ATELIERS 'YARN BOMBING' & POMPONS

Tous les vendredis de 9h à 11h au jardin du CS. Confection de carrés en tricot ou crochet et décoration du jardin. Entrée libre.

PENDANT TOUT LE MOIS DE JUILLET AVEC L'ACCUEIL JEUNES DE LA MJC :

*PROJET NATURE / **DÉCOUVERTES FRUITÉES / ***DÉCOUVERTE TREMPÉE / ****CHILL AU JARDIN

*Découvertes, sorties & activités axées autour de la nature. **Lors des petits déjeuners, goûters et repas proposés par le pôle jeunesse, initiation à l'équilibre alimentaire, dégustation de fruits et légumes de saison en alternative aux produits industriels. ***Découverte de sites de baignades en Côte d'Or et Bourgogne-Franche-Comté. ****L'accueil jeunes se retrouve au KIWI, dans la cour de la MJC ou sur le city stade pour se détendre, discuter et préparer les projets futurs.

NB : Sur réservation auprès de l'accueil jeunes pour les sorties.

PENDANT TOUT LE MOIS DE JUILLET : PROMENADES URBAINES

Tous les après-midis, les animateurs de la MJC sont en balade sur le quartier, à la rencontre des jeunes et de tous les habitants.

PENDANT TOUT L'ÉTÉ : *ACTIVITÉS SPORTIVES HEBDOMADAIRES / **SORTIES SPORTIVES

*Retrouvez Coach Quentin et les bénévoles de la MJC les matins et après-midis : footing, appuis / ceinture abdominale, tennis (sur les cours de la Fleuriée), beach volley (Université), basket, street work-out (au Parc des Grésilles), lutte sénégalaise... en complémentarité des actions de la Ville !

**Des sorties ponctuelles pour des activités précises (marche nordique, vtt...) sont également organisées. Départ de la MJC ou rdv directement sur site.

(Gratuit, dates et horaires à préciser sur nos sites et réseaux sociaux).

PENDANT TOUT L'ÉTÉ : BOÎTE À DON

Donnez une nouvelle vie à vos objets et récupérez ceux dont vous avez besoin ! Objets à déposer dans le hall du Centre Social (projet initié par la Commission de quartier).

PROGRAMME AOÛT 2021

- Tous publics
- Jeunesse
- Séniors
- Mon Quartier au Féminin

● LE 04/08 : SORTIE A L'AQUAPARC ISIS (DOLE)

Départ du CS à 9h15, retour à 18h30. Sur réservation. Tarif : 3€ / pers.
Maillot de bain obligatoire pour les parents et les enfants !

● LE 11/08 : VISITE DE CHÂTEAUNEUF & BAINADE AU LAC DE PANTHIER

Départ du CS à 9h, retour à 18h. Gratuit sur réservation.

● LES 17 & 24/08 (ainsi que le 13/07) : PROJET AIDANTS / AIDÉS

Temps convivial à l'EHPAD des Hortensias. Groupe déjà constitué.

● LE 18/08 : SORTIE À BAUME-LES-MESSIEURS POUR UN SPECTACLE DE RAPACES A JURAFaUNE

A partir de 4 ans. Départ du CS à 9h, retour à 19h. Sur réservation. Tarif : 4€ / pers. Repas tiré du sac.

● LE 23/08 : ATELIER BIEN-ÊTRE

De 14h à 17h30 au Kiwi. Goûter diététique proposé à 16h. Fabrication de cosmétiques, soins du visage...
Tarif : 2€ / pers. Inscriptions et paiements possibles au CS et à la MJC.

● LE 25/08 : SORTIE AU LAC DE MAGNY-SUR-TILLE

A partir de 4 ans. Départs du CS à 9h30 et à 10h30 (retours à 18h et 19h). Sur réservation. Tarif : 3€ / pers.
Baignade et pédalo. Structure gonflable pour les enfants de 4 à 12 ans.



LE MOT DE L'ÉQUIPE

Chers habitants, votre programme estival 2021 a été construit avec vous, la MJC et le Centre Social, sous le signe de l'union et de la diversité.

Depuis 2015, la ville de Dijon déploie son projet permettant de doter chacun de ses 9 quartiers d'une seule structure associative porteuse et fédératrice de tous les enjeux de cohésion de l'animation de la vie sociale et de la proximité.

Présents sur le terrain avec et pour vous depuis plus de 60 ans, le Centre Social et la MJC des Grésilles portent des valeurs communes et s'unissent désormais pour continuer à faire vivre les actions sociales, culturelles et sportives auprès de tous les publics : petite enfance, jeunes, parents, adultes, seniors, familles... au plus près de vos besoins.

Ce lieu ressource, de partage, de solidarité, de débats, de transmission, d'initiatives, d'expérimentations, permettra à chacun d'entre vous de vivre son quartier et d'y trouver sa place. Chacun des habitants est invité à participer à sa manière à l'élaboration de ce projet ! Des espaces d'accueil, de rencontres, de débats dans les différents lieux historiques ainsi que des temps de partage sur tout le territoire seront organisés dès cet été.

Habitants, Usagers, Adhérents, venez nombreux : c'est aussi ensemble que nous vous serons le plus utiles et plus forts pour construire de meilleurs lendemains dans nos lieux de vie. Dans le contexte actuel que nous connaissons, vous pouvez compter sur notre totale mobilisation pour agir pour votre bien-être.

Cet été, nous vous promettons un programme varié (sport, loisirs, culture, séjours, sorties...) et pour tous (enfants, ados, adultes, seniors...). Sur site, hors nos murs, en ville, à la campagne et ailleurs : nous serons présents partout !

Un été à choix multiples ! Sortez, c'est l'été... Ravis de vous rencontrer.

INFORMATIONS + INSCRIPTIONS

Les inscriptions aux activités peuvent être effectuées à la MJC ou au Centre Social. Pour les sorties payantes, le règlement doit être effectué au sein de la structure organisatrice de l'activité (MJC ou CS).

Les inscriptions pour les activités de juillet sont possibles à partir du 28 juin.
Les inscriptions pour les activités d'août débutent le 26 juillet.

CENTRE SOCIAL DES GRÉSILLES 3 Rue Jean XXIII, 21000 DIJON
03 80 71 33 33 / cs.gresilles@pepcbfc.org

MJC DIJON GRÉSILLES 11 rue Castelnau 21000 DIJON
03 80 71 55 24 / contact@mjc-dijon-gresilles.fr / mjc-dijon-gresilles.fr

Retrouvez-nous également sur Facebook et Instagram !

IDÉES DE NOM !

Durant tout l'été, participez et proposez un nom pour la nouvelle structure unique d'animation de la vie sociale des Grésilles.

Des urnes et murs d'expression seront à disposition dans le hall de la MJC et du Centre Social.