



ville de
port de bouc

▷ **paaj**

point accueil jeunes



PAJ

point accueil jeunes

● Le PAJ est ouvert
à tous les jeunes de la ville
qui souhaitent :

- Créer des projets artistiques, culturels ou sportifs.
- Être aidés (accompagnement personnalisé, bilan de santé, soutien...).
- Être accompagnés dans les démarches administratives (CV, lettre de motivation...).
- Rechercher des formations qualifiantes (mise en relation avec les structures compétentes, aides au BAFA et au BAFD...).
- Participer aux animations sportives et culturelles du PAJ tout au long de l'année et aux séjours de découverte pendant les vacances.



Inscriptions aux activités
dossier à retirer au PAJ,
du lundi au vendredi
de 13h 30 à 18h 30

Dossier complet exigé pour
démarrer l'activité

Début des activités
1^{re} semaine d'octobre

Maison des services au public
Avenue Charles Nédelec
13110 Port de Bouc
04 42 40 65 47

Accueil du mardi au vendredi
8h 30 à 12h / 13h 30 à 17h 30

boxe éducative



Vitesse, endurance, réflexes, coordination... Basée sur des phases de jeu où la vision et la stratégie sont mises en avant, la boxe éducative permet de développer des qualités techniques et tactiques d'évitement et de toucher, tout en développant l'esprit sportif.

Salle multi-activités des Aigues douces

Mardi, jeudi et vendredi :

de 17 h à 19 h pour les garçons de 14 à 17 ans.

de 19 h à 21 h pour les garçons de plus de 18 ans.

Mercredi et samedi :

de 14 h à 15 h pour les garçons et filles de 8 à 13 ans.

de 15h30 à 17 h pour les filles de 14 ans et plus.

Référent PAJ : Hakim Benghomari



futsal



Outre son aspect ludique, le futsal est une formidable école pour maîtriser la technique de balle et la vitesse d'exécution. Un jeu rapide qui repose sur une solidarité sans faille entre les joueurs: les rôles d'attaque et de défense s'alternent, chacun est constamment sollicité.

Gymnase Jean-Christophe Unia

Mercredi de 15h30 à 17 h pour les garçons de 14 à 17 ans.

Samedi de 9h30 à 11 h pour les garçons et filles de 14 à 17 ans.

Gymnase Frédéric Mistral

Samedi de 11 h30 à 14 h pour les garçons de 18 à 25 ans.

Référent PAJ : Hakim Benghomari



Zumba Fitness



Mélange de mouvements d'aérobic et de pas de danse inspirés par la salsa, le merengue, le flamenco et la cumbia, la zumba se pratique sur des rythmes entraînants. Un sport qui développe la coordination, l'équilibre, le rythme et l'endurance.

Salle multi-activités du dojo

Samedi de 12h30 à 13h30 pour les filles de 14 ans et plus.
Cours de découverte gratuit.

Référente PAJ : Assia Bentamer



hip-hop



Le hip-hop, c'est avant tout se connaître, connaître les autres et ce qui nous entoure. À travers les techniques de danse, le hip-hop permet d'aller au-delà de soi tout en construisant collectivement et en cultivant le respect de l'autre.

Salle multi-activités du dojo

Samedi de 13h 30 à 15h 30 pour les garçons et filles de 11 ans et plus.
Cours de découverte gratuit.

Référente PAJ : Assia Bentamer



arts plastiques



L'atelier d'arts plastiques est consacré aux loisirs créatifs, avec réalisation de fresques narratives sur polystyrènes, poupées artistiques en tissu, créations avec des objets recyclés permettant de leur donner une nouvelle vie...

Centre d'Art Fernand Léger

Mercredi de 10 h à 12 h
pour filles et garçons de 16 à 25 ans

pour les musiciens amateurs



Le PAJ met à disposition la salle John Lennon pour des répétitions de groupes amateurs et accompagne les musiciens dans leur projet musical.

Salle de musique John Lennon quartier Tassy

Samedi de 13h30 à 16 h
pour les garçons et filles de 14 ans et plus.



ville de
port de bouc.

accompagnement
dans vos projets
aide soutien
formations



boxe
futsal
zumba
hip-hop
musique
arts plastiques