



Centre social  
Maison des jeunes  
Maison de la culture



APJC

# AGENDA

## ANIMATIONS & ÉVÉNEMENTS

septembre | décembre 2025





# SOMMAIRE

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| L'AGENDA, mode d'emploi     | 3  |
| Les événements de septembre | 4  |
| Les événements d'octobre    | 6  |
| Les événements de novembre  | 12 |
| Les événements de décembre  | 15 |
| Infos pratiques             | 19 |

# L'AGENDA

## Mode d'emploi

Cette année encore, l'APJC vous propose, en plus des activités régulières à retrouver dans la brochure annuelle et sur le site [apjc.org](http://apjc.org), un programme d'activités ponctuelles et d'événements. Programmation culturelle, animation de la vie locale, animation de la vie sociale : il y en a pour tous les goûts, tous les âges... et nous faisons le programme avec vous !

## Les PICTOS

### La programmation culturelle

-  Spectacles professionnels
-  Spectacles amateurs
-  Spectacles jeune public
-  Rencontres, débats, tables-rondes
-  Stages de loisirs artistiques et culturels
-  Sorties culturelles (musées, spectacles...)
-  Les Lundis Partage des savoirs : cours et conférences pour tou(te)s

### L'animation de la vie locale

-  Grands événements
-  Soirées festives
-  Les Jeudis du Bar'ouf : apéros conviviaux à thèmes
-  Animations spéciales enfants
-  Animations spéciales jeunes
-  Animations spéciales seniors
-  Journées ou soirées jeux

### L'animation de la vie sociale

-  Journées des familles : animations à thèmes
-  Ateliers enfants-parents
-  Ateliers ados-parents
-  Cafés des parents

-  Ateliers seniors
-  Les Échappées : sorties culturelles et nature
-  Ateliers Accès aux droits
-  Ateliers et rencontres thématiques

### L'animation jeunesse et citoyen·ne

-  Ateliers et rencontres thématiques jeunes et jeunes adultes
-  Sorties et événements jeunesse

Retrouvez toutes les informations détaillées et mises à jour régulièrement à l'accueil de l'APJC et sur notre agenda en ligne : [apjc.org/agenda](http://apjc.org/agenda)

# Septembre

## Café des parents

Organiser l'année scolaire en confiance



**Mercredi 17 septembre 2025 de 10:00 à 12:00**

**Avec Anissa Mezzi et Inès Merbah, bénévoles**

**En partenariat avec l'association Troubles et Nous**

 **APJC, SALLE BAR'OUF**

Cette séance sera consacrée, après la rentrée, à l'organisation de l'année scolaire : comment bien anticiper les étapes de l'année ? Comment accompagner son enfant au mieux ? Comment gérer les difficultés ? Comment bien construire les relations avec l'établissement scolaire ?

 **PARENTS**  **GRATUIT** sur réservation

## Les jeudis du Bar'OUf | Apéro à thème

C'est la rentrée !

**Jeudi 18 septembre 2025 à 18:30**

 **APJC, SALLE BAR'OUF**

**En partenariat avec l'association Femmes Fortes et la librairie Folies d'Encre**

Chaque jeudi (hors vacances scolaires), un rdv convivial régulier autour d'un apéritif, avec une thématique différente : jeux de société, quizz, karaoké, rencontre littéraire... Un moment régulier pour se retrouver, échanger et profiter d'activités variées dans une atmosphère détendue !

 **TOUT PUBLIC**  **PARTICIPATION LIBRE** selon vos moyens

## Stage chant

**Dimanche 21 septembre 2025 de 10:00 à 16:00**



**Avec Salvatore Montalto**

 **APJC, SALLE BAR'OUF**

Un stage destiné à découvrir ou approfondir la pratique vocale. Au programme : techniques de respiration, justesse, interprétation et mise en confiance de la voix. Les participant(e)s travaillent individuellement et en groupe pour explorer différents styles musicaux et progresser dans leur expression vocale. Un moment d'apprentissage et de partage, où le plaisir de chanter occupe la première place !

 **TOUT PUBLIC**  
**16+**

 **15€ nouveaux adhérents,**  
gratuit pour les adhérents de la saison 2024/25.  
**Sur réservation à l'accueil ou sur helloasso :**

<https://www.helloasso.com/associations/apjc> ou flashez ICI :



# Atelier bien-être enfants-parents



**Mercredi 24 septembre 2025 de 9:45 à 11:15**

**Avec Brigitte Daudon, sophrologue**

 **APJC, SALLE 3**

Envie d'une activité zen entre parents et enfants ? L'APJC vous propose un atelier animé par Brigitte Daudon, sophrologue, où vous découvrirez des techniques de bien-être, à partager en famille. Pour les familles avec enfants de 4 à 8 ans.

 **PARENTS** avec enfants 4/8 ans

 **GRATUIT** sur réservation

## Les jeudis du Bar'Out | Apéro à thème



**Soirée Quizz**

**Jeudi 25 septembre 2025 à 18:30**

 **APJC, SALLE BAR'OUT**

**En partenariat avec l'association Femmes Fortes et la librairie Folies d'Encre**

Chaque jeudi (hors vacances scolaires), un rdv convivial régulier autour d'un apéritif, avec une thématique différente : jeux de société, quizz, karaoké, rencontre littéraire... Un moment régulier pour se retrouver, échanger et profiter d'activités variées dans une atmosphère détendue !

 **TOUT PUBLIC**

 **PARTICIPATION LIBRE** selon vos moyens

## Grand Nain Porte Quoi

**24 heures non-stop de jeu !**

**Du samedi 27 septembre 2025 à 20:00**

**au dimanche 28 septembre à 20:00**

 **APJC, SALLE BAR'OUT**



**Avec le Club Nain Porte Quoi**

Le club de jeux de rôle et de société vous invite à sa convention annuelle, pendant 24h non-stop ! La nuit du samedi (à partir de 20h) est dédiée aux gros jeux pour les passionnés. La journée du dimanche est consacrée aux jeux familiaux et grand public. Une braderie de jeux et une buvette seront ouvertes pendant toute la manifestation.

**Bar et petite restauration sur place**

 **TOUT PUBLIC 7+**  
(enfants de moins de 12 ans uniquement le dimanche)

 **1€ adhérents / 2€ non adhérents**

# Octobre

## Les jeudis du Bar'OUf | Apéro à thème

Apéro littéraire



**Jeudi 2 octobre 2025 à 18:30**

**APJC, SALLE BAR'OUF**

**En partenariat avec l'association Femmes Fortes et la librairie Folies d'Encre**

Chaque jeudi (hors vacances scolaires), un rdv convivial régulier autour d'un apéritif, avec une thématique différente : jeux de société, quizz, karaoké, rencontre littéraire... Un moment régulier pour se retrouver, échanger et profiter d'activités variées dans une atmosphère détendue !



**TOUT PUBLIC**



**PARTICIPATION LIBRE** selon vos moyens

## Soirée dansante | Concert Isaria



**Samedi 4 octobre 2025 à 20:30**

**APJC, SALLE BAR'OUF**



Un rendez-vous musical avec le groupe Isaria, formation Rock-Pop qui revisite les grands classiques et les incontournables du genre.

Énergie, rythmes entraînants et mélodies connues de toutes et tous viendront créer une ambiance festive et conviviale. Une soirée où la musique live invite à danser, chanter et partager un moment unique.

**Bar sur place**



**ADOS & ADULTES**



**GRATUIT** sur réservation

## Café des parents



**Mercredi 8 octobre 2025 de 10:00 à 12:00**

**Avec des intervenant(e)s professionnel(le)s et bénévoles, en fonction de la thématique**

**APJC, SALLE BAR'OUF**

Le café des parents de l'APJC offre un espace convivial d'échanges et de soutien aux familles. La thématique de chaque séance est construite avec vous ! Vous pouvez donner vos idées en écrivant à [animationsociale@apjc.org](mailto:animationsociale@apjc.org), et consulter le détail de chaque séance sur notre site [apjc.org/agenda](http://apjc.org/agenda) ou à l'accueil de l'APJC.



**PARENTS**



**GRATUIT** sur réservation

# Les jeudis du Bar'Outf | Apéro à thème



Karaoké

**Jeudi 9 octobre 2025 à 18:30**

 **APJC, SALLE BAR'OUTF**

**En partenariat avec l'association Femmes Fortes et la librairie Folies d'Encre**

Chaque jeudi (hors vacances scolaires), un rdv convivial régulier autour d'un apéritif, avec une thématique différente : jeux de société, quizz, karaoké, rencontre littéraire... Un moment régulier pour se retrouver, échanger et profiter d'activités variées dans une atmosphère détendue !



**TOUT PUBLIC**



**PARTICIPATION LIBRE** selon vos moyens

## Théâtre | Borborythmes

Comptines, musique et interactivité



**Samedi 11 octobre 2025 à 15:00**

 **APJC, SALLE BAR'OUTF**



Borborythmes est un spectacle musical de 30 minutes porté par deux voyageurs enthousiastes : un percussionniste et une flûtiste. Ensemble, ils se répondent en rythmes, en mélodies et en chants, invitant le jeune public à explorer différentes traditions et rituels du monde.

Cette aventure musicale propose un voyage sensoriel où le rythme devient un langage universel, capable de relier cultures et imaginaires.

Selon la jauge, un temps d'éveil musical pourra prolonger l'expérience : les enfants seront invités à manipuler percussions et instruments, pour goûter eux-mêmes à la magie des sons.



**FAMILLES**

(enfants 1/6 ans)



**5€ adhérents et 7€ non adhérents**

**Sur réservation à l'accueil ou sur helloasso :**

<https://www.helloasso.com/associations/apjc> ou flashez ICI :



## Atelier bien-être enfants-parents

**Mercredi 15 octobre 2025 de 9:45 à 11:15**



**Avec Brigitte Daudon, sophrologue**

 **APJC, SALLE 3**

Envie d'une activité zen entre parents et enfants ? L'APJC vous propose un atelier animé par Brigitte Daudon, sophrologue, où vous découvrirez des techniques de bien-être, à partager en famille. Pour les familles avec enfants de 4 à 8 ans.



**FAMILLES** (enfants 4/8 ans)



**GRATUIT** sur réservation

# Les jeudis du Bar'Outf | Apéro à thème

## Soirée solidaire (octobre rose)



**Jeudi 16 octobre 2025 à 18:30**

 **APJC, SALLE BAR'OUTF**

**En partenariat avec l'association Femmes Fortes et la librairie Folies d'Encre**

Chaque jeudi (hors vacances scolaires), un rdv convivial régulier autour d'un apéritif, avec une thématique différente : jeux de société, quizz, karaoké, rencontre littéraire... Un moment régulier pour se retrouver, échanger et profiter d'activités variées dans une atmosphère détendue !



**TOUT PUBLIC**



**PARTICIPATION LIBRE** selon vos moyens

## LOTO

**Samedi 18 octobre 2025 à 15:00**



 **APJC, SALLE BAR'OUTF**

**Avec équipe APJC**

Un moment convivial et divertissant autour des traditionnels cartons numérotés.

Tout au long de l'après-midi, plusieurs parties seront proposées avec de nombreux lots à gagner. Bonne humeur et convivialité assurées !

**Bar sur place.**



**TOUT PUBLIC**



**2€ le carton, 10€ le lot de 6 cartons**

## Atelier nutrition séniors

**Mangeons sain, soyons bien !**



**Vendredi 15 octobre 2025 de 10:00 à 12:00**

**Avec une nutritionniste professionnelle**

 **APJC, SALLE BAR'OUTF**

Les ateliers nutrition séniors sont avant tout des moments conviviaux de partage et de pratique collective : apprendre en cuisinant ensemble avec une nutritionniste qui propose thématiques et menus.

**L'objectif :** prendre soin de sa santé, conserver son autonomie et renforcer ses bonnes habitudes alimentaires, tout en découvrant ou en complétant ses connaissances... avant de déguster ensemble les recettes expérimentées !



**SÉNIORS**



**GRATUIT** sur réservation

# Soirée Loup Garou

Samedi 18 octobre 2025 à 19:30



 **APJC, SALLE BAR'OUF**

## Avec la librairie Folies d'Encre

Une soirée Loup Garou pleine de mystère et de suspense. Entre bluff, alliances et trahisons, saurez-vous démasquer les loups avant qu'il ne soit trop tard ? Rejoignez-nous pour une nuit d'intrigues et de jeux !



**TOUT PUBLIC**



## GRATUIT SUR INSCRIPTION

**auprès de la librairie Folies d'Encre**

1 Allée de la Main Ferme, 93320 Les Pavillons-sous-Bois  
09 84 45 13 45

# Les vacances de l'Espace Jeunes



Programme vacances d'automne

**Du 20 au 31 octobre 2025**

Pendant les vacances scolaires, l'équipe d'animation de l'espace jeunes de l'APJC propose un programme varié d'activités pour les jeunes de 11 à 17 ans, du lundi au vendredi. Jeux, activités sportives, activités culturelles, sorties, ateliers, activités choisies par les jeunes... : le programme est publié sur notre site Internet et à l'accueil de l'APJC quelques semaines avant les vacances ! Retrouvez toutes les informations sur [apjc.org/agenda](http://apjc.org/agenda).



**11/17 ANS**



**Voir site internet et affichage**

# Stage Comédie Musicale enfants



**Lundi 20 au 23 octobre 2025 de 10:00 à 13:00**

**Avec Yaël TIBI**

 **APJC, SALLE BAR'OUF**

Un stage de 4 jours dédié à l'univers du spectacle vivant ! Les participant(e)s exploreront le chant, l'interprétation et la mise en scène, tout en travaillant la cohésion de groupe. Ensemble, ils créeront et présenteront un tableau de comédie musicale original, construit de bout en bout. Une expérience artistique complète, mêlant créativité, expression et énergie collective !



**6/10 ANS**



**15€ adhérents, 20€ non-adhérents**



# Stage Comédie Musicale ados

**Lundi 20 au 23 octobre 2025 de 14:00 à 17:00**

**Avec Yaël TIBI**

 **APJC, SALLE BAR'OUF**

Un stage de 4 jours dédié à l'univers du spectacle vivant.

Les participant(e)s exploreront le chant, l'interprétation et la mise en scène, tout en travaillant la cohésion de groupe. Ensemble, ils créeront et présenteront un tableau de comédie musicale original, construit de bout en bout.

Une expérience artistique complète, mêlant créativité, expression et énergie collective.



**11/17 ANS**



**15€ adhérents, 20€ non-adhérents**



# Stage Initiation Cinéma

**Lundi 27 au 30 octobre 2025 de 14:00 à 18:00**

**Avec Jordan CATHERINE**

 **APJC, SALLE BAR'OUF**

Un stage dédié à la découverte des techniques de tournage et de création audiovisuelle.

Les jeunes apprendront à manier la caméra, préparer des scènes, diriger des prises de vue et participer à la réalisation d'une mini-série collective.

Des ateliers créatifs qui permettent de découvrir les coulisses du cinéma tout en développant l'imagination et l'esprit d'équipe. Si l'atelier a plu aux jeunes, l'APJC pourra mettre en place un atelier hebdomadaire dès le mois de janvier !



**11/17 ANS**



**Inscription aux vacances d'automne obligatoire**



## Halloween familles

Vendredi 31 octobre 2025 de 15:00 à 18:00

 **APJC, SALLE BAR'OUF**



Cette année, Jack invite les enfants à explorer les origines de cette fête à travers des histoires et des jeux. Ils apprendront d'où viennent les sorcières, les vampires et bien d'autres personnages étonnants.

Ensuite, place à l'atelier ! Selon les jours, les enfants pourront préparer une potion-baume à lèvres, décorer une citrouille, fabriquer un masque ou encore inventer leur propre légende d'Halloween. Toujours sans bave de crapaud !

Une activité à la fois amusante et créative, à partager en famille.



**FAMILLES** (à partir de 6 ans)



**5€ adhérents et 7€ non adhérents  
+ 2€ accompagnateur(rice)**

## Halloween jeunes

Vendredi 31 octobre 2025 de 15:30 à 21:30



 **APJC, SALLE BAR'OUF**

Une animation réservée aux jeunes, dans une atmosphère inspirée des mystères d'Halloween.

Au programme : des jeux en groupe, des énigmes à résoudre et un temps fort où une histoire prendra forme sur grand écran, dans une ambiance à la fois mystérieuse et captivante.

Une expérience originale pour découvrir Halloween autrement.



**11/17 ANS**



**Inscription aux vacances d'automne obligatoire**

# Novembre

## Les jeudis du Bar'Out | Apéro à thème

Rencontre littéraire en présence d'un auteur



**Jeudi 6 novembre 2025 à 18:30**

 **APJC, SALLE BAR'OUT**

**En partenariat avec l'association Femmes Fortes et la librairie Folies d'Encre**

Chaque jeudi (hors vacances scolaires), un rdv convivial régulier autour d'un apéritif, avec une thématique différente : jeux de société, quizz, karaoké, rencontre littéraire... Un moment régulier pour se retrouver, échanger et profiter d'activités variées dans une atmosphère détendue !



**TOUT PUBLIC**



**PARTICIPATION LIBRE** selon vos moyens

## Café des parents



**Mercredi 12 novembre 2025 de 10:00 à 12:00**

**Avec des intervenant(e)s professionnel(le)s et bénévoles,  
en fonction de la thématique**

 **APJC, SALLE BAR'OUT**

Le café des parents de l'APJC offre un espace convivial d'échanges et de soutien aux familles. La thématique de chaque séance est construite avec vous ! Vous pouvez donner vos idées en écrivant à [animationsociale@apjc.org](mailto:animationsociale@apjc.org), et consulter le détail de chaque séance sur notre site [apjc.org/agenda](http://apjc.org/agenda) ou à l'accueil de l'APJC.



**PARENTS**



**GRATUIT** sur réservation

## Les jeudis du Bar'Out | Apéro à thème

Soirée quizz



**Jeudi 13 novembre 2025 à 18:30**

 **APJC, SALLE BAR'OUT**

**En partenariat avec l'association Femmes Fortes et la librairie Folies d'Encre**

Chaque jeudi (hors vacances scolaires), un rdv convivial régulier autour d'un apéritif, avec une thématique différente : jeux de société, quizz, karaoké, rencontre littéraire... Un moment régulier pour se retrouver, échanger et profiter d'activités variées dans une atmosphère détendue !



**TOUT PUBLIC**



**PARTICIPATION LIBRE** selon vos moyens

# Théâtre | Jeunes Queers et culture

Projet jeunes



**Vendredi 14 novembre 2025 à 17:30**

**Samedi 15 novembre 2025 à 15:00**

 **APJC, SALLE BAR'OUF**

**Avec Cie La Sticomiss**

Pour la 3<sup>e</sup> année consécutive, la compagnie La Sticomiss développe son projet destiné aux jeunes LGBTQIA+ en situation de rupture familiale et/ou de précarité, afin de les accompagner dans leur (ré)insertion sociale et professionnelle. Une résidence de création théâtrale se déroule durant un mois dans plusieurs lieux associatifs, dont l'APJC, avec un total de 15 jeunes de 16 à 25 ans qui développent ainsi leurs compétences et leur confiance en soi, découvrent des outils de lutte contre l'homophobie et la transphobie, et profitent d'un accès gratuit à une pratique artistique en compagnie de professionnels de la scène. Ce projet est une opportunité pour ces jeunes de créer des liens sociaux et de contrer l'isolement : venez découvrir leur création durant ces deux représentations ouvertes à tou(te)s !



**ADOS & ADULTES**



**GRATUIT** sur réservation

## Atelier bien-être enfants-parents



**Mercredi 19 novembre 2025 de 9:45 à 11:15**

**Avec Brigitte Daudon, sophrologue**

Envie d'une activité zen entre parents et enfants ? L'APJC vous propose un atelier animé par Brigitte Daudon, sophrologue, où vous découvrirez des techniques de bien-être, à partager en famille. Pour les familles avec enfants de 4 à 8 ans.



**APJC, SALLE 3**



**PARENTS** avec enfants 4/8 ans



**GRATUIT** sur réservation

## Les jeudis du Bar'OUF | Apéro à thème



Soirée jeux

**Jedi 20 novembre 2025 à 18:30**



**APJC, SALLE BAR'OUF**

**En partenariat avec l'association Femmes Fortes et la librairie Folies d'Encre**

Chaque jeudi (hors vacances scolaires), un rdv convivial régulier autour d'un apéritif, avec une thématique différente : jeux de société, quizz, karaoké, rencontre littéraire... Un moment régulier pour se retrouver, échanger et profiter d'activités variées dans une atmosphère détendue !



**TOUT PUBLIC**



**PARTICIPATION LIBRE** selon vos moyens

# Atelier nutrition séniors



Mangeons sain, soyons bien !

**Vendredi 21 novembre 2025 de 10:00 à 12:00**

**Avec une nutritionniste professionnelle**

 **APJC, SALLE BAR'OUF**

Les ateliers nutrition séniors sont avant tout des moments conviviaux de partage et de pratique collective : apprendre en cuisinant ensemble avec une nutritionniste qui propose thématiques et menus.

L'objectif : prendre soin de sa santé, conserver son autonomie et renforcer ses bonnes habitudes alimentaires, tout en découvrant ou en complétant ses connaissances... avant de déguster ensemble les recettes expérimentées !

 **SÉNIORS**  **GRATUIT** sur réservation

## Soirée karaoké



**Samedi 22 novembre 2025 à 20:30**

 **APJC, SALLE BAR'OUF**



Montez sur scène, choisissez vos chansons et laissez-vous emporter par la musique !

En solo, en duo ou en groupe, chacun peut se lancer et partager son énergie avec le public.

Des classiques intemporels aux hits du moment, l'ambiance promet d'être rythmée, joyeuse et pleine de bonne humeur.

**Bar sur place**

 **ADOS & ADULTES**



**GRATUIT**

Sur réservation à l'accueil ou sur helloasso :

<https://www.helloasso.com/associations/apjc> ou flashez ICI :



## Les jeudis du Bar'OUF | Apéro à thème



Rencontre parents

**Jedi 27 novembre 2025 à 18:30**

 **APJC, SALLE BAR'OUF**

**En partenariat avec l'association Femmes Fortes et la librairie Folie d'Encre**

Chaque jeudi (hors vacances scolaires), un rdv convivial régulier autour d'un apéritif, avec une thématique différente : jeux de société, quizz, karaoké, rencontre littéraire... Un moment régulier pour se retrouver, échanger et profiter d'activités variées dans une atmosphère détendue !

 **TOUT PUBLIC**  **PARTICIPATION LIBRE** selon vos moyens

# Concert | Florian Demonsant

## Étreintes



**Vendredi 28 novembre 2025 à 20:30**

 **APJC, SALLE BAR'OUF**

Florian vous invite à partager un moment surprenant et intimiste autour de l'accordéon. Il y parlera de son parcours avec humour : premiers pas dans les bals avec l'accordéon club gaillacois, musique en fin de repas de famille, voyage chez un accordéoniste tzigane roumain...

Accordéoniste dégingandé aux mimiques éloquentes, Florian Demonsant aime parler... parler de ces repas de familles qui se finissent en musique, de la difficulté pour un chef d'arrêter un orchestre d'accordéon au galop... Il disserte doctement sur la couleur des soufflets d'accordéon ou divague sur les affiches des meilleurs bals musette... Le tout en musique.

L'accordéon de Florian Demonsant ouvrira grand son soufflet, des musiques populaires aux sonorités des plus inattendues...



 **TOUT PUBLIC**

 **PARTICIPATION LIBRE** selon vos moyens  
Sur réservation à l'accueil ou sur helloasso :  
<https://www.helloasso.com/associations/apjc> ou flashez ICI :



## Décembre

### Les jeudis du Bar'ouf | Apéro à thème

Soirée solidaire

**Jedi 4 décembre 2025 à 18:30**

 **APJC, SALLE BAR'OUF**

**En partenariat avec l'association Femmes Fortes et la librairie Folie d'Encre**

Chaque jeudi (hors vacances scolaires), un rdv convivial régulier autour d'un apéritif, avec une thématique différente : jeux de société, quizz, karaoké, rencontre littéraire... Un moment régulier pour se retrouver, échanger et profiter d'activités variées dans une atmosphère détendue !

 **TOUT PUBLIC**

 **PARTICIPATION LIBRE** selon vos moyens



# Théâtre | Lily Pousse chante

Marionnette et chant

Samedi 6 décembre 2025 à 11:00



 **APJC, SALLE BAR'OUF**



Lilypouce réclame une chanson à sa maman avant de dormir... Malheureusement, Maman n'ose pas chanter. On lui a toujours demandé de se taire. « Chante, toi ! », répond-elle à Lilypouce chaque soir en fermant la porte.

Lilypouce se glisse dans son lit douillet. Mais aucun son ne sort de sa bouche. Elle s'endort le cœur un peu lourd. C'est alors que la petite fille se voit grande et transformée en une magnifique chanteuse à la voix d'or. Une nuit, une fée apparaît...

Ce spectacle permet de faire découvrir aux enfants la magie du chant et de l'opéra. Une invitation à découvrir le chant lyrique, un univers souvent méconnu des tout-petits.

Les enfants pourront participer, après le spectacle, à un temps d'éveil musical.

 **FAMILLES**  
avec enfants 3+

 **5€ adhérents et 7€ non adhérents**  
Sur réservation à l'accueil ou sur helloasso :  
<https://www.helloasso.com/associations/apjc> ou flashez ICI :



## Café des parents

Mercredi 10 décembre 2025 de 10:00 à 12:00

**Avec des intervenant(e)s professionnel(le)s et bénévoles,  
en fonction de la thématique**

Le café des parents de l'APJC offre un espace convivial d'échanges et de soutien aux familles. La thématique de chaque séance est construite avec vous ! Vous pouvez donner vos idées en écrivant à [animationsociale@apjc.org](mailto:animationsociale@apjc.org), et consulter le détail de chaque séance sur notre site [apjc.org/agenda](http://apjc.org/agenda) ou à l'accueil de l'APJC.

 **APJC, SALLE BAR'OUF**

 **PARENTS**  **GRATUIT** sur réservation

# Les jeudis du Bar'Ouf | Apéro à thème

Soirée jeux de société



**Jeudi 11 décembre 2025 à 18:30**

**APJC, SALLE BAR'OUF**

**En partenariat avec l'association Femmes Fortes et la librairie Folie d'Encre**

Chaque jeudi (hors vacances scolaires), un rdv convivial régulier autour d'un apéritif, avec une thématique différente : jeux de société, quizz, karaoké, rencontre littéraire... Un moment régulier pour se retrouver, échanger et profiter d'activités variées dans une atmosphère détendue !



**TOUT PUBLIC**



**PARTICIPATION LIBRE** selon vos moyens

## Atelier nutrition séniors

Mangeons sain, soyons bien !



**Vendredi 12 décembre 2025 de 10:00 à 12:00**

**Avec une nutritionniste professionnelle**

**APJC, SALLE BAR'OUF**

Les ateliers nutrition séniors sont avant tout des moments conviviaux de partage et de pratique collective : apprendre en cuisinant ensemble avec une nutritionniste qui propose thématiques et menus.

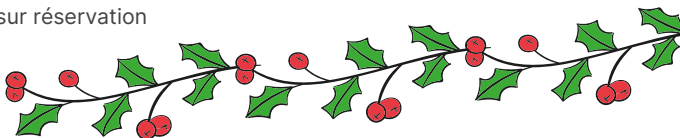
**L'objectif** : prendre soin de sa santé, conserver son autonomie et renforcer ses bonnes habitudes alimentaires, tout en découvrant ou en complétant ses connaissances... avant de déguster ensemble les recettes expérimentées !



**SÉNIORS**



**GRATUIT** sur réservation



## Spectacle de Noël

**Vendredi 12 décembre 2025**



Chaque année, l'APJC fête la fin d'année et Noël autour d'un spectacle. Découvrez la surprise qui aura été posée sous le sapin (ou plutôt sur la scène !) en consultant l'agenda en ligne de l'APJC, [apjc.org/agenda](https://www.apjc.org/agenda), ou en guettant les affiches à l'accueil !



**TOUT PUBLIC**



**Sur réservation à l'accueil ou sur helloasso :**

<https://www.helloasso.com/associations/apjc> ou flashez ICI :

# Atelier bien-être enfants-parents

**Mercredi 17 décembre 2025 de 9:45 à 11:15**



**Avec Brigitte Daudon, sophrologue**

 **APJC, SALLE 3**

Envie d'une activité zen entre parents et enfants ? L'APJC vous propose un atelier animé par Brigitte Daudon, sophrologue, où vous découvrirez des techniques de bien-être, à partager en famille. Pour les familles avec enfants de 4 à 8 ans.



**PARENTS** avec enfants 4/8 ans



**GRATUIT** sur réservation

## Les jeudis du Bar'OUf | Apéro à thème

Apéro Noël canadien



**Jeudi 18 décembre 2025 à 18:30**

 **APJC, SALLE BAR'OUF**

**En partenariat avec l'association Femmes Fortes et la librairie Folies d'Encre**

Chaque jeudi (hors vacances scolaires), un rdv convivial régulier autour d'un apéritif, avec une thématique différente : jeux de société, quizz, karaoké, rencontre littéraire... Un moment régulier pour se retrouver, échanger et profiter d'activités variées dans une atmosphère détendue !



**TOUT PUBLIC**



**PARTICIPATION LIBRE** selon vos moyens

## Soirée Loup Garou

**Samedi 20 décembre 2025 à 19:30**



 **APJC, SALLE BAR'OUF**

**Avec la librairie Folies d'Encre**

Une soirée Loup Garou pleine de mystère et de suspense. Entre bluff, alliances et trahisons, saurez-vous démasquer les loups avant qu'il ne soit trop tard ?

Rejoignez-nous pour une nuit d'intrigues et de jeux !



**TOUT PUBLIC**



**GRATUIT SUR INSCRIPTION**

**auprès de la librairie Folies d'Encre**

1 Allée de la Main Ferme, 93320 Les Pavillons-sous-Bois  
09 84 45 13 45

# **INFOS** pratiques

## NOUS CONTACTER

Par téléphone : 01 48 02 07 79

Par mail : [infos@apjc.org](mailto:infos@apjc.org)

## BILLETTERIES

### • Sur place, aux horaires d'ouverture de l'accueil

Païement obligatoire à la réservation.

La billetterie pour les soirées et spectacles ferme 30 minutes avant la fermeture de l'accueil.



• En ligne, via la plateforme Helloasso de l'APJC,  
pour les événements concernés :  
<https://www.helloasso.com/associations/apjc>

## À NOTER

Les personnes mineures doivent fournir une autorisation parentale pour participer aux soirées (formulaire disponible à l'accueil).

L'APJC se réserve le droit de refuser les entrées après le début des spectacles, sans que le billet soit remboursé.

Les détenteurs des cartes APJC, conservatoire, et Espace dse Arts bénéficient du tarif réduit des 3 structures exclusivement sur les spectacles.

## VENIR À L'APJC

23 allée Étienne Dolet, 93320, Les Pavillons-sous-Bois

### *Si vous pouvez, privilégiez les modes doux !*

Venez en vélo, ou en transports en commun :

#### Tram-train

ligne T4, arrêt Les Pavillons-sous-Bois

#### RER

ligne E, arrêt Bondy, puis correspondance T4

ligne B, arrêt Aulnay-sous-Bois, puis correspondance T4

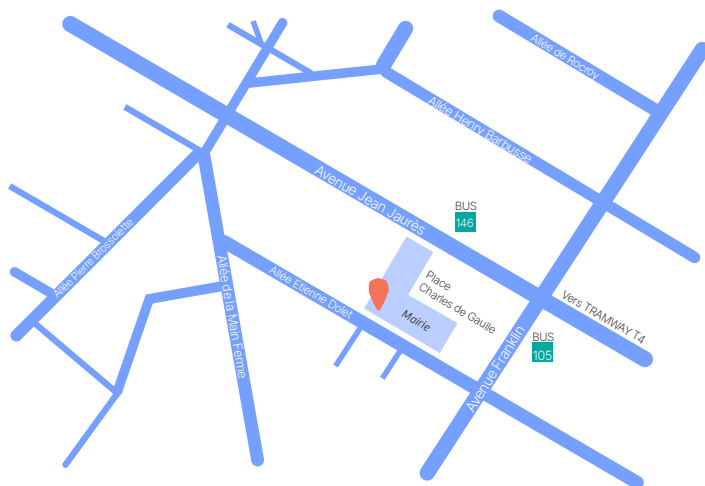
#### Bus

ligne 105, arrêt Mairie des Pavillons-sous-Bois

ligne 146, arrêt Wilson mairie

#### Navette

Navette municipale des Pavillons-sous-Bois



## Nos partenaires et financeurs



Direction des services départementaux  
de l'éducation nationale  
de la Seine-Saint-Denis



**Association loi 1901, Maison des Jeunes et de la Culture, agréée Centre Social**

23 allée Etienne Dolet - 93320 Les Pavillons-sous-Bois  
01 48 02 07 79 - [infos@apjc.org](mailto:infos@apjc.org) - [www.apjc.org](http://www.apjc.org)



BILLETTERIE sur : [helloasso.com/associations/apjc](http://helloasso.com/associations/apjc)  
ou FLASHEZ-ici →