

LE PETIT ÉCHO DES CALANQUES

ENTRE MER ET COLLINE

N.11
MAI 2024



JOURNAL RÉDIGÉ PAR LES HABITANTS DU QUARTIER



SOMMAIRE

1 EDITO

2-3 ATELIER D'ÉCRITURE

4 INTERVIEW JAOUIDA HADJ HABBAS

5 JOURNÉE DES DROITS DES FEMMES

6 LA PETITE FABRIQUE

7 RECETTES

8-9 QUESTIONS NUMÉRIQUES

10-11 CULTURE HIP HOP

12-13 LES NOUVELLES DU CENTRE

MERCI

**AUX FEMMES DES JEUDIS POUR TOUTES
AUX PARTICIPANTES DES ATELIERS D'ÉCRITURE,
TOUTE L'ÉQUIPE DE LA RÉDACTION
AUX BÉNÉVOLES ET SALARIÉS
DE MER ET COLLINE - CENTRE SOCIAL ET CULTUREL.**



EDITO

LA MÉMOIRE D'UN ÉLÉPHANT

Je me souviens des jours de mon adolescence où nous attendions avec impatience l'arrivée du week-end pour jouer au football, sans nous soucier du temps qui s'écoulait.

Je me rappelle des après-midis passés à construire des cabanes au parc Pastré, sans contraintes, seulement pour le plaisir
Et les conseils de notre guide.

Je n'oublierai jamais mon ami, parti trop tôt,
qui un soir d'été m'a dit :

"Le temps passe si vite... Tu ne trouves pas ?"

Et moi de lui répondre: "

Tu plaisantes? J'attends mes 18 ans avec impatience pour obtenir mon permis..."

Seulement pour apprendre un matin qu'il était parti brusquement
lors d'un accident de travail.

Je me souviens de mes premières années dans mon pays d'origine
pendant les vacances.

A travers mes yeux d'enfant, j'ai découvert la signification de la pauvreté...

Avec le recul, je pense:

«la pauvreté ne se mesure pas seulement aux moyens financiers,
mais à la richesse naturelle des terres

Là où les gens ont des préoccupations essentielles et humaines
Loin des artifices.

Le temps mérite d'être pleinement apprécié et les moments les plus précieux de mon enfance se sont déroulés avec peu d'objets, peu de matériel. Nous évoluons dans une nouvelle "ère" qui nous laisse sûrement sans voix. En avons-nous conscience?



L'ATELIER D'ÉCRITURE

Un mardi sur deux de 14h30 à 16h30

Brigitte Piarrat anime l'Atelier d'écriture à l'Espace culturel



Enfance à Montredon

Étant petite j'ai vécu 13 ans dans le même appartement au bord de la mer, au David dans le 8ème arrondissement de Marseille.

J'attache beaucoup d'importance à cet endroit car c'est en ce lieu que j'ai grandi.

Là-bas j'ai développé une grande passion pour la musique et également pour le foot.

Tous les soirs avant d'aller dormir j'écoutais énormément de musique avec mon père.

La musique est alors pour moi indispensable à ma vie depuis mon plus jeune âge.

Désormais du haut de mes 17 ans je fais tout en musique, je ne peux pas m'en lasser.

Dans cette résidence, j'avais énormément d'amis on se connaissait tous entre nous car on a grandi ensemble, et on se donnait souvent rdv tous les vendredis après l'école pour aller jouer au foot. J'étais une enfant épanouie pour qui tout allait pour le mieux. Jusqu'au jour où tout a changé.

A mes 16 ans mes parents ont pris la décision de déménager dans le 10ème arrondissement de Marseille. Plus exactement à Saint Tronc. J'ai dû donc laisser derrière moi mon lieu d'enfance qui m'était et me sera toujours cher.

Au départ, j'étais triste à l'idée de partir et de changer aussi d'établissement scolaire. Car je savais que rien ne serait plus jamais comme avant. Aussi je savais que j'allais devoir me reconstruire, en quelque sorte. A ma rentrée scolaire en classe de seconde j'étais super triste à l'idée de voir aucun visage qui m'était familier. Je me sentais seule.

Maintenant, aujourd'hui, j'ai énormément changé. Je me suis habituée à ma nouvelle résidence, j'ai un groupe d'amis incroyable, et un lycée génial avec des profs qui veulent me faire réussir dans la vie. J'ai rencontré un garçon avec qui je suis actuellement. Il m'a appris à m'ouvrir à certaines personnes, puis m'a fait connaître les alentours, m'a surtout appris à aimer et à faire confiance. J'ai gardé contact avec ma meilleure amie avec qui j'ai passé toutes mes années de collège. Et étant donné que avant on avait pour habitude de se voir tous les jours, maintenant je la vois rarement. Maintenant quand on se voit nous sommes super heureuses. Notre amitié s'est embellie car mon déménagement nous a prouvé que même la distance ne nous affecte pas. Et que rien nous sépare.





Mon endroit préféré au jour d'aujourd'hui c'est ici à la Madrague de Montredon. Pour aller rendre visite à ma meilleure amie, sans oublier mes grands-parents qui habitent juste à côté de chez elle. Cet endroit c'est une alternative de la Lana d'avant et la Lana d'aujourd'hui. Pour mieux vous expliquer en fait à David c'est pour moi la nostalgie. A Saint Tronc une construction d'une nouvelle personne, un changement et la nouveauté.

Et à la Madrague c'est la Lana enfant entourée de toute sa famille qui en apprend tous les jours. Puis la Lana d'aujourd'hui qui a envie de revivre tous ces moments là pendant lesquels elle se sentait si bien. Et elle y retourne souvent dans sa tête, mais souvent en vrai, pour se sentir mieux. Quand ça va pas c'est à la Madrague qu'elle se réfugie pour pouvoir se sentir mieux. La Madrague c'est là où elle se sent bien. Elle aime se mettre sur la digue du port de la Madrague, allongée avec ses écouteurs dans les oreilles, nostalgique, écoutant des musiques qui lui rappellent son enfance. Puis écoutant en parallèle le bruit des vagues qui tapent sur les rochers. C'est ces moments là simples et doux que Lana aime. Sans oublier les visites chez les grands-parents. Où elle peut sentir l'odeur douce et familière que respire la maison de son papi et de sa mamie. Elle se sent en sécurité là-bas, dans cette maison, auprès de sa meilleure amie et dans les bras de ses grands-parents.

Lana Gascon



La vie est trop courte.

Je suis née avec l'impression que les journées sont trop courtes. Je ne me suis jamais vraiment ennuyée. Je trouve toujours une idée de quelque chose à faire, à inventer, à penser, à lire, à fabriquer, à voir, depuis toujours, aussi loin que je me souviens.

Ça doit être ça, ma discipline:

Faire, apprendre, penser, comprendre, élaborer et j'en passe.

J'ai le sentiment que si je m'arrête, je vais tomber dans un trou. Je suis en équilibre sur un fil, comme le funambule.

Mais tout cela, cette impression de gouffre sans fond n'est peut-être qu'une impression, une illusion parce que je remplis si bien les minutes qui composent ma vie qu'elle est plutôt très satisfaisante, agréable et joyeuse.

Il m'arrive de penser que c'est mon cerveau qui part dans tous les sens et me fait frôler l'éparpillement mais, en fait, mon cerveau, c'est moi.

Je n'ai même pas le temps de faire tout ce qui me vient à l'esprit. Il faudrait que je programme, que je prévois, mais ça, c'est difficile, je n'y arrive pas vraiment.

Il me faudrait plusieurs vies !

Chantal Sotty



L'INTERVIEW

JAOUIDA HADJ ABBAS

UNE FEMME BATTANTE DE LA CITÉ DE LA VERRERIE !

Venue d'Algérie en France avec une carte de résidente par son conjoint, elle a obtenu la nationalité française en 2015. Au bout d'un combat acharné, elle réussit à emménager dans un T3 à la cité de la Verrerie avec son fils Adam la même année. Elle y est heureuse avec une vue sur la mer.

Elle a aussi un fils aîné de 28 ans stagiaire médiateur à L'Adap 13. Il vit chez elle depuis un accident il y a un an. Elle a été victime de racisme et d'injustice par une assistante maternelle, ce qu'elle n'a pas supporté :

« je me bats pour mes choix dont les droits de l'enfant ». « je voulais réussir et que mes enfants réussissent ». Adam a été inscrit à la maternelle de Montredon dès ses 2 ans ½.

Jaouida était mère au foyer jusqu'à la naissance d'Adam, sans aucune pension. Elle avait travaillé dans le paramédical pendant 13 ans en Algérie.

Aujourd'hui elle vit du RSA et attend une pension d'invalidité car elle est restée handicapée après une opération du dos, elle héberge sa mère et s'occupe du foyer avec ses 2 fils.

Jaouida est aussi bénévole au Secours Populaire : elle travaille pour la collecte, et la distribution des colis alimentaires mensuels, cuisine comme bénévole avec le Centre Social Mer et Colline, notamment au repas de Noël, anime des ateliers de pâtisseries orientales et



participe aux jeudis féminins. Elle mène une vie sociale et solidaire animée et qui lui convient.

Elle participe aussi aux maraudes envers les plus démunis avec le responsable jeunesse Tonio, et son animateur, Choukri, elle y emmène son fils de 11 ans dans un souci d'éducation et d'attention envers les plus démunis.

Pour résister à l'expulsion de Josette, une septuagénaire de la Cité, elle a réalisé un café croissants pour réchauffer les manifestants, dans un souci chaleureux d'entraide.

Souhaitant s'investir davantage, elle a intégré le Conseil d'Administration du Centre Social et culturel Mer et Colline comme administratrice, soucieuse de l'intérêt du Centre, elle apporte une connaissance de terrain indispensable, elle a été élue à l'AG en 2023, grâce à sa personnalité volontaire totalement inscrite dans l'action.

Jaouida se sent en sécurité à Mer et Colline « c'est ma 2ème maison, je m'y sens libre ». Elle y va tous les jours pour le lien social et aide la référente familles par ses informations sur la cité et ses problématiques. Elle participe par sa cuisine maison à tous les repas collectifs du Centre, toujours prête à apporter son aide.

Curieuse de mieux connaître son environnement, elle est régulièrement présente lors des balades de Mer et Colline dans les Calanques, et fière d'avoir pu participer à l'exposition collective en partenariat avec le Mucem « le grand Mezzé » entre autres.

Pour elle, le Centre est son « oxygène » en échange de son engagement.



LES DROITS DES FEMMES C'EST TOUS LES JOURS

Le 8 mars est une date importante pour les Femmes. OK!
Au Centre social et culturel, nous mettons nos énergies en commun pour que cette journée «raisonne» pour nous TOUS, tous les jours. Cette année nous avons inventé ateliers, projections et repas autour d'une exposition : «Naître fille» de Alice Dussutour. Cette exposition très colorées est à l'image du livre graphique dont les illustrations éclairent avec tendresse mais sans détour la condition des jeunes filles dans le monde.
Un encouragement à poursuivre la marche pour nos droits!



PETIT QUIZZ



L'accès à l'éducation pour une fille...Plusieurs réponses sont possibles.

- a. Lui permet d'acquérir une indépendance et de construire son avenir
- b. Augmente la richesse de son pays et peut changer le monde
- c. Réduit le taux de mariages forcés et de mortalité infantile

Réponse :



Combien de filles mineures sont mariées de force chaque année?

- a. 7,5 millions
- b. 500
- c. 30 000

Réponse :



Classe chronologiquement ces pays en fonction de l'accession des femmes au droit de vote?

- a. Azerbaïdjan
- b. France
- c. Équateur
- d. Nouvelle-Zélande

Réponse :



**Parmi ces lois, laquelle existe toujours en 2022?
Plusieurs réponses sont possibles.**

- a. Au Qatar, les femmes de moins de 30 ans ne peuvent pas aller à l'hôtel seules
- b. En Arkansas (États-Unis), un homme peut battre sa femme 1 fois par mois
- c. En Russie, des emplois sont interdits aux femmes pour préserver leur fertilité

Réponse :



**En France, à travail égal, les femmes gagnent moins bien que les hommes*.
En 2023, à partir de quelle date peut-on dire qu'elles ont travaillé «gratuitement»?**

- a. à partir du 6 novembre
- b. à partir du 16 décembre
- c. à partir du 28 octobre

Réponse :

Réponse a, b et c : Une jeune fille scolarisée a plus de chance d'être indépendante, d'avoir un travail et d'être libre de ses choix. Aujourd'hui encore, 122 millions de filles n'ont pas accès à l'éducation. C'est un enjeu majeur pour lutter contre les inégalités !

Réponse a : 7,5 millions de mineures mariées de force par an, c'est 14 filles chaque minute! Ces mariages sont arrangés par les familles entre elles, sans demander le consentement de la principale intéressée.

Réponse d, a et b : C'est la Nouvelle-Zélande qui accorde le droit de vote aux femmes en premier, en 1893. Puis l'Azerbaïdjan en 1918, l'Équateur en 1932. Il faut attendre 1944 pour que les Françaises l'obtiennent!

Réponse a, b et c : Toutes les réponses sont exactes ! Dans le monde, 150 pays ont au minimum une loi sexiste encore active.

Réponse a : En France, les femmes sont globalement rémunérées 15,5 % de moins que les hommes, à travail égal. On estime donc qu'à partir du 6 novembre 2023, à 11h25, les femmes ont commencé à travailler «gratuitement» jusqu'à la fin de l'année civile 2023.



LA PETITE FABRIQUE

TOUS EN CUISINE !

Depuis quelque temps, on parle d'alimentation durable à toutes les sauces. Et à la sauce Mer et Colline, ça donne quoi ???

Mais d'abord, qu'est-ce que c'est l'alimentation durable ?

C'est d'abord une alimentation moins carnée (c'est-à-dire avec moins de viande, on oublie la côte de bœuf à tous les repas ! *) qui remet le végétal (fruits, légumes, légumes secs, céréales) au centre de nos assiettes. Mais ce n'est pas tout ! Un régime alimentaire durable permet aussi de lutter contre le gaspillage et se base sur des produits locaux, de saison, certifiés (AB, etc.), abordables financièrement, de faible empreinte écologique, qui répondent à nos besoins nutritionnels et préservent notre santé.

En bref, l'alimentation durable favorise des modes de production agricole, de transformation, de distribution et de consommation, qui protègent la biodiversité et les écosystèmes et respectent les droits humains. Et dans sa définition, elle est aussi accessible à tous.

Et pourquoi on ferait ça alors qu'on adore la côte de bœuf ??? On ferait ça parce que l'élevage intensif est responsable d'une grande part des émissions de gaz à effets de serre et de la consommation d'eau dans le monde. On ferait aussi ça parce que l'alimentation animale est en cause dans la déforestation. Ça fait quand même plusieurs bonnes raisons pour essayer d'en manger moins et mieux.

Alors, on fait quoi avec tout ça à Mer et Colline ?? On fait plein de choses !!

Cela fait longtemps que l'on propose des ateliers de cuisine pour apprendre à faire soi-même des goûters maison, des lasagnes aux légumes ou de la pizza végétarienne.

Ce printemps, on vous propose de fabriquer vous-mêmes vos pâtes et vos gnocchis avec un chef italien. C'est vrai, c'est plus long que de sortir le paquet de Lustucru du placard, mais c'est tellement meilleur !!

Parce que rééquilibrer nos apports entre protéines d'origine animale et végétale est une des clés de la transition alimentaire, nous avons suivi

une formation d'une journée sur l'introduction des protéines végétales dans l'alimentation le jeudi 18 avril 2024. Cette formation s'adressait aux professionnels et aux adhérents qui sont intéressés par le sujet et était animée par Eléonore, cuisinière adhérente au mouvement des cuisines nourricières. Pois chiches, lentilles, tofu, épeautre, boulghour et autres céréales nous dévoilent leurs secrets. Et puis on découvre la lactofermentation, une technique de conservation des légumes ancestrale. Juste une petite mise au point : la lacto-fermentation, ça n'a rien à voir avec le lait. Hé non, perdu !

Ça a à voir avec l'acide lactique. Hé oui ! L'idée est simple, on mélange à peu près n'importe quel légume coupé en morceaux dans une saumure (sel+eau), on laisse reposer entre 4 et 7 jours et on le déguste !! (Ou on le conserve autant de temps qu'on veut) A nous la choucroute, les pickles et les kimchis !! Et bien sûr, on prépare ça avec des légumes de saison, achetés à la ferme du Roy d'Espagne ou chez un autre producteur du coin. A ce sujet, on est allés la visiter cette ferme urbaine ! On retrouve Maxime pour nourrir les poules, les oies, les canards et regarder les légumes pousser à 5 km de chez nous !! Et si vous êtes sages, on ira aussi visiter Mycotopia, la ferme urbaine qui cultive des champignons bio dans le 15^{ème}, à quelques mètres de la tour CMA CGM, improbable non ??

Et sinon, vous connaissez Alice Mascarell ? Alice est phytothérapeute et herboriste, elle propose des ateliers et des sorties botaniques. Alice nous a emmené en balade dans le vallon de la Barasse (11^{ème} arrondissement) à la découverte des plantes sauvages, médicinales, comestibles ou toxiques de la région. C'est vrai, ce n'est pas tout près, mais on fait du covoiturage pour limiter notre impact écologique ! Dans l'été, on lui demandera si elle veut bien animer un atelier de fabrication de tisanes avec les plantes du jardin.

Voilà, vous savez tout, y'a plus qu'à enfiler vos tabliers !!

(Tabliers fabriqués localement par les drôles de dames du jeudi bien sûr !!) ...



LE CHANGEMENT DANS L'ASSIETTE

Et voici quelques idées recettes que nous avons réalisées pendant les ateliers cuisine.
Vous allez être étonné, c'est simple, bon et différent.

LOBIO :

Variante du houmous.

* INGRÉDIENTS QUANTITÉS

Haricots rouges 500 gr
échalotte 100 gr
Huile de noix 50 gr
Cerneaux de noix 180 gr
Jus de citron 50 gr (à ajuster)
Cumin (facultatif) 1 c à c
Sel 5 gr / Kg de préparation

*Marche à suivre:

Ciseler les échalottes. Tout mixer au robot.

PATES FRAICHES MAISON

Base de la Pasta al uovo

*INGRÉDIENTS PROPORTIONS

100g de Farine T 55

1 oeuf (entier)

*Marche à suivre:

Faire un puit avec la farine. Ajouter proportionnellement les nombres d'oeufs dans le creux. Tout en mélangeant les oeufs intégrer doucement la farine vers l'intérieur.

COOKIES À BASE DE HARICOTS CUITS

« MOOKIES »: (20 cookies)

*INGRÉDIENTS QUANTITÉS

Haricots blancs cuits 350 gr

Sucre 200 gr

Beurre 200 gr

Farine de riz 100 gr

Flocons d'avoine 200 gr

Oeufs 5

Levure 18 gr

Garniture zeste et jus de citron ou pépites de chocolat ou raisins secs

facultatif : 2 c. à c. de graines de pavot ou raisins secs ou toute autre garniture (banane/chocolat, pommes, anis...)

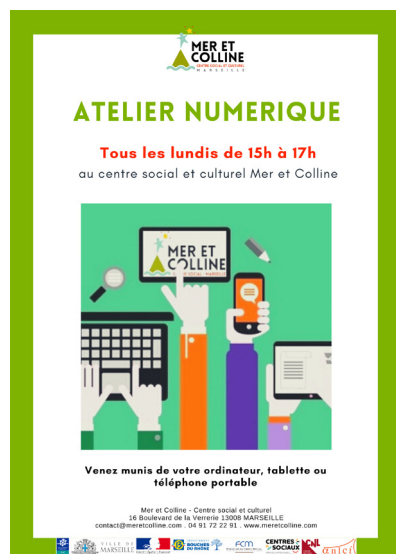
*Marche à suivre:

Mixer tous les ingrédients sauf la garniture, la rajouter une fois que la pâte est homogène. Poser la pâte sur le papier sulfurisé à l'aide d'une cuillère à soupe. Cuisson 20 minutes à 160°C



QUESTIONS NUMÉRIQUES

C'est l'angoisse, pour certains d'entre nous qui ne sommes pas nés avec, qui n'en n'avons pas eu jusqu'alors la nécessité, qui n'en ont pas appris les bases, qui n'ont pas les moyens d'avoir ordinateur, internet ou autres équipements... C'est l'angoisse quand il faut tout faire version numérique. Entre trop et pas assez, nous cherchons des solutions.



L'Atelier numérique à lieu tous les lundis de 15h à 17h.

Les participants viennent avec leurs ordinateurs portables, tablettes ou smartphones. Lionel les aide et les accompagne dans l'apprentissage à l'utilisation de leur outil en fonction de leurs demandes et leurs besoins.

Les objectifs de cet atelier sont de créer du lien et de tenter de réduire selon nos possibilités la fracture numérique.

Pas facile d'assimiler la logique de l'outil informatique quand on est pas habitué, toute démarche devient compliquée.

Néanmoins, les participants apprennent petit à petit et le soutien est adapté selon leur besoin. Il faut prendre le temps, car souvent les freins peuvent être levé avec un peu d'entraînement.

Nous avons constaté ces dernières années que le «Tout numérique» accentuait la fracture sociale, laissant de côté nombre de personnes désorientées par toutes ces démarches à faire sur internet.

Tous les mercredis de 13h à 17h, nous avons mis en place une permanence d'aide aux démarches administratives.

Nous accompagnons les usagers notamment pour le suivi de dossier CAF, demande à l'assurance maladie, le renouvellement de pièces d'identité, dossiers de retraite, factures et suivi énergie...

Ces permanences sont sur rendez-vous pour se donner le temps de mener à bien les démarches, mais de nombreuses personnes se retrouvent dans l'urgence, coincées par des difficultés liées à l'utilisation des outils informatiques.

Nous ne pouvons pas tout résoudre mais proposons, dans la mesure de nos compétences et moyens, un appui technique et concret ainsi qu'un soutien humain.



Education à l'image/ POUR UN POLE MULTIMEDIA

A l'Espace jeunes la question est au coeur des problématiques. La proposition de société pour les ados d'aujourd'hui : c'est le «tout numérique». L'image est au centre des relations, c'est le vecteur de communication, l'écran est l'interface comme lien et affrontement.

S'en emparer, apprendre à utiliser les outils, c'est une façon de reprendre la main et avoir le choix, s'émanciper des standards, échapper aux algorithmes et inventer d'autres représentations.

Bien sûr l'équipement et l'installation a un coût et il faut trouver des financements. Mais pour les jeunes trouver sa place, être acteur et citoyen, ça passe par la maîtrise de ce langage entre réel et virtuel. Le projet du Pôle Multimédia se construit à leur demande et c'est eux qui le défendent!

TROP DE TEMPS SUR NOS ÉCRANS

A contrario, nos minots passent trop de temps dans le monde virtuel. Toutes ces applis gratuites et accessibles, sont faciles et ludiques, ce qui peut vite s'avérer problématique.

Alors prenons du recul: l'association «Lève les yeux», nous a proposé plusieurs ateliers pour les enfants. Se questionner sur le temps passé devant l'écran, pourquoi? Comment? Et re-découvrir le plaisir de lire, écrire, se regarder...Pendant trois séances, les «Dinos» du Centre aéré ont fait marcher l'imagination.

L'auteur Gary Ghislain a embarqué tout le monde chez les Goolz. Effrois, peurs, monstres et compagnie, tous les ingrédients sont là pour démarrer les moteurs et la fumée sort des oreilles. Magistral!



Avec le groupe d'adolescents de l'Espace jeunes on s'essaye à l'écriture. Accompagnés par l'auteure Erika Nomeni, chacun improvise selon son univers et ses expressions. Cet exercice fastidieux prend tout son sens sur la musique, avec un micro et le flow des mots. Trois ateliers et une soirée pour inventer un «Rap à l'improviste».



Il était invité

Gary Ghislain (Auteur)

Son master de littérature et de linguistique en poche, Gary Ghislain décide de voyager à travers le monde en exerçant de petits boulots. L'anglais devient rapidement sa langue de tous les jours, celle dans laquelle il écrit ses histoires. Mes voisins les Goolz est son deuxième roman traduit en français, après Comment j'ai piqué la petite amie alien de Johnny Depp chez De La Martinière Jeunesse en 2012. Gary Ghislain vit aujourd'hui à Antibes, où il profite du soleil et de la mer tout en poursuivant son travail d'écriture.



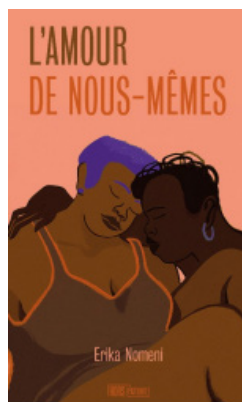
Elle était invitée

Erika Nomeni

L'Amour de nous-mêmes est le premier roman d'Erika Nomeni, afroqueer, autrice-compositrice, rappeuse et DJ.

Elle vit et travaille à Marseille depuis 2016.

Erika Nomeni organise des soirées et des festivals mettant en lumière les cultures queer, afro, hip hop et minorisées. Mais aussi des festivals notamment le festival Umoja, qui a pour but de visibiliser toutes les minorités; ainsi que des ateliers radiophoniques dans une radio



L'OLYMPIADE CULTURELLE

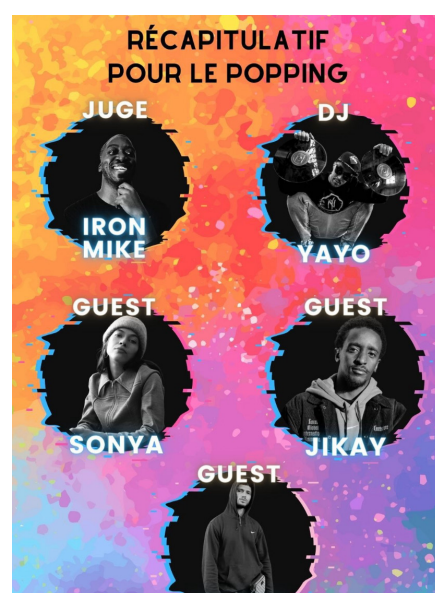


BATTLE FLASHLIGHT

LE FESTIVAL
INTERNATIONAL
DE HIP HOP
LE 25 MAI 2024



Fort de ses 40 ans années d'expérience, Mer et Colline s'engage auprès de son partenaire associatif : les danseurs de Ben Brothers. Ces férus de Hip Hop, de danse debout et de toutes ces danses qui donnent la pêche, qui permettent de se dépasser, de partager et de transmettre leurs valeurs artistiques, promeuvent une éducation artistique intergénérationnelle. Ils sont arrivés dans l'équipe d'intervenants de Mer et Colline il y a presque 2 ans avec leur dynamisme, leur diversité et des étoiles dans les yeux et dans les jambes. Actifs, ils le sont surtout auprès des plus jeunes et ils organisent régulièrement des soirées, des battles ou des festivals pour favoriser l'émergence de nouveaux artistes et d'un dialogue culturel riche et stimulant.



En 2024, la Ville de Marseille nous fait confiance et intègre le Festival Flashlight dans l'Olympiade Culturelle, événement culturel phare des Jeux Olympiques 2024. Labellisé comme un des 2 seuls projets d'éducation populaire, Flashlight, festival de Hip-Hop qui se tenait les 25/26 mai au City Stadium de la Verrerie et à Mer et Colline.

Pour le spectacle les battles opposent des danseurs hors du commun : les meilleurs danseurs internationaux des catégories popping et Hip-Hop tandis que les futures stars participent à un battle kids.

Et tout ça sous l'oeil expert du jury.

Flashlight c'est la célébration de l'art du mouvement, précisément du Hip-hop (qui entre en scène aux Jeux Olympiques pour la première fois grâce au Break-Dance) et toutes les disciplines musicales et graphiques représentées lors de ces journées.

Retenez que le 23 juin à partir de 19h aura lieu la «Clôture dansée» du Festival lors de la Nocturne spéciale JO de la Voie est libre sur la Corniche. Au programme, musique Live pour partager l'ambiance historique américaine du mouvement Hip Hop.



PEACE, LOVE AND HAVING FUN

Le Hip hop discipline des Jeux Olympiques ?

Qui aurait pu croire que ce mouvement né, vécu dans la rue serait reconnu dans la compétition officielle. Si le Hip hop est un style qui se décline, il aurait pu être recensé dans la catégorie sport de combat.

Car le Hip hop est en premier lieu une lutte pour la survie : s'affronter avec des mots et des attitudes, « mettre le feu » comme un élan vital, positiver et détourner, réinventer à partir d'une réalité mortifère, créer de nouvelles références avec presque rien.

Si on remonte un peu les aiguilles de notre montre, le Hip hop est une action spontanée, sociale et culturelle menée partout où le terrain est vague, dont la réussite n'a pas attendu la reconnaissance commerciale et institutionnelle. Telle une traînée de poudre cette culture s'est imposée comme une évidence dans les ghettos, les banlieues et chez les jeunes. Origine populaire, liberté de ton, fierté du jeu et revendication, usage du lexique à contre courant, ou tout simplement culture au présent, sont autant d'éléments qui renvoient le Hip hop à une fièvre adolescente.

Pas sérieux ? Le Hip hop tient pourtant le haut de l'affiche, musique, danse, écrits, philosophie, le mouvement est dans l'air du temps et a encore beaucoup à nous apprendre.



Les Olympiades culturelles au théâtre de La Criée

Grâce à Sara (la référente famille), nous avons une nouvelle porte ouverte dans nos partenariats.

Le théâtre de la Criée nous permet d'accéder à des spectacles à un tarif social, une chance! Parmi les représentations auxquelles nous sommes allées, deux créations étaient soutenues par le Label «Olympiade culturelle»:

Vaincre à Rome est un livre écrit par Sylvain Coher (que vous trouvez à l'Espace culturel). Abede Bikila premier champion Olympique éthiopien remporte le Marathon à Rome en 1960. Une surprise et un symbole immense. L'exploit est raconté comme un monologue intérieur. Sur le plateau, le metteur en scène Thierry Falvisaner a choisi une forme chorale mêlant les voix du héros, de l'épouse, du coach et d'un commentateur sportif, le tout porté par une musique live jouée au centre de la scène par Adrien Chennebault.

Midi nous le dira de la compagnie Superlune est un seul en scène: Majda 18 ans est prise dans une «capsule temporelle», elle attend la réponse par rapport à sa sélection dans l'équipe Espoir de foot féminin. Elle improvise devant son Smartphone pour évacuer le stress et faire passer le temps. Il est onze heure et la sentence de la commission tombe à midi.



**HIP HOP AND CO
SUR DEUX TEMPS**



LE MERCREDI 15 MAI

**Balade commentée
"Les Muraux du Panier"**

Elodie Parisson nous a guidé dans notre exploration des graphs, collages, mosaïques, pochoirs dans le quartier du Panier

LE VENDREDI 17 MAI

RAP A L'IMPROVISTE

Une soirée pour jouer avec les mots et les faire sonner en compagnie de l'auteure Erika Nomeni et du Slameur Soly.



C'EST PRÈS DE CHEZ VOUS

LES PROCHAINES SEANCES CINE

JEUDI 6 JUIN À 19H

Un cycle proposé par Maurizio Longano
2° volet: "Indignations à l'italienne"

HEUREUX COMME LAZZARO

Film de Alice Rohrwacher



Avec Adriano Tardiolo, Nicoletta Braschi, Sergi López, Alba Rohrwacher, Luca Chikovani.
130mns/2018

Lazzaro, un jeune paysan d'une bonté exceptionnelle vit à l'Inviolata, un hameau resté à l'écart du monde sur lequel règne la marquise Alfonsina de Luna. La vie des paysans est inchangée depuis toujours, ils sont exploités, et à leur tour, ils abusent de la bonté de Lazzaro. Un été, il se lie d'amitié avec Tancredi, le fils de la marquise. Une amitié si précieuse qu'elle lui fera traverser le temps et mènera Lazzaro au monde moderne.é pendant des années.

JEUDI 13 JUIN À 19H

Un cycle de projections proposé par l'équipe de Mer et colline

LE CIEL ROUGE

Un film de Christian Petzold
Allemagne 2023/ 102 mns



Une petite maison de vacances au bord de la mer Baltique, dans le nord de l'Allemagne. Les journées sont chaudes et il n'a pas plu depuis des semaines. Quatre jeunes gens se réunissent, des amis anciens et nouveaux. Les forêts desséchées qui les entourent commencent à s'enflammer. Les panoramas enfumés deviennent peu à peu le reflet des vives émotions; le bonheur, la luxure et l'amour, mais aussi les jalousies, les rancœurs et les tensions. Pendant ce temps, les forêts brûlent. Et très vite, les flammes sont là. L'état d'urgence les guette, au sens propre comme figuré.

Pour profiter de la fraîcheur de la salle pendant les heures chaudes de l'été, nous vous proposons de continuer les séances de ciné au mois de juillet.

QUELQUES DATES EN JUIN



**VENDREDI 21 JUIN
À PARTIR DE 16H30**

**ON FÊTE LA MUSIQUE SOUS LA
TONNELLE DE MER ET COLLINE**



Bienvenues pour un RECITAL DE CHANSONS,
GUITARE ET CONCERTINO avec JEAN RODRIGUEZ,
FRANCOISE MACAR et FILOU!

Mer et Colline - Centre social et culturel
16 Boulevard de la Verrerie 13008 MARSEILLE
contact@meretcolline.com . 04 91 72 22 91 . www.meretcolline.com



Le groupe des Pinceaux de Mer et Colline et les participantes aux Stages de Peinture vous invitent pour le vernissage de leur

**EXPOSITION DE FIN DE SAISON
LE 26 JUIN DÈS 14H**



A l'Espace culturel
de Mer et colline
6 bd de la Verrerie 13008

Mer et Colline - Centre social et culturel
16 Boulevard de la Verrerie 13008 MARSEILLE
contact@meretcolline.com . 04 91 72 22 91 . www.meretcolline.com



COMME DES POISSONS DANS L'EAU...



MER ET COLLINE
CENTRE SOCIAL ET CULTUREL
MARSEILLE

**EN JUIN 2024, ON RETOURNE A L'EAU!!!
VEZ PARTICIPER AUX 4 SEANCES D'INITIATION A LA
MARCHE CÔTIÈRE**

UNE ACTIVITE ENCADRÉE PAR DES MONITEURS DIPLOMES EN
PARTENARIAT AVEC L'ASPTT

**JEUDI 6 JUIN, JEUDI 13 JUIN, JEUDI 20 JUIN ET JEUDI 27 JUIN
DE 10H À 12H**

**RDV à 10h devant le local de l'ASPTT
Port Pointe Rouge**

Port de baskets fermées et d'un legging obligatoire.
Prêt de combinaisons néoprènes.
Prévoir de l'eau et des protections solaires.

Mer et Colline - Centre social et culturel
16 Boulevard de la Verrerie 13008 MARSEILLE
L'adhésion de 12 euros par an et par famille est obligatoire pour
participer aux activités. Renseignements et inscriptions au
04.91.72.22.91
contact@meretcolline.com, www.meretcolline.com

VILLE DE MARSEILLE
BOULEVARD DU RHÔNE
CENTRE SOCIAL ET CULTUREL
Fondation de la Ville de Marseille
CENTRES SOCIAUX
anci



SARDINADE
SAMEDI 29 JUIN
19H30

C'est la sardine qui bouche le port

**Avec le groupe
MEDUSA CUMBIA**

**Port de la Madrague
de Montredon**

**Prenez vos fourchettes et vos grilles
/ Pas de CB**

MER ET COLLINE
MARSEILLE

INFOS au 04 91 72 22 91 ou à l'accueil du Centre social et culturel - Mer et colline

VILLE DE MARSEILLE
BOULEVARD DU RHÔNE
CENTRE SOCIAL ET CULTUREL
Fondation de la Ville de Marseille
CENTRES SOCIAUX
anci

**ET L'HEUREUSE GAGNANTE DE NOTRE CONCOURS
POUR L'AFFICHE DE LA SARDINADE 2024....EST...
LAURIE MUGAN. MERCI LAURIE!!
MERCI À TOUS POUR VOTRE PARTICIPATION!
ALORS... VOUS ÊTES PRETS LES PETITSPPOISSONS?
CA VA SWINGER!**

PARTIR EN LIVRE / C'EST ROND COMME...

Pas de voisin dérangé, pas de vitre cassée, pas de ballon coincé, pas de gamin qui peut pas jouer.
Au programme : Plusieurs artistes et auteurs pour renvoyer la balle.

MARDI / 9 JUILLET / 17H

Rencontre BD avec Les Editions Alifbata à l'Espace culturel du Centre social (Bibliothèque et ludothèque). Autour d'un apéro présentations, échanges entre Simona Gabrieli, directrice d'édition et le public. (Ados et +)

MERCREDI / 10 JUILLET / 14H À 18H

Un après-midi au Parc Pastré (13008) pour tous les publics, des activités proposées pour les enfants dès 4 ans. Stand proposé par la librairie Mima, don de livres, coin lecture et jeux, boissons et gâteaux, Biblio-cyclette de Fotokino, ateliers d'illustrations, de créations et spectacle pour tous.

A 14h début des ateliers

Illustration avec Marie-Elise Masson

Illustration avec l'invité Fotokino

Création de badge avec l'Atelier Chimichurri

A 16h30 Spectacle : Le 7° continent avec la compagnie Force Nez

C'est l'histoire de Rosélia, une petite fille comme toutes les autres, qui vit avec sa grand-mère. Elle demande à sa grand-mère de lui acheter de nouveaux habits pour la rentrée des classes, mais cette dernière ne cède pas aux désirs effrénés de consommation de sa petite-fille.

Rosélia va alors faire la rencontre improbable d'une tortue, victime du continent de plastique, et elles vont partir pour un long voyage...



Mer et Colline
Centre social et culturel
16 Boulevard de la Verrerie
13008 Marseille
contact@meretcolline.com
04 91 72 22 91
www.meretcolline.com
Retrouvez-nous sur Facebook

