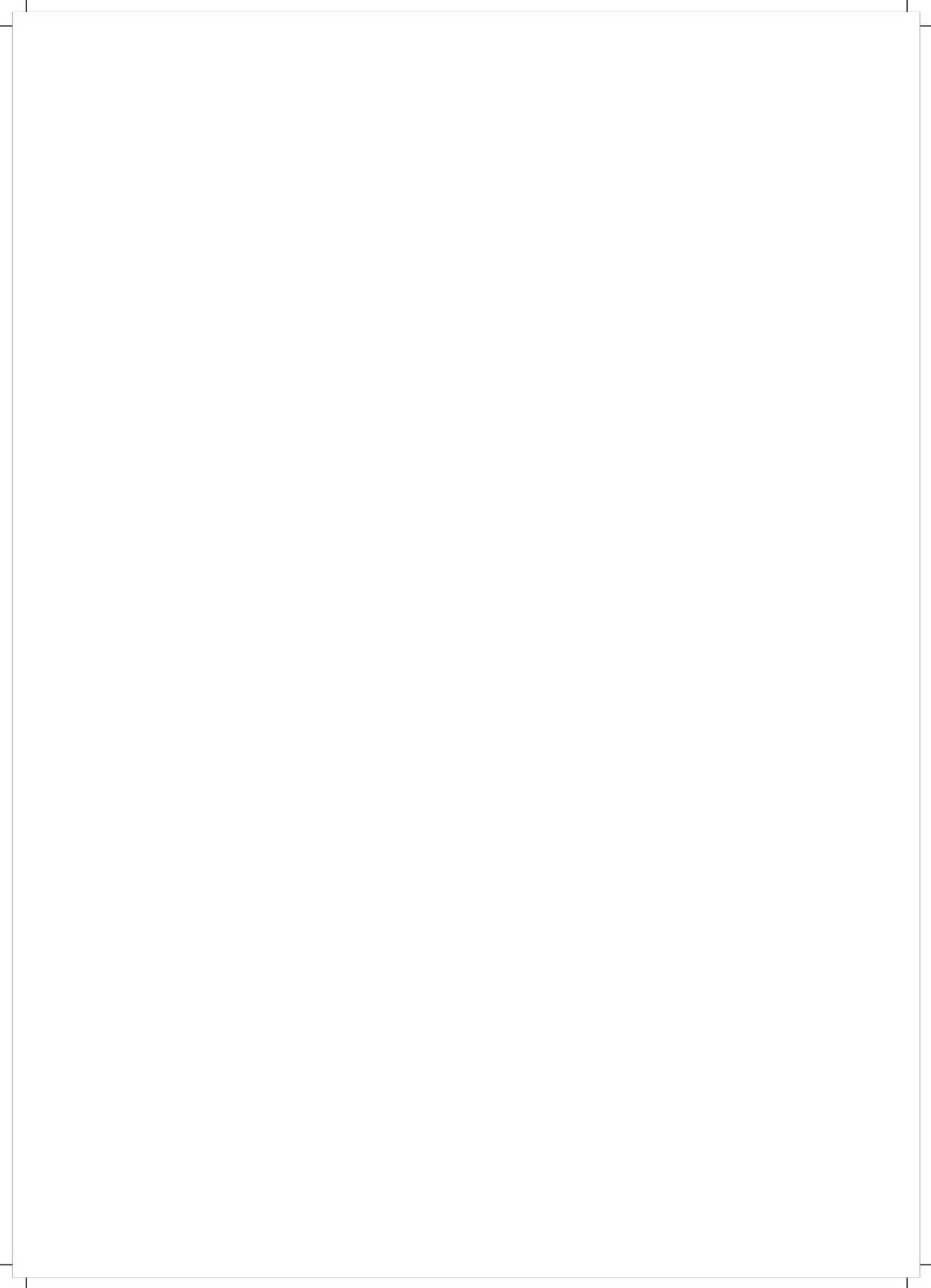


# CENTRE SOCIAL ET CULTUREL DU CHÂTEAU DE L'HORLOGE 2022-2023





# SOMMAIRE



<b>BIENVENUE AU CENTRE SOCIAL</b>	1
<b>LES INFOS ESSENTIELLES</b>	2
<b>L'ENFANCE</b>	3
<b>LES JEUNES</b>	5
<b>LA FAMILLE</b>	9
<b>POUR LES ADULTES</b>	11
<b>POUR LES SENIORS</b>	15
<b>NOS TEMPS FORTS</b>	19
<b>ACTIONS HORS LES MURS</b>	20
<b>L'HORLOGE C'EST AUSSI</b>	21
<b>SERVICES À DISPOSITION</b>	22
<b>COMMENT NOUS TROUVER</b>	23
<b>EN BREF LE CHÂTEAU C'EST</b>	24



# BIENVENUE AU CENTRE SOCIAL

Bonjour à toutes et à tous, nous sommes ravis de vous présenter les activités proposées pour cette nouvelle saison 2022/2023.

Le programme de cette année présente dans une première partie notre projet associatif, qui consolide notre volonté de devenir un lieu d'entraide et de rencontres.

Structure d'accueil et d'animation dédiée à l'action sociale et familiale, le Centre Social et Culturel du Château de l'Horloge vous propose des activités et des services favorisant l'accès à la culture et aux loisirs pour tous, le soutien à l'éducation et le renforcement des solidarités.

Dans une deuxième partie, vous découvrirez les activités pour les enfants, les jeunes, la famille, les adultes et les seniors, ainsi que les manifestations que nous organisons pour et avec vous et celles auxquelles nous participons.

Lieu de médiation, d'écoute et de parole, ouvert à tous, le Centre contribue à créer ou entretenir des liens sociaux, familiaux et intergénérationnels, favorisant sous diverses formes la participation des habitants du quartier et des associations.

**N'hésitez pas à nous faire part de vos idées !!**

**Au plaisir de vous rencontrer !**

# LES INFOS ESSENTIELLES

## Tarifs Annuels

### d'adhésion :

- Famille/Individuel : 10€
- Jeunes : 5€
- Association : 20€

## Modalités d'inscription :

- L'adhésion au Centre Social et Culturel "Château de l'Horloge" est **obligatoire** pour participer aux activités proposées et doit être renouvelée tous les ans.
- L'inscription à nos accueils de loisirs pour les enfants et les jeunes, nécessite obligatoirement un rendez-vous avec notre équipe pour établir un dossier complet de l'enfant.

# L'ENFANCE ET LES LOISIRS

## UN ACCUEIL COLLECTIF MINEUR (ACM) POUR TOUS :

Des activités, jeux, sport, temps de lecture et sorties pour le plus grand plaisir de vos enfants !

- Les mercredis :

⇒ Demi-journées : le matin avec repas ou l'après-midi sans repas

⇒ Journée entière

- Les vacances scolaires :

⇒ Du lundi au vendredi toute la journée



### A savoir :



Les activités débuteront le **7 septembre 2022**



L'ouverture des portes se fait de 8h à 9h, de 13h15 à 13h30, puis de 17h à 17h45



La participation financière est calculée en fonction de votre quotient familial, il faudra donc vous munir d'une attestation CAF pour l'inscription -**voir détail des tarifs sur notre site**-



Pour toute inscription, il est impératif d'établir **un dossier complet** de l'enfant auprès de l'accueil du Centre. Retrouvez ce dossier sur notre site internet

# L'ENFANCE ET LA SCOLARITÉ

## ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ :

Aide aux devoirs et activités seront proposées à vos enfants en école primaire. **Début le 3 octobre.**

Pour les enfants des écoles Henri Wallon et Joseph d'Arbaud - dans les locaux du centre social - :



Tarifs :  
15€/an et par enfant

Les lundis, mardis, jeudis et vendredis  
de 16h45 à 18h15

Pour les enfants de l'école Jules Payot - Salle des Cèdres - :

Les lundis, mardis et vendredis  
de 16h45 à 18h15

**Les enfants peuvent être récupérés à la sortie de l'école**



N'hésitez pas à rejoindre notre équipe de bénévoles en accompagnement scolaire primaire et participez à l'apprentissage des enfants tous les soirs de 17h à 18h15 sauf le mercredi !



## VACANCES INTELLIGENTES :

Une semaine par vacances, nous proposons la formule "**Vacances intelligentes**". Aide aux devoirs le matin et activités en tous genres l'après-midi, le parfait mélange entre apprentissages et loisirs, ces vacances ne pourront que plaire à vos enfants !



# LES JEUNES ET LES LOISIRS



## ACCUEIL JEUNES :

Un lieu de partage et d'échange aménagé par et pour les adolescents en accès libre.



### - LES MERCREDIS :

- ⇒ Nous réalisons des activités en fonction des intérêts des jeunes (sport, sciences, numérique, culture, santé, bien-être,...)
- ⇒ De 14h à 18h45

### - LES VACANCES SCOLAIRES :



- ⇒ Une programmation spéciale d'activités vous sera proposée pendant les périodes de vacances scolaires.
- ⇒ Organisation de sorties de loisirs éducatifs, artistiques et culturelles.

Adhésion  
jeune  
5€



La participation financière est calculée en fonction de votre quotient familial, il faudra donc vous munir d'une attestation CAF pour l'inscription -voir détail des tarifs sur notre site-

# LES JEUNES ET LA SCOLARITÉ

## ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ :

Début le 12 septembre 2022

- Les mardis, jeudis et vendredis de 16h30 à 18h30

15€/trimestre  
et par enfant



Formation **Pronote** à destination des familles et accompagnement à l'obtention de la **carte "Collégiens de Provence"**



N'hésitez pas à rejoindre notre équipe de bénévoles en accompagnement scolaire primaire et participez à l'apprentissage des enfants tous les soirs de 17h à 18h15 sauf le mercredi !



Le Château de l'Horloge est partenaire **"Collégiens de Provence"**. L'accompagnement scolaire ainsi que les sorties Jeunes peuvent être réglés grâce à cette carte.

# L'ACCOMPAGNEMENT DES JEUNES

## ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUALISÉ :

Nos jeunes ont parfois besoin d'être accompagnés de façon individuelle :

Notre équipe est à votre écoute afin de pouvoir vous orienter et vous aider

Notre coordinatrice jeunesse, Arleth Chateau, est à votre écoute pour toute demande/information



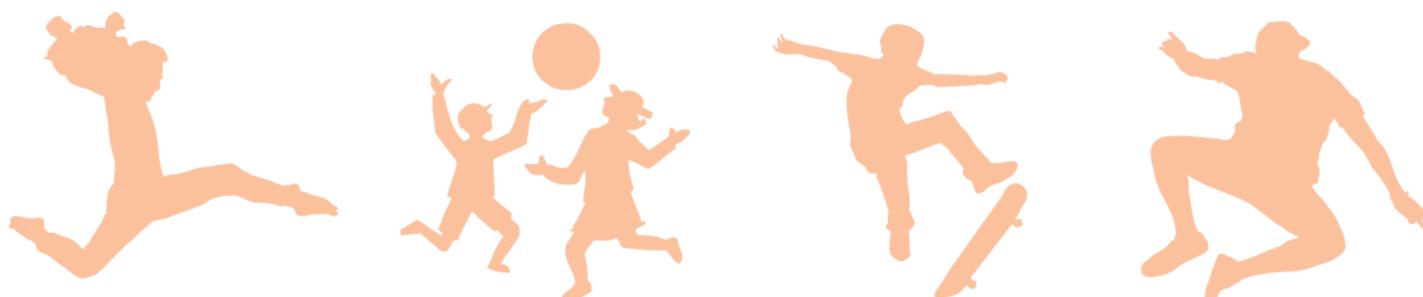
# LES JEUNES : ENCORE DES ACTIVITÉS !



## THÉÂTRE D'IMPROVISATION



Avec "Cie La Famille"  
Les lundis de 18h à 19h15  
Contact : 07.81.47.67.94



Début des activités courant septembre 2022.  
Plus de renseignements à l'accueil du Château de l'Horloge  
-04.42.29.18.70-

# LA FAMILLE

## LES MERCREDIS EN FAMILLE

Envie de faire des activités avec vos enfants ? À partir du mois d'octobre et deux fois par mois nous vous proposerons des d'activités culturelles, artistiques, créatives...

Rendez vous le 14 septembre à 14h, venez échanger autour d'un thé ou d'un café pour nous dire vos envies



## VIVE LES VACANCES



Des sorties en famille sportives, culturelles ou de loisirs vous seront proposées pendant les vacances scolaires pour partager de bons moments en famille. Se renseigner auprès de l'accueil du centre social avant chaque vacances.

# LA FAMILLE

## POINT D'ÉCOUTE FAMILLE

Accueil et écoute avec "La Recampado".  
En cas de questionnement ou de difficultés  
familiales.

Un lieu où parler en toute confiance auprès  
de professionnels à l'écoute. Sur RDV les  
lundis ou jeudis de 9h à 12h. Se renseigner  
au près de la coordinatrice famille.



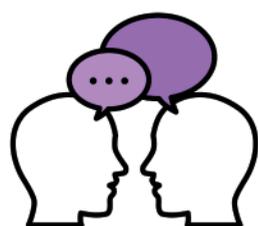
# POUR LES ADULTES

## FRANÇAIS FACILE

Ces cours s'adresse aux personnes désireuse de consolider leur base de français : grammaire, vocabulaire, prononciation, expression oral/écrite

Début le mardi 20 septembre

- Les mardis et jeudis de 14h à 16h



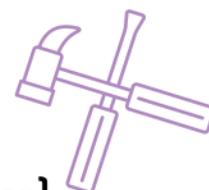
participation  
15€/an

## BRICOLAGE BRICO-UTILE

Apprendre à faire soi-même avec "Les Compagnons bâtisseurs". Séances à thème.

- Début le 6 octobre

- Jeudi de 9h à 12h (1 fois tous les 15 jours)



participation  
15€/an

## ATELIER INITIATION NUMÉRIQUE

Début des ateliers après la Toussaint

- Les mardis et jeudis de 14h à 16h



participation  
15€/an

# POUR LES ADULTES

## PILATES

Renforcement musculaire des muscles profonds.  
Ce cours améliore la posture,, redonne de l'amplitude articulaire,  
de l'endurance, de la force et de la puissance musculaire.



- Début 20 septembre
- Les mardis de 18h30 à 19h30

participation  
120€/an

## YOGA

Début le mardi 20 septembre  
- Les mardis de 15h30 - 17h

Ce cours est également adapté aux personnes  
a mobilité réduite



participation  
15€/an

## RENFORCEMENT MUSCULAIRE

### Un temps pour soi

Un cours collectif conçu pour gagner en force, en tonus, en endurance et en  
souplesse. Des trainings variés, pour retrouver une bonne condition  
physique, brûler des calories, perdre du poids.



- Début 22 septembre
- Les jeudis de 14h à 15h

participation  
15€/an

## POUR LES ADULTES : ENCORE DES ACTIVITÉS !



### GOSPEL :

Avec "Marseille Gospel Résidence"

Jeudi de 19h30 à 21h30

Contact : 07.82.85.78.97

### PERCUSSIONS BRÉSILIENNES:

Avec "Curinga"

Mardi de 19h à 22h30h

Mercredi de 19h à 22h

Contact : 06.03.90.71.03



### THÉÂTRE D'IMPOVISATION :

Avec "Cie la Famille"

Lundi de 19h30 à 22h (débutant)

Mardi de 19h30 à 22h (confirmés)

Contact : 07.81.47.67.94

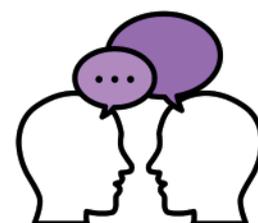


### COURS D'ESPAGNOL :

Avec "Génération Activité"

Mardi de 19h à 21h

Contact : 06.70.39.57.74



# POUR LES ADULTES : ENCORE DES ACTIVITÉS !

## TAÏ CHI :

Avec "Aix Tai Chi"

Mercredi de 10h à 11h30 ou de 18h à 20h30

Jeudi de 18h à 20h30

Contact : 06.72.90.69.04



## YOGA :

Yoga : Avec "AVF"

Lundi de 9h à 10h15 (confirmés)

Lundi de 10h30 à 12h (débutants)

Contact : 04.42.38.49.83



## DANSE SWING

Avec "Aixtraswing"

Lundi et jeudi de 18h à 21h30

Contact : 06.46.51.46.45



Début des activités courant septembre 2022.

Les tarifs des activités seront fixés par les partenaires associatifs.

Plus de renseignements à l'accueil du château de l'Horloge.

-04.42.29.18.70-

# POUR LES SENIORS : PASS SENIORS

Participation  
12€/trimestre

Ce Pass vous permet de choisir plusieurs activités proposées dans le cadre des initiatives pour les seniors du Château de l'Horloge

## ATELIER MÉMOIRE

Contribuer au maintien des relations sociales, stimuler les fonctions cognitives au travers d'exercices variés et ludiques. Un vrai moment d'échanges, de partage et de convivialité.

- A** **B** - Début le 23 septembre
- ?** **C** - Les vendredis de 13h45 à 15h15

## JEUX DE SOCIÉTÉ

Pour partager un moment de convivialité autour d'un scrabble ou d'un tarot

- Début 22 septembre
- Les jeudis de 14h30 à 16h30



## GYM DOUCE/ÉQUILBRE

Respiration, équilibre, posture, ce cours propose des mouvements et des étirements qui font travailler doucement les muscles du corps.

- Début le 23 septembre
- Les vendredis de 15h30 à 16h30



certificat d'aptitude  
médicale de moins de 3  
mois demandé

# POUR LES SENIORS : PASS SENIORS

## RANDONNÉE SANTÉ

Une activité physique riche qui développe les capacités respiratoires. Des parcours de moins de 8 km à un rythme varié. Les parcours seront renouvelés tous les trimestres.

- Début le 19 septembre
- Les lundis de 9h30 à 11h



certificat d'aptitude  
médicale de moins de 3  
mois demandé

## GYM D'ENTRETIEN

Coordination, tonicité, souplesse, ce cours relativement dynamique permet d'entretenir, de conserver son potentiel physique au travers d'exercices adaptés à chacun et à chaque besoin.



- Début le 19 septembre
- Les lundis de 15h à 16h

## BALADE SANTÉ

Sorties de 30min dans les parcs du Jas de Bouffan ayant pour vocation d'encourager l'activité physique pour retrouver un bien être physique et moral et de reprendre goût à sortir et bouger

- Début le 20 septembre
- Les mardis et jeudis de 9h à 9h30



# POUR LES SENIORS : PASS SENIORS

## DANSE SENIOR



Une séance d'une heure qui permet de développer la coordination, le sens de l'équilibre, les réflexes. Tango, salsa, swing, jazz ou comédie musicale, venez découvrir le plaisir de bouger et de vous exprimer grâce à votre corps. Pas besoin de partenaire de danse pour vous inscrire.

- Début le 20 septembre
- Les mardis de 14h30 à 15h30

certificat d'aptitude  
médicale de moins de 3  
mois demandé

## PILATES SENIOR

Une méthode de renforcement des muscles profonds. Améliore la posture, l'endurance et propose des exercices ciblés sur les pathologie du vieillissement.

- Début le 20 septembre
- Les mardis et jeudis de 10h à 11h



## ATELIER SOPHROLOGIE

- 1 fois par mois avec participation financière supplémentaire
- Thématique différente chaque mois (sommeil, angoisses, douleurs...)
- Information et inscription auprès d'Alexandra



# POUR LES SENIORS : ENCORE DES ACTIVITÉS !

## YOGA :

Yoga : Avec "Sport Senior Santé"

Lundi et vendredi de 10h à 11h15

Contact : 04.42.38.49.83



Début des activités courant septembre 2022.

Les tarifs des activités seront fixés par les partenaires associatifs.

Plus de renseignements à l'accueil du château de l'Horloge.

-04.42.29.18.70-

# RENDEZ-VOUS LORS DE NOS TEMPS FORTS

Journée portes ouvertes	Mercredi 7 septembre 2022
Grand jeu de piste en ville	Mercredi 21 septembre 2022
Ma ville est un grand livre	Octobre 2022
Forum Cultures du Cœur	Mardi 11 octobre 2022
Jouer en famille	Jeudi 27 octobre 2022
Bien vivre ensemble – Le mois écocitoyen	octobre – novembre 2022
Semaine Solidaire	Du 5 au 9 décembre 2022
Fête du printemps	Mars/Avril 2023
Fête des Associations autour du bien-être	Juin 2023
Rouvrir le monde – résidence d'artistes	Juillet 2023

# NOS ACTIONS HORS LES MURS



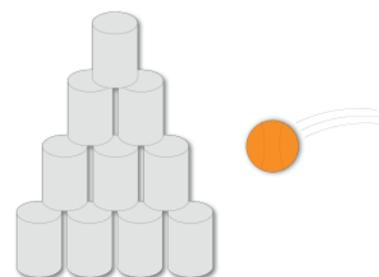
## ANIM D'ARBAUD

Des animations et des moments de rencontre et de convivialité pour tous à la sortie des écoles.



### Place Joseph D'Arbaud

Les jeudis de mi-septembre à fin octobre  
et de mi-avril jusqu'à début juillet  
[date à venir]



# L'HORLOGE C'EST AUSSI

## MÉMOJAS : LE JOURNAL DU QUARTIER

Pour la cinquième fois, le groupe Jas Inter-génération continue son projet au Château de l'Horloge. Actualité et mémoire grâce à la publication tous les deux mois du "petit journal du Jas, Mémojas". Rejoignez le groupe !  
Rendez-vous tous les vendredis de 14h à 17h



## AMAP :

Venez récupérer votre panier de produits frais et locaux les mercredis entre 18h30 et 19h30 devant l'accueil du centre social.

**Pour tout renseignement :**

[amap-aix.fr](http://amap-aix.fr)

# DES SERVICES À VOTRE DISPOSITION

Des permanences vous permettent de trouver une aide ou d'obtenir un service au sein même du Centre Social auprès des professionnels de la santé, du travail...

## CAF

- Sur rendez-vous auprès du service social CAF
- Contact secrétariat social : 04.86.91.11.40

## CIMADE/LIGUE DES DROITS DE L'HOMME

Accueil et accompagnement des étrangers pour le séjour.

- Deuxième vendredi du mois de 14h à 17h
- Contact : 07.84.39.38.48

## LE POINT CULTURE AVEC CULTURES DU CŒUR

- Deuxième lundi du mois de 14h à 15h30 - accès libre
- Contact : 04.42.65.99.34

## FORMATION BPJEPS LOISIRS POUR TOUS

- Renseignement et contact : sportetformation@laposte.net

## ACTION SANTÉ AVEC "APPORT SANTÉ"

- Action repérage et dépistage, en plus cette année consultation perso sur RDV
- Séance à thème sur le diabète, l'obésité et les maladies cardiovasculaires

## AAI MARIE POPP'INS

- Vous souhaitez reprendre le travail ? Mary Popp'Ins peut vous aider à trouver un mode de garde pour vos enfants
- Permanence 3 fois par semaine au centre social
- Contact : Tiffany Galera - 04 42 51 52 99

# COMMENT NOUS TROUVER

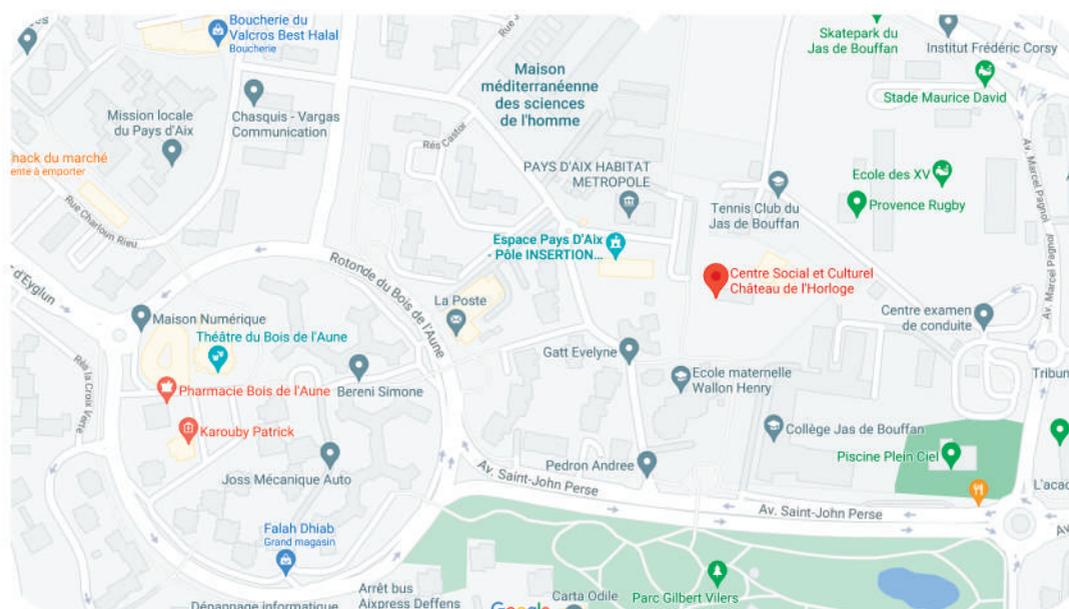
## Nous contacter :

contact.cdhaix@gmail.com | 04.42.29.18.70

## Horaires :

Du lundi au jeudi : 9h - 12h et 14h - 18h

Vendredi : 9h - 12h et 14h - 16h



## Accessibilité :

### À pied :

- 10 minute du centre commercial Valcros
- 30 minutes du centre ville

### À vélo :

- 10 minutes du centre ville

### En bus :

- Ligne 8 - arrêt Horloge
- Ligne 9 - arrêt collège jas de Bouffan/Thermidor
- Aixpress - arrêt Saint John Perse/Thermidor

# EN BREF LE CHÂTEAU C'EST...

## Une équipe :

Directrice : Géraldine Dewilde

Responsable d'Accueil : Léa Guilloto

Coordinatrice Famille/Enfance : Gisela Dorado Guerrero

Animatrice Famille : Alexandra Rêteux

Coordinateur Jeunesse : Arleth Chateau

Directrice ACM : Nassima Chitti

Animateur Jeunesse : Samuel Rey

Comptable : Carole Pasquale

Chargée de communication : Sarah Leyoudec

Agent d'entretien : Gérald Espinoza

## Un site avec :

Relais Petite Enfance d'Aix-en-Provence

École de Musique du Pays d'Aix

## Des partenaires:

Collège du Jas de Bouffan, Écoles primaires Henri-Wallon, Joseph d'Arbaud, Jules Payot, Deux Ormeaux, Pavillon Noir, GTP, Fondation Vasarely, Bibliothèque des Deux Ormes, Théâtre du Bois de l'Aune, ADDAP13, AFEV, CIAM, APPORT SANTE, ARTESENS, La Source Sainte Victoire, CIMADE - Ligue des Droits de l'Homme, Cultures du Cœur, Les Compagnons Bâtisseurs, Crèche parentale Lei Caganis, École de Musique du Pays d'Aix, EPE, La Recampado, AAI Gardanne, Festival d'Aix, Les Pitch'ounets, Lire et Faire Lire, Ludo'sphère, Muséum d'Histoire Naturelle d'Aix, Les Petits Frères des Pauvres, Sport Senior Santé, Relais Petite Enfance, ALPA Les Pléiades, UNIS-CITE. Ainsi que l'ensemble de nos associations résidentes.



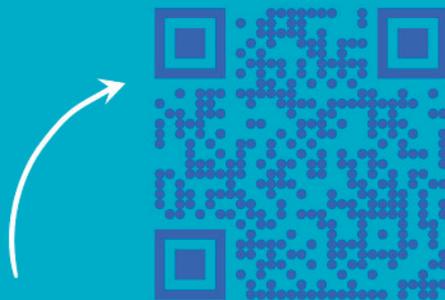
# CENTRE SOCIAL ET CULTUREL CHÂTEAU DE L'HORLOGE

## ASSOCIATION LOU CASTEU

50 place du Château de l'Horloge  
13090 Aix-en-Provence  
04.42.29.18.70



[contact.cdhaix@gmail.com](mailto:contact.cdhaix@gmail.com) 



Notre site internet