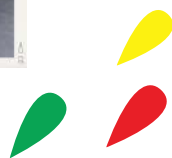




CENTRE SOCIAL ET CULTUREL DU CHÂTEAU DE L'HORLOGE 2023-2024



SOMMAIRE

LES INFOS ESSENTIELLES.....	5
ENFANCE.....	6
JEUNES.....	8
FAMILLES.....	11
ADULTES.....	12
SENIORS.....	16
C'EST NOUVEAU !.....	21
TEMPS FORTS	22
LE CHÂTEAU, C'EST AUSSI.....	23
SERVICES À VOTRE DISPOSITION.....	24
COMMENT NOUS TROUVER.....	26
EN BREF, LE CHÂTEAU C'EST.....	27

ENFANCE

JEUNES

FAMILLES

ADULTES

SENIORS

C'EST
NOUVEAU !

TEMPS
FORTS

LE CHÂTEAU,
C'EST AUSSI

SERVICES À
VOTRE
DISPOSITION

NOUS
TROUVER

BIENVENUE AU CENTRE SOCIAL

Bonjour à toutes et à tous, nous sommes ravis de vous présenter les activités proposées pour cette nouvelle saison 2023/2024.

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 seconde 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 d'adhésion à l'année

- Familles/Individuel (adultes/seniors) : 10€
- Jeunes : 5€
- Associations : 20€

Modalités d'inscription

- L'adhésion au Centre Social et Culturel du 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 POUR MINEURS (ACM) :

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

Les mercredis :

- ⇒ Demi-journée : le matin avec repas **ou** l'après-midi sans repas
- ⇒ Journée entière : de 8h à 17h45

Les vacances scolaires :

- ⇒ Du lundi au vendredi toute la journée, de 8h à 17h45

À savoir :

Les activités débuteront le mercredi 6 septembre 2023

- ⇒ L'arrivée des enfants s'effectue entre 8h et 9h
- ⇒ Pour les mercredis en demi-journée, l'ouverture du portail s'effectue entre 13h15 et 13h30
- ⇒ Le départ des enfants s'effectue entre 17h et 17h45

La participation financière est calculée en fonction de votre quotient familial, il faudra donc vous munir d'une attestation CAF lors de 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

Retrouvez ce dossier sur notre site internet.





L'ENFANCE ET LA SCOLARITÉ

Tarif :
15€/trimestre
et par enfant

ENFANCE

ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

Une aide aux devoirs et des activités sont proposées à vos enfants en école primaire. **Début Octobre 2023**

- Pour les enfants des écoles Henri Wallon et Joseph d'Arbaud,
dans les locaux du Centre Social :

Les lundis, mardis, jeudis et vendredis
de 16h30 à 18h

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

Les lundis, mardis et vendredis
de 16h30 à 18h



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

🌈 N'hésitez pas à rejoindre notre équipe de bénévoles 🌈
"accompagnement scolaire primaire"



LES JEUNES ET LES LOISIRS

Adhésion
obligatoire

ACCUEIL JEUNES : 11 ANS – 17 ANS

Un lieu de partage et d'échanges aménagé par et pour les adolescents, en accès libre. Une fois adhérents au Centre Social, les jeunes ont accès à toutes les activités proposées les mercredis et samedis (demande de participation financière possible selon l'activité proposée)

➤ LES MERCREDIS DE 14H À 18H30 (COLLÉGIENS ET LYCÉENS) :

Nous réalisons des activités en fonction des intérêts des jeunes (sport, sciences, numérique, culture, santé, bien-être...)

➤ LES SOIRS (MARDI, JEUDI, VENDREDI) DE 16H À 18H30

➤ LES SAMEDIS :

Deux samedis par mois, nous proposons 3h d'accueil pour réaliser ensemble des projets, tout au long de l'année !

➤ LES VACANCES SCOLAIRES DE 9H À 18H :

- Programmation spéciale d'activités éducatives et artistiques
- Organisation de sorties culturelles, sportives, temps de loisirs

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



Programme d'activités
à consulter à l'accueil



LES JEUNES ET LA SCOLARITÉ

Tarif :
15€/trimestre
et par jeune

JEUNES

ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

Une aide aux devoirs est proposée aux adolescents tous les mardis, jeudis et vendredis de 16h30 à 18h. **Début Octobre 2023**

Une formation **Pronote** est proposée aux familles ainsi qu'un accompagnement à l'obtention de la **carte "Collégiens de Provence"**.



N'hésitez pas à rejoindre notre équipe de bénévoles
"accompagnement scolaire secondaire"



Le Château de l'Horloge est partenaire
"Collégiens de Provence"

L'accompagnement scolaire et les sorties Jeunes
peuvent être réglés grâce à cette carte.



***Nous sommes partenaires du Collège Jas de Bouffan**

L'ACCOMPAGNEMENT DES JEUNES

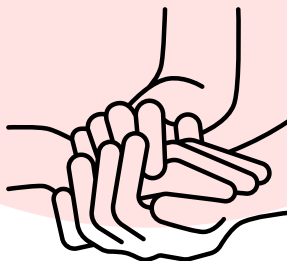
ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUALISÉ

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**

Pour toute demande d'information, nous vous invitons à
contacter notre coordinatrice jeunesse:

jeunessecdh@gmail.com





LES FAMILLES

LES MERCREDIS EN FAMILLE

Envie de faire des activités avec vos enfants le mercredi après-midi ?

À partir du mois d'Octobre et tous les mercredis (hors vacances scolaires), nous vous proposons un programme varié avec : des ateliers pâtisserie, des loisirs créatifs, des activités artistiques, des jeux de société...

Rendez-vous **le mercredi 27 septembre à 14h**, pour échanger ensemble autour d'un thé ou d'un café sur les différentes activités et sorties que vous souhaitez réaliser durant l'année !

VIVE LES VACANCES !

Envie de faire des activités avec vos enfants pendant les vacances ?

Des sorties sportives, culturelles et des loisirs vous sont proposés pendant les vacances scolaires pour partager de bons moments en famille.

Découvrez les programmes auprès de l'accueil du centre social !



LES ADULTES

Participation
15€/an
par activité

FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE POUR DÉBUTANTS

Cours adaptés aux nouveaux arrivants déjà scolarisés dans leur pays d'origine ou aux personnes comprenant le français et désirant en connaître les règles

Début mardi 3 Octobre 2023

- Les mardis et jeudis de 14h à 16h



ATELIER DIY (DO IT YOURSELF)

Partageons notre savoir-faire et apprenons à faire nous-mêmes !

Séances à thème : fabrication de produits d'entretien, cosmétiques, petites réparations et bien d'autres... —> Jardinage à partir du mois d'avril 2024

Début le jeudi 5 Octobre 2023

- Les jeudis de 9h à 12h (2 fois par mois)



ATELIER INITIATION NUMÉRIQUE

Adhésion
obligatoire

Venez apprendre l'utilisation des outils numériques

Début des ateliers après les vacances de La Toussaint

- Se renseigner à l'accueil du Centre Social



YOGA TRADITIONNEL INDIEN

Cours de Yoga proposé par Nathalie LIOULT

- Jeudi de 14h à 15h





LES ADULTES

Participation
100€/an
1 activité

Participation
150€/an
2 activités

PILATES



Méthode de renforcement des muscles profonds pour améliorer la posture, redonner de l'amplitude articulaire, de l'endurance, de la force et de la puissance musculaire.

>> Prévoir un tapis de sol et serviette, une tenue adaptée, une bouteille d'eau.

Début le mardi 19 Septembre 2023

- Les mardis de 18h30 à 19h30

FIT FOR THE RUN !

Un cours collectif qui mélange course à pied et renforcement musculaire, pour gagner en force, en tonus, en endurance, en souplesse, améliorer, retrouver une bonne condition physique.

>> Prévoir un tapis de sol et serviette, une tenue et des chaussures adaptées, une bouteille d'eau.

Début le lundi 18 Septembre 2023

- Les lundis de 18h à 19h



LES ADULTES : ENCORE DES ACTIVITÉS !

PERCUSSIONS BRÉSILIENNES

Avec "Curinga"

Mardi de 19h30 à 22h30h

Mercredi de 19h à 22h

Contact : 06.03.90.71.03



THÉÂTRE D'IMPROVISATION

Avec "Cie la Famille"

Lundi de 19h30 à 22h

Mardi de 19h30 à 22h

Contact : 07.81.47.67.94

COURS D'ITALIEN

Avec "Le mille e una Italia"

Les mardis et mercredis de 18h30 à 20h

Contact : 06.83.77.55.44



DANSE LINDY HOP & SOLO SWING

Avec "Aixtraswing"

Lundi de 19h à 22h30

et jeudi de 18h à 21h30

Contact : 06.46.51.46.45



LES ADULTES : ENCORE DES ACTIVITÉS !

YOGA : AVEC "AVF"

Lundi de 9h30 à 10h40

Lundi de 10h45 à 12h15

Contact : 04.42.38.49.83



ADULTES



TAÏ CHI:

Avec "Aix Tai Chi"

Mercredi de 10h à 11h45 et de 18h à 20h30

Jeudi de 18h à 20h30

Contact : 06.72.90.69.04

Début des activités courant Septembre 2023.

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-

LES SENIORS : PASS SENIOR

Nos activités réservées aux plus de 60 ans !



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

	TARIFS
1 activité	30€/an
2 à 5 activités	45€/an
6 activités et +	60€/an

SENIORS

RANDONNÉE SANTÉ MENSUELLE

Une activité physique riche qui développe les capacités respiratoires

Des parcours variés de 8-10 kilomètres à un rythme modéré

>> Prévoir de l'eau, une collation, des chaussures adaptées

Début le lundi 2 Octobre 2023

- Un lundi par mois de 9h30 à 12h



DANSE EN LIGNE

Une séance d'une heure qui permet de développer la coordination, le sens de l'équilibre, les réflexes. Venez découvrir le plaisir de bouger en musique ! Pas besoin de partenaire.

>> Prévoir des chaussures adaptées, une bouteille d'eau

Début le lundi 18 Septembre 2023

- Les lundis de 14h à 15h



LES SENIORS : PASS SENIOR

GYM D'ENTRETIEN



Ce cours relativement dynamique permet d'entretenir, de conserver son potentiel physique au travers d'exercices cardiovasculaires, de renforcement musculaire adaptés à chacun et à chaque besoin

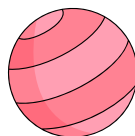
>> Prévoir un tapis de sol et serviette, une tenue et des chaussures adaptées, une bouteille d'eau

Début le lundi 18 Septembre 2023

- Les lundis de 15h à 16h



Pour toutes les activités, un certificat d'aptitude médicale de moins de 3 mois est demandé



SENIORS

BALADE SANTÉ

Ces sorties de 30min dans les parcs du Jas de Bouffan ont pour vocation d'encourager l'activité physique, de reprendre goût à sortir et bouger, de sortir de l'isolement, de recréer du lien social

>> Prévoir de l'eau, une collation, des chaussures adaptées

Début le mardi 19 Septembre 2023

- Les mardis de 9h à 9h30

RDV à l'entrée principale du parc St Mitre

- Les jeudis de 9h à 9h30

RDV au parc Vilers près du théâtre de verdure



LES SENIORS : PASS SENIOR

PILATES

Méthode de renforcement des muscles profonds pour améliorer la posture, redonner de l'amplitude articulaire, de l'endurance, de la force et de la puissance musculaire. Deux niveaux proposés

>> Prévoir un tapis de sol, une tenue adaptée et serviette, une bouteille d'eau

Début le mardi 19 Septembre 2023

- **Débutant** : Les mardis de 11h à 12h et jeudis de 10h à 11h
- **Intermédiaire** : Les mardis de 10h à 11h



STRETCHING

Ce cours consiste à réaliser des exercices d'étirement musculaire, ciblés sur une partie précise du corps, afin d'améliorer sa souplesse, son amplitude articulaire et de se détendre

>> Prévoir un tapis de sol, une tenue adaptée et serviette, une bouteille d'eau

Début le jeudi 21 Septembre 2023

- Les jeudis de 11h à 12h

SOPHROLOGIE

Avec participation financière supplémentaire

>> Prévoir un tapis de sol et une tenue adaptée

>> Calendrier à venir

- Un mercredi par mois de 11h à 12h30

Participation
3€/ séance



LES SENIORS : PASS SENIOR

JEUX DE SOCIÉTÉ

Pour partager un moment de convivialité autour d'un scrabble ou d'un tarot. **En autonomie**

Début le jeudi 21 Septembre 2023

- Les jeudis de 14h30 à 16h30



JEUX DE MÉMOIRE ET PAPOTAGES

Ce cours a un double objectif; 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

Début le vendredi 22 Septembre 2023

- Les vendredis de 14h à 15h



GYM DOUCE/ÉQUILIBRE

Ce cours propose des mouvements et des étirements qui font travailler doucement tous les muscles du corps, aide au maintien d'une bonne posture et au relâchement

>> Prévoir un tapis de sol et serviette, une tenue et des chaussures adaptées, une bouteille d'eau.

Début le vendredi 22 Septembre 2023

- Les vendredis de 15h30 à 16h30

LES SENIORS : ENCORE DES ACTIVITÉS !



YOGA

Avec Sport Senior Santé en Pays d'Aix

Lundi et vendredi de 10h à 11h15

Contact : 04.42.38.49.83

SENIORS



GYM DOUCE

Avec Sport Senior Santé en Pays d'Aix

Mercredi de 9h30 à 11h30

Contact : 04.42.38.49.83

Début des activités courant Septembre 2023.

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-

C'EST NOUVEAU !



CLUB DE LECTURE : AIX LIBRIS

Vous aimez lire ? Vous avez envie de partager vos coups de cœur ?
De découvrir les univers qui font vibrer d'autres lecteurs ...?

Le club lecture est fait pour vous !

Une réunion mensuelle, pour échanger sur nos lectures, faire circuler nos livres chouchous du moment, ou de toujours, dans une ambiance conviviale

Début le mardi 19 Septembre 2023

- Le 3ème mardi de chaque mois de 14h à 16h

*Pour tous !
Gratuit
sur inscription
(places limitées)*

C'EST
NOUVEAU !



ATELIER MÉMOIRE

Mise en place d'ateliers mémoire animés par une psychologue, à destination des personnes âgées de plus de 60 ans
9 séances hebdomadaires de 2 heures avec tests et un bilan personnalisé à l'issue du cycle

De Novembre à Janvier 2024

>> Calendrier à venir.

*Pour les seniors !
Gratuit
sur inscription
(places limitées)*

RENDEZ-VOUS LORS DE NOS TEMPS FORTS

Journée portes ouvertes

Mercredi 6 septembre 2023

Bien vivre ensemble
Le mois éco-citoyen

Octobre - Novembre 2023

Projet lecture
Il était une fois... Un livre

Novembre - Décembre 2023

Exposition
LE GRAND LIVRE DE LA LAÏCITÉ

du 27 nov. au 4 déc. 2023

Quinzaine Solidaire

1ère quinzaine de décembre 2023

Fête du printemps

Mars/Avril 2024

Salon du Bien-être
2ème édition

Début juin 2024

Rouvrir le monde
Résidence d'artistes

Juillet 2024

Animations estivales
Hors les murs

Juillet 2024

L'HORLOGE C'EST AUSSI

APRÈS-MIDIS ET SOIRÉES JEUX

Des animations et des moments de partage autour de jeux de société au Centre social et Culturel du Château de l'Horloge

Vendredi soir ou samedi après-midi

>> Calendrier à venir

>> Gratuit et ouvert à tous !



MÉMOJAS : LE JOURNAL DU QUARTIER

Pour la 6ème année, le groupe Jas Inter-génération continue son projet "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



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...

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

- Deuxième lundi du mois de 14h à 15h30 – accès libre
- Contact : 04.42.65.99.34
- En partenariat avec Cultures du Cœur

FORMATION BPJEPS LOISIRS POUR TOUS

- Renseignement et contact : sportetformation@laposte.net

ACTION SANTÉ AVEC " SANTÉ PROVENCE COORDINATION"

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

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...

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

AIDE ADMINISTRATIVE EN LIGNE

- Un conseiller numérique de la Mairie Annexe vous aide dans vos démarches.
- Sur rendez-vous les jeudis de 14h à 16h
- Contact accueil du Centre Social : 04.42.29.18.70

ASSOCIATION DES DIABÉTIQUES D'AIX - PAYS DE PROVENCE (AFD13)

- Rencontre et échange autour d'un café.
 - Le 7 octobre, 4 novembre et 2 décembre 2023 puis un samedi par mois de 10h à 12h
- >> Calendrier à venir.



COMMENT NOUS TROUVER

Nous contacter :



contact.cdhaix@gmail.com |



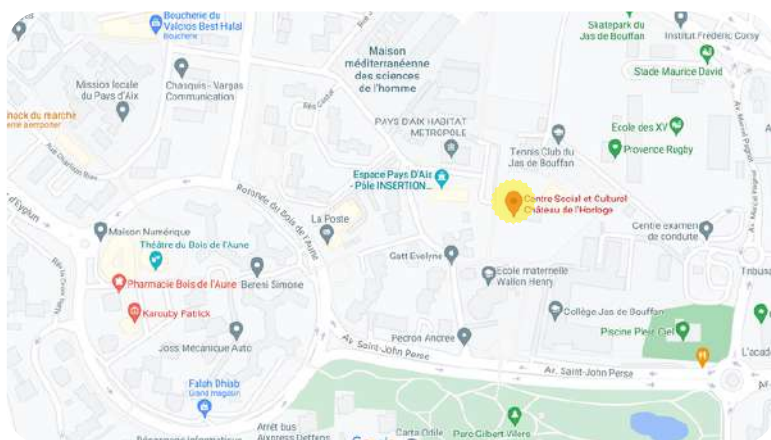
04.42.29.18.70

Horaires :



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

Vendredi : 9h – 12h et 14h – 16h



Accessibilité

À pied :

- 10 minutes 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

Comptable : Carole PASQUALE

Chargée de communication : Sarah LEYOUDEC

Directeur ACM : Damien DUCHENNE

Référente Familles : Gisela DORADO GUERRERO

Référente Jeunesse : Arleth CHÂTEAU

Animateur Jeunesse : Samuel REY

Référente Seniors : Alexandra RÊTEUX

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, Fondation Vasarely, Bibliothèque des Deux Ormes, Théâtre du Bois de l'Aune, ADDAP13, AFEV, CIAM, Santé Provence Coordination, La Source Sainte Victoire, CIMADE – Ligue des Droits de l'Homme, Cultures du Cœur, École de Musique du Pays d'Aix, EPE, AAI Gardanne, Festival d'Aix, Les Pitch'ounets, Lire et Faire Lire, Muséum d'Histoire Naturelle d'Aix, Les Petits Frères des Pauvres, Sport Senior Santé, Relais Petite Enfance, ALPA Les Pléiades, UNIS-CITE, AFD13, AMAP, Traffic d'Arts II, Mutualité Française. 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



Centre Social et Culturel du Château de l'Horloge



Notre site internet