

SAISON 2018-2019

MAISON DU
CRÊT DE ROCH

JEUNESSE *CENTRE DE LOISIRS*

SPORTS Danses CULTURE

MUSIQUES **JEUX** SORTIES

ATELIERS SOCIO LINGUISTIQUES

informatique

INSERTION **emploi**

PROJETS **ACTIVITÉS**

vie de quartier

ÉVÉNEMENTS initiatives

citoyenneté émancipation

ENFANTS - JEUNES - ADULTES - FAMILLES - SENIORS

HABITANTS - PARTENAIRES - BÉNÉVOLES - PROFESSIONNELS



PETIT MOT

À travers l'ensemble de son projet et de ses actions la Maison du Crêt de Roch ambitionne de développer et de favoriser le **VIVRE ENSEMBLE**.

Elle est un lieu d'accueil, de rencontres, d'échanges, d'informations, de valorisation d'expression de tous les publics. L'association est un **LIEU D'INITIATIVES** pour les **HABITANTS DU QUARTIER**. Elle est aussi un lieu de concertation et de coordination d'actions en direction des habitants, d'organisation de manifestations festives.

*Le Conseil d'Administration
le personnel et les bénévoles*

BATIMENT PRINCIPAL



LE 1000 CLUBS BÂTIMENT ANNEXE





AGENDA

- **Reprise des activités**
Lundi 10 septembre 2018
- **Accueil périscolaire**/École primaire publique Paule et Joseph Thiollier
À partir du 3 septembre 2018 (*inscription obligatoire*)
- **Réunion d'information du Groupe Crêt de Folk**
Le lundi 24 septembre à 19h
- **Vide-grenier du Crêt de Roch (Café Broc)**
Samedi 6 octobre 2018 horaire à définir
- **Cyclo-Cross**
Dimanche 6 janvier 2019
- **Notre Assemblée Générale 2019**
Jeudi 20 juin 2019
- **Fiesta des Rues/Fête de quartier 2019**
Juin/juillet (lieu et date à définir)

Fête de quartier



Vide-grenier



Assemblée générale



Cyclo cross



Mille Club

JEUNESSE

Le secteur jeunes est un temps d'accueil qui propose toute l'année : une écoute, une aide, un accompagnement pour **CONSTRUIRE DES PROJETS** et devenir **UN CITOYEN**. RESPONSABLE : Foued KADRI

ACTIVITÉS

● ACCUEIL, DES PROJETS, DES INITIATIVES

Ouvert à toutes vos suggestions d'activités, projets, vie de quartier, sports....Les soirées jeunes 1 fois par mois en fonction de la demande.

● CHANTIERS ÉDUCATIFS

C'est une première sensibilisation au monde du travail, cela permet d'obtenir une bourse pour financer des projets.

● SOIRÉES-DÉBATS

Elles sont proposées en tenant compte de l'actualité. Elles permettent aux jeunes de s'exprimer en tant que citoyens.

● VACANCES SCOLAIRES

Nous proposons des animations sportives, culturelles, sorties, séjours...

● SOUTIEN SCOLAIRE CLAS

Il vise à soutenir les élèves en difficulté scolaire ou plus largement, offrir un suivi et un accompagnement de l'adolescent.



● BREAKEZ / DANSEZ

Apprenez à bouger avec votre corps avec des musiques urbaines, dansez au sol, tournez sur la tête...

Les lundis au jeudis de 17h30 à 19h

Les vendredis de 17h30 à 19h30



CENTRE DE LOISIRS/ESPACE JEUX

Est un lieu de socialisation, de détente et de loisirs pour votre enfant !

RESPONSABLE : *Naima CHAOUCHI*

ACTIVITÉS

● LES MERCREDIS

Activités ludiques, culturelles, sportives....

Horaires : **mercredis 8h30 à 11h30 et 13h30 à 17h30** possibilité de réserver le repas pour le temps de midi.

● VACANCES SCOLAIRES

Tous les jours de 8h30 à 11h30 et de 13h30 à 17h30 avec possibilité de repas sur place ; ouvert juillet et août
Demandez le programme de chaque vacance.
accueil - site internet - courriel-newsletter

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE



● TEMPS PERISCOLAIRE /NOUVEAUX RYTHMES SCOLAIRES SEPT 2018

Attention : à partir du 3 sept 2018 les horaires changent pour les temps périscolaires POUR LES ÉLÈVES INSCRITS au groupe scolaire de P. et J. THIOLLIER.

Lundis, mardis, jeudis et vendredis 7h30 à 8h30 et de 16h30 à 19h

Tarifs selon votre quotient familial



● ESPACE JEUX

A vous de jouer dans un espace ludique pour les enfants, jeunes et adultes !

* ASSISTANTES MATERNELLES

* ACCUEIL PUBLIC

* ORGANISATION SOIRÉES

* ACCUEIL DES GROUPES





ADULTES-FAMILLES-SENIORS (1)

Tout au long de l'année, les animatrices proposent des projets sur différentes thématiques : bien-être, alimentation équilibrée, détente, service à la personne...

Contact : Gisèle VALLON référente projets famille/adultes

ACTIVITÉS

● DÉPART EN VACANCES

La Maison du Crêt de Roch vous propose de vous accompagner dans l'organisation de vos vacances en famille.

● ATELIERS BIEN-ÊTRE

Ces ateliers sont des moments de détente spécifique (maquillage, coiffure,...).

● ART-THÉRAPIE

Peindre pour prendre conscience de ses contradictions, s'exprimer pour dédramatiser ses conflits... La création artistique permet avec l'art-thérapie d'accéder à des sentiments enfouis.

Animée par une art-thérapeute *Renée MÉASSON*

● ATELIERS CUISINE

Un groupe de personnes se retrouve pour imaginer des recettes créatives sur l'alimentation et apprendre à cuisiner.



● SORTIES FAMILLES ET SENIORS

Tout au long de la saison nous proposons des sorties sur une journée ou plus, avec des tarifs abordables.

Destinations : Espagne, Marseille, Disney.....

Le programme est disponible à l'accueil et sur notre site internet.

Contact : Naïma CHAOUCHI animatrice familles





ADULTES-FAMILLES-SENIORS (2)

Depuis quelques années, nous apportons une attention particulière à la question du vieillissement sur le territoire. Avec le soutien de partenaires (CARSAT et la conférence des co-financeurs), nous proposons un programme d'activités !

ACTIVITÉS

Nous proposons des activités en direction du public seniors avec des ateliers et conférences :

- * Cours de cuisine,
- * Gym douce, seniors
- * ateliers informatiques,
- * séjours,
- * club rando
- * des conférences thématiques...



BIEN VIEILLIR AU CRÊT DE ROCH

● BIEN DANS SA TÊTE -BIEN DANS SON CORPS

Sensibiliser les seniors au bien-être en incitant une pratique sportive et de prendre soin de soi. Nous proposons des ateliers variés comme la gym, yoga, sophrologie, rando, et e-santé

● ACCUEIL-CONNECTÉ 3.0

Un accueil est mis en place pour vous aider dans les démarches administratives en particulier sur Internet (e-administratif)





INFORMATIQUE

PRENEZ VOTRE DESTIN NUMÉRIQUE AVEC L'ESPACE INFORMATIQUE EST UN LIEU POUR APPRENDRE OU AMÉLIORER SES CONNAISSANCES AVEC LES OUTILS NUMÉRIQUES (PC, TABLETTES...). LES ATELIERS SONT ANIMÉS PAR UN ANIMATEUR PROFESSIONNEL ET UN BÉNÉVOLE.
CONTACT : HICHAM BENSALLI - ANIMATEUR INFORMATIQUE -

○ NOS ATELIERS 3.0

* DÉCOUVRIR L'INFORMATIQUE

Cet atelier s'adresse à des personnes qui souhaitent débiter avec leur ordinateur.

12h = 6 séances de 2h

* DÉCOUVRIR LA TABLETTE

Cet atelier s'adresse à ceux qui souhaitent paramétrer leur tablette.

3h = 3 séances d'une 1h

* NAVIGUER SUR INTERNET

Cet atelier s'adresse à des personnes qui souhaitent s'initier ou améliorer leur navigation sur Internet. 9h=6 séances 1h30

* ATELIERS LOGICIELS DE BUREAUTIQUE

Vous souhaitez utiliser les logiciels Word, Excel, Powerpoint.... pour votre parcours professionnel ou personnel 16h = 8 séances 2h

* ATELIER APPLE

Vous souhaitez gérer l'environnement Apple sur tablette et/ou sur Mac. à définir

* GÉRER MES PHOTOS NUMÉRIQUES

Cet atelier s'adresse à des personnes qui souhaitent débiter avec leur ordinateur. 12h = 6 séances 2h

* ATELIER À LA CARTE

Venez avec vos questions, problèmes, ou pour se perfectionner... 6h = 6 séances 1h

* ACCÈS LIBRE

Venez faire vos démarches administratives dans une salle dédiée et équipée de pc, imprimante couleur et scanner. impressions payantes

○ PROJETS NUMÉRIQUES 3.0

* JE DÉCRYPTE L'INFORMATION 3.0

* VIEILLISSEMENT ET NUMÉRIQUE AVEC LA CARSAT

* EMPLOI 3.0 ET FLE AVEC PASS EMPLOI FORMATION



EMPLOI ET INSERTION

NOTRE CONSEILLÈRE INTERVIENT SUR LE QUARTIER DU CRÊT DE ROCH PERMETTANT AINSI À SES HABITANTS DE POUVOIR RECUEILLIR UNE PREMIÈRE INFORMATION SUR L'EMPLOI, (CV, RÉPONDRE À UNE OFFRE D'EMPLOI, RÉUSSIR UN ENTRETIEN...).

CONTACT : SYLVIE FRAGNE - CONSEILLÈRE EN INSERTION PROFESSIONNELLE -

● RELAIS EMPLOI

Accueil et information auprès du public (à partir de 16 ans) et des partenaires.

Orientation du public vers des services adaptés.

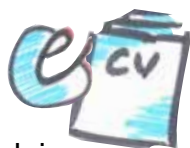
Uniquement sur rendez-vous tél. 04 77 33 15 90 port. 06 25 22 31 73

● DISPOSITIF L.O.I.R.E.

Propose un accompagnement dans un parcours

de recherches d'emploi en direction des demandeurs d'emploi.

Uniquement sur rendez-vous tél. 04 77 33 15 90 port. 06 25 22 31 73



● ATELIERS SOCIO-LINGUISTIQUE

REPRISE DES COURS LE LUNDI 24 SEPTEMBRE 2018

Un apprentissage continu permettant d'acquérir la

lecture, l'écriture et la communication orale dans le but d'avoir une certaine autonomie dans la vie quotidienne (possibilité d'ateliers informatiques).

Les ateliers sont encadrés par des bénévoles expérimentés et motivés.

Contact : Chloe Arnoux - animatrice famille



* INSCRIPTION

- **Lundi 3 septembre 2018**
9h30 à 12h
- **Vendredi 7 septembre 2018**
9h30 à 12h - 13h30 à 16h30
- **Lundi 10 septembre 2018**
9h30 à 12h

* JOURS & HORAIRES DES ATELIERS

Lundis, mardis, jeudis et vendredis
De 9H à 11h et de 14h à 16h
(selon niveau)





ACTIVITES SPORTIVES

VENEZ PRATIQUER UNE ACTIVITÉ SPORTIVE QUI PEUT RÉPONDRE À VOS BESOINS.
ATTENTION POUR CERTAINES ACTIVITÉS LA TARIFICATION SE CALCULE AVEC VOTRE QUOTIENT FAMILIAL (1ER TABLEAU PAGE 10)

GYM SENIORS

Le programme proposé répond aux besoins de maintien de la santé et de lien social. Libération de la respiration / Souplesse articulaire et musculaire/Tonification musculaire/équilibre-mémoire et relaxation
Mardis de 9h45 à 11h15

Animée : par Marianne Genova



GYM DOUCE

Éveil du corps et de l'esprit par la prise de conscience de son « moi » et du bien-être qu'elle procure. (étirements, gainages...)
Jeudis de 14h à 15h

Animée : par Djamila DJELLOULI



GYM ADULTES

C'est une gymnastique collective axée sur la détente, la souplesse, la musculation. Une séance type se décompose de la manière suivante : échauffements, cardio, musculation et étirements.

Jeudis de 19h à 20h30

Animée par Djamila DJELLOULI

BOUGE TA FRIMOUSSE POUR LES ENFANTS

Ateliers proposés pour les enfants : baby-gym et motricité avec gym danse et jeux de ballon !

Inscription obligatoire et places limitées

Animée par à définir



○ VÕ-VIETNAM

C'est un art martial vietnamien qui peut être pratiqué par des adultes et des enfants.

Horaires et lieux :

Au gymnase Treyve et au gymnase P.Michelon

Mercredis de 17h à 19h les lundis et jeudis 20h à 21h30

Tarif : 80 € tarif : 130 €

Responsables : Laurent ARROUES, Lucette DESCAMPS, Nicolas MARCAUD



plus d'infos sur la page



@vosainte

○ CLUB RANDO

Selon votre choix, votre vitesse, votre distance pour profiter pleinement des circuits, et de notre proximité ville et/ou campagne.

1er et 3ème du mardi du mois

Tarif : carte d'adhésion

Responsable : Paul Feuillatey



○ DANSES DE SALON

Venez redécouvrir le charme éternel de ces danses !

Tango, valse, cha cha, rumba,

paso... vous maîtriserez toutes les bases de ces danses sur des musiques actuelles.

Tarifs : seul 160 € ou couple 240 €

Lundis, mardis et mercredis 19h à 21h

Animées par Éric BERNARD



○ DANSES ORIENTALES

Est un art !! Pour l'aspect technique, la danse orientale se distingue par la souplesse, la sensualité et la grâce des mouvements,

Mardis de 20h à 21h30

Tarif : 170 € par an (1h30 de cours)

Animées par à définir

| Q F | 0 | 301 | 401 | 501 | 601 | 701 | 801 | 901 | ≥ |
|--------------------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 300 | 400 | 500 | 600 | 700 | 800 | 900 | 1000 | 1001 |
| GYM SENIORS | | | | | | | | | |
| | 54 € | 74 € | 94 € | 114 € | 134 € | 154 € | 174 € | 194 € | 214 € |
| GYM ADULTE | | | | | | | | | |
| | 54€ | 74 € | 94€ | 114 € | 134 € | 154 € | 174€ | 194 € | 214 € |
| GYM DOUCE | | | | | | | | | |
| | 36 € | 56 € | 76 € | 96 € | 116 € | 136 € | 156 € | 176 € | 196 € |
| GYM ENFANT | | | | | | | | | |
| | 36 € | 46 € | 61 € | 76 € | 91 € | 106 € | 121 € | 136 € | 151 € |



ECOLE DE MUSIQUE

NOUS PROPOSONS DES COURS INDIVIDUELS D'INSTRUMENTS AINSI QUE DES COURS COLLECTIFS DE FORMATION MUSICALE. ACCESSIBLE AUX ADULTES COMME AUX ENFANTS !!!

○ LES COURS

* *INDIVIDUELS GUITARE, PIANO, PERCUSSIONS ET VIOLON*

* *COLLECTIFS FORMATION MUSICALE ENFANTS ET ADULTES*

Avec de la théorie, l'histoire de la musique, et des percussions pour apprendre le rythme. 1/2 heure de cours individuel +1h de formation musicale en groupe

Les jours et horaires à déterminer avec les intervenants

Encadrés par des professeurs diplômés

F. ROUSSON & S. AMARAL & J-C ROMEYER



LES AUDITIONS

Les auditions de l'école de musique sont toujours des moments privilégiés pour les élèves et leur professeur. Elles permettent aux élèves de montrer le travail accompli au cours de l'année et de se produire devant un public.





DANSES ET MUSIQUES TRADITIONNELLES

TOUT AU LONG DE LA SAISON, LE GROUPE CRÊT DE FOLK PROPOSE AUX MUSICIENS ET DANSEURS DÉBUTANTS COMME AUX CONFIRMÉS, DES COURS DE DANSES ET MUSIQUES TRADITIONNELLES DU NORD ET DES PAYS DE L'EST !!!

Réunion d'information lundi 24 septembre 2018 à 19h buffet partagé et un mini-bal

*** ATELIERS ET STAGES D'ACCORDÉON DIATONIQUE**

Que vous soyez débutant à l'accordéon diatonique ou confirmé, à la recherche de répertoire breton ou de technique de jeu.

Mercredis et jeudis selon les niveaux 150€/l'année ou 120€ tarif réduit

*** ATELIERS MUSIQUE DE BAL**

Ils ont pour but de travailler des musiques à danser variées afin de participer à l'animation de bals folks et manifestations diverses.

Lundis de 18h30 à 20h / 60€ pour l'année ou 50€ tarif réduit

*** ATELIERS MUSIQUE DE L'EST**

Ils prennent pour répertoire des morceaux de l'Est, et les arrangent pour les instruments du groupe.

Lundis de 18h30 à 20h Répétition tous les 15 jours 75€ 60€/an tarif réduit + quelques dates additionnelles les jeudis et samedis

*** ATELIERS DANSES TRADITIONNELLES**

Alternativement sous la forme d'un cours avec trois animateurs ou d'un mini-bal animé par l'atelier de musique de bal.

Lundis de 20h à 22h / 100€/ 80€ an ou 5€ / la séance

*** LES DATES À RETENIR**

| | | |
|-------------------|-------------------------|-----------------------|
| BAL DE LA RENTRÉE | Di Mach et Crêt de Folk | samedi 6 octobre 2018 |
| BAL DES ROIS | Soirée Klezmer/folk | janvier 2018 à 21h |
| BAL DES FLEURS | à définir | mai 2019 |



Des questions, des infos contact par courriel :

CRETDEFOLK@GMAIL.COM





AU CRÊT DE ROCH...

DES SERVICES ET DES PROJETS POUR ÊTRE AU PLUS PRÈS DES HABITANTS DU QUARTIER !!!!

◉ **ADULTE RELAIS / FACILITATEUR DU LIEN SOCIAL SES MISSIONS CONSISTENT À :**

- Accueillir, écouter et recueillir la parole des habitants
- Concourir au lien social
- Informer et accompagner les habitants dans leurs démarches
- Faciliter le dialogue social entre les services publics et les usagers
- Prévenir et aider à la résolution des petits conflits de la vie quotidienne par la médiation et le dialogue

Présence sur le quartier du Crêt de Roch/Maison du Crêt de Roch

Contact : - Hayette BERKHACHE -

Tél. 04 77 33 15 90

courriel : mcr.arelais@orange.fr



◉ **ACCUEIL ADMINISTRATIF ET E-ADMINISTRATION**

- La Maison du Crêt de Roch propose une permanence afin de faciliter vos démarches administratives, cv, courriers, impressions ...
- Et aussi si vous avez des difficultés avec les démarches administratives sur Internet (*e-administration*).

Contact : - Hayette BERKHACHE -

Tél. 04 77 33 15 90

courriel : mcr.arelais@orange.fr

◉ **PAPYS-BRICOLEURS**

Un groupe de bénévoles retraités qui apporte une aide au bricolage à toutes personnes qui vivent sur le quartier du Crêt de Roch.

Contact : - Maison du Crêt de Roch - 04 77 33 15 90



AU CRÊT DE ROCH....

DES SERVICES ET DES PROJETS POUR ÊTRE AU PLUS PRÈS DES HABITANTS DU QUARTIER !!!!

🟡 ACCUEIL ENFANTS & PARENTS NOUVEAUTÉ

Espace de jeux pour les enfants, lieux de parole pour les parents, temps d'échange et de rencontres.

À partir de janvier 2019 - 1 fois par semaine -

Les vendredis de 8h45 et 11h15



🟡 PROJET THÉÂTRE AVEC ET POUR LES HABITANTS

A l'occasion des 70 ans de la Déclaration Universelle des Droits de l'Homme, un groupe d'habitants et de bénévoles du quartier du Crêt de Roc se mobilise pour monter un projet culturel à la rentrée 2018. Il s'agit d'un **projet participatif** qui mettra en lien des **classes primaires**, des **allophones**, et des **habitants du quartier** avec **la Compagnie Petit Théâtre Pilat**.

La troupe de comédiens professionnels accompagnera les participants dans la découverte du théâtre et les invitera à la rejoindre sur la scène de la Maison du Crêt de Roch en cette fin d'année.

Contacts : Gisèle VALLON - Chloé - Hayette BERKACHE

CONTACT

ADRESSE POSTALE

Maison du Crêt de Roch
65 rue de l'Éternité
42000 SAINT-ÉTIENNE
Tél. 04 77 33 15 90
Fax. 04 77 49 22 06



scannez
le code QR

HORAIRES ACCUEIL DU PUBLIC

- Lundis, mardis, jeudis et vendredis**
de 9h à 12h et de 14h à 18h
- Mercredis** de 8h30 à 11h30 et de 13h30 à 17h30
- Vacances scolaires** de 8h30 à 11h30 et 13h30 à 17h30

CARTE ADHÉSION

| | |
|--------------|------|
| Individuelle | 09 € |
| Familiale | 14 € |
| Associative | 40 € |

ADRESSES VIRTUELLES

@ cret-roch@wanadoo.fr
www.maison-cretderoch.com



AVEC LE SOUTIEN



SAINT-ÉTIENNE
métropole AUVERGNE - Rhône-Alpes



plaquette réalisée avec l'aide de Medhi
élève au Lycée Etienne Mimard