

MAISON DU CRÊT DE ROCH

SAI
SON

20 ~ 21

ACTIVITÉS

PRO
JETS

INSER
TION

À travers l'ensemble de son projet et des actions, la Maison du Crêt de Roch est un lieu d'accueil, de rencontres, d'échanges, d'informations, de valorisation d'expressions 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 coordinations d'actions en direction des habitants, d'organisation de manifestations festives.

Dès la naissance, la trajectoire de chaque individu est influencée par son bagage santé, sa localisation géographique et son milieu social. A cette grande loterie les trajectoires divergent déjà. Au cours du temps, elle est aussi influencée par l'accès aux soins (ou pas), à une alimentation correspondant aux besoins de chacun (ou non), à un logement sain et sécurisé (si possible), à des revenus réguliers et corrects (idéal) ; mais aussi à être exposée à un climat favorable (ou non), un à environnement politiquement stable (ou à un conflit armé)...

Le plus souvent, l'élément majeur qui peut la faire dévier, reste incontestablement l'accès à l'éducation et à la culture. Le Centre social au travers des principes d'éducation populaire, s'inscrit dans l'accompagnement des citoyens pour les aider à grandir grâce aux échanges d'idées, à l'apprentissage et à la pratique pour tous, dans de nombreux domaines.

Elles sont souvent matérialisées par la construction de grands projets collectifs qui rassemble les protagonistes, valorisant le travail d'équipe et la solidarité. Sans oublier la satisfaction d'avoir collaboré à la mise en œuvre d'une meilleure « Trajectoire » ...

Le Conseil d'Administration

- MAISON DU CRÊT DE ROCH -

ÉVÉNEMENTS

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Paroles données aux habitants, adhérents, partenaires.

Présentation de l'année écoulée

**Le mardi 15 septembre 2020
à 18h au Mille Club-annexe de la
Maison du Crêt de Roch**



VIDE-GRENIER

Déjà la 7ème édition !

Achetez, vendez et flânez...

**OCTOBRE 2020 sur le parking du
cimetière du Crêt de Roch**



CYCLO-CROSS

Course de vélo autour du quartier.

Venez les encourager !

**Le 1er dimanche du mois de janvier
2021 sur l'Esplanade du Crêt de
Roch**



FIESTA DES RUES

Un carnaval exceptionnel. Venez participer, nous cherchons des habitants bénévoles pour créer, partager...

EN JUIN 2021



Tout au long de la saison vous pouvez suivre notre actualité sur Facebook : [@maisoncretderoch](https://www.facebook.com/maisoncretderoch)

PÔLE JEUNESSE

ENFANCE

L'accueil Collectif est un espace privilégié pour apprendre à vivre ensemble, grandir, découvrir et s'épanouir à travers la mise en place de projets et d'activités respectant le rythme et les besoins des enfants et des jeunes.

[ÊTRE] CITOYEN...NE

● DEVENIR CITOYEN

Être citoyen implique de comprendre les enjeux qui traversent la société et de développer sa capacité d'agir dans et pour cette société. Par exemple en participant à l'organisation de la fête de quartier.

● DES PROJETS & DES INITIATIVES

Ouvert à toutes vos suggestions d'activités, projets !
Participez à la vie de son quartier

ACTIVITÉS

● VACANCES SCOLAIRES

Un programme d'activités riches en activités sportives, culturelles et des séjours...
Demandez le programme

● DANSES URBAINES

Découvrez les différentes danses urbaines avec des danseurs expérimentés :)



● CHANTIERS ÉDUCATIFS

C'est une 1ère sensibilisation au monde du travail, cela permet d'obtenir une bourse pour financer des projets.

● SOUTIEN SCOLAIRE

Le dispositif CLAS vise à soutenir les élèves en difficultés scolaires mais pas que, facilite la relation école et parents



● ACCUEIL MERCREDIS

Activités ludiques, sportives, culturelles...
Possibilité de réserver votre repas de midi. Goûter fourni par la structure !

**Les mercredis de 8h30 à 11h30
et de 13h30 à 17h30**

● VACANCES SCOLAIRES

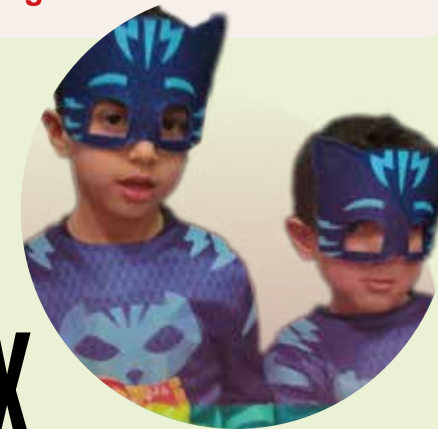
**Du lundi au vendredi de 8h30 à 11h30
et de 13h30 à 17h30 possibilité de
repas sur place.
Ouvert JUILLET et AOÛT**

Demandez le programme à l'accueil ou par courriel cret-roch@wanadoo.fr

ACCUEIL
3-11 ANS

TEMPS PÉRISCOLAIRE

UNIQUEMENT POUR LES
ÉLÈVES P. ET J. THIOLLIER .
**Les lundis, mardis, jeudis et
vendredis
de 7h30 à 8h20 et de 16h30 à
19h**
**Uniquement sur inscription
obligatoire**



ESPACE JEUX

● ACTIVITÉS

Soirées jeux avec les parents et enfants Animations thématiques autour du jeu :)

Des travaux ont été effectués dans notre ludothèque, elle a retrouvé une seconde vie. Venez jouer, partager...

● LIEU D'ACCUEIL PARENTS / ENFANTS

Ribambulles est un LEAP...
Lieu d'Accueil Enfants Parents
Itinérant sur Saint-Étienne.

+ infos page 13

LES ACTIVITÉS FAMILLES & ADULTES



BIEN-ÊTRE

● 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

● DÉPART EN VACANCES

Partir en vacances, c'est s'offrir un temps précieux de partage et de découverte en famille. C'est pourquoi votre CAF a choisi de vous attribuer une aide aux vacances pour votre famille ou vos enfants. Notre animatrice peut vous accompagner.



● PROJETS ET INITIATIVES

Tout au long de l'année, l'animatrice familles propose des ateliers thématiques cuisine du monde, activités artistiques, petit-déjeuners équilibrés...

Demandez le programme

● SORTIES A LA JOURNÉE

Tout au long de l'année nous proposons des journées ou week-end à des tarifs abordables. **Responsable : Naïma CHAOUCHI**
Demandez le programme à l'accueil ou par courriel

LES SENIORS

Depuis quelques années, nous apportons une attention particulière à la question du vieillissement sur le territoire. Avec le soutien de partenaires comme la CARSAT Rhône-Alpes et Département de la LOIRE.

● ACTIVITÉS

Tout au long de l'année, nous proposons des ateliers thématiques et des conférences.

Vous pouvez découvrir nos activités

- * Le Club rando
- * Gym seniors
- * Sorties à la journée
- * Conférences thématiques
- * Événements sur le quartier

Contactez-nous pour + d'informations

BIEN-DANS SA TÊTE

● BIEN DANS SON CORPS

Sensibiliser les seniors au bien-être en incitant à une pratique sportive et de prendre soin de soi.

● E-ADMINISTRATION

Nous pouvons vous accompagner dans les démarches administratives sur Internet

● SENIORS 3.0

Nous proposons des ateliers informatiques pour familiariser ou approfondir ses pratiques numériques du quotidien. Les cours peuvent se faire sur PC, Mac, tablette, smartphone... Les places sont limitées :) Consulter notre page 6



INFORMATIQUE POUR TOUS

Prenez votre destin numérique en main, l'esp@ceC2R est un lieu pour apprendre ou améliorer ses connaissances et ses pratiques numériques. Les ateliers sont animés par un animateur professionnel et un bénévole expérimenté. Les tarifs sont très abordables.
Responsable : Hicham BENSALLI
Demandez le programme par courriel ou 04 77 33 15 09

LES ATELIERS NUMÉRIQUES

Nos ateliers informatiques sont proposés de septembre à fin juin. Chaque atelier dure un trimestre.
* Découvrir son PC/ou Mac * Naviguer sur Internet * Communiquer
* Gérer ses photos * Paramétrer tablette ou smartphone
* Sensibiliser aux réseaux sociaux et les médias numériques
* Ateliers à la carte

LES PROJETS 3.0

* Les seniors et le numérique * Je décrypte l'info 3.0
* Emploi & insertion 3.0 dispositif PAIEF
* E-santé * Découvrir e-administration-démarches administratives en ligne * Création de jeux vidéos - avec ZOOMACOM et médiathèque de Saint-Étienne * Formation bureautiques numériques pour les associations

ACCÈS-LIBRE/E-ADMINISTRATION

Une salle est dédiée à des recherches, réalisation de documents, créations de vos projets numériques impressions et numérisation.....



Suivez la page Facebook dédiée à l'esp@ce informatique

[@esp@ceC2R](https://www.facebook.com/esp@ceC2R)

EMPLOI & INSERTION

La 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...
Responsable : 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 RDV :

Sylvie FRAGNE - conseillère en insertion professionnelle
Tél. 04 77 33 15 90

DISPOSITIF L.O.I.R.E

Il propose un accompagnement dans un parcours de recherches d'emploi en direction des demandeurs d'emploi.
Uniquement sur RDV :

Sylvie FRAGNE - conseillère en insertion professionnelle
Tél. 04 77 33 15 90

LES ATELIERS SOCIO- LINGUISTIQUES

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. Les ateliers sont encadrés par des bénévoles expérimentés et motivés :)



LES COURS

En fonction des niveaux, vous êtes répartis dans différents groupes.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE SUR RDV
À PARTIR DÉBUT SEPTEMBRE 2020
AUPRÈS DE GISÈLE VALLON
TÉL. 04 77 33 15 90

LES PROJETS

Les apprenants participent à des projets cultures, culinaires....

SPORTS

POUR TOUS



Le bien-être passe par le sport :) , nous proposons diverses activités sportives en fonction de votre âge, besoin, et envie.

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.

Les mardis de 9h45 à 11h15

GYM

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.

Les jeudis de 19h à 20h30
Animée par Djamila DJELLOULI

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...)

Les jeudis 14h-15h
Animée par Djamila DJELLOULI



VO-VIETNAM

C'est un art martial vietnamien qui peut-être pratiqué par des adultes et des enfants. **+stages et formations**

Pour les adultes : Les lundis et les jeudis : 20h-21h30 (sauf vacances scolaires)
Au gymnase Paul MICHELON

Pour les enfants : 17h00 18h00 (sauf vacances scolaires) à la MCR

Pour les ados: 17h00 18h30 (sauf vacances scolaires) à la MCR

Les adultes : 130 € annuel
Les enfants : 80 € annuel



Abonnez-vous à leur page facebook
[@vosainte](https://www.facebook.com/vosainte)

CLUB RANDO C2R

Selon votre choix, votre vitesse, votre distance pour profiter pleinement des circuits, et de notre proximité ville/campagne. Retrouver la photothèque sur le blog du club **Co-voiturage possible pour un geste écolo**

Tarif : carte adhésion
Responsable : Paul FEUILLATEY
Consulter notre blog avec de belles photos

<http://randocdr.blogspot.com/>

DANSES DE SALON

Venez découvrir le charme éternel des danses :). Avec du tango, valse, rumba, paso....

Tarifs : seul 160 € ou en couple 240 €
Les lundis, mardis et mercredis de 19h à 21h
Animées par **Éric BERNARD**

POUR LES ENFANTS

BOUGE TA FRIMOUSSE

Ateliers proposés pour les enfants : baby-gym, motricité avec de la gym danse et des jeux de ballons.

Inscription obligatoire et places limitées.
Animée par Djamila DJELLOULI



TARIFICATION

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 €

CRÊT DE FOLK MUSIQUES & DANSES 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 ! Pour plus de renseignements : contact par courriel cretdefolk@gmail.com dom.regnier42@gmail.com



Suivez nous sur la page Facebook du Crêt de Folk

● ACCORDÉON DIATONIQUE

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

Reprise le lundi 7 septembre à 17h30 pour les moins avancés et débutants, à 19h30 pour les moyens et le mercredi 9 septembre à 17h30 aussi en niveau moyen et à 19h30 en niveau avancé. Les cours auront lieu tous les 15 jours en semaine impaire.

Tarif : 165€/120€

● MUSIQUE DE BAL

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

Musique de bal : Reprise à 18h

● MUSIQUE DE L'EST

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

● ÉVÉNEMENT

De plus, Cret de folk organise sur Saint-Étienne la manifestation du CMTRA cliquez sur le lien pour les infos [«Sur les pavés, le Trad»](#).

Celle-ci aura lieu le dimanche 20/9 de 15h à 17h, à la Cité du Design : musiques traditionnelles à danser avec Crêt de folk

Réunion de rentrée

Le 28 septembre 2020 à 19h
buffet à partager et mini-bal



LE VIVRE
ENSEMBLE

AU

CRÊT DE ROCH

LE [QUARTIER] DU CRÊT DE ROCH

Des services et des projets pour être au plus près des habitants du quartier !

FACILITATEUR DU LIEN SOCIAL

*Accueillir, écouter, et recueillir la parole des habitants
Concourir au lien social
*Informier et accompagner les habitants dans leurs démarches
*Faciliter le dialogue entre les services publics et les usagers
*Prévenir et aider à la résolution de 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
Tél. 04 77 33 15 90
cret-roch@wanadoo.fr

ACCUEIL ADMINISTRATIF

La MCR propose une permanence afin de faciliter vos démarches administratives, CV, courriers, impressions...
Présence sur le quartier du Crêt de Roch/
Maison du Crêt de Roch
Tél. 04 77 33 15 90



MÉDIATRICE SANTÉ NOUVEAU

Les permanences de médiation en santé vise à améliorer l'accès aux droits à la prévention et aux soins des habitants du quartier.

Médiatrice santé Saint-Etienne

Pauline ROUX

06 48 42 39 13

proux@mutualite-loire.com

Joignable tous les jours

de 9h à 12h et de 14h à 17h

sauf les mercredis

Permanence à la MCR

Les vendredis de 9h à 12h

PAPY-BRICOLEURS

Un groupe de bénévoles retraités qui apporte une aide au bricolage à toute personne qui vit sur le quartier du Crêt de Roch
Contact : Maison du Crêt de Roch
Tél. 04 77 33 15 90

ACCUEIL ENFANTS ET PARENTS

Ribambulles est un LEAP...Lieu d'Accueil Enfants Parents Itinérant sur Saint-Etienne. Ce lieu s'adresse aux enfants de la naissance jusqu'à 4 ans et à un membre de la famille (parents, futurs parents, grands-parents...)

Sur le Crêt de Roch

Les jeudis : 8h45-11h15 Crêt de Roch

Contact : ribambulles42@gmail.com



PARCOURS D'INTÉGRATION

Des actions d'accompagnement vont être mise en place en particulier :
Le soutien aux formations linguistiques à visée professionnelle,
L'accompagnement global pour la levée des freins périphériques à l'emploi,
L'accès aux droits,
L'appropriation des valeurs républicaines et l'exercice de la citoyenneté.
Contact : Maison du Crêt de Roch
Tél. 04 77 33 15 90



DES PROJETS

Tout au long de l'année des projets sont mis en place pour les habitants associations, partenaires, groupes scolaires...
* Ateliers cuisine intergénérationnel
* Je décrypte l'info 3.0
* Bouge ta frimousse
* Bien dans son corps-bien dans sa tête
* Bien vieillir au C2R
* Citoyenneté & jeunesse
* Les petits-déjeuners équilibrés
* Parentalité
* Soirées à thèmes
* Bénévolat
* Etc.....



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



Le 1000 Clubs annexe
en face de notre
bâtiment principal

CARTE D'ADHÉSION
Individuel.....9 euros
Familiale.....14 euros
Associative...40 euros



Hors vacances scolaires
Du lundi au jeudi :
9h-12h 14h-17h
Vendredi :
9h à 13h

Les vacances scolaires
Du lundi au jeudi :
8h30-11h30 13h30-16h30
Vendredi :
8h30-11h30

Adresses virtuelles

cret-roch@wanadoo.fr
www.maison-cretderoch.com
[@maisonducretderoch](https://www.instagram.com/maisonducretderoch)
[notre chaine Youtube](#)



Retrouvez notre agenda virtuel des
événements principaux

[https://openagenda.com/maison-
ducretderoch](https://openagenda.com/maison-ducretderoch)



AVEC LE SOUTIEN

