

VIE SOCIALE  
ET CULTURELLE

ENFANCE

# ACA

MAISON DE QUARTIER

ATELIERS

JEUNESSE

FAMILLE



AGRÉÉ CENTRE SOCIAL

SAISON 2023-2024



# Une saison avec vous et pour vous

## ACA, un lieu de vie

Installé rue Thiers et allée du Haras, ACA est un lieu de vie sociale, de rencontres et d'échanges, d'écoute, d'animations et un lieu ressource de services, pour les habitants et les usagers du quartier Centre-ville/ Lafayette/ Éblé.

## ACA, un lieu de projets

Tout au long de l'année son équipe de professionnels et bénévoles s'attache à créer du lien social et à contribuer au « mieux vivre ensemble » en initiant et en accompagnant des projets avec et pour les habitants, dans le respect de la mixité sociale, générationnelle, culturelle.

## ACA, un lieu d'animations

Activités physiques, culturelles, ludiques ou bien-être, matinées parents-enfants, sorties familles ou entre adultes, accueil de loisirs, missions jeunesse et parcours citoyen... Tout un panel d'animations se décline cette année sous le signe de l'échange et du partage.

## Rejoignez-nous

Envie de partager vos talents et idées, de vous rendre utile, de porter un projet pour le quartier ?

Si vous souhaitez participer à des activités socioculturelles, sociales et éducatives (Repair centre, accompagnement à la scolarité...), apporter une aide ponctuelle aux animations ou événements, n'hésitez pas à contacter ou venir rencontrer l'équipe, qui pourra vous orienter en fonction de vos envies et savoir-faire !



# VIE SOCIALE ET CULTURELLE

## LES ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES PARTÂGES

- 🔍 Des rendez-vous autour d'un programme créé ensemble : ateliers créatifs, jeux de société, découvertes culturelles, karaoké...
- 🕒 Les mercredis, hors vacances scolaires de 14 h 30 à 16 h 30
- 📍 12 rue Thiers
- € Gratuit / Adhésion obligatoire



## ATELIER E-CUISINE

- 🔍 Cuisinons et dégustons ensemble des recettes simples et peu onéreuses trouvées à l'aide des tablettes numériques, avec des produits de saison. Moments de papote et papotes assurés !

- 🕒 Les jeudis hors vacances scolaires de 10 h 30 à 13 h 30
- 📍 Salle Langlois, 12 rue Thiers
- € Gratuit / Adhésion obligatoire

## TRICOT & COUTURE PROJET SOLIDAIRE

- 🔍 Un moment d'échange et de partage autour d'un projet solidaire en partenariat avec le CHU d'Angers et les Restos du cœur.
- 🕒 Les mardis de 14 h à 17 h
- 📍 12 rue Thiers
- € Gratuit / Adhésion obligatoire

## MON P'TIT MARCHÉ



- 🔍 Mon p'tit Marché vous permet d'accéder à des fruits et légumes à petits prix. C'est un projet solidaire qui permet aussi de tisser des liens avec des habitants du quartier.
- 🕒 Les vendredis de 16 h à 18 h
- 📍 Salle Langlois, 12 rue Thiers
- € Selon quotient familial, sous réserve d'éligibilité au dispositif

## ANIMATIONS VACANCES

- 🔍 Activités de cuisine ou créatives, sorties... Venez participer aux animations, partager, échanger ou juste pour boire un café et papoter !
- 🕒 Chaque période de vacances scolaires
- 📍 12 rue Thiers
- € Ouvert à tous - Tarif selon quotient familial

## CULTURE QUARTIER D'ÉTÉ

- 🔍 Animations de rue, concerts, cinéma plein air, déambulations musicales...
- 🕒 Tout l'été
- 📍 Différents lieux du centre-ville
- € Gratuit et ouvert à tous

## CHARTRE CULTURE ET SOLIDARITÉ



- 🔍 Chaque trimestre, la Ville d'Angers et ses partenaires proposent une programmation : théâtre, concert, musée... Les bénévoles d'ACA vous accompagnent sur ces sorties culturelles et collectives.
- 📍 Différents lieux du centre-ville
- € 2€ / Adhésion obligatoire, sous réserve d'éligibilité au dispositif

# VIE SOCIALE ET CULTURELLE

**CONTACT**  
viesociale@aca-angers.fr

**TÉLÉPHONE**  
06 17 22 05 12

## ANTI GASPI REPAIR CENTRE

- Un espace où vous pouvez venir co-réparer vos objets (vélo, couture, petit électroménager, informatique...). Ne jetez plus !
- Le troisième samedi de chaque mois de 9 h à 12 h
- Salle Langlois, 12 rue Thiers
- Gratuit et ouvert à tous



## TROC'LIVRES

- Déposez, échangez gratuitement un ou plusieurs livres.
- Horaires ACA
- 12 rue Thiers
- Gratuit et ouvert à tous

## ECO-FRIGO

- Un dispositif où chacun peut récupérer des denrées alimentaires anti-gaspillage (fin de date, ou légumes et fruits abimés).
- Selon arrivages / Horaires ACA
- Salle Langlois, 12 rue Thiers
- Gratuit et ouvert à tous

## LES ACCOMPAGNEMENTS AIDE NUMÉRIQUE

- Comprendre et remplir des documents, écrire un courrier, débloquer une situation administrative, être orienté vers les services compétents : faites-vous accompagner dans vos démarches par une conseillère numérique.
- Sur rendez-vous les mardis et jeudis après-midi
- 12 rue Thiers
- Gratuit et ouvert à tous

## POINT CONSEIL BUDGET UDAF

- L'UDAF vous reçoit pour répondre à toutes vos questions d'argent, de banque, de budget et trouver, si besoin, avec vous des solutions.
- Sur rendez-vous
- 12 rue Thiers
- Gratuit et ouvert à tous

## FONDS DE PARTICIPATION DES HABITANTS



- Une idée, un projet pour le quartier ? Ce dispositif peut vous apporter un soutien financier pour des projets collectifs d'habitants : une sortie avec les voisins, une fête dans le hall de votre immeuble...
- Accompagnement pour le dossier / Adhésion obligatoire

# FAMILLE

## CONTACT

famille@aca-angers.fr



## TÉLÉPHONE

06 82 67 58 89

### L'ESPACE FAMILLE D'ACA

#### Les matinées d'accueil parents enfants

Venez jouer avec vos enfants dans un espace aménagé pour les tout-petits et échanger avec d'autres parents

- 🕒 Les mardis et jeudis, le 1<sup>er</sup> samedi de chaque mois, de 9 h 30 à 12 h
- 📍 3 allée du Haras
- € Gratuit et ouvert à tous

#### La permanence famille

Une question ? L'équipe famille vous accueille et vous oriente.

- 🕒 Le mercredi matin, de 10 h à 12 h, ou sur rendez-vous
- 📍 3 allée du Haras
- € Gratuit et ouvert à tous

### ANIMATIONS PETITES VACANCES SCOLAIRES

Une programmation à destination des familles : sorties, ateliers créatifs...

#### AIDES AUX DÉPARTS EN VACANCES ET WEEK-END CAMPING

Envie de partir en vacances un week-end ou une semaine ? Faites-vous accompagner dans l'organisation de A à Z : réservations, transports, budget, prêt de matériel, aides financières...

#### SORTIES FAMILLES ÉTÉ

Tout au long de l'été, ACA propose des sorties à la journée ; à la mer, à la campagne, dans des parcs de loisirs... Contactez-nous pour participer à la programmation.

- € Tarifs selon quotient familial

### ANIM'ANNIVERSAIRE

Fêter l'anniversaire de son enfant avec les copains ce n'est pas toujours facile ! ACA vous met à disposition une salle et vous accompagne dans l'organisation.

- 🕒 Samedi des semaines scolaires
- 📍 5 allée du Haras
- € Gratuit / Adhésion obligatoire

### LES RDV DU MERCREDI



- ? Un temps d'accueil pour venir jouer avec ses enfants
- 🕒 Le mercredi, de 14 h 30 à 17 h
- 📍 École Larévellière, rue André Gardot
- € Gratuit et ouvert à tous

### PARENT

**SOLO**  
49

Les maisons de quartiers angevines s'associent pour ouvrir **le premier groupe parents solo d'Angers.**

**L'OBJECTIF :** apporter soutien, écoute, partage d'expériences et d'informations, et surtout rompre l'isolement que peuvent amener une séparation, un divorce ou un veuvage.

Contacter la référente famille pour plus d'informations.

# ● ENFANCE ●

## CONTACT

enfance@aca-angers.fr

## TÉLÉPHONE

06 22 87 77 63



## UN ACCUEIL DE LOISIRS ÉMANCIPATEUR

Au-delà d'un simple mode d'accueil, ACA offre des lieux ludiques, de découverte et de vie citoyenne où l'enfant se construit en toute sécurité et dans la bonne humeur. Un accueil de loisir émancipateur, c'est permettre aux enfants de proposer, d'organiser de mettre en place des activités, des projets avec d'autres enfants. L'équipe propose des possibilités d'activités mais surtout accompagne les enfants à explorer par eux-mêmes.

🕒 L'accueil de loisirs est ouvert de 8 h à 18 h 30 les mercredis et durant les vacances scolaires. Fermeture annuelle entre Noël et le 1<sup>er</sup> de l'An, ainsi que les deux premières semaines d'août.

📍 5 allée du Haras

€ Sur inscription à la journée ou à la demi-journée avec ou sans repas (self David d'Angers). Tarifs selon quotient familial (voir page 11).

## STAGES ET MINI-CAMPS

Durant les vacances scolaires, des stages et des mini-camps sont organisés. Les thèmes et animations naissent des échanges avec les enfants et les parents.

## ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

🔍 Le Contrat local d'accompagnement à la scolarité (Clas) contribue à soutenir les jeunes dans leur travail personnel scolaire. Il est animé par un salarié et une équipe de bénévoles.

🕒 Les mardis et jeudis

📍 École Larévellière, rue André Gardot

€ Gratuit / Adhésion obligatoire





# JEUNESSE

## CONTACT

jeunesse@aca-angers.fr  
animateurej@aca-angers.fr

## TÉLÉPHONE

06 11 70 76 39 / 06 18 65 12 76

### ACCUEIL 11-15 ANS

Des animations, des projets, des sorties, mais aussi des temps d'engagements bénévoles, des actions avec d'autres centres sociaux, de l'autofinancement...

Les vacances scolaires et les mercredis après-midi

12 rue Thiers

1 € à l'année / Adhésion obligatoire

### ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

11-15 ANS

Le Contrat local d'accompagnement à la scolarité (Clas) contribue à soutenir les jeunes dans leur travail personnel scolaire. Il est animé par un salarié et une équipe de bénévoles.

Les lundis et jeudis

Collèges Chevreul et David d'Angers

Gratuit / Adhésion obligatoire

### YAPLUKAS

12-17 ANS

Un temps d'engagement et de rencontres pour les 12-17 ans, qui permet aux jeunes de développer des compétences, un réseau et des valeurs liées au bénévolat.

Les vacances scolaires ou les week-ends

1 € à l'année / Adhésion familiale

### ACCUEIL 15-25 ANS

Des idées d'animations, de stages, des sorties durant les vacances scolaires ? N'hésite pas à venir proposer, nous pouvons t'aider et t'accompagner dans la création et la mise en œuvre de ton projet... nous construirons ensemble !

Tout au long de l'année

12 rue Thiers

1 € à l'année / Adhésion obligatoire

### ATELIERS ET SOIRÉES

15-25 ANS

Chaque mois, des ateliers et soirées thématiques autour de la cuisine ou du bien-être pour créer du lien, échanger, partager...

12 rue Thiers

Gratuit

### RELAIS INFORMATION JEUNESSE

Besoin d'aide pour passer le BAFA, partir en vacances à moindre frais, trouver un job saisonnier... Accueil anonyme gratuit, ordinateur, wifi et documents à disposition !

12 rue Thiers

Gratuit et ouvert à tous

### J'ÉTÉ

Organise avec tes amis des vacances en autonomie grâce à la bourse J'été France ou en Europe (aide financière et accompagnement du projet).

Dispositif mise en place par la Ville d'Angers.

# ATELIERS

## SPORTS ET BIEN-ÊTRE

### Yoga

📍 12 rue Thiers

Détente du corps et de l'esprit. 155 €

Pamela Juret, professeur diplômée

🕒 Lundi, de 12 h 30 à 13 h 30

Lundi, de 19 h à 20 h

### Yoga

📍 5 allée du Haras

Une pratique douce du yoga. 155 €

Méline Rabaté, professeur diplômée

🕒 Jeudi, de 12 h 30 à 13 h 30

### Yoga du Rire

📍 5 allée du Haras

Renforcer l'optimisme et réduire le stress. 75 €

Angéline Grivault, professeur diplômée

🕒 Lundi, de 13 h 30 à 14 h 30  
(2 fois par mois)



### Pilates

📍 12 rue Thiers

Renforcement en profondeur de l'ensemble du corps et d'assouplissement globaux. 155 €

Aïcha Moutassim, professeur diplômée

🕒 Lundi, de 15 h 15 à 16 h 15

Lundi, de 16 h 15 à 17 h 15

Mardi, de 18 h 30 à 19 h 30

Mardi, de 19 h 30 à 20 h 30

### Sophrologie

📍 5 allée du Haras

Développer la connaissance de soi, retrouver sérénité et motivation. 155 €

Christiane Morin, professeur diplômée

🕒 Mardi, de 18 h 30 à 19 h 30

## ATELIERS (sauf vacances scolaires)

Inscriptions à partir du 28 août 2023 (adhérents) et 4 septembre 2023 (non adhérents).

\* Certificat médical obligatoire à l'inscription pour le circuit training et hip-hop.

L'association se réserve le droit d'annuler une activité en cas d'un nombre insuffisant de participants ou pour tout autre motif justifiant l'arrêt.

Démarrage des ateliers à partir du 25 septembre 2023.

### Qi Gong

📍 12 rue Thiers

Gymnastique énergétique chinoise qui repose sur des enchaînements de mouvements lents. 155 €

Séverine Flot, professeur diplômée

🕒 Vendredi, de 10 h 30 à 12 h

### Circuit Training

📍 12 rue Thiers

Gagner en tonicité musculaire. 100 €

Orlane Chevalier, professeur diplômée

🕒 Mercredi, de 18 h 15 à 19 h 45

### Gym d'entretien

📍 12 rue Thiers

Exercice doux, pour travailler le corps dans sa globalité. 140 €

Orlane Chevalier, professeur diplômée

🕒 Mardi, de 10 h à 11 h 30

### Gym en ville

📍 12 rue Thiers

Renforcement musculaire avec le mobilier urbain. 2 € la séance

Association Siel Bleu, professeur diplômée

🕒 Jeudi, de 9 h 30 à 10 h 30



### Marche adaptée

📍 12 rue Thiers

Marcher à votre rythme. 2 € la séance

Association Siel Bleu, professeur diplômée

🕒 Jeudi, de 11 h à 12 h





## ACTIVITÉS CRÉATIVES

### Couture

📍 12 rue Thiers

Des premières bases à la confection de vos effets personnels. **190 €**

Pascale Métayer

🕒 Mardi, de 9 h 15 à 11 h 15

Jeudi, de 9 h 15 à 11 h 15

## LANGUES

### Anglais

📍 12 rue Thiers

Vous avez un assez bon niveau en anglais que vous souhaitez entretenir. **45 €**

Intervenant anglophone

🕒 Mercredi, de 10 h 15 à 11 h 30

## THÉÂTRE

### Théâtre d'improvisation

📍 5 allée du Haras

Initiation au théâtre d'improvisation. **130 €**

Pierre Ménager

🕒 Lundi, de 18 h 45 à 20 h 15

## JEUX ET DÉCOUVERTE

### Jeux de société

📍 12 rue Thiers

Partagez un moment entre amis, famille autour de différents jeux de société. **Adhésion obligatoire**

Association MEM' ANGERS

🕒 Vendredi, de 19 h à 23 h 30  
(2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> du mois)

### Carte Vanguard

📍 12 rue Thiers

Jeu de stratégie japonais. **Adhésion obligatoire**

Association Cray's Fighter

🕒 Dimanche, de 10 h à 19 h

### The Claw

📍 12 rue Thiers

Tournoi Super smash Bros Ultimate.

**Adhésion obligatoire**

Association LEONA HOPE

🕒 Vendredi, de 19 h à 23 h 30  
(1<sup>er</sup> et 4<sup>e</sup> vendredi du mois)

## ENFANCE ET EN FAMILLE

### Hip-hop

📍 12 rue Thiers

Venez découvrir l'univers du hip-hop à travers le break dance. **105 €**

À partir de 8 ans.

Alexis Léger

🕒 Mercredi, de 16 h à 17 h, ou de 17 h à 18 h

### Club Robotique

📍 12 rue Thiers

Viens concevoir un robot de A à Z et participe à la grande aventure de la Coupe de France de Robotique junior! **125 €**

À partir de 9 ans.

Association Les Francas

🕒 Mercredi, de 14 h à 16 h

### CIRK en Famille

📍 5 allée du Haras

Découvrir le cirque en famille. DUO parent et enfant. **70 €**

Possibilité avec un 2<sup>e</sup> enfant  
« contacter l'accueil ».

2-5 ans.

Association Bras Tendus

🕒 Samedi, de 10 h à 11 h  
(10 séances pour l'année)

### Cirque

📍 5 allée du Haras

Deviens un petit acrobate. **70 €**

6-12 ans.

Association Bras tendus

🕒 Samedi, de 11 h à 12 h  
(10 séances pour l'année)

# Informations pratiques

## Comment nous joindre ?

### ACA

12 rue Thiers  
49100 Angers  
☎ 02 41 86 05 05

### ACCUEIL DE LOISIRS

5 allée du Haras  
49100 Angers  
☎ 06 22 87 77 63

### ESPACE FAMILLE

3 allée du Haras  
49100 Angers  
☎ 06 82 67 58 89

### ACCUEIL

contact@aca-angers.fr

### FAMILLE

famille@aca-angers.fr  
☎ 06 82 67 58 89

### JEUNESSE

jeunesse@aca-angers.fr  
☎ 06 11 70 76 39

### VIE SOCIALE

viesociale@aca-angers.fr  
☎ 06 17 22 05 12

### ENFANCE

enfance@aca-angers.fr  
☎ 06 22 87 77 63

### ANIMATEUR JEUNESSE

animateurj@aca-angers.fr  
☎ 06 18 65 12 76

## Comment s'inscrire ?

### → ATELIERS

**Certificat médical obligatoire** à l'inscription pour le circuit training, le hip-hop.

**Aucun remboursement ne sera effectué sauf pour raison médicale et déménagement hors département.**

ACA accepte les paiements en chèque, en espèce, en Carte Bancaire ainsi qu'en chèque ANCV.

**Paiement en plusieurs fois possible** (contacter l'accueil).

**Carte partenaire de la Ville d'Angers** (-20 % sur les ateliers).

### → ANIMATIONS FAMILLE ET ADULTES

Adhésion obligatoire

**Inscriptions au plus tard 48 h avant.**

Toutes annulations en dessous de sept jours ouvrés ne font pas l'objet d'un remboursement.

Validation de la réservation à réception du paiement. Les mineurs doivent obligatoirement être accompagnés d'au moins un de leurs parents (ou autre membre majeur de la famille).



## Cotisation annuelle

**6 €** la cotisation individuelle

**9 €** la cotisation familiale

Valide du 1<sup>er</sup> septembre 2023  
au 31 août 2024

### → INSCRIPTIONS ENFANCE, JEUNESSE

Adhésion familiale obligatoire

Fiche sanitaire complète - téléchargeable  
sur le site Internet d'ACA.

+ Copie du carnet de vaccination  
+ Copie de l'attestation CAF ou MSA.

Inscriptions au plus tard 48 h avant.  
Toutes annulations en dessous  
de 7 jours ouvrés ne font pas l'objet  
d'un remboursement.

### → POUR LES SÉJOURS ET STAGES

Adhésion obligatoire + attestation CAF  
ou MSA du mois en cours.

Fiche sanitaire complète - téléchargeable  
sur le site Internet d'ACA.

+ Copie du carnet de vaccination  
+ Copie de l'attestation CAF ou MSA.

Sur inscriptions en fonction des places  
disponibles. Paiement obligatoire  
à l'inscription.

Les annulations en dessous de 15 jours  
ne font pas l'objet d'un remboursement  
sauf pour raison médicale.

### VACAF

Une aide de la Caisse  
d'allocations familiales  
est possible pour les quotients  
familiaux inférieurs à 700 €.   
Contacter ACA pour connaître  
le montant.



## Tarifs de l'accueil de loisirs du Haras

QUOTIENT FAMILIAL	1/2 JOURNÉE SANS REPAS	1/2 JOURNÉE AVEC REPAS	JOURNÉE SANS REPAS	JOURNÉE AVEC REPAS
ANGEVINS / CAF 49				
0-700	1,20 €	5,40 €	2,40 €	6,60 €
701-1000	2,70 €	6,90 €	5,40 €	9,60 €
1001-1300	4,20 €	8,40 €	8,40 €	12,60 €
1301-1900	5,70 €	9,90 €	11,40 €	15,60 €
1901 et +	7,20 €	10,90 €	14,40 €	18,60 €
NON ALLOCATAIRE / HORS CAF 49				
	8,50 €	12,20 €	17,00 €	21,20 €

