

ASSOCIATION
**Marcelle
Menet**

s a i s o n
2023 2024

WWW.MARCELLEMENET.FR



@raphaellexine

CENTRE MARCELLE MENET
MAIL CLÉMENT PASQUEREAU - 49100 ANGERS
02 41 96 12 00 - accueil@marcellemenet.fr



Présidente depuis le 8 juin 2022, et reconduite dans ma fonction en 2023, je vis dans le quartier Deux Croix depuis 57 ans. J'y ai connu bien des changements et souhaite, avec vous, y continuer le travail du Centre Social Marcelle MENET .

J'affirme ma volonté de travailler avec les habitants du quartier, pour les habitants du quartier, dans la continuité, la concertation, le dialogue constructif, accompagnée des Administrateurs et des Salariés.

Depuis 2022, le Conseil d'Administration s'est élargi, avec un conseil des jeunes qui permet d'être davantage à l'écoute de leurs souhaits.

Les salles polyvalentes 1 et 2 ont été baptisées lors de l'Assemblée Générale du 5 juin des noms d'Alonso (Alphonse) FRANCO et Yvonne COCHARD, figures marquantes du quartier Deux Croix.

Nous accueillons cette année une nouvelle Directrice, Mme Catherine GOIZET depuis le 5 juillet 2023.

Tous ensemble, allons de l'avant !



Béatrice BRECHET
Présidente de l'Association
Marcelle MENET

ADMINISTRATEURS



PRÉSIDENTE

Béatrice BRECHET

PRÉSIDENTE D'HONNEUR

Anne Marie FOUCHER

VICE-PRÉSIDENT

EN CHARGE DE LA COMMUNICATION

Patrick TOURENNE

SECRETAIRE

Arsène POUNGA

TRESORIÈRE

Monique BERNIER

AUTRES MEMBRES DU CA

Mélanie LECLER - Nahima BELHOUCHE
Jean Marc MAGRES - Annick BORDEREAU
Catherine TESSON - Sylvie DEVY

COLLÈGE ASSOCIATIF

REDA : Arsène POUNGA
Régie de Quartiers : Jean Pierre BODIN

COLLÈGE JEUNES

Mohammed MOUHINE - Zaïd BOIVIN

ÉQUIPE



DIRECTION

Catherine GOIZET

ADMINISTRATION

Sandrine OGER,
Bénédicte ABELARD,

JEUNESSE

Alexandre GAIGÉARD - Responsable
Jeunesse, Charlotte SOYER,
Majda LAMRHOUTI, Esther BASTARD-
DUCHENNE, Jade DEROUINEAU.

ANIMATION GLOBALE FAMILLES ADULTES

Recrutement du responsable
du pôle en cours. Ingrid PORCHER,
Thierry MOREAU, Karl ADAM.





Le pôle animation globale adultes propose toute l'année des animations conviviales, culturelles, sportives, ... Des projets actions en réponse aux attentes et besoins de tous les habitants du quartier Deux Croix.

LES ANIMATIONS DE QUARTIER

Préparées avec des habitants, de nombreuses animations sont programmées toute l'année, pour partager, se rencontrer.

QUARTIERS D'ÉTÉ | FÊTES | SOIRÉES
DANSANTES | JOURNÉES DANS LES
ESPACES PUBLICS DU QUARTIER |
CINÉ DIMANCHE

JOURNAL DE QUARTIER

Le journal de quartier informe les habitants des animations et projets du quartier. Il mobilise une quinzaine de bénévoles toute l'année (rédaction, distribution...).

SORTIES, ESCAPADES ET SÉJOURS

1 journée, 3 jours, une semaine en camping ou en gîte, toute l'année, des bénévoles et l'équipe choisissent et organisent des sorties pour les habitants. Des actions d'autofinancement permettent de soutenir financièrement les projets engagés (vide-greniers, loto...).

LES ACTIONS CULTURELLES

Toute l'année, des sorties spectacles et des projets culturels sont proposés aux habitants (grâce, entre autres, à la Charte Culture et Solidarité - Ville d'Angers)

DANSE | CONCERTS | OPÉRA
DEMOS | PROJETS...

REPAS PARTAGÉS TEMPS CONVIVIAUX

Des temps forts préparés et animés par la commission projets d'habitants et/ou en partenariat avec les acteurs locaux du territoire du quartier Deux Croix. Programme des animations construit toute l'année avec les habitants.



LES P'TITS DÉJ' DU MERCREDI

Tous les mercredis matins au Centre Marcelle Menet (hors périodes de fermeture). Petits déjeuners à thème organisés plusieurs fois dans l'année. Préparés par une équipe de bénévoles investis, soucieux de l'accueil de tous.

Tout le monde est
le bienvenu !

 Mercredi - 8h30 à 10h30

 1 € (adhérent)
2 € (non adhérent)





ESPACE NUMÉRIQUE

L'espace dédié au numérique vous accueille et vous propose des initiations à l'informatique, des ateliers sur tablette et smartphone, des animations thématiques, des accompagnements individuels et/ou collectifs...

OUVERTURE PUBLIC

-  **Le mercredi et le vendredi**
16h à 17h30
-  **Accès libre jeunes et adultes**

ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

Besoin d'un accompagnement ponctuel sur une démarche, un dysfonctionnement de votre matériel ?

-  **Le mercredi et le vendredi**
14h à 16h00 sur rendez-vous

ADHÉSION AU CENTRE MARCELLE MENET OBLIGATOIRE

INITIATIONS

Que ce soit sur PC, tablette ou smartphone, Karl ADAM vous accompagne dans la maîtrise de votre appareil numérique à votre rythme.

Atelier découverte du PC

-  **Le mardi de 15h30 à 17h**
-  **Accès libre jeunes et adultes**

Atelier Tablette/Smartphone

-  **Le vendredi de 14h à 16h00**
-  **Accès libre jeunes et adultes**

ESPACE STUDIO D'ENREGISTREMENT

Atelier d'écriture et d'enregistrement accompagné par Gwenn LABARTA, un professionnel de la musique. Construction de projets musicaux à l'année.

-  **Sur réservation à l'accueil du centre**





En famille

Le pôle famille, c'est :

L'accueil des familles, du public, de l'écoute, une orientation adaptée aux besoins de chacun, la mise en place de projets. C'est un accompagnement à taille humaine dans les besoins, les envies, la parentalité, ...

SORTIES, ATELIERS PARENTS/ENFANTS

Toute l'année, des activités sont proposées et réfléchies avec les familles.

SORTIES CULTURELLES, SPORTIVES, DÉCOUVERTES, INITIATIONS, SÉJOURS, CAFÉ PARENTS... (exemple : alimentation, sommeil, les écrans...)



NOS OBJECTIFS :

Soutenir les parents dans leur fonction parentale.

Leur permettre de passer des moments avec leurs enfants.

Accompagner les familles dans la mise en œuvre de projets individuels et/ou collectifs.

L'ESPACE FAMILLES LE BOCAL

Un lieu accueillant pour les enfants (0 à 6 ans) et leurs parents, pour passer du temps ensemble et renforcer la fonction parentale. Bricoler, jouer, échanger entre parents et se retrouver en famille.



Toute une banque
pour vous



Renseignements auprès du responsable du pôle familles



106 rue Larévellière



Jeunes 10-25 ans

Le pôle jeunesse 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.

10 | 13 ANS

16 | 25 ANS

14 | 15 ANS

Des animations et la construction de projets toute l'année pendant les périodes scolaires et pendant les périodes de vacances.

Accompagnement individuel et/ou collectif adapté aux âges des jeunes accueillis.

UN ESPACE JEUNES

Ouvert en fonction des attentes et des besoins des jeunes, fonctionnement organisé avec l'équipe d'animateurs jeunesse.

ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE

Avec des bénévoles. Sur rendez-vous auprès du responsable jeunesse pour les 6^{ème}, 5^{ème}, 4^{ème}, 3^{ème}. En partenariat avec le collège Montaigne et l'Association Trait d'Union.

 **Mardi et jeudi - 17h30 à 19h**

CODE DE LA ROUTE

*Encadré par un animateur
A partir de 15 ans. Cours, révisions et séries d'examen.
En lien avec la Mission Locale.*

 **Mardi et jeudi - 17h à 18h30**
(hors vacances scolaires)

PROJETS / SÉJOURS

*Projets et séjours clé en main
Aides au départ autonome,
bénévolat, autofinancement...
Co-construits avec les animateurs.*



Ateliers socio-culturels

Le Centre Social Marcelle Menet propose toute l'année des ateliers ouverts à tous

DESSIN ET PEINTURE

AVEC LÉONE DELAUNAY

Explorer différentes techniques de base de dessin et de couleur : crayon, aquarelle, pastels, acrylique, huile, selon le rythme et la personnalité de chacun.



Vendredi - 14h à 16h



126€ / 168€ / 210€
(selon QF)

ATELIER D'ÉCRITURE

AVEC BÉNÉDICTE MONTJOIE

Cycles de 5 séances. Jouer avec les mots en toute simplicité. Une aventure individuelle et collective.



5 lundis - 14h15 à 16h15
ou
3 jeudis - 14h30 à 16h30



60€ / pour 5 séances
42€ / pour 3 séances

TAPISSERIE CONTEMPORAINE

AVEC MARTINE PLAÏT

Tissage sur cadres de haute-lice, avec des matériaux de base (laine, coton) mais aussi plastique, papier, cuir, ardoise... La formation, adaptée à chacun, permet des créations personnalisées.



Jeudi - 18h à 20h



207€ / 261€ / 321€
(selon QF)



Atelier du Papillaie
3 rue Maurice Pasquier*

*Déménagement prévu au Centre Marcelle Menet au 1er janvier 2024



POTERIE ET CÉRAMIQUE

AVEC CATHERINE BOURDIN
L'art céramique offre d'immenses possibilités de création, avec différentes techniques de fabrication et de décors : engobes, émaux, polissage.

 **Lundi - 18h30 à 20h30**
Mardi - 14h30 à 16h30
- 18h30 à 20h30

 **213€ / 273€ / 333€**
(selon QF)

 **Château de l'Arceau**
rue Guillaume Lekeu

ATELIER DE JEUX ET D'ÉCHANGES

Animé par des bénévoles
Rencontres, goûters, jeux, discussions...

 **Lundi - 14h à 18h**
 **Gratuit - Sans inscription**



Début des activités :
11/09/2023

L'Association Marcelle Menet se réserve le droit d'annuler un atelier en cas d'inscriptions insuffisantes. Possibilité de payer en 3 fois



HATHA-YOGA

AVEC GÉRALDINE DROUET

Alliant postures et respiration, le Hatha Yoga procure un bien-être physique et mental.

Les exercices se pratiquent en conscience. Chacun adapte les postures à ses besoins et capacités du moment, il s'agit de se faire du bien ici et maintenant.»

 **Vendredi - 9h15 à 10h30**

 **141€ / 183€ / 222€**
(selon QF)

 **Salle de l'Arceau**
rue Guillaume Lekeu

YOGA DOUX

AVEC GÉRALDINE DROUET

Le yoga doux, permet à l'élève d'atteindre un bien-être physique et psychique grâce à une progression lente et à l'utilisation de matériel spécifique (briques, sangles, chaises, balles, bâtons...).

 **Vendredi - 10h45 à 12h**

 **141€ / 183€ / 222€**
(selon QF)

 **Salle de l'Arceau**
rue Guillaume Lekeu

PILATES

AVEC CYRILLE SOULETIS

Développer ses muscles profonds, améliorer sa posture associée à une respiration bien spécifique, apportant un bien être physique et mental.

 **Mardi - 14h à 15h**

 **66€ / 96€ / 126€**
(selon QF)

GYM D'ENTRETIEN

AVEC CYRILLE SOULETIS

Développer ou entretenir sa forme physique. Mouvements de renforcement musculaire du buste, abdominaux, cuisses, fessiers...

 **Mercredi - 9h à 10h**

 **2€ la séance**





LES BALADES DE MENET

Découvrez la région grâce à une balade adaptée à tous (visites culturelles).

 **Lundi - 14h à 17h**

 **Sur inscription**

Programme construit toute l'année avec les habitants

LES MARCHES TRANQUILLES

Encadrées par des bénévoles. Petites randonnées (5-10 km). Accessibles à tous. *Prévoir si possible chaussures de marche et bâtons de randonnée.*

 **Jeudi - 9h15**

 **Gratuit - sur inscription**

 **Départ du centre Marcelle Menet**



STRETCHING

AVEC CYRILLE SOULETIS

C'est une pratique dite «douce» qui consiste à étirer les muscles et assouplir les articulations. Basé sur des mouvements lents et maîtrisés alliés à une respiration profonde, le stretching vous invite à la détente et à la relaxation.

 **Jeudi de 16h à 17h**

 **66€ / 96€ / 126€**

QI GONG

AVEC MARYSE BOYER

Cette gymnastique chinoise associe mouvements lents et exercices respiratoires. L'élève peut ainsi, entretenir sa santé et sa vitalité, trouver le calme intérieur et atteindre une meilleure concentration.

 **Lundi - 10h30 à 11h30
Vendredi - 11h à 12h**

 **126 €**

Réduction sur présentation de la Carte Partenaire délivrée par la Mairie d'Angers.

Tarif 1 : QF < 375 €

Tarif 2 : QF entre 375 et 706 €

Tarif 3 : QF > 706 €

QF : Quotient Familial

Autres services...

PERMANENCE NUMERIQUE

Christine MIDOUX vous accompagne de manière individuelle dans la prise en main des outils numériques. **SUR RENDEZ-VOUS.**

MERCREDI 9h à 12h - 14h à 18h

PERMANENCE ADMINISTRATIVE

Assurée par Yann SECHET. Rédaction et explication de courriers, dossiers administratifs, informations diverses. **SUR RENDEZ-VOUS.**

VENDREDI 9h à 12h

MISSION LOCALE

Information, orientation et accompagnement global socioprofessionnel des 16-25 ans dans la recherche d'emploi.

Lundi	9h - 12h30	14h - 17h30
Mardi	9h - 12h30	14h - 17h30
Mercredi	9h - 12h	14h - 17h30*
Jedi		14h - 17h30
Vendredi	9h - 17h	14h - 17h

INFOS : 02 41 20 33 14 - *uniquement sur rdv l'après-midi

LA LUDOTHEQUE ANNIE FRATELLINI

Espace dédié au jeu, pour tous. Possibilité d'emprunt de jeux (gratuit) et d'accueil de groupes (CLSH, Classes ...).

	<u>Hors vacances scolaires</u>	<u>Vacances scolaires</u>
Mercredi	14h à 18h	9h30 - 12h et 14h à 18h
Vendredi	15h à 18h	14h à 18h
Samedi	9h30 à 12h30	9h30 à 12h30

INFOS : 02 41 05 39 85 - Service Ville d'ANGERS

Autres services...

BANQUE ALIMENTAIRE

Distribution de produits alimentaires en partenariat avec Saint Vincent de Paul.

JEUDI de 14h à 17h
À PARTIR DU 21 SEPTEMBRE

MON PETIT MARCHÉ

Des fruits et légumes variés à un tarif selon ressources (QF <706 / de 2,60 à 6€). Paiement à la réservation.

MARDI - 16h30 à 18h

SOURIRE D'AUTOMNE

Organisation de loisirs et d'activités socio-culturelles de ses adhérents, retraités et préretraités du quartier Deux Croix Banchais et du Grand Angers.

MARDI de 13h30 à 18h
 VENDREDI de 14h à 18h

REDA

Accueil des demandeurs d'asile et réfugiés autour de repas, et d'activités. Aide dans leurs démarches administratives.

JEUDI de 12h à 14h

DAME SALSA

Initiation et perfectionnement à la danse salsa.

MERCREDI
de 20h30 à 22h30

APTIRA

Information sur vos droits, formation pour trouver un emploi, accompagnement dans votre quartier, formation à la langue française.

MARDI
de 10h à 12h - 14h à 16h

ORANGE PLATINE

Association développant des activités culturelles et éducatives ainsi que des projets artistiques autour des pratiques improvisées et de l'improvisation en général : ateliers d'éducation artistique, cours à l'année et stages tout public, formations professionnelles, spectacles...

JEUDI de 19h à 21h30

UNE ASSOCIATION NE PEUT VIVRE SANS BENEVOLES

Les bénévoles sont essentiels à la réalisation de nos missions. Si le cœur vous en dit, rejoignez-nous : accompagnement scolaire, organisation de petits déj's, participation au journal de quartier, accompagnement aux sorties ...

Parlez-en autour de vous, rencontrez un bénévole qui vous dira ce que son engagement lui apporte !



ACCUEIL DU PUBLIC

Lun. mar. jeu. vend.
9h à 12h / 14h à 18h
Mer : 8h30 à 12h / 14h à 18h



ADHÉSION

-18 ans : 2€
+ 18 ans : 5€
Association : 10€

RESTEZ INFORMÉS

WWW.MARCELLEMENET.FR



Association-Marcelle-Menet-Officiel



association_marcelle_menet

LE JOURNAL DE QUARTIER : ZOOM À L'EST
TRACTS ET AFFICHES
À L'ACCUEIL DE VOTRE CENTRE

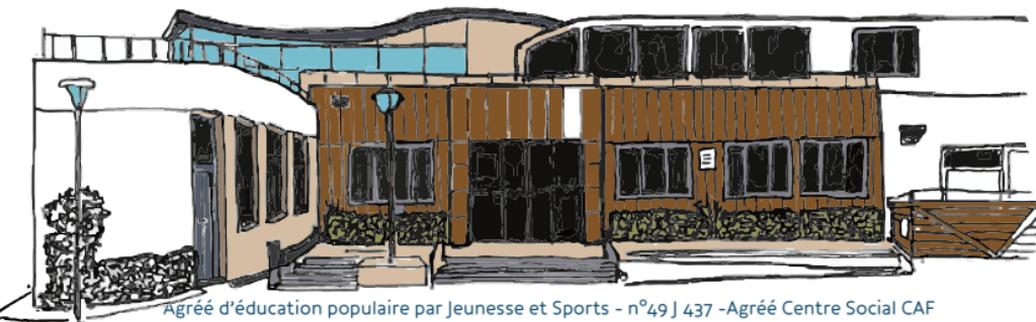
CENTRE MARCELLE MENET
MAIL CLÉMENT PASQUEREAU
49100 ANGERS - 02 41 96 12 00
accueil@marcellemenet.fr

Crédits photos/illustrations

Raphadessine, Freepik,
Pikisuperstar, Katemangostar

SUPER U

St Barthélémy Les Bançais



Agréé d'éducation populaire par Jeunesse et Sports - n°49 J 437 - Agréé Centre Social CAF