



DÉCOUVREZ
LES ACTIVITÉS
SOCIOCULTURELLES

POUR TOUS LES ÂGES
2023 / 2024

CENTRES SOCIOCULTURELS
SILLON DE BRETAGNE - SOLEIL LEVANT - LE GRAND B - ESPACE 126





Accompagnement de vos projets, propositions culturelles et sportives, temps forts et rencontres du quotidien pour tisser

les liens et la solidarité : une nouvelle année démarre dans les centres socioculturels (CSC) herblinois. Porté par les associations socio-éducatives et culturelles (ASEC) et leurs bénévoles, les associations partenaires et le personnel municipal, ce beau programme s'enrichira tout au long de l'année de vos initiatives.

Partageant l'ambition de proximité des centres socioculturels, la Ville ouvrira le 21 septembre 2023 un Pôle de Services Publics (PSP) au sein des locaux du centre socioculturel du Sillon, pour faciliter vos démarches administratives. Le centre socioculturel du Soleil Levant, accueillera lui aussi un Pôle de Services Publics après d'importants travaux de rénovation programmés au premier semestre 2024.

Belle année socio-éducative à toutes et à tous.

Bertrand Affilé
Maire de Saint-Herblain
Vice-président de Nantes Métropole

SOMMAIRE



QUARTIER NORD

Centre socioculturel du Sillon de Bretagne - p.4

QUARTIER CENTRE

Centre socioculturel du Soleil Levant - p.12

QUARTIER EST

Centre socioculturel Le Grand B - p.19

QUARTIER BOURG

Centre socioculturel Espace 126 - p.24

TARIFS p.31

INSCRIPTIONS
DU 4 AU 15 SEPTEMBRE

DÉBUT DES ACTIVITÉS
LE 18 SEPTEMBRE

CENTRE SOCIOCULTUREL

SILLON DE BRETAGNE

CO-RESPONSABLES

Yvon Bernard
Pierre Bussiere
Juliette Cramer
Maddy Desouches
Sidy Diallo
Jamila El Abed
Rajaa El Qadi
Gérard Fallot
Jacqueline Freville
Laïla Nasr
Youssef Ouchen
Monique Rayer
Bernard Sonnery

*Le choix de l'ASEC
s'est porté sur une
gouvernance collective
avec 13 co-responsables
pour accompagner
la vie de quartier, les
projets des habitants.*

OUVERTURE DE L'ACCUEIL DU CENTRE

Du lundi au vendredi
de 9 h à 12 h 30 et de 13 h 30 à 18 h 30
(18 h le vendredi).

CONTACT

12 bis av. des Thébaudières
44800 Saint-Herblain
T 02 28 25 26 80

cscsillon@saint-herblain.fr

[f](#) Centre Socioculturel Sillon
de Bretagne-Officiel

[@](#)@centre_socioculturel_sillon

ASSOCIATION SOCIO-ÉDUCATIVE ET CULTURELLE

cscsillon.centres-sociaux.fr
asec.cscsillon@free.fr

QUI SOMMES-NOUS ?

Au sein du centre socioculturel Sillon de Bretagne réside une association : l'Association socio-éducative et culturelle (ASEC) Sillon de Bretagne.

Le centre socioculturel est situé dans l'immeuble du Sillon de Bretagne mais s'adresse aux habitants et aux habitantes de tout le quartier Nord de Saint-Herblain : Bagatelle, Beauséjour, Thébaudières, Golf, Angevine, route de Vannes, Bouvardière... jusqu'à la Bergerie ! L'ASEC Sillon de Bretagne a plusieurs missions :

■ Aider les habitantes et habitants à réaliser leurs projets

Vous avez un projet pour votre quartier ? Vous êtes seul ou en groupe, une association, peu importe ! Nous sommes là pour vous aider à le mettre en place, surtout s'il a un impact positif sur le quartier.

■ Organiser des activités sociales, éducatives, culturelles

Vous avez envie de rencontrer vos voisins, de participer à un atelier cuisine, de faire de la danse, du yoga, des percussions, de la couture, d'apprendre à réparer votre vélo, de construire des cabanes, d'aller à la mer... ou juste de boire un petit thé ? Vous êtes au bon endroit ! Et si rien de tout ça ne vous intéresse, venez nous proposer vos idées !

■ Développer l'entraide et la solidarité

Parfois, il peut arriver que vous ayez besoin d'aide : pour réaliser des démarches administratives, pour progresser en français, pour apprendre à utiliser votre smartphone ou votre ordinateur, pour faire des courses, pour sortir de chez vous... Pour d'autres, vous avez envie de vous engager pour aider des personnes qui peuvent rencontrer des difficultés. Au centre socioculturel, vous êtes au bon endroit pour être aidé ou pour aider d'autres personnes. Si vous souhaitez faire partie de cette association, n'hésitez pas à venir nous voir pour échanger !

PROJET SOCIAL 2023 / 2026 5 AXES

■ Mettre en place les conditions nécessaires au développement de réseaux de proximité

■ Construire une dynamique d'accueil permettant d'identifier le centre socioculturel comme un espace ressource et de vie sociale

■ Lutter contre toutes les formes d'isolement et d'exclusion et agir auprès des plus vulnérables (projet Sillon de Bretagne)

■ Lutter contre toutes les formes d'isolement et d'exclusion (projet Famille)

■ Construire une approche et un accompagnement adaptés avec les différentes jeunesse du territoire (projet Jeunesse).

LES TEMPS FORTS

FESTIVAL HERBULLES Albums jeunesse & BD.

Du 4 au 31 octobre 2023 dans toute la ville.

OCTOBRE ROSE Le 14 octobre 2023 de 14 h à 18 h.

LES HIVERNALES « Ouvrir les Horizons ».

Festival des arts vivants développé dans tous les centres socioculturels de la ville. Du 17 novembre au 3 décembre 2023.

DANSES, PERCUSSIONS AFRICAINES

Le 2 décembre 2023, les 23 mars et 1^{er} juin 2024.

SILL'ON FAISAIT LA FÊTE Le 17 décembre 2023.

FESTIVAL DES JEUX Du 26 février au 10 mars 2024.

MOIS DE MARS ENGAGÉ

Temps fort dédié à un sujet de société. Mars 2024.

FÊTE DU QUARTIER NORD Juin 2024.

ANIMATIONS ESTIVALES Juillet 2024.

Si vous souhaitez nous accompagner, nous serions ravis d'accueillir de nouveaux bénévoles. Contactez l'accueil du centre et rejoignez-nous lors d'une **soirée d'accueil des bénévoles : jeudi 28 septembre 2023 à 18 h 30** (pour les soirées suivantes, renseignez-vous à l'accueil).

Adhérente et adhérent de l'ASEC Sillon, usager du centre socioculturel, habitante et habitant du quartier, vous avez votre place dans la vie de l'association en participant à des rencontres, conseil d'administration, assemblée générale... Cela permet d'échanger, de se former et d'exercer sa citoyenneté.

ARRIVÉE D'UN PÔLE DE SERVICES PUBLICS AU SILLON



Le centre socioculturel s'embellit après des travaux au premier semestre 2023. Il accueille également un Pôle de Services Publics, porté par la Ville de Saint-Herblain, qui prendra place au rez-de-chaussée d'une partie de l'équipement à compter du 21 septembre. Vous pourrez y réaliser vos formalités (état civil, carte d'identité, passeport, CCAS, santé...), ou encore bénéficier d'un accompagnement numérique gratuit (utiliser un ordinateur, un smartphone, une tablette, Internet, mails...).

PROJET JEUNESSE

ASEC* SILLON DE BRETAGNE

NOS ACTIONS AVEC LES JEUNES

Parce que les jeunes ont des envies, parce qu'ils sont force de propositions et d'actions, parce que la jeunesse est une période d'expérimentation et de choix... le centre socioculturel Sillon de Bretagne apporte un soutien à la fois pédagogique, technique et financier permettant d'accompagner les jeunes (11-25 ans) du quartier Nord, dans leur volonté d'agir. De multiples projets sont à créer, à imaginer avec les jeunes : sorties culturelles, séjours, vidéo, musique, danse, couture, festival...

Alors si vous avez entre 11 et 25 ans, venez exprimer vos envies, proposer vos idées et ensemble nous construirons vos projets ! Osez agir, osez rêver.

CONTACT

Échange possible avec Lola Auneau

07 69 77 44 38

l.auneau.cscsillon@gmail.com

@lola.cscsln

Lola Csc Sillon

cscsln (Lola CSC Sillon)

À proximité du centre socioculturel :

LE PÔLE RESSOURCES JEUNESSE

« NOUS ACCOMPAGNONS TOUTES LES JEUNESSES. »

Le pôle ressources jeunesse du Sillon accueille, informe et accompagne les 14-30 ans sur l'ensemble des demandes des jeunes : formation, recherche de stage ou d'emploi, santé, mobilité, logement...

Les équipes vous proposent un accompagnement individualisé ou collectif selon vos besoins. Des aides aux projets sont mises en place pour favoriser les initiatives des jeunes.

CONTACT

Pôle ressources jeunesse du Sillon

12 ter avenue des Thébaudières

44800 Saint-Herblain - 02 28 25 25 51

jeunesse@saint-herblain.fr

HORAIRES

Lundi : 14 h - 18 h

Mercredi : 10 h - 12 h / 14 h - 18 h

Vendredi : 14 h - 18 h

*Association socio-éducative et culturelle

PARENTALITÉ

Le collectif d'habitantes et habitants « Groupe parentalité » se réunit selon les disponibilités de chacune et chacun pour échanger, organiser des projets et animations autour de thématiques liées à la parentalité : ateliers, sortie à la journée, animations familiales, soirée ciné-débat... Se renseigner auprès de l'animatrice référente famille.

PAUSE PARENTALE

Sur chaque période de vacances, profitez d'un temps de pause dans votre quotidien de parent ! Une sortie est prévue pour un petit groupe de parents pendant que les enfants profitent d'un temps ensemble sur une activité.

DEVENIR HABITANTS RELAIS

Les habitantes et habitants relais contribuent à l'entraide et au développement de relations de voisinage dans le quartier Nord de Saint-Herblain. Selon leurs envies, leurs compétences, leur disponibilité, les habitants relais peuvent par exemple accueillir de nouvelles personnes s'installant dans le quartier, accompagner une personne vers une structure du territoire, aller rendre visite à des personnes qui vivent seules, traduire des documents ou des échanges pour des personnes qui auraient des difficultés en français, rendre de petits services à leurs voisins...



CANTINE SOLIDAIRE ET PARTICIPATIVE

Le but est d'apprendre à cuisiner à partir de légumes de saison de l'Association pour le maintien d'une agriculture paysanne (AMAP) et d'inventer de magasins et de partager un repas ensemble le matin et le midi.

HORAIRES : mercredi de 9 h 30 à 15 h

Nous recherchons des bénévoles pour construire ce nouveau projet. Démarrage en octobre 2023.

GRAINES DE CAFÉ

Les habitantes et habitants se retrouvent le mardi après-midi sur une permanence d'accueil et de rencontre conviviale où chacune et chacun peut boire un café ou un thé gratuitement, partager, échanger, proposer et créer des initiatives... Ouvert à toutes et tous, habitantes et habitants, collectifs et associations locales. Le centre vous accompagne dans vos envies et initiatives !

HORAIRES : mardi de 14 h à 17 h dans l'espace Graines de café.

TOUS EN SELLE

Un temps pour réparer ou apprendre à réparer son vélo ensemble.

HORAIRES : 1^{er} et 3^e mercredis du mois de 16 h à 18 h (14 h - 18 h pendant les vacances)

Si vous êtes adulte et que vous souhaitez apprendre à faire du vélo, c'est possible. Contactez-nous !

FRIPERIE SOLIDAIRE

Vous êtes intéressé par la mode, les actions solidaires, la seconde main ou la couture ? Ce nouveau projet à l'initiative d'une habitante a besoin de vous pour se développer ! Pour y contribuer, n'hésitez pas à venir nous rencontrer.

MARCHES ADAPTÉES DE PROXIMITÉ

Des habitantes et habitants se réunissent pour marcher. Rendez-vous au centre socio-culturel. Ouvert à tous.

HORAIRES : lundi à 10 h

SENIORS

Bien vieillir dans son quartier, mieux vivre ensemble dans un environnement connu et sécurisant, construire de nouvelles solidarités, éviter le repli, l'isolement et l'exclusion. Tels sont les enjeux sur lesquels nous souhaitons agir avec l'aide de nos partenaires et des habitantes et habitants.

BIEN-ÊTRE

Le centre organise des temps de bien-être tout au long de l'année, en fonction des besoins et envies des personnes (programmation en cours de construction : sorties, séjours, découverte d'activités).

Vos propositions sont les bienvenues !

MUSIQUE, VIDÉO, RADIO

Un studio est mis à disposition à toute personne (jeune, habitant...) désireuse de faire de la musique, vidéo ou radio.

Pour plus d'informations, contacter le centre socioculturel au 02 28 25 26 80.

PERMANENCES DÉMARCHES EN LIGNE

Accompagnement aux démarches administratives :

- sur rendez-vous à l'accueil du centre
- un accompagnement numérique de 1^{er} niveau est proposé à l'accueil du centre (sur les horaires d'ouverture de l'accueil).

PETIT DÉJEUNER NUMÉRIQUE

Apprenez à prendre en main vos téléphones et tablettes en participant à un instant convivial à Graines de café.

Ouvert à tous. Entrée libre, sans inscription.

HORAIRES : mardi de 10 h à 12 h

CENTRE SOCIOCULTUREL ITINÉRANT : LA CABANE

L'équipe du centre socioculturel propose de venir vous rencontrer chaque mois, sur les quartiers de Bagatelle, la Baraudière, la Bergerie et du Sillon, pour partager, échanger, se connaître et construire avec vous, vos envies, vos projets en toute convivialité autour d'un café, d'un thé...



ACTIVITÉS ENFANTS

ÉVEIL

LECTURES, CONTES
ET COMPTINES POUR

LES TOUT-PETITS (nouveau)

Parents et bébé de 0 à 3 ans
ou assistantes maternelles

Le 3^{ème} vendredi du mois
À 9 h 30 ou 10 h. Séance de 20 min.

- Gratuit sur inscription

ATELIER ÉVEIL ET MOTRICITÉ
(MONTESSORI)

De 3 mois à 4 ans

Toutes les deux semaines

Mardi de 10 h à 11 h

et de 11 h à 12 h

- Tarif 3

SPORT, MUSIQUE

ACROGYM

Hors du centre - gymnase
de l'Angevinière

De 4 à 7 ans

Mercredi de 15 h 30 à 16 h 30

De 8 à 11 ans

Mercredi de 14 h 15 à 15 h 15

- Tarif 3

DANSE

DANSE BOLLYWOOD

De 6 à 11 ans

Mercredi de 17 h à 18 h

- Tarif 3

HIP HOP

De 8 à 11 ans

Lundi de 17 h 15 à 18 h 15

- Tarif 3

ACCOMPAGNEMENT
FREESTYLE (nouveau)

De 14 à 17 ans

Jeudi de 18 h à 19 h 30

- Tarif 4

THÉÂTRE

De 8 à 12 ans

Mercredi de 14 h 30 à 16 h

- Tarif 4



ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

Pour les élèves du CP à la terminale
dont l'école a confirmé le besoin.

Accompagnement collectif et/ou individuel
avec comme supports : des activités artistiques,
littéraires, ludiques et des aides méthodologiques.
Engagement sur toute l'année scolaire.

Réunion d'information jeudi 21 septembre à 18 h.

Inscription à partir du lundi 25 septembre.

Démarrage de l'accompagnement à la scolarité
mardi 3 octobre.



ACTIVITÉS ADULTES

SPORT ET DÉTENTE

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

Mercredi de 9 h 30 à 10 h 30
• Tarif association AEPGV

AQUAGYM

Mardi et jeudi
de 13 h à 13 h 45
• Tarif association ALSHN

GYM

Lundi et mercredi
de 18 h à 20 h
• Tarif association GYFL

GYM ADULTES INTER-ÂGES

Mardi et jeudi
de 9 h 15 à 10 h 15
• Tarif association ADGE

GYM D'ENTRETIEN SENIORS ACTIFS

Mardi et jeudi
de 10 h 30 à 11 h 30
• Tarif association ADGE

GYM SPÉCIFIQUE HOMMES

Vendredi de 9 h 15 à 10 h 15
• Tarif association ADGE

PILATES

Mercredi de 11 h à 12 h
• Tarif association ADGE

RANDONNÉES VÉLO

Lundi à 13 h 50
Jeudi à 8 h 50
• Tarif association ALSHN

RANDONNÉES PÉDESTRES Hors du centre - quartier Bergerie

Vendredi à 13 h 45
• Tarif association ALSHN

Un dimanche par mois
(départ parking de la salle
associative de la Bergerie)
• Tarif association ACLB

YOGA

Lundi de 9 h 30 à 10 h 45
et de 10 h 45 à 12 h
• Tarif association ASGEN

Mercredi de 19 h à 20 h 15
• Tarif 5

Jeudi (horaires précisées ultérieurement)
• Tarif association ACLB

YOGA DE SAMARA (nouveau)

Un mercredi sur deux
de 10 h 30 à 12 h
• Tarif 5/2

YOGA/PILATES

Mercredi de 18 h 15 à 19 h 30
• Tarif 5

DANSE

DANSE AFRICAINE

Hors du centre - quartier Bergerie
Lundi de 19 h 45 à 21 h 15
• Tarif 5

PERCUSSIONS

Hors du centre - quartier Bergerie
Lundi de 19 h à 19 h 30
• Tarif 3

DANSE EN LIGNE

Lundi de 9 h 30 à 10 h 30
• Tarif association ALSHN

ZUMBA

Jeudi de 18 h 45 à 19 h 45
• Tarif association ACLB

DANSE BOLLYWOOD

Mercredi de 19 h 30 à 21 h
• Tarif 5

Un samedi par mois de 10 h à 13 h
• Tarif association Sandanatyam

DANSE ORIENTALE

Mardi (horaires précisées ultérieurement)
• Tarif association Jawhara

ACCOMPAGNEMENT

FREESTYLE (nouveau)
Jeudi de 19 h 45 à 21 h 15
• Tarif 5

THÉÂTRE

ATELIER D'EXPRESSION THÉÂTRALE

16 ans et +
Lundi de 20 h 15 à 22 h 30
Mercredi de 20 h 15 à 22 h 30 (nouveau)
• Tarif 5

ARTS APPLIQUÉS

COURS DE COUTURE

Jeudi de 14 h 30 à 17 h 30
Vendredi de 14 h 30 à 17 h 30
• Tarif 2

ATELIER COUTURE

1^{er} et 3^e lundis de chaque mois
de 9 h à 12 h et de 14 h à 17 h
• Tarif association CHAT

CARTONNAGE

2^e et 4^e lundis de chaque mois
de 14 h à 17 h
• Tarif association CHAT

ENCADREMENT

1^{er} et 3^e lundis de chaque mois
de 14 h à 17 h
• Tarif association CHAT

MOSAÏQUE

2^e et 4^e jeudis de chaque mois
de 14 h à 17 h
• Tarif association CHAT



LOISIRS ET JEUX

JEUX DE SOCIÉTÉ

Vendredi de 19 h à minuit

- Tarif association

Le temps d'un jeu : les trois tours

JEUX DE MÉMOIRE ET DICTÉE

Deux lundis et un vendredi

par mois de 14 h 30 à 16 h 30

(se référer au calendrier transmis en début de saison)

- Tarif association ALSHN

SCRABBLE

Mardi de 14 h 30 à 17 h

- Tarif association ALSHN

BRIDGE

Mardi et vendredi de 14 h à 17 h

- Tarif association ALSHN

TAROT

Mercredi et vendredi

de 14 h à 18 h

- Tarif association ALSHN

Lundi, mercredi et jeudi

- Tarif association ACLB

BELOTE

Jeudi de 14 h 30 à 17 h

- Tarif association ALSHN

JEUX DE PLATEAU

Un jeudi sur deux de 14 h à 17 h

(se référer au calendrier transmis en début de saison)

- Tarif association ALSHN

PASTEL

2^e et 4^e mardis de chaque mois de 14 h à 17 h

- Tarif association CHAT

PATCHWORK

1^{er} et 3^e lundis de chaque mois de 14 h à 17 h

- Tarif association CHAT

PEINTURE

Mardi de 14 h à 17 h

- Tarif associatif CHAPA

PEINTURE SUR SOIE LIBRE

1^{er} et 3^e mardis de chaque mois de 14 h à 17 h

- Tarif association CHAT

POTERIE

Lundi, mardi et vendredi de 14 h à 17 h (en autonomie)

- Tarif 1

RÉFECTION DE FAUTEUIL

Mardi de 9 h à 12 h

- Tarif association CHAT

TRICOT

2^e et 4^e vendredis de chaque mois de 14 h à 17 h

- Tarif association CHAT

CAFÉ TRICOT

Vendredi de 18 h à 20 h

- Tarif association ACLB

LANGUES

COMMUNIQUER EN FRANÇAIS

Vous souhaitez apprendre le français ou progresser ?

Rendez-vous tous les vendredis hors vacances scolaires, de 14 h à 16 h à Graines de Café, pour évaluer votre niveau et vous orienter vers l'accompagnement le plus adapté à vos besoins.

Premières inscriptions vendredi

15 septembre de 14 h à 16 h à

Graines de Café.

BIEN-ÊTRE

QIGONG

Lundi de 10 h 45 à 12 h 15

Mardi de 18 h 30 à 20 h

- Tarif 5

TAI JI QUAN

Vendredi de 10 h 30 à 12 h

- Tarif 5



ASSOCIATIONS ACCUEILLIES



VIE QUOTIDIENNE

AMAP POUR TOUS

Vente de paniers de légumes
bio, fruits, oeufs, pain...

Mardi de 18 h 30 à 19 h 30
Toute l'année.

Inscription auprès de l'AMAP Sillon



CHANT

CHORALE

Mardi de 20 h à 22 h 30

- Tarif association TIDELIM

CHORALE

1^{er} et 3^e vendredis
de chaque mois
de 14 h 15 à 16 h 30

- Tarif association ALSHN

MULTIMÉDIA

SOS NUMÉRIQUE

Un mercredi par mois
Sur rendez-vous.

- Tarif association ACLB

LECTURE, ÉCRITURE

ÉCRIVAIN PUBLIC

Sur rendez-vous

- Gratuit

LIVRE PARTAGÉ

Une fois par mois

- Tarif association ALSHN

DISCUSSION AUTOUR D'UN LIVRE

Une fois par mois

- Tarif association ALSHN

ACLB (Association culture loisirs Bergerie) : aclb.Net

ADGE (Association dynamique de gymnastique d'entretien) :
02 40 47 45 31

AEPGV (Association éducation physique et gymnastique
volontaire) : loireatlantique@comite-epgv.fr

ALSHN (Association loisirs Saint-Herblain Nord) :
02 40 40 88 25

AMAP Sillon (Association pour le maintien d'une
agriculture paysanne) : amap.sillon@gmail.com

ASGEN yoga

(Association sportive gaz électricité de Nantes) :
francoise.gerard2@free.fr

CHAT (Club herblinois des ateliers de travaux créatifs) :
06 31 72 94 35

GYFL (Gym fun et loisirs) : gyfl.saintherblain@gmail.com

Jawhara (dances orientales) : 06 65 37 95 32
centre-artistique-jawhara.fr

Photoclub du Golf : photoclubdugolf.weebly.com

Les jardins du Danube : lesjardinsdudanube@gmail.com

Le temps d'un jeu : les trois tours

letempsdunjeu@outlook.fr - letempsdunjeu44.info

Tidelim : tidelim.blogspot.fr

Sandanatyam : sandanatyam@gmail.com
06 82 04 86 09 - Sandanatyam.Com





INSCRIPTIONS
DU 4 AU 15 SEPTEMBRE

DÉBUT DES ACTIVITÉS
LE 18 SEPTEMBRE

CENTRE SOCIOCULTUREL

DU SOLEIL LEVANT

CO-PRÉSIDENTS

Marie Michelle

Bardin Cresci

Jacques Sedilleau

Jean-Paul Delouche

OUVERTURE DE
L'ACCUEIL DU CENTRE

Du lundi au vendredi
de 9 h à 12 h 30 et de 13 h 30 à 18 h 30
Fermeture le jeudi matin

CONTACT

44 rue de la Blanche
44800 Saint-Herblain
T 02 28 25 26 90
cscsoleillevant@saint-herblain.fr

ASSOCIATION
SOCIO-ÉDUCATIVE
ET CULTURELLE

cscsoleillevant.centres-sociaux.fr
asec.soleillevant@gmail.com

QUI SOMMES-NOUS ?

Le centre socioculturel est un équipement ouvert sur le quartier, un lieu de proximité, de partage et de découvertes ouvert à toutes et tous.

L'Association socio-éducative et culturelle (ASEC) du Soleil Levant pilote le projet social défini avec les habitantes et habitants et les associations du quartier. À l'année, ce sont plus d'une soixantaine de bénévoles qui s'investissent pleinement dans la vie de notre association. Vous aussi, rejoignez-nous !

PROJET SOCIAL 2023 / 2026

L'année 2022 a été une année consacrée au renouvellement du projet social 2023-2026. Nous y affirmons notre volonté de :

- lutter contre l'isolement et le non recours aux droits
- renforcer l'implication des habitantes et habitants dans la vie du centre en faveur de la transition écologique et du développement de la citoyenneté
- soutenir la fonction parentale et les liens intergénérationnels en développant l'animation collective avec les familles
- contribuer au développement du pouvoir d'agir des jeunes.

SAISON 2023-2024 : DES ENJEUX FORTS POUR L'ASEC DU SOLEIL LEVANT

La saison 2023-2024 sera marquée par plusieurs enjeux. Tout d'abord, notre budget devra trouver son équilibre face à des défis importants (revalorisation des salaires au 1^{er} janvier 2024, affirmation du soutien aux initiatives portées par les 10-17 ans du quartier Centre, etc.).

Ainsi, les trois ASEC ont collectivement fait le choix d'engager dès la rentrée 2023 une révision progressive des tarifs d'activités permettant à terme une augmentation des ressources, dans un souci mutualiste. Ces évolutions ont été décidées en tenant compte à la fois des caractéristiques socio-économiques des centres socioculturels de la ville, de la particularité de la tarification herblinoise, et dans l'idée de se rapprocher des autres centres socioculturels de Loire-Atlantique.

Enfin, l'équipement va connaître des mutations profondes avec l'engagement de travaux.

Les 80 activités hebdomadaires proposées ont pu être relocalisées dans différents équipements du quartier pour permettre la poursuite de la vie associative afin que chaque habitante et habitant puisse poursuivre son implication dans la vie locale et s'épanouir individuellement et collectivement.

À terme, les travaux permettront à la fois de redistribuer les différents espaces, de disposer d'un espace jardin rattaché au centre et d'accueillir un Pôle de Services Publics, porté par la Ville de Saint-Herblain.

Pour connaître vos lieux d'activités relocalisées, reportez-vous aux numéros du plan, p. 32 de ce programme.

L'ensemble des lieux est également précisé dans la lettre de rentrée, disponible à l'accueil du centre socioculturel.

Aussi, nous avons à cœur de maintenir le lien social avec vous pendant toute la durée des travaux. Ainsi, le Centre social itinérant « La Cabane », un projet partenarial développé avec l'ASEC du Sillon de Bretagne, nous permettra d'aller vers vous, de proposer des temps d'échanges, des temps festifs sur les places et parkings au plus près de votre habitation ! Nous avons hâte de le voir arriver. Nous aurons également à cœur de maintenir nos propositions habituelles (accompagnement à la scolarité, apprentissage du français, soutiens aux initiatives des habitantes et habitants, propositions d'activités pendant les vacances scolaires pour les familles et les jeunes).

Nous vous souhaitons à toutes et tous une très belle année 2023-2024 et avons hâte de vous retrouver à la rentrée.



LES TEMPS FORTS

FESTIVAL HERBULLES

Albums jeunesse & BD.

Du 4 au 31 octobre 2023 dans toute la ville.

LES HIVERNALES « Ouvrir les Horizons ».

Festival des arts vivants développé dans tous les centres socioculturels de la ville.

Du 17 novembre au 3 décembre 2023.



! Vos activités relocalisées pendant les travaux
>> voir numéros reportés sur le plan p.32

ACTIVITÉS ENFANTS

ÉVEIL

ATELIER MONTESSORI

1 Salle des projets, Le Grand B

De 3 mois à 4 ans

Toutes les deux semaines
Samedi de 9 h 30 à 10 h 30
et de 10 h 45 à 11 h 45

• Tarif 3

ÉVEIL ET MOTRICITÉ

3 Salle d'expression corporelle

Carré des services

De 3 à 5 ans

Mercredi de 14 h à 14 h 45

• Tarif 3

ÉVEIL THÉÂTRAL

Hors du centre - salle Pablo Neruda

De 4 à 6 ans

Mercredi de 14 h 30 à 15 h 30

• Tarif 3

ÉVEIL MUSICAL

7 Salle Condorcet

Chant et découverte d'instruments

De 3 mois à 3 ans

Un mercredi par mois de 10 h 45
à 11 h 30 (se référer au calendrier
transmis en début de saison)

• Tarif association Ensemble au Tillay

ATELIER THÉÂTRE ENFANTS / PARENTS

Hors du centre - salle Camille Desmoulins

8 ans et +

Un samedi par mois de 10 h à 11 h 30
(se référer au calendrier transmis
en début de saison)

• Tarif 1

AUX MINIMES CRÉATIVES

Hors du centre - salle Camille Desmoulins

Parents / enfants

Hors vacances scolaires

Jeudi de 9 h 30 à 11 h 30

• Adhésion association Ti'Quartier

ACCUEIL 0/3 ANS

ASSISTANT-E-S MATERNEL-LES

2 Grande salle - Maison du Petit Bois

Hors vacances scolaires

Lundi, mercredi, vendredi de 9 h à 12 h

• Tarif association Matins Malices

ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

APPRENTISSAGE

ET AIDE AUX DEVOIRS

Dans le cadre du Contrat local d'accompagnement à la scolarité (CLAS), un soutien est proposé en dehors du temps scolaire, dans des espaces adaptés et en petits groupes.

Il offre une aide aux parents dans leur rôle éducatif et un accompagnement personnalisé de l'enfant.

Il permet aux enfants d'acquérir des méthodes, d'accéder au savoir, à la culture et à l'apprentissage à la citoyenneté, de renforcer leur autonomie en valorisant les acquis.

Au programme : goûter, jeux, aide aux devoirs, construction, invention...

Élémentaires (collectif - groupes de 8 à 12 enfants)

Mardi de 16 h 15 à 17 h 45

Hors du centre - école Condorcet

Pour les enfants de l'école Condorcet

Mercredi de 14 h à 15 h 30

2 Grande salle - Maison du Petit Bois

Jeudi de 16 h 15 à 17 h 45

2 Grande salle - Maison du Petit Bois

Collégiens et lycéens (individuel)

Mercredi de 14 h à 17 h 30

2 Grande salle - Maison du Petit Bois

• Gratuit. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €

Démarrage après les vacances d'octobre 2023. Informations et inscriptions avec la référente familles.



LECTURE

PLAISIR DE LIRE

Hors du centre - école Condorcet

Un atelier en petits groupes pour découvrir la lecture. Encadré par une coordinatrice et des bénévoles.

Objectifs : favoriser la relation inter-générationnelle (bénévoles, parents et enfants) et avec les familles, en les intégrant à la préparation et au fonctionnement de l'atelier.

Au programme : relaxation et météo intérieure, lecture, jeux pédagogiques parents-enfants, animations autour de la lecture... Un goûter-lecture est proposé à la fin de chaque session.

CP, CE1, CE2

Lundi de 16 h 15 à 17 h 15

• Gratuit. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €

En juin : goûter-spectacle, dédicaces et remise du prix « Plaisir de lire » pour les CE2.

DANSE

DANSE CLASSIQUE

3 Salle d'expression corporelle,

Carré des services

De 6 à 7 ans

Mercredi de 15 h à 16 h

De 8 à 9 ans

Mercredi de 16 h 15 à 17 h 15

De 10 à 14 ans

Mercredi de 17 h 30 à 18 h 30

• Tarif 3

DANSE MODERNE JAZZ

De 6 à 7 ans

Mercredi de 14 h à 15 h

4 Salle associative du Vigneau

• Tarif 3

De 8 à 10 ans

Mardi de 17 h 15 à 18 h 15

4 Salle de presse du Vigneau

• Tarif 3

De 11 à 13 ans

Mercredi de 15 h 15 à 16 h 45

4 Salle associative du Vigneau

• Tarif 4

De 14 à 15 ans

Mercredi de 17 h à 18 h 30

4 Salle associative du Vigneau

• Tarif 4

De 16 à 18 ans

Mardi de 18 h 30 à 21 h 45

4 Salle associative du Vigneau

• Tarif 4

ACTIVITÉS ENFANTS

THÉÂTRE

De 7 à 12 ans

Mardi de 18 h à 19 h

9 Salle Camille Desmoulins

• Tarif 3

De 13 à 17 ans

Mardi de 19 h à 20 h 30

5 Gymnase I.M.E

• Tarif 4

DESSIN

MANGA

3 Salle d'activités 0.23 - Carré des services

De 8 à 16 ans

Mercredi de 17 h 45 à 19 h 15

• Tarif 4

LANGUE

INITIATION AU CHINOIS

6 Salle Lucie Aubrac

De 3 à 6 ans

Samedi de 10 h à 11 h

* Tarif association Nantes Chine

TOUTE L'ANNÉE

ACCOMPAGNEMENT DE PROJETS JEUNES

À votre demande, l'animatrice jeunesse vous accompagne pour mettre en place des projets (actions d'autofinancement, sorties, projets culturels etc.).

Hors vacances scolaires :

Mercredi de 14 h à 18 h

Pendant les vacances scolaires : tous les jours

• Gratuit, accès libre

ANIMATIONS ET SORTIES FAMILIALES

Escapades à la mer, ateliers enfants parents, loisirs créatifs, activités de répit parental...

Pendant les vacances scolaires.

N'hésitez pas à soumettre vos envies !

• Gratuit, accès libre. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €

ACTIVITÉS ADULTES

ARTS APPLIQUÉS

ART DU VITRAIL - Technique Tiffany

6 Salle Lucie Aubrac

Un vendredi par mois de 17 h 30 à 20 h 30 (débutants)

• Tarif 5

Un vendredi par mois de 18 h à 20 h (confirmés)

• Tarif 6

Un samedi par mois de 9 h à 12 h (confirmés)

• Tarif 6

(se référer au calendrier transmis en début de saison)

LOISIRS ET CRÉATIONS

Vendredi de 13 h 45 à 16 h 15

• Tarif 5

DESSIN PEINTURE

3 Salle d'activités 0.23 - Carré des services

Lundi de 14 h à 16 h

ou de 16 h 30 à 18 h 30

• Tarif 5

DESSIN PEINTURE LIBRE

3 Salle d'activités 0.23 - Carré des services

Vendredi de 14 h à 16 h

• Tarif 1

ÉMAUX

7 Salle Condorcet

Mardi de 13 h 30 à 18 h

• Tarif association Loisir émail 44

COUTURE

COUTURE PATCHWORK

7 Salle Condorcet

Jeudi de 14 h à 17 h

(se référer au calendrier transmis en début de saison)

• Tarif 2

COUTURE

7 Salle Condorcet

Lundi de 19 h 45 à 22 h 15

Mardi de 9 h 15 à 11 h 45

• Tarif 5

À VOS AIGUILLES

2 Grande salle - Maison du Petit Bois

Deux mardis par mois

de 14 h à 17 h (débutants)

(se référer au calendrier transmis en début de saison)

• Tarif 1

ACCOMPAGNEMENT EN FRANÇAIS

À l'oral, à l'écrit. Encadré par une animatrice et des bénévoles.

Cours collectifs

8 Crèche du Soleil Levant

Lundi de 14 h 30 à 15 h 30

Mercredi de 9 h 45 à 10 h 30

Cours individuels

Conversation avec une bénévole.

2 Selon disponibilités de chacun : Maison du Petit Bois ou crèche du Soleil Levant

8 • Gratuit. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €

GROUPE DE PAROLE

GROUPE GRAND PARENTALITÉ

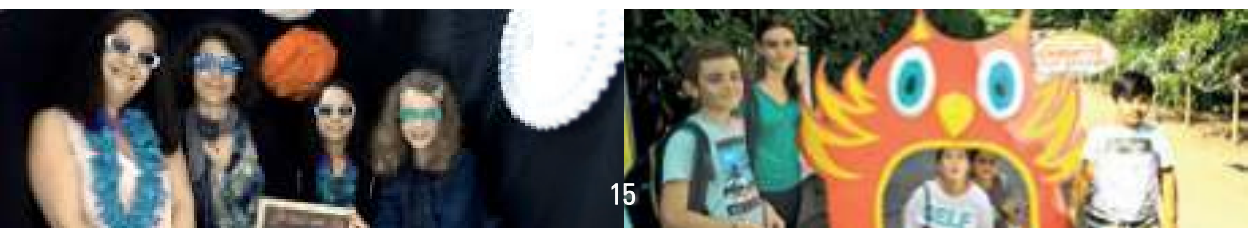
Les grands-parents sont-ils des représentants du passé ou de nouveaux seniors dynamiques et disponibles ?

Comment se sent-on grand-parent ? Comment le devient-on ? Quels effets de la présence du grand-parent sur le développement de l'enfant ? Ces questions vous intéressent ?

Rejoignez le groupe de parole ! Plusieurs thématiques toute l'année.

Un vendredi par mois de 18 h à 20 h (se référer au planning disponible à l'accueil)

• Gratuit. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €



! Vos activités relocalisées pendant les travaux
>> voir numéros reportés sur le plan p.32

ACTIVITÉS ADULTES

RENCONTRES ET LOISIRS

CAFÉ DES FAMILLES

Un espace convivial de rencontre entre parents, pour échanger sur le quotidien.

Animé par des professionnels. Ouvert à tous. Possibilité de garde d'enfants gratuite sur place et sur inscription. Plusieurs thématiques abordées toute l'année.

Un vendredi par mois de 19 h à 21 h (se référer au planning disponible à l'accueil)

- Gratuit. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €

Un samedi par mois de 19 h 30 à 11 h 30

Hors du centre - quartier Tillay

(se référer au calendrier transmis en début de saison)

- Gratuit

LES MARDIS À LA LONGÈRE

Hors du centre - Longère de la Bégraisière

Lieu de rencontres et de jeux.

Mardi de 15 h à 17 h

- Tarif association Ensemble au Tillay

CAFÉ PHILO

Hors du centre - salle Camille Desmoulins

Matinée conviviale autour de débats démocratiques.

Un dimanche par mois de 9 h 30 à 14 h

- Gratuit, accès libre. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €

LANGUE

3 APPRENTISSAGE DU VIETNAMIEN

Salle d'activités 0.23,

Carré des services

Jeudi de 17 h à 20 h

- Tarif association AVLA

MULTIMÉDIA

COURS DE PERFECTIONNEMENT EN INFORMATIQUE

3 Cybercentre - Carré des services

Un mardi par mois de 18 h à 20 h 30

(se référer au calendrier transmis en début de saison)

- Tarif association AVLA

FILMS ET VOYAGES

PROJECTIONS / DÉBATS

Hors du centre - salle Pablo Neruda

1^{er} mercredi du mois de 19 h à 23 h

- Tarif association ABM

MUSIQUES DU MONDE

MUSIQUES TRADITIONNELLES PÉRUVIENNES ET BOLIVIENNES

Hors du centre - salle Pablo Neruda

Vendredi de 20 h 30 à minuit

- Tarif association
De sicuris Winayataqui

PERCUSSIONS TRADITIONNELLES ANTILLAISES

Hors du centre - salle Pablo Neruda

Mardi de 20 h à 22 h 30

- Tarif association Les amis du Bèlè

DANSE

INITIATION DANSES

TRADITIONNELLES ANTILLAISES

Hors du centre - salle Pablo Neruda

Samedi de 18 h 30 à 22 h 30

(se référer au calendrier transmis en début de saison)

- Tarif association Les amis du Bèlè

4 DANSE MODERNE CONTEMPORAINE

Salle associative du Vigneau

18 ans et +

Mardi de 20 h 15 à 21 h 45

- Tarif 5

BIODANZA

EXPRESSIONS CORPORELLES

4 Salle associative du Vigneau

Jeudi de 18 h 45 à 20 h 45

- Tarif association Valparaiso

DANSE EN LIGNE

4 Salle associative du Vigneau

Mercredi de 19 h à 20 h (niveau 2)

Vendredi de 11 h à 12 h (débutants)

Vendredi de 12 h à 13 h (niveau 2)

- Tarif association Les enfants du bal

DANSE DE SALON

Mercredi de 20 h à 21 h (niveau 2)

- Tarif association Les enfants du bal

DANSE LATINES

Mercredi de 21 h à 22 h

(confirmés)

- Tarif association Les enfants du bal

DANSE AFRICAINE

Hors du centre - salle Camille Desmoulins

Jeudi de 20 h 30 à 22 h

- Tarif association Dékonou

DANSE AFRO ZUMBA

Hors du centre - salle Camille Desmoulins

Mardi de 19 h 15 à 20 h 15

- Tarif association Dékonou

DOUM DOUM DANSE

Hors du centre - salle Camille Desmoulins

Mardi de 20 h 30 à 22 h

- Tarif association Dékonou



THÉÂTRE

C^{ie} NTP NOMADE

Hors du centre - salle Pablo Neruda

15 ans et +

Lundi de 20 h à 23 h

- Tarif association C^{ie} NTP

C^{ie} DOUBLE FACE

Hors du centre - salle Pablo Neruda

Théâtre amateur

Mercredi de 20 h 30 à 23 h
(se référer au calendrier transmis en début de saison)

- Tarif association Double face

C^{ie} PALABRES ET COMPAGNIE

Salle Lucie Aubrac

Tout public, théâtre amateur

Jeudi de 20 h 30 à 22 h 30

- Tarif association Palabres et compagnie

CHANT

CHORALE TILLAY T'Y CHANTE

Salle de conférence I.M.E

Jeudi de 19 h 15 à 21 h

- Tarif 2

CHANTS MARINS

Salle de presse du Vigneau

Un samedi par mois de 10 h à 12 h 30

- Tarif association Accordéons pluriel

DÉCHIFFRAGE POUR CHANTEURS

Hors du centre - salle Pablo Neruda

Mardi de 14 h à 19 h 30

- Tarif association

La voix dans tous ses états

ATELIER CHANT

Hors du centre - salle Pablo Neruda

Samedi de 9 h à 11 h

(atelier « Voix catillata »)

Samedi de 11 h à 13 h

(atelier « Petit chœur de la voix »)

- Tarif association

La voix dans tous ses états

ENSEMBLE VOCAL DES CHANTEURS DU VAL DE CHÉZINE

Hors du centre - salle Pablo Neruda

Lundi de 17 h 30 à 19 h 30

- Tarif association

Chanteurs du Val de Chézine

CHANTS ET DANSES PORTUGAIS

Hors du centre - salle Camille Desmoulin

Un vendredi toutes les deux semaines de 20 h 30 à 23 h 30

(se référer au calendrier transmis en début de saison)

- Tarif association Primavera

SPORT, DÉTENTE ET BIEN ÊTRE

ATELIER VIE ET RELAXATION

Salle Lucie Aubrac

Mardi de 10 h 45 à 12 h

- Tarif 5

PILATES

Salle Condorcet

Lundi de 12 h 30 à 13 h 30 ou jeudi de 9 h 30 à 10 h 30

- Tarif 3

YOGA DU SENSIBLE

Salle Lucie Aubrac

Lundi de 18 h 45 à 20 h et de 20 h 20 à 21 h 30

- Tarif 5

VINIYOGA

Salle d'activités - Carré des services

Mardi de 9 h 15 à 10 h 30 et de 10 h 30 à 11 h 45

- Tarif 5

YOGA ÉCOUTE SENSORIELLE

Salle Condorcet

Lundi de 17 h à 18 h 15 et de 18 h 30 à 19 h 45

- Tarif 5

Un samedi par mois de 10 h à 12 h (se référer au calendrier transmis en début de saison)

- Tarif association Equilibriôm

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN

Salle d'escrime du Vigneau

Lundi et Jeudi de 14 h 15 à 15 h 15 (gym bien-être)

Lundi et Jeudi de 15 h 15 à 16 h 15 (gym douce)

- Tarif association Gym forme

MUSIQUE EN MOUVEMENT

Hors Saint-Herblain

Mardi de 10 h 30 à 11 h 30

et de 11 h 30 à 12 h 45

(contactez l'association pour connaître le lieu de l'activité)

- Tarif association Nantakrousis

TAÏ CHI CHUAN

Lundi de 9 h 30 à 10 h 45

(débutants et 2^e années)

- 3 Salle polyvalente, Carré des services

Mercredi de 18 h 30 à 20 h

- 9 Salle Camille Desmoulin

Jeudi de 18 h 30 à 20 h (confirmés)

- 5 Gymnase I.M.E

- Tarif association Tournesol

SOPHROLOGIE

- 6 Salle Lucie Aubrac

Mardi de 9 h 30 à 10 h 30

- Tarif association Tournesol

RELAXATION ALLONGÉ

- 7 Salle Condorcet

Mardi de 19 h à 20 h

- Tarif association Tournesol

QIGONG

- 3 Salle polyvalente, Carré des services

Lundi de 17 h à 18 h 15

- Tarif association La Grue d'argent

TAÏCHINDO

Hors quartier Centre

Jeudi de 20 h 30 à 22 h 30

(contactez l'association pour connaître le lieu de l'activité)

- Tarif association Taïchindo

ATELIER CORPOREL

- 4 Salle associative du Vigneau

Mardi de 14 h à 17 h (gym adaptée)

Mercredi de 10 h à 11 h (gym douce)

- Tarif association Espace retraités

ATELIER DE PRATIQUES COMMUNICATION NON VIOLENTE

- 7 Salle Condorcet

Un samedi par mois de 9 h à 12 h

(se référer au calendrier transmis en début de saison)

- Tarif association Langages



! Vos activités relocalisées pendant les travaux
 >> voir numéros reportés sur le plan p.32

LECTURE, ÉCRITURE

ATELIER D'ÉCRITURE

2 Grande salle - Maison du Petit Bois
 Jeudi de 10 h à 12 h
 • Tarif 3

LA BIBLIOTHÈQUE ADÈLE'H

Ouverture mardi et jeudi de 16 h 15 à 18 h 15
 Mercredi de 14 h à 18 h
 02 28 25 26 95

À la rentrée, la bibliothèque reste ouverte au centre du Soleil Levant. Reprise des permanences le 19 sept. biblio-soleillevant@wanadoo.fr

CLUB LECTURE

Un mardi toutes les 6 semaines à partir de 20 h. Renseignements à la bibliothèque Adèle'H.

CUISINE, ALIMENTATION

CUISINER MALIN

2 Grande salle - Maison du Petit Bois
 Un mercredi par mois de 10 h à 14 h (se référer au calendrier transmis en début de saison)
 • Tarif 5

CUISINE DU MONDE

2 Cuisine - Maison du Petit Bois
 Un mardi par mois de 18 h 30 à 21 h (se référer au calendrier transmis en début de saison)
 • Inscription à la séance : 7 €

AMAP POUR TOUS

Hors du centre - salle Camille Desmoulins
Vente de paniers de légumes bio, viande, pain...
 Jeudi de 18 h 15 à 20 h 15
 Toute l'année.

COURS DE CUISINE VIETNAMIENNE

Hors du centre - cuisine-Sillon de Bretagne
 Un samedi par mois de 9 h 30 à 14 h (se référer au calendrier transmis en début de saison)
 • Tarif association AVLA

LE COMPOSTEUR

Venez déposer vos déchets verts et/ou participer aux permanences
 Mercredi de 14 h 30 à 15 h
 Samedi de 10 h 30 à 11 h
 • Gratuit. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €
 Ouvert pendant les travaux.

SENIORS

ATELIER PRÉVENTION SANTÉ

60 ans et +. Cycles thématiques (améliorer son sommeil, mieux comprendre ses émotions, ateliers cognitifs et sensoriels, activités physiques adaptées...)
 Vendredi de 10 h à 12 h (lieux variables. Programme des ateliers disponible à l'accueil du centre)
 • Gratuit. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €
 Inscription sur un ou plusieurs cycles selon vos besoins.

Vendredi de 10 h à 12 h (lieux variables. Programme des ateliers disponible à l'accueil du centre)

• Gratuit. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €
 Inscription sur un ou plusieurs cycles selon vos besoins.

GYM ADAPTEE

6 Salle Lucie Aubrac
 Vendredi de 10 h 30 à 11 h 30
 • Tarif 3

ENTRETIEN SENIORS ACTIFS

4 Salle associative du Vigneau
 Mardi de 10 h 45 à 11 h 45
 Jeudi de 11 h à 12 h
 • Tarif association ADGE

CLUB DE RETRAITÉS

4 Salle associative du Vigneau
Belote, scrabble, repas dansants, sorties, chansons...
 Mardi de 13 h 45 à 18 h
 Jeudi de 14 h à 16 h 45
 Vendredi selon planning
 • Tarif association Club Belle humeur

CLUB DES RETRAITÉS DU TILLAY

Hors du centre - salle Camille Desmoulins
Jeux, cartes, pétanque...
 Jeudi de 13 h 45 à 18 h
 • Tarif association Club Retraités du Tillay

LIVR'AGE

Portage de livres à domicile par les bénévoles de la bibliothèque Adèle'H. Selon demande.
 • Gratuit



ASSOCIATIONS ACCUEILLIES



Accordéons pluriel : accordéons.pluriels@orange.fr
 ABM (Aventure du bout du monde) : abmnantes@gmail.com
 Adèle'h : biblio-soleillevant@wanadoo.fr - 02 28 25 26 95
 ADGE : adge44@orange.fr ou adge-gym-forme@wanadoo.fr
 AMAP pour tous : amap.tillay@gmail.com
 Atlantique Nantes Chine : info@atlantique-nantes-chine.fr
 02 40 74 04 57

AVLA (Amitié Vietnam Loire-Atlantique) : Sur place aux horaires des cours ou secretariat.avla@laposte.net
 Belle humeur : sur place, durant l'activité
 ou Marie-Madeleine Hellou : 02 40 43 08 16 - 06 76 27 78 74
 Café philo : 06 34 37 09 15 - 02 40 43 78 62
 paul.pavageau12@orange.fr

Chanteurs du Val de Chézine :
 claudine.bretecher-barre@wanadoo.fr - 06 09 62 93 29
 C^{ie} Double face : 06 62 64 15 79 - 06 72 07 00 96
 ciedoubleface@gmail.com

C^{ie} NTP : theatre.populaire@orange.fr - 06 18 68 22 12
 Club des pré-retraités et des retraités du Tillay :
 retraitestillay@gmail.com

Dékonou : Sla/06 30 39 48 59 - info@dekonou.com
 Equilibriôm : valerie.bonduelle@free.fr - 06 32 67 40 43
 Espace retraités : espaceretraites@wanadoo.fr - 02 40 43 60 97

EVS (Espace de Vie Sociale du Tillay) :
 evs.asecsoleillevant@gmail.com - 07 66 26 67 03

Gym Forme : contact@gymforme.com
 gymforme.com - 06 95 26 40 86

Langages : langages.ouest@orange.fr - 06 71 11 52 98

La Grue d'Argent : lagruedargent@free.fr - 06 37 94 26 55

La voix dans tous ses états : voixsesetats@gmail.com

Les amis du Belè : lesamisdubele@hotmail.fr

02 40 43 01 59 / 06 62 54 39 11

Les enfants du bal : lesenfantsdubal@free.fr - 06 24 74 18 41

Loisir Email 44 : Le44.emaux@orange.fr

Nantakrouis : mawahlidelbos@gmail.com - 06 73 31 20 86

Palabres et compagnie :
 palabresetcompagnie@gmail.com : 06 62 26 76 28

Primavera : netoleroux.marie@gmail.com 06 69 14 97 90

Ré_Création : asso.re-creation@laposte.net

Taichindo : nello.decol@gmail.com - 07 68 40 92 52

Ti'quartier : tiquartier@gmail.com

Tournesol : tourne.sol2@orange.fr - 06 07 45 74 12

Valparaiso : asso.valparaiso@gmail.com - 06 42 23 51 73

Winayataki : guillaume.fournies@gmail.com - 06 66 87 54 02

A man wearing a red t-shirt, red pants, and a red hat with a blue band is seen from behind, holding a long bamboo pole. He is surrounded by children who are also holding bamboo poles. They are in a park-like setting with trees and a paved path. In the background, there are yellow structures and other people.

INSCRIPTIONS
DU 4 AU 15 SEPTEMBRE

DÉBUT DES ACTIVITÉS
LE 18 SEPTEMBRE

CENTRE SOCIOCULTUREL

LE GRAND B

OUVERTURE DE L'ACCUEIL DU CENTRE

Lundi, mardi et mercredi de 9 h à 12 h 30 et de 13 h 30 à 19 h
Jeudi de 13 h 30 à 19 h (fermé le matin)
Vendredi de 9 h 30 à 12 h 30 et de 13 h 30 à 18 h
Fermeture du secrétariat à 18 h

CONTACT

11 rue de Dijon, 44800 Saint-Herblain
T 02 28 25 22 90 - 06 62 15 65 18
cscgrandb@saint-herblain.fr
linktr.ee/csclegrandB

QUI SOMMES-NOUS ?

Le centre socioculturel Le Grand B favorise les rencontres et les échanges entre les habitantes et habitants. Ouvert à vos attentes et vos propositions, au service des projets de toutes et tous et des associations du quartier, Le Grand B se veut un espace d'expression et d'expérimentation.

S'il est un lieu d'accueil au quotidien, le centre met l'accent sur l'épanouissement personnel de chacun. C'est un lieu d'animation sociale, éducatif et culturel qui vous est ouvert.

Apprendre à mieux se connaître pour mieux se reconnaître. Améliorer la qualité de vie de chacun, fédérer les initiatives, lutter collectivement contre toute forme d'exclusion...

Le centre socioculturel Le Grand B conduit son projet social avec le concours financier de la Ville de Saint-Herblain, la Caisse d'allocations familiales, le Département, l'État et les habitantes et habitants au travers de leurs participations.

Une équipe est engagée pour vous accompagner dans votre quartier. Bienvenue chers habitantes et habitants, usagers et acteurs, au centre socioculturel Le Grand B !

PROJET SOCIAL 2023 / 2026

Le centre socioculturel :

■ UN LIEU D'ÉCOUTE

Premier accueil
Ressources
Bénévolat

■ UN LIEU D'ACTION

Carrefour d'initiatives
Expérimentation
Rencontres et découvertes

■ UN LIEU DE PARTICIPATION

Accompagnement des habitantes et habitants
Citoyenneté et engagement
Déploiement de projets



LES TEMPS FORTS

TEMPS FORTS CONVIVIAUX

Discute café, des après-midi et des soirées thématiques.
Consultez notre programmation.

TEMPS FESTIF SUR LE QUARTIER

Construit avec et pour les habitantes et habitants.
Tout au long de l'année.

FOCUS JEUNESSE

En lien avec le Pôle ressources jeunesse.
Pour partager des temps festifs, se former, travailler, s'engager, vivre au quotidien, participer à la vie culturelle et sportive, se déplacer, sortir, découvrir.
Plus d'infos : jeunesse@saint-herblain.fr - 02 28 25 22 67

FESTIVAL HERBULLES

Albums jeunesse & BD.
Du 4 au 31 octobre 2023 dans toute la ville.

LES HIVERNALES « Ouvrir les horizons ».

Festival des arts vivants développé dans tous les centres socioculturels de la ville.
Du 17 novembre au 3 décembre 2023.

FESTIVAL DES JEUX Du 26 février au 10 mars 2024.

ANIMATIONS « ALLER VERS »

Des activités culturelles et ludiques sur les espaces publics du quartier Est. Retrouvez-nous sous la tente étoile !

TEMPS FORTS PARENTALITÉ

Tout au long de l'année. Temps particulier en mars 2024.
Consultez notre programmation.

L'EST EN FÊTE

Une semaine festive pour petits et grands. Juin 2024.

ÇA BOUGE DANS LES PARCS

Retrouvez la nouvelle programmation à l'été 2024.

ANIMATIONS ÉTÉ ET VACANCES

Animations familiales, sorties, stage enfants...
Consultez notre programmation.



ACTIVITÉS ENFANTS

ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

EN SORTANT DE L'ÉCOLE

En partenariat avec les groupes scolaires du quartier et l'association Ré_Création.

Jeudi de 16 h 15 à 17 h 35

Hors du centre - Carré des services

Vendredi de 16 h à 17 h 15

- Gratuit

D'autres propositions d'accompagnements sont possibles. Prenez rendez-vous avec les animateurs du centre.

LANGUES

L'ANGLAIS EN S'AMUSANT

De 8 à 11 ans

Jeudi de 17 h à 18 h

- Tarif 3

DANSE

HIP HOP

De 9 à 15 ans

Mercredi de 17 h à 18 h 15

- Tarif 4

DANSE BOLLYWOOD

De 4 à 13 ans

Lundi de 17 h à 18 h 30

- Tarif association Sandanatyam

DANSES TAHITIENNES

Hors du centre - salle corporelle

Carré des services

11 ans et +

(stage et perfectionnement)

Samedi de 13 h 30 à 17 h

- Tarif association Tahiti Héré

SPORT DE COMBAT

CAPOEIRA

Tout public - parents et enfants

Mercredi de 18 h à 19 h

- Tarif 3

ATELIERS CRÉATIFS

ATELIERS ARTS PLASTIQUES

De 5 à 7 ans

accompagné d'un adulte

8 ans et +

sur autorisation parentale

Mercredi de 14 h à 18 h

- Tarif association Créatif Festif

CLUB MANGA

10 ans et +

Fan de la culture japonaise et coréenne : débats, quizz, animés, sorties, coups de cœur à partager.

Les jours et horaires seront définis en fonction des inscriptions.

ACTIVITÉS ADULTES

ARTS APPLIQUÉS

LES PETITES MAINS

Cours de couture

Jeudi - durée 1 h

entre 14 h 30 et 16 h 30

- Tarif 3

ARTS PLASTIQUES

PEINTURE

TOUTES TECHNIQUES

Mardi ou jeudi

de 9 h 30 à 11 h 30

- Tarif 5

PEINTURE LIBRE

Mardi de 14 h à 17 h

- Tarif 1



ACTIVITÉS ADULTES

MUSIQUE

UKULELE

Hors du centre - salle atelier
Carré des services

**Tout public à partir de 15 ans
(ados/adultes)**

Samedi de 13 h 30 à 17 h
• Tarif association Tahiti Héré

ATELIER CHANT

EXPRESSION ADAPTÉE

Vendredi de 14 h à 17 h
• Tarif association FMH

THÉÂTRE

ATELIER THÉÂTRE D'IMPRO

Mardi de 10 h à 12 h

• Tarif association
C^{ie} les Amuz'Heures

ATELIER THÉÂTRE ADAPTÉ

Vendredi de 17 h 30 à 19 h

• Tarif association L'Être Acteur

ATELIER EXPRESSION ADAPTÉE

Vendredi de 14 h à 17 h

• Tarif association FMH

ATELIER THÉÂTRE

Mercredi de 18 h à 20 h 30

Vendredi de 18 h 15 à 20 h

• Tarif association Linly Ralirec

ATELIER DE L'IMAGINAIRE

Récits, contes, paroles d'aujourd'hui

Un samedi par mois de 9 h à 18 h
(se référer au calendrier transmis
en début de saison)

• Tarif C^{ie} La Lune Rousse

DANSE

DANSE BRÉSILIENNE

Vendredi de 17 h à 18 h

• Tarif 3

BACHATA

Mercredi de 19 h 30 à 20 h 30

(débutants)

De 20 h 30 à 21 h (pratica bachata)

De 21 h à 22 h (intermédiaires)

• Tarif association Bachata Nantes

DANSE AFRIQUE DE L'OUEST

Jeudi de 19 h à 20 h 30

• Tarif association Semikin

DANSE BOLLYWOOD

Lundi de 19 h 30 à 21 h

• Tarif association Sandanatyam

BHARATA NATYAM

Hors du centre - Carré des services

Un samedi par mois de 10 h à 13 h

(se référer au calendrier transmis
en début de saison)

• Tarif association Sandanatyam

DANSES TAHITIENNES

Hors du centre - Carré des services

**Tout public à partir de 15 ans
(ados/adultes)**

Jeudi de 19 h à 21 h

Selon conditions physiques.

• Tarif association Tahiti Héré

TANTRA DANSE

Bien-être par le mouvement

Samedi de 10 h 30 à 12 h 30

• Tarif association Artplus

ATELIER DANSE

Bal de Bellevue

Mardi de 18 h à 21 h

• Tarif association Système B

DÉTENTE

ATELIER D'ÉCRITURE : LA PLUME VAGABONDE

Hors du centre - Carré des services

Deux jeudis par mois

Durée 1 h, entre 14 h 30 et 16 h

(se référer au calendrier transmis
en début de saison)

• Tarif 3

BIEN-ÊTRE

YOGA ÉCOUTE SENSORIELLE

Mardi de 17 h à 18 h 15

Mardi de 18 h 30 à 19 h 45

Jeudi de 10 h à 11 h 15

• Tarif 5

GYM PILATES

Mercredi de 18 h 30 à 19 h 30

et de 19 h 30 à 20 h 30

• Tarif 3

YOGA PILATES

Lundi de 18 h 15 à 19 h 30

• Tarif 5

PILATES

Hors du centre - Carré des services

Lundi de 18 h 30 à 19 h 30

et de 19 h 30 à 20 h 30

• Tarif association Gym Forme

GYM DOUCE

Mardi - durée 1 h

entre 9 h 30 et 11 h

• Tarif 3

FITNESS

Lundi et mercredi de 9 h à 11 h

Vendredi de 20 h 15 à 22 h 15

• Tarif association Les Zirond'elles





LANGUES

ANGLAIS

Jeudi de 18 h 30 à 20 h

- Tarif 5

FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE

Lundi et jeudi de 10 h à 11 h 30

- Gratuit

ANIMATIONS ET VIE DE QUARTIER

ATELIER JEUX

Hors du centre - Carré des services

Lundi de 14 h à 17 h

- Gratuit

CLUB RETRAITÉS DU MOULIN DU BOIS : JEUX...

Échanger en jouant

Mardi et jeudi de 14 h à 17 h 30

- Tarif association
- Club du Moulin du bois

CLUB RETRAITÉS DU MOULIN DU BOIS : SECTION PÉTANQUE

Tous niveaux, « je tire ou je pointe ? »

Lundi au vendredi de 14 h à 18 h

- Tarif association
- Club du Moulin du bois

JARDINS PARTAGÉS « POLLENS ET COLLAMBOLES » ET « P'TIT B VERT »

Renseignements au centre
socioculturel.

LA P'TITE PAUSE DE L'ASSOCIATION CRÉATIF FESTIF

Venez échanger et discuter avec
d'autres habitants du quartier.

Lundi de 14 h à 19 h

- Tarif association Créatif Festif

PETIT DEJEUNER DE L'ASSOCIATION LOISIRS FAMILLES 44

Venez partager un moment convivial.

Mercredi de 8 h 30 à 11 h

- Tarif Association Loisirs Familles 44

« ALLER VERS » AVEC L'EXTRA-ORDINAIRE

Animations familiales en plein air
(animations musicales, dansantes,
créatives et détente...)

Retrouvez-nous sur le quartier Est

sous la tente étoile !

Mercredi de 15 h à 17 h 30

Renseignements au centre
socioculturel.

ASSOCIATIONS ACCUEILLIES

Artplus : marine.artplus@orange.fr

C^{ie} La Lune Rousse
lalunerosse@free.fr - 02 40 76 93 37

C^{ie} du Songe / L'Être Acteur
letre.acteur@gmail.com

C^{ie} les Amuz'Heures
cieamuzheures@gmail.com - 06 63 44 52 23
cieamuzheures@gmail.com

Créatif Festif
creatif.festif@gmail.com - 07 58 35 51 41

FMH (Fédération des malades et handicapés)
arfmh.44@orange.fr - 07 81 40 54 95

Gym Forme : contact@gymforme.com

Les Zirond'elles
ass.leszirondelles@gmail.com - 06 89 40 24 72

Le Moulin du bois : monnierd.agen@gmail.com
Linly Ralirec : stowerstony@yahoo.fr

Ré_Création : asso.re-creation@laposte.net

Sandanatyam
sandanatyam@gmail.com - 06 82 04 86 09

Semikin : association.semikin@gmail.com

Système B
cie.systeme.b@gmail.com - 06 95 14 76 85

Tahiti Héré : titaua.tahitihere@gmail.com

Quilombo
assoquilombo@hotmail.fr - 06 45 15 84 56



INSCRIPTIONS
DU 4 AU 15 SEPTEMBRE

DÉBUT DES ACTIVITÉS
LE 18 SEPTEMBRE

CENTRE SOCIOCULTUREL

ESPACE 126

OUVERTURE DE L'ACCUEIL DU CENTRE

Lundi, mardi et mercredi
de 9 h à 12 h 30 et de 13 h 30 à 19 h
Jeudi de 13 h 30 à 19 h (fermé le matin)
Vendredi de 9 h à 12 h 30
et de 13 h 30 à 18 h
Fermeture du secrétariat à 18 h

CONTACT

126 boulevard François Mitterrand
44800 Saint-Herblain
T 02 28 25 22 70
cscbourg@saint-herblain.fr

ASSOCIATION SOCIO-ÉDUCATIVE ET CULTURELLE

contact@asec-bourg.fr
asec-bourg.fr

CO-PRÉSIDENTS

Dominique Douaud
Annette Guilbot
Loïc Huguen
Anne Idier
Monique Muneret
Brigitte Perraud
Jean-Claude Roho
Danièle Vourch

QUI SOMMES-NOUS ?

L'ASEC est une association loi 1901 accueillie dans des locaux municipaux, l'Espace 126 (anciennement centre socioculturel du Bourg). Elle conçoit, puis conduit le projet social élaboré par les habitantes et habitants et les partenaires locaux (Ville de Saint-Herblain, CAF, associations...). Ce projet est agréé par la Caisse d'allocations familiales de Loire-Atlantique. Il est géré par les habitants-adhérents bénévoles, élus en assemblée générale : ils forment le conseil d'administration. C'est un projet porté par une équipe de bénévoles et de professionnels. Il est ancré sur le territoire, où sont développées des actions pensées et créées par vous et pour vous. Il prend appui sur les valeurs de dignité humaine, de solidarité, de démocratie, de citoyenneté et de participation des habitantes et habitants. Le centre socioculturel est un lieu d'écoute, d'accueil et ouvert à tous, favorisant l'échange, le débat, la réflexion et l'ouverture à l'autre.

Le centre socioculturel offre l'opportunité de développer ses capacités, de faire mieux pour soi et pour les autres. Le centre est porteur de l'idéal de l'éducation populaire : reconnaître à chacun sa volonté et sa capacité à progresser, développer et affirmer sa dignité à tous les âges et à toutes les étapes de sa vie. Acteur de la cohésion sociale et du bien vivre ensemble, il favorise la citoyenneté active, la coopération, la concertation avec les habitantes et habitants, les associations et les espaces de vie sociale du territoire. Il lutte contre toutes les formes d'exclusion.

PROJET SOCIAL 2023 / 2026

Objectif : adapter l'intervention du centre socioculturel en fonction des besoins identifiés et de l'évolution du quartier.

Pour se faire, nous allons ancrer notre activité d' « Aller vers » et vous rencontrer dans vos quartiers, afin que l'action socioculturelle se développe sur tout le territoire.

La mise en œuvre de ce projet est déclinée en quatre axes :

■ ACCOMPAGNER LA VIE ASSOCIATIVE

En proposant un accompagnement individuel et collectif, afin de construire des parcours de bénévoles répondant à vos envies, en fonction du projet associatif.

■ ANIMER LE TERRITOIRE

Avec les partenaires, en construisant des temps festifs et culturels.

■ ACCOMPAGNER LES HABITANTES ET HABITANTS DE TOUTES LES GÉNÉRATIONS

En proposant des activités adaptées pour tous les âges de la vie, favorisant la rencontre et la convivialité : entraide numérique, activités de bien-être...

■ ACCOMPAGNER LES FAMILLES DANS LEURS FONCTIONS PARENTALES en proposant un accompagnement dans les apprentissages, des activités parents /enfants, des rencontres, des débats, une programmation pendant les vacances...

UN NOUVEAU PROJET JEUNESSE POUR LE QUARTIER

■ **Une animatrice jeunesse** pour vous accompagner dans vos projets et vos envies

■ **Un espace de vie adapté** et des permanences d'accueil jeunes (11-17 ans) au sein du centre socioculturel, les mercredis après-midi sur les périodes scolaires

■ **Des animations dans les quartiers**, en complément des activités portées par la Ville. Ces animations seront co-construites avec vous durant les vacances scolaires.

Et toujours de nombreuses activités hebdomadaires : hip hop, couture, théâtre, danse...

PROJETS PARTICULIERS

■ L'espace jeunes 126

Un lieu d'accueil, d'animation et de lancement de projets ouverts aux jeunes Herblinoises et Herblinois de 11 à 17 ans. Il propose une programmation jeunesse pendant les vacances scolaires et un accueil libre et gratuit les mercredis de 14 h à 18 h le reste de l'année.

Tu ne sais pas quoi faire de ton temps libre ? Rejoins-nous !

■ L'espace parents

Un lieu convivial de rencontres et de partages dans lequel il sera possible de faire émerger des projets si vous le souhaitez. Vous êtes invité à venir partager avec d'autres parents des questionnements et des sujets qui vous intéressent. L'espace est ouvert depuis le 5 avril 2023, chaque 1^{er} mercredi du mois de 10 h à 11 h 30. N'hésitez pas à venir prendre une collation avec nous pour le découvrir !

LES TEMPS FORTS

FESTIVAL HERBULLES Albums jeunesse & BD.

Du 4 au 31 octobre 2023 dans toute la ville.

P'TIT DEJ ET GOÛTER des habitantes et habitants.

Régulièrement tout au long de l'année.

LES BOURSES AUX JOUETS, VÊTEMENTS, LIVRES

LES HIVERNALES « Ouvrir les Horizons ».

Festival des arts vivants développé dans tous les centres socioculturels de la ville. Du 17 novembre au 3 décembre 2023.

« EN ATTENDANT NOËL » Un temps d'animation pour patienter en attendant le Père-Noël. Le 22 décembre.

RÉVEILLON SOLIDAIRE Le 31 décembre 2023.

ÉCLATS D'ART Printemps 2024 : un week-end pour se rencontrer et échanger autour de la peinture.

CARNAVAL Printemps 2024 : un moment festif pour toute la famille, organisé avec les partenaires du quartier.

FESTI'BOURG Juin 2024. La grande fête du centre socioculturel pour découvrir les nombreuses activités et animations.

SOIRÉES JEUX EN FAMILLE 5 rendez-vous dans l'année, en partenariat avec la Médiathèque Bourg.

ACTIVITÉS ENFANTS

ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

ACCOMPAGNEMENT AUX DEVOIRS

De la 6^e à la 3^e (individuel)

Lundi, mardi, jeudi, vendredi
de 16 h 30 à 18 h 30

- Gratuit. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €

ACCOMPAGNEMENT DANS LES APPRENTISSAGES

Du CP au CM2 (collectif)

Lundi et jeudi de 16 h à 18 h 15

- Gratuit. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €
Inscription pour deux séances par semaine.

ARTS APPLIQUÉS

COUTURE

De 8 à 12 ans

Mercredi de 16 h 15 à 17 h 15

De 13 à 17 ans

Mercredi de 17 h 15 à 18 h 15

- Tarif 3

ARTS PLASTIQUES

ECO ARTS

Enfants en élémentaire

Jeudi de 17 h 15 à 18 h 45

- Tarif 4

Collégiens

Deux samedis par mois
de 10 h 30 à 12 h

(se référer au calendrier transmis
en début de saison)

- ½ tarif 4

DANSE

HIP HOP

8 ans et +

Mardi de 17 h 30 à 18 h 30
(débutants)

- Tarif 3

Mardi de 18 h 30 à 20 h
(confirmés)

- Tarif 4

MOUV' DANCE

7 ans et +

Mercredi de 14 h à 15 h
(débutants)

- Tarif 3

Mercredi de 15 h à 16 h
(confirmés)

- Tarif 3

DANSE MODERN'JAZZ

6^e et 5^e

Lundi de 19 h à 20 h

Petite, moyenne et grande section

Jeudi de 16 h 45 à 17 h 30 (baby danse)

6^e, 5^e et 4^e

Jeudi de 17 h 30 à 18 h 30
(concours de danse)

- Tarif association À contretemps



ÉVEIL

ÉVEIL CORPOREL

4-5 ans

Avec présence d'un adulte pour le groupe (parent ou bénévole)

Mercredi de 16 h à 16 h 45

- Tarif 3

THÉÂTRE ET CIRQUE

THÉÂTRE

De 8 à 11 ans

Lundi de 18 h à 19 h

Hors du centre - salle polyvalente

Françoise Giroud

- Tarif 3

Mercredi de 16 h à 17 h

- Tarif 3

De 12 à 17 ans

Mercredi de 17 h à 18 h 30

- Tarif 4

PROJETS, RENCONTRES

ESPACE JEUNES

Un lieu d'accueil, d'animations et de lancement de projets.

De 11 à 17 ans

Mercredi de 14 h à 18 h
(hors vacances scolaires)

- Gratuit, accès libre

LANGUES

PORTUGAIS (nouveau)

De 6 à 10 ans

Samedi de 9 h 30 à 10 h 30 (débutants)

De 6 à 15 ans

Samedi de 10 h 35 à 11 h 35 (intermédiaires)

De 11 à 15 ans

Samedi de 11 h 40 à 12 h 40 (débutants)

- Tarif association
Des Ailes pour le Portugal

PENDANT LES VACANCES

La programmation est organisée avec les habitantes et habitants. À chaque période, des fiches sont à votre disposition pour nous soumettre vos idées, vos remarques.

ATELIERS DÉCOUVERTE

Arts créatifs, couture...

Les ateliers peuvent être construits avec vous autour de vos compétences et savoir-faire.

SORTIES

Plage, patinoire, musées...

ANIMATIONS DE RUE

Hors du centre - dans les micro-quartiers du Bourg

Programme disponible à l'accueil, dans les écoles et sur le site internet asec-bourg.fr, 15 jours avant chaque période de vacances.



ACTIVITÉS ADULTES

ARTS APPLIQUÉS

CARTERIE CRÉATIVE

Avec technique scrapbooking

Un mardi par mois
de 19 h 30 à 21 h 30
(se référer au calendrier transmis
en début de saison)

- Tarif 5
au prorata du nombre de séances

COUTURE

Lundi de 9 h 30 à 11 h 30
(tous niveaux)

- Tarif 5

Mardi de 17 h 45 à 19 h 45
(confirmés)

- Tarif 5

Mercredi de 18 h 30 à 20 h
Autonomie de 20 h à 20 h 30
(débutants)

- Tarif 5

Mercredi de 18 h 30 à 20 h
Avec un professionnel de 20 h à 20 h 30
(adultes autonomes)

- Tarif 2

MARDI COUTURE

Mardi de 14 h à 17 h
(adultes autonomes)

- Tarif 1

PATCHWORK

Vendredi de 9 h à 11 h 30
(adultes autonomes)

- Tarif 1

ATELIER LAINE ET FILS

Tricot, crochet, broderie, patch

Lundi de 17 h 30 à 19 h 30
Samedi de 14 h à 17 h
(adultes autonomes - se référer au
calendrier transmis en début de saison)

- Tarif 1

ARTS PLASTIQUES

ATELIER

D'EXPRESSION ARTISTIQUE

Lundi de 18 h à 20 h
Samedi de 9 h à 12 h
(adultes autonomes)

- Tarif 1

DESSIN INITIATION

Une semaine sur deux
Lundi de 18 h à 21 h
(se référer au calendrier transmis
en début de saison)

- ½ Tarif 2

ARTS CRÉATIFS

Une fois par mois
Jeudi de 14 h à 17 h
(se référer au calendrier transmis
en début de saison)

- Tarif 5
au prorata du nombre de séances

BIEN-ÊTRE

ATELIER MÉMOIRE (nouveau)

Vendredi de 10 h 45 à 11 h 45

- Tarif 3

MARDI DÉTENTE

Mardi de 14 h à 17 h

- Tarif 1

PILATES

Mardi de 12 h 30 à 13 h 30
et de 14 h à 15 h
Jeudi de 12 h 30 à 13 h 30
et de 14 h à 15 h

- Tarif association Energi'Zen

RESPIRE : AUTO MASSAGES

Mardi et jeudi de 9 h 15 à 10 h 15

- Tarif association Tonatiuth

SOPHROLOGIE

Lundi de 9 h 45 à 10 h 45
Mardi de 18 h 30 à 19 h 30

- Tarif 3

TAÏ CHI CHUAN ET QI GONG

Mercredi de 18 h 30 à 20 h
(débutants)

Mercredi de 20 h à 21 h 30
(confirmés)

- Tarif 5

QI GONG

Lundi et vendredi de 11 h à 12 h 15

- Tarif association Tonatiuth

YOGA

Mardi de 18 h 40 à 19 h 55
(débutants)

Mardi de 20 h 05 à 21 h 20
(intermédiaires)

Jeudi de 9 h 30 à 10 h 45
et de 10 h 45 à 12 h (tous niveaux)

Jeudi de 18 h 45 à 20 h (tous niveaux)

- Tarif 5



MUSIQUE

CHORALE RÉSONANCES

Samedi 9 h 30 à 11 h 30

Une semaine sur deux

(se référer au calendrier transmis en début de saison)

- ½ tarif 2

DANSE

FITDANCE

Mercredi de 19 h 15 à 20 h 15

- Tarif 3

DANSE COUNTRY

Jeu de 20 h 30 à 22 h 30

- Tarif association
Western Country Friends

DANSE MODERN'JAZZ

Lundi de 20 h 15 à 21 h 45
(avancés)

- Tarif association À contretemps

DANSES EN LIGNE

Vendredi de 18 h à 19 h (débutants)

Vendredi de 19 h à 20 h (niveau 2)

- Tarif association Les enfants du bal

DANSES DE SALON

Vendredi de 20 h à 20 h 45
(débutants)

- Tarif association Les enfants du bal

DANSES DE COUPLE

Vendredi de 20 h à 21 h (niveau 2)

- Tarif association Les enfants du bal

DANSES DE COUPLE LATINES-SWING

Vendredi de 21 h à 22 h

- Tarif association Les enfants du bal

FAMILLE

AMAP

Jeu de 18 h 30 à 19 h 30

- Tarif paniers

SEL'ÉVIDENCE : ÉCHANGE LOCAL

Une activité fondée sur l'échange de services, de compétences et de biens, sans contrepartie financière, dans un esprit de solidarité et de convivialité.

Une rencontre est organisée selon un calendrier préétabli : un samedi par mois de 11 h 45 à 14 h 30, pour se connaître et expliquer le fonctionnement. Les échanges se font régulièrement.

Permanence : le dernier samedi de chaque mois de 11 h 45 à 15 h 30

- Gratuit. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €

REPAIR CAFÉ

Réparation de petits appareils ménagers

Un jeudi par mois de 18 h à 20 h 30

(se référer au calendrier transmis en début de saison)

- Gratuit

ESPACE PARENTS

Un espace d'échanges avec les habitants du quartier pour partager et faire vivre vos projets.

1^{er} mercredi du mois de 10 h à 11 h 30

- Gratuit, accès libre

LANGUES

ANGLAIS

Jour et horaires précisés ultérieurement (débutants)

- Tarif 3

ANGLAIS CONVERSATION

Jour et horaires précisés ultérieurement

- Tarif 3

INITIATION À LA LANGUE FRANÇAISE

Communication (oral), alphabétisation (écrit)

Une fois par semaine.

Renseignements et inscription à l'accueil.

- Gratuit. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €

PORTUGAIS (nouveau)

Jeu de 16 h 50 à 18 h 20 (débutants)

Jeu de 18 h 25 à 19 h 55 (intermédiaires)

Jeu de 20 h à 21 h 30 (intermédiaires)

- Tarif association
Des Ailes pour le Portugal

LOISIRS

SCRABBLE

Vendredi de 14 h à 17 h
(en autonomie)

- Tarif 1

CLUB RENCONTRES ET LOISIRS

Jeu de 14 h à 18 h

- Tarif association
Rencontres et loisirs

DÉCOUVERTE ET INITIATION À LA GÉNÉALOGIE (nouveau)

Mardis 3 et 17 octobre

et 7 et 22 novembre de 17 h à 19 h

- Gratuit. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €



SPORT ET DÉTENTE

GYMNASTIQUE

Lundi de 15 h 30 à 16 h 30
et de 16 h 30 à 17 h 30
Mercredi de 10 h 10 à 11 h 10
(stretching technique douce)

Lundi de 18 h à 19 h
(gym dynamique)

Lundi de 19 h à 20 h
(stretching)

Mercredi de 9 h 10 à 10 h 10
(gym entretien seniors actifs)

- Tarif association ADGE

LES PETITES MARCHES

Mercredi à 14 h
(en autonomie)

- Gratuit.

MARDI PÉTANQUE

Mardi de 14 h à 17 h
(en autonomie)

- Tarif 1 au prorata
du nombre de séances

ATELIER ÉQUILIBRE SPÉCIAL SENIORS

Reprendre confiance en soi
pour ses déplacements.

Judi de 10 h 45 à 11 h 45
de septembre à décembre

- Tarif 3

LECTURE, ÉCRITURE

ATELIER D'ÉCRITURE MÉMOIRE

Vendredi de 16 h à 17 h 30

- Tarif 5

THÉÂTRE ET CIRQUE

JONGLAGE

Mercredi de 21 h à minuit

- Tarif association Archiballes

THÉÂTRE D'IMPROVISATION

Lundi de 10 h à 12 h

- Tarif association
C^{ie} les Amuz'Heures

ASSOCIATIONS ACCUEILLIES

À contretemps : acontretemps44@gmail.com

ADGE : 02 40 47 45 31

AMAP du Bourg : 02 40 86 24 30
amapbourg.stherblain@gmail.com

Archiballes : 06 16 42 33 77

C^{ie} les Amuz'Heures : 06 63 44 52 23

Des Ailes pour le Portugal : 06 16 46 06 34

Energi'zen : 07 68 70 67 24
energizenpilates.wixsite.com/saint-herblain

Les Enfants du Bal : 06 75 36 23 20
lesenfantsdubal@free.fr

Rencontres et Loisirs : 02 28 25 22 70

Western Country Friends : 06 88 20 29 36

Repair Café : rc_saint_herblain_sillon@orange.fr
Tonatiuth : 06 33 11 29 84



TARIFS

Ville

CALCUL DU TARIF : VOTRE QUOTIENT FAMILIAL X TAUX DE PARTICIPATION

Exemple pour une activité tarif 3, quotient familial 1000 : tarif = 1000 x 12,4/100 = 124 €

C'est dans un souci d'équité et de justice sociale que la Ville de Saint-Herblain a mis en place en 2010 un mode de calcul des tarifs municipaux basé sur les quotients familiaux et le taux de participation.

Les Herblinoises et Herblinois paient désormais les activités proportionnellement à leurs ressources. Les non-Herblinois peuvent bénéficier de ces services mais se voient appliquer une majoration.

- Majoration de 25 % pour les non-Herblinois
- Réduction de 20 % sur les tarifs des activités adultes pour tous les jeunes entre 15 et 25 ans (Herblinois ou non-Herblinois)

Calculez vous-même votre tarif rubrique « simulateur de tarifs » sur saint-herblain.fr

TARIFS	ACTIVITÉS	TAUX DE PARTICIPATION
1	Atelier autonomie en relation avec l'animation globale et collective famille	3%
2	Atelier encadré par un bénévole en échanges réciproques de savoirs, grands groupes	6,30%
3	Activités enfants - durée inférieure ou égale à 1 h Activités adultes - durée inférieure ou égale à 1 h	12,40%
4	Activités enfants et ados - durée supérieure à 1 h	14%
5	Activités adultes - durée supérieure à 1 h	16,30%
6	Activités spécifiques (durée importante, face à face individuel, technicité particulière)	20,60%

RAPPEL

Les inscriptions aux activités socioculturelles et de loisirs se font directement auprès des centres socioculturels.

Si vous ne connaissez pas votre quotient familial, merci de vous munir :

- de votre attestation CAF ou de votre avis d'impôts 2022 (ressources 2021)
- d'un justificatif de prestations familiales (allocations familiales / logement)
- de votre attestation ASSEDIC (demandeurs d'emploi)

TARIFS

associations

Les centres socioculturels hébergent des associations mettant en œuvre leurs **propres activités avec leurs propres tarifs**. Pour les connaître, il convient de se renseigner auprès du centre socioculturel ou directement auprès de l'association concernée (contacts p.11, 18, 23 et 30).

CARTE

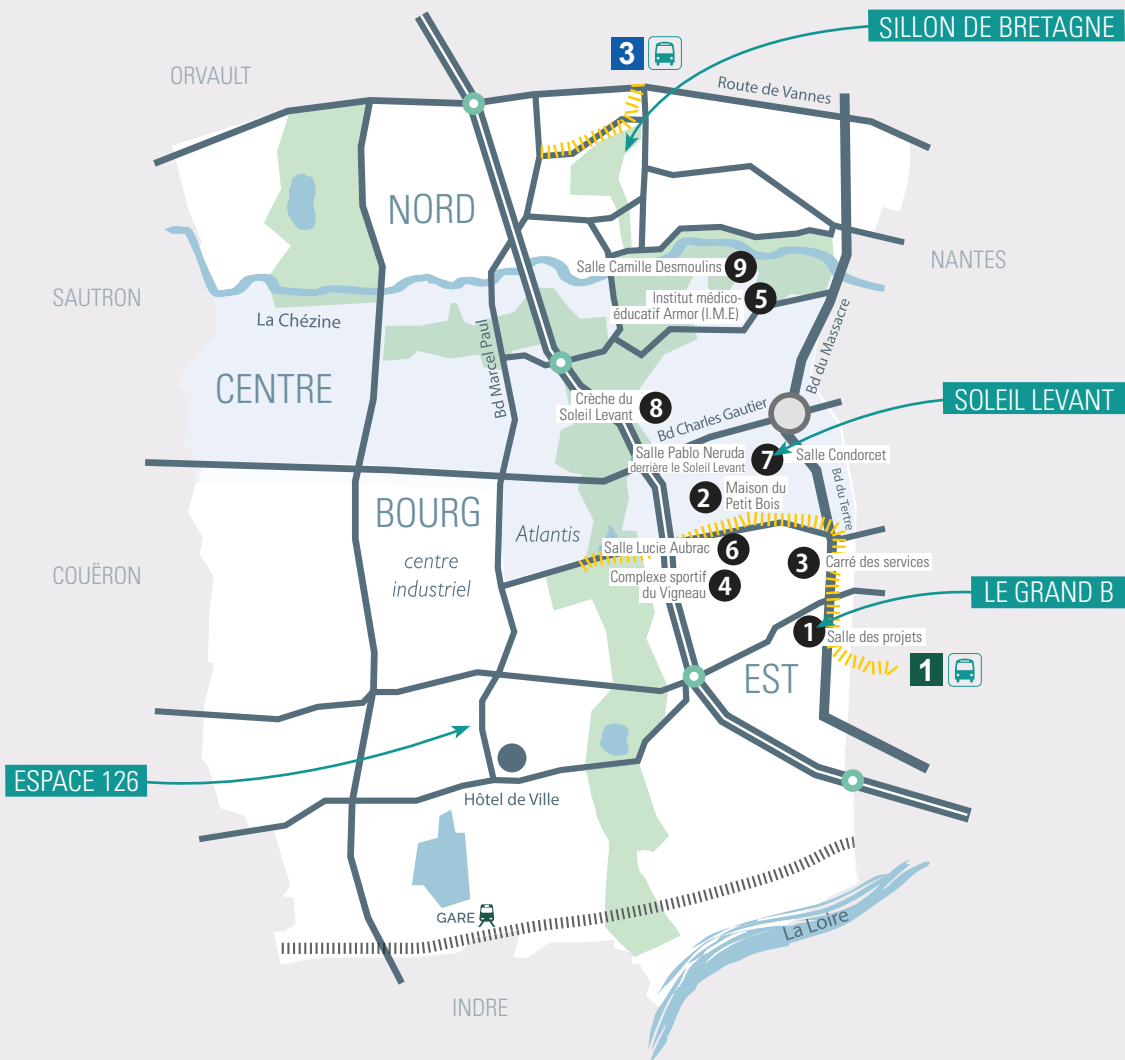
D'ADHÉSION

familiale

10 €, valable un an pour tous les membres de la famille dans les centres socioculturels herblinois et à la Maison des jeunes et de la culture (MJC).

- Obligatoire pour participer aux activités des associations sportives et culturelles (ASEC), à l'exception du Grand B.
- Ouvre le droit à des réductions

SE REPÉRER



ESPACE 126

● Activités relocalisées
Centre socioculturel du Soleil Levant



Centre socioculturel
du SILLON DE BRETAGNE
12 bis av. des Thébaudières
T 02 28 25 26 80



Centre socioculturel
du SOLEIL LEVANT
44, rue de la Blanche
T 02 28 25 26 90



Centre socioculturel
ESPACE 126
126, bd F. Mitterrand
T 02 28 25 22 70



Centre socioculturel
LE GRAND B
11 rue de Dijon
T 02 28 25 22 90
06 62 15 65 18

