saint-herblain
La Ville

DÉCOUVREZ
LES ACTIVITÉS SOCIOCULTURELLES
POUR TOUS LES ÂGES
2025 / 2026

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

saint-herblain.fr

© Freepik

Les centres socioculturels (CSC) herblinois sont, depuis 50 ans, au cœur de la vie locale.
Animés par des équipes dynamiques, des bénévoles, des partenaires associatifs et les agents de la Ville, les CSC fourmillent d'initiatives pour vous accompagner dans vos projets, tisser des liens entre les habitants et vous proposer une multitude d'activités. Sports, culture, loisirs... Chacun y trouve sa place, quels que soient son âge et ses envies. Les pages qui suivent témoignent de cette richesse et invitent à la curiosité ! Que vous soyez Herblinoise ou Herblinois de longue date ou nouvel arrivant, n'hésitez pas à pousser la porte des centres socioculturels. C'est souvent le premier pas vers la rencontre, la découverte... Et parfois même, l'engagement bénévole.

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.21

QUARTIER BOURG
Centre socioculturel Espace 126 - p.26

TARIFS p.31

UNE OFFRE SOUTENUE PAR LA CAF

Les centres socioculturels sont soutenus par la Caisse d'allocations familiales (CAF), dans le cadre de leurs activités socioculturelles.

INSCRIPTIONS
DU 1er AU 12 SEPTEMBRE

DÉBUT DES ACTIVITÉS
LE 15 SEPTEMBRE

CENTRE SOCIOCULTUREL

SILLON DE BRETAGNE

OUVERTURE DE L'ACCUEIL DU CENTRE

Du lundi au jeudi
de 9h à 12h30
et de 13h30 à 18h30
Le vendredi de 9h à 12h30
et de 13h30 à 18h

CONTACT

12 bis av. des Thébaudières
44800 Saint-Herblain
02 28 25 26 80
cscsillon@saint-herblain.fr
Centre Socioculturel Sillon de Bretagne-Officiel
@centre_socioculturel_sillon

ASSOCIATION SOCIO-ÉDUCATIVE ET CULTURELLE

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

CO-RESPONSABLES

Yvon Bernard
Sylvie Brunner
Pierre Bussiere
Jérôme Caillot
Marie Chardonneret
Gérard Fallot
Jacqueline Freville
Chantal Gicqueau
Youssef Ouchen
Monique Rayer
Bernard Sonnery
Alain Tessier

Le choix de l'ASEC s'est porté sur une gouvernance collective avec 12 co-responsables pour accompagner la vie de quartier, les projets des habitants.

QUI SOMMES-NOUS ?

Le projet du centre socioculturel Sillon de Bretagne est conduit par une association : l'association socio-éducative et culturelle Sillon de Bretagne. Le centre socioculturel est situé dans l'immeuble du Sillon de Bretagne mais s'adresse aux habitantes et aux habitants de tout le quartier nord de Saint-Herblain : Bagatelle, Beauséjour, Thébaudières, Golf, Angevinière, route de Vannes, Bouvardière...
L'association socio-éducative et culturelle 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 jeunesses du territoire (projet jeunesse).

LES TEMPS FORTS

FESTIVAL HERBULLES Albums jeunesse & BD.
Du 13 au 25 octobre 2025 dans toute la ville.

FESTIVAL « ET SI ON PARLAIT DES ÉCRANS ? »
Du 13 au 24 octobre 2025.

DÉFI ÉCRANS pour les 4 écoles du quartier nord.
Du 29 septembre au 3 octobre 2025.

OCTOBRE ROSE Le 14 octobre 2025.

LES HIVERNALES
Festival des arts vivants dans tous les centres socio-culturels de la ville. Du 21 novembre au 7 décembre 2025.

DANSES, PERCUSSIONS AFRICAINES
Aux Hivernales 2025, au printemps 2026
et en juin 2026 à la fête de quartier.

SILL'ON FAISAIT LA FÊTE Le 14 décembre 2025.

FESTIVAL DES JEUX Du 14 février au 28 février 2026.

FÊTE DU QUARTIER NORD Juin 2026.

ANIMATIONS ESTIVALES Juillet et août 2026.

ÇA BOUGE DANS LES PARCS Été 2026.

Envie de vous engager ? Le centre socioculturel accueille de nouveaux bénévoles avec plaisir. En tant qu'adhérente, adhérent, habitante, habitant, usagère ou usager, vous avez toute votre place dans l'association socio-éducative et culturelle Sillon. Participez aux rencontres, au conseil d'administration ou à l'assemblée générale : un espace pour échanger, se former et exercer sa citoyenneté.

UN PÔLE DE SERVICES PUBLICS AU SILLON

Le centre socioculturel accueille également un pôle de services publics, porté par la Ville de Saint-Herblain, au rez-de-chaussée d'une partie de l'équipement.
Vous pouvez 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

NOS ACTIONS AVEC LES JEUNES

Parce que les jeunes ont des envies, qu'ils sont force de propositions et d'actions, que la jeunesse est une période d'expérimentation et de choix, le centre socioculturel Sillon de Bretagne apporte un soutien pédagogique, technique et financier permettant d'accompagner les 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... Vous avez entre 11 et 25 ans, venez exprimer vos envies, proposer vos idées et ensemble nous construirons vos projets !
Osez agir, osez rêver.

N'hésitez pas à vous adresser à l'animateur ou l'animatrice jeunesse à l'accueil du centre, ou à appeler au 02 28 25 26 80, pour échanger avec lui ou elle sur vos envies.

LE PÔLE RESSOURCES JEUNESSE

Le pôle ressources jeunesse du Sillon accueille, informe et accompagne les 14-25 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 : 14h - 18h
Mercredi : 10h - 12h / 14h - 18h
Vendredi : 14h - 18h

OFFRE DE LOISIRS

Pendant les vacances scolaires, la Ville propose aux jeunes Herblinois de 10 à 17 ans des activités variées, adaptées à leur âge et à leurs envies.

COMMUNIQUER EN FRANCAIS

Différents accompagnements sont proposés aux personnes souhaitant apprendre le français ou progresser. Nous privilégions l'acquisition du français oral à partir de thèmes du quotidien et mettons une priorité sur le renforcement de la confiance en soi. Nous évaluons les besoins de la personne pour l'orienter vers l'accompagnement le plus adapté. Les ateliers, collectifs ou individuels, sont assurés par des bénévoles. La priorité est donnée aux habitantes et habitants du quartier Sillon de Bretagne. Premières inscriptions : vendredi 19 septembre 2025 de 14h à 16h à Graines de Café.

GRAINES DE FAMILLES

Graines de familles est un temps proposé aux familles le mercredi après-midi en accès libre de 15h à 17h hors période de vacances dans l'espace Graines de café. En général, deux professionnelles accueillent les familles autour d'un temps de convivialité afin d'échanger sur leurs besoins ou leurs envies ou juste pour le plaisir de se retrouver. Puis un temps de jeux peut être proposé pour les parents et les enfants. Des jeux sont à disposition pour les enfants de 0 à 12 ans.

RÉPIT PARENTAL

L'objectif de cette action est de permettre des temps ressourçants ou de répit, aux parents pour prévenir ou se remettre d'un moment de fatigue parental et de réfléchir aux facteurs de son origine. Parce qu'il est important de penser à soi, le centre socioculturel organise des sorties à chaque période de vacances à un tarif abordable. Les parents et les enfants sont ensemble au départ, ensuite les enfants vont faire une activité de leur côté avec une professionnelle et des bénévoles pendant que les parents en profitent pour se retrouver entre eux et passer un bon moment. Tout le monde se retrouve après. Possibilité d'organiser ce genre de sorties en dehors des vacances sur demande et en participant à l'organisation.

GRAINES DE PARTAGE

Les habitantes et habitants se retrouvent le mardi après-midi pour un moment convivial : café/thé offert, échanges, partages, idées et initiatives bienvenues ! Ouvert à toutes et tous : habitantes et habitants, collectifs, associations locales. Le centre socioculturel accompagne vos envies et projets. Horaires : mardi de 14h30 à 17h à l'espace Graines de Café. Une fois par mois : temps de jeux.

CANTINE SOLIDAIRE ET PARTICIPATIVE

Envie de cuisiner, d'apprendre, de proposer une recette et/ou déjeuner ? Venez découvrir la cantine pour rencontrer d'autres personnes, échanger, partager des bons moments, participer au projet... Nous cuisinons à partir de recettes proposées par les habitants et à partir de produits de producteurs locaux, en partenariat avec l'AMAP (Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne) du Sillon.
Horaires : le mercredi à 9h pour cuisiner, 12h30 pour déjeuner et participer au service.
Public : en priorité pour les habitantes et habitants du quartier nord de Saint-Herblain.
Prix libre. Réservation à l'accueil du centre ou au 02.28.25.26.80

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 socioculturel 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 !

TOUTES ET TOUS EN SELLE

Un temps dédié aux 2 roues pour apprendre à réparer son vélo ensemble et/ou partir en balade.
Horaires : 1er mercredi du mois de 16h à 18h : atelier de réparation avec Vélocampus (tout public). Pendant les vacances scolaires : une sortie à vélo dans les parcs aux alentours de 14h à 16h (pour les collégiennes et collégiens).
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 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 socioculturel.
Ouvert à toutes et tous.
Horaires : lundi à 10h.

MUSIQUE, VIDÉO, RADIO

Un studio est mis à disposition pour toute personne (jeune, habitant...) désireuse de faire de la musique, vidéo ou radio. Pour plus d'informations, contactez le centre socioculturel au 02 28 25 26 80.

NUMÉRIQUE

Besoin d'aide avec le numérique ? Une conseillère est à votre service pour prendre en main un ordinateur, une tablette, un smartphone, naviguer sur Internet ou créer une boîte mail. Sur rendez-vous au 02 28 25 23 16 ou 06 65 41 08 00.

LA CABANE

L'équipe du centre socioculturel propose de venir vous rencontrer, dans les quartiers : Bagatelle le dernier mardi après-midi de chaque mois, la Bergerie le dernier jeudi après-midi de chaque mois et le Sillon le dernier mardi matin de chaque mois, 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

Parents et bébé de 0 à 3 ans ou assistantes maternelles
Le 3e vendredi du mois (hors vacances scolaires)
À 9h30 ou 10h30. Séance de 20 min.
Un temps de convivialité sera proposé entre les deux séances.
• Gratuit sur inscription

ATELIER ÉVEIL ET MOTRICITÉ (MONTESSORI)

De 3 mois à 4 ans
Toutes les deux semaines
Mardi de 9h45 à 10h45 et de 10h45 à 11h45
• Tarif 3

ATELIER ÉVEIL À LA PERCUSSION

De 3 à 6 ans
Mercredi de 16h à 17h
• Tarif 3

ACROGYM

De 6 à 8 ans
Mercredi de 15h45 à 16h45
De 9 à 11 ans
Mercredi de 14h30 à 15h30
• Tarif 3

BOXE

De 6 à 16 ans
Mardi de 17h30 à 18h30
• Tarif 3

DANSE

DANSE ORIENTALE

De 6 à 14 ans
Jeudi de 18h à 19h
• Tarif association Jawhara

THÉÂTRE

ATELIER THÉATRE

De 8 à 12 ans
Mercredi de 14h30 à 16h
• Tarif 4

ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

Pour les élèves du CP à la terminale dont l'établissement scolaire et la famille ont confirmé le besoin.

Accompagnement collectif et/ou individuel selon le niveau : aide méthodologique, activités ludiques et de découverte.

Démarrage de l'accompagnement à la scolarité :
lundi 3 novembre 2025.

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

ACTIVITÉS ADULTES

SPORT, DÉTENTE ET BIEN-ÊTRE

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE
Mercredi de 9h30 à 10h30
• Tarif association AEPGV

AQUAGYM
Mardi et jeudi
de 13h à 13h45
• Tarif association ALSHN

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

GYM ADAPTÉE
Mercredi de 14h30 à 15h30
• Tarif association ACLB

GYM ADULTES INTER-ÂGES
Mardi et jeudi de 9h15 à 10h15
• Tarif association ADGE

GYM D'ENTRETIEN
Mardi et jeudi de 10h30 à 11h30
• Tarif association ADGE

GYM SPÉCIFIQUE HOMMES
Vendredi de 9h15 à 10h15
• Tarif association ADGE

PILATES
Mercredi de 11h à 12h
• Tarif association ADGE

RANDONNÉES VÉLO
Lundi à 13h50
Jeudi à 8h50
• Tarif association ALSHN

RANDONNÉES PÉDESTRES
Vendredi à 13h45
• Tarif association ALSHN

QIGONG
Lundi de 10h30 à 11h45
Mardi de 18h30 à 20h
• Tarif 5

TAI JI QUAN
Vendredi de 14h30 à 16h
• Tarif 5

YOGA
Lundi de 9h30 à 10h45
et de 10h45 à 12h
• Tarif association ASGEN

Mercredi de 19h à 20h15
• Tarif 5

YOGA DE SAMARA
Un mercredi sur deux
de 10h30 à 12h
• Tarif 5/2

MÉDITATION
Un mercredi sur deux
de 10h30 à 12h
(se référer au calendrier transmis en début de saison)
• Tarif 5/2

DANSE

DANSE AFRICAINE
Hors du centre
Quartier Bergerie
Lundi de 19h45 à 21h15
• Tarif 5

DANSE EN LIGNE
Lundi de 9h30 à 10h30
• Tarif association ALSHN

PERCUSSIONS
Hors du centre
Quartier Bergerie
Lundi de 19h à 19h45
• Tarif 5

ZUMBA
Mardi de 18h45 à 19h45
• Tarif association ACLB

DANSE BOLLYWOOD
Mardi de 18h30 à 20h
et de 20h à 21h30
• Tarif 5

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

DANSE ORIENTALE
Jeudi de 19h à 20h
et de 20h à 21h
• Tarif association Jawhara

ACTIVITÉS ADULTES

ARTS APPLIQUÉS

COURS DE COUTURE
Lundi de 9h30 à 11h30
Jeudi de 14h30 à 17h30
Vendredi de 14h30 à 17h30
• Tarif 2

ATELIER COUTURE
1er et 3e lundis de chaque mois
de 9h à 12h et de 14h à 17h
• Tarif association CHAT

PEINTURE SUR SOIE LIBRE
1er et 3e mardis de chaque mois
de 14h à 17h
• Tarif association CHAT

POTERIE
Lundi, mardi et vendredi
de 14h à 17h (en autonomie)
• Tarif 1

RÉFECTION DE FAUTEUIL
Mardi de 9h à 12h
• Tarif association CHAT

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

MOSAÏQUE
Jeudi de 14h à 17h
• Tarif association CHAT

PASTEL
2e et 4e mardis de chaque mois
de 14h à 17h
• Tarif association CHAT

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

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

Mardi de 14h à 18h
• Tarif associatif CHAPA

TRICOT
2e et 4e vendredis de chaque mois
de 14h à 17h
• Tarif association CHAT

LOISIRS ET JEUX

JEUX DE SOCIÉTÉ
Vendredi de 19h 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 14h30 à 16h30
(se référer au calendrier transmis
en début de saison)
• Tarif association ALSHN

SCRABBLE
Mardi de 14h30 à 17h
• Tarif association ALSHN

BRIDGE
Mardi de 14h à 17h
• Tarif association ALSHN

TAROT
Mercredi et vendredi
de 14h à 18h
• Tarif association ALSHN

BELOTE
Jeudi de 14h15 à 17h
• Tarif association ALSHN

JEUX DE PLATEAU
Un jeudi sur deux de 14h à 17h
(se référer au calendrier transmis
en début de saison)
• Tarif association ALSHN

ASSOCIATIONS ACCUEILLIES

THÉÂTRE

ATELIER D'EXPRESSION THÉÂTRALE

16 ans et +

Lundi de 20h15 à 22h30 (confirmés)

Mercredi de 20h15 à 22h30 (débutants)

• Tarif 5

LANGUES

COMMUNIQUER EN FRANÇAIS

Graines de Paroles (espace d'accueil et d'apprentissage proposé aux plus débutants) : tous les vendredis hors vacances scolaires de 14h à 15h30 à Graines de Café. Gratuit.

Accompagnement collectif (niveau débutant à B1) : horaires communiqués lors de l'inscription.

Accompagnement individuel (tous niveaux) : horaires à construire en fonction des disponibilités de chacun et chacune.

Inscriptions : se présenter à l'accueil du centre socioculturel ou au 02 28 25 26 80.

VIE QUOTIDIENNE

AMAP POUR TOUS

Vente de paniers de légumes bio, fruits, oeufs, pain...
Mardi de 18h30 à 19h30
Toute l'année.
Inscription auprès de l'AMAP Sillon

CHANT

CHORALE

Mardi de 20h15 à 22h15
• Tarif association TIDELIM

CHORALE

Un vendredi sur deux de 14h à 16h30 (se référer au calendrier transmis en début de saison)
• Tarif association ALSHN

LECTURE, ÉCRITURE

ÉCRIVAINE PUBLIQUE

Sur rendez-vous.
Une priorité est accordée aux habitantes et habitants du quartier nord.
• Gratuit

LIVRE PARTAGÉ

Une fois par mois
• Tarif association ALSHN

DISCUSSION AUTOUR D'UN LIVRE

Un lundi par mois à 14h30 (se référer au calendrier transmis en début de saison)
• 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 electricité 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 : danses 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 1er AU 12 SEPTEMBRE

DÉBUT DES ACTIVITÉS
LE 15 SEPTEMBRE

CENTRE SOCIOCULTUREL

DU SOLEIL LEVANT

OUVERTURE DE L'ACCUEIL DU CENTRE

Lundi, mardi, mercredi
de 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h
Jeudi de 14h à 18h30
Vendredi de 9h à 13h
Fermeture le jeudi matin
et le vendredi après-midi

CONTACT

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

ASSOCIATION SOCIO-ÉDUCATIVE ET CULTURELLE

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

CO-PRÉSIDENT·ES

Marie Michelle Bardin Cresci
Jean-Paul Delouche
Émilie Duval
Annie Tourenne

QUI SOMMES-NOUS ?

L'association socio-educative et culturelle du Soleil Levant pilote le projet social du centre socioculturel du Soleil Levant agréé par la CAF pour 4 ans (2023-2026).
Au moment de votre inscription vous deviendrez adhérents de notre association. Une manière de soutenir le projet global du centre socioculturel, de contribuer à son développement, de prendre part aux décisions, de vous exprimer lors des assemblées générales, de participer à des manifestations telles que des fêtes de quartier, le gala... De proposer des projets qui vous tiennent à cœur et de recevoir, si vous le souhaitez, les informations sur les projets proposés par le centre socioculturel toute l'année (pendant et en dehors des vacances scolaires).

Cette adhésion de 10 € est familiale. Elle est payable une fois et est valable dans l'ensemble des centres socioculturels de la Ville et à la Maison des jeunes et de la culture de la Bouvardière.

Notre association vit grâce à l'implication des habitants comme vous. Si vous avez envie de devenir adhérents et bénévole, n'hésitez pas à nous en faire part au moment de votre inscription, ou plus tard dans l'année !

Nous vous souhaitons à toutes et tous une très belle saison 2025-2026 et avons hâte de vous retrouver à la rentrée.

PROJET SOCIAL 2023/2026 4 AXES

- Lutter contre l'isolement et le non recours aux droits.
- Favoriser l'implication des habitants dans la vie du centre socioculturel en faveur de la transition écologique et de la citoyenneté.
- Soutenir et accompagner la fonction parentale en renforçant les liens familiaux, intergénérationnels en développant l'animation collective familles.
- Contribuer au développement du pouvoir d'agir des jeunes.

SAISON 2025-2026 : FIN DE CHANTIER

Dernière ligne droite pour les travaux. La fin des rénovations sur le bâtiment s'annonce pour la fin 2025. Une fois le bâtiment terminé, les travaux sur le parvis et dans le jardin pourront démarrer. Encore un peu de patience, les relocalisations vont se poursuivre pour la dernière saison et l'accueil dans les locaux provisoires est maintenu. Nous avons hâte de retrouver un espace d'accueil renouvelé, plus qualitatif dans un quartier en pleine transformation. Les travaux sont souvent des périodes de transition particulière mais on ne se laisse pas décourager !

Les travaux ont permis de renforcer l'aller vers. Depuis 2024, le centre socioculturel itinérant « La cabane » sillonne places et parcs du quartier centre. Elle crée la surprise et éveille la curiosité. Autour d'un café au marché de la Crémetterie ou d'une pause au parc de la Bégraisière, venez papoter simplement avec nous.

LES TEMPS FORTS

LA SEMAINE DES FAMILLES
Du 3 au 9 novembre 2025.
Parent, tata, tonton ou grand-parent ?
Venez partager des activités pour petits et grands ! Une semaine autour de la parentalité, des liens familiaux et des rencontres, au cœur de nos projets. En partenariat avec Ensemble au Tillay.

LES HIVERNALES
Du 21 novembre au 7 décembre 2025.
Festival des arts vivants dans tous les centres socioculturels de la ville.

LA TROCQUERIE
Au printemps et à l'automne.
Rendez-vous festif au parc de la Bégraisière pour troquer, échanger et consommer autrement avec Ensemble au Tillay. Infos sur le site ou à l'accueil du centre socioculturel.

LES RENDEZ-VOUS D'ADÈLE
Avril 2026.

LE GALA DE DANSES ET THÉÂTRE
Juin 2026

LES INDISCIPLINÉES
Mai 2026.
Le festival des jeunes artistes accompagnés par leurs collèges, lycées ou associations pour créer leurs spectacles. Le groupe danse 16-18 ans et théâtre 13-17 ans du centre socioculturel y participent chaque année. Rendez-vous à Onyx !

LES ESTIVALES
Fin août 2026.
Le rendez-vous de fin d'été sur la place de la Crémetterie : jeux, concerts, repas partagé... Un moment convivial pour se retrouver avant la rentrée.

ÇA BOUGE DANS LES PARCS
Été 2026.

FESTIVAL HERBULLES
Albums jeunesse & BD.
Du 13 au 25 octobre 2025 dans toute la ville.

FESTIVAL DES JEUX
Du 26 février au 11 mars 2025.

FÊTE DU TILLAY
Suivez l'actualité sur le site internet ou sur le Facebook d'Ensemble au Tillay pour connaître la date 2026 :
evs-ensembleautillay.centres-sociaux.fr
et facebook.com/EVSduTillay/

LA CABANE

La cabane est un centre socioculturel itinérant qui pourra vous surprendre au détour d'une rue. Elle est présente sur le quartier centre tout au long de l'année, chaque deuxième semaine du mois :

- Le mardi après-midi dans le parc de la Bégraisière
- Le mercredi matin au marché de la Crémetterie.

Des animations vous seront également proposées pendant les vacances scolaires.

LES VACANCES SCOLAIRES

Temps de répit parental, escapades à la mer, ateliers enfants/parents/grands-parents, loisirs créatifs, espaces petite enfance... Sur chaque période de vacances scolaires, une programmation construite avec l'équipe d'animation et les habitantes et habitants permet de vrais moments de partage, de rencontrer ses voisins, se découvrir de nouveaux talents, explorer la région, cuisiner ensemble. À chaque fois, ce sont de beaux moments de convivialité très positifs!
Gratuit, en accès libre. Seule l'adhésion à l'association socio-educative et culturelle est obligatoire. Le programme est disponible à l'accueil du centre socioculturel, deux semaines avant chaque période de vacances scolaires.

LA PARENTALITÉ

Le soutien à la parentalité, c'est toute l'année! Des rencontres, des conférences, des ateliers sont proposés aux parents et à toute la famille pour enrichir la communication, prendre du temps ensemble ou pour soi. Ce sont aussi des temps où l'on partage son expérience et où l'on peut dire de quoi on a envie pour imaginer d'autres actions. Renseignements à l'accueil du centre socioculturel ou sur le site internet.

SANTÉ VOUS BIEN !

Avec pour but principal l'accompagnement des familles à consommer des produits bio locaux sans dépenser plus, tout en se faisant plaisir, «Santé vous bien !» s'enrichit d'ateliers autour de la transition écologique et de partage de savoirs entre les habitants. Testez de nouvelles manières de faire vous même au quotidien lors de temps conviviaux riches en échanges et découvertes!

L'ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

Dans le cadre du contrat local d'accompagnement à la scolarité (CLAS), un appui et des ressources complémentaires pour s'épanouir sont proposés aux enfants et aux jeunes en dehors des temps scolaires. Le CLAS, c'est une aide aux parents dans leur rôle éducatif, des séances dans lesquelles les enfants et les jeunes pourront trouver une aide méthodologique au travail personnel, des temps de détente (activités ludiques, culturelles ou sportives), de la convivialité et des échanges.

L'ACCUEIL JEUNES

Le centre socioculturel du Soleil Levant est aussi un espace d'accueil, d'expérimentation, d'accompagnement de projets et d'activités pour les jeunes de 11 à 17 ans.
Tous les mercredis hors vacances scolaires, tu peux venir participer aux activités à partir de 15h, un programme d'activités est publié tous les mois où tu peux y retrouver les activités proposées (sur inscriptions). Pendant les vacances scolaires, des activités et sorties sont proposées tous les jours de la semaine (sur inscriptions). Alors, si tu as du temps libre, que tu veux rencontrer d'autres jeunes, découvrir de nouvelles activités ou encore monter des projets, rejoins-nous !
Échange possible avec Karima Laker, animatrice jeunesse :
Instagram : karima_cscsoleillevant
Snapchat: animjeunessecsc
Whatsapp: 06 38 30 24 48

Dans les collèges

Des temps d'animations au collège Anne Frank sur le temps du midi une fois par semaine (ouverture du foyer, jeux de société, projet les débatteurs...).
Un projet autour des réseaux sociaux porté par Ensemble au Tillay au collège du Hérault les mardis midis.

Avec la cabane

Rendez-vous devant le Vigneau les premiers jeudis du mois de 17h30 à 19h avec le centre socioculturel itinérant pour échanger, prendre un goûter, jouer, imaginer et construire des projets.

BIEN VIEILLIR

Bien vieillir dans son quartier c'est important. L'association socio-educative et culturelle s'empare de cet enjeu pour faire du centre socioculturel un lieu de rencontres et d'échanges pour lutter contre l'isolement, favoriser les échanges intergénérationnels et accompagner le vieillissement en toute tranquillité en proposant des actions adaptées pour mieux s'outiller : soins socio esthétiques, conseils alimentaires, expression corporelle, mémoire, petites marches, autant de moments de convivialité bons pour le corps et la tête !

COMMUNIQUER EN FRANÇAIS

Favoriser l'accès aux droits en accompagnant les habitants dans la connaissance de l'environnement social et administratif français, contribuer aux rencontres interculturelles et à l'échange de savoirs, ce sont les objectifs des temps d'échanges en français. Une ou plusieurs fois par semaine des binômes se retrouvent au centre socioculturel pour des ateliers de conversation en français. Une bonne occasion de reprendre confiance en soi, de renforcer l'autonomie dans un cadre bienveillant. Si vous souhaitez devenir bénévole, n'hésitez pas à nous en faire part !

ACTIVITÉS ENFANTS

! Vos activités relocalisées pendant les travaux

>> voir numéros reportés sur le plan p.32

ÉVEIL

ATELIER MONTESSORI
2 Maison du Petit Bois
De 3 mois à 6 ans
Toutes les deux semaines
Samedi de 10h à 11h
et de 11h à 12h
• Tarif 3

ÉVEIL MUSICAL
7 Salle Condorcet
Chant et découverte d'instruments
De 3 mois à 3 ans
Un mercredi par mois de 10h45 à 11h30 (se référer au calendrier transmis en début de saison)
• Tarif association Ensemble au Tillay. Adhésion : 1 €

AUX MINIMES CRÉATIVES
9 Salle Camille Desmoulins
Parents / enfants
Hors vacances scolaires
Jeudi de 9h30 à 11h45
• Adhésion association Ti'Quartier

ACCUEIL 0/3 ANS ASSISTANT·E·S MATERNEL·LES
2 Maison du Petit Bois
Hors vacances scolaires
Lundi, mercredi, vendredi
de 9h à 12h
• Tarif association Matins Malices

ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

Un accompagnement collectif pour les élèves du CP à la 3e. Au programme : goûter, temps des apprentissages et un programme d'activités ludiques, citoyennes, sportives artistiques...

Élémentaires
(collectif - groupes de 8 à 10)
1 École Condorcet
Pour les enfants de l'école Condorcet
Mardi de 16h15 à 18h15
2 Maison du Petit Bois
Jeudi de 16h15 à 18h15

Collégiens
10 Collège Anne Frank
Lundi de 16h15 à 18h15
Mercredi de 14h à 16h

THÉÂTRE

9 Salle Camille Desmoulins
De 7 à 12 ans
Mardi de 18h à 19h
• Tarif 3
5 Gymnase I.M.E
De 13 à 17 ans
Mardi de 19h05 à 20h35
• Tarif 4

DESSIN

MANGA
8 Crèche du Soleil Levant
De 8 à 16 ans
Mercredi de 17h45 à 19h15
• Tarif 4

DANSE

DANSE HIP-HOP
2 Maison du Petit Bois
De 7 à 12 ans
Lundi de 18h à 19h30
• Tarif 4

De 13 à 18 ans
Mardi de 18h à 19h30
• Tarif 4

DANSE MODERNE JAZZ
4 Salle associative et salle de presse du Vigneau
De 6 à 7 ans
Mercredi de 14h à 15h
• Tarif 3

De 8 à 10 ans
Mardi de 17h45 à 18h45
• Tarif 3

De 11 à 13 ans
Mercredi de 15h à 16h30
• Tarif 4

De 14 à 15 ans
Mercredi de 16h30 à 18h
• Tarif 4

De 16 à 18 ans
Mardi de 18h45 à 20h15
• Tarif 4

EXPRESSION ARTISTIQUE

DÉCOUVERTE DES TECHNIQUES
Dessin, peinture,
dessin narratif, graphisme
3 Salle d'activités 0.23
Carré des services
De 8 à 11 ans
Mercredi de 14h à 16h
• Tarif 4

De 12 à 16 ans
Mardi de 16h15 à 18h15
• Tarif 4

ACTIVITÉS ADULTES

ARTS APPLIQUÉS

ART DU VITRAIL - Technique Tiffany
6 Salle Lucie Aubrac
Un vendredi par mois
de 17h30 à 20h30 (débutants)
• Tarif 5

Un vendredi par mois
de 18h à 20h (confirmés)
• Tarif 6

Un samedi par mois
de 9h30 à 12h30 (confirmés)
• Tarif 6
(se référer au calendrier
transmis en début de saison)

LOISIRS ET CRÉATIONS
7 Salle Condorcet
Vendredi de 13h45 à 16h15
• Tarif 5

TRICOT ET CROCHET
7 Salle Condorcet
Vendredi de 17h45 à 20h15
• Tarif 5

DESSIN PEINTURE
3 Salle d'activités 0.23
Carré des services
Lundi de 14h à 16h
ou de 16h15 à 18h15
• Tarif 5

DESSIN PEINTURE LIBRE
3 Salle d'activités 0.23
Carré des services
Vendredi de 14h à 17h
• Tarif 1

ÉMAUX
7 Salle Condorcet
Mardi de 13h30 à 18h
• Tarif association Loisir émail 44

COUTURE

COUTURE PATCHWORK
7 Salle Condorcet
Jeudi de 14h à 17h
(se référer au calendrier
transmis en début de saison)
• Tarif 2

COUTURE
7 Salle Condorcet
Lundi de 19h45 à 22h15
Mardi de 9h15 à 11h45
• Tarif 5

ACCOMPAGNEMENT EN FRANÇAIS

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

En collectif
ATELIER DE CONVERSATION
8 Crèche du Soleil Levant
Lundi de 14h30 à 15h30

ATELIER FAMILLE 0-3 ANS
Autour de la lecture et du français
2 Maison du Petit Bois
Mercredi de 10h à 11h

En individuel
Conversation avec
une ou un bénévole
Selon les disponibilités de chacun
2 Maison du Petit Bois ou
8 Crèche du Soleil Levan

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

LANGUES

APPRENTISSAGE DU VIETNAMIEN
3 Salle d'activités 0.23
Carré des services
Jeudi de 18h30 à 20h
• Tarif association AVLA

MULTIMÉDIA

COURS DE PERFECTIONNEMENT EN INFORMATIQUE
3 Cybercentre - Carré des services
Un mardi par mois de 18h à 20h
(se référer au calendrier transmis en début de saison)
• Tarif association AVLA

MUSIQUES DU MONDE

MUSIQUES TRADITIONNELLES PÉRUVIENNES ET BOLIVIENNES
7 Salle Pablo Neruda
Vendredi de 20h à minuit
• Tarif association
De sicuris Winayataqui

PERCUSSIONS TRADITIONNELLES ANTILLAISES
7 Salle Pablo Neruda
Mardi de 20h à 22h30
Deux samedis par mois de 18h à minuit
• Tarif association Les amis du Bèlè

© Freepik

ACTIVITÉS ADULTES

! Vos activités relocalisées pendant les travaux

>> voir numéros reportés sur le plan p.32

RENCONTRES ET LOISIRS

RENCONTRES PARENTALITÉ
Un espace convivial de rencontre entre parents, pour échanger sur différentes thématiques autour du développement de l'enfant et de l'adolescent, de l'éducation et de la parentalité. Animé par des professionnels et ouvert à tous. Possibilité de garde d'enfants gratuite sur place et sur inscription.

ATELIERS ENFANTS/PARENTS
Des ateliers tout au long de l'année pour passer du temps en famille, découvrir ensemble un sport, une activité artistique, ludique ou culturelle.
Se référer au planning disponible sur le site internet ou à l'accueil
• Gratuit. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €

PAUSE PARENTS
À chaque période de vacances scolaires, du temps pour profiter entre parents d'une activité ou d'une sortie ! Prendre un moment pour soi pendant que les enfants participent à une activité au centre socioculturel.
Se référer au planning disponible sur le site internet ou à l'accueil
• Gratuit. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €

LA BULLE D'AIR
Un samedi par mois de 10h à 12h
Hors du centre - quartier Tillay
Dates et infos à retrouver sur :
evs-ensembleautillay.centres-sociaux.fr
ou sur la page Facebook
Ensemble au Tillay
ensembleautillay@gmail.com
07 66 26 67 03
• Gratuit.

LES MARDIS À LA LONGÈRE
Longère de la Bégraisière
Lieu de rencontres et de jeux.
Mardi de 14h à 16h
• Tarif association Ensemble au Tillay

CAFÉ PHILO
9 Salle Camille Desmoulins
Matinée conviviale autour de débats démocratiques.
Un dimanche par mois de 9h30 à 14h
• Gratuit, accès libre. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €

DANSE

DANSE MODERNE CONTEMPORAINE
3 Salle associative du Vigneau
18 ans et +
Mardi de 20h15 à 21h45
• Tarif 5

DANSE INCLUSIVE (ouvert à tout le monde)
3 Salle Expression Corporelle Carré des Services
18 ans et +
Mercredi de 15h à 16h30
Mercredi de 16h30 à 18h
• Tarif 5

BIODANZA EXPRESSIONS CORPORELLES
4 Salle associative du Vigneau
Jeudi de 20h à 22h45
• Tarif association Mouvenvie

DANSES SOLOS
4 Salle associative du Vigneau
Mercredi de 18h à 19h
• Tarif association Les enfants du bal

MULTI-DANSES INTERMÉDIAIRE
4 Salle associative du Vigneau
Mercredi de 19h à 20h
• Tarif association Les enfants du bal

MULTI-DANSES CONFIRMÉ
4 Salle associative du Vigneau
Mercredi de 20h à 21h
• Tarif association Les enfants du bal

DANSES LATINES ET SWINGS INTERMÉDIAIRE
4 Salle associative du Vigneau
Mercredi de 21h à 22h
• Tarif association Les enfants du bal

DANSES SOLOS DÉBUTANT
4 Salle associative du Vigneau
Vendredi de 10h à 11h
• Tarif association Les enfants du bal

DANSES SOLOS NIVEAU 2
4 Salle associative du Vigneau
Vendredi de 11h à 12h
• Tarif association Les enfants du bal

DANSE AFRICAINE
9 Salle Camille Desmoulins
Jeudi de 20h30 à 22h
• Tarif association Dékonou

DANSE AFRO ZUMBA
9 Salle Camille Desmoulins
Mardi de 19h15 à 20h15
• Tarif association Dékonou

DOUM DOUM DANSE OU DANSE AFRICAINE
9 Salle Camille Desmoulins
Mardi de 20h30 à 22h
• Tarif association Dékonou

THÉÂTRE

CIE POLYGONE
7 Salle Pablo Neruda
Théâtre amateur
Lundi et Jeudi de 20h30 à 23h
(se référer au calendrier transmis en début de saison)
• Tarif association Double face

Cie PALABRES ET COMPAGNIE
6 Salle Lucie Aubrac
Tout public, théâtre amateur
Jeudi de 20h30 à 22h30
• Tarif association Palabres et compagnie

COLLECTIF LIBRE ÉTINCELLE
7 Salle Pablo Neruda
Théâtre amateur
Samedi et dimanche de 8h à 20h
(se référer au calendrier transmis en début de saison)
• Tarif association CLE

CHANT

CHORALE TILLAY T'Y CHANTE
2 Maison du Petit Bois
Jeudi de 18h15 à 20h
• Tarif 2

CHANTS MARINS
4 Salle de presse du Vigneau
Un samedi par mois de 10h à 12h30
• Tarif association Accordéons pluriel

ATELIER CHANT - PIANO TECHNIQUE VOCALE
7 Salle Pablo Neruda
Atelier « Voix catillata »
Samedi de 9h à 11h
Atelier « Petit chœur de la voix »
Samedi de 11h à 13h
• Tarif association La voix dans tous ses états

CHANTS ET DANSES PORTUGAIS
9 Salle Camille Desmoulins
Un vendredi toutes les deux semaines de 20h30 à 23h30
(se référer au calendrier transmis en début de saison)
• Tarif association Primavera

SPORT, DÉTENTE ET BIEN-ÊTRE

CARDIO FIT
6 Salle Lucie Aubrac
Mardi de 19h à 20h
• Tarif 3

FIT SCULPT RENFO BOXE
6 Salle Lucie Aubrac
Mardi de 20h à 21h
• Tarif 3

STRETCHING RELAXATION
Pour le lieu, se renseigner auprès de l'accueil du centre
Samedi de 10h30 à 11h30
et de 11h30 à 12h30
• Tarif 3

ATELIER VIE ET RELAXATION
6 Salle Lucie Aubrac
Mardi de 10h45 à 12h
• Tarif 5

PILATES
7 Salle Condorcet
Personnes à mobilité réduite
Lundi de 10h à 11h (pilates doux)
Tout public
Lundi de 11h15 à 12h15
(tous niveaux)
Tout public
Lundi de 12h30 à 13h30
(tous niveaux)
• Tarif 3

YOGA ÉCOUTE SENSORIELLE
Salle d'expression corporelle
3 Carré des Services
Mardi de 10h30 à 11h45
• Tarif 5

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN
4 Salle d'escrime du Vigneau
Gym bien-être
Lundi et jeudi de 14h15 à 15h15

Gym douce
Lundi et jeudi de 15h15 à 16h15
• Tarif association Gym forme

YOGA ÉCOUTE SENSORIELLE
7 Salle Condorcet
Lundi de 17h15 à 18h15
et de 18h30 à 19h45
• Tarif 5

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

Un dimanche tous les deux mois de 9h30 à 18h30
(constellation familiale)
(se référer au calendrier transmis en début de saison)
• Tarif association Equilibriôm

TAÏ CHI CHUAN
9 Salle Camille Desmoulins
Mercredi de 18h30 à 20h
5 Gymnase I.M.E
Jeudi de 18h30 à 20h (confirmés)
• Tarif association Tournesol

SOPHROLOGIE
6 Salle Lucie Aubrac
Mardi de 9h45 à 10h45
• Tarif association Tournesol

QIGONG
Salle polyvalente
3 Carré des services
Lundi de 15h45 à 16h45
et de 17h à 18h15
• Tarif association La Grue d'argent

TAÏCHINDO
Hors quartier Centre
Jeudi de 18h30 à 20h30
(contactez l'association pour connaître le lieu de l'activité)
• Tarif association Taïchindo

ATELIER CORPOREL
4 Salle associative du Vigneau
Mercredi de 10h à 11h (gym douce)
Jeudi de 9h à 11h (gym adaptée)
• Tarif association Espace retraités

ATELIER DE PRATIQUES COMMUNICATION NON VIOLENTE
7 Salle Condorcet
Un samedi par mois de 9h à 12h
(se référer au calendrier transmis en début de saison)
• Tarif association Langages

ACTIVITÉS ADULTES

! Vos activités relocalisées pendant les travaux

>> voir numéros reportés sur le plan p.32

LECTURE, ÉCRITURE

ATELIER D'ÉCRITURE
2 Maison du Petit Bois
Jeudi de 10h à 12h
• Tarif 3

LA BIBLIOTHÈQUE ADÈLE'H
Ouverture mardi et jeudi
de 16h15 à 18h
Mercredi de 10h à 12h et de
14h à 18h / 02 28 25 26 95
2 Pendant les travaux, retrouvez la bibliothèque à la Maison du Petit Bois. Reprise des permanences le mardi 16 septembre 2025.
biblio-soleillevant@wanadoo.fr

CUISINE, ALIMENTATION

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

AMAP POUR TOUS
9 Salle Camille Desmoulins
Vente de paniers de légumes bio, viande, pain...
Jeudi de 18h15 à 20h15
Toute l'année

COURS DE CUISINE VIETNAMIENNE
2 Cuisine - Maison du Petit Bois
Un samedi par mois de 9h30 à 14h (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 14h30 à 15h
Samedi de 10h30 à 11h
• 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 10h à 12h
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 ADAPTÉE
6 Salle Lucie Aubrac
Vendredi 9h30 à 10h30
et de 10h45 à 11h45
• Tarif 3

ENTRETIEN SENIORS ACTIFS
4 Salle associative du Vigneau
Mardi de 11h à 12h
Jeudi de 11h à 12h
• Tarif association ADGE

CLUB DE RETRAITÉS
4 Salle associative du Vigneau
Belote, scrabble, repas dansants, sorties, chansons...
Mardi de 13h30 à 17h30
Vendredi selon planning
• Tarif association Club Belle humeur

CLUB DES RETRAITÉS DU TILLAY
9 Salle Camille Desmoulins
Jeux, cartes, pétanque...
Jeudi de 13h30 à 18h
• 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
- Adèle'H : biblio-soleillevant@wanadoo.fr 02 28 25 26 95
- ADGE : adge44@orange.fr ou adge-gym-forme@wanadoo.fr
- AMAP TILLAY-BOURG: amap.tillay@gmail.com
- AVLA (Amitié Vietnam Loire-Atlantique) : sur place aux horaires des cours ou quy.pham.traduction@gmail.com
- 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
- Cie Polygone : 06 62 64 15 79 polygone.contacts@gmail.com
- Cie CLE : theatrecle44@orange.fr - 06 24 57 62 25
- Club des pré-retraités et des retraités du Tillay : retraitestillay@gmail.com
- Dékonou : M. SLA au 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
- Ensemble au Tillay (EVS - Espace de Vie Sociale du Tillay) : ensembleautillay@gmail.com 07 66 26 67 03
- Gym Forme : contact@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 Bèlè : 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
- Palabres et compagnie : palabresetcompagnie@gmail.com : 06 62 26 76 28
- Primavera : netoleroux.marie@gmail.com 06 69 14 97 90
- Taïchindo : nello.decol@gmail.com - 07 68 40 92 52
- Ti'quartier : tiquartier@gmail.com
- Tournesol : tourne.sol2@orange.fr - 06 07 45 74 12
- Mouvenvue: asso.valparaiso@gmail.com 06 42 23 51 73
- Winayataki : guillaume.fournies@gmail.com 06 66 87 54 02

PRÉ-INSCRIPTIONS
DU 25 AU 29 AOÛT 2025

INSCRIPTIONS
DU 1er AU 12 SEPTEMBRE

DÉBUT DES ACTIVITÉS
LE 15 SEPTEMBRE

CENTRE SOCIOCULTUREL

LE GRAND B

OUVERTURE DE L'ACCUEIL DU CENTRE

Lundi, mardi, mercredi et vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h
Jeudi de 13h30 à 18h (fermé le matin)

CONTACT

11 rue de Dijon,
44800 Saint-Herblain
02 28 25 22 90
cscgrandb@saint-herblain.fr
linktr.ee/csclegrandB
Facebook Le Grand B - animations

OUVERTURE DE LA LUDOTHÈQUE

Mardi de 14h à 18h
Mercredi de 10h à 12h30 et de 14h à 19h
Vendredi de 15h à 18h / Samedi de 10h à 12h30
(fermeture lundi et jeudi, mardi et vendredi matin et samedi après-midi)
02 28 25 22 93

QUI SOMMES-NOUS ?

Le centre socioculturel Le Grand B, un lieu vivant et ouvert à toutes et tous. Au cœur du quartier, il favorise les liens entre les habitantes et habitants en créant des espaces de rencontres, de dialogue et de coopération.

À l'écoute des besoins et des envies de chacune et chacun, il accompagne les initiatives individuelles et collectives, ainsi que celles portées par les associations locales.

Lieu d'accueil convivial et inclusif, Le Grand B contribue à l'épanouissement personnel à travers des actions sociales, éducatives et culturelles accessibles à toutes et tous. Il se veut un terrain d'expérimentation, d'expression et d'engagement citoyen.

En favorisant la connaissance mutuelle, le respect et la solidarité, le centre agit pour une meilleure qualité de vie et soutient les dynamiques collectives qui participent à lutter contre les inégalités et l'isolement.

Le projet social est en cours d'élaboration et reste ouvert aux idées et à la participation de chacune et chacun. Vous êtes les bienvenu·e·s pour y contribuer ! Inscrit dans les priorités de la Ville de Saint-Herblain, qui en assure le financement, Le Grand B est animé au quotidien par une équipe professionnelle engagée, en lien étroit avec les associations locales. Le Grand B vous accueille, que vous soyez habitant, habitante, visiteur, visiteuse ou acteur ou actrice de la vie locale. Bienvenue !

PROJET SOCIAL 2023/2026 4 AXES

- **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-midis et des soirées thématiques. Consultez notre programmation régulièrement (Linktree, le « Boomerang », Facebook).

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 13 au 25 octobre 2025 dans toute la ville.

LES HIVERNALES

Festival des arts vivants dans tous les centres socioculturels de la ville.
Du 21 novembre au 7 décembre 2025.

FESTIVAL DES JEUX

Du 14 au 28 février 2026.

ANIMATIONS « ALLER VERS »

Des activités culturelles et ludiques sur les espaces publics du quartier est.

TEMPS FORTS PARENTALITÉ

Une permanence d'écoute avec une professionnelle de l'école des parents et des éducateurs (EPE) a lieu un vendredi sur deux.
Consultez notre programmation.

FÊTE DE QUARTIER « Bellevue s'ambiance »

3e édition. Juin 2026.

ÇA BOUGE DANS LES PARCS

Été 2026.

ANIMATIONS ÉTÉ ET VACANCES

Animations familiales, sorties ados, adultes, stage enfants... Consultez notre programmation Boomerang, Facebook et Linktree.

ACTIVITÉS ENFANTS

ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

EN SORTANT DE L'ÉCOLE
En partenariat avec les groupes scolaires du quartier.
Mardi et jeudi de 16h15 à 17h30
• Gratuit

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

LANGUES

L'ANGLAIS EN S'AMUSANT
De 6 à 8 ans
Lundi de 16h30 à 17h30

ATELIER D'ÉCRITURE FRANCAIS
Elémentaires et collégiens
Mardi de 17h à 18h30
• Tarif assolireetecrire@gmail.com

DANSE

HIP-HOP
De 6 à 15 ans
Mercredi de 18h à 19h30
• Tarif 4

DANSE BOLLYWOOD
De 6 à 11 ans
Lundi de 16h45 à 17h45
• Tarif association Sandanatyam

DANSE AFRICAINE
De 6 à 11 ans
Jeudi de 17h45 à 18h45
• Tarif association Semikin

DANSES TAHITIENNES
Hors du centre
Carré des services
13 ans et +
(stage et perfectionnement)
Samedi de 13h30 à 17h30
• Tarif association Tahiti Here

ATELIER CRÉATIF

CLUB JUNIOR
Loisirs créatifs, sportifs, culturels, projets et activités en concertation avec les participants.
De 9 à 12 ans
Mercredi de 14h à 15h30
• Gratuit

CLUB MANGA
Fan de la culture japonaise et coréenne ? Des débats, quizz, animés, sorties et coups de cœur à partager.
10 ans et +
Différents temps forts définis à l'année. Programmation au trimestre disponible à l'accueil du centre.
• Gratuit

CLUB « CAP SUR »
Lieu d'accueil et d'échanges, projets et activités en concertation avec les participants.
De 12 à 15 ans
Vendredi à partir de 16h30 jusqu'à 18h30 (voir planning semaine A et B)
• Gratuit

CLUB « CAP SUR »
Lieu d'accueil et d'échanges, projets et activités en concertation avec les participants.
De 15 à 19 ans
Vendredi à partir de 16h jusqu'à 19h (voir planning semaine A et B)
• Gratuit

ACTIVITÉS ADULTES

ARTS APPLIQUÉS

LES PETITES MAINS
Cours de couture
Jeudi de 14h30 à 16h30
• Tarif 3

ARTS PLASTIQUES

PEINTURE
TOUTES TECHNIQUES
Mardi de 9h30 à 11h30
Jeudi de 9h30 à 11h30
• Tarif 5

PEINTURE LIBRE
Mardi de 14h à 17h
• Tarif 1

MUSIQUE

UKULÉLÉ
Hors du centre
Carré des services
Tout public à partir de 18 ans (ados/adultes)
Samedi de 13h30 à 17h
• Tarif association Tahiti Here

ATELIER CHANT
EXPRESSION ADAPTÉE
Vendredi de 14h à 17h
• Tarif association FMH

THÉÂTRE

ATELIER THÉÂTRE
Adultes
Mercredi 18h à 20h
• Tarif association Linlyralirec

ATELIER THÉÂTRE ADAPTÉ
Vendredi de 17h30 à 19h
• Tarif association L'Être Acteur

JEUX

JEUX D'ÉCHEC
Tous niveaux
Mercredi de 16h30 à 18h
• Tarif association Chessboxing

DANSE

DANSE AFRIQUE DE L'OUEST
Mardi de 19h à 21h
Jeudi de 19h à 20h30
et de 20h45 à 22h15
• Tarif association Semikin

DANSES INDIENNES
Ado-Adultes à partir de 12 ans
Lundi de 18h à 19h30
et de 19h30 à 21h
• Tarif association Sandanatyam
Hors du centre
Carré des services
Samedi de 10h à 13h et une fois par mois un cours de Bharatanatyam (danse Indienne Classique)
• Tarif association Sandanatyam

DANSES TAHITIENNES
Hors du centre
Carré des services
Tout public à partir de 13 ans (ados/adultes)
Jeudi de 18h à 21h30
Selon conditions physiques
• Tarif association Tahiti Here

TANTRA DANSE
Bien-être par le mouvement
Samedi de 9h30 à 13h
• Tarif association Artplus

LANGUES

ANGLAIS
Mercredi de 18h30 à 20h
• Tarif 5

FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE
Lundi niveau intermédiaire
de 10h à 11h30
jeudi niveau débutant
de 10h à 11h30
• Gratuit

ARABE
Vendredi 19h à 20h30
• Tarif assolireetecrire@gmail.com

BIEN-ÊTRE

SELF DÉFENSE
Tout public à partir de 16 ans (ados/adultes)
Jeudi de 19h30 à 21h
• Tarif 4 ados (14-17 ans)
• Tarif 5 adultes (18 ans et +)
Places limitées

YOGA ÉCOUTE SENSORIELLE
Mardi de 17h à 18h15
et de 18h30 à 19h45
Jeudi de 9h30 à 10h45
et de 10h45 à 12h
• Tarif 5

PILATES
Mercredi de 18h30 à 19h30
et de 19h30 à 20h30
• Tarif 3

PILATES
Hors du centre
Carré des services
Lundi de 18h30 à 20h30
• Tarif association Gym Forme

GYM DYNAMIQUE
Lundi de 18h45 à 19h45
et de 19h30 à 20h30
• Tarif association Gym Forme

GYM BIEN-ÊTRE
Mardi de 18h à 20h
• Tarif association Gym Forme

GYM DOUCE
Mardi de 10h à 11h30
• Tarif 3

FITNESS
Lundi et mercredi de 9h à 11h30
Vendredi de 9h à 11h30
et de 20h à 22h30
• Tarif association Les Zirond'elles

LES PETITES MARCHES
Jeudi : rendez-vous à 14h dans le hall du centre. Horaire de retour suivant la durée de la balade.
• Gratuit

PARENTALITÉ

POINT D'ÉCOUTE PARENTS
Pour les parents, grands-parents, beaux-parents et adultes en difficulté pour rétablir une relation et une communication positive avec leur enfant ou adolescent.
Un vendredi sur deux de 14h à 18h (hors vacances scolaires).
• Gratuit, sur rendez-vous
Renseignement auprès de l'accueil et des animateurs du centre socioculturel.

ATELIER PARENTS-ENFANTS
(0 à 6 ans)
Ateliers centrés sur le lien parent-enfant, pour accompagner les familles dans leur quotidien à travers des temps d'échange, de complicité et de détente (yoga, baby yoga, massage bébé, bébé signe, portage).
Programmation à venir.

ANIMATIONS ET VIE DE QUARTIER

« ALLER VERS »
Animations familiales en plein air (animations musicales, dansantes, créatives et détente...)
Retrouvez-nous sur le quartier Bellevue à Saint-Herblain
Mercredi de 16h à 18h30
• Accès libre
Renseignements auprès du centre socioculturel.

ATELIER JEUX
Hors du centre
Carré des services
Lundi de 14h à 17h
• Gratuit

CLUB RETRAITÉS DU MOULIN DU BOIS : SECTION PÉTANQUE
Tous niveaux, « je tire ou je pointe ? »
Lundi au vendredi de 14h à 18h
• Tarif association Club du Moulin du bois

PETIT DÉJEUNER DE L'ASSOCIATION LOISIRS FAMILLES 44
Venez partager un moment convivial.
Mercredi de 8h30 à 11h
• Tarif Association Loisirs Familles 44

LE P'TIT BLABLA DE L'ASSOCIATION CRÉATIF FESTIF
Venez échanger et discuter autour d'une boisson chaude ou froide avec d'autres habitants du quartier.
Lundi de 14h à 18h
• Tarif association Créatif Festif

CRÉATIF FESTIF
Atelier jeux
Mercredi de 14h à 18h
• Gratuit

JARDINS PARTAGÉS « P'TIT B VERT »
Toute l'année. Programme suivant les saisons.
• Accès libre
Renseignements auprès des animateurs du centre socioculturel.

ASSOCIATIONS ACCUEILLIES

- Association loisirs famille 44 (ALF) : asqn.nantes@gmail.com
- Artplus : marine.artplus@orange.fr
- Chessboxing : chessboxing@proton.me
- Cie du Songe / L'Être Acteur letre.acteur@gmail.com
- Compagnie Gioco Cosi estran.gioco@gmail.com
- Créatif Festif : creatif.festif@gmail.com
- FMH (Fédération des malades et handicapés) arfmh.44@orange.fr
- FMR CREW : ephemere7pro@gmail.com
- Gym Forme : contact@gymforme.com
- Le Moulin du bois : monnierd.agen@gmail.com
- Les Zirond'elles : ass.leszirondelles@gmail.com
- Sandanatyam : sandanatyam@gmail.com
- Semikin : association.semikin@gmail.com
- Système B : cie.systeme.b@gmail.com
- Tahiti Héré : titaua.tahitihere@gmail.com
- Tutti Quanti : tuttiquanticie@gmail.com
- Vous êtes ici : vousetesici@outlook.fr
- Lire et Ecrire : assolireetecrire@gmail.com
- Environnements Solidaires : contact@environnements-solidaires.org
- La Goutte d'O : contact.lagouttedo@gmail.com
- Lire et Ecrire : assolireetecrire@gmail.com
- Jet FM : equipe@jetfm.asso.fr
- Linlyralirec : stowers.tony@yahoo.fr

INSCRIPTIONS
DU 1er AU 12 SEPTEMBRE

DÉBUT DES ACTIVITÉS
LE 15 SEPTEMBRE

CENTRE SOCIOCULTUREL

ESPACE 126

OUVERTURE DE L'ACCUEIL DU CENTRE

Lundi, mardi, mercredi
et vendredi de 9h à 12h30
et de 13h30 à 18h30
Jeudi de 13h30 à 18h30
(fermé le matin)
Fermeture du secrétariat à 18h

CONTACT

126 boulevard François Mitterrand - 44800 Saint-Herblain
02 28 25 22 70 - cscespace126@saint-herblain.fr

ASSOCIATION SOCIO-ÉDUCATIVE ET CULTURELLE

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

CO-PRÉSIDENT·ES

Marie-Claude Daudin
Dominique Douaud
Loïc Huguen
Christine Pauvert
Brigitte Perraud
Jean-Claude Roho
Marie-Christine Sabin
Danièle Vourch

QUI SOMMES-NOUS ?

L'association socio-éducative et culturelle est une association loi 1901, accueillie dans les locaux municipaux de l'Espace 126 (anciennement centre socioculturel du bourg). Elle conçoit et conduit le projet social élaboré par les habitantes, habitants et partenaires locaux (Ville de Saint-Herblain, CAF, associations...). Ce projet, agréé par la Caisse d'Allocations Familiales de Loire-Atlantique, est porté par les habitantes, habitants, adhérentes, adhérents bénévoles, élus et élues en assemblée générale : ensemble, ils et elles forment le conseil d'administration.
C'est un projet collectif, porté par une équipe de bénévoles et de professionnels, ancré sur le territoire.
Des actions y sont pensées et créées par vous et pour vous.
Il s'appuie 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 et d'accueil, ouvert à toutes et tous. Il favorise l'échange, le débat, la réflexion et l'ouverture à l'autre. Il permet de développer ses capacités, d'agir pour soi et pour les autres. Porté par l'idéal de l'éducation populaire, il reconnaît à chacun sa volonté et sa capacité à progresser, à affirmer sa dignité à tous les âges et à toutes les étapes de la vie. Acteur de la cohésion sociale et du bien vivre ensemble, il encourage la citoyenneté active, la coopération et la concertation avec les habitantes, habitants, associations et 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**
  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

- Deux animatrices 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. L'espace est également ouvert pendant les vacances scolaires.
- Des permanences au collège Anne de Bretagne.

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 ouvert 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 14h15 à 18h15 le reste de l'année.
  Tu ne sais pas quoi faire de ton temps libre ? Rejoins-nous !
- **PARENTALITÉ**
  Vous avez un besoin, une envie en tant que parents, grands-parents ? Le groupe « parentalité » est à votre écoute, et vous pourrez élaborer ensemble des projets, des actions durant toute l'année. Venez nous rejoindre ! À plusieurs, vous proposerez des ateliers, des événements... Les dates de rencontres sont affichées sur la fresque à l'accueil.

LES TEMPS FORTS

FESTIVAL HERBULLES Albums jeunesse & BD.
Du 13 au 25 octobre 2025 dans toute la ville.

LES BOURSES AUX JOUETS, VÊTEMENTS, LIVRES

LES HIVERNALES
Festival des arts vivants dans tous les centres socioculturels de la ville. Du 21 novembre au 7 décembre 2025.

« EN ATTENDANT NOËL » Un temps d'animation pour patienter en attendant le Père-Noël. Le 19 décembre 2025.

RÉVEILLON DE L'AMITIÉ Le 31 décembre 2025.

ÉCLATS D'ART Printemps 2026 : un week-end pour se rencontrer et échanger autour de la peinture.

CARNAVAL Printemps 2026 : un moment festif pour toute la famille, organisé avec les partenaires du quartier.

FESTI'BOURG Juin 2026. La grande fête du centre socio-culturel pour découvrir les nombreuses activités et animations.

SOIRÉES JEUX EN FAMILLE Plusieurs rendez-vous dans l'année, en partenariat avec la médiathèque bourg.

TEMPS FORT JEUNESSE Juin 2026.
Les activités jeunesse se représentent sur scène.

ÇA BOUGE DANS LES PARCS Été 2026.

ACTIVITÉS ENFANTS

ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

ACCOMPAGNEMENT AUX DEVOIRS

De la 6e à la 3e (individuel)
Lundi, mardi, jeudi, vendredi
de 16h30 à 18h30
• Gratuit. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €

ACCOMPAGNEMENT DANS LES APPRENTISSAGES

Du CP au CM2 (collectif)
Lundi et jeudi de 16h à 18h15
• Gratuit. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €
Inscription pour deux séances par semaine.

ARTS APPLIQUÉS

COUTURE

De 8 à 12 ans
• Tarif 3
Vendredi de 16h30 à 17h30
De 13 à 17 ans
Vendredi de 17h30 à 19h
• Tarif 4

ARTS PLASTIQUES

ÉCO ARTS

Collégiens
Deux samedis par mois
de 10h30 à 12h
(se référer au calendrier transmis en début de saison)
• ½ tarif 4

DESSIN

Elémentaires
Jeudi de 17h à 18h30
• Tarif 4

MULTI-ACTIVITÉS

ÉVEIL MUSCICAL ET CORPOREL, RELAXATION, ARTS CRÉATIFS, ÉVEIL MULTI SPORTS

De 4 à 6 ans
Mercredi de 16h30 à 17h30
Inscriptions par cycle
• Tarif 3

DANSE

HIP-HOP

8 ans et +
Mardi de 17h30 à 18h30
(débutants)
• Tarif 3
Mardi de 18h30 à 20h
(confirmés)
• Tarif 4

MOUV' DANCE

7 ans et +
Mercredi de 15h30 à 16h30
(débutants)
• Tarif 3
Mercredi de 14h30 à 15h30
(confirmés)
• Tarif 3

ESPACE JEUNES

LIEU D'ACCUEIL ET D'ANIMATION

Un lieu d'accueil, d'animations et de lancement de projets.
De 11 à 17 ans
Mercredi de 14h15 à 18h15
(hors vacances scolaires)
• Gratuit, accès libre

THÉÂTRE

THÉÂTRE

De 8 à 11 ans
Lundi de 18h à 19h
Hors du centre - Salle polyvalente Françoise Giroud
• Tarif 3
Mercredi de 16h à 17h
• Tarif 3

Ados
Mercredi de 17h à 18h30
• Tarif 4

Ados confirmés
Mercredi de 18h30 à 20h
• Tarif 4

Enfants, ados en situation de handicap
Un samedi tous les 15 jours
de 10h30 à 11h30
(se référer au calendrier transmis en début de saison)
• 1/2 Tarif 3

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

Sorties culturelles, ludiques, découverte de son environnement, en co-construction avec les habitants.

ESPACE JEUNES

Sorties, projets, soirées :
Programmation co-construite avec les jeunes.

ACTIVITÉS ADULTES

ARTS APPLIQUÉS

CARTERIE CRÉATIVE
Avec technique scrapbooking
Un mardi par mois
de 19h30 à 21h30
(se référer au calendrier transmis en début de saison)
• Tarif 5
Au prorata du nombre de séances

COUTURE
Lundi de 9h30 à 11h30
(tous niveaux)
• Tarif 5

Mardi de 17h45 à 19h45
(Intermédiaires)
Activité en autonomie
Intervention d'un professionnel une fois par mois
• Tarif adapté

Mercredi de 18h30 à 20h30
(débutants)
Activité en autonomie
Intervention d'un professionnel 1/2 heure
• Tarif adapté

Mardi de 14h à 17h
(adultes autonomes)
• Tarif 1

PATCHWORK
Vendredi de 9h à 11h30
(adultes autonomes)
• Tarif 1

ATELIER LAINE ET FILS
Tricot, crochet, broderie, patch, couture
Un samedi par mois de 14h à 17h
(adultes autonomes - se référer au calendrier transmis en début de saison)
• Tarif 1
Au prorata du nombre de séances

ARTS PLASTIQUES

ARTS GRAPHIQUES
Dessin, peinture, aquarelle et autres techniques
Lundi de 18h30 à 21h
(adultes autonomes)
• Tarif 1

ATELIER D'EXPRESSION ARTISTIQUE
Lundi de 18h à 20h
Samedi de 9h à 12h
(adultes autonomes)
• Tarif 1

DESSIN INITIATION
Une semaine sur deux
Mardi de 18h à 21h
(se référer au calendrier transmis en début de saison)
• ½ Tarif 2

AQUARELLE INITIATION
Une fois par mois
Jeudi de 18h à 21h
(Prérequis : savoir dessiner)
• Tarif 2 proratisé

ARTS CRÉATIFS
Une fois par mois
Jeudi de 14h à 17h
(se référer au calendrier transmis en début de saison)
• Tarif 5
Au prorata du nombre de séances

BIEN-ÊTRE

PILATES
Mardi de 12h30 à 13h30
et de 14h à 15h
Jeudi de 12h30 à 13h30
et de 14h à 15h
• Tarif association Energi'Zen

SOPHROLOGIE
Lundi de 9h45 à 10h45
Mardi de 18h30 à 19h30
• Tarif 3

TAÏ CHI CHUAN ET QI GONG
Mercredi de 18h à 19h30
(débutants)
Mercredi de 19h30 à 21h
(confirmés)
• Tarif 5

QI GONG
Lundi de 11h à 12h15
Vendredi de 11h à 12h15
• Tarif association Tonatiuth

YOGA
Mardi de 18h40 à 19h55
(débutants)
Mardi de 20h05 à 21h20
(intermédiaires)
Jeudi de 9h30 à 10h45
et de 10h45 à 12h (tous niveaux)
• Tarif 5

BIEN-ÊTRE SENIORS

ATELIER ÉQUILIBRE
Pour travailler sa mobilité et reprendre confiance en soi dans ses déplacements.
Mardi de 10h45 à 11h45
Jeudi de 10h45 à 11h45
• Tarif 3

ATELIER MÉMOIRE
Pour assimiler des mécanismes et méthodes adaptables au quotidien afin d'optimiser vos capacités mnésiques.
Vendredi de 10h45 à 11h45.
• Tarif 3

MAIS AUSSI
Nous proposons divers ateliers, activités et sorties ponctuels dans le cadre du projet bien-être seniors. Venez participer et co-construire avec nous la programmation de ce projet.

DANSE

FITDANCE
Lundi de 19h30 à 20h30
Mercredi de 19h15 à 20h15
• Tarif 3

DANSES EN LIGNE
Vendredi de 18h à 19h (débutants)
Vendredi de 19h à 20h (niveau 2)
• Tarif association Les enfants du bal

ROCK & MULTI-DANSES
Vendredi de 20h à 21h
(débutants)
• Tarif association Les enfants du bal

DANSES DE COUPLE LATINES-SWING
Vendredi de 21h à 22h
• Tarif association Les enfants du bal

THÉÂTRE ET CIRQUE

JONGLAGE
Mercredi à partir de 21h
• Tarif association Archiballes

THÉÂTRE
Théâtre d'improvisation et préparation d'un spectacle.
Lundi de 10h à 12h
• Tarif association Cie les Amuz'Heures

JEUX

MARDIS JEUX DE SOCIÉ'THÉ
Mardi de 14h à 17h
• Adhésion

SCRABBLE
Vendredi de 14h à 17h
(en autonomie)
• Tarif 1

SOIRÉES JEUX DE CARTES (POKER, TAROT...)
Vendredi de 19h à 21h
(en autonomie)
• Adhésion

CLUB RENCONTRES ET LOISIRS
Jeudi de 14h à 18h
• Tarif association Rencontres et loisirs

SPORT ET DÉTENTE

GYMNASTIQUE
Renforcement musculaire
Lundi de 15h30 à 16h30
Stretching
Lundi de 16h30 à 17h30
Gym dynamique
Lundi de 18h à 19h
Stretching
Lundi de 19h à 20h
Renforcement musculaire
Mercredi de 9h10 à 10h10
Stretching
Mercredi de 10h10 à 11h10
• Tarif association ADGE

LES PETITES MARCHES
Mercredi à 14h (en autonomie)
• Gratuit

MUSIQUE

CHORALE RÉSONANCES
Samedi 9h30 à 11h30
Une semaine sur deux
(se référer au calendrier transmis en début de saison)
• ½ tarif 2

FAMILLE

AMAP (Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne)
Jeudi de 18h30 à 19h30
• Tarif paniers

SEL'ÉVIDENCE : ÉCHANGE LOCAL
Une activité basée sur l'échange de services, compétences et biens, sans contrepartie financière, dans un esprit de solidarité et de convivialité.
Une rencontre a lieu un samedi par mois, de 11h45 à 14h30, selon un calendrier préétabli, pour se connaître et expliquer le fonctionnement. Les échanges sont réguliers. Calendrier disponible à l'accueil du centre.
• Gratuit. Seule l'adhésion au centre est obligatoire : 10 €

REPAIR CAFÉ
Réparation de petits appareils
Un jeudi par mois de 18h à 20h30
(se référer au calendrier transmis en début de saison)
• Gratuit

LANGUES

ANGLAIS
Lundi de 18h30 à 20h00
Tous niveaux
• Tarif 5

INITIATION À LA LANGUE FRANÇAISE
Communication (oral), alphabétisation (écrit)
Une fois par semaine.
Renseignements et inscription à l'accueil du centre socioculturel.
• Gratuit

PROJETS PONCTUELS

Participez à l'élaboration d'ateliers spécifiques selon vos envies, comme le cycle bien-être seniors ! D'autres animations sont envisageables. Contactez le centre.

ASSOCIATIONS ACCUEILLIES

- ADGE : 02 40 47 45 31
- AMAP du Bourg : 02 40 86 24 30 amapbourg.stherblain@gmail.com
- Archiballes : 06 16 42 33 77
- Cie les Amuz'Heures : 06 63 44 52 23
- Energi'zen : 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
- Repair Café : rc_saint_herblain_sillon@orange.fr
- Tonatiuth : 06 33 11 29 8

TARIFS

DES QUATRE CENTRES SOCIOCULTURELS
DE LA VILLE DE SAINT-HERBLAIN

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 et les associations socio-éducatives et culturelles (ASEC) ont mis en place, en 2010, un mode de calcul des tarifs basé sur les quotients familiaux et le taux de participation, réajusté en 2023 sur proposition de ces dernières.

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 1h Activités adultes - durée inférieure ou égale à 1h	12,40%
4	Activités enfants et ados - durée supérieure à 1h	14%
5	Activités adultes - durée supérieure à 1h	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 de quotient CAF ou de votre avis d'impôts 2024 (ressources 2023)
- d'un justificatif de prestations familiales (allocations familiales / logement)
- de votre attestation France Travail (demandeurs d'emploi)

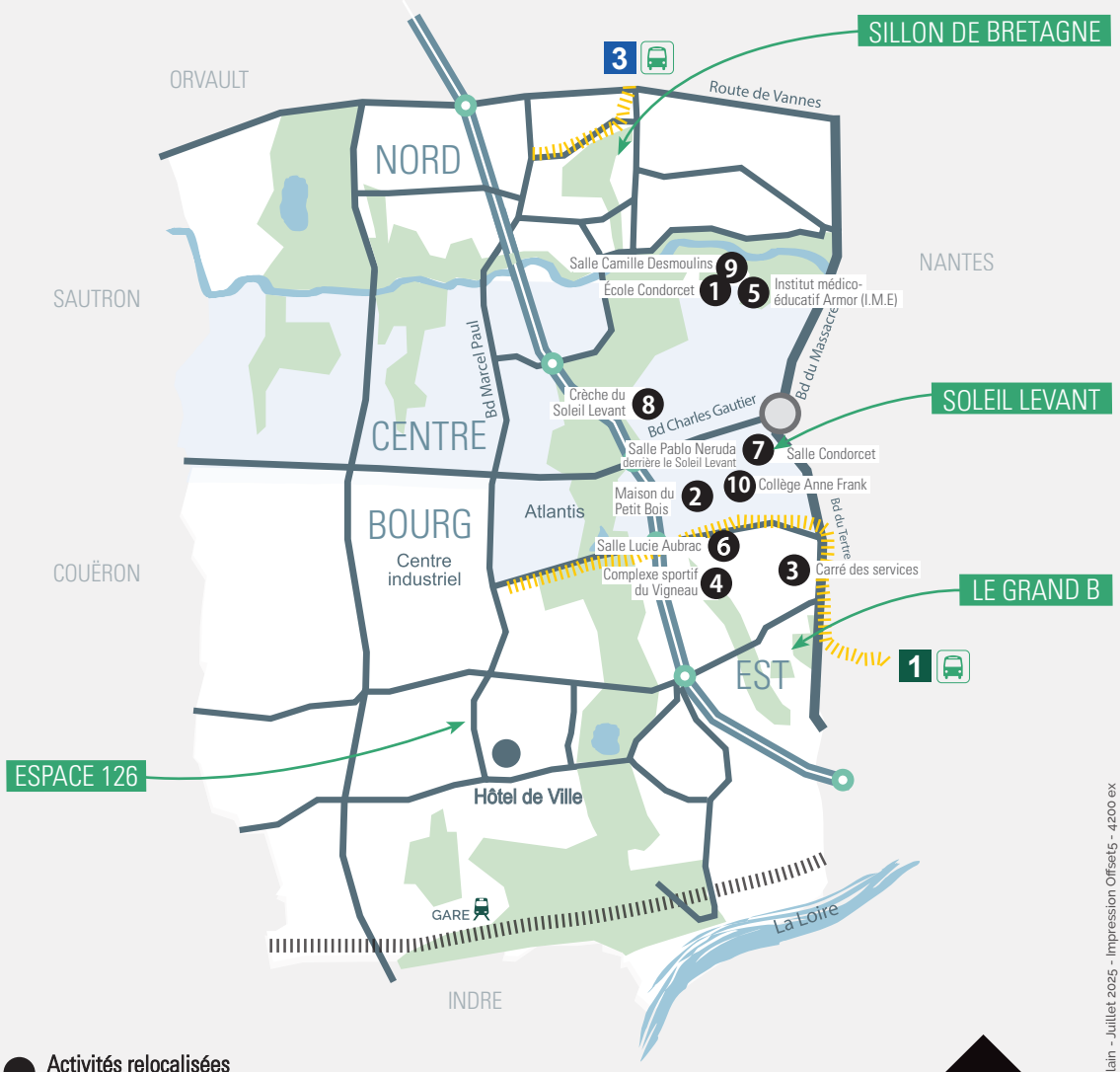
TARIFS ASSOCIATIONS

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, 20, 25 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, à l'exception du Grand B.
Ouvre le droit à des réductions.

SE REPÉRER



● **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

Service Information et communication - Saint-Herblain - Juillet 2025 - Impression Offset5 - 4200 ex