

le petit repère

magazine de la cité des associations

| septembre 2022 | n° 85

NOUVEAU

VIEUX-PORT

VIVA

CITÉ

11 SEPT 2022

LE FESTIVAL DES ASSOCIATIONS

10H00 — 18H30

Cité des associations
93, la Canebière - 13001 Marseille



VILLE DE
MARSEILLE



SOMMAIRE

	AMSP »12	MASSILIA FIT »24	ACELEM »36
	ADRIM »12	SOUTH WINNERS MARSEILLE »24	ASPAS »36
CONSCIENCE ET RENAISSANCE DE SOI »12	NATURISTE PHOCCÉENNE »24	AOI SORA COSPLAY »36	AGORA PHILO »36
ATTITUDE »12	IOKAI SHIATSU »24	2 DA STREETZ »36	DUANAMA »37
GENERATIONS SOLIDARITÉS »12	TPM »25	COULISSES ET CIE »37	ALPMR 13 »37
AVARAP PROVENCE »13	AVI SOURIRE »25	ADCF »37	PICA PICA »37
ALMA 13 »13	L'OREILLE PRESQUE PARFAITE »25	LES AMIS DE LA CULTURE FRANCO-PERSE »38	ADCOMEAM »38
BANQUE ALIMENTAIRE »13	TERPSICHORE »25	MAISON DE L'ÉCRITURE ET DE LA LECTURE »38	CHANT'HAL »38
AUTISME 13 »13	VOILES DES SUDS »25	LA VERGARI BALLETT COMPAGNIE »38	LES AMIS DU VIETNAM »38
ÉLECTRICIENS SANS FRONTIÈRES PACA-CORSE »13	ALGERNON »26	LA MESÓN »39	UNI-SONS »39
SOS AMITIÉ MARSEILLE PROVENCE »14	L'ATHLETIC CLUB PHOCCÉEN »26	UNISON »39	DASLCA »39
SOLIANE »14	AMIS DE SAINT JACQUES DE COMPOSTELLE »26	CITÉ DE LA MUSIQUE »39	DIVADLO THÉÂTRE »39
SOLIFORM »14	CHEERDANCE CLUB MARSEILLE »26	DIVERTIMENTO »39	VARIAN FRY-FRANCE »40
FRANCS DES BDR »14	FRONTRUNNERS MARSEILLE »26	AMIS DU MUCEM »40	SFK »40
CHAYNELUX »14	AIKIDO & AIKISHINTAISU »26	UKULÉLÉ À MARSEILLE »40	ATELIER CARTES EN SCRAP »41
LES PETITS FRÈRES DES PAUVRES »15	ART DE L'ACADÉMIE »27	LIVE CULTURE »41	ART'COM'GROOVE »41
SECOURS CATHOLIQUE »15	ÉVASION ET RANDONNÉE »27	LE CENTRE SOLEA »41	PARADIS DU RIRE »41
À VOIX HAUTE »15	CONCEPT ÉQUILIBRE 62 »27	ESPÉRANTO MARSEILLE »42	LE CERCLE CATALÀ DE PROVENÇA »42
ESP'ERRANCE »15	LSR »27	AMICI »42	PETITS DÉBROUILLARDS »42
ARDEPAMF 13 »15	ASPTT MARSEILLE »27	AMAS »43	DOS MARES »43
FRANCE ADOT 13 »16	BOXING & FIT »27	AFK 13 »43	APCU »43
HABITAT ET HUMANISME PROVENCE »16	COUNTRY STORY TOUR »28	LES VOIX DE MARS »43	BADABOUM THÉÂTRE »44
PANIERIERS MARSEILLAIS »16	MEÏSEÏKAN AIKIDO »28	LSF MED »44	ARTISTES INDÉPENDANTS DE PROVENCE »44
ASTRÉE »16	EAST'N'WEST DANCERS »28	BIBLIOTHÈQUE ORGANGE »44	CHINAFI »44
LES BLOUSES ROSES »16	LE CORPS EN TÊTE »28	GUITARES NOMADES »45	AFSI »45
EUROCIRCLE »17	VÉLO EXCELSIOR CLUB »28	AFSI »45	ATDM »45
ASAM PROVENCE »17	AMSCAS »29	ACC »45	VERTIGES EN PROVENCE »45
ESA »17	FMT »29	FAL »46	EFL »46
HANDITOIT »17	CNPRS »29	CINÉ TRAVELLING DE MARSEILLE »46	ÉCLOSION 13 »46
PASSAPAROLA »17	ASRM »29	FRANCE ETATS-UNIS »46	DE LA LOGE AU PLATEAU »47
AVEC VOUS »18	CAPOEIR'ART »29	CRÉ SCÈNE 13 »47	FRANCO-RUSSE «PERSPECTIVES» »47
PASSERELLES ET COMPÉTENCES »18	FAIL13 »30	ÉCOLE DE MUSIQUE SUZUKI MARSEILLE »47	JAZZ SUR LA VILLE »47
CHIENS GUIDES D'AVEUGLES »18	MARSEILLE ROLLER DERBY CLUB »30	JAZZ SUR LA VILLE »47	AGENDA »48
FRANCE BÉNÉVOLAT MARSEILLE »18	MASSALIA GYM PROVENCE »30		
CHRISTOPHE »18	MUST »30		
ASSO'SOPK »18	LE MONDE DU PING-PONG »30		
SECOURS POPULAIRE 13 »19	FIT'Z FORM »31		
DUO FOR A JOB »19	FRANCE SHOTOKAN KARATÉ 3 »31		
JALMALV MARSEILLE »19	FEMMES EN DÉFENSE »31		
UCS 13 »19	LES EXCURSIONNISTES MARSEILLAIS »31		
SURDI 13 »20	GS MARSEILLE »31		
VIVRE SANS VOIR »20	USCM »32		
TOUS ALBATROS »20	PHOCCÉENS BRIDGE CLUB »32		
les restos du cœur »20	ÉCOLE DE YOGA 13 »32		
mer et coline »20	JARDINER ENSEMBLE »32		
COCCINELLE DU RIRE »21	DANCE LIFE »32		
SOS GLOBI PACA »21	KRAV MAGA MASEILLE »33		
UDAF 13 »21	MARSEILLE ESCRIME CLUB »33		
CŒUR DE CAGOLE »21	ÉCOLE D'ESCRIME MÉDIÉVALE »33		
GRETTP »21	OUPS »33		
APSAM »22	SMUC »33		
RIGA »22	MASSILIA TRIATHLON »34		
KURMA YOGA »22	TERRE LUDIQUE »34		
LES HORTENSIA »22	ROUETONIK »34		
UNIS CITÉ »22	HO GROUPE - KRAV MAGA »34		
CRIJ »23	MILLE ET UNE ÉTOILES »34		
L'ENFANT@L'HOPITAL »23	MUSIC PERFORMANCE »35		
UNION DES ARTISTES UKRAINIENS ET LEURS AMIS »23	SHORINJI KEMPO MARSEILLE »35		
LA MAISON DES FAMILLES LES BUISSONNETS »23	LE VÉLO CLUB LA POMME MARSEILLE »35		
L'ESCAPADE DE SHAHEEN »23	PK13 »35		
BOUD'MER »24	GV PÉRIER-PARADIS »35		

LE MOT DU MAIRE »03

ÉDITO »03

ADMD »04

CAN ENVIRONNEMENT »04

JOÛR »04

CUTIVONS »04

COLINÉO »04

LA CIMADE »05

SOS MÉDITERRANÉE »05

1 DÉCHET PAR JOUR »05

SOLIDARITE PROVENCE AFGHANISTAN »05

UFC QUE CHOISIR »05

ANCC »05

LA LIBRE PENSÉE 13 »06

UNICEF 13 »06

FNE 13 »06

EMMAÛS CONNECT »06

TERRE DE LIENS »06

FEMMES SOLIDAIRES »07

GEMPPi »07

SNC »07

LA NATUROSCOPE »07

MPE 13 »07

SURFRIDER FOUNDATION EUROPE »07

FAMILLES DE FRANCE 13 »08

MOUVEMENT DE LA PAIX »08

CEL »08

UNC »08

GREENPEACE »08

LA CHEVÊCHE »08

ZERO WASTE MARSEILLE »09

SINGA »09

FACE À L'INCESTE »09

MOUVEMENT JEUNES FEMMES MARSEILLE »09

PAROLE D'ENFANT »09

FAF-UPAA «LES CANNES BLANCHES» »10

PARRAINAGE DE PROXIMITÉ 13 »10

LES ARTS ET L'ENFANT »10

L'ACLAP »10

L'ENCRE BLEUE »10

RAMINA »11

AFTC13 »11

ADDICT ACTION 13 »11

ALLO-ALZHEIMER »11

ARAIMC »11



Elles sont le cœur battant de la vie marseillaise, les principales actrices de la solidarité, de la culture, du sport, de l'écologie, de l'engagement citoyen : les associations sont cette année encore mises à l'honneur par le festival Vivacité, qui se tiendra pour la première fois sur le Vieux-Port.

C'est pour nous un honneur, et une reconnaissance particulière, d'offrir aux 20 000 associations marseillaises ce moment particulier, de partage et de fraternité ; la Ville et la Cité des Associations se sont unies pour construire ce festival unique, gratuit et ouvert à tous, conçu pour être un lieu de rencontres et d'échanges.

Pour les parents comme pour leurs enfants, pour les habitants de tous les quartiers de Marseille, c'est l'occasion de découvrir l'immensité des domaines d'engagement, et l'extraordinaire vitalité de notre tissu associatif. Tout au long de la journée, du quai de la fraternité jusqu'aux abords de l'Hôtel de Ville, ce sont 400 associations qui ont préparé pour le public, chaque année plus nombreux, des dizaines d'activités, de démonstrations, d'initiations.

Que vous souhaitiez vous initier aux échecs, essayer les sports de glisse, assister à des représentations de clowns ou à des concerts, offrir à vos enfants des instants de poésie grâce aux lectures de contes ou bien vous former aux premiers secours, vous trouverez votre bonheur en flânant sur le Vieux-Port ce 11 septembre.

Au nom de l'équipe municipale, je veux rappeler ici à quel point nous savons que les associations sont des partenaires privilégiées pour faire de Marseille cette ville plus juste, plus verte, plus solidaire que nous voulons construire. Cette envie commune se retrouve cette année dans les quatre thèmes choisis pour le festival : art et culture, social et santé, sport et loisirs, défense et protection des droits et de l'environnement. Marseille est une ville ouverte sur le monde, une ville curieuse, une ville qui vit et qui se réinvente sans cesse. C'est une ville où grandissent les vocations, où naissent les engagements et où les nobles causes sont sublimes.

Mettre à l'honneur nos associations, c'est mettre à l'honneur Marseille toute entière, cette identité plurielle qui fait sa force et son unité : c'est la raison pour laquelle nous avons décidé, comme un symbole, que cette édition se tiendrait pour la première fois sur les quais du Vieux-Port, emblème de notre Ville et de son patrimoine.

Benoît PAYAN
Maire de Marseille



Le Vieux-Port, ce lieu emblématique de Marseille, a le plaisir d'accueillir pour la première fois VIVACITE, le festival des associations.

Pour célébrer cette 14ème édition, la Ville de Marseille a décidé de rendre hommage au monde associatif marseillais, en lui proposant de faire découvrir aux Marseillaises et Marseillais sa richesse et sa diversité. Une journée familiale, populaire, où toutes les générations sont les bienvenues.

L'occasion de mieux faire connaître l'engagement, et les nombreuses activités proposées par les associations inscrites à VIVACITE : tout au long de la journée, vous pourrez déambuler dans un Vieux-Port piéton à la découverte de femmes et hommes qui se dédient tout au long de l'année au service de l'intérêt commun.

La Vie Associative, cette formidable délégation qui m'a été confiée par le Maire de Marseille Benoît PAYAN, me rappelle tous les jours mon engagement politique et ce pourquoi j'ai été élu : vous permettre d'accomplir vos missions dans les meilleures conditions possibles.

Depuis plus de deux ans j'ai la chance au quotidien, sur l'ensemble du territoire, d'aller à la rencontre de ce riche tissu associatif qui caractérise notre belle cité.

J'aimerais m'adresser particulièrement à vous associations, en vous remerciant : Découvrir vos activités, votre engagement, vos bénévoles, vos salariés, vos locaux, est un réel honneur.

Je sais les difficultés que vous pouvez rencontrer et je me tiens à votre disposition pour trouver ensemble des solutions.

C'est dans ce sens que pour la première fois Vivacité proposera des temps de réflexion sur les problématiques que vous pouvez rencontrer. Mais également une fresque participative qui symbolisera votre créativité, votre sens de l'adaptabilité et surtout votre beauté.

Dimanche 11 Septembre 2022 est un jour de Fête, je me réjouis de célébrer à vos côtés Vivacité !

Ahmed HEDDADI

Adjoint au maire

en charge du lien social, de la vie associative, des centres sociaux, de l'animation urbaine et du bel âge.



Le "drame Vincent Lambert" a mis en lumière les carences de la loi 2016 dite "Claeys-Leonetti", dont les multiples interprétations et modes d'application transforment trop souvent le patient en objet - si ce

dernier n'a pas laissé de directives anticipées. Un sondage de l'institut Ipsos rappelle que 96% des Français sont favorables à la légalisation de l'euthanasie. Un pourcentage implacable qui vient conforter une Association qui milite pour que Françaises et Français puissent choisir leur fin de vie... Pour que toute personne en état de dépendance, de souffrances physiques ou psychiques incompatibles avec sa dignité, puisse le jour de son choix venu, bénéficier d'une aide active à mourir. Aucun principe supérieur de notre République n'obligeant à vivre les souffrances jusqu'au bout, l'ADMD, qui ne lâche rien, rappelle régulièrement l'exécutif à ses responsabilités.

plus d'info

06 40 60 89 85 - admd13@admd.net

Collectif anti-nuisances environnementale

CAN ENVIRONNEMENT

Le CAN Environnement (CAN = Collectif Anti Nuisances) est un collectif d'associations et de citoyens engagés pour l'intérêt général et la Santé Publique dans de nombreuses actions et projets y compris avec les collectivités (pollution de l'air / bruit / cadre de vie / biodiversité). À l'occasion de VIVACITÉ, nous avons choisi de vous présenter, en lien avec le projet européen, « Marseille, ville neutre en carbone en 2030 » :

- Mesures citoyennes : en partenariat avec AirCarto et en collaboration avec AtmoSud, nous avons développé des analyseurs de la pollution de l'air qui nous permettent de lancer plusieurs projets : cartographie de la pollution, spots polluants, informations citoyennes... Démonstration et initiation au maniement des capteurs DIAMS

- « Encorbellements photovoltaïques », un projet réducteur de bruit, de diffraction de la pollution de l'air et producteur d'énergie

- « Micro forêt participative », un projet réduisant le CO2, produisant de l'O2, filtrant les particules, diminuant la température de l'air, favorisant la biodiversité, permettant l'intégration sociale, diminuant le stress.



plus d'info

can.env13@gmail.com - canenv.fr

JOÛIR



Jouïr est une association loi 1901 qui propose des activités autour de l'éducation positive à la sexualité, à l'intimité et aux violences de genre. L'ambition première de Jouïr est

d'être une archive orale qui rend compte de l'impact du patriarcat sur les corps aujourd'hui.

L'association repose sur des principes de féminisme intersectionnel (qui prend en considération la race, le genre et la classe). Ses membres proposent un cadre de confiance propice à l'ouverture de la parole et à l'écoute active des participant.e.s.

Ouverte à tous.tes, l'association propose différents types d'activités, allant du groupe de paroles, à l'atelier radio en passant par la création d'une méthodologie autour de la sexualité, l'intime et la pratique radiophonique, ou encore par la mise en place de festivals sur ces mêmes questions.

plus d'info

jouir_asso@protonmail.fr - facebook.com/jouir.podcast
shows.acast.com/jouir-podcast

CULTIVONS

L'association CULTIVONS a été créée en 2016, pour répondre à la nécessité de contact, des habitants du centre ville, coupés de lien avec la nature ; et pour valoriser l'écocitoyenneté.

L'objectif est de sensibiliser les publics à l'environnement en proposant des ateliers de pratique du jardinage, « O naturel, les mains dans la terre » ; et des ateliers « art au jardin ».

Depuis sa création CULTIVONS a jardiné avec les publics d'école, centre social, centre de loisirs, Ephad, centre ressource...

Cette année elle expérimente, avec la ligue de l'enseignement le projet « jardin en sac », une solution proposée pour verdifier les cours d'école bétonnées du centre ville de Marseille.



plus d'info

06 63 06 32 85 - 06 60 49 26 63
cultivons13@gmail.com



Colinéo est une association au service de la préservation et de l'éducation à l'environnement et au développement durable qui agit dans les Bouches-du-Rhône et dans les départements limitrophes. Elle sensibilise les enfants par des ateliers pédagogiques, des stages « petits naturalistes » et le grand public par des randonnées « Nature et Patrimoine », des sorties naturalistes et des formations au jardin. Parallèlement, Colinéo mène des études scientifiques ainsi que des expertises écologiques auprès des industriels et des collectivités.

Colinéo porte également le Conservatoire des Restanques, Verger et Jardin Méditerranéen, site péri-urbain de 6 hectares dont l'objet est la sauvegarde des variétés anciennes de légumes et de fruits, tout en intégrant les techniques de l'agro-écologie. Ce domaine remarquable reçoit le public sur des événements, tous les mercredis matin pour des chantiers nature ouverts aux bénévoles, et pour la vente de légumes issus de pratiques respectueuses des sols.

Un accueil chaleureux et convivial sera réservé au public et aux familles le samedi 24 septembre de 10h à 18h30 à l'occasion de sa manifestation « Restanques en Jeux » sur le thème d'une kermesse Adresse : 1 chemin des Grives - 13013 Marseille.

plus d'info

04 91 60 84 07 - colineo.assenemce@gmail.com - colineo.fr

LA CIMADE



La Cimade est née en 1940 et, à Marseille, depuis 1956. « Elle a pour but de manifester une solidarité active avec les personnes opprimées et exploitées. Elle défend la dignité et les droits des personnes réfugiées et migrantes, quelles que soient leurs origines, leurs opinions politiques ou leurs convictions. Elle rassemble des femmes et des hommes d'horizons nationaux, religieux, politiques et philosophiques divers qui partagent ses buts et ses valeurs ». (Extraits de l'article 1 des statuts)

La Cimade Marseille est un des groupes locaux de la Cimade nationale ; elle est constituée de bénévoles qui, toujours en équipe, animent plusieurs activités : permanences juridiques, actions de contentieux et de plaidoyer, conseils téléphoniques et secrétariat, ateliers socio-linguistiques et artistiques, intervention en prison ou aux audiences auprès du centre de rétention, actions de sensibilisation auprès du public marseillais, de communication (site web, Facebook).

La Cimade recherche des bénévoles, qu'elle s'engage à accompagner et à former. Une réunion d'éventuels nouveaux bénévoles a lieu tous les mois. Pour demander à y participer, écrire par mail.

plus d'info

marseille@lacimade.org



Face à l'inacceptable soyons humains, agissons

Depuis 2014, quelque 20 000 personnes traversant la Méditerranée sont mortes en mer en tentant de rejoindre l'Europe, alors que nombre d'autres ont été interceptées et refoulées en Libye, où leurs droits continuent d'être bafoués. SOS Méditerranée est une association citoyenne de sauvetage en haute mer, créée au printemps 2015 dans un élan de la société civile européenne mobilisée face à l'urgence humanitaire en Méditerranée.

Ses missions : sauver des vies, accompagner et protéger les rescapés et témoigner sur ce qui se passe en Méditerranée.

Porteuse des valeurs du maritime et de l'humanitaire d'urgence, notre association est apolitique, se fondant sur le respect de l'Homme et de sa dignité, quelle que soit sa nationalité, son origine, son appartenance sociale, religieuse, politique ou ethnique.

Depuis février 2016, quelque 30 000 personnes ont été secourues par SOS Méditerranée.

L'association est financée à plus de 90 % par des dons privés. Nous faisons appel à la générosité du public et tous les acteurs de la société civile pour nous permettre de poursuivre notre mission humanitaire d'urgence et d'assurer le sauvetage de ces hommes, ces femmes et ces enfants qui n'ont pas d'autres choix que celui de tenter de survivre à cette traversée de l'enfer.

« Nous ne pouvons accepter que des milliers de personnes meurent en Méditerranée sous nos yeux, aux portes de l'Europe, sans rien faire. Notre action de sauvetage en mer répond à un impératif moral et légal. Il faut réunir des moyens et agir pour mettre fin à cette tragédie. »

[plus d'info](#)

antenne13@sosmediterranee.org - sosmediterranee.org

1 DÉCHET PAR JOUR



L'association 1 Déchet par Jour est une association marseillaise qui a été créée en 2016. Le but est de sensibiliser les citoyens à l'environnement et notamment à la problématique des déchets sauvages.

Nous menons différentes actions :

- organisation d'événements grand public afin de sensibiliser les citoyens
- sessions de sensibilisation dans les établissements scolaires et périscolaires pour sensibiliser les plus jeunes
- coordination d'événements d'envergure comme le WCUD ou le Tarpin Propre pour faire participer toutes les structures (entreprises, collectivités, etc.)

Si vous souhaitez plus d'informations, vous pouvez nous contacter à

[plus d'info](#)

jeramasse@1dechetsparjour.com

L'association « Solidarité Provence Afghanistan » travaille pour l'essentiel en Afghanistan. Elle organise des parrainages d'enfants afghans et les encourage à poursuivre leur scolarité. Elle fournit aux enfants du matériel scolaire, et des vêtements qui leur permettent de faire une rentrée dans des conditions correctes. Par ailleurs, l'association contribue à équiper un lycée de Kaboul, en liaison avec le ministère de l'Éducation afghan. Cette année et l'année précédente : construction d'un plateau sportif, équipement en ordinateurs, accès à l'eau, bibliothèque, réfection des tables et des chaises, équipement d'un laboratoire de sciences...

En France, l'association contribue à faire connaître l'Afghanistan, un pays ravagé par la guerre depuis plus de 30 ans, un des deux ou trois pays les plus pauvres du monde.

L'association contribue à faire connaître la culture afghane en participant aux réunions publiques consacrées à l'Afghanistan, en contribuant à faire connaître les richesses artistiques de ce pays.

L'association défend les droits de l'homme, et l'égalité femme-hommes. L'association n'est liée à aucune faction, à aucune confession, à aucun groupe religieux, à aucune ethnie.

Elle considère que l'éducation est le meilleur moyen de réduire la violence qui règne dans ce pays. Toutes les valeurs qui guident les membres de l'association s'inspirent de ce choix : privilégier les actions d'éducation.



[plus d'info](#)

prov.afghanistan@wanadoo.fr

UFC QUE CHOISIR DE MARSEILLE & DES ALPES MARITIMES

défend les consommateurs ayant un litige avec un professionnel ou une administration (sauf droit du travail, héritage et querelles de voisinage). Seule exigence, devenir adhérent de l'association.

Ses conseillers juridiques spécialisés donnent leurs conseils aux demandes de ses membres, dans des domaines très divers : banque, assurance, services publics, fiscalité, locations, litiges commerciaux, immobilier, ventes et services, achats divers, garanties commerciales, artisans, commerçants, garagistes, voyagistes, téléphonie et énergie, autant de fois que nécessaire pour les adhérents en cours d'année.

Prise de rendez-vous préalable obligatoire par mail ou par téléphone.

Notre siège est situé au 11 bis, rue St-Ferréol, proche de La Canebière.

L'association locale informe la personne en demande de la procédure à suivre pour faire face au litige et l'éclairer sur les démarches à entreprendre. Elle peut intervenir éventuellement.

Le poids de l'UFC est certain et l'association locale interviendra, suite à l'adhésion, en assurant un accompagnement personnalisé pour le compte de l'adhérent auprès du professionnel en cause, en le tenant

régulièrement informé(e) et du résultat de ses démarches, dans le but d'obtenir une résolution amiable du litige. L'association prend en charge le litige en produisant les courriers nécessaires (recommandés AR) pour ce faire.

L'association est totalement libre et indépendante.

Elle est gérée par des juristes professionnels et des conseillers bénévoles.

Elle accueille toute personne bénévole ayant des compétences juridiques désirant y participer.



[plus d'info](#)

04 91 90 05 52 - contact@marseille.ufcquechoisir.fr

Association nationale de la copropriété et des copropriétaires ANCC

L'ANCC créée en 1980, apporte conseils et assistance aux copropriétaires dans la vérification des comptes, des ordres du jour, des procès-verbaux d'assemblée générale, d'économie d'énergie, de dossier de subventions, de gestion patrimoniale, de recouvrement d'impayé, de litiges avec les locataires. Elle tient une permanence bimensuelle à la Cité des Associations sur la Canebière et elle répond sous 24 h à toute question posée par téléphone ou par mail. Elle assure des formations gratuites à la vérification des comptes lors des permanences et propose un jeu des 7 erreurs les plus fréquentes en comptabilité afin de tester vos connaissances.

L'adhésion comprend une assurance responsabilité civile de bénévoles, une protection juridique pénale, une lettre d'information mensuelle, des revues trimestrielles et un site internet ANCC.fr

Elle peut aussi vous faire assister ou représenter lors des assemblées générales, lors du contrôle des comptes chez le syndic, ou devant le tribunal d'instance, de grande instance ou administratif.

L'association a aussi un rôle de représentation active auprès des ministères, des députés et des sénateurs,

organisation patronale, elle réalise des émissions sur France 5 toujours disponibles sur Youtube « La copropriété du rêve au cauchemar » et la quotidienne du 24 mai 2017 à 12 h, sur Europe 1, l'Agence Parisienne du Climat et dans toutes les revues traitant de la copropriété : Le Particulier, l'Observateur, Mieux vivre, etc.

Elle est présente au salon de la Copropriété de Paris et à Vicacité à Marseille.



[plus d'info](#)

01 42 22 14 14 - contact@ancc.fr



La Libre Pensée repose sur quatre principes fondamentaux que des générations entières de libres penseurs ont mis en œuvre. Elle est pour la laïcité institutionnelle. Elle refuse toute ingérence des religions dans les institutions républicaines. Elle agit, y compris sur le terrain juridique, pour le strict respect de la loi de Séparation des Églises et de l'État du 9 décembre 1905 qui est le produit de l'action des libres penseurs. La Laïcité c'est la liberté de conscience, elle ne saurait être



La ville de Marseille est depuis fin 2021 une "ville amie des enfants" partenaire de l'Unicef pour la période 2020-2026. L'Unicef est chargé de défendre les droits de l'enfant. Pour cela, l'association s'engage au quotidien afin de répondre à leurs besoins essentiels et favoriser leur plein épanouissement. La priorité étant donnée aux enfants les plus vulnérables victimes de guerre, de catastrophes naturelles, de pauvreté et de violence. Aussi l'Unicef œuvre au quotidien pour promouvoir auprès du grand public ses actions à l'international dans ses

utilisée pour rejeter une partie de la population. Nul ne peut être inquiet pour ses opinions mêmes religieuses. Elle est pour une totale liberté de penser. Elle estime que l'Homme doit conquérir son bonheur de son vivant et non dans un pseudo paradis post-mortem. Elle réfute toute vérité révélée, récuse tous les dogmes. toute croyance est justiciable de la libre critique. Elle est pacifiste et antimilitariste. Elle refuse que les peuples se massacrent pour des intérêts qui ne sont pas les leurs. Internationaliste, elle place les intérêts des peuples au-dessus de tout. Elle a fait ériger un monument pacifiste à la mémoire des « fusillés pour l'exemple » de la guerre de 14-18. Elle est sociale. Elle refuse toute exploitation économique qui, comme l'oppression politique et religieuse, ne vise qu'à assujettir l'individu au détriment de ses droits légitimes. Elle s'oppose au libéralisme économique et à son injustice sociale programmée. Elle milite pour l'émancipation totale de l'individu.

[plus d'info](#)
lp-13.org

FDLP13 - B. P. 40078 - 13 192 Marseille CEDEX 20

UNICEF 13

différents domaines d'intervention : santé au travers de campagnes de vaccination, de la lutte contre le paludisme, de la prévention et de l'éducation face au VIH et sa transmission mère/enfants.

Sur notre territoire, l'Unicef est représenté par le Comité Alpes Provence basé à Marseille qui a comme objectifs :

- ☛ de sensibiliser les enfants de la maternelle aux étudiants à leurs droits. Les bénévoles de l'Unicef se déplacent gratuitement dans les écoles avec des outils pédagogiques et ludiques. les sujets abordés : l'alimentation, l'éducation, l'égalité F/G, la protection contre le harcèlement et la violence scolaire... et cela au travers du respect de la Convention Internationale des Droits de l'Enfant.

- ☛ de sensibiliser les sportifs, enfants et ados et encadrements aux Droits de l'enfant : Droit au respect et contre la violence.

L'Unicef assure sa représentation auprès des pouvoirs publics et de la population et contribue à la collecte de fonds pour mener à bien ses actions auprès des enfants. N'hésitez pas à nous contacter

[plus d'info](#)

04 91 48 69 05 - 06 60 36 91 90 - unicef13@unicef.fr

France Nature Environnement BDR **FNE 13**

Depuis 1975, France Nature Environnement Bouches-du-Rhône (FNE13), par ses associations membres, œuvre à protéger la Nature, l'Environnement et la Biodiversité en agissant au plus près des territoires et en veillant à réconcilier l'Homme avec la Nature – (13 associations sur Marseille).

Territoires en proie aux appétits financiers avec ses déplorables conséquences : disparition des terres agricoles et des zones naturelles au profit des activités logistiques et industrielles, urbanisation extensive, artificialisation des sols en général, développement touristique non maîtrisé.

Territoires exceptionnels et multiples : Camargue, chaîne des Alpilles, plaine de la Crau, lagune de Berre, chaîne de la Nerthe, chaînes du Garlaban et de l'Étoile, montagne Sainte-Victoire, archipel des îles du Frioul, calanques de Marseille à Cassis et ses îles... soit 1 parc national, 3 parcs naturels régionaux, 1 réserve naturelle nationale, 29 sites d'intérêts communautaires, 39 sites classés et 68 inscrits.

Territoires défendus par de nombreuses associations et qui trouvent en FNE13, une fédération accompagnant, mutualisant et coordonnant leurs actions.

FNE13 est ainsi la voix de ses 50 associations réparties sur l'ensemble du département et des Pays d'Aix et Pays d'Aubagne et de l'Étoile.

Nos associations marseillaises présenteront, à l'occasion de Vivacité 2022, leurs engagements, leurs projets et leurs réalisations pour Marseille.

Philippe Musarella FNE13 - Président du Poumon Vert de Saint-Mitre



[plus d'info](#)

fne13.contact@gmail.com - fne13.fr

Postuler à un emploi, trouver un logement, prendre un rendez-vous de médecin, refaire ses papiers, payer ses impôts, accéder à ses droits sociaux, suivre la scolarité de ses enfants... il faut désormais se connecter pour accéder à la plupart des services du quotidien, alors même que 35% des Français sont encore en grande difficulté avec le numérique (Baromètre du Numérique 2021).

Pour les personnes en situation de précarité, les conséquences de cet « illettrisme numérique » sont particulièrement graves : coupées du numérique faute d'équipement ou de connaissances minimum, elles sont privées de services de première nécessité et freinées dans leurs démarches pour retrouver plus de stabilité.

C'est pourquoi, depuis 2013, Emmaüs Connect accompagne les personnes les plus isolées en agissant sur les trois principaux leviers de l'inclusion numérique : l'accès à des moyens de connexion à prix solidaire, à du matériel reconditionné bon marché et à de l'apprentissage gratuit pour acquérir des compétences essentielles.



[plus d'info](#)

csmarseille@emmaus-connect.org
connexions-solidaires.fr

TERRE DE LIENS



En région Provence-Alpes-Côte d'Azur, ces 12 dernières années près de 18 000 hectares de terres ont été artificialisés, soit la surface de la ville entière d'Aix-en-Provence ! Pourtant, nous avons grandement besoin de préserver nos terres et notamment nos terres agricoles pour favoriser la production locale et permettre une plus grande résilience alimentaire.

Pour répondre à ces enjeux, Terre de Liens Provence-Alpes-Côte-d'Azur mobilise les citoyens et citoyennes autour d'actions concrètes afin de préserver les terres agricoles et de faciliter l'installation d'agriculteurs et d'agricultrices aux pratiques respectueuses de l'environnement et créatrices de lien social. En mobilisant l'épargne citoyenne, l'association permet l'acquisition de terres et de fermes et favorise le développement d'une agriculture biologique de proximité.

Créée en 2010, l'association compte aujourd'hui près de 800 adhérents en région Sud-PACA, dont une centaine de bénévoles actifs sur leurs territoires au sein d'une dizaine de groupes locaux. À Marseille, nous accueillons régulièrement de nouvelles et nouveaux bénévoles pour mener à bien les différentes missions de l'association : sensibilisation et mobilisation citoyenne, montage de dossiers pour acquérir des fermes/terres, organisation d'événements, travail de communication, rencontre avec des élu.es, etc.

[plus d'info](#)

09 70 20 31 24 - paca@terredeliens.org
terredeliens.org

FEMMES SOLIDAIRES



Femmes solidaires est un mouvement féministe, universaliste, d'éducation populaire qui défend les valeurs fondamentales de laïcité, de mixité et d'égalité entre les hommes et les femmes.

Femmes solidaires s'engage à faire reculer toutes les discriminations et à développer une éducation non sexiste, de paix et de liberté. Femmes solidaires lutte contre toutes les violences faites aux femmes, violences systémiques imposées par le patriarcat. Notre cellule d'aide et d'écoute accueille les femmes victimes de violences pour les guider dans leurs démarches. Abolitionniste de la prostitution nous défendons la loi de notre pays qui vise à mettre fin au système prostituteur, aux réseaux de proxénétisme, punissant les clients et qui vise à la défense des prostituées qui veulent quitter ce système.

Fort de notre agrément auprès du ministère de l'Éducation Nationale nous intervenons dans les établissements scolaires et auprès de la jeunesse. L'association propose des interventions adaptées à la demande des équipes éducatives. Femmes solidaires engage de nombreuses campagnes internationales sur la situation des femmes. Lorsque les droits des femmes progressent dans un pays, cela encourage les femmes du monde à poursuivre leurs luttes. Femmes solidaires est engagée avec l'association Gamissaen Ethiopie pour lutter contre l'excision et les mariages forcés.

Fort d'un réseau de 199 comités répartis sur tout le territoire, Femmes solidaires a trois niveaux d'intervention: local, national et international et bénéficie d'un statut consultatif auprès des Nations Unies.

Femmes solidaires est co-fondatrice du Réseau International Féministe et Laïque.

Femmes solidaires Marseille - Cité des associations 93, la Canebière, boîte 17 - 13001 Marseille

plus d'info

06 83 07 53 01 - 06 86 47 00 27

Groupe d'Étude des Mouvements de Pensée
en vue de la Protection de l'Individu

GEMPPPI



Aide, information, prévention contre les Dérives Sectaires
Accueil du public, études de cas, des nouvelles croyances, des thérapeutiques spirituelles, formations, conférences, séminaires

Nous proposons une gamme de formations pour les professionnels et les particuliers.

MOOC gestion des risques sectaires (20h)
MOOC prévention de la radicalisation (10h)
MOOC Dérives sectaires : réponse juridique (10h)
Formations internet certifiantes

Inscription : <http://gemppi.org/moodle/>

plus d'info

06 98 02 57 03 - gemppi.org
gemppi@wanadoo.fr

Solidarités Nouvelles face au Chômage SNC

RAISON D'ÊTRE de l'association SNC (Solidarités Nouvelles face au Chômage) :

Rendre possible l'accès à l'emploi. Les transitions écologique, économique, numérique et sociétale bouleversent l'accès à l'emploi et les aspirations individuelles. Pour permettre à chacun et chacune de choisir un travail assurant dignité et accomplissement, SNC mobilise des citoyens et des citoyennes pour accompagner des personnes vers l'emploi, crée des emplois solidaires. SNC, par ailleurs, coopère avec les acteurs de l'emploi (institutions, entreprises, associations) et impulse des solidarités nouvelles. Toute personne peut agir pour y contribuer.

Aujourd'hui, l'association coordonne 2 500 bénévoles répartis dans 200 groupes de solidarité partout en France. Plus de 50% des 4 000 personnes accompagnées sur une année trouvent une issue positive à leur démarche.

Pour plus d'information, contactez-nous via le site internet ou notre adresse mail sur Marseille.



plus d'info

snc-marseille@snc.asso.fr - snc.asso.fr

LE NATUROSCOPE



Le Naturoscope est une association de protection de la nature dont le but est de sensibiliser, d'éduquer et de former au développement durable. Notre démarche consiste à émerveiller par une approche naturaliste, faire connaître les enjeux du développement durable pour que tout un chacun agisse à son échelle de manière éco responsable. Nous organisons des campagnes de sensibilisation, des actions éco-citoyennes, des balades de découverte terrestre ou marine. Nous élaborons des projets pédagogiques avec les enseignants dans nos centres, sur le terrain ou dans les établissements scolaires. Nous proposons des formations au développement durable et nous accompagnons les entreprises et les collectivités dans la mise en place de démarches éco responsables (Agenda 21, Global Compact...). Enfin, nous réalisons des actions concrètes pour la protection de l'environnement: compostage collectif, éradication d'espèces invasives, reboisements, aménagement pour la biodiversité, opérations de nettoyage. En juillet/août, le Naturoscope participe à l'opération « Patrouille verte et bleue » avec le GIP des Calanques.

plus d'info

contact@naturoscope.fr

Des parents d'élèves motivés! MPE13

MPE13 est une association départementale de parents d'élèves présente dans une centaine d'établissements des Bouches-du-Rhône : écoles, collèges et lycées. Elle défend les intérêts des élèves et de leurs familles auprès de tous les partenaires de l'Éducation : municipaux, départementaux, régionaux et nationaux.

MPE13 accompagne et informe les parents sur leur rôle, leurs droits et les actions possibles pour améliorer le quotidien des enfants. Elle fédère les parents dans le but de créer des synergies entre les établissements scolaires, pour que les expériences réussies bénéficient à tous. Permanence les lundis de 14 à 17h sans rdv et les jeudis de 15h à 18h sur rdv à la cité des associations.



plus d'info

contact@mpe13.fr ou mpe13.blogspot.fr

SURFRIDER FOUNDATION EUROPE

Surfrider Foundation Europe a été créée à Biarritz en France en 1990 par un groupe de surfeurs désireux de préserver leur terrain de jeu, avec à leur tête l'émblématique Tom Curren, triple champion du monde de surf et désormais ambassadeur de l'association. Lors de sa création, Surfrider Foundation Europe reprend les objectifs poursuivis par l'organisation mère Surfrider Foundation, fondée en 1984 aux États-Unis. À ce moment, Surfrider Foundation Europe devient une association à but non lucratif, chargée de la protection et de la mise en valeur des lacs, des rivières, de l'océan, des vagues et du littoral. Elle finit par regrouper aujourd'hui plus de 18 000 adhérents et intervient sur 12 pays différents via ses antennes de bénévoles. Surfrider Foundation Europe décide à sa création de se focaliser sur 3 domaines spécifiques sur lesquels l'organisation a acquis une expertise reconnue depuis plus de 30 ans : les déchets aquatiques, la qualité de l'eau et la santé des usagers, l'aménagement du littoral et le changement climatique. Depuis 1990 Surfrider Foundation Europe est devenue une référence dans le combat pour la protection des océans et de ses usagers, forte de la passion et de l'engagement de sa communauté sur le terrain. À Marseille, l'antenne bénévole des Bouches-du-Rhône agit aussi bien en éducation qu'en mobilisation bénévole et travaille main dans la main avec les salariés surfrider.

Yoann GARNIER

Chargé de mission éducation et mobilisation – Marseille



plus d'info

06 38 44 30 42 - ygarnier@surfrider.eu



La fédération Départementale Familles de France 13 Région Sud est une association selon le modèle « loi 1901 » Nous sommes libres de tout lien politique, confessionnel et syndical.
Elle regroupe 7 associations. Reconnue d'utilité publique. Elle est agréée Organisme de défense des consommateurs. Jeunesse et éducation sportive. Représentant les usagers dans les instances hospitalières. Organisme de formation.

Accueillir toutes les familles : les écouter, les informer, les accompagner...

Représentant les consommateurs dans de nombreuses instances : commission de surendettement, litiges habitations, environnement, commerce, transport, tourisme, et énergie, instances publiques...

Nous les accompagnons en justice.

Nous sommes présents aux salons de la vie associative À la foire de Marseille

Et aussi

Le pôle enfance (le café des parents, ludomoulin, ateliers d'écriture...)

Le pôle emploi (vitaactif)

Convention micro-crédit pour les personnes fragiles.

plus d'info

04 91 60 28 25 - famillesdefrance13@gmail.com

MOUVEMENT DE LA PAIX



Alors que sont très palpables les tensions entre les individus, les groupes et les États, le Mouvement de la Paix des Bouches-du-Rhône s'applique à renforcer la résilience de nos concitoyens face aux drames qui menacent l'humanité et la planète.

Le 21 septembre, journée internationale de la paix, placée cette année sous le slogan choisi par le Secrétaire Général de l'ONU : « **Donnons une chance à la Paix** ».

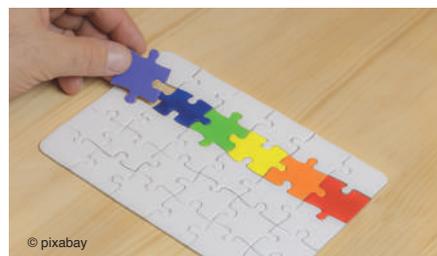
« **Les voiles de la Paix** » que nous organisons avec 44 autres organisations marseillaises, mettront en exergue les valeurs que nous devons renforcer et partager pour palier, dans la culture de paix et de non-violence, les conséquences désastreuses de l'infamale compétition qui s'est instaurée en toutes circonstances et en tous lieux.

Alors que confusément, toutes et tous nous savons que nous devons réorienter la marche du monde, le Mouvement de la paix est disponible pour promouvoir la culture de la paix et de la non-violence avec toutes celles et ceux qui savent que l'humanité n'est pas condamnée à s'entre-tuer pour survivre.

plus d'info

mouvementdelapaix13@orange.fr

Centre Évolutif Lilith **CEL**



Le CEL (Centre Évolutif Lilith) est une association lesbienne et féministe, créée en 1990, à Marseille. Elle compte environ 100 adhérentes, elle est non mixte. Le CEL milite

pour la défense des droits des femmes et des lesbiennes, pour la visibilité des lesbiennes et contre la lesbophobie. Le CEL participe aux événements lesbiens, féministes et LGBT de la région.

L'association propose des activités et des moments conviviaux : week-ends, sorties, fêtes, restaurants, soirées dansantes, marche aquatique, marche nordique, randonnée, billard, piscine, pétanque, pique-niques, cinéma, jeux de société...

Le CEL accompagne également des lesbiennes demandeuses d'asile. L'adhésion va de 10€/an à 15€/an. À bientôt.

plus d'info

06 99 55 06 02 - celmsr@gmail.com - celmsr.free.fr

Union Nationale des combattants **UNC**

L'UNC de Marseille Centre, accueille toutes les générations du monde combattant sans distinction d'opinion, de race ou de religion pour :

- Rassembler les hommes et les femmes qui ont porté l'uniforme pour la défense de la France pendant les conflits ou au titre du service national, les veuves d'anciens combattants et les orphelins de guerre.
- Maintenir et développer les liens de camaraderie, d'amitié et de solidarité qui existent entre tous ceux qui ont participé à la défense de la patrie.
- Perpétuer le souvenir des combattants morts pour la France.
- Contribuer au devoir de mémoire et à la formation civique des jeunes générations.
- Participer à l'esprit de défense par son témoignage et ses réflexions.
- Agir pour la défense les intérêts du monde combattant.

Maintenir, défendre les intérêts moraux, sociaux et matériels de ses membres. Perpétuer en France et les départements d'outre-mer le souvenir des combattants morts pour la France.



plus d'info

unc13.marseille.centre@gmail.com

Depuis plus de 50 ans, Greenpeace agit résolument pour protéger l'environnement, la biodiversité et promouvoir la paix. Toutes nos campagnes contribuent à répondre à l'urgence climatique, à la raréfaction des ressources et à l'érosion de la biodiversité en agissant sur les causes profondes de ces dérèglements.

Nous plaçons le pouvoir citoyen au cœur de nos campagnes en donnant une résonance au travail de toutes celles et tous ceux qui partagent notre vision, nos espoirs et notre conviction qu'il faut des transformations profondes de nos sociétés pour construire un monde durable et équitable. Notre indépendance est le garant de notre liberté de parole et d'action, Greenpeace étant exclusivement financé par les cotisations et les dons des particuliers.

Déterminé à faire bouger les lignes, Greenpeace met en œuvre une analyse objective des enjeux, élabore collectivement des solutions, organise des mobilisations sur le terrain et déploie des actions de communication, toujours selon les principes de non-violence. Nos militants bénéficient de formations et ont accès à un réseau développé d'expertise.

Nous accueillons tous les militants de la région Sud dans nos antennes locales de Marseille et de Nice. Greenpeace est présente sur tout le territoire mais également dans 55 pays, sur tous les continents et les océans grâce à ses 28 bureaux internationaux et ses trois bateaux.

Greenpeace Marseille: 3 rue Pierre Roche 13004 Marseille



plus d'info

gl.marseille@greenpeace.fr

FB : GreenpeaceFranceMarseille

Instagram : greenpeacemarseille

Une association au service des oiseaux

LA CHEVÊCHE



L'association La Chevêche est un groupe ornithologique local dont le but est l'étude et la protection des oiseaux et des écosystèmes dont ils dépendent. Pour cela les bénévoles qui la composent travaillent à sensibiliser un large public à la découverte des oiseaux et de la nature en général.

Chaque mois, l'association propose à ses adhérents une sortie nature, afin de découvrir la faune et la flore de notre région, et une conférence, généralement centrée sur l'ornithologie ou sur d'autres thèmes naturalistes comme la flore, la géologie, la connaissance des mammifères... Elle organise aussi des expositions, des animations pédagogiques dans les établissements scolaires du secteur pour sensibiliser les enfants à la nature qui les entoure.

plus d'info

contact@cheveche.fr - cheveche.fr

ZERO WASTE MARSEILLE

Fondée en 2017, l'association est un des 130 groupes locaux de l'ONG Zero Waste France. Elle a pour objectif de promouvoir par tous les moyens la démarche zéro déchet et zéro gaspillage sur son territoire auprès des citoyens, entreprises et collectivité.

Informier sur l'impact environnemental des déchets ; insister et sensibiliser à la réduction des déchets à la source ; militer en faveur de la suppression des traitements des déchets les moins respectueux de l'environnement et d'une gestion plus durable des déchets ; proposer des solutions et soutenir toute initiative ou projet en faveur d'une société zéro déchet. Zero Waste Marseille rassemble des citoyens engagés autour de différents projets et campagnes (lab «commerçants Zéro déchet», défi des familles...) organise ou participe à de nombreux événements tous au long de l'année et propose aux entreprises, établissements scolaires et associations des ateliers et animations autour du zéro déchet.



plus d'info
zerowastemarseille.org

SINGA

SINGA favorise la création de liens entre les personnes nouvellement arrivées (personnes réfugiées, demandeuses d'asile et immigrées) et les personnes locales (connaissant les codes culturels de la société d'accueil) dans le but de favoriser le développement du réseau social et professionnel de chacun, sources de nombreuses opportunités (accès à la culture, à l'emploi, à la formation ou au logement par exemple). SINGA Marseille propose depuis 2019 des activités variées qui permettent la rencontre et la découverte de la ville de Marseille : sorties culturelles, activités sportives, soirées conviviales... L'association porte également un projet lié à l'insertion professionnelle, le Dream Day, et un projet de livre de cuisine interculturel.

Vous souhaitez participer à nos activités ? Vous pouvez nous contacter par mail à contactmarseille@singa.fr ou bien venir à l'une de nos permanences, tous les jeudis de 17h à 19h à la Cité des associations (93 La Canebière 13001).

SINGA porte également le programme J'accueille qui permet à des personnes réfugiées d'être mises en relation avec des particuliers souhaitant mettre à leur disposition une chambre, pour une durée de 3 à 12 mois.

Vous envisagez d'ouvrir votre porte pour accueillir une personne réfugiée ? Vous souhaitez en savoir plus sur la procédure de mise en relation et l'accompagnement que nous proposons ?

Ou bien vous souhaitez vous engager pour les personnes réfugiées et êtes intéressés par l'accueil citoyen mais vous n'avez pas les moyens d'accueillir une personne réfugiée chez vous ? Nous cherchons également des bénévoles pour nous soutenir dans nos actions !



plus d'info
marseille@jaccueille.fr - contactmarseille@singa.fr

Face à l'inceste ex AMI va fêter ses 22 ans. Nouveau logo, nouveau slogan "Pour l'enfance combattons le silence".

Mais aussi en dévoilant dans une large campagne de prévention média, presse, TV et WEB le chiffre scandaleux de 6 700 000 millions de personnes victimes d'inceste en France ! (Ipsos novembre 2020 pour l'association Face à l'inceste. Résultats, détails de l'enquête sur le site internet <https://facealinceste.fr>).

L'antenne régionale Marseille siège à la Cité des Associations où les bénévoles se rencontrent régulièrement pour travailler sur les missions et les buts de l'association. Nous rappelons que l'association recherche une vingtaine de bénévoles pour le poste d'Animateur de réseau pour faire rayonner l'association sur la ville, mener des campagnes d'informations et de prévention.

L'association dispose de plusieurs outils films, podcast et met en avant le film documentaire de la réalisatrice marseillaise Fanny Fontan "N'en parle pas c'est un secret", plusieurs fois récompensé en festivals. Ce film sera proposé en ciné/débat où des professionnels répondront aux questions du public, pour toujours plus informer sur l'inceste et les conséquences sur la vie et la santé.

Nous recherchons aussi des partenaires, entreprises, organismes, associations, des sponsors, des mécènes pour soutenir et faire grandir l'antenne.

Violences sexuelles et après ?

MOUVEMENT JEUNES FEMMES MARSEILLE

L'association Mouvement jeunes femmes accompagne les victimes de violences sexuelles, d'incestes et de toutes autres formes de violences faites aux femmes.

Mensuellement, un groupe de paroles est constitué et des ateliers thérapeutiques sont organisés, accompagnés par une psychothérapeute pour aider les participantes à libérer la parole et sortir de leurs difficultés, retrouver un chemin de vie serein.

Ceci se fait dans une ambiance conviviale et chaleureuse dans nos locaux au 51, rue des Dominicaines 13001 Marseille.

Un site facebook a été créé : Violences sexuelles, et après?

On peut y voir un film sur le parcours des participantes allant du trauma à la résilience.



Parole d'enfant est une association marseillaise à but non lucratif, qui a vu le jour en 1994, militant pour la défense des droits des enfants, victimes de maltraitements divers (viol, agression sexuelle, inceste, harcèlement, violences, etc...).

A cet effet, elle organise :

- des actions de prévention s'adressant : directement aux enfants (écoles, collèges, lycées) et aux professionnels de l'enfance,
- des cycles de conférences sur divers sujets concernant les enfants (syndrome du bébé secoué, prostitution infantile, cyber criminalité pédophile...)

FACE À L'INCESTE

La fiche est à votre disposition dans le hall de la Cité. Responsable : Randal Do.

Chaque famille a ses petits secrets.

Certains sont plus gros que d'autres.

L'inceste, supprimé du code pénal en 1791, est un secret bien gardé.

Ce film veut lever un tabou pour briser le non dit, à travers le combat d'hommes et de femmes dans leur reconstruction psychique et leur quête de reconnaissance. Faire éclater une vérité trop souvent cachée par le poids familial et sociétal...



plus d'info
courrier@facealinceste.fr



plus d'info
06 72 61 97 08 - corona.anne-marie@orange.fr

PAROLE D'ENFANT

- des manifestations annuelles de sensibilisation des enfants et des activités sur les droits des enfants (**Bouge pour tes droits**, Convention Internationale des Droits des Enfants).

Elle fournit une assistance **psychologique** aux enfants maltraités, et **judiciaire** quand nécessaire.

Elle participe aux "conseils municipaux des enfants". Animée par une équipe de bénévoles, s'inscrivant régulièrement à des formations adéquates, encadrés par des professionnels de l'enfance (policier Brigade des Mineurs, avocat, enseignants...), elle a également créé une structure, "**Le ballon rouge**", lieu d'échange de parole et d'aide à la parentalité, ouvert 2 fois par semaine au CMA Castellane.

Ensemble, efforçons-nous de secourir l'enfant maltraité. Merci d'agir !

- un enfant susceptible d'être en danger : contactez la cellule de recueil des informations préoccupantes :

N°vert 24h/24: 04 13 31 13 31

email: crip13@departement.fr

- un enfant en danger imminent : envoyez un signalement au procureur de la République Pour une demande d'aide / conseil juridique / bénévolat / intervention de prévention, contactez-nous

plus d'info
04 91 22 15 52 - paroleenfant@hotmail.fr - paroleenfant.org



Association membre adhérent de la Fédération des Aveugles et Handicapés visuels de France reconnue d'utilité publique en août 1921. Elle est membre de Commissions (CCAS Marseille-MPM, Inter parcours, CDU Hôpitaux- cliniques, réseau social de notre Fédération...). Sa mission est :

- d'aider les personnes fragilisées par leur handicap visuel,

- d'aider les personnes âgées souvent en situation de précarité, rencontrant des ruptures familiales, les privant de droits sociaux par ignorance,
- de rompre l'isolement, ou la nécessité d'un suivi personnalisé...

Aussi, nous proposons un service social (permanences 13013, 13012 ou à domicile) afin de faciliter les démarches administratives, un service Tourisme Loisirs (séjours ou journées, jeux, concerts... adaptés à notre public), cours de braille, conseils, sensibilisation accessibilité à l'handicap auprès du public et professionnels, étudiants...

Son EHPAD - Résidence foyer Méditerranée agréé par l'aide sociale CD13 (9 rue Edouard Mossé, les Olives, 13013 Marseille), admet tout public âgé de 60 ans et plus avec un accompagnement personnalisé.

plus d'info

04 96 12 20 79 - uprova@faf-upaa.fr

Parrainer un enfant près de chez soi et l'aider à grandir

PARRAINAGE DE PROXIMITÉ 13

L'association Parrainage de Proximité, créée en 2010 a pour vocation d'aider les enfants et familles des Bouches-du-Rhône en situation d'isolement.

Devenir parrain ou marraine c'est aider un enfant ou un jeune (entre 3 ans et 18 ans) habitant près de chez soi à grandir en tissant un lien privilégié avec lui ; c'est donner de son temps, en tant que bénévole, en fonction de ses disponibilités. Le parrainage de proximité donne la possibilité d'aider un enfant à se construire, en lui apportant un soutien affectif supplémentaire et une ouverture sociale et culturelle.

Tout adulte, en couple ou célibataire, avec ou sans enfant, peut devenir parrain ou marraine. Quels que soient son âge et sa situation professionnelle, ce sont sa motivation et sa capacité à accompagner un enfant dans la durée qui comptent.

Une fois par mois ou deux fois par semaine, un après-midi ou un week-end... Le parrain et l'enfant choisissent ensemble le rythme des rencontres en fonction des

disponibilités de chacun.

Le parrainage de proximité est également le moyen de favoriser le partage et l'échange et de créer un lien intergénérationnel dans lequel chacun peut s'enrichir.



© pexels

plus d'info

06 37 30 76 99 - parrainagedeproximite13.com
parrainagedeproximite13@gmail.com

LES ARTS ET L'ENFANT

Comment se traduisent les actions sur le terrain ?

L'association intervient chaque semaine sur le terrain par l'intermédiaire d'ateliers d'expression artistique dans lesquels sont enseignées toutes les composantes de la Comédie Musicale. Nous y offrons une écoute bienveillante, la pratique du respect et de la solidarité, la recherche de la qualité optimale, l'engagement et la mobilisation pour les autres. Les enfants sortent de leur contexte familial, rencontrent une autre démarche éducative et une nourriture culturelle complète souvent inconnue. Durant les vacances scolaires ce sont des stages culturels pluridisciplinaires qui les réunissent.

Si besoin, nous faisons appel à un réseau compétent dans la parole de l'enfant (thérapeutes, avocats, ostéopathe pédiatrique) et nous en facilitons l'accès financier aux parents d'enfants en difficulté. Ces ateliers engendrent des changements positifs chez les enfants et les aident à reprendre confiance en eux.

plus d'info

06 12 21 28 23 - lesartsetenfant.com
lesarts-et-lenfant@hotmail.fr

Besoin de souffler ? CO & SO



Choisissez une activité de soins personnels pour votre bien-être :

- Coaching parental sur RDV
- Atelier parent-enfant (cinq familles maximum)

- Coaching en développement personnel
- Prépa concours sanitaire et sociale (sur RDV)
- Séance individuelle de sophrologie (sur RDV)
- Cours collectif de sophrologie le mercredi (17h30 - 18h30)

plus d'info

06 03 21 56 79 - association.co.and.so@gmail.com

L'ACLAP a pour objectif de combattre l'isolement de la Personne âgée et ce depuis 36 ans sur Marseille et d'autres villes de la Région.

Sa mobilisation se retrouve concrètement sur la Maison de l'Intergénération MIG (33, rue Crillon 13005)

Deux buts suivis : La transmission et l'entraide. La période de la pandémie nous a amenés à être attentifs et davantage présents auprès de nos personnes en domicile, en EHPAD et pour certaines en hôpital.

Si les générations se connaissent : elles vont s'apprécier. Si la personne âgée retrouve un goût de vivre, elle s'engage sur un avenir agréable et comblé.

Si le jeune se sent soutenu et compris il vivra une aventure constructive et heureuse.

Voici nos idées pour une société meilleure être bien vécue. Pour un bénévolat, pour une aide, pour un savoir mieux vivre, vous pouvez nous rejoindre ACLAP 50, Rue Ferrari 13005 Marseille



© pexels

plus d'info

04 91 48 53 33 - aclap.org

L'ENCRE BLEUE

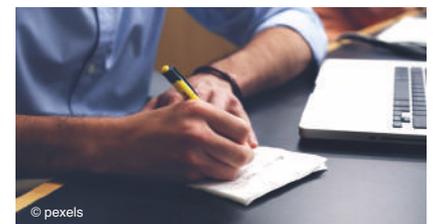
L'Encre Bleue contribue à la lutte contre l'exclusion.

Créée il y a plus de 25 ans, L'Encre Bleue apporte son assistance à celles et ceux qui, sans son aide, auraient plus difficilement accès aux services et aux ressources de la société. Elle se met à la disposition des femmes et des hommes qui n'ont pas toujours les connaissances nécessaires pour résoudre les embûches administratives. À ces fins, près de 80 membres actifs tiennent des permanences gratuites d'écrivains publics bénévoles de 2 heures chacune, dans des lieux ouverts au public à Marseille et Pertuis. En 2019, sa trentaine de créneaux hebdomadaires a accueilli près de 8000 personnes venues chercher son appui pour la compréhension ou la rédaction d'imprimés, de courriers, de documents en langue française, de CV, de lettres de motivation, plus rarement de correspondance privée.

L'Encre bleue propose désormais le traitement des dossiers et l'accès aux espaces des structures administratives par internet dans un nombre croissant de ses permanences. Elle s'investit dans la recherche de nouveaux bénévoles aguerris à l'internet, à la mise en place d'équipements informatiques, ainsi que dans des sessions de formation. Écrivains publics « papier » ou « numérique », L'Encre Bleue poursuit sa mission de véritable « service au public » et ainsi, lutte à sa façon contre l'exclusion des plus vulnérables.

Venez nous aider, nous avons besoin de vous.

L'Encre Bleue se compose uniquement de bénévoles.



© pexels

plus d'info

06 68 84 53 49 - encre-bleue.com



Depuis 2015, de nombreux mineurs migrants sont arrivés à Marseille, de manière constante, notamment par la voie très dangereuse de la Libye. D'après la loi, ils ont droit à une mise à l'abri immédiate par les conseils départementaux. A Marseille néanmoins, et malgré de multiples rappels à la loi, les délais d'attente avant une place en hôtel peuvent varier de plusieurs semaines à plusieurs mois. Ces adolescents se retrouvent donc malgré leurs droits en errance dans les rues marseillaises.

Face à ce drame sanitaire, l'association RAMINA, dont le dispositif existe depuis 2019, estime qu'il est nécessaire de faire appel à la responsabilité citoyenne pour permettre d'offrir un accueil digne à ces mineurs isolés étrangers. Elle œuvre ainsi au respect de la Convention des Droits de l'Enfant ratifiée en 1989 à l'ONU par la France.

L'association poursuit ainsi plusieurs objectifs :

- trouver un hébergement d'urgence bénévole, le temps que le jeune soit pris en charge par les services sociaux départementaux.

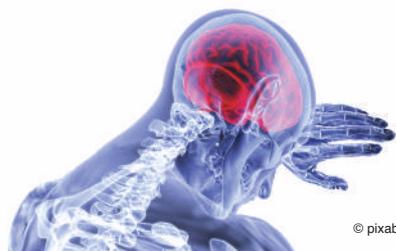
- permettre à chaque jeune de pouvoir être accompagné par un-e référent-e solidaire bénévole, afin d'apporter un repère nécessaire à des mineurs fragilisés mais porteurs de grandes richesses humaines.

- assurer la scolarisation de ces jeunes le plus tôt possible, en organisant leur évaluation par l'Education nationale, et leur proposer diverses activités culturelles et de loisirs, pour leur permettre de s'insérer rapidement et de nouer des liens leur apportant un minimum de stabilité.

[plus d'info](#)

07 71 17 92 12 - contact.ramina@gmail.com - ramina.fr

Association des Familles de Traumatismés Crâniens AFTC13



© pixabay

L'Association des Familles de Traumatismés Crâniens 13 (AFTC13) développe depuis plus de 20 ans un dispositif départemental d'insertion en milieu ordinaire en direction de personnes victimes d'une lésion cérébrale acquise (Traumatisme Crânien, Accident Vasculaire Cérébral...) et de leurs familles.

Les actions de l'Association visent un retour vers l'autonomie et l'accès à une vie sociale grâce à la mise en œuvre de réponses adaptées et personnalisées : un Service d'Accompagnement Médico-Social pour Adultes Handicapés (SAMSAH), un service d'aide à domicile Traumatisme Crânien Assistance (TCA13), des lieux d'activités et de participation à la vie sociale (Groupes d'Entraide Mutuelle et TC Club).

L'ensemble de ces actions se déploient de façon territorialisée (Marseille, Aix, Aubagne, Vitrolles, Arles) afin d'être au plus près des personnes et de leur lieu de vie.

Le service administratif : 85 rue Pierre Berthier - Le Pilon du Roy - Bat C - 13290 Aix-en-Provence

[plus d'info](#)

04 86 68 86 45 - aftc13.com

L'association Addict Action 13, créée en 2014 pour venir en aide aux personnes ayant des problèmes d'addiction (le tabac, l'alcool, le jeu...), pour lui-même ou un de ses proches, nos permanences (tous les lundis de 15h à 17h au 17, bd Jeanne d'Arc - 13005 Marseille sans RDV. Notre Journée de sensibilisation sur les addictions se fera comme tous les ans, au mois de novembre ou décembre 2022 dans les locaux de la Cité des Associations du 93 la Canebière), journée gratuite pour tous, mais places limitées donc inscriptions obligatoires car les places sont limitées soit par téléphone soit par mail.

La Journée sera animée par des professionnels de la santé : médecins, addictologues, psychiatre, tabacologue, psychologue clinicienne.

Discussions via Facebook, groupe privé d'entraide, en tapant : alcool, drogues, médicaments... ZAP Zéro Addiction c possible : pour les personnes addictives ou leurs proches (alcool, tabac, produits licites, illicites ou dérivés, médicaments, écrans, jeu, sexes, achats

compulsifs... Afin de comprendre, en parler, trouver de l'aide, échanger en ligne (texte, chat, visio) en toute confidentialité, découvrez le groupe Facebook privé ouvert à tous.

Nous sommes Représentants des Usagers sur des institutions publics et privés, agréments par l'ARS (Association Régionale de Santé région PACA).



© pixabay

[plus d'info](#)

06 20 04 30 67 - addict.action13@yahoo.fr

Écoute et maladie d'Alzheimer ALLO-ALZHEIMER



© pixabay

Allô ALZHEIMER est une antenne nationale d'écoute téléphonique, créée fin 2006 à Marseille par la Direction des activités sociale d'AG2R LA MONDIALE, en partenariat avec l'institut la Maladie d'Alzheimer et SOS Amitié. En 2010, France Alzheimer s'est associée à ces partenaires.

L'objectif de l'antenne est d'offrir un espace anonyme et confidentiel d'écoute, de soutien, d'orientation et d'accompagnement des proches des personnes malades. Unique en France dans ce créneau horaire et forte de son expérience grâce à une équipe de bénévoles formés, l'antenne propose, le soir de 20h à 22h, au coût d'un appel local, un service complémentaire aux dispositifs existants.

Depuis 2013, dans le cadre d'une convention signée avec

France Alzheimer, les appels reçus sur le numéro national de France Alzheimer en soirée sont basculés vers l'antenne Allô Alzheimer.

Source d'information privilégiée sur les besoins et attentes des familles, elle fait l'objet d'évaluation régulières.

Quelqu'un de votre entourage ou un proche est atteint de la maladie d'Alzheimer :

- . Vous avez besoin d'être écouté(e), soutenu(e)...
- . Vous vous posez toutes sortes de questions sur cette maladie...

- . Vous recherchez des organismes qui peuvent vous venir en aide...

En appelant ce numéro, vous trouverez une écoute bienveillante, un soutien et des informations grâce à une équipe de bénévoles formés.

Vous habitez Marseille et souhaitez devenir écoutant Bénévole à Allô Alzheimer?

Merci d'adresser une lettre de motivation à : Allô ALZHEIMER, à L'attention d'Isabelle Lagarde, 485 Avenue du Prado 13008 Marseille ou par mail à isabelle.lagarde@ag2rmondiale.fr

Formation Gratuite dispensée par des professionnels.

0 970 818 606 - 7 jours sur 7 de 20h à 22h

(coup d'un appel local)

[plus d'info](#)

06 03 97 25 70 - isabelle.lagarde@ag2rmondiale.fr

Association Régionale d'Aide aux Infirmes Moteurs Cérébraux et Polyhandicapés ARAIMC

Créée le 31 octobre 1958 par une équipe de parents et amis, l'association est constituée par plusieurs générations de bénévoles, de parents et de personnels qui mettent en œuvre un outil de qualité incontestable pour les personnes en situation de handicap.

Elle a créé et gère 12 établissements et services médico-sociaux à Marseille et Aubagne offrant ainsi des alternatives d'accueil et des services à 400 enfants, adolescents et adultes Infirmes Moteurs Cérébraux et Polyhandicapés, accompagnés par 500 salariés.

Aubagne : Complexe La Gauthière ESAT, CAAJ, 2 foyers d'hébergement, MAS, SAVS.

Marseille : Complexe Saint-Thys (IEM enfants et adolescents, CAMSP, SESSAD), FAM Les Violettes, EEAP Decanis de Voisins.

Ses valeurs : La dignité des personnes.

Prioriser et favoriser le vivre ensemble au-delà des différences pour obtenir la meilleure inclusion possible des personnes en situation de handicap dans la société.

Demain, avec vous :

L'association poursuivra la dynamique d'amélioration de structures et d'inclusion pour répondre aux personnes en attente de solution.

Nous réfléchissons ensemble à de nouvelles formes d'accueil, souples et innovantes, pour répondre de façon plus individualisée à chaque besoin.



© pixabay

[plus d'info](#)

araimc.org



Depuis plus de 70 ans, l'Association Médico-Sociale de Provence a pour vocation d'accompagner et d'accueillir les personnes fragiles aux parcours hors normes, des enfants, adolescents et adultes, quels que soient leurs capacités, leurs handicaps (déficience intellectuelle, déficience motrice, troubles du spectre autistique, troubles du comportement), leurs difficultés relationnelles ou leur précarité familiale. L'âme de notre Association repose sur une mission partagée par tous : « **Savoir être** » pour construire ensemble, un avenir avec chacun. Au sein de chacun de nos 14 lieux d'accueil, nous plaçons la personne et sa famille au centre des

dispositifs de savoirs en termes d'éducation, de formation, de travail protégé, ainsi que de soins individualisés et d'accompagnement quotidien. Avec le soutien des pouvoirs publics, nous préservons un esprit professionnel avec une vision à long terme de notre association. Forte de ses 480 salariés et 17 administrateurs bénévoles, notre association initie des projets audacieux de protection solidaire avec le souci d'une gestion scrupuleuse, hors de toute tentation d'enrichissement matériel. À leurs côtés, quelques bénévoles d'action s'investissent ponctuellement sur des missions spécifiques : proposition d'une activité, de soutien scolaire, de cours de musique, etc. Notre objectif actuel : développer le bénévolat sur les lieux de vie pour faire ré-entrer le citoyen dans des secteurs très largement professionnalisés. Cela passe donc par la communication sur nos actions, la sensibilisation du grand public aux enjeux des secteurs dans lesquels nous intervenons, et l'accueil de bénévoles souhaitant mettre leur richesse à contribution d'un objectif associatif commun.

plus d'info

06 61 79 33 54 - clara.ajlani@amsp.fr

Association pour le développement des relations intercommunautaires méditerranéennes **ADRI**



Au cours de ses 70 ans, l'ATOM /ADRI a donné l'exemple de son évolution et de sa diversification au service des populations en grande difficulté. En 1950, à la création, L'ATOM (aides aux travailleurs d'outre-mer) est responsable de l'action médico-sociale et de la mise en place des bureaux d'accueil au profit des migrants. À partir de 1960, elle développe de nouvelles missions par la création de centres sociaux, par la résorption des bidonvilles et par la mise en place d'actions d'insertion. Dans les années 1980, elle acquiert de nouvelles compétences en élargissant son champ d'intervention

au profit de tous les publics, cumulant des handicaps sociaux de tout ordre (habitat, emploi, hébergement, solidarité). Cette transformation se formalise par un changement d'appellation. L'ATOM devient l'ADRI (association pour le développement des relations intercommunautaires méditerranéennes).

En 70 ans d'expérience, l'ADRI s'est imposée dans la lutte contre toutes les formes d'exclusion, de discrimination et pour la sauvegarde des droits de l'homme.

Durant ces décennies, une valeur commune sera le lien fondateur et fédérateur porté par l'ensemble des bénévoles et des salariés de notre association pour hériter de cette exigence : « **L'être humain au cœur de nos préoccupations** ».

Quelles que soient les crises sanitaires sociales et économiques, l'ADRI répondra présente auprès de l'ensemble de nos publics. Pour cela, nous devons construire un développement social durable en étant : « **acteur, engagé, expert** ».

plus d'info

06 16 32 12 50 - direction@adrim.fr - adrim.fr

CONSCIENCE ET RENAISSANCE DE SOI

Créée par Hayette et Nawelle, l'association Conscience et Renaissance de soi a vu le jour le 2 janvier 2021. À travers l'association, les deux amies, habitantes de quartiers populaires à Marseille, souhaitent sensibiliser les femmes à l'importance de prendre soin de soi pour rendre leur quotidien plus serein. Toutes les deux formées à la parentalité positive et à la communication non violente, elles ont tout d'abord mis en pratique leurs connaissances auprès de leur entourage et ont pu constater les effets bénéfiques : appréhension des situations de stress, apaisement personnel, amélioration des relations intra-familiales et plus généralement amélioration de la qualité de vie. Désireuses de vouloir partager et élargir cette expérience auprès des femmes de leurs quartiers, elles proposent par le biais de leur association des outils pour les aider. Des ateliers sont organisés autour de la relaxation : respiration profonde, méditation, soins énergétiques... Pour une approche globale, l'association propose également des ateliers complémentaires dans l'objectif de retrouver un bien-être général : massages, soins esthétiques, sorties dans la nature, cuisine « fait-maison », lecture, voyages. La parentalité est également un axe important développé par l'association. Des

ateliers autour de cette thématique sont proposés pour aider les mamans à renouer avec leurs enfants au travers de liens harmonieux.

Pour se faire connaître et pour se rapprocher des femmes susceptibles d'être concernées par la démarche proposée, l'association est en relation avec des centres sociaux au sein desquels elle organise une partie de son activité. Elle a également créé un groupe WhatsApp pour informer les femmes sur la vie de l'association. Une permanence a lieu une fois par semaine à la Cité des Associations pour accueillir les personnes intéressées.



plus d'info

asso.consc.renaissance.desoi@gmail.com



Pratique de relaxation et de connaissance de soi, la sophrologie nous propose d'améliorer notre manière de vivre. J'aime bien parler d'aventure au sens d'exploration, découverte, retrouvaille.

Une méthode globale, simple et douce qui permet de conserver son équilibre (physique, psychique, émotionnel) ou de le retrouver. Elle accompagne et aide la personne à mieux vivre ses difficultés et surtout elle la rend autonome sans la diriger. Au delà de la détente procurée par les exercices, la pratique de la sophrologie mène à un nouvel art de vivre.

Elle s'adresse à toute personne qui souhaite diminuer son niveau de stress et réguler ses réactions émotionnelles, ou de manière plus générale, à celles qui veulent vivre mieux. Lorsque nous sommes détendus, nous sommes plus disponibles, plus réceptifs, plus créatifs, et notre regard sur la vie, sur les événements, est plus éclairé.

Par des techniques accessibles à tous relaxation, respiration, stimulation corporelle, détente musculaire, pause de silence, visualisation – la sophrologie procure des effets immédiats : relâchement des tensions musculaires, oxygénation et récupération physique, apaisement mental, clarté et ouverture d'esprit...

La sophrologie amène progressivement à développer davantage de confiance en soi et à acquérir une attitude plus consciente, sereine et équilibrée. Mise au service d'un projet, elle crée en nous les conditions de la réussite.

Chantal Formaggio Sophrologue diplômée F.E.P.S. RNCP
Formée à la Méditation de Pleine Conscience (Mindfulness)

plus d'info

06 87 82 10 00 - c.formaggio@bbox.fr - uneautteattitude.fr

GÉNÉRATIONS SOLIDARITÉS



L'association accompagne des personnes jeunes et adultes dans :

les démarches relatives à l'accès à l'emploi (CV, LM, préparation aux entretiens et réponse aux offres...)

les ateliers d'initiation au numérique via les chèques Aptic ou une convention

les ateliers « image de soi »

Ces accompagnements sont réalisés par de jeunes retraités bénévoles issus de différents secteurs publics et privés.

Besoins en bénévoles :

Vous avez envie

- d'accompagner des jeunes et des adultes sur l'accès au monde du travail sous forme individuelle ou sur des forums/salons

- de participer à une vie associative au sein d'une belle équipe de 12 bénévoles

- de rencontrer des institutions et/ou des financeurs dans le cadre de nos activités

- et vous êtes autonome sur l'outil informatique (minimum de rédaction et de reporting)

Alors rejoignez nous !

plus d'info

06 62 12 36 09 - generations-solidarites.org

AVARAP PROVENCE

L'AVARAP PROVENCE accompagne depuis plus de 25 ans les cadres, au travers d'un collectif, en recherche d'emploi ou en activité dans la construction d'un nouveau projet professionnel pour leur garantir un retour à l'emploi durable ou une mobilité réussie.

C'est la mission première de l'AVARAP PROVENCE et sa raison d'être.

Par ailleurs, l'AVARAP PROVENCE organise divers événements de réseaux ouverts aussi aux non adhérents et toujours en lien avec l'activité professionnelle.

L'objectif de ces événements, quelle que soit leur forme, est de connaître notre territoire économique et développer des liens.

Ces deux activités sont les activités actuelles de l'AVARAP PROVENCE et sont destinées à perdurer dans le futur.



plus d'info
avarap-provence.org

Allo maltraitance des adultes vulnérables âgés et/ou handicapés

ALMA 13



ALMA 13 est le relais départemental du 3977 qui est le dispositif national voulu par le gouvernement pour la lutte contre la maltraitance envers les adultes âgés, vulnérables et/ou handicapés.

ALMA 13 met à la disposition des particuliers, des professionnels et des institutions un réseau d'écouteresses bénévoles, spécialement formées. Elles travaillent en binôme pour recevoir des appels de signalement de maltraitance. La maltraitance peut être active (violence verbale, physique, psychologique, abus de médicaments, abus de faiblesse, abus financier, non-respect des droits de la personne âgée ou handicapée) ou passive (absence d'aide, négligences...). Les écouteresses se tournent ensuite vers les conseillers référents d'ALMA 13, également bénévoles constitués de médecins, d'anciens travailleurs sociaux, d'infirmières, de directeurs d'instituts médico-sociaux... Ils travaillent ensemble dans un souci de pluridisciplinarité et de collégialité pour réfléchir à chaque situation, obtenir des informations complémentaires, trouver les solutions les plus adaptées, et joindre les signalants afin de leur apporter de l'aide. Ces mêmes référents peuvent à leur tour appeler nos partenaires (CCAS, Conseil Départemental, ARS, MDPH, DDCS, Police...) pour être guidés dans les situations les plus complexes ou faire agir les services concernés. ALMA 13 ne se déplace ni au domicile, ni dans des structures, selon sa charte éthique, mais se fait le médiateur entre les différents professionnels susceptibles d'apporter une solution concrète.

Dans un souci de prévention, ALMA 13 organise aussi des formations destinées aux professionnels (EHPAD, SSAD, encadrants, etc).

Les permanences d'écoute téléphonique ont lieu le :

Lundi après-midi de 14h00 à 16h30

Mardi et Vendredi matin de 9h30 à 12h00

plus d'info
[04 91 08 50 94 - alma-13@orange.fr](http://04.91.08.50.94-alma-13@orange.fr)



La Banque alimentaire des Bouches-du-Rhône est une Association loi 1901 qui œuvre dans le domaine de **l'humanitaire et de l'économie sociale et solidaire**. Elle est rattachée à la Fédération Française des Banques Alimentaires. Son action se fonde sur la gratuité, la lutte contre le gaspillage, le don, le bénévolat, le partage et le mécénat. Sa mission a pour objectif d'aider l'homme à se restaurer au sens biologique c'est-à-dire se nourrir, mais aussi au sens psychologique pour l'aider à retrouver sa dignité d'être humain. Elle est animée par une équipe de 15 salariés et 150 bénévoles.

BANQUE ALIMENTAIRE

Les denrées reçues de l'Union Européenne, de l'Etat, des grandes surfaces, des industriels ou de la collecte nationale auprès du public, sont ensuite redistribuées dans leur totalité à 187 associations ou CCAS partenaires, tout au long de l'année.

En plus de son activité de distribution de produits alimentaires, elle propose à ses partenaires des formations sur **les ateliers cuisine** s'appuyant sur le Programme National Nutrition Santé (PNNS), afin de s'investir pleinement dans la lutte contre la pauvreté et pour l'inclusion sociale.

De plus, la BA13 a développé, avec le soutien du CD13, le projet **ProxiDon**. Il s'agit d'une application informatique qui permet, grâce à un système simple basé sur la géolocalisation, de mettre en relation directe les petits commerçants donateurs de produits encore consommables destinés à la destruction, avec les associations d'aide alimentaire, et lutter contre le gaspillage.

plus d'info
[04 91 45 40 00 - contact@banquealimentaire13.fr](http://04.91.45.40.00-contact@banquealimentaire13.fr)
ba13.banquealimentaire.org

AUTISME 13

Autisme 13 est une association créée en 1994 par des parents d'enfants autistes, qui ont souhaité pouvoir se réunir pour partager leurs expériences, des informations et proposer des formations à destination de tous les publics.

En 2012, elle fusionne avec l'association ARCO IRIS **Atout avenir autiste asperger** dont les membres sont concernés par le syndrome d'Asperger (autisme sans déficience intellectuelle), afin de conjuguer leurs efforts. Son but : soutenir les familles dans la mise en place de l'accompagnement le plus adapté, dans le respect des recommandations de bonnes pratiques professionnelles recommandées par la HAS, sensibiliser le grand public sur les récentes connaissances.

Autisme 13 est partenaire d'**Autisme France** et à l'origine de la création de l'Union Régionale Autisme France Sud Est (regroupement de 15 associations dont certaines gèrent des établissements de la région SUD).

Autisme 13 est exclusivement composée de bénévoles, n'a pas de permanence mais répond aux sollicitations par mail ou téléphone.

Ses actions : organisation de colloques tous les deux ans, réunion d'information tous les deux mois environ, publication d'un bulletin d'information mensuel, participation à des événements, communication via notre site internet et sur page facebook.



plus d'info
[06 01 73 19 88 - secretariat@autisme13.fr](http://06.01.73.19.88-secretariat@autisme13.fr)
autisme13.fr

ÉLECTRICIENS SANS FRONTIÈRES PACA-CORSE



Avec le soutien de plus d'un millier d'adhérents, grâce à la mobilisation du secteur électrique et en partenariat avec de nombreux partenaires locaux, Electriciens sans frontières se mobilise depuis plus de 30 ans pour lutter contre les inégalités d'accès à l'électricité et à l'eau dans le monde.

« L'énergie du développement », c'est améliorer les conditions de vie des populations les plus démunies en faisant de l'accès à l'énergie un levier de développement humain et économique. Pour faire reculer la pauvreté énergétique, lutter contre le changement climatique et favoriser la transition énergétique, nous utilisons les

énergies renouvelables. Mais, c'est aussi les actions d'urgence et de post-urgence, très souvent en partenariat avec le ministère des Affaires Étrangères.

Electriciens sans frontières c'est environ 130 projets (développement, urgence et post-urgence, appui et expertise), dans une quarantaine de pays par an.

La délégation PACA-Corse représente une soixantaine d'adhérents. Nous travaillons majoritairement sur des projets d'électrification de groupes scolaires, de centre de santé et de plus en plus sur des projets d'accès à l'eau. Ces projets se situent principalement en Afrique (Bénin, Cameroun, République Démocratique du Congo, Togo, Madagascar...), mais aussi au Costa Rica et à Haïti.

Dans la dizaine de projets actuels, certains sont en cours d'écriture, d'autres en cours de réalisation avec des équipes sur place pour le suivi des travaux, les essais et la formation des populations locales.

Si vous avez envie d'aider, que l'humanitaire vous intéresse et que vous souhaitez nous rejoindre ou simplement nous soutenir, alors n'hésitez plus et sautez le pas ! Toutes les compétences sont les bienvenues.

Pierre GIRAUD (Délégué Régional PACA-Corse ESF)

plus d'info
[06 03 92 53 76 - pierre.l.giraud@gmail.com](http://06.03.92.53.76-pierre.l.giraud@gmail.com)



L'écoute téléphonique est née en 1953 en Grande Bretagne lorsqu'un pasteur Anglican choqué par le suicide d'une de ses jeunes paroissiennes fit paraître dans le journal une annonce ainsi libellée : Avant de vous suicider, appelez au numéro suivant **04 91 76 10 10**

En France l'association SOS Amitié a été créée en 1960 à Boulogne Billancourt. Le poste de Marseille en 1962. En 2021 : SOS Amitié est présente dans 47 villes, 1700 écoutants bénévoles, 3 millions d'appels. Son objectif principal est la prévention du suicide.

SOS Amitié recueille la parole des personnes en souffrance quels que soient leur âge, leur situation sociale, leur sexe, leur religion **7 jours / 7 et 24H / 24**. Ceci dans l'anonymat le plus complet.

Son but : offrir l'espace d'un moment la possibilité de créer du lien, de libérer l'appelant de son mal être.

SOSA est reconnue d'Utilité Publique, est membre de l'UNPS Union Nationale Prévention du Suicide. Les statistiques recueillies sont envoyées chaque mois aux autorités de santé ; SOSA publie chaque année « L'observatoire des souffrances psychiques ».

Nous sommes des lanceurs d'alerte quant à la situation physique et surtout psychique des milliers de personnes qui nous appellent.

Ce qui caractérise SOS Amitié c'est la qualité de son écoute basée sur l'empathie, la bienveillance, sans jugements ni conseils. Nous sommes là quand personne n'y est plus. Nous écoutons, invisibles et anonymes mais présents, nous concentrant sur la personne elle-même. L'appelant se sent alors reconnu, sa parole jaillit, il retrouvera sa « voix » et peut-être sa « voie » et sa place dans l'univers social.

Devenir écoutant est un engagement. Il faut disposer de temps libre, la formation est exigeante. Elle dure 5 mois, complétée par des réunions régulières entre écoutants, 2 journées de formation continue par an et des écoutes entre pairs.

Vous voulez devenir écoutant ?

Vous entrerez dans une équipe sympathique et généreuse.

Écrivez-nous : S.O.S Amitié Marseille BP 194 13268 Marseille Cedex 8 ou Contactez-nous

[plus d'info](#)

[04 91 76 10 10](tel:0491761010) - association_sos_amitie@sfr.fr

SOLIANE

SOLIANE, c'est un lieu pour les familles qui ont un enfant « extra-ordinaire » quel que soit le trouble ou le handicap identifié ou pas de cet enfant.

Des parents écoutent d'autres parents, les aident dans leurs démarches administratives (dossier MDPH, CAF, projet de vie), juridiques et scolaires gratuitement. SOLIANE, ce sont aussi des ateliers pour tous : ateliers jeux parents-enfants pour les plus jeunes et leur fratrie, atelier art plastique, atelier expression corporelle, atelier fratrie (pour les frères et sœurs d'enfants handicapés), atelier accompagnement à la scolarité, atelier retour à l'emploi pour les parents, répit pour les mamans..., des sorties au cinéma adaptées, des activités ludiques et un club ado pour nos jeunes qui souhaitent créer des liens avec d'autres jeunes à l'occasion d'activités sympas sans que leur différence soit un problème.

SOLIANE c'est surtout un lieu d'échanges extraordinaires et sans jugement avec des cafés des parents avec ou sans intervenants sur des thèmes concrets, des sorties collectives et surtout une écoute attentive pour que

parents comme enfants se sentent soutenus, puissent avoir accès à de l'information et puissent être accompagnés au mieux dans toutes leurs démarches et projets. À très bientôt en toute convivialité.



[plus d'info](#)

[04 91 29 39 40](tel:0491293940) - associationsoliane@hotmail.com
associationsoliane.fr - FB : [association-Soliane](#)

SOLIFORM



Soliform est un projet associatif marseillais, lancé en mars 2019 par des spécialistes du F.L.E. (français langue étrangère), de la formation professionnelle continue et de l'accueil des primo arrivants. Notre association propose à tous un accès aux compétences fondamentales pour vivre dans notre société française de l'information : prioritairement communiquer en langue française à l'oral et à l'écrit mais aussi utiliser des outils numériques. Nous accueillons en majorité des personnes ne disposant

d'aucun accès à la formation continue. En 2021, plus de 300 apprenants de 56 nationalités différentes ont suivi des enseignements dans nos 6 lieux d'accueil, situés dans le centre le sud et le nord de Marseille, et notamment à la Cité des Associations, notre siège social. Les formations dispensées sont essentiellement des cours d'alphabétisation, Français comme Langue Étrangère (FLE), soutien au numérique, mais nous réalisons aussi des prestations spécifiques d'accompagnement à la V.A.E ou des actions de formations linguistiques sur mesure.

Le projet de notre association est une aventure humaine pleine de défis mais avant tout emplie d'échanges, de dialogues, de rencontres avec tant de cultures qui semblent si étrangères alors qu'elles cohabitent à une simple portée de voix et à une courte portée de main.

Nous sommes pleinement ouverts aux personnes ou associations qui souhaitent se joindre à notre projet.

[plus d'info](#)

[06 59 67 23 56](tel:0659672356) - contact@soliform.fr - soliform.fr



Mouvement d'éducation populaire, association complémentaire de l'école, reconnue d'utilité publique et agréée par différents ministères, les Francas13 sont membres d'une fédération nationale réunissant 20 000 adhérents.

L'ambition des Francas est de contribuer, "avec les enfants et les jeunes", à la formation de "l'Homme et du Citoyen le plus libre et le plus responsable possible dans la société la plus démocratique possible".

Créés en 1949 sur le département des Bouches-du-Rhône, les Francas développent des projets qui s'articulent autour de 3 grands axes :

La formation : Plusieurs actions de formation sont réalisées en direction des professionnels de l'éducation et de l'animation, des élus et bénévoles associatifs. Ainsi plusieurs centaines d'animateurs occasionnels (BAFA) ou professionnels (BPJEPS) sont formés par les Francas13.

L'animation : animation d'ateliers dans les écoles (plus de 15000 enfants marseillais), dans les collèges (plus de 2500 collégiens) et dans les centres de loisirs (plus de 60000 journées d'enfants/an), autour des sujets tels que la santé alimentaire, l'éducation aux médias, les activités scientifiques (astronomie, push car, internet...), l'éducation à la culture et au patrimoine, ou les droits de l'enfant, en ne citant que quelques-unes des activités.

L'accompagnement en conseil et développement : auprès des associations et des collectivités afin de les accompagner dans l'élaboration et la mise en œuvre d'une politique éducative locale réfléchie avec tous les acteurs (parents, enseignants, éducateurs, élus...) du territoire.

Un centre documentaire à thématique éducative est également à la disposition de ceux et celles qui souhaitent approfondir leurs connaissances dans ce domaine.

Réunissant de nombreux adhérents et bénévoles, les Francas 13 proposent de nombreuses rencontres et de multiples projets à toutes les personnes souhaitant s'investir davantage dans une action en faveur de l'enfance et la jeunesse.

[plus d'info](#)

[04 91 47 34 53](tel:0491473453) - francas13.fr - FB : [FRANCAS13](#)

CHAYNELUX



L'Association Chaynelux intervient dans un but d'aide ponctuelle, d'accompagnement et de solidarité vis-à-vis des personnes isolées, suite aux vicissitudes inhérentes à la vie, comme le veuvage, la vieillesse, le handicap, ainsi que d'autres formes de solitude pouvant mener à des sentiments propres à l'isolement et à certaines formes de dépression. Une des priorités de l'association reste de redonner du baume au cœur à ces personnes en proposant des activités musicales par le chant, la musique, la poésie, l'humour, le partage, la création inspirée.

Chaynelux a pu se faire connaître notamment dans les maisons de retraites de la région et au-delà, grâce à sa capacité de mobilité.

[plus d'info](#)

[06 78 62 02 20](tel:0678620220)



Les Petits Frères des Pauvres luttent depuis plus de 70 ans contre l'isolement et la solitude des personnes âgées, prioritairement les plus démunies. En offrant une présence, nous créons des relations de confiance dans la durée avec les personnes âgées en situation d'isolement et de précarité, sur leur lieu de vie.

Présente à Marseille depuis 60 ans, l'association peut compter notamment sur 6 équipes d'action et des bénévoles qui agissent au plus près de nos aînés dans tous les quartiers de la ville. Lutter contre l'isolement de nos aînés, c'est notamment recréer du lien en organisant des actions collectives : fêter un anniversaire et les fêtes de fin d'année, partager un repas, partir en vacances. Les Petits Frères des Pauvres apportent également une présence aux personnes âgées gravement malade ou en fin de vie et accompagnent vers le logement en aidant à l'amélioration de l'habitat et à retrouver un toit.

5 impasse Le Manier 13012 Marseille

[plus d'info](#)

04 91 18 55 55 - petitsfreresdespauvres.fr

SECOURS CATHOLIQUE

Association reconnue d'utilité publique, le Secours Catholique est membre de la confédération Caritas Internationalis. Il a une mission d'écoute et d'éveil à la solidarité en France et dans le monde. Il appelle toute personne à s'engager pour vivre la rencontre, l'entraide et la joie de la fraternité.

À Marseille, les équipes, présentes sur tout le territoire diocésain, de La Ciotat à Gréasque, jusqu'à Marseille-Ouest, sont mobilisées au quotidien pour faire reculer la pauvreté. Elles proposent à toute personne en situation de précarité et d'isolement, un accueil inconditionnel et un accompagnement fraternel vers plus d'autonomie, jusqu'à ce qu'elle retrouve des conditions de vie dignes. Elles viennent en aide notamment aux familles, aux enfants, aux personnes âgées, isolées, sans domicile et en situation de rue, aux migrants, sortants de prison et malades sans couverture sociale.

Différents moyens sont mis en œuvre, visant tous l'estime de soi, l'émancipation et la réinsertion : ateliers conviviaux, groupes de rencontre et d'entraide, accès aux droits, accès aux savoirs et à la culture, accès aux vacances et soutien la parentalité, accompagnement vers l'emploi, vers et dans le logement, accès aux petites épiceries et boutiques de vêtements, jardins solidaires, aides et secours.

Chiffres clés, à Marseille sur un an

1 500 familles accompagnées ; 27 300 rencontres dans les rues du centre-ville de Marseille lors des tournées de nuit ; 18100 passages de personnes sans domicile à l'accueil de jour Béthanie ; 5 200 visites à l'accueil migrants



[plus d'info](#)

04 91 50 64 58 - bdr.marseille@secours-catholique.org
bdr-marseille.secours-catholique.org

Parce qu'on a tous quelque chose à dire, ou à exprimer, de son histoire, de ses demandes ou de ses projets, À VOIX HAUTE entend donner à toutes celles et tous ceux qui n'en ont pas encore la possibilité - parce qu'ils viennent d'arriver en France ou qu'ils sont en difficulté avec le français - les mots pour communiquer et avancer vers une autonomie et une insertion sociale réussie en France. Nous entendons promouvoir le lien social, défendre l'accès à l'éducation pour tous et toutes, et lutter contre les préjugés en permettant des passerelles entre les cultures. Pour cela, nous proposons différentes formations linguistiques :

Ateliers sociolinguistiques : « Français pour la vie parentale »

Pour outiller les parents d'élèves ayant des besoins à l'oral et/ou à l'écrit en français afin de renforcer l'accompagnement à la scolarité de leurs enfants.

Ateliers sociolinguistiques : « Français pour la vie courante »

Pour favoriser l'autonomie et l'insertion sociale au quotidien de toute personne ayant des besoins à l'oral et/ou à l'écrit en français et souhaitant agir de façon autonome dans les espaces sociaux de proximité. L'accent est mis sur la compréhension de documents authentiques, de mises en situation, et la découverte d'espaces-socioculturels en lien avec le quotidien du public.

Ateliers parents-enfants : « Jouer pour apprendre »

Un atelier enfants-parents, en partenariat avec l'association Jeu Cogite, dont l'objectif est de permettre le développement des compétences cognitives à travers le jeu et de favoriser les temps de partage en famille pour mieux accompagner ses enfants dans leur scolarité.

Ateliers créalinguistiques : « Des mots à la scène »

Un atelier d'écriture créative, en partenariat avec le



Théâtre de l'œuvre, pour améliorer sa pratique du français à l'oral et à l'écrit et prendre confiance en soi sur la scène d'un théâtre. L'atelier alterne moments d'écriture, travail sur la langue et mise en voix collective.

Vie associative

Nous avons le souci de favoriser la participation de toutes et tous à la vie associative et avons donc choisi, à la création de l'association, un modèle de gouvernance collégiale où chacune et chacun peut y trouver une place. Aujourd'hui, le collectif d'administration est composé de 15 personnes, dont 12 sont issues des ateliers de français. Ainsi nous entendons renforcer le pouvoir d'agir des personnes exilées et légitimer leur place dans les lieux de pouvoir dont elles sont habituellement exclues.

Vous souhaitez vous inscrire à des ateliers linguistiques ou avoir plus d'informations sur notre association, alors n'hésitez pas à nous contacter ou à nous rencontrer tous les lundis de 10h à 12h (hors vacances scolaires) lors de notre permanence d'inscription !

[plus d'info](#)

07 64 06 11 56 - avoixhaute.asso@gmail.com
associationavoixhaute.com



L'association Étude, Sensibilisation et Prévention de l'errance (ESP'errance), est une association de loi 1901 créée en 2008 par deux bénévoles du SAMU social de la Croix rouge.

Leur réflexion se fonde alors sur les besoins exprimés par les personnes en situation d'exclusion et la volonté d'apporter un service complémentaire et indispensable aux autres structures.

L'une des problématiques principales que rencontrent les SDF est : comment mettre en sécurité les bagages et

effets personnels ? L'utilisation de consignes présentent plusieurs limites : peu nombreuses, horaires contraignants, trop coûteuses, etc.

De ce constat est né le projet La Bagagerie : un lieu en centre ville de Marseille où les bénéficiaires peuvent accéder à des casiers sécurisés pour leurs effets personnels.

Nos missions :

- Accès à un casier gratuit, personnel et sécurisé
- Mise à disposition d'ordinateurs avec accès internet gratuit et de coffres-forts numériques avec l'association "Reconnect".
- Encourager l'implication des bénéficiaires dans les activités et favoriser la création de lien social entre tous les acteurs de l'association.
- Développer les ressources humaines et financières de l'association.

C'est grâce au soutien d'un salarié et de bénévoles que La Bagagerie fonctionne.

[plus d'info](#)

06 03 15 75 66 - veronique.guegan@esp-errance.org

Pour les Assistants Maternels et Familiaux, ARDEPAMF.13 est présente depuis 1978 !

Un collectif, des délégués de secteur, un site internet, nos partenaires APAMeF et SUPNAAFAM-UNSA : un réseau solide pour rompre l'isolement (réunions, informations...), favoriser les rencontres et les échanges (formations), mener des actions en commun, utiliser pleinement nos savoir-faire dans l'exercice de nos professions auprès des différentes institutions (participations au Conseil Départemental).

Rejoignez-nous !



[plus d'info](#)

06 67 00 04 41 - ardepamf13-secretariat@ardepamf-bdr.fr



A l'occasion de cette journée des associations qui va se passer dans un site magnifique, je voudrais par ce mail expliquer l'implication de notre association France Adot 13 dans le département.

Notre association France Adot 13 (association des Dons d'Organes et de Tissus humains) et de moelle osseuse des Bouches-du-Rhône est une association qui milite, qui informe sur le don d'organes, des prélèvements d'organes en faisant dans tous les lycées et collèges publics ou privés **des interventions gratuites** où nous avons tout loisir de parler du positionnement important sur le don d'organes.

Car c'est notre positionnement et notre décision que l'on doit faire passer aux proches.

Des lois ont été dictées en 1976 "**principe du consentement présumé**", toute personne qui de son vivant ne s'est pas positionnée sur le Registre National des Refus est considérée comme consentante et cette loi est toujours d'actualité.

Et en 2017, un **décret d'amélioration** de la loi sur les dons d'organes a donné plus de possibilités à toutes personnes de s'inscrire sur le RNR (registre National des Refus).

Chaque année, de nombreux patients se trouvent sur la liste d'attente (26.000 en 2021) 5750 ont été greffées et malheureusement 700 à 900 personnes sont mortes faute de greffons compatibles.

Ces chiffres sont parlants et nous amènent à nous demander pourquoi tant de refus ; 33 % de familles refusent de donner les organes de leur défunts pour qu'une autre personne vive... et si c'était vous en attente !

Ne pas oublier qu'il nous est possible de donner de son vivant (rein, foie) à un membre de la famille, à notre pacsé, à notre ami.e...

L'information est primordiale et nous profitons comme chaque année de notre présence à **VIVACITÉ** pour interpeller tout public sur l'utilité du don d'organes.

[plus d'info](#)

president@france-adot13.org - balland.jeanmarie@orange.fr

HABITAT ET HUMANISME PROVENCE



La vocation de notre association Habitat et Humanisme Provence est de favoriser l'accès au logement aux personnes en difficulté et de faciliter leur insertion :

en produisant du logement très social par l'intermédiaire de nos sociétés foncières, qui construisent, achètent et rénovent des logements en mobilisant des logements auprès de propriétaires solidaires privés et publics qui nous confient leurs biens.

Nos bénévoles accompagnent nos locataires pour qu'ils reprennent leur vie en main. Cet accompagnement, en fonction de la famille concernée, peut-être assez poussé ou à l'inverse se résumer à quelques visites mensuelles.

De plus, pour répondre aux différentes facettes de la précarité et notamment celles liées à l'isolement et l'âge, Habitat et Humanisme Provence développe et expérimente divers types de logements et des solutions d'habitat innovantes, pensions de famille, habitats intergénérationnels, EPAHD, et tout autre habitat collectif permettant de répondre à des situations spécifiques rencontrées sur le terrain.

Pour mener à bien nos missions, nous avons besoin de bénévoles dans différents domaines, nous pouvons sans nul doute vous offrir l'opportunité d'être utile dans une ambiance amicale et chaleureuse.

Rejoignez-nous !

[plus d'info](#)

04 91 26 28 17 - provence@habitat-humanisme.org

PANIER Marseillais

Les Paniers Marseillais sont un réseau d'Associations de consommateurs et de producteurs en Circuit Court Solidaire et Sans Intermédiaire (CCSS) de type AMAP, qui s'inscrit dans l'économie sociale et solidaire.

Nous proposons chaque semaine aux 1700 adhérents des 35 Paniers de Quartier et paniers étudiants, un panier de légumes bio de saison cueillis le matin même par des maraîchers locaux.

Les consommateurs sont situés à Marseille et proche banlieue, les producteurs viennent de toute la région. Chaque semaine un maraîcher apporte sa récolte du jour à son groupe de consommateurs.

Depuis mai 2018, nous distribuons un panier de légumes aux familles aidées du Secours Populaire, à un prix accessible.

Une quarantaine de produits hors maraîchage sont également proposés dans le respect de la Charte et de l'éthique des Paniers Marseillais : viandes, fruits, fromages, produits d'hygiène et d'entretien, fleurs, bio elles aussi.

Tous les produits font l'objet de contrats directs producteur-consommateur.

Les contrats sont à la saison ou à l'année. Ces contrats directs, sur une durée déterminée sont un soutien très fort

aux producteurs qui travaillent tous sur des petites fermes familiales à taille humaine. Ce qui veut dire que quel que soit votre lieu d'habitation vous pouvez trouver un Panier non loin de chez vous, qui sera heureux de vous accueillir et de vous faire découvrir les excellents produits distribués. Venez soutenir nos producteurs et profiter d'une alimentation saine. Venez nous voir à La RUCHE, 28 boulevard National 13001 Marseille



[plus d'info](#)

06 95 45 96 94 - lespaniersmarseillais.org
contact@lespaniersmarseillais.org

Association reconnue d'utilité publique
Aujourd'hui, plus de 10% de la population française est en situation de très grande solitude. Le contexte actuel, à la fois de pandémie et de confinement, a fortement augmenté différentes formes de solitudes qui ne se voient pas et qui touchent tous les âges.

L'association Astrée œuvre depuis plus de 30 ans contre ce fléau et aide à la restauration du lien social, à rompre l'isolement et à favoriser le mieux-être des personnes en situation de fragilité.

Astrée est présente à Marseille et souhaite recruter de nouveaux bénévoles pour les former aux missions suivantes :

Accompagner les personnes adultes en souffrance :

Encadré par Astrée, le bénévole sera amené à écouter, soutenir et accompagner de façon individualisée et dans la durée une personne fragilisée par un coup dur. Cet accompagnement prend la forme de visites à domicile, de rencontres dans les locaux de l'association ou de RDV téléphoniques et dure entre 1h30 et 2h par semaine.

Les mises en relation entre accompagnants et accompagnés sont effectuées par les référents d'Astrée, en fonction des souhaits et des attentes de chacun.

Susciter la solidarité entre élèves :

Intervenir auprès de collégiens pour favoriser le soutien entre pairs et prévenir les situations de décrochage. Le bénévole sensibilise et accompagne ces groupes de jeunes, selon sa disponibilité, dans des actions de solidarité au bénéfice d'autres jeunes.

Aidez-nous à rompre la solitude à Marseille, devenez bénévole Astrée !



[plus d'info](#)

04 96 21 69 41 - marseille@astree.asso.fr - astree.asso.fr

LES BLOUSES ROSES



Notre association est présente à Marseille depuis plus de 50 ans.

Nous évoluons en milieu hospitalier auprès des enfants et en maisons de retraite auprès de nos anciens.

Notre présence se veut ludique et notre but est de distraire les enfants en salles d'attente et de sortir de la solitude nos aînés en leur proposant des ateliers créatifs, zoothérapie et autres.

Nous participons à de nombreux événements et organisons des manifestations dont le but est de nous faire connaître et de récolter des fonds.

Nous avons toujours besoin de bénévoles.

Chacun peut trouver sa place au sein des blouses roses et vous aurez le privilège de voir de grands sourires s'épanouir à notre approche avec nos blouses fuchsia ornées de notre cœur orange.

[plus d'info](#)

07 71 75 77 16 - lesblousesrosesmarseille@orange.fr



Eurocircle est une association créée en 1993 développant des projets européens pour promouvoir l'insertion socio-professionnelle des jeunes et l'émergence d'une citoyenneté européenne active reposant sur la tolérance, l'égalité, la paix, l'écologie.

Nous avons 3 pôles d'action :

1. Le pôle mobilité européenne et internationale qui, avec le service civique et le Corps Européen de Solidarité, permet tous les ans à plus d'une centaine de jeunes de vivre une expérience à l'étranger pour des durées allant de quelques semaines à plusieurs mois ;
2. Le pôle coopération qui développe des projets européens avec près de 80 partenaires sur la formation des jeunes, la lutte contre le discours de haine, la lutte contre les fake news, ou l'accueil et l'intégration des réfugiés ;
3. Le pôle citoyenneté européenne qui informe les citoyens sur l'UE et ses actions au niveau national, régional et local, pour ainsi rapprocher les citoyens et l'UE et favoriser la participation démocratique active, notamment par le développement de jeux interactifs, ou le Centre d'Information Europe Direct mandaté par la Commission Européenne.

[plus d'info](#)

04 91 42 94 75 - europa.direct@eurocircle.info

ASAM PROVENCE



ASAMProvence soutient l'ASA, à Madagascar, une association qui permet la réinsertion des sans abri par la formation et l'installation d'artisans et d'agriculteurs.

Chaque année, depuis 1990, 20 familles s'installent durablement sur des terres, données par l'État malgache. Nous les aidons en proposons des parrainages pour les 2000 enfants scolarisés jusqu'en terminale et des bourses d'études pour ceux qui veulent continuer après le bac.

Nous vendons et cherchons des revendeurs pour leurs huiles essentielles ASAROMA certifiées biologiques et l'artisanat qu'ils produisent afin de les accompagner vers l'autonomie. www.boutikasa-madagascar.com

Nous proposons aussi des voyages solidaires parce que nous avons tous des compétences à partager!

Nous organisons aussi des événements comme le concert de Gospel qui aura lieu le 9 octobre en l'église de Saint Barnabé.

Pour tous renseignements merci de contacter :

Véronique Douillet

[plus d'info](#)

06 79 80 38 17 - asamprovence@gmail.com
asafrance-madagascar.com - asaroma.com

L'Entraide Scolaire Amicale est une association reconnue d'Utilité Publique, à but non lucratif, apolitique et non confessionnelle créée en 1969.

La vocation de l'ESA est de lutter contre l'échec scolaire dans un souci d'équité.

Partant du principe que Tous les enfants ont droit à la même chance, elle propose un accompagnement bénévole à des élèves que leurs parents ne peuvent ni aider, ni faire aider, faute de connaissances et de moyens financiers.

Créée en septembre 2012, l'antenne de Marseille regroupe aujourd'hui 75 bénévoles dont quatre coresponsables et une chargée de fonction locale. Cette année nous avons aidé 69 enfants.

L'originalité de notre démarche ?

Un bénévole, un enfant, une fois par semaine, au domicile des parents.

Notre action se décline en 3 points : l'accompagnement individualisé de l'enfant pour lui redonner confiance et le rendre autonome, la sensibilisation des parents aux enjeux du travail scolaire et l'ouverture sur le monde qui l'entoure grâce à des sorties culturelles.

Nous recherchons des bénévoles disposant de deux heures par semaine. Nos bénévoles sont soutenus par les coresponsables d'antenne, bénéficient d'une aide sur notre site national et peuvent participer à des formations.



[plus d'info](#)

M. Dominique Valera : 06 32 85 66 78

Sylvie Hue : 06 31 26 16 90

Bernadette Fortain : 06 67 35 64 37

marseille@entraidescolaireamicale.org

entraidescolaireamicale.org

Des Solutions Innovantes - Des Logements Adaptés

Une Autonomie Retrouvée ; Un modèle original d'habitat inclusif

HANDITOIT



L'objectif d'HandiToit Provence est né de la volonté des personnes handicapées de rendre possible leur choix de vivre seule ou en famille, en milieu ordinaire, dans un logement individuel, adapté à leurs besoins afin de disposer d'une plus grande autonomie.

L'action d'HandiToit Provence est de rechercher des solutions pratiques répondant aux besoins de logements

des personnes handicapées. Pour donner vie à ce projet, l'association a développé des compétences et propose aujourd'hui 2 actions fortes :

La Formule HandiToit

L'autonomie de la personne est l'une des préoccupations de l'association qui a mis en place un projet global, innovant et sécurisé. La Formule HandiToit propose des appartements adaptés, intégrés dans un ensemble immobilier, associés à une aide humaine disponible toute l'année, 24h/24h - 7j/7.

La Plateforme régionale

Un trait d'union entre l'offre et la demande

La Plateforme est une interface partenariale qui associe les collectivités territoriales et permet d'identifier les demandes de logements adaptés des personnes en situation de handicap et les offres adéquates des bailleurs et des propriétaires.

[plus d'info](#)

04 91 26 56 27 - contact@handitoit.org - handitoit.org

langue et culture Italiennes à Marseille

PASSAPAROLA

PASSAPAROLA : Le bouche a oreille.

L'association PassaParola est, comme son nom l'indique, un lieu d'échanges, de transmission, de communication autour de la langue et de la culture italiennes dans lequel les amoureux de l'italien et de l'Italie peuvent se rencontrer, s'exprimer... ou renouer avec leurs origines italiennes.

Cours d'italien

PassaParola dispense des cours d'italien de tous niveaux avec des professeurs qualifiés et spécialisés dans l'enseignement de l'italien comme langue étrangère.

Les cours s'adressent à tout public et sont axés sur la communication. Les classes sont constituées de petits groupes pour faciliter une bonne interaction pédagogique. Échange et convivialité sont toujours au rendez-vous.

Cours thématiques en italien

PassaParola propose une large gamme de cours thématiques en italien : l'actualité italienne, le cinéma, la littérature, la découverte des régions italiennes, l'art etc. Ces cours s'adressent à tous les passionnés de l'Italie et de sa culture. Quel que soit votre intérêt pour l'Italie ou votre passion vous vous y retrouverez !!

Voyages culturels et linguistiques en Italie

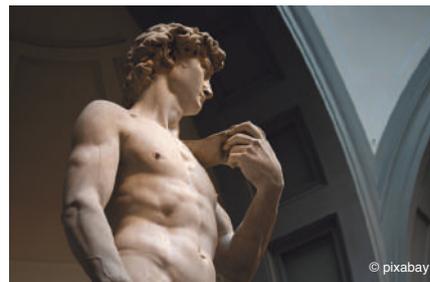
Pour tous ceux qui veulent pratiquer la langue italienne sur place, être au contact direct avec la réalité de la Péninsule, PassaParola organise des voyages culturels et

des séjours linguistiques. Du nord au sud de l'Italie pour un véritable bain linguistique et culturel !

Activités culturelles

En plus des cours de langue et de culture, PassaParola propose de nombreuses activités culturelles (Ciné-débat, club de lecture...), des sorties pédagogiques en France ou en Italie, des ateliers de théâtre, une chorale, des ateliers pour les enfants. L'immersion culturelle est assurée !

Venez nous retrouver dans nos locaux au 14, rue Fortia 1^e Benvenuti a tutte/i !



[plus d'info](#)

06 62 81 05 13 - associationpassaparola@gmail.com
passaparola.fr



Créée en 2021, l'association AVEC VOUS est née de la rencontre de quatre femmes qui se sont interrogées sur la persistance des violences conjugales. Ensemble, nous avons réfléchi sur les difficultés récurrentes rencontrées par les victimes.

Nos expériences professionnelles dans l'accompagnement de victimes de violences conjugales et, pour l'une d'entre nous, victime de la violence de son ex-compagnon, n'a pu que nous inciter pour agir autrement et proposer une approche systémique.

L'association AVEC VOUS - Victimes Violences Couples a pour vocation de lutter contre toutes les formes de violences exercées au sein du couple (physique, psychologique,

sexuelle, administrative, économique, culturelle ou culturelle). L'association AVEC VOUS souhaite offrir un accompagnement adapté et une écoute professionnelle, toujours dans le respect des parcours de vie des victimes. Notre impératif est d'accueillir de façon inconditionnelle toutes les personnes impactées par la violence conjugale, ou qui ont subi cette violence.

Cet accueil est garanti sans discrimination de genre, âge, origine, nationalité, milieu socio-professionnel, orientation sexuelle, handicap.

Si vous êtes vous-même victimes ou, un enfant du couple, un membre de la famille, une relation amicale, de voisinage ou professionnelle, n'hésitez pas à nous contacter.

Parce que vaincre la violence ne se fait pas seul, nous pouvons vous accompagner.

Cet accompagnement peut être mené sur les plans suivants : juridique, psychologique, social... Nous pourrions aussi, selon le besoin, vous orienter vers nos partenaires.

Notre objectif est de faire ensemble le parcours de sortie possible de la violence, toujours en mettant au cœur de la discussion le respect du choix du demandeur-euse.



© Anouck Fakirian

L'Association Christophe créée en 2001 et ses bénévoles se mobilisent à plusieurs niveaux pour lutter contre les causes de mal-être des jeunes : harcèlement, addictions, violence, conduites à risque et toutes les causes de mal-être pouvant, parfois, les conduire à des actes irréversibles et les familles en souffrance.

Interventions auprès des jeunes dans leurs lieux de vie (écoles, armée, centres sociaux...) pour les sensibiliser et leur apprendre à maîtriser les causes de mal-être, à chercher de l'aide si besoin.

Formation des équipes santé/social de l'Education Nationale, d'éducateurs... à l'utilisation de notre mallette pédagogique pour intervenir auprès des jeunes et de divers publics.

Groupes de Parole mensuels pour soutenir des familles (parents, fratries...) endeuillées par le suicide d'un enfant, d'un proche...

Hôpital de la Conception 147 Bd Baille - 13006 Marseille <http://fr.ap-hm.fr/groupe-de-parole-sur-le-suicide-association-christophe>

Interventions auprès du Public

- Organisation de Journées Nationales de Prévention du Suicide en Région PACA

- Actions de communication par les médias

- Communications dans des colloques sur la prévention

Nous avons besoin de bénévoles en :

Communication : Gestion de notre site, Graphisme, supports de communication, contacts

Secrétariat : Suivi de dossiers, courriers et organisation des interventions et manifestations

Intervenants : Pour sensibiliser les jeunes par des interventions (formations proposées)

Informaticien : Pour le maintien du parc informatique

Les jeunes et les parents ont besoin de nous tous !
Vous disposez d'une journée ou de quelques heures par semaine ? Rejoignez-nous !

plus d'info

04 91 81 27 60 mardis et jeudis

ass.christophe@wanadoo.fr - christophe-lavieavanttout.com

ASSO'SOPK

L'association Asso'SOPK est une Association nationale de patients ayant pour but d'agir, d'informer et de sensibiliser sur le sujet du Syndrome des Oaires Polykystiques (SOPK).

Elle a été créée en mai 2021 par deux personnes atteintes du SOPK et désireuses de faire évoluer la reconnaissance de cette pathologie qui touche 1 femme sur 7 dans le monde entier.

Nos actions sont réalisées à la fois auprès des patientes diagnostiquées, des professionnels de santé et aussi du grand public.

Nous proposons des articles et relayons des informations sur le Sopk en collaboration avec un comité scientifique composé de professionnels experts de la pathologie.

Vous pouvez nous retrouver sur les réseaux sociaux Instagram, faceBook, LinkedIn, ainsi que sur notre site et sur toutes les chaînes de podcasts (sous le nom « les chroniques du SOPK » pour les podcasts).

plus d'info

07 49 96 74 89 - asso.sopk@gmail.com

asso-sopk.com

Mobilisés pour un monde solidaire PASSERELLES ET COMPÉTENCES

Depuis 20 ans nous développons le bénévolat de compétences auprès de personnes talentueuses qui souhaitent s'engager et d'associations de solidarité qui ont besoin de compétences.

Associations, vous avez besoin de compétences pour faire grandir vos projets ? Vous voulez développer votre notoriété ? Trouver de nouveaux financements ? Former vos équipes sur un sujet particulier ? Faire évoluer votre plan comptable ? Vous adapter à l'évolution de votre environnement ?

Passerelles et Compétences vous aide à déterminer votre besoin et trouve les bénévoles prêts à s'engager et à partager leurs talents pour y répondre.

Bénévoles, vous voulez être utiles en partageant vos compétences avec des associations de solidarité ?

Passerelles et Compétences vous propose des missions correspondant à vos compétences, vos disponibilités et

compatibles avec une activité professionnelle. Rejoignez nous et devenez un acteur de la solidarité à nos côtés ! Et si votre compétence devenait source de solidarité ?



plus d'info

06 85 23 43 17 - rmstephan@passerellesetcompetences.org

02 92 96 03 35 - hlale@passerellesetcompetences.org

passerellesetcompetences.org

CHIENS GUIDES D'AVEUGLES



La mission principale de l'Association des Chiens Guides d'Aveugle est d'améliorer l'autonomie et la mobilité des personnes non ou malvoyantes en leur proposant des moyens d'aide à la locomotion et faciliter tous les actes de leur vie sociale et professionnelle au quotidien.

Pour cela, nous œuvrons tous ensemble afin de remettre gratuitement un chien guide aux personnes déficientes visuelles qui en font la demande ou une canne optronique. La récolte de dons et legs nous permette de financer les deux ans d'éducation de chaque chien guide et leur suivi tout au long de leur vie. Notre rôle consiste aussi à informer l'opinion et les pouvoirs publics sur l'action menée par les écoles affiliées à la Fédération Française des Associations et écoles de Chiens Guides d'Aveugles (FFAC). Nous participons également aux journées de sensibilisation sur le handicap et sur la cécité en particulier.

Nous serons ravis d'échanger avec vous à l'occasion de cet événement « VIVACITE 2022 » !

plus d'info

06 03 48 04 81 - chiensguides13marseille@gmail.com

FRANCE BÉNÉVOLAT MARSEILLE



France Bénévolat a pour vocation de vous accompagner dans le développement de l'engagement bénévole associatif pour une citoyenneté active et solidaire. Trois principales missions en découlent :

- promouvoir le bénévolat associatif au service de l'intérêt général ;
- mettre en relation les personnes intéressées et les associations mobilisant des bénévoles ;
- accompagner les associations à renforcer la reconnaissance et la valorisation de leurs bénévoles.

plus d'info

04 91 80 34 18 - 06 09 37 47 83

SECOURS POPULAIRE 13

Jour après jour, le Secours populaire, association reconnue d'utilité publique, agit ici comme ailleurs pour un monde plus juste et plus solidaire, en permettant à chacun de s'émanciper et de trouver sa place de citoyen, là où il vit, travaille ou étudie.

Le Secours populaire rend possible la solidarité. Bénévoles comme partenaires, entreprises et donateurs, adultes comme enfants dès le plus jeune âge... tout le monde est invité à passer à l'action, à s'émanciper, à vivre la solidarité au sein d'une association chaleureuse, naturellement ouverte, où la convivialité est toujours présente.

Le Secours populaire accueille tous les talents, parce que tous sont utiles. L'association intervient dans toutes les dimensions de la détresse humaine. C'est ce que proclame sa devise : « Tout ce qui est humain est nôtre ». Pour ce faire, elle valorise systématiquement l'initiative comme mode d'action : au Secours populaire, personne n'attend qu'on lui dise quoi faire et chacun s'inscrit librement dans une dynamique collective.

Le Secours populaire est engagé pour un monde plus juste et plus solidaire. Clairement désireux d'une transformation sociale, le Secours populaire s'abstient de tout clivage : il rassemble et crée du lien autour des valeurs partagées. Son engagement est un combat. Un mode d'action. Il est sur le pont, là où ça bouge, là où ça compte.

Ceux qui reçoivent et ceux qui soutiennent sont les mêmes et tous s'enrichissent mutuellement. L'accueil y est inconditionnel : on y rapproche des individus de toutes générations, de toutes origines sociales, culturelles ou religieuses.

La Fédération du Secours populaire 13 est un réseau de proximité, au cœur du territoire, animé par les comités et les antennes qui le composent. En 2020, les bénévoles du Secours populaire 13 ont aidé 120 000 personnes dans le département.

Pour devenir bénévole ou faire un don voir notre site.



plus d'info

04 91 36 56 36 - contact@spf13.org
secourspopulaire.fr/13

DUO FOR A JOB



Quand l'échange fait la différence !

Notre association a été créée sur la base d'un double constat : Les jeunes issu.e.s de l'immigration sont confronté.e.s à une inégalité d'accès au marché du travail et les personnes de plus de 50 ans font face à un manque de valorisation de leur expérience et de leurs compétences.

Notre mission : organiser du mentorat pour aider ces jeunes dans leurs démarches de recherche d'emploi tout en valorisant les compétences des plus de 50 ans. Nos principaux objectifs sont de réduire les inégalités d'accès au marché du travail, inclure davantage les personnes de plus de 50 ans dans la société et recréer du lien social en favorisant les ponts générationnels, culturels et sociaux.

Le Duo en pratique : Le/la mentor bénévole expérimenté.e et le/la jeune se rencontrent 2h par semaine pendant 6 mois afin de favoriser le développement des compétences, l'autonomie, l'identification du projet professionnel du / de la jeune accompagné.e et de réaliser toutes les démarches nécessaires à son insertion professionnelle.

Nos bénéficiaires :

- Les jeunes que nous accompagnons ont entre 18 et 33 ans, sont de nationalité ou d'origine étrangère (hors UE) et ont un titre de séjour qui leur permet de travailler en France. Pas de diplôme ni d'expérience professionnelle particulière demandés.

- Les mentors ont plus de 50 ans, ont une expérience professionnelle à valoriser quel que soit le secteur d'activité, sont disponibles 2h par semaine pendant 6 mois. Pour être à l'aise dans leur mission, les mentors bénéficient eux-mêmes de l'encadrement de l'association tout au long du projet : formation initiale, suivi, conseils, rencontres entre pairs, etc. Et aucune expérience en coaching ou en ressource humaine n'est requise !

Alors si vous avez envie de transmettre votre expérience ou avez besoin d'un coup de pouce pour votre recherche d'emploi, venez nous rencontrer et nous nous ferons un plaisir de répondre à toutes vos questions !

plus d'info

07 52 08 99 38 - marseille@duoforajob.fr
duoforajob.fr

JALMALV MARSEILLE

JALMALV Marseille est une association « loi 1901 » rattachée à la Fédération Nationale JALMALV reconnue d'utilité publique. Laïque, aconfessionnelle et apolitique, elle poursuit un double objectif :

Accompagner :

- Les personnes fragilisées par le grand âge, la maladie et/ou la fin de vie à l'hôpital, en institution ou à domicile en leur apportant une présence et une écoute.

- Les familles, les proches, les personnes en deuil

Contribuer à changer le regard de la société sur la mort, la vieillesse, le deuil

- En organisant des séances d'information grand public sur les droits des malades et la fin de vie

- En animant des ateliers intergénérationnels sur les 4 saisons de la vie « naître, grandir, vieillir, mourir »

Périodiquement JALMALV programme dans ses locaux une journée de présentation de l'Association et de ses activités.

Pour répondre à toutes les demandes d'accompagnement nous avons besoin de plus de bénévoles : Venez nous rejoindre !

Vous partagerez concrètement nos valeurs : **la dignité, le respect de la vie et la solidarité.**

Vous vivrez **des moments d'intense humanité** au sein d'une association où **vous serez formé, accompagné et soutenu.**

☞ Devenez bénévole d'accompagnement

Passez du temps avec des personnes en fin de vie, prêtez leur une oreille attentive. Faites des rencontres qui changent votre regard sur la vie.

☞ Devenez bénévole de structure

Participez à l'animation de l'association et faites-la vivre de l'intérieur. Développez vos compétences (secrétariat, trésorerie, communication...), intégrez une équipe bienveillante et enrichissez-vous de vos rencontres

Le temps pour JALMALV, c'est du temps qui compte aussi pour vous !



plus d'info

04 91 42 26 95 - jalmalv.marseille@free.fr
jalmalv-federation.fr

UCS 13

Une fédération d'éducation populaire, un réseau de centres sociaux associatifs

Créée en 2000, l'Union des Centres Sociaux des Bouches-du-Rhône (UCS 13) réunit plus de 55 centres sociaux et espaces de vie sociale. Tous sont gérés par des associations d'habitant-e-s appuyées par des équipes de professionnel-le-s qui garantissent leur fonctionnement opérationnel.

L'UCS 13 assure la promotion des centres sociaux, de la gouvernance associative et démocratique. Ses missions consistent à favoriser les échanges et rencontres entre les membres du réseau ; administrateur-trice-s, bénévoles, salarié-e-s et à développer une politique de formation pour qualifier les acteur-trice-s des centres sociaux.

Attachée au développement du pouvoir d'agir des habitant-e-s et des dynamiques citoyennes, l'UCS 13 se mobilise sur des questions de société et de politiques publiques qui impactent son réseau et développe des

actions de partenariats avec des structures partageant ses valeurs.

Récemment l'UCS 13 a mené des formations-actions sur l'utilité sociale des centres sociaux, la laïcité et la qualité de vie au travail.

La réflexion collective, les actions et projets de notre réseau portés par l'UCS 13 s'articulent autour de 4 axes :

Axe 1 : Représenter, promouvoir et défendre le réseau

Axe 2 : Renforcer et animer le réseau

Axe 3 : Expérimenter des actions innovantes sur les territoires, avec les habitant-e-s

Axe 4 : Renforcer le partenariat, s'ouvrir à de nouveaux partenaires

Inscrits dans le mouvement de l'Education populaire, les centres sociaux fédérés réfèrent leur action et leur expression publique à trois valeurs fondatrices : la dignité humaine, la solidarité, la démocratie.

L'UCS 13 est membre de la Fédération des centres sociaux de France (FCSF).



plus d'info

04 96 11 53 60 - info@ucs13.fr - ucs13.fr



La perte d'audition touche environ 10 % de la population française.

Vous entendez moins bien, vous avez besoin d'appareillage, Surdi 13 vous informe sur Les appareils auditifs, implants, mais aussi les équipements de la maison : sonnette-flash, amplificateurs. Les autres moyens de compensation (lecture labiale, sous-titrage, transcription téléphonique) Mais aussi vous accompagne Comment choisir son appareil, comment choisir son audioprothésiste ? Quelles sont les aides financières et les remboursements, le 100% santé comment ça marche ? Comment faire reconnaître votre handicap, vos droits,

comment obtenir des aides financières (MDPH...)
La surdité vous isole, Surdi 13 vous aide à lutter contre cet isolement

Par des activités conviviales (sorties culturelles, balades) ou de santé (cours collectifs de lecture labiale) et des ateliers informatiques.

Par le suivi de l'actualité de l'audition (site internet surdi13.fr, conférences, publication « L'Oreille Active »)

Par la participation à notre association : Partager son expérience et agir avec d'autres malentendants permet aussi d'élargir son horizon.

Les actions de Surdi 13

Développer la prévention (participation à la Journée Nationale de l'Audition, à la semaine de la santé auditive au travail...)

Informier, Accompagner, conseiller les malentendants dans leurs démarches.

Soutenir la recherche médicale sur les surdités.

Développer l'accessibilité aux malentendants dans tous les lieux publics.

Faire avancer nos revendications, grâce à notre participation à SurdiFrance, notre fédération nationale.

N'hésitez pas à nous contacter

plus d'info

07 49 10 22 00 - contact@surdi13.fr - surdi13.fr

VIVRE SANS VOIR

L'objectif de l'association Vivre sans Voir est d'aider les non et mal voyants, quel que soit leur âge, en leur permettant d'obtenir une aide matérielle de compensation du handicap dans leur vie sociale, scolaire, culturelle, sportive suivant leur projet personnel. Cette association provient du développement de l'association des Chiens Guides d'Aveugles des Bouches-du-Rhône – Gard - Vaucluse.

L'organisation d'événements comme la tenue de Stands d'informations dans les lieux publics

Sensibilisations dans tous milieux

Organisation d'une course-marche d'inclusion, solidaire : l'Effort à l'Unisson vendredi 23 septembre au stade Delattre de Tassigny d'Aubagne avec :

- un relai pour les scolaires accompagnant des personnes en situation de tout handicap,
- une marche en familles sur 3 km à 17h30
- une course en solo avec 3 options possibles : 800m, 2 000m et 4 000m avec 3 horaires de départ au choix 18h30, 19h30 et 20h30

vont permettre de récolter les fonds nécessaires à l'aide matérielle de compensation apportée aux déficients visuels quel que soit leur âge.

Toutes ces missions s'organisent, se concrétisent avec l'appui de bénévoles.

N'hésitez pas à venir nous rejoindre.



plus d'info

06 16 40 45 90 - info@vivresansvoir.fr
vivresansvoir.fr

TOUS ALBATROS



L'association Tous Albatros vise à promouvoir l'autodétermination des jeunes, notamment grâce à la stimulation de leur curiosité, à l'apprentissage de l'autodidaxie, au développement de l'esprit critique et de l'autonomie ainsi qu'à la révélation de leurs potentiels propres.

Tous Albatros accompagne les adolescents sur leur chemin d'autodétermination, dans une triple dynamique :

- l'introspection : la compréhension des éléments de son histoire et de son environnement à l'origine de ses croyances limitantes, de ses préjugés et de ses choix,

- la projection : l'identification de ses véritables aspirations et ses choix d'orientations scolaire et professionnelle,

- l'action : l'acquisition d'outils de communication, d'esprit critique, de motivation intrinsèque et de confiance en soi.

A cette fin, nous employons les outils de l'animation socio-éducative, du coaching en développement personnel, de l'accompagnement social ainsi que des pédagogies nouvelles.

Les Ateliers d'Envol animés par Tous Albatros utilisent l'expérience, le jeu et l'interactivité pour :

- stimuler l'intérêt, la curiosité et la participation des jeunes,
- favoriser l'expression de soi et l'émergence de la parole du groupe,
- transmettre des clés de compréhension de soi, de l'autre et de son environnement.

L'équipe de Tous Albatros est ouverte à la rencontre de personnes qui s'émerveillent de cette belle jeunesse et qui souhaiteraient partager avec nous des questionnements, des idées, des pratiques et des projets.

Échangeons et changeons le monde ensemble !

plus d'info

tousalbatros.fr - contact@tousalbatros.fr

LES RESTOS DU CŒUR

Aujourd'hui, les carences alimentaires les plus graves ont presque disparu mais les visages de la précarité se diversifient. L'an dernier, 40 % des personnes aidées par Les Restos du Cœur étaient des mineurs, et 1 personne sur 2 avait moins de 25 ans. L'association a aussi aidé l'an dernier 59 000 bébés de moins de 12 mois dans 70 Restos bébé du Cœur.

C'est pour répondre à la diversité de ces besoins et des différents publics accueillis que les Restos redoublent d'efforts pour poursuivre leurs actions d'aide à la personne tout au long de l'année.

L'aide alimentaire apportée par nos centres de distribution, nos maraudes, nos camions et points chauds permet une aide d'urgence mais représente surtout le point de contact privilégié pour permettre un accompagnement vers l'autonomie. La relation de confiance tissée pendant l'accueil par les bénévoles et leur engagement pour leur venir en aide permet de proposer les pistes d'une réinsertion sociale : ateliers et jardins d'insertion, lits hébergement d'urgence, Restos Bébé du Cœur, départs en vacances, ateliers d'accompagnement scolaire et de lutte contre l'illettrisme, initiation à l'informatique, conseils budgétaires, accès à la justice et aux droits, soutien à la recherche d'emploi, microcrédit personnel, etc..

Participez à cette grande aventure en nous rejoignant !



plus d'info

ad13.bénévolat@restosducoeur.org

MER ET COLLINE



Le Centre social et culturel – Mer et colline a pour mission de lutter contre l'exclusion sous toutes ses formes. L'objet de l'association est de mettre en place des actions de soutien, des programmes d'activités pour tous les publics. Ainsi nous œuvrons via le champ social et l'éducation populaire à la réduction des freins matériels et culturels qui isolent, enfants, adolescents, familles et personnes âgées. L'équipe est composée d'éducateurs, et travailleurs sociaux, de médiateurs et animateurs culturels dont la mission est de créer de la cohésion et d'intégrer des publics éloignés, les valoriser et les encourager dans leurs participations collectives et leurs initiatives. Nous travaillons en partenariat avec l'ensemble des structures sociales du territoire et accueillons régulièrement des intervenants compétents dans les secteurs de la santé, du bien-être, de l'éveil artistique et l'animation de projet collectif.

plus d'info

04 91 72 22 91 - contact@meretcolline.com
meretcolline.com

COCCINELLE DU RIRE



La présidente et créatrice de « Coccinelle du rire » a passé de longues années de sa vie dans les hôpitaux en tant qu'infirmière, ainsi elle connaît bien les lieux et les besoins. Aujourd'hui à la retraite, elle se rend de nouveau dans les hôpitaux en compagnie de bénévoles pour apporter un peu de joie et de rire.

« Coccinelle du rire » est donc une association regroupant une équipe de bénévoles, qui ont suivi, pour la plupart, une formation de clown contemporain. Notre groupe de clowns intervient en milieu hospitalier en privilégiant les services accueillant les enfants. Le but étant d'apporter du rire, de la gaieté, de la légèreté, de la couleur, en déambulant dans les couloirs et les salles d'attentes, tout en chantant, dansant, jouant de petits instruments de musique créant ainsi une atmosphère ludique en collaborant avec les équipes médicales pour permettre aux enfants et leur famille de s'évader l'espace d'un moment.

plus d'info

06 10 22 24 10 - angelika.kur@gmail.com

FB : coccinelle du rire

SOS GLOBI PACA

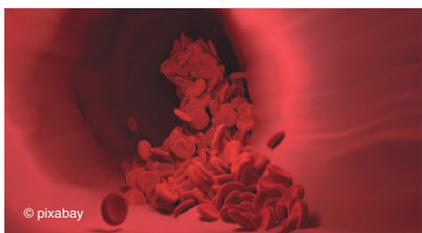
SOS GLOBI PACA est une association de soutien aux malades et familles touchés par la Drépanocytose et la Thalassémie, deux maladies génétiques du globule rouge. La Drépanocytose est la première maladie génétique en France (600 naissances par an environ, 20 000 patients) et dans le monde (400 millions de personnes). Pourtant elle reste très largement méconnue du grand public. Handicap invisible, le silence fait autour de cette maladie est aussi violent que la douleur par laquelle elle se manifeste aux patients.

La Thalassémie, moins répandue (plus de 1 000 patients) que la drépanocytose est aussi une maladie génétique du globule rouge mais tout aussi méconnue.

La vie des personnes atteintes de ces deux pathologies du globule rouge est rythmée par les fréquentes hospitalisations, les transfusions sanguines régulières et cela dès le plus jeune âge.

Le but de notre association ? Porter la voix des patients et plaider pour une meilleure prise en charge et reconnaissance de la Drépanocytose et de la Thalassémie. Faire de ses deux maladies génétiques du globule rouge une cause de santé publique. Promouvoir la recherche scientifique.

Vous êtes parents, patients, ou accompagnants et notre cause vous interpelle ? Rejoignez le mouvement.



plus d'info

06 34 38 09 51 - paca@sosglobi.fr - hema13.fr

UDAF 13

L'Union Départementale des Associations Familiales des Bouches-du-Rhône (UDAF 13) est une association reconnue d'utilité publique. Elle regroupe plus de 110 associations et 8 mouvements familiaux.

Aux termes de l'article 1er du Code de l'Action Sociale et des Familles, l'UDAF 13 a, également, qualité pour représenter et défendre les « intérêts matériels et moraux des familles ». À ce titre, l'UDAF 13 mène de nombreuses activités de représentation, de réflexion, de communication et gère des services diversifiés au profit des familles et des personnes vulnérables du département :

L'UDAF des Bouches-du-Rhône : représente les familles au sein de nombreux organismes (CAF, CPAM, OPAC, CCAS, centres hospitaliers, MSA, Bailleurs sociaux...).

mène différentes commissions de réflexion en matière d'intergénération, de contrôle...

accompagne et promeut pour les associations et mouvements familiaux adhérents.

organise des manifestations (conférences-débats, colloques, Famillathlon...).

gère aussi des services d'aides aux familles tels que le Parrainage de Proximité, la Médiation Familiale et le secrétariat de la Médaille de la Famille.

Les services sociaux :

L'UDAF 13 assure la gestion des services sociaux suivants :

L'Aide à la Gestion du Budget Familial (AGBF)

Le service MJPM (Mandataires Judiciaires à la Protection des Majeurs)

L'Aide Éducative Budgétaire (AEB)

L'Information et Soutien aux Tuteurs Familiaux

Le dispositif inclusif « Familles Gouvernantes »

La Résidence Accueil La Racine

Le service de Médiation Familiale



plus d'info

contact@udaf13.fr - udaf13.fr

CŒUR DE CAGOLES

Cœur de Cagoles est une association ayant pour objet la réduction et la valorisation des déchets, le conseil en trash design, la promotion de l'action créative par l'organisation d'ateliers permettant une sensibilisation aux enjeux environnementaux et à la question particulière de la précarité des femmes.

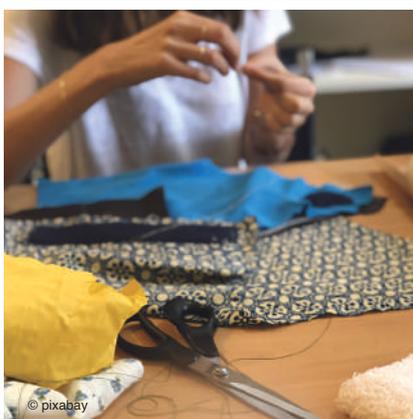
Cœur de Cagoles a choisi d'inscrire son action au sein de la Ville de Marseille, consciente que le traitement et la valorisation des déchets y constituent un enjeu crucial, tant sur le plan environnemental que social.

De plus, la richesse et la diversité du tissu associatif de Marseille favorisent des initiatives nombreuses et stimulantes, auprès de publics différents : particuliers, collectifs citoyens, associations, entreprises, institutions.

La référence à la figure marseillaise de la « Cagole » consacre l'ancrage de l'association dans la cité phocéenne. Nous proposons : des ateliers, des tutos, de l'accompagnement, des conférences.

plus d'info

coeurdecagoles.com



Cœur de Cagoles, fondée en Octobre 2019, est une association Marseillaise ouverte à toutes et tous s'inscrivant dans une démarche d'économie circulaire locale, sociale et solidaire.

Groupe d'Etudes et de Recherches Thérapeutiques, Pédagogiques et Psychanalytiques GRETPP

L'École Expérimentale est une association fondée en 1976. Elle a précédé la fondation du GRETPP dont les objectifs s'inscrivent dans une mission globale contre toutes formes d'exclusion.

L'École Expérimentale représente un dispositif d'inclusion en milieu ordinaire d'accompagnement à la vie sociale.

Son action s'est progressivement spécialisée sur la remise en question des facteurs d'exclusion comme le handicap physique et mental, la précarité, les différentes formes de discriminations qui subsistent dans la société, les difficultés d'accès à la scolarité, à un logement, à la culture ou encore à la citoyenneté.

Notre association a ainsi pour finalité d'accompagner des parcours de vie sur la durée, de la petite enfance à l'âge adulte. Elle propose un accompagnement individualisé s'adaptant aux besoins, aux désirs et aux possibilités de la personne. Une pratique à plusieurs est privilégiée impliquant une équipe pluridisciplinaire (éducateurs spécialisés, éducateurs de jeunes enfants, psychologues, orthophonistes, infirmiers, musicothérapeute et aide médico-psychologique).

Les champs d'intervention de l'École Expérimentale restent :

- L'intégration scolaire d'enfants handicapés

- L'intégration en milieu ordinaire et l'accompagnement aux activités extérieures pour enfants et adultes

- La mise en place d'ateliers créatifs mixtes

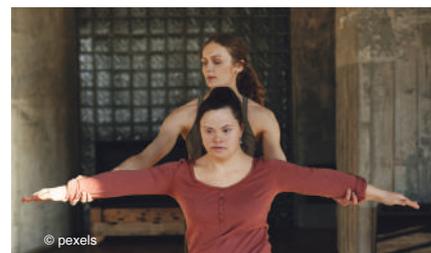
- L'aide à l'élaboration et la construction d'un projet de vie indépendante

- L'information et accompagnement pour l'accès aux droits

- L'accompagnement à la vie sociale et culturelle

- L'aide humaine temporaire pour ceux ne bénéficiant pas encore de la PCH ou l'APA

- La mise à disposition d'un logement temporaire et/ou l'accompagnement pour l'accès à un logement



plus d'info

09 50 26 30 87 - maisonouverte.org



En France aujourd'hui, 3 organismes de sophia-analyse co-existent : un organisme de formation, l'ISAP, et deux organismes de professionnels l'AFSA à Paris et l'ISAM à Marseille.

Qu'est-ce que la sophia-analyse ?

La sophia-analyse est une méthode de psychanalyse existentielle référencée dans les psychothérapies du courant humaniste de la Fédération Française de Psychothérapie et de Psychanalyse (www.ff2p.fr).

C'est une méthode basée sur une écoute empathique et un accueil bienveillant, hors de tout jugement, au cours de séances en face à face où les émotions peuvent s'exprimer. Nos émotions négatives, qui perturbent notre vie, sont liées à notre quotidien mais sont souvent en écho à des blessures

de notre histoire. Le travail en psychanalyse existentielle permet un mouvement, une évolution vers la possibilité d'être soi, en élaborant la souffrance, les blessures ou les traumatismes psychiques. Ce changement développe un art de ressentir, d'imaginer et de penser, un lien à soi et aux autres et laisse émerger sa propre créativité.

Si vivre est un état, exister est un travail sur soi.

La psychothérapie peut aider à trouver un sens à son existence et à choisir ce qui est bon pour soi, dans les différents registres de sa vie affective, sociale et professionnelle.

Les valeurs qui animent la sophia-analyse sont : bienveillance et respect, authenticité et engagement, liberté et responsabilité, lien et solidarité, épanouissement et créativité. « Construire sa vie comme une œuvre d'art peut donner un sens à celle-ci ».

Formation à la sophia-analyse

Les concepts et techniques thérapeutiques de la méthode sophia-analytique sont transmis lors d'une formation initiale organisée en deux cycles, une certification validant chaque niveau : cycle 1 (formation théorique et clinique) et cycle 2 (pratique supervisée et mémoire conceptuel et clinique). Une formation continue, s'adressant également aux autres professionnels, est en cours d'élaboration.

plus d'info

04 91 48 39 22 - contact@sophia-analyse-isam.fr
sophia-analyse-isam.fr

Relais International de Généalogie Arménienne **RIGA**

Relais International de Généalogie Arménienne (RIGA) - association d'entraide à la reconstruction des familles détruites par génocide - ambitionne depuis 2019 de créer une base de données généalogique offerte à tous. Cette base d'archives d'état civil de la diaspora arménienne entre 1900-1950 est destinée aux nouvelles générations pour obtenir des réponses sur le passé migratoire des familles.

Fort de son partenariat de numérisation avec la Bibliothèque Nubar à Paris, l'équipe de collecte projette de numériser à Marseille pour indexer en automne les fiches des retours volontaires vers l'Arménie soviétique de 1947. D'autres projets dans les domaines des réseaux sociaux et de l'éducation sont en cours.

Reconnue d'intérêt général par ses travaux de sauvegarde du patrimoine archivistique, de valorisation des archives (rédaction d'articles) et par son engagement envers l'éducation, l'association intergénérationnelle fédère ses bénévoles provenant de tout horizon autour de nombreux projets.

Au sein d'une équipe ouverte et innovante, les bénévoles s'épanouissent en apportant leur attrait dans les domaines tels que les ressources humaines, la communication, la

généalogie, l'informatique, les archives, la finance, le secrétariat, la formation, les langues, l'Histoire, etc.). Tout bénévole, quel que soit son parcours, est donc chaleureusement invité à œuvrer avec Relais International de Généalogie Arménienne.

Lucie, Cédric et Boghos seront présents à Vivacité, le festival des associations marseillaises pour vous présenter plus en détail l'association, ses projets et répondre à toutes les interrogations sur l'engagement bénévole.



plus d'info

contact@rigagen.org - rigagen.org

KURMA YOGA

possibilités de chacun.

Les cours sont dispensés par Kim, professeure de yoga diplômée de l'Institut BKS Iyengar et de l'Ecole Provençale de Yoga:

Dans un premier temps nous apprenons une base technique. C'est un peu comme les gammes de piano. Une fois que le pianiste a appris cette base il peut faire une belle musique. Le yogi, pratiquant les postures suivant des indications précises, va pouvoir ressentir et explorer son corps. Il va pouvoir prendre conscience de son état intérieur. Ceci se fait sans jugement sur soi-même, sans se dévaloriser ou s'enorgueillir, sans se comparer avec les autres. Quand les jugements s'arrêtent la "paix intérieure" peut s'installer. À partir de cet état les frontières s'ouvrent, celles qui nous limitent dans l'exploration de nos possibilités. On se connecte avec son intérieur et "l'agitation du mental" s'arrête.

plus d'info

07 67 31 63 03 - contact.kurmayoga@gmail.com



L'association Les Hortensias a été créée en 2016 et c'est en septembre 2021 que son premier projet, le projet Racines, voit le jour. Le projet Racines renvoie à l'ouverture d'une épicerie et d'une bagagerie solidaires à Marseille. Ces deux lieux souhaitent à présent s'ancrer dans l'environnement associatif marseillais et pouvoir répondre de manière effective à une demande sociale, préalablement constatée. En effet, l'ouverture de ces deux lieux a été pensée en lien avec les besoins concrets des personnes se trouvant en situation de précarité. Ce projet a pour but, au-delà de la mise à disposition d'équipement et de produits, d'encourager la création de liens sociaux, d'apporter du soutien, et de la convivialité. Ce projet se veut participatif notamment à travers la mise en place d'ateliers, et d'une cuisine participative, il s'agit alors pour les adhérents de s'impliquer dans la vie de l'association, de contribuer à son fonctionnement et à son développement. Le projet Racines accorde une attention particulière aux questions concernant la stigmatisation des publics précaires, aux freins à la réinsertion sociale des personnes sans-abris, et à la défense de la dignité de chacun. L'épicerie sociale et solidaire est pensée pour répondre aux besoins alimentaires d'un public migrant. Par ailleurs, concernant la bagagerie, un seul lieu comme celui-ci existait jusque lors à Marseille. La demande étant bien supérieure à celle à laquelle la seule bagagerie de Marseille était en capacité de répondre, créer une autre bagagerie permet alors de répondre à des besoins concrets et urgents des personnes Sans Domicile Fixe qui souhaitent mettre à l'abri leurs affaires.

Bagagerie solidaire, Racines : 2 rue Saint Theodore, 1^{er}

Épicerie solidaire, Racines : 35 rue Lanthier, 3^{er}

plus d'info

06 44 77 14 80 - racinespaca@gmail.com

UNIS CITÉ

Depuis 1995, Unis Cité est l'association pionnière du service civique. Elle propose des missions en équipe accessibles à tous les jeunes de 16 à 25 ans et jusqu'à 30 ans pour les personnes en situation de handicap.

Pas de conditions de diplômes exigées, seule compte la motivation à vouloir se rendre utile pour la société !

Présente dans plus de 120 villes en France, Unis-Cité a déjà mobilisé et accompagné 35 000 jeunes dont plus de 10 000 en 2021.

À Marseille, c'est plus d'une centaine de jeunes qui s'engagent chaque année pendant plusieurs mois sur des missions d'utilité sociale : Lutte contre l'isolement des personnes âgées, soutien aux aidants familiaux, précarité numérique, développement durable et lien social, culture et citoyenneté...

En échange de leur engagement, les volontaires en service civique reçoivent une indemnité mensuelle de 601 euros. Plus d'infos sur nos missions de service civique ?



plus d'info

uniscite.fr - marseille@uniscite.fr



L'association KURMA YOGA enseigne un yoga fondé sur la méthode de Yoga Iyengar. Cette méthode vise à sentir et prendre conscience de son corps au moyen de postures qui, associées à la respiration, apaisent le mental et favorisent la paix intérieure. La technique, à la fois méthodique et précise, place la verticalité et l'alignement du corps au centre, dans le respect de l'anatomie et des

« Le Centre Régional Information Jeunesse Provence-Alpes-Côte d'Azur (InfoJeunes PACA) est une association de Jeunesse et d'Education Populaire.

L'information jeunesse en Provence-Alpes-Côte d'Azur est un réseau de proximité de plus de 62 structures sur tout le territoire régional. Le réseau accueille et informe tous les jeunes de manière gratuite, anonyme avec ou sans rendez-vous sur tous les sujets qui les intéressent : orientation, emploi, engagement, entrepreneuriat, accès aux droits, logement, mobilité internationale, santé, loisirs, citoyenneté.

Plus qu'un lieu de ressource et d'information, l'Info Jeunesse situé au 96 La Canebrière (13001 Marseille) met à disposition des ordinateurs connectés avec un wifi public et gratuit et un conseiller numérique qui propose un accompagnement individuel ou collectif sur des questions informatiques. Des ateliers gratuits sont également mis en place tout au long de l'année pour informer et aider le jeune public dans ses démarches d'orientation, de recherche d'emploi ou encore de déplacements et/ou d'engagement à l'étranger. L'accès à des petites annonces d'emploi, des permanences de professionnels tels que la mission locale ou une psychologue offrent aussi la possibilité d'avoir accès à tous les sujets qui concernent les jeunes et les étudiants.

L'Info Jeunesse est aussi présente en ligne à Marseille via La Boussole des Jeunes (<https://boussole.jeunes.gouv.fr/>) pour les 15-30 ans qui aide à trouver vos réponses à vos questions sur votre logement, votre emploi ou votre formation. »



plus d'info

04 91 24 33 50 - info@crijpaca.fr

L'ENFANT@L'HÔPITAL



Depuis 35 ans, L'enfant@l'hôpital propose aux enfants malades ou handicapés une méthode innovante pour apprendre malgré tout :

- Kolibri, une appli web unique conçue pour s'adapter à toutes les formes de handicap,
- des échanges chaleureux avec des voyageurs aux quatre coins du monde. En partageant leurs aventures avec les enfants sur cette appli, ils leur font découvrir le monde et ses merveilles.
- des ateliers hebdomadaires pour aiguïser la curiosité des enfants, leur redonner confiance, et stimuler leurs connaissances.

Présente dans toute la France, l'association aide 75 groupes d'enfants malades et handicapés à surmonter leurs difficultés d'apprentissage.

Soutenir L'enfant@l'hôpital, c'est avant tout offrir la même chance à tous les enfants car "apprendre, c'est agir un peu".

plus d'info

06 10 04 78 80 - contact@enfant-hopital.org
enfant-hopital.org

UNION DES ARTISTES UKRAINIENS ET LEURS AMIS



Notre univers en Ukraine subit la destruction de la guerre. Dans notre Union, plusieurs peintres, sculpteurs, chanteurs, photographes ukrainiens ont trouvé un petit refuge qui leurs a permis de poursuivre leur travail.

Nous créons ensemble, nous chantons des chansons de notre Patrie, nous apprenons aux enfants à dessiner, à peindre, à chanter et à danser. Nos actions éveillent l'espoir dans les âmes. Des enfants retrouvent le sourire. En seulement cinq mois d'existence, nous avons déjà organisé plusieurs événements:

Le 14 juin nous avons organisé une soirée caritative

consacrée à la culture ukrainienne en partenariat avec la mairie du 11-12ème arrondissements. Cette mairie a accueilli en résidence au CMA « La Rosière » une artiste réfugiée et lui a fourni du matériel pour la sculpture et la peinture.

Le 29 juin nous avons organisé à la Cité des Associations la fête de la Constitution de l'Ukraine : un concert, un concours de dessin pour enfants, une exposition de peintures, de sculptures et de photos d'artistes Ukrainiens. Nous avons célébré la Journée de l'Indépendance de l'Ukraine le 24 août. Entre les répétitions nous créons également des costumes et des accessoires nationaux.

Nous avons organisé 12 ateliers dessin et peinture pour enfants, 1 atelier créatif pour adultes, 10 ateliers de chant et de danse. L'Association s'efforce d'apporter une aide individuelle à nos membres : régler des soucis administratifs, acheter du matériel pour créer et exposer, trouver un établissement d'enseignement.

L'association a participé à la fête de la francophonie avec 2 artistes peintres ukrainiennes réfugiées et une photographe.

plus d'info

unionaua@gmail.com

LA MAISON DES FAMILLES LES BUISSONNETS

Implantée dans les quartiers nord de Marseille, la Maison Des Familles – les Buissonnets propose aux familles un accueil, une écoute, un soutien, des temps d'échanges et de rencontres avec les parents et entre parents. Adultes et enfants sont les bienvenus du mardi au vendredi !

Ouverte depuis septembre 2015 dans le quartier Saint Louis, la Maison Des Familles – les Buissonnets est accessible en bus B2 ou 25, arrêt Saint Louis Susini.

L'équipe de la Maison Des Familles – Les Buissonnets vous accueille dans un cadre chaleureux où la bonne humeur et le sourire sont de mise.

La maison des familles est ouverte du mardi au vendredi, excepté les jours fériés.

Mardi de 10h à 17h et du mercredi au vendredi de 10h à 12h puis de 13h30 à 17h.

Et pour suivre nos actualités, retrouvez-nous sur la page Facebook de l'établissement !

Nos activités

La Maison des Familles – les Buissonnets est un lieu pour les parents (seul ou en couple), grands-parents.

Vous souhaitez :

- Rencontrer d'autres parents
- Echanger sur des questions concernant la famille, l'éducation, l'école
- Discuter d'une difficulté que vous rencontrez

- Partager vos expériences et savoir-faire

- Ou simplement faire une pause

Voici **quelques activités spécifiques** organisées avec les familles et pour elles :

- Atelier cuisine et déjeuners partagés
- "On fait les devoirs ensemble" le mercredi de 10h à 11h30
- Visites culturelles - Jeux - Sport - Ateliers artistiques
- Temps de partage sur un sujet donné
- Conférences sur des questions éducatives
- Temps de formation

Maison des Familles de Marseille "Les Buissonnets"

60 rue René Mariani - 13015 Marseille



plus d'info

06 66 27 24 27 - jeanne.terrenoir@maisondesfamilles.fr

L'ESCAPE DE SHAHEEN

Cette alternative aux vacances adaptées traditionnelles déjà existantes, propose un modèle de séjours autonomes balisés et sécurisés. L'emplacement du studio en ville à proximité des plages fréquentées par une population familiale, ainsi que notre collaboration avec des prestataires du quartier, favorisent l'inclusion.



© pixabay

plus d'info

guylaine@assoshaheen.fr - assoshaheen.fr



Fondée en 2001, l'association Boud'mer se consacre à la navigation sur des barquettes et des voiliers patrimoniaux (BIP). Elle poursuit ainsi depuis sa création les mêmes objectifs : démocratiser l'accès à certains loisirs nautiques par l'utilisation partagée des bateaux et l'engagement bénévole, sauvegarder le patrimoine maritime méditerranéen à travers la restauration de bateaux traditionnels, sensibiliser les personnes au respect et à la protection de l'environnement marin. La flotte comprend quatre barquettes : La Marioune, grément aurique, construite en 1956 et réhabilitée en 2003 ; La Beppina construite par Toche en 1932 et réhabilitée en 2005 ; l'Espadon construite en 1965 par Lavaille à Cannes (actuellement propriété du ministère de la Culture et du MuCEM.) ; et la Mercedes, une barquette marseillaise typique sortie des ateliers Ruoppolo en 1913, en cours de restauration. Et deux

voiliers : L'El Mansour, un voilier plastique façon barque languedocienne et le Pabaclé, un sloop sorti des chantiers Jeanneau en 1978.

L'adhésion annuelle (de janvier à décembre) ouvre, autant que le temps le permet, l'accès aux activités sur l'eau : balades à la voile, sorties pêche/ baignade /coucher de soleil / thématique...

À terre, les adhérents sont invités à participer aux chantiers de réhabilitation et aux carénages, aux événements nautiques et aux animations (portes ouvertes, balades contées, accueil de stagiaires), aux journées écocitoyennes de nettoyage de sites (type Frioulade) et aux banquets qui marquent les temps forts d'une année.

Les détenteurs d'un permis-bateau peuvent valider leurs compétences lors de sessions de pilotage ou de manœuvres et rejoindre ensuite les pilotes bénévoles qui se chargent d'emmener les embarcations.

Particuliers, associations, institutions... Boud'mer accueille différents publics auxquels elle adapte ses formules. Unique invariable : « Pour embarquer, il faut adhérer ! »

Chaque semaine les adhérents reçoivent un courriel qui permet de prendre connaissance des activités proposées et, si l'envie, de s'inscrire.

[plus d'info](#)

06 27 17 53 30 - boudmer.org
secretariat@boudmer.org

MASSILIA FIT

Les tarifs restent très abordables, sans engagements, sans validité sous forme d'entrées à l'unité à partir de 7€ ou par cartes de 10 entrées. **Et des forfaits mensuels/annuels à partir de 25€ en illimité.**

Vous avez le choix entre **9 intensités différentes** qui pourront s'adapter selon vos besoins avec des cours de Fit (Gym Suédoise), Cuisses Abdos Fessier, Strong by Zumba, Afro Vibe, Circuit Training (ateliers renforcement musculaire adaptés), Pilates, Hatha Yoga, Run Workout, Dance.

Nous sommes également **Partenaires avec La Ville de Marseille** pour la mise en place de cours de Yoga, Pilates et Gym Suédoise à 2€ dans les plus beaux sites et Parcs de Marseille d'Avril à Octobre.

Depuis plusieurs années l'Association est partenaire avec **la Marseillaise des Femmes**, course emblématique de Marseille qui rassemble plus de 7000 coureuses pour des causes telles qu'Amnesty International et la Recherche contre le Cancer du sein.

Envie de se défouler, se détendre, se muscler, s'affiner avec le sourire ?

L'équipe Massilia Fit vous attend plus que motivés !

[plus d'info](#)

07 84 53 87 91 - massiliafit@gmail.com - massiliafit.com
[FB.com/massiliafit](https://www.facebook.com/massiliafit) - [instagram.com/massiliafit](https://www.instagram.com/massiliafit)

SOUTH WINNERS MARSEILLE

Venez découvrir un art martial coréen, une discipline olympique ludique et pédagogique accessible pour tous à partir de 4 ans avec le club South Winners Taekwondo. Nous vous proposons des cours loisir et compétition pour débutant et confirmé dont une section de haut niveau.

Cours technique et combat (FFTDA) composé de préparation physique et mental, spécifique et perfectionnement, assouplissement, self défense.

Club formateur de champion, d'arbitre et d'enseignant. Le Taekwondo représente une voie vers l'union du corps et de l'esprit, un chemin vers la sagesse, un art de vivre qui vise à développer la courtoisie, l'intégrité, la persévérance, le contrôle de soi, le courage.

Informations, Dossier d'inscription, Dossier de sponsoring, cliquez sur notre site internet



[plus d'info](#)

06 70 28 56 02 - southwinnersaekwondo.e-monsite.com
FB : Sw-tdk Castellane - Instagram : [sw_castellane](https://www.instagram.com/sw_castellane)

NATURISTE PHOCÉENNE



Vivre nu sans se soucier du regard des autres en toute quiétude, n'est-ce pas le rêve de beaucoup ?

De nombreuses personnes goûtent à ce plaisir sensoriel chez eux, dans leur jardin, dans leur piscine mais peu franchissent le cap de la nudité en commun. Le fait de ne pas être accompagnés, encadrés et conseillés est un frein certain chez les personnes hésitantes.

L'Association Naturiste Phocéenne vous propose un panel d'activités variées qui vous permettra justement d'être rassuré afin que vous découvriez à votre rythme cet art de vivre épanouissant et libérateur en pleine nature. Que ce soit par le biais de séances hammam, de sorties en centres naturistes, des nombreuses plages ou plus sportivement avec les rando-nues, vous pourrez choisir, en fonction de vos préférences, ce qui vous intéresse. Vous pourrez aussi proposer vous-mêmes vos propres activités en les proposant aux adhérents.

Vu le nombre d'activités réalisées par an (entre 100 et 150), même les personnes les plus occupées trouvent toujours des occasions pour nous rejoindre de temps en temps. Outre ces activités, l'association vous permettra de découvrir des lieux sauvages que peu connaissent. Une façon plaisante de découvrir la région et ses richesses en tenue de naissance. Alors, n'hésitez plus, un grande famille vous attend !

[plus d'info](#)

naturistes-phoceens.com

IOKAI SHIATSU



Le dojo ISA propose des disciplines énergétiques, Taiji Quan, Shiatsu Iokai, Qi Gong Do In, Yoga, enseignées de façon traditionnelle dans un lieu particulièrement propice à la détente et à la concentration.

La salle de pratique elle-même représente un grand volume aéré et bien éclairé, dont la convivialité est assurée en partie grâce à la noblesse des matériaux et à la sobriété de la décoration. Chacun pourra ainsi y pratiquer sa discipline favorite sans ostentation ni parasite, et se laisser porter par une ambiance de travail favorable à la quiétude.

Afin de se rendre compte par soi-même de la qualité du lieu et de l'enseignement, des cours d'essai gratuits sont proposés tout au long de la saison.

Le dojo ISA a été fondé en 1994 et depuis, il est une référence à Marseille et dans la région en matière d'enseignement de pratiques énergétiques telles que le Taiji Quan, le Shiatsu et le Qi Gong Do In.

Le dojo reçoit régulièrement des maîtres japonais de réputation mondiale qui viennent apporter aux adhérents et aux sympathisants des précisions uniques et précieuses sur la pratique du Ki (Qi ou Tchi en chinois) dans les arts martiaux et disciplines énergétiques.

Depuis la saison 2013-2014, des enseignements de Yoga Ashtanga et Vinyasa sont venus compléter les activités traditionnelles du dojo ISA.

[plus d'info](#)

04 91 33 52 75 - shiatsu.iokai@wanadoo.fr



Un club de randonneurs dans le respect des valeurs du Touring Club de France dont nous sommes les héritiers : le respect de l'environnement et la découverte du patrimoine, nous organisons chaque dimanche plusieurs randonnées pédestres de différents niveaux pour permettre à toutes et à tous de profiter pleinement des bienfaits de cette activité, et découvrir les paysages de notre région.

Le programme est complété par des randonnées culturelles. Toutes les activités sont assurées par nos animateurs bénévoles et compétents dans un excellent climat de convivialité. Venez nous rejoindre !

[plus d'info](#)

06 98 84 63 22- randonnees-tpm-marseille.wifeo.com
Rando Tpm

AVI SOURIRE

L'Avi Sourire est la première association française d'aviron créée pour un public handicapé en 2003. Nous avons pour principal objet la pratique et la promotion de l'aviron pour tous, handisports et sports adaptés ainsi que l'organisation d'événements sportifs et culturels favorisant l'inclusion sociale des personnes en situation de tous types de handicaps.

A travers l'aviron et quelques autres activités nautiques, des publics de tous âges et différents environnements se réunissent 50 semaines par an.

De l'initiation à la compétition, du sport santé au sport en entreprise, du scolaire au public retraité, notre association se veut un vecteur fort de mixité et de création de lien social !

L'Avi Sourire se positionne également comme un lieu d'échanges pour les familles et cherche à travers sa convivialité, son incitation à la pratique sportive, et ses moments de regroupement à accompagner dans le quotidien ses adhérents dans leur bien-être mental et physique.

L'association compte, en plus de ses 4 salariés, de nombreux bénévoles actifs, qui au nombre de 20 s'investissent dans le fonctionnement du club et la mise en place de ses actions.

L'affiliation du club aux structures fédérales permet d'être reconnu « école d'aviron » et de disposer de nombreux labels, gages de qualité dans le milieu sportif, du handisport, du sport adapté et du sport santé.

Le dispositif Sports Handi Nautiques Corbière a été créé en 2013 par l'Avi Sourire. Ce dispositif unique en France accueille d'Avril à Novembre plus de 300 personnes en situation de handicap pour la pratique adaptée de 8 activités nautiques. Ce dispositif a été labellisé « Impact 2024 » l'année dernière.



[plus d'info](#)

06 17 50 29 83 - lavisourire13@gmail.com - lavisourire.fr

L'OREILLE PRESQUE PARFAITE

L'association L'Oreille Presque Parfaite est une école de musique du monde à Marseille qui a pour objectif de transmettre un enseignement musical de qualité à tous (enfants, adultes, groupes déjà constitués, publics en situation de précarité) sous forme de cours, stages et ateliers. Au programme, transmission à l'oreille accessible à tous pour le plaisir des petits et grands !

Découvrez nos ateliers : accordéon diatonique, luth oriental (oud ou ud), nay, derbouka, bendir, guitare, mandole, mandoline, banjo, chants et musiques berbères, formation sur les musiques d'Afrique du Nord et d'Orient... Nous travaillons également avec des structures partenaires (écoles, collèges, centres sociaux...).

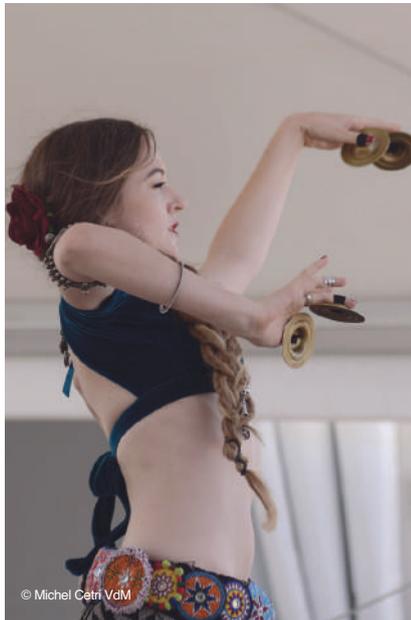
Nous organisons également des événements conçus comme un espace de découverte, de rencontre et d'échange autour de la musique et de sa pratique. N'hésitez pas à nous contacter pour plus d'infos !



[plus d'info](#)

06 60 13 15 84 - loreillepresqueparfaite.com
contact@loreillepresqueparfaite.com
facebook.com/loreillepresqueparfaite

École de danse World Fusion **TERPSICHORE**



Depuis sa création en 2009, l'Ecole de Danse Terpsichore s'engage à transmettre les valeurs primordiales des danses Fusion : bien-être, partage, cohésion et plaisir de danser ensemble.

Le terme danse Fusion englobe plusieurs formats tels que le Datura Style™, le FCBD@Style, le Tribal Fusion Bellydance, le DanceCraft™ ou encore l'ITS. Ces styles puisent leurs racines dans les danses traditionnelles d'Afrique du nord et du Moyen Orient et les fusionnent avec d'autres danses traditionnelles d'Asie de l'ouest (danses indiennes et indonésiennes) ainsi qu'avec des danses plus actuelles telles que le hip-hop, les danses classiques ou contemporaines.

Chez Terpsichore les cours sont assurés par Ephedra, professeure diplômée qui a suivi de nombreuses formations aux États-Unis avec les fondatrices de ces formats : Rachel Brice, Carolena Nericcio, Zoe Jakes et Ashley Lopez.

Nos cours sont accessibles pour tous les niveaux (sauf jeudi) et sont organisés selon les thématiques suivantes : 'Technique & Drills' / 'Vocabulaire & Mouvements' / 'Improvisation' / 'Chorégraphie' / 'Ateliers Mensuels' Les cours se font dans une approche "body positive" et se veulent un espace inclusif et accueillant pour tous. Les amoureux.ses de la danse et du mouvement.

La pratique se fait aussi bien sur des rythmes traditionnels, électroniques ou pop.

Nos salles sont situées dans le 2^e, 5^e et 7^e arrondissement de Marseille, ainsi qu'à Eguilles et Vitrolles.

[plus d'info](#)

06 65 05 43 52 - terpsichoretribal@gmail.com
terpsichore-tribal.com

VOILES DES SUDS

Fondée en février 2017 et basée à Marseille, l'association Voiles des Suds a pour objectif de promouvoir la pratique de la voile et des activités nautiques, à travers les actions suivantes :

- faciliter à toutes et tous la pratique d'activités nautiques sur des voiliers habitables tout particulièrement dans la rade de Marseille et ses alentours ;
- soutenir la formation et l'accompagnement de la montée en compétence de ses membres ;
- apporter à ses membres la connaissance du milieu naturel ;
- mettre en place des actions visant à promouvoir l'échange de connaissances entre ses membres dans un esprit de convivialité ;
- développer un réseau de partenaires associatifs.

Nous participons également à des opérations de sensibilisation à la protection de notre environnement citadin et maritime comme Calanques Propres.

Ne possédant pas de bateau, nous avons signé des conventions avec des partenaires tels que l'école de voile de La Nautique au Vieux-Port, le CNPRS au port de la Pointe Rouge ou l'Ecole de la Marine de Plaisance.



[plus d'info](#)

voilesdussuds@gmail.com - voilesdussuds.fr
FB : Association-Voile-des-Suds



Algernon organise depuis 38 ans une manifestation sportive particulière qui permet à des personnes en situation de handicap et des personnes valides de partager, l'espace d'une matinée, un temps de faire ensemble. Cette manifestation, placée sous le signe de la solidarité, est le plus grand évènement national rassemblant des personnes en situation de handicap et des sportifs avec comme ambition :

« **Handicapés, valides, franchissons nos différences** » Cette injonction nous amène à nous interroger pour la 38^e fois sur la particularité de la Course Algernon : évènement atypique qui propose des rencontres singulières entre des personnes dont les chemins, a priori, n'auraient pas dû se croiser.

ALGERNON

La Course Algernon propose un nouveau « référentiel » : et si on osait provoquer la rencontre avec l'Autre et contribuer ainsi à sa reconnaissance.

L'Autre, handicapé mental, physique, sensoriel, psychique, social ou tout simplement avançant en âge et l'Autre sportif de haut niveau, coureur occasionnel, marcheur du dimanche, lycéen ou étudiant... peuvent l'espace d'une matinée cheminer ensemble, partager des émotions et atteindre dans un même dépassement de soi l'objectif de franchir la ligne d'arrivée.

Dimanche 9 octobre 2022 Sur trois distances mythiques 5, 10, 15 KM, et 5 KM marche (accessible à tous dès 9 ans et sans certificat médical), en 2021 ce sont plus de 5300 personnes qui s'étaient données rendez-vous sur la corniche de Marseille pour ce pur moment de partage et d'inclusion.

Informations et renseignements : Association ALGERNON – 272 avenue de Mazargues

Inscriptions sur kms.fr, 17€ : dossard et t-shirt de la course **Venez nombreux !**

[plus d'info](#)

algernon.association@gmail.com - algernon.fr

04 91 23 37 92

L'ATHLETIC CLUB PHOCÉEN

L'Athletic Club Phocéen est un club d'athlétisme installé dans les quartiers nord de Marseille depuis 50 ans. Il propose des activités pour tous les âges (dès 3 ans), de la découverte à la compétition en proposant aussi de la remise en forme et de la pratique loisir.

En 2022, fort de plus de 300 adhérents dont plus de 200 de moins de 12 ans en 2022, le club continue de se développer au travers d'initiatives scolaires mais aussi directement dans les quartiers. C'est ça l'esprit de l'ACP ! Faciliter l'accès de la pratique sportive à tous en proposant la découverte de disciplines diversifiées et la formation d'athlètes spécialisés, dans une ambiance conviviale !



[plus d'info](#)

07 69 88 38 23 - secretariatcp13@gmail.com

AMIS DE SAINT JACQUES DE COMPOSTELLE



Notre association compte à ce jour 550 adhérents répartis dans les départements de la Région SUD et les 2 départements Corse. Elle s'est donnée pour tâche

de promouvoir la pérégrination dans la Région, jusqu'à Compostelle ou Rome.

Nous proposons des conseils et aidons à la recherche des hébergements. Certains de nos membres sont responsables du balisage des deux GR 653 A et 653 D. Nous organisons des rencontres, visites, conférences et randonnées tout au long de l'année.

Notre Site régional : compostelle-paca-corse.info

Notre blog du 13 : permaix.blogspot.com

Réunion à Marseille le 2^e mercredi de chaque mois de 16h à 18h à la Maison de la Corse 69, rue Sylvabelle 13006 Marseille

[plus d'info](#)

13marseille@compostelle-paca-corse.info

CHEERDANCE CLUB MARSEILLE

"Le CheerDance Club Marseille est une jeune association de pom-pom-girls et danseuses qui se produisent en spectacle tout au long de l'année à l'occasion d'évènements sportifs et culturels (carnavals, corsos, festivals, retraites aux flambeaux, matchs, courses, animations en tout genre). Cette section est accessible à toutes les adhérentes impliquées et motivées.

Une section loisirs existe pour les enfants de 7 à 11 ans, ainsi que pour les adolescents dès 12 ans, et les adultes, sans limite d'âge. Les cours, dispensés par une coach diplômée, ont lieu le soir en semaine, dans les 8^e et 9^e arrondissements de Marseille.



[plus d'info](#)

06 20 18 56 17 - cheerdanceclubmarseille@gmail.com
RDV sur les réseaux @CheerDanceClubMarseille

FRONTRUNNERS MARSEILLE



FrontRunners Marseille est une association sportive LGBTQIA+ créée en 2002, et qui fête cette année ses 20 ans d'existence.

Ouverte à toutes et tous, elle tend à promouvoir et favoriser la pratique du sport dans un cadre convivial et bienveillant, dans le respect de tous et l'acceptation des différences. Au travers du sport, elle participe à la visibilité des populations LGBTQIA+ et lutte contre toute forme de discrimination, notamment de genre, d'orientation sexuelle, d'origine ou d'âge.

En plus de proposer des activités sportives comme la course à pied, la natation, le badminton, le yoga, elle offre aussi des activités de convivialité tout au long de l'année telles que apéros, randonnées, sorties vélo, week-end au ski, week-end à la mer, cinéma, etc.

« **Contre les discriminations faisons du sport ensemble** »

[plus d'info](#)

frontrunnersmarseille.org

AIKIDO & AIKISHINTAISO



Plusieurs clubs d'Aikido et d'Aikishintaiso de la même lignée vous proposent des cours cohérents pour enfants, adolescents et adultes en fin d'après-midi et en soirée (derniers cours démarrant à 20h30 !) et des stages les week-ends. L'intensité et la profondeur de travail dépendra de votre investissement. Nous vous proposons de venir à un cours par semaine pour un rythme classique ou à plusieurs pour les fadas. Les week-ends ? Des stages ponctuels sont programmés et des cycles de formations intensifs sont proposés.

Mais qu'est-ce que c'est ?

L'Aikido est un art martial japonais traditionnel et non violent, fondé par Ô sensei Ueshiba Morihei (1883-1969). Pratiqué sans compétition, son enseignement se base sur des principes d'équilibre des énergies et de respect du partenaire. Il s'adresse aux hommes et aux femmes, sans limite d'âge, ni préparation spéciale.

L'Aikishintaiso est une gymnastique d'harmonisation de l'énergie, reposant sur les concepts traditionnels japonais. Il a pour objet la réduction des tensions musculaires chez l'adulte via un travail en profondeur sur soi-même, à l'écoute de son corps, de ses pensées et de ses émotions.

Ces 2 activités se pratiquent à mains nues ou avec des armes : un jō, bâton en bois d'une longueur de 1m28 (« yin »), qui symbolise la relation entre l'homme à la terre, et le bokken ou ken, sabre en bois, symbole de vie et de prospérité (« yang »).

Retrouvez-nous sur notre stand de Vivacité édition Vieux Port, ou sur notre site, pour visionner notre galerie et retrouver nos coordonnées ainsi que nos lieux de pratique.

Les senseis vous attendent pour votre cours d'essai gratuit !

[plus d'info](#)

marseille@aikido.fr

ART DE L'ACADÉMIE



© pixabay

Tai Chi – Tui shou - Art de l'Épée - Qi Gong.

Avec ses effets bénéfiques sur l'équilibre, la motricité et la concentration, ces pratiques en solo ou à deux ouvrent la voie vers une meilleure connaissance de soi, en améliorant la santé, modulant les émotions et calmant le mental.

Avec plus de quarante-cinq années d'expérience enseignante de cet Art, Bernard Bayon de Noyer propose une approche didactique créant le lien entre la pratique traditionnelle et les connaissances scientifiques actuelles. Art de l'Académie propose des cours d'anglais animés par Suzanne, professeur certifié anglophone. Elle anime un atelier spécialisé sur les comédies de Shakespeare, (en anglais).

Art de l'Académie présente des expositions de peinture. Cours les lundis à 18 h à 20 h Qi Gong et Tai Chi
CMA DUGOMMIER – 12, bd Dugommier

plus d'info

06 47 32 97 07 - taiji.provence.free.fr
bdenoyer@gmail.com

ÉVASION ET RANDONNÉE

La vocation de notre club est de favoriser la cohésion sociale aux travers d'activités de pleine nature telles que : la randonnée pédestre de loisir avec un prolongement culturel et sportif (visites de sites, de musées, randonnées à thèmes, randonnées douces, randonnées itinérantes, randonnées sportives, terrain d'aventure, raquettes à neige, marche nordique, etc.). Nous comptons 150 adhérents.

Notre association est affiliée à la Fédération Française de Randonnée Pédestre et agréée par le Ministère des Sports. Nous avons 10 animateurs de randonnée brevetés dont 2 animateurs marche-nordique.

Nous proposons en moyenne de 2 à 3 randonnées par dimanche de différent niveau et aussi de la marche nordique le mardi matin, le jeudi matin et le samedi matin. Nous proposons également à nos adhérents de 1 à 2 week-ends randonnée détente ou sportive, raquettes en France ou à l'étranger en été ou à l'automne et bien d'autres choses encore. . .

Venez nous rejoindre !



© pixabay

plus d'info

04 91 94 05 63 - evasionrandonnee@cegetel.net
evansionrandonnee.fr

CONCEPT ÉQUILIBRE 62

Concept Équilibre 62 a été créée suite au constat d'impacts douloureux sur les individus d'un mode de vie troublé par de fortes contraintes. Chacun aspire à un équilibre physique et psychologique, pour autant, la course à la rentabilité à tout prix, la compétition à outrance, l'urbanisation et la pollution portent atteinte à cet équilibre tant recherché.

L'association recense les outils et méthodes pouvant conduire à un retour au bien-être. Elle propose des évènements pendant lesquels les personnes intéressées s'informent et s'approprient ces ressources qui ont le potentiel de ramener le corps et l'esprit vers l'harmonie.



© pixabay

plus d'info

06 58 51 93 74

concept.equilibre62@gmail.com

Loisirs et solidarité des retraités

LSR

L'association Loisirs et solidarité des retraités de Marseille s'est fixée comme objectif de lutter contre l'isolement et défendre le droit d'accès de tous les retraités aux loisirs et à la Culture.

LSR s'inscrit pleinement dans la vie associative locale contribuant ainsi au renforcement de liens sociaux dans un esprit d'enrichissement mutuel et solidaire, en créant des lieux de rencontre et d'échange.

LSR répond aux besoins de loisirs, d'activités culturelles, physiques et sportives des retraités.

Nous proposons des activités de proximité et de convivialité pour réaliser collectivement des loisirs dans une ambiance chaleureuse et fraternelle :

Des randonnées pédestres à la journée de différents niveaux, le vendredi.

Des sorties culturelles, musée, expositions, visites de villages.

Des sorties au théâtre, concerts, opéra.

Des séjours à la montagne en hiver pour la pratique des raquettes.

Des balades citadines pour redécouvrir un quartier de Marseille ou visiter des parcs et jardins.

Des voyages découverte en France et à l'étranger.

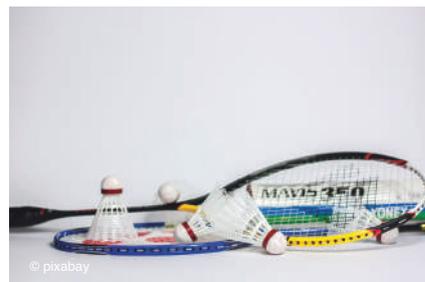


© pixabay

plus d'info

07 87 12 62 06 - lsrmarseille@laposte.net
lsrmarseille.fr

ASPTT MARSEILLE



© pixabay

L'ASPTT Marseille est un club omnisports qui vous propose depuis 115 ans de pratiquer des activités sportives en loisir comme en compétition.

Vous trouverez forcément votre bonheur entre nos activités aquatiques et nautiques (voile, plongée, aviron, pêche, longe côte, natation et sauvetage), nos sports de combat (judo jujitsu, karaté, kendo et escrime), nos sports individuels (athlétisme, cyclisme, triathlon, VTT, badminton, golf, tennis, marche nordique...) et nos sports collectifs (hand, basket, volley et l'incontournable football). Sans oublier notre Pôle Loisirs Santé qui propose des activités multisports pour les 3-11 ans les mercredis (en journée ou demi-journée) et samedis matins. Vous trouverez également des activités de fitness (pilates, CAF, zumba, urban training...) et de danse (line danse, Jazz) pour le plus grand plaisir des adultes. Nous accueillons également le public pathologique en quête de mieux-être et remise en forme.

Retrouvez tous les détails sur le site.

plus d'info

marseille.asptt.com - sport.marseille@asptt.com

BOXING & FIT



© pexels

Il s'agit de travailler selon différentes méthodes :

- Travail en HIIT : travail Haute Interval Intensity Trainin
 - Tabata : 20 s de grande intensité et 10 s de récupération
 - Circuit : Enchaînement de différents exercices sous forme de tours
 - Cardio boxe : Mouvement de boxe chorégraphié sur de la musique
 - Corde à sauter : Exercice cardio pour brûler un max de calories
 - TRX : Travail de force et résistance avec le poids du corps
 - Gainage : Travail essentiellement de la ceinture abdominale et du dos, sous forme d'équilibre et de résistance.
- Un mélange, EXPLOSIF pour muscler son physique et son mental.

Les bienfaits d'une séance Boxing & fit :

- Augmente la confiance en soi - Travaille l'endurance cardiovasculaire - Travaille l'endurance musculaire - Travaille le mental - Travaille la bienveillance envers soi-même.

L'association Boxing & Fit propose des cours collectifs les mercredis et vendredis de 18h à 19h30

Retrouvez-nous dès septembre.

plus d'info

06 15 63 58 55



Notre but est de faire partager des moments de plaisir en toute convivialité autour des Danses Country & Line Dance (danse en ligne). La danse Country est connue dans le monde entier (des millions de gens la pratiquent autour de la planète). Il n'y a pas de limite d'âge pour danser la danse Country. Toutes les générations sont représentées (adultes et enfants). C'est une activité qui permet d'acquérir ou de garder une excellente forme physique, de développer la mémoire et la concentration, d'améliorer le repérage dans l'espace, de muscler les fesses et les jambes, de brûler les calories et de perdre du poids.

Lieu des cours : Centre Font Obscure – 50, avenue Prosper Mérimée 13014 Marseille

3 Niveaux de cours : - Débutant de 18h à 19h15 (le mardi), - Intermédiaire de 19h30 à 20h45 (le mardi), - Technique de 18h à 19h (le jeudi).

2 cours d'essai pour vous permettre de découvrir l'univers de la danse Country.

Projet École Quartier : nous participons à ce projet pour la 4e année consécutive avec les enfants et leurs instituteurs dans les locaux de Centres d'Animation Municipal (CAM), où nous donnons les cours de danse Country aux enfants (aperçu sur notre site : countrystorytour.jimdo.com sur notre page : PACE).

Démonstrations et initiations : nombreuses actions caritatives, démonstrations et initiations de danses Country avec le public auprès des CIQ, Téléthon, Graine 2 Tournesols, associations, manifestations publiques et privées.

Nous vous proposons : des soirées « Sucré-Salé », des sorties (festivals, soirées...).

Venez nous rejoindre, nous vous accueillerons avec le sourire et la bonne humeur qui caractérisent notre Club.

[plus d'info](mailto:plus.d'info)

06 44 23 70 02 - countrystorytour@gmail.com
countrystorytour.jimdo.com

MEÏSEÏKAN AÏKIDO



Meïseïkan Aïkido propose des cours dans le centre de Marseille, à côté du métro Estrangin : au CMA Sylvabelle dans le 6e, les mardis et mercredis, et à la MPT Corderie dans le 7e, les lundis et mercredis. Les cours sont dispensés par Sylvain Frezzato, 2e dan, aikidoka expérimenté pratiquant depuis plus d'une dizaine d'années

de façon intensive, en cours mais aussi lors de nombreux stages en France et à l'étranger. L'école suit l'enseignement de Mickaël Martin, 5e dan, uchi-deshi de Tamura Nobuyoshi Shihan, et développe un Aïkido entièrement immergé dans le respect et la tradition du Budo. Il s'agit d'apprendre à relâcher les tensions du corps, de l'esprit, et ainsi à mettre un terme à tout type d'attaque. Saisies aux mains, aux épaules, au col, ou encore coups de poings, étranglements... sont abordés. Le travail des armes, sources de la pratique à mains nues, est lui aussi essentiel : le Jo (bâton en bois), le Tanto (couteau en bois), et le Bokken, réplique en bois du Katana et nerf de la pratique, ont l'avantage de faire progresser l'élève en lui faisant mieux comprendre les techniques et le mode de fonctionnement du corps.

[plus d'info](mailto:plus.d'info)

06 31 65 31 22 - meiseikan.aikido@gmail.com
aikidomarseille-meiseikan.fr

EAST'N'WEST DANCERS



Country & Line Dance

Avec la danse Country & Line, vous danserez sur des rythmes rock, cha-cha-cha, rumba, samba, valse... mais pas que ! East Coast, West Coast, Two Step, vous découvrirez d'autres noms moins connus.

Mais pourquoi " & Line Dance " ?

Parce que nous aimons varier le répertoire avec des musiques pop-rock, des morceaux plus jazzy ou swing, parfois irlandais.

Musique, convivialité, la danse Country & Line c'est danser en groupe, tout le contraire de danser seul.

Affiliés à la FFDanse depuis notre création en 2010, nous privilégions le loisir et la santé.

Association de proximité, nous nous préparons pour les soirées avec les autres associations de Marseille et alentours.

Nous aimons aussi :

Danser dans les parcs quand ce n'est pas possible à l'intérieur ;

Sortir, rire, nous entraider et nous entraîner avec nos sucres-salés (buffets dansants) ;

Changer un peu : danser en cercle, en contra ou danses partenaires ;

Partager nos petits trucs et astuces culture, sport, loisirs ; Et avoir le choix : pour les volontaires, démos et participation à des œuvres caritatives.

Alors êtes-vous plutôt "Country As Can Be" ou "So Just Dance Dance" ?

Venez essayer, nous serons heureux de vous accueillir.

2 secteurs sur Marseille, 3 niveaux de cours chacun :

8e / 9e : Ste Anne (vendredi) / Le Trioulet (mercredi matin & soir et jeudi)

12e : Grande Bastide Cazaulx (lundi)

[plus d'info](mailto:plus.d'info)

07 85 99 46 96 - contact@eastnwestdancers.fr
eastnwestdancers.fr



"Le corps en tête" partage et transmet le tai-chi de maître Chu King Hung depuis 2005 à Marseille.

Maître Chu King Hung a créé l'ITCCA en 1970 en Europe et a depuis développé une pédagogie qui permet à chacun de cheminer graduellement et tranquillement dans sa pratique.

Le tai-chi fait l'objet de plus en plus d'études scientifiques qui démontrent les nombreux bienfaits de la pratique tant sur le plan squelette-musculaire et articulaire que sur le plan neurologique et cognitif.

Au-delà, c'est préserver au cours de sa vie le plaisir du corps en mouvement, de la détente et de l'apaisement dans la vie intérieure.

Le tai-chi est aussi une pratique martiale dynamique et joyeuse où, jeunes et anciens s'initient aux gestes de self-défense par l'apprentissage d'une suite de mouvements.

Pratiquer, c'est s'accorder un espace-temps pour s'occuper de soi.

Lieu : 11 Place du Général de Gaulle, 13001 Marseille

[plus d'info](mailto:plus.d'info)

06 32 85 89 82 - tai-chi-13.fr

VÉLO EXCELSIOR CLUB



Venez découvrir le Vélo Club Excelsior de Marseille (VCEM) et ses sorties à vélo conviviales. Nous souhaitons rouler dans la bonne humeur et la bienveillance : le but est que chacun passe un bon moment sur le vélo !

Nos pratiques variées vont des promenades avec pauses café aux longues distances, en passant par des sorties aux allures plus soutenues. Bien entendu, tous les types de montures cyclables sont les bienvenues : vélo électrique, vélo de course... En cas de besoin, nous pouvons même vous prêter un vélo temporairement pour vous aider à vous lancer !

Au-delà des sorties dans l'arrière pays marseillais, le club propose occasionnellement des sorties un peu plus lointaines (le Mont Ventoux, des Cyclo Montagnardes), ainsi que des séjours plus dépaysants. Ainsi, une joyeuse troupe d'adhérents a eu la chance de passer une semaine en Corse début mai. Serez-vous du voyage vers une nouvelle destination l'année prochaine ?

Pour plus d'information, venez nous rencontrer à Vivacité, le dimanche 11 septembre 2022, sur le Vieux Port de Marseille, ou rendez-vous sur notre site web

[plus d'info](mailto:plus.d'info)

06 20 95 77 97 - excelsiorclub.fr

AMSCAS

Spécialiste des sports de glisse urbains sur la Région Sud (Provence-Alpes-Côte d'Azur) depuis plus de 14 ans, AMSCAS propose à ses adhérents des cours école de roller et trottinette tout au long de l'année. De l'initiation au perfectionnement, loisirs et/ou compétitions, et autant pour les petits que pour les grands ! Tous nos moniteurs sont diplômés d'état, passionnés, et vous encadrent en toute sécurité.

Envie de tenter l'expérience avant de vous lancer ? Nous proposons également des stages sportifs pendant les vacances scolaires.

AMSCAS, fédératrice autour des sports de glisse, organise aussi des compétitions au rayonnement national et international.

Dans le but de rendre accessibles les sports de glisse urbains à tous, nous travaillons à dynamiser les quartiers prioritaires marseillais grâce à nos actions socio-éducatives.

L'association AMSCAS c'est aussi :

- des animations lors d'événements où nous initiions le public aux sports de glisse
- du street-marketing en roller
- ou encore des démonstrations de nos pros riders pour un show exceptionnel.



plus d'info

04 91 12 84 07 - amscas.fr

FULL MOON FMT

L'association FMT a pour objet de favoriser la pratique du sport outdoor tout en mettant en valeur les territoires traversés.

Sa principale action est l'organisation du FULL MOON trail, une course nature entre Aix-en-Provence et Marseille qui emprunte en grande partie le sentier GR 2013*, une nuit de pleine lune. Après une 1ère édition plébiscitée le 17 avril 2022, la 2e édition est programmée dans la nuit de samedi 6 mai au dimanche 7 mai 2023.

Il y a deux formats de course : un 70 kilomètres avec un départ à minuit d'Aix-en-Provence et un 38 kilomètres qui partira à 4h du village Décathlon de Bouc-Bel-Air.

Après avoir traversé les collines durant la nuit, les coureurs arriveront sur la terrasse des Terrasses du Port, face à la mer, un lieu magique et chargé d'émotions.



plus d'info

fullmoontrail.fr

Club Nautique Provençal Recherche Scientifique CNPRS



Vous souhaitez pratiquer la voile sur des voiliers habitables dans un cadre privilégié, inscrivez-vous à VHS : activité Voile Habitable et Sportive du CNPRS.

LE CNPRS est un club nautique situé au port de la Pointe-Rouge à Marseille, proposant différentes activités : Voile Habitable, Kayak de mer, Plongée, Danse de Salon.

VHS permet de naviguer sur un bateau collectif « Baldo », voilier de type « Surprise », quillard monotype de 7,65 m de long.

Vous pourrez profiter de sorties loisirs à la journée ou à la ½ journée en rade de Marseille ou participer à des régates.

Sans être une école de voile, VHS participe à la formation de ses futurs chefs de bord.

Comment ça marche ?

Les adhérents sont informés par mail des sorties.

L'inscription aux sorties « habitables » se fait auprès des chefs de bord par téléphone ou courriel.

Une bourse aux équipiers permet aux adhérents de naviguer sur des bateaux de propriétaires de 6,5 m à 12 m. Au printemps et en automne, un week-end Rallye Nautique est organisé. Ce format sur deux jours propose des navigations côtières sur des bateaux de propriétaires dans un cadre convivial de partage.

À fréquence régulière, la VHS propose des soirées thématiques qui se terminent par une collation selon la formule de l'auberge espagnole.

Comment participer ?

Adhérer au CNPRS, à la bourse des équipiers et prendre une licence FFW

plus d'info

contact.vhs@cnprs.fr - cnprs.fr

ASRM

Notre association ASRM s'adresse à des retraités qui souhaitent marcher dans une ambiance conviviale et dans la bonne humeur.

Nous vous proposons, tous les mardis et jeudis, des randonnées à la journée avec des animateurs de la FFRS selon un programme mensuel accessible sur notre blog.

Le lieu de RDV est prévu soit à la Maison de la literie à la Valentine avec covoiturage possible, soit au lieu de départ de la randonnée dont les coordonnées GPS sont notées dans le programme.

Notre association propose également de la danse country en ligne les lundis après-midi au Théâtre l'atelier des arts à Sainte-Marguerite de 14h à 16h. Et le vendredi après-midi aux Chutes Lavie possibilité de s'inscrire pour jouer aux cartes ou au scrabble de 14h à 16h 30



plus d'info

06 10 23 70 10 - asrmprovenance131@gmail.com

CAPOEIR'ART

L'association Capoeir'art, association loi 1901, créée en 1996, a pour but de promouvoir l'expression de la culture afro-brésilienne au travers de la Capoeira, mais aussi de la danse, la musique et le chant et ce, notamment à des fins éducatives.

Elle s'appuie sur le travail de maître Juruna et de ses élèves gradés de niveau de corde bleue-rouge en formation.

Les cours proposés restent accessibles à tout le monde, adultes ou enfants, débutants ou de niveau avancé.

plus d'info

06 60 96 20 01 - info@capoeirart.fr - capoeirart.fr

Accueil des villes françaises AVF

Que vous soyez nouvel arrivant ou Marseillais de plus ou moins longue date, AVF Marseille est là pour vous accueillir et vous aider à créer des liens ou à élargir votre réseau de relations et d'amis, en vous proposant de participer à de multiples activités et à des moments purement conviviaux ! Nos animateurs et nos adhérents vous y accueilleront dans la bonne humeur et la bienveillance, dans un esprit d'échange et d'ouverture.

Vous aurez également la possibilité de créer votre propre animation ou de partager vos connaissances et vos passions, toutes nos activités étant organisées et animées bénévolement par nos membres.

Au nombre de nos activités : pétanque, sophrologie, cercles de lecture, randonnées, ateliers créatifs, visites urbaines, marche, conversations en langue étrangère, jeux, buffets partagés, cafés à thème, etc.



plus d'info

contact@avf-marseille.com

avf-marseille.com



La Ligue de l'enseignement des Bouches-du-Rhône (FAIL13) est un acteur incontournable de la défense des valeurs républicaines, de la démocratie et de la laïcité. Elle s'est progressivement développée dans toute la France au sein de fédérations locales pour renforcer son action au plus près des territoires.

La Fédération des Bouches-du-Rhône agit ainsi au quotidien pour faire vivre les valeurs de solidarité, citoyenneté et laïcité dans le cadre des multiples activités et projets. Plus de 600 associations locales nous ont rejoints dans la défense de ces valeurs : cette fédération est notre force ! Nous sommes également une œuvre complémentaire de l'école publique et un mouvement d'éducation populaire : nous pensons que l'éducation est un mouvement permanent qui peut se réaliser en dehors des structures traditionnelles d'enseignement. Nous reconnaissons à tous la possibilité de se former et d'apprendre tout au long de la vie.

Nous faisons vivre ces valeurs tout au long de l'année au travers de nombreux projets et activités touchant des champs et des publics diversifiés (tout-petits, enfants, adolescents, adultes, familles et retraités). Nous organisons en effet des temps de loisirs : séjours éducatifs, centres de loisirs, activités périscolaires, classes de découvertes, colonies de vacances. Nous développons également des projets dans le domaine de la culture (Lire et faire lire : pour les retraités qui souhaitent transmettre le goût pour la lecture, un concours photo pour lutter contre les discriminations, le Festival Des Clics et des Livres), et favorisons un sport citoyen grâce à nos fédérations sportives l'USEP et l'UFOLEP. La solidarité fait partie de nos valeurs : nous gérons 9 équipements sociaux et promovons des projets de solidarité internationale. Nous proposons également des formations dans le domaine de l'animation et de la vente (BAFA, BPJEPS, CAP...). Enfin, nous intégrons une approche numérique et une dimension d'éducation à l'environnement et au développement durable dans beaucoup de nos actions.

La diversité de nos projets, de nos champs d'intervention et des publics touchés concourent à notre volonté de développer, sur le territoire, les valeurs républicaines !

plus d'info
04 91 24 31 61 - vieasso@laligue13.fr - laligue13.fr

Premier club de roller derby à Marseille depuis 2012 **MARSEILLE ROLLER DERBY CLUB**



Patins à roulettes, contact et esprit d'équipe !

Ce sport collectif, venu des USA, s'est d'abord adressé aux jeunes femmes désireuses de dépasser leurs limites tout en s'amusant. Aujourd'hui, les hommes s'y mettent aussi ! Il reste néanmoins l'un des seuls sports avec une dimension féministe et inclusive.

Le principe ? Deux équipes de patineur.euse.s s'affrontent sur une piste ovale.

Les jammeur.euses, reconnaissables à leur étoile, ont pour but de dépasser leurs adversaires pour marquer des

points. Les bloqueur.euses doivent empêcher les jammeur.euses de passer à coup de hanche ou d'épaule. Chutes et engagement physique font partie de la pratique, mais pas de panique ! Nos coachs sont là pour vous apprendre à patiner (et tomber !) en toute sécurité.

Le MRDC c'est :

Des cours en extérieur (au stade Jean Bouin 13008) et en intérieur (13011) de 19h à 21h30 : pour débutant.e.s à partir de 16 ans, les lundis. Le mardi pour les avancé.e.s et le jeudi avec les 3 équipes.

Deux équipes féminines, les Bloodys Skulls, engagés.e.s en championnat de France (Nationale 1), et les Mars Invaders, notre équipe B.

Une équipe masculine, les Chapacans

Une team d'arbitres, les Rascasses

L'esprit d'équipe, sur et en dehors du track : déplacements en France et à l'étranger, balades en patins, skatepark, soirées...

Qu'attends-tu pour rejoindre la planète roller derby ? Le MRDC recrute en octobre !

plus d'info
Marseille.roller.derby.club@gmail.com
Facebook : @marseillrollerderby

MASSALIA GYM PROVENCE



L'association créée en 2011 a pour objet de faciliter l'accès au sport en salle, à toute catégorie de public.

À ce titre, les objectifs de Massalia Gym Provence sont de dispenser des cours collectifs de :

- renforcement musculaire : gym-body sculpt
- cours cardio vasculaire : circuit training
- techniques douces : stretch yoga – pilates

L'animation des cours est assurée par un éducateur sportif diplômé d'État, dans les centres Municipaux d'animation de la Cadenelle, de Saint Anne, et Sylvabelle 6-8 avec un abonnement mensuel, permettant une grande liberté d'action.

Ainsi, chacun pourra obtenir ses objectifs en optant pour l'une ou l'autre des séances proposées.

Une bonne condition physique, une dépense calorique, un bien-être mental sont les maîtres mots de notre association.

Les cours dispensés sont accessibles à tous y compris les débutants et seniors, le tout dans une ambiance bienveillante où règnent l'entraide et la fraternité envers l'être humain.

L'équipe de Massalia Gym Provence vous attend avec impatience pour cette nouvelle année sportive !

plus d'info
massaliagymprovence@laposte.net



Marseille United Sport pour Tous (MUST) est une association multisport LGBT et + dont l'objectif est de permettre à ses adhérents et adhérentes de faire du sport de manière conviviale, et sans discriminations.

Plus de 400 membres, répartis dans plus de 15 sections, forment l'association : Athlé - Course à pied, Badminton, Basket, Danse, Escalade, Fitcross, Foot, Jeux de société, Pétanque, Randonnée, Roller, Tennis, Tennis de table, Volleyball. Chacun.e étant libre de participer aux activités qu'il ou elle souhaite.

En plus des séances régulières proposées chaque semaine, MUST est affiliée à plusieurs fédérations sportives pour renforcer ses activités et donner accès à des compétitions locales et nationales (FSGT, UFOLEP). Les adhérent.e.s représentent également l'association aux tournois et compétitions locaux comme le Marseille-Cassis, l'Ekiden, La Marseillaise de la Pétanque et internationaux, comme les Gay Games, Eurogames, les TIP de Paris, TIGALY de Lyon, etc.

MUST est également investie dans la vie sportive et associative marseillaise. Nous co-organisons le tournoi GaySportMed avec FrontRunners Marseille, tournoi sportif ayant lieu tous les deux ans à Marseille et qui réunit des sportifs de toute l'Europe le temps d'un weekend. L'édition 2022 fut d'ailleurs un grand succès en réunissant plus de 650 sportif.ve.s.

Mais MUST, c'est aussi des activités extra-sportives pour se rencontrer et nouer des liens à l'occasion des apéros mensuels, de l'anniversaire de l'association, ou de la fête de fin d'année !

plus d'info
info@must13.com - must13.com

LE MONDE DU PING-PONG

Ce jeu a été créé vers 1881 en Angleterre avec pour vocation d'adapter le tennis sur gazon à une pratique dans les salons, sur une table, d'où le nom "tennis de table".

Le tennis de table, aussi appelé « ping-pong », est un sport de raquette opposant deux ou quatre joueurs autour d'une table. Le tennis de table est une activité de loisirs, mais c'est également un sport olympique depuis 1988.

Le but de notre association est de développer ce sport de loisirs, en s'adressant à un large public (personnes handicapées, enfants, seniors...).

Nous proposons une préparation physique générale pour pratiquer le tennis de table en compétition, mais aussi comme sport de loisirs lors de "week-ends anniversaire", de stages vacances, de comités d'entreprise.

Nous donnons aussi des cours particuliers.



plus d'info
07 81 93 58 53

FIT'Z FORM



L'Association FIT'Z FORM a été créée en 2011 dans le but d'apporter à tous les publics un épanouissement personnel, tant physique que psychologique, à travers les activités suivantes :

- La Zumba® sous différentes formes : Zumba® fitness pour tout public, Zumba® Gold à destination des séniors, des débutants et des personnes souffrant de maladies ou de handicap.

- La remise en forme via des cours de fitness (Pilates, METAFIT®, Trainings, Renforcement musculaire/stretching, Bodyzen), de Yoga et des séances de coaching individuel.

- Le bien-être individuel par la pratique de massages bien-être et Niromathé®, des conseils en phyto-Aromathérapie et en diététique-nutrition.

L'Association, référencée auprès de l'ARS (« Sport sur Ordonnance »), s'attache à développer le lien entre activité physique et santé, comme en témoigne notre partenariat avec le réseau PACASEP qui agit en faveur des personnes atteintes de sclérose en plaques, l'UGECAM à l'Hôpital Européen-Valmante, le Réseau Santé Croisée-Marseille Diabète.

Par ailleurs, nos activités, toujours plus diversifiées d'année en année, s'inscrivent dans un esprit de solidarité, de sociabilité et d'ouverture humaine et culturelle.

Tous nos cours collectifs sont dispensés dans les 9^e et 10^e arrondissements de Marseille, les autres activités le sont au siège social dans le 12^e.

plus d'info

06 87 58 99 97 - 06 11 33 77 98 - fitzform.fr
contact.fitzform@gmail.com - Facebook : Fit'Z Form

FRANCE SHOTOKAN KARATÉ3



Affilié à la F.F.Karaté et agréé Jeunesse & Sports, notre dojo est membre de l'association France Shotokan Karaté enseignant le Karaté traditionnel de l'école de Maître Ohshima.

Nos caractéristiques : association à but non lucratif, bénévolat absolu des cadres et instructeurs de haut niveau, recrutement dans tous les milieux sociaux, hommes, femmes, enfants, de 7 à 77 ans avec pour but la pratique du Karaté comme discipline personnelle dans le strict respect de l'esprit et de la compréhension de Maître Funakoshi et Maître Ohshima.

Que vous cherchiez un art traditionnel pour le corps et l'esprit, une self défense, une façon de tisser du lien humain dans un esprit respectueux et encore bien d'autres choses, nos portes vous sont ouvertes.

Venez faire un cours d'essai, lundi et jeudi de 19h30 à 21h30, samedi de 12 à 14h.

plus d'info

06 22 36 49 75 - fsk3mail@gmail.com
france-shotokan-karate-3.fr

FEMMES EN DÉFENSE

#J'peux pas j'ai self-défense !

Jugées plus faibles physiquement par les agresseurs, les femmes apparaissent à tort comme des victimes désignées. Née d'une collaboration entre deux personnes engagées dans la lutte contre les violences faites aux femmes, l'association loi 1901 Femmes en Défense est spécialisée dans l'enseignement de techniques de Self-Défense pour les féminines : Comment identifier et anticiper tout signe d'agressivité ? Repousser des avances non souhaitées ? Désamorcer une situation d'agression par la parole ? Se protéger et se défendre de violences physiques et sexuelles ? Un enseignement accessible à toutes, encadré par la légitime défense et sous le couvert de la Fédération Française de Savate Boxe Française.

N'hésitez pas à venir essayer lors d'un cours d'essai gratuit avec notre moniteur, des plus qualifiés et pédagogues, ou l'un de nos stages d'initiation à la journée.

La pratique régulière de cette discipline pour quels objectifs ? (re)gagner en assurance, savoir évaluer la

dangerosité d'une situation, conserver son sang-froid et appliquer avec précision des techniques simples mais efficaces face à tout type d'individu et tout environnement.



plus d'info

06 62 07 50 99 - femmesendefense@gmail.com
femmesendefense.fr - Facebook femmesendefense

LES EXCURSIONNISTES MARSEILLAIS



L'association « les excursionnistes marseillais », reconnue d'utilité publique, rassemble près de 900 adhérents et développe des activités dans 3 domaines principaux : la randonnée pédestre, la marche nordique et le long cote – marche aquatique. Ces activités sont complémentaires les unes aux autres et peuvent être pratiquées toute l'année sans condition d'inscription au préalable. Chaque sortie est signalée sur le site internet de l'association et dans un bulletin trimestriel remis à chaque adhérent.

Les niveaux de difficulté technique sont signalés dans le

descriptif de chaque sortie permettant aux personnes de se présenter à une activité physique correspondant à sa capacité personnelle.

Les randonnées pédestres se déroulent au départ de Marseille et/ou dans les massifs provençaux (possibilité de co-voiturage) ; des séjours en itinérance sont organisés aussi dans les massifs alpins. La marche nordique se pratique au parc Borely et le parc de Luminy. Le long cote – marche aquatique - a lieu sur la seule plage homologuée de la Pointe Rouge.

Des activités complémentaires existent au sein de notre association : culturelles, bibliothèque, chant, cours de Provençal, scrabble et sont ouvertes à tous nos adhérents.

L'adhésion assurance comprise est annuelle permettant l'accès à toutes les activités. L'association adhère à la Fédération Française de Randonnée Pédestre.

Dans le cadre de la lutte contre le Covid-19, nous adaptons nos activités aux consignes gouvernementales pour qu'elles puissent se réaliser en toute sécurité.

plus d'info

04 91 84 75 52 - contact@excurs.com
excurs.com

GS MARSEILLE



« GS Marseille – Gymnastique suédoise » est une association qui dispense des cours de gymnastique suédoise.

Il s'agit d'un sport complet qui propose une courbe d'effort d'une durée d'une heure et dont la puissance varie selon l'intensité qui est dispensée. Il se pratique selon le principe du mimétisme, l'animateur étant placé au centre, et les participants en cercle autour de lui doivent reproduire ses mouvements.

Les cours sont construits sur une base identique, proposant successivement des phases d'échauffement, de cardio et de musculation, pour se terminer par des étirements et une relaxation. L'ensemble de la séance se

pratique en rythme sur une playlist musicale !

Développé par une équipe de médecins kinésithérapeutes suédois, ce sport offre la possibilité de s'amuser tout en musclant son corps, avec un minimum de contraintes et sans sensation d'épuisement !

Les cours sont ouverts à tous et toutes, indépendamment de l'âge et de la condition physique : les mouvements sont simples et chacun est libre de les reproduire selon ses capacités ! Les différentes intensités proposées permettent par ailleurs à chacun de pratiquer selon ses envies et besoins : standard, intensif, renforcement musculaire...

Tarifs : l'adhésion mensuelle donne un accès aux cours en illimité. Possibilité d'acheter une séance à l'unité (cours d'essai remboursé si adhésion à la fin du cours). Nous proposons également des tarifs trimestriels et à l'année.

Salles et planning : cours tous les jours de la semaine. Le planning des cours et l'emplacement des salles sont disponibles sur notre page Facebook GS Marseille – Gymnastique suédoise et sur notre site internet.

plus d'info

gs-marseille@outlook.com - gs-marseille.com



Nous pratiquons le sport pour tous, adultes et jeunes, sans différence de sexe, en loisir ou en compétition.

Pour les jeunes, plusieurs entraînements dirigés ont lieu le mercredi de 16h30 à 19h30 ; et pour les plus motivés, le vendredi de 18h à 20h.

Ces cours sont animés par un éducateur diplômé, sur 2 groupes de niveau. Des stages sont aussi organisés pendant les vacances scolaires.

Pour les adultes, un groupe d'entraînement encadré par un animateur bénévole sera proposé un soir de semaine, suivant les disponibilités du coach.

Union Sportive Des Cheminots Marseillais USCM

Le bonus du club, c'est la possibilité, grâce à votre badge personnel, de venir vous entraîner librement de 9h à 23h30 n'importe quel jour, y compris les week end, jours fériés et vacances scolaires.

Notre équipe de dirigeants motivés organise chaque année diverses animations sportives et festives : tournoi Jeunes, tournoi des familles avec Galette des Rois, ainsi que divers tournois ludiques : jouer avec une poêle à la place de la raquette normale, tournoi Hardbat (raquette avec bois nu), etc.

Notre gymnase se situe au 30, rue Bénédict, 13004 Marseille, à 2 mn à pied de la friche de Belle de Mai, à 5 mn de la place Cadenat et tout près du lycée Saint-Charles (Métro1, Tram2, Bus 49).

Nous acceptons la carte collégien de Provence avec la réduction de 100 € pour le sport, et le pass-sport.

Le tennis de table est un sport olympique et une discipline ludique qui permet de gagner des points facilement au baccalauréat. Venez nous rejoindre pour vous amuser et pour progresser !

plus d'info

06 16 07 30 75 - uscm-tt.e-monsite.com
05 58 42 10 76 - guy.escoffier@univ-amu.fr

PHOCÉENS BRIDGE CLUB

Le Phocéens bridge club, affilié à la fédération française de bridge, est animé par une équipe de bénévoles.

Nous organisons des cours allant du niveau initiation au niveau compétition et jouons trois après-midis par semaine.

Tout est fait pour jouer agréablement, tout en respectant à la lettre les conditions sanitaires actuelles

Le bridge se joue à deux contre deux avec un jeu de 52 cartes.

L'initiation au bridge est plus facile et plus rapide avec la méthode mise au point par la Fédération Française de Bridge (FFB), pratiquée dans notre club.

Quelques minutes suffisent pour maîtriser les bases du jeu et s'amuser.

Un simple jeu de cartes? Pas tout à fait !

Le bridge est un sport de l'esprit qui se pratique pour le plaisir et qui offre une vie sociale active recherchée par ces temps difficiles.

Le bridge est une bonne activité d'éveil pour les plus jeunes, il permet aux adultes d'évacuer le stress et entretient les facultés intellectuelles des seniors !

Rejoignez-nous au 22B rue Montgrand, Pas besoin d'être deux pour venir jouer, nous vous trouverons toujours un partenaire.

Plus on joue, plus on a envie de jouer.

Plus on gagne, plus on a envie de gagner !

Si vous aimez jouer aux cartes vous aimerez jouer au bridge.



plus d'info

04 91 33 10 89 - 06 70 17 11 30
contact@cerclledesphoceens.fr

ÉCOLE DE YOGA 13



École de yoga 13 développe le Yoga traditionnel à Marseille depuis 33 ans.

Ce Yoga se caractérise essentiellement par l'étude de la relation profonde entre le corps, le souffle et le mental,

à l'aide des postures (Asana) et du contrôle du souffle (Pranayama).

Par la connaissance approfondie du corps, l'enseignant Chaitanya apporte la juste adaptation en fonction des limites de chacun et permet aussi de les dépasser. Par sa rigueur, son enseignement se relie à la tradition authentique du YOGA en tant que système philosophique.

L'enseignant transmet le Yoga avec pédagogie et progressivité à partir de septembre.

Les cours sont divisés en 3 niveaux en fonction de l'acquisition des outils du Yoga et des problèmes physiques. Aussi, les cours sont accessibles à tout public, sauf les enfants.

En fonction des situations, des tarifs sociaux sont proposés afin que l'argent ne soit pas un frein à la pratique du Yoga.

Le professeur est diplômé auprès de la Fédération nationale des enseignants de Yoga (FNEY) et de l'Institut français du Yoga (IFY).

plus d'info

06 72 11 88 33 - ecolededyoga13@gmail.com
yoga13.fr - FB : Ecole Yoga 13

JARDINER ENSEMBLE



Vous aimez jardiner. Ou vous aimeriez jardiner mais vous ne disposez pas de terrain.

Nous partageons le nôtre. Nous partageons vraiment. Chacun n'a pas sa parcelle, chacun participe à l'ensemble.

Rejoignez le **Potager partage** de l'association **Jardiner ensemble**. Nous partageons tous les plaisirs : désherber, cultiver, récolter et déguster.

Vous voulez jardiner autrement ? Nous pratiquons sans engrais chimiques et sans pesticides.

Nous faisons nos propres semis et godets. Nous n'hésitons pas à nous remettre en question avec les engrais verts, la permaculture, l'agroforesterie, les prédateurs naturels.

Pour jardiner sur **Sol Vivant**, nous n'avons ni charrue, ni motobineuse, ni rotavator, tous ces « engins de destruction massive ». Nous n'avons rien inventé, la fertilité des forêts vient de l'accumulation naturelle de végétaux en décomposition sans rien devoir ni à la mécanique ni à la chimie. **Le Sol est Vivant**. Nous jardinons sur **Sol Vivant**. Nos partenaires, vers de terre, insectes, bactéries, champignons travaillent pour nous.

Notre instigateur est Gilles DOMENECH dont nous appliquons les conseils que vous trouverez dans : **Jardiner sur sol vivant** aux éditions LAROUSSE

Le jardinage est notre passion. Nous sommes un groupe d'amis et ne recrutons que des passionnés. Passionnés de jardinage mais aussi d'activités complémentaires à la vie de l'association : mécanicien, informaticien, Le but de nos rencontres est le plaisir.

Nous jardinons sans effort physique : nous ne labourons pas. Nous ne retournons pas le sol, nous le protégeons avec des paillages.

Nos légumes sont **Bio** et même **Demeter** puisque nous utilisons les préparations biodynamiques préconisées par Rudolf Steiner.

Nous sommes sérieux sans nous prendre au sérieux.

Bienvenue au club !

plus d'info

06 60 17 58 80 - jardinerensemble@yahoo.com

DANCE LIFE



L'association DANCE LIFE a été créée en 2013. Nous fêtons cette année les 10 ans de l'association.

Les cours ont lieu dans différentes maisons de quartier des 8^e, 9^e et 10^e arrondissements de Marseille.

Ils sont ouverts pour tous niveaux à partir de 5 ans.

De nombreuses activités sont possibles :

- Hip Hop, Ragga, Lady Style, Zumba.

- Chant, Collectif Dance Life (Chorale), Particulier

- Nouveauté 2022/ 2023 : All Style, Chant-Danse

Un mini spectacle de Noël, ainsi qu'un spectacle de fin d'année fin juin - début juillet.

Rejoignez-nous pour fêter nos 10 ans.

plus d'info

06 69 27 30 96 - dancelife13@hotmail.fr

KRAV MAGA MARSEILLE

Créée en 2009, l'Association Krav Maga Marseille vous propose des cours de self-défense pour tous avec la fédération Krav Maga Experts. Nos salles se trouvent près du Rond-Point du Prado. Pas besoin d'être un(e) grand(e) sportif(ve) pour y participer. De 10 - 14 ans pour les cours enfants et à partir de 15 ans dans les cours adultes (sans limite d'âge). Chaque participant trouvera son compte avec les échauffements, le renforcement musculaire, les techniques de self-défense, les combats et des mises en situations.

Nos techniques se pratiquent dans toutes les positions possibles : debout, assis ou couché au sol et dans des environnements différents (à la maison, au bureau, en voiture, dans le transport, en piscine...).

Avec un forfait unique, vous pouvez vous entraîner autant que vous souhaitez.



© pexels

plus d'info
kravmagaexpertsarseille.com

MARSEILLE ESCRIME CLUB



© pixabay

Marseille Escrime Club a été créé en septembre 1996, après la dissolution de la section escrime de l'A.S.P.T.T. de Marseille. Marseille Escrime s'est installé en septembre 1998 dans le quartier de la Capelette et a inauguré une salle d'armes privée d'une superficie de 400 m².

En 2015, à l'initiative de M. Bruno Gilles Sénateur-Maire des 4/5^e arrondissements, nous avons rejoint une salle spécifique de 700 m² créée dans l'Espace Municipal « Crillon ». Dès cette rentrée, nous avons pu constater un engouement certain pour notre sport de la part des populations environnantes. Depuis septembre 2015 le Club a vu ses effectifs augmenter chaque année dans toutes les catégories depuis les tout petits de 5/6 ans jusqu'aux catégories séniors et/ou vétérans que ce soit en Escrime Sportive, en Loisirs, en Sport Santé et plus récemment en Escrime Laser, sans oublier l'Escrime Handisport et l'Escrime Sport Adapté.

Depuis plusieurs années nous avons répondu aux demandes de certaines Maisons Pour Tous (IFAC et EPISEC) en maillant le territoire d'antennes d'initiations dans 3 arrondissements : 4^e avec le Centre Fissiaux, 7^e avec la MPT Corderie, et 11^e avec la MPT Les Camoins.

Cette politique volontariste fait que Marseille Escrime est actuellement le 2^e club du Comité Régional d'Escrime de la Région Sud en termes d'effectif avec 320 adhérents.

plus d'info

04 91 25 55 56 - accueil@marseille-escrime.com

L'âme impétueuse

ÉCOLE D'ESCRIME MÉDIÉVALE



© pixabay

L'âme impétueuse est une association dédiée aux Arts Martiaux Historiques Européens (AMHE) de différentes périodes.

Nous nous inspirons de traités d'armes et de lutte de tradition germanique et Française du 13^e au fin 15^e siècle.

De plus nous initions à la découverte du pugilat antique. Nos disciplines principales consistent en la pratique du combat en armure, dit combat "militaire", et la pratique du combat en protections plus légères, dit combat "civil". Nos disciplines spécifiques consistent de la Lutte, le Pugilat Antique, l'Épée longue, la Dague, l'Épée Bocle, La Hache Noble et d'autres.

Nous pratiquons aussi la discipline du Moderne Soft Sword dit MSF pour les plus jeunes à partir de 10 ans. C'est une discipline émergente, basée sur l'escrime traditionnel, avec épées et protections en mousse.

Nous formons nos adhérents aux valeurs et règles martiales conformes à l'esprit de l'opposition et à l'entrée en compétitions de niveau nationales, autant en catégorie civil que militaire.

plus d'info

06 98 64 80 97 - eemlameimpetueuse@hotmail.fr

Sport Santé des Retraites Provençaux SSRP

Nous faisons partie de la Fédération Française de la Retraite Sportive (FFRS) pour laquelle nous payons une cotisation ainsi qu'une assurance.

Venez rejoindre la SSRP pour être aussi heureux qu'un poisson dans l'eau !



© pixabay

plus d'info

04 91 61 02 27 - Elisabeth.guillen@sfr.fr

Objectif Union Par le Sport OUPS

sportives peuvent être hebdomadaires en cours individuels ou en groupe, n'importe quel sport, selon le projet de l'adhérent et les infrastructures disponibles. Un calendrier trimestriel est en place pour proposer des activités les vendredis soirs, les dimanches, week-end et pendant les vacances scolaires pour découvrir notre région, notre pays et ce faire plein de copains. Nous proposons ces cours sportifs hebdomadaires dans une visée d'apprentissage et les sorties du calendrier dans un but d'avantage de loisirs et de socialisation. L'encadrement de l'association est d'un éducateur pour deux adhérents. Un personnel formé et compétent vous attend ! Que vous soyez établissement médico-social ou particulier, nous serons ravis de vous répondre.

plus d'info

SMS 06 80 68 96 94

objectifunionparlesport@gmail.com

SMUC

Maison SMUC Sport Santé

- Equipe de médecins, scientifiques, d'éducateurs sportifs, d'enseignants en Activité Physique Adaptée
 - Bilans et suivi médico-sportifs personnalisés
 - Plus de 40 créneaux hebdomadaires à travers 15 activités sportives adaptées à tous les profils : yoga, chi qong, zumba, pilates, marche nordique, cardio'renfo, gym douce, tennis, badminton, rugby et basket santé...
 - Offre bien être : sophrologie, naturopathie, réflexothérapie, diététique, hypnose...
 - Offre Sport Santé Bien Etre destinée aux entreprises
- 65 avenue Clot Bey, 13008 Marseille



© pexels

plus d'info

06 01 30 50 66 - sport.sante@smuc.fr - smuc.fr



Massilia Triathlon existe depuis 2003. Le club regroupe une centaine d'adhérents du novice en triathlon à l'Ironman à partir de 15 ans. 25 % de son effectif est féminin. Massilia Triathlon ce n'est pas que du triathlon ! Les Massilia participent également à des Duathlons, Aquathlons, Swimrun, Raids, Bike & Run, Vétathlons, Cyclo sportives, Trails... en fait tout ce qui touche à l'endurance en milieu naturel. Le club a été labellisé Sport et Santé :

grâce à ce label Massilia est référencé dans les structures « santé » de la Fédération et peut accueillir les pratiquants qui souhaitent faire du triathlon santé sans se diriger vers la compétition. Notre philosophie : épanouissement, convivialité, équilibre, respect de l'adversaire, sans violence.

Notre devise - On lâche RIEN !

Nouveauté 2021/22 :

création de notre école de Triathlon !

Notre projet a réussi à se concrétiser malgré la conjoncture sanitaire de ces dernières années.

À ce jour nous comptons parmi nous 12 petits triathlètes!!

Le club s'est distingué aussi cette année par nos équipes de D3 (autant féminines que masculines).

Du renouveau et beaucoup d'énergie positive !

Alors, n'hésitez plus... contactez-nous !

Et venez nous rencontrer ! (Semaine séance d'essai gratuite)

plus d'info

06 72 27 86 55 - massilia.tri@gmail.com

massiliatri.com

TERRE LUDIQUE

Terre ludique est une ludothèque de jeux et jouets du monde entier d'hier et de demain. Dans le centre ville de Marseille, elle accueille tous les jours à la M2J2 (Maison Marseillaise des Jeux et Jouets) les publics de toute génération et de tout genre. Itinérante depuis ses premières heures, elle navigue dans les quartiers de Marseille avec ses jeux et jouets en véhiculant l'émerveillement, le plaisir de jouer et la découverte de nouveaux jeux.

Elle défend le jeu comme vecteur de lien social et de cohésion, un objet de médiation dans des cercles familiaux, amicaux ou même professionnels. Jouer stimule la curiosité, la convivialité, la socialisation, l'expérimentation, l'apprentissage, l'intégration... c'est un véritable ciment aux couleurs de l'arc-en-ciel pour former des groupes d'individus sur des bases saines et joyeuses.

Terre ludique promeut l'accès au jeu pour tous, à travers deux ludothèques, l'une mobile (World Games Trucks) et l'autre fixe : la M2J2. Avec ces deux ludothèques, nous animons des temps de jeu libre, des ateliers thématiques, des soirées, des ateliers de

fabrication de jeux et un laboratoire de création de jeux. On peut aussi louer une salle remplie de jeux pour un anniversaire, faire des jeux vidéo, de la réalité virtuelle et notre petite particularité, une escape game pour enfants inscrite dans l'univers de Pinocchio !

Terre Ludique est donc la crème des jeux, à la pointe de la mode avec les pieds bien ancrés dans les classiques. Venez les yeux fermés et à cloche-pied !



plus d'info

terreludique.org

ROUETONIK



L'association Rouetonik est créée depuis 2001. Nous y sommes, en septembre 2021 notre association faite ses 20 ans d'activité.

L'Association ROUETONIK a pour objet de proposer la pratique de l'éducation physique et de la gymnastique volontaire afin de favoriser dans tous les milieux sociaux, l'épanouissement de chacun par la pratique éducative des activités physiques à toutes les périodes de la vie, et chaque fois qu'il se peut, en milieu naturel, la recherche de son autonomie et le développement de ses moyens de communication.

L'Association est affiliée à la Fédération FFEPGV et tous ses membres sont licenciés.

Les activités essentielles sont :

gymnastique volontaire le mardi et le jeudi,

cours de Stretching le lundi et le mardi.

Quatre cours par semaine pendant le temps scolaire pour une cotisation forfaitaire annuelle.

Les résultats attendus dans notre démarche associative pour les seniors sont :

- physique : souvent chez les seniors, la vie sédentaire accroît les maux de tout ordre, le stretching et la gymnastique volontaire permettent d'améliorer la posture pour que le corps trouve son équilibre,
- physiologique : en ayant une meilleure image de soi et en pratiquant un sport en groupe ce qui atténue l'isolement de certains.

C'est une arme de prévention qui permet à tout individu de mener une vie sociale épanouissante en favorisant le métabolisme, la lutte contre l'ostéoporose, les maladies cardiovasculaires.

Nous espérons, par ce mémo, vous faire découvrir notre club et association.

Les cours commencent la 2e quinzaine de septembre jusqu'à la dernière semaine de juin.

plus d'info

rouetonik@gmail.com

Rejoignez-le plus grand club de krav maga de marseille !

Au sein de nos clubs, nous vous offrons des entraînements dynamiques et variés, où la préparation physique, mais aussi le renforcement physique et mental, sont mêlés avec des techniques de self-défense très simples d'accès. Celles-ci sont rapidement transposables dans votre quotidien et sont le résultat de plus de 25 années de pratique d'arts martiaux divers et de plus de 15 années d'enseignement.

Cours dispensés par Ofir, figure emblématique du Krav Maga, expert international, 6^e degré, auteur de plusieurs ouvrages, préparateur physique pour des équipes nationales et intervenant à l'Olympique de Marseille depuis 5 ans.

Un aperçu des thèmes abordés lors des cours :

Se défendre contre des attaques à mains nues (étranglements, saisies, frappes, menaces...)

Réagir face à une menace ou attaque à l'arme blanche (couteau, cutter, objets coupants ou tranchants)

Savoir désarmer un individu dangereux pour vous ou pour votre entourage

Réagir dans une situation de grand stress

Renforcer votre corps (dans le respect de la physiologie et de l'anatomie)

Se défendre contre des attaques au bâton ou à la batte de baseball

Utiliser des objets courants pour se défendre

Savoir défendre une tierce personne

Se défendre lorsque l'on est attaqué(e) au sol

Avoir les bons comportements face à des attaques violentes (car-jacking, home-jacking, etc.)

Un objectif commun à toutes et tous : Prendre confiance en vous et mieux gérer votre stress

Cours d'essai gratuit ! Cours tous les soirs dans les 8^e et 9^e arrondissements.



plus d'info

kravmaga13.com

MILLE ET UNE ÉTOILES

Objet : organiser des activités culturelles et sportives, promouvoir l'art de la danse orientale et toutes danses sous toutes leurs formes, de tous pays.

Formation et promotion, organisation d'événements, création et diffusion.



plus d'info

contact@elo-danse.fr

MUSIC PERFORMANCE



L'Association Music Performance et ses écoles Mélodie 7 proposent depuis 1991 des activités pour toute la famille dès 3 ans dans 7^e, 8^e et 12^e arrondissements de Marseille. Enfants, ados et adultes peuvent suivre des cours pour apprendre à jouer de tous types d'instruments en musique classique ou musiques actuelles, des cours de chant, des cours de danse tous styles, de comédie musicale, des cours de théâtre, mais aussi des cours de magie, d'arts plastiques et de peinture, des cours de cinéma d'animation... Les professeurs de chacune des écoles proposent en fin d'année un spectacle avec leurs élèves.

Outre les arts du spectacle, une place est faite au bien-être avec des cours de yoga, des cours de pilates, de barre au sol, de Zumba® Fitness, d'Haidong Gumdo et de ludi-sport pour les plus jeunes.

L'association propose également sur son école de Prado-Périer durant les vacances scolaires des stages à destination des enfants. Ces stages se déroulent sur une semaine. Différentes thématiques sont proposées autour des arts du spectacle (danse, théâtre, magie, musique, arts plastiques, cinéma...).

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à consulter notre site.

[plus d'info](#)

0811 74 29 29 (coût d'un appel local)
melodie7.fr

SHORINJI KEMPO MARSEILLE



Le Shorinji Kempo® est un art martial extrêmement connu au Japon, où il est pratiqué dans plus de 3000 clubs et de nombreuses universités, par plus d'un million de personnes des deux sexes, de tous âges et de tous les milieux.

Cet art est avant tout un ensemble de techniques de self défense, en pieds-poings et en saisies, utilisables par toutes et tous dans pratiquement toutes les situations, sans force physique particulière. L'objectif n'est pas de chercher à gagner, mais de ne pas perdre.

L'amélioration de la condition physique et de la force mentale font également partie des objectifs. La pratique inclut également un aspect philosophique à travers plusieurs principes. L'un de ces principes fondamentaux est l'importance du travail à deux.

Il n'y a pas de compétition au Shorinji Kempo® et l'obtention des grades se fait sur les progrès accomplis par les pratiquants en fonction de leurs capacités personnelles.

Le Shorinji Kempo® est membre de la Fédération Française de Karaté et Disciplines Associées au sein de laquelle il est représenté par France Shorinji Kempo.

[plus d'info](#)

06 89 09 05 44 - shorinjikempomarseille@gmail.com
shorinjikempomarseille.fr - shorinjikempo.fr

LE VÉLO CLUB LA POMME MARSEILLE

Le Vélo club la Pomme Marseille est résolument tourné vers la formation des jeunes et la compétition, mais se veut également une organisation accueillant tous ceux qui souhaitent s'orienter vers une pratique de loisir ou de santé.

L'objet principal du club est la pratique, la promotion et le développement du cyclisme sous toutes ses formes (route, piste, cyclocross, cyclotourisme) ainsi qu'une meilleure connaissance de soi et d'autrui par le développement des relations de groupe.

En 2019, nous avons mis en place une école de vélo, avec une équipe d'éducateurs, les apprentis cyclistes de 6 à 12 ans sont conviés à s'initier une fois par semaine aux différentes disciplines du vélo.

L'école de vélo permet aux enfants de découvrir l'ensemble des activités du cyclisme traditionnel et d'être à l'aise sur un vélo en toutes circonstances et sur tous les terrains (route, piste, cyclo-cross) ; elle fait de la sécurité une base primordiales (règles de la sécurité sur un vélo, code de la routes, règles de la vie en groupe...), elle contribue au bien-être des enfants et à leur

épanouissement (pratique du sport, détente, liens amicaux...), et elle permet d'inculquer les valeurs essentielles de la pratique sportive (respect des autres et des valeurs sportives...).

462, boulevard Mireille Lauze- 13011 Marseille



[plus d'info](#)

04 91 35 16 10 - contact@veloclublapomme.com
veloclublapomme.com

PK13

assimilables à l'athlétisme, l'escalade et aux arts martiaux.

Le Parkour permet d'optimiser le potentiel physique et mental de ses pratiquants, appelés des Traceurs.

Le Free running, pratiqué par les Free Runners, correspond quant à lui à la pratique du Parkour associé à des acrobaties de type gymnique, et inspiré par différents styles de Danses Urbaines afin d'ajouter une dimension esthétique à la pratique.

Fort de 20 ans d'expérience dans l'enseignement et la démonstration, notre équipe de professionnels diplômés est à votre entière disposition, que vous soyez un particulier ou que vous travailliez au sein d'une association, d'une entreprise ou d'une collectivité !

École de Parkour, Événements, Stages, Démonstrations, Productions...

Retrouvez toutes les infos sur notre site ou Facebook Parkour13

[plus d'info](#)

06 48 22 23 92 - didou.pk13@gmail.com - pk13.fr

GV PÉRIER-PARADIS

L'Association GV Périer-Paradis propose quatre cours de gymnastique par semaine, le lundi, mercredi, jeudi et vendredi, de 18h à 19h, dans le gymnase du lycée Périer. Cet horaire permet aux séniors de ne pas rentrer trop tard chez eux et aux actifs de pouvoir assister aux cours en sortant du travail. La cotisation est de 135 euros pour l'année, incluant le reversement de l'adhésion à la Fédération Française de Gymnastique Volontaire de 26 euros. Cette adhésion permet aux membres d'assister à 1, 2, 3 ou 4 cours, sans inscription préalable. Le gymnase peut accueillir une quarantaine de personnes à la fois.

Nous avons deux animateurs professionnels : un animateur qui assure trois fois par semaine des cours « tout public » et une animatrice, le jeudi, qui assure un cours plus dynamique.

Les cours sont des cours de gymnastique conventionnels d'une heure : échauffement, activité (cardio, musculation, équilibre) et étirements. L'animatrice ajoute parfois des sections de Pilates ou Tabata. Outre les tapis de sol, nous avons du matériel (haltères, élastiques, ballons mousse, steps) que les animateurs utilisent à leur convenance, afin de varier les séances.

Nous allons continuer également de ponctuer l'année par des rencontres conviviales (repas de Noël, gâteau des rois, repas de fin d'année et éventuellement une journée de sortie si nous obtenons la subvention de projet

spécifique), auxquelles nous convierons nos anciens membres qui ont renoncé à venir en raison de leur condition physique.



[plus d'info](#)

secretgvyperierparadis@gmail.com



Les activités de L'ACELEM

Elles sont réalisées sur les territoires relevant de la Politique de la Ville. Elles ont toutes pour objectif de susciter l'expression orale et écrite et visent à faire découvrir au public les multiples facettes de l'univers du livre dans un esprit d'échange et de plaisir.

Elles sont développées sous forme d'ateliers ludiques : ateliers d'expression orale, écrite, plastique, numérique pour permettre le développement de compétences dans

le domaine de la maîtrise de la langue et des langages.

Ces activités sont organisées autour de deux pôles :

- Le Pôle Espaces Lecture

Ils sont implantés dans les quartiers de la Viste, la Solidarité, Val Plan, d'Air-Bel, la Valbarelle, de Saint Mauront et de la Cayolle. Ce sont des lieux consacrés à l'animation autour du livre sont donc des structures de proximité, imp

- Le Pôle « Hors les murs ».

Il s'articule autour de deux actions :

- Les Actions Hors Les Murs. Elles sont développées sur trois territoires des 15ème, 13ème et 14ème arrondissements de Marseille.

- L'Ideas Box. Depuis le 1er janvier 2017, les activités du Pôle Hors les murs sont renforcées avec les déploiements de l'Ideas Box : médiathèque mobile, en kit. Elle est composée de quatre modules qui s'ouvrent en 20 minutes pour créer un espace culturel de 100m2. En, juillet 2020, l'ACELEM est dotée d'une 2ème Ideas Box.

plus d'info

04 91 64 44 84 - acelem.org - FB : [Acelem](https://www.facebook.com/acelem)

Solidarité Provence Amérique du Sud **ASPAS**



ASPAS salue l'effort de la Mairie de Marseille de maintenir la manifestation destinée aux Associations « VIVACITÉ » malgré les difficultés qui existent.

Aujourd'hui plus que jamais il est fondamental de reconnaître et de donner sa place aux membres actifs des multiples associations qui œuvrent de manière diversifiée et qui ont pour but la Solidarité Nationale, Internationale, soit dans le domaine de la Culture, de l'Art, celui des Femmes, des droits démocratiques, de la lutte contre le racisme, contre la violence, pour la défense de la Santé en soutien avec le personnel des Hôpitaux, les enseignants... afin de donner sa place aux jeunes...

Il est primordial de combattre la pandémie en permettant à toutes ces forces de s'organiser en les mettant en

contact et en organisant des actions conjointes et harmonisées.

Chacune de nos associations peut contribuer par ses idées, et ses engagements... à stimuler la participation organisée de milliers de personnes, pour défendre la Santé publique.

Un des sujets à voir ensemble pourrait être de faire un bilan comparatif de la situation dans chaque quartier de Marseille, de chaque Région de France et à l'échelle internationale (nous pourrions apporter sur l'Amérique Latine (Argentine, Cuba, Bolivie, Pérou, Mexique) une forme d'étude comparative qui permette de tirer des conclusions sur l'état sanitaire et les politiques publiques en chaque lieu.

Cela apportera un nouvel élan à l'ensemble des objectifs qui sont la raison d'être de chaque association. Rien ne doit nous être étranger, mais en ce moment il y a des urgences à voir ensemble.

Vive vivacité ! Vive la solidarité et une nombreuse participation active du public !

Merci à la mairie de Marseille pour maintenir la manifestation consacrée aux Associations «Vivacité» !

Vive la loi 1901!

plus d'info

contact@aspas-marseille.org

AOI SORA COSPLAY



Le cosplay c'est quoi ? Il s'agit d'un loisir créatif dont le but est de ressembler à un personnage fictif venant des univers bande dessinée, manga, cinéma ou encore jeu vidéo. Aoi Sora Cosplay est une association loi 1901 fondée en 2010 dans la cité phocéenne qui a pour objet de promouvoir et de démocratiser le cosplay. Tout au long de l'année elle organise de nombreux événements : - stand d'initiation et de réparation SOS Cosplay © dans les festivals

- concours, défilés ou parades

- ateliers couture, bricolage, maquillage ou séances photo interventions dans les écoles, les hôpitaux, les médiathèques, etc.

Pour toutes informations complémentaires, consultez notre site.

Rejoins-nous et cosplay comme ça te plaît !

plus d'info

aoi-sora-cosplay.com



L'objet de l'association Agora Philo est, ainsi qu'il est mentionné dans ses statuts, de « Promouvoir par des causeries philosophiques, des conférences et des débats, la démarche philosophique, en favorisant les échanges et le dialogue ; faire en sorte que la philosophie retrouve sa place dans les agoras modernes. »

Chaque mois, le dernier samedi, une causerie philosophique, ouverte à toutes et à tous, a lieu à la Cité des Associations sur les thématiques variées permettant les échanges et les débats.

La convivialité et l'interactivité sont recherchées tout en veillant à la prise en compte des différents aspects des problématiques et au questionnement des « vérités d'évidence » et des « lieux communs » qui formatent la pensée et empêchent souvent la réflexion et l'esprit critique.

Le but n'est pas d'asséner une soi-disant vérité ou un quelconque catéchisme mais de réfléchir ensemble.

Comme je le dis souvent, si en sortant du café philo, chaque participant a une idée moins tranchée sur une problématique, mais s'il se pose davantage de question sur le sujet, alors la séance aura eu une certaine utilité.

La philosophie n'est pas réservée aux spécialistes auto-proclamés, mais elle nous concerne tous dans nos choix de vie et même au quotidien.

J'espère vous retrouver toujours aussi nombreux et réactifs dans cette agora marseillaise qu'est la Cité des Associations qui, au carrefour des initiatives et des projets, tisse le lien social de notre ville.

plus d'info

06 11 02 27 74 - massilia-philosophie@gmail.com

2 DA STREETZ



L'association marseillaise 2 DA STREETZ est spécialisée dans les cours de musique Human Beatbox.

Vous découvrirez alors l'histoire du Human Beatbox, l'apprentissage de différentes techniques pour arriver à composer votre propre musique simplement avec sa bouche ou avec une Loopstation.

Elle fusionne avec les écoles de musique, centres sociaux de toute la France ou avec des particuliers.

Elle est aussi dans l'organisation d'événements, battles & concerts, média Hip-Hop.

Instagram/Facebook : 2 DA STREETZ"

plus d'info

twodastreetz@outlook.com

Créée en 2011, compagnie Duanama est une compagnie de théâtre implantée dans le quartier de Saint-Mauront à Marseille. Nous produisons et diffusons des spectacles qui dénoncent les violences, les racismes, les stéréotypes et qui prônent la diversité culturelle, la rencontre, le dépassement des difficultés personnelles et relationnelles.

Duanama se définit également en tant qu'acteur de l'économie sociale et solidaire et de l'éducation populaire. Nous considérons le théâtre à la fois comme expression artistique et comme outil de travail personnel qui aide à approfondir la connaissance de soi et de l'autre. Dans ce cadre, nous conduisons des ateliers et des échanges interculturels de jeunes.

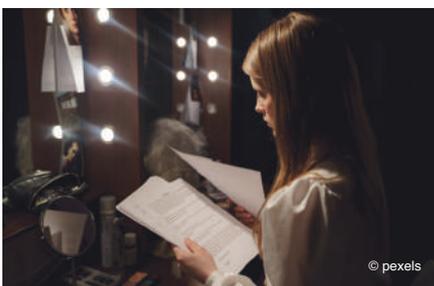
Nous croyons que le théâtre peut améliorer le rapport à soi-même et aux autres pour vivre en meilleure harmonie avec la diversité du monde. Nous espérons contribuer à un mieux vivre ensemble, quelles que soient nos générations, nos cultures et nos milieux sociaux.



plus d'info

06 72 44 62 97 - contact@duanama.com
duanama.com - FB : CieDuanama

COULISSES ET CIE



Coulisses et Cie est une association loi 1901 créée en mai 2002.

Depuis 20 ans, elle propose les ateliers théâtre « Un Pied en Coulisses » pour adolescents et adultes en partenariat avec Les Théâtres (Théâtre du Gymnase). En 2021-2022, nous avons créé un atelier pour adolescents et cinq ateliers pour adultes. Chaque atelier dure entre 2h et 3h et produit un spectacle joué en juin de chaque année dans un théâtre. Nous avons un fort taux de fidélité chez nos adhérents, ce qui nous permet de créer des spectacles de grande qualité, tout en accueillant chaque année de nouveaux inscrits. Nous bénéficions d'un excellent bouche à oreille. Tous nos intervenants sont des artistes de théâtre professionnels et en activité. La direction pédagogique et artistique est assurée par Caroline Ruiz, comédienne, metteuse en scène et professeure de théâtre titulaire du D.E et du C.A à l'enseignement de l'art dramatique.

Nos ateliers ont lieu en grande majorité au centre des Lices de la Mairie des 1-7. Nous en avons également un au Centre de la rue Sénac. Nous avons la particularité d'avoir un atelier pour adultes le vendredi après-midi, ce qui nous permet d'accueillir des personnes à la retraite.

À la rentrée prochaine, nous proposerons à nouveau ces 5 ateliers et nous avons le projet d'ouvrir un atelier théâtre à destination des enfants à la Maison de Quartier St Georges le mercredi après-midi.

plus d'info

06 19 73 36 55 - unpiedencoulisses13@gmail.com

L'ALPMR 13 est une association culturelle, fondée en 2008 à l'initiative de la Fédération départementale de la Libre Pensée. Ouverte à tous les citoyens elle agit pour la défense et la promotion des lieux (monuments, voies publiques, traces diverses) commémorant des événements ou des personnalités remarquables s'inscrivant dans le mouvement démocratique et ouvrier qui a fait émerger, qui défend et fait progresser les idéaux républicains que sont la Liberté, l'Égalité, la Fraternité, la Laïcité et donc aussi la Paix.

Elle agit pour faire connaître l'histoire de la République et de la Laïcité qui constitue un des fondements de la société française, au plus large public dans les Bouches du Rhône.

Les moyens qu'elle utilise pour cela sont les suivants :
 - Travaux de recherches historiques sur ces sujets, particulièrement pour les personnages et événements concernant directement les Bouches du Rhône.

- Diffusions des résultats de ces recherches par l'organisation d'expositions, l'édition et la présentation publiques de brochures, l'organisation de conférences, de colloques, interventions lors d'hommages officiels.

Parmi ces dernières actions et réalisations notons de nombreuses conférences autour de la république du

4 septembre, des communes de Marseille, l'organisation d'un Colloque « De la révolution du 4 septembre 1870 aux Communes insurrectionnelles de 1871 : La lutte pour la République, mais laquelle ? », d'une exposition itinérante, « La république du 4 septembre et la Commune de Marseille (1870-1871) », de conférences sur Louise Michel.

Pour plus de renseignements (textes, vidéos) :
lp-13.org/category/alpmr-13



plus d'info

alpmr13@gmail.com

Collectif PACA pour la mémoire de l'esclavage **ADCF**

Le Collectif PACA pour la mémoire de l'esclavage existe officiellement depuis 2008. Notre activité consiste à promouvoir et partager cette mémoire de la traite négrière de l'esclavage auprès notamment des jeunes afin qu'ils s'approprient cette histoire pour aider à une véritable prise de conscience citoyenne.

Nous avons la charge de l'organisation des deux journées officielles :

> Le 10 mai, journée nationale de commémoration de la Mémoire de la traite de l'Esclavage et leurs abolitions ;
 > Le 23 mai, journée nationale en hommage aux victimes de l'Esclavage colonial.

Notre référence est la Loi Taubira "Loi n° 2001-434 du 21 mai 2001 tendant à la reconnaissance de la traite et de l'esclavage en tant que crime contre l'humanité", les trois premiers articles de cette loi guident nos actions pour ainsi promouvoir et partager avec tout public cette histoire de l'esclavage et notamment sa transmission auprès de la

jeunesse. À cet effet, nous organisons des rencontres, des débats, etc.



plus d'info

Contact@esclavage-paca.com - esclavage-paca.com

Compagnie **PICA PICA**



La Compagnie Pica Pica propose un atelier hebdomadaire de danse improvisée, des ateliers sur-mesure en art-thérapie, des performances et pièces à la fois poétiques et burlesques, des stages dans la nature avec massage thaï et Contact Improvisation.

LES JEUDIS DE L'IMPRO un laboratoire de la performance (ados / adultes)

18h30-20h30 au CMA Velten - 16 rue Bernard Dubois 13001 Marseille

avec Astrid Giorgetta et des artistes invités (Kati Hashert, Léa Canu Ginoux & co)

Un rdv hebdomadaire pour explorer le mouvement sous toutes ses formes et être à l'aise pour improviser, composer et performer dans l'espace public.

Chaque séance est indépendante et ouverte à tous niveaux.

Elle commence par une mise en état de corps en puisant dans une riche boîte à outils (approche somatique, yoga, danse, manipulations et massages, contact improvisation, voix, écriture, dessin...).

Elle chemine avec la danse libre et la connexion des corps entre eux pour se terminer par une recherche de composition instantanée sous le regard bienveillant du groupe.

C'est touchant, profond, intense et joyeux.

On repart de la séance transformé.e.

Alors si tu es une personne curieuse du mouvement, désireuse d'approfondir ta petite mécanique intérieure, de partager toute sa créativité au sein d'un groupe pétillant et bienveillant et de participer à des performances dans l'espace public tout au long de l'année, cette proposition n'attend que toi.

plus d'info

06 61 43 89 03 ciepicapica@gmail.com



Depuis peu, notre association s'est installée dans les Bouches-du-Rhône après 20 ans d'activités socio-culturelles dans la région lilloise.

Les objectifs de notre association sont les suivants :
- Affirmer l'attachement de la nouvelle génération aux

- valeurs culturelles iraniennes
- Réactualiser ces mêmes valeurs dans le monde contemporain, créer un lieu de rencontre Franco-Iranien, initier aux grandes fêtes Persanes, inviter à déguster la gastronomie iranienne
 - Organiser des soirées musicales et danses folkloriques persanes
 - Organiser des expositions d'art pictural, photographique et de bas reliefs persans
 - Créer de nouveaux partenariats avec les associations locales
 - Promouvoir l'art de vie Persane auprès des Marseillais
 - Apprentissage de la langue Iranienne : à l'écrit et à l'oral, mission ponctuelle de traduction de texte

plus d'info

09 81 25 90 15 - 06 50 13 94 97 - assofrancoperse@gmail.com

Association pour le Développement de la Culture d'Outre Mer et de son Expression Artistique **ADCOMEAM**

L'ADCOMEAM (Association pour le Développement de la Culture d'Outre-Mer et de son Expression Artistique en Métropole) créée en 1990, œuvre pour la musique et la création en s'inscrivant dans une démarche de professionnalisation tout en développant plusieurs actions. Elle met en place divers événements et ateliers pour favoriser la créativité et l'expression. Elle est à l'initiative de sa propre radio : UNITED RADIO 97.6 FM, également sur la Radio Numérique Terrestre (RNT) et internet sur www.unitedradio.net. Elle forme les futurs professionnels spécialisés dans les métiers de l'image et du son.

Aujourd'hui, l'ADCOMEAM continue de voir plus grand avec la création d'ANIS : L'Espace des Arts Numériques de l'Image et du Son. Situé au cœur du Grand Saint Barthélémy, au Centre Commercial Le Merlan, ANIS est un lieu abritant un studio radio, un studio d'enregistrement, un studio photo, un studio de répétition, un studio de programmation, un plateau avec fond vert, une salle de concert / projection, une salle de réunion, des salles de cours et des salles informatiques.

Tout ce dispositif permet à l'ADCOMEAM de continuer à développer ses actions, ainsi que créer et valoriser les richesses du territoire en rendant accessibles son savoir-faire et ses outils techniques.

Depuis sa création, l'ADCOMEAM a toujours œuvré pour que la culture et la formation soit accessible à toutes et tous. Aujourd'hui avec ANIS elle continue d'œuvrer dans cette voie tout en étant toujours plus ambitieuse.



plus d'info

04 91 67 20 20 - unitedradio.net

MAISON DE L'ÉCRITURE ET DE LA LECTURE



Écrire, vous en rêvez ?

Contactez la Maison de l'écriture et de la lecture
Vous avez envie d'écrire des récits de fiction, des nouvelles, des poèmes, des contes, de rédiger petit à petit des récits de votre vie, mais vous n'avez pas encore osé... ou bien vous écrivez seul(e), mais vous aimeriez partager cette passion et vous avez envie de progresser ?
Venez écrire dans nos ateliers d'écriture, participez à nos stages d'écriture :

Le lundi après-midi dans le 12e arrondissement
Le jeudi matin dans le 9e arrondissement

Le jeudi soir dans le 6e arrondissement

Stage d'écriture de nouvelles :

1 par saison le week-end
Plusieurs tarifs, renseignez-vous
OU

Vous écrivez des poèmes, des récits courts et vous aimeriez qu'on vous écoute ?

Vous aimez la poésie mise en musique, la poésie d'auteurs/es chantée ?

Vous rêvez d'entendre plus souvent les textes de vos auteurs préférés ?

Vous aimeriez partager vos coups de foudre pour un livre ou un auteur ?

Alors... venez nous rejoindre et adhérez à notre association.

Pour en savoir un peu plus sur la Rimbaud'folie : melmarseille.fr/videos

plus d'info

06 79 27 98 97 - maison-de-lecriture@sfr.fr
maisonécriturelecture.blogspot.com

CHANT'HAL



Ateliers chansons françaises et quelques unes en internationales à partir de 12 ans, jeunes et adultes
(intergénérationnel)

Contenu de l'atelier :

Chant, interprétation, vocalises, gestion du souffle, prononciation, interprétation en individuel et en groupe...
Jour et horaires de nos ateliers : mercredi de 18h à 20h (hebdomadaire) - Lieu : Saint-Just - 13^e (près du Théâtre du Moulin)

plus d'info

07 61 91 20 01 - chanthal13@yahoo.com

Un nouveau lieu autour de l'art & la culture
Danseur professionnel depuis 30 ans, passionné de danse et d'arts scéniques, Angelo Vergari a imaginé un lieu réunissant toutes les disciplines qui épanouissent les corps et font sourire les cœurs. La Vergari Ballett Compagnie vous accueille toute l'année dans un lieu unique à Marseille autour de l'Art et de la Culture.
Tous les cours sont réalisés par des professionnels animés par la même passion.

Leur objectif est simple : vous la transmettre.
Danse proposee Classique Contemporaine, Street Jazz, Zumba,Zubma_kid, Pilates Machines ,Pilates au sol,Yoga,Yoga Stretching,Body Zen,Body Fit



plus d'info

06 12 62 30 72 - vergari-ballett-danse.com
[instagram.com/vbcvergari_ballett_compagnie_FB](https://www.instagram.com/vbcvergari_ballett_compagnie_FB)
: Compagnie-Vergari-Ballett-172996553293645

LES AMIS DU VIETNAM

Née en juillet 2000, l'association Les Amis du Vietnam a pour objet de faire découvrir, de maintenir l'identité culturelle vietnamienne et de promouvoir l'entraide dans la vie sociale.

Pour ce faire, elle propose diverses activités autour des différents aspects de la culture en favorisant le lien communautaire :

- Organisation de temps de partage comme les repas mensuels, la célébration du Têt...
- Organisation de soirées à thèmes avec présentation de films et d'œuvres littéraires d'auteurs vietnamiens
- Une bibliothèque permet aux adhérents d'accéder à divers ouvrages sur le Vietnam
- Cours de vietnamien, 4 cours par semaine (2 niveaux pour l'apprentissage et 2 niveaux pour les cours de conversation) et des cours de français pour les nouveaux arrivants du Vietnam
- Cours de cuisine traditionnelle
- Ateliers de confection d'objets décoratifs utilisant les techniques de l'artisanat asiatique
- Actions solidaires pour le Vietnam : grâce à l'organisation d'événements à l'occasion desquels sont vendus des objets réalisés par les membres ainsi que de l'artisanat vietnamien, nous collectons des fonds destinés à des actions de soutien à des associations vietnamiennes.



plus d'info

06 68 51 22 94 - lesamisduvietnam.fr

LA MESÓN



La Mesón, temple du flamenco à Marseille, propose des cours de danse tous niveaux : débutant, intermédiaire, avancé et enfants.

Venez essayer les cours gratuitement à partir du 5 septembre, avec Isabel Gazquez, Josele Miranda et Magali Scotto di Carlo.

La Mesón, c'est aussi une salle de concerts.
52, rue Consolat - 13001 Marseille

plus d'info

04 91 50 11 61 - contact@lameson.com - lameson.com

UNI-SONS

L'association UNI-SONS est une école de musique dédiée à l'apprentissage de la musique et à la production. Elle propose des cours de piano, de flûte traversière, de chant mais aussi de l'éveil musicale pour les tous petits.

La musique étant salvatrice, elle développe par ailleurs des projets pédagogiques ouverts à tous, de manière individuelle ou collective. Enfants, seniors, malentendants, handicapés y apprennent à utiliser les techniques corporelles, vocales ou instrumentales qui leurs permettent de s'exprimer et de partager leurs émotions.

UNI-SONS fut créée en 2002 par Philippe TROISI, guitariste de grande renommée qui fut lui même « sauvé » par la musique suite à une enfance difficile.

Aujourd'hui, c'est sa fille qui reprend le flambeau pour partager sa passion, ses connaissances et aider les personnes qui le souhaitent, à découvrir le large panel de sensations qu'offre le monde de la musique. Cécile TROISI, musicienne depuis l'âge de 5 ans, flutiste et chanteuse professionnelle, préside désormais l'association. Passionnée par l'humain, le développement personnel et l'aide à la personne, elle impulse son énergie avec bienveillance.

Avec une équipe dynamique et motivée, UNI-SONS recherche avant tout l'épanouissement et le bien-être de ses élèves en s'adaptant aux demandes et ambitions de chacun.

A travers les cours et stages d'UNI-SONS et avec un apprentissage dans la convivialité, vous découvrirez des techniques musicales, corporelles et mentales qui vous permettront aussi bien de vivre votre hobby, d'entrevoir un métier, de simplement vous évader ou encore de communiquer.

Retrouvez nous au centre culturel St Georges, 47 rue Charras, 13007 Marseille pour votre premier cours (offert).



plus d'info

06 10 23 55 77

Développement d'Ateliers de Sensibilisation et de Loisirs Culturels Adaptés

DASLCA

Une association qui adapte les jeux pour tous.

DASLCA a été créé à Marseille en 2013.

Son but est de permettre à toutes personnes, en situation de handicap et valides, de participer à des jeux de société ensemble. Au travers des jeux proposés, l'association sensibilise au handicap pour permettre plus d'inclusion sociale. Par le jeu, l'association permet aussi aux personnes valides d'essayer de se mettre dans la position d'une personne handicapée.

Nous organisons des animations de jeux sensoriels, des jeux dans le noir et des ateliers de sensibilisation.

Nous nous déplaçons dans toutes les structures : établissements scolaires, centres aérés, entreprises et centres de formation, maisons de retraite, bibliothèques, établissements spécialisés.

Pour tous renseignements sur notre ludothèque ambulante ou si vous souhaitez nous rejoindre



plus d'info

06 63 17 74 70 - daslcajeuxadaptés@gmail.com.

CITÉ DE LA MUSIQUE

La Cité de la Musique vous propose une grande diversité d'ateliers, tant dans les instruments que dans les styles musicaux.



plus d'info

04 91 39 28 28 - .citemusique-marseille.com

DIVADLO THÉÂTRE

dès 4 ans et pour adultes. 25 cours de théâtre vous sont proposés en après-midi ou en soirée.

Un vrai théâtre de quartier vous accueille pour des représentations inédites et de qualité. Plus de 300 spectacles à l'année, pour les 1 à 3 ans, plus de 3 ans mais également une riche programmation tout public. L'équipe du Divadlo se met à votre service pour créer une ambiance conviviale et originale.

Côté Jeune public, vous rejoindrez un public d'habités et de passionnés. Des contes, des légendes, des histoires et la magie des marionnettes émerveillent petits et grands...

Un pur moment de plaisir où l'imagination est de la partie. Parents, vous êtes également conviés au spectacle qui, vous verrez, ne manquera pas de vous fasciner...

Pour les adultes, le Divadlo offre une large programmation de Comédie, contemporaine ou classique, bref des bons moments de détente en perspective...

plus d'info

04 91 25 94 34 - contact@divadlo.org - divadlo-theatre.fr

Ensemble vocal DIVERTIMENTO

Domicilié à Plan-de-Cuques l'Ensemble Vocal DIVERTIMENTO a été créé en 1997 par des choristes sérieux et passionnés de musique et sensible à la qualité dans la pratique chorale.

Notre association qui n'a cessé de se développer depuis près de 20 ans, apporte à notre région des concerts de qualité et une diffusion très large de la musique et de l'art choral. (Requiem de Mozart - Haendel - Chœurs d'opéras - requiem de Verdi)

Notre démarche est de proposer un chœur de bon niveau répondant aux exigences du genre.

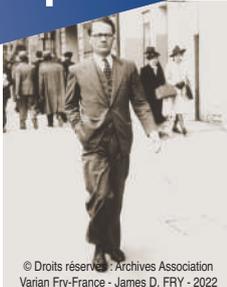
Programme 2023 Stabat Mater Karl JENKINS



plus d'info

06 99 35 60 00 - divertimento-plandecuques.fr

VARIAN FRY-FRANCE



© Droits réservés : Archives Association Varian Fry-France - James D. FRY - 2022

Varian Fry sur la Canebière, à Marseille, en 1940, lorsqu'il crée le Centre Américain de Secours 60, rue Grignan Marseille 6^e (une plaque en l'honneur de Fry a été déposée par la Ville de Marseille sur la façade).

Varian Fry était un journaliste américain qui a organisé à Marseille pendant la Seconde Guerre Mondiale une résistance humanitaire face au nazisme, en portant secours aux opposants politiques les plus menacés par Vichy et les nazis : les artistes, les écrivains, les hommes politiques, les syndicalistes.

L'Association Varian Fry-France a une vocation historique, pédagogique

et culturelle. Il est vrai que nos activités ont été perturbées par un contexte sanitaire dramatique, mais nous poursuivons nos actions éducatives en espérant des temps meilleurs. Nous reprendrons nos interventions auprès des jeunes, en organisant dès cette année, dans les collèges et les lycées des rencontres pédagogiques autour de l'exposition Varian Fry (27 panneaux), un monde en exil (prêt gratuit), et des ateliers créatifs, qui ont eu un vif succès.

L'Association Fry prépare pour septembre 2022 une grande manifestation publique autour de l'action de Varian Fry, de Daniel Bénédict et de ses compagnons de lutte contre la barbarie nazie.

Ces rencontres internationales sont intitulées **VARIAN FRY, Résister par l'Art et par la culture, elles seront réalisées du**

26 au 29 septembre 2022, en partenariat avec la Ville de Marseille, le Département et la Région Sud.

Les conférenciers, venant de plusieurs pays évoqueront la vie de Varian Fry (Sheila ISENBERG, Philip BREENEN) et les artistes surréalistes repliés à la Villa Air-Bel (la Pomme) autour d'André Breton : Alain PAIRE évoquera Max Ernst, Eva WEISWEILER, Luise Strauss Ernst dite « Notre-Dame de Dada ». Jean-Marie GUILLON mettra en scène René CHAR, Poète et Résistant. Dan FRANCK, écrivain et scénariste, reconstituera l'ébullition des intellectuels antinazis, en butte à la défaite, qui à partir de Marseille ont choisi l'exil ; auteur de Scénario, il, évoquera sans doute ses réalisations pour la télévision. Alba Romano PACE, Professeure à l'Académie des Beaux-Arts de Florence, brossera un portrait de Jacqueline LAMBA, femme d'André BRETON, peintre rebelle. Augustin GIOVANNONI nous entraînera sur les chemins de l'exil. Un moment d'exception sera la projection du film d'André MALRAUX ESPOIR, Sierra de Teruel, film interdit par la censure de Vichy, sauvé de la destruction par Varian Fry en 1941 en partenariat avec la Cinémathèque de Marseille (Daniel ARMOGATHE).

Le Programme détaillé des rencontres est sur notre site. Les conférences sont gratuites. Vous y trouverez des fiches de réservation (à nous retourner) sur notre site Web.

Des visites guidées de l'exposition Varian FRY, un monde en exil, installée, aux Archives Départementales des Bouches-du-Rhône, sont possibles en septembre, sur réservation, en nous contactant sur notre E-Mail (notamment pour les journées du patrimoine).

[plus d'info](#)

06 85 75 92 57 - viryanfrance@orange.fr - varianfry-france.fr

AMIS DU MUCEM



© pixabay

Salué par la presse comme « l'un des plus beaux musées du monde », le MuCEM a ouvert ses portes en juin 2013, année de Marseille-Provence, Capitale Européenne de la Culture.

Premier musée national créé hors de Paris, riche d'un remarquable fonds de collections, le MuCEM recouvre anthropologie, histoire, archéologie, histoire de l'art et art contemporain.

Plus de 10 millions de personnes sont déjà venues le découvrir.

La société des Amis du MuCEM engagée aux côtés des équipes du Musée des Civilisations de l'Europe et de la

Méditerranée, forte de plus d'un millier d'adhérents, accompagne la vie du musée de façon active.

L'Association contribue au rayonnement du MuCEM, nous rejoindre c'est participer à un projet d'envergure, faire de ce lieu « non seulement un musée, mais un phare qui irradie les cultures méditerranéennes et le nouveau centre névralgique de la ville ».

Jeunes Amis du MuCEM, une section « jeunes » a vu le jour afin d'élaborer et conduire des activités culturelles qui leur soient adaptées et s'intègrent à leur vie confirmant notre souhait d'être une association intergénérationnelle. Vous aussi, rejoignez les Amis du MuCEM :

Accès gratuit et illimité aux expositions ; invitations aux expositions en avant-première ; visites exclusives avec des conservateurs historiens et artistes ; conférences, excursions et voyages thématiques ; visites privées des coulisses du musée ; abonnement à « La lettre des amis » et au « Flash info électronique » ; tarifs préférentiels sur toutes les activités du musée et auprès de nos partenaires.

[plus d'info](#)

amisdumucem.org - contact@amisdumucem.org

Association Diaspora comorienne Foubouni **ADCF**



© pixabay

Objectif de l'association depuis 1971 à ce jour :

- Mener toute action et prendre toute initiative visant à favoriser l'intégration et l'insertion sociale des Comoriens au sein de la République dans le respect de ses valeurs.

- Euvrer pour la réussite des femmes et favoriser leur accès à une meilleure éducation, à de meilleures emplois.

- Favoriser l'appropriation de la culture, la langue et les traditions par la jeunesse Comorienne.

- Renforcer les liens de solidarité et d'entraide entre les Comoriens.

- Promouvoir l'entrepreneuriat.

[plus d'info](#)

07 49 73 51 03 - adcf.ladiascf@gmail.com

Solidarité France-Kabylie **SFK**



© pixabay

Solidarité France Kabylie est une association citoyenne qui se veut d'être le trait d'union entre les deux rives de la Méditerranée, pour renforcer les liens d'amitié et de solidarité déjà existants entre les deux peuples Kabyles et Français.

En plus de promouvoir la culture, la langue et la civilisation Kabyle ici à Marseille SFK s'engage à apporter sa petite contribution pour améliorer le bon vivre ensemble par la création d'activités culturelles et artistiques, la valorisation du patrimoine culturel provençal et aussi par la promotion des valeurs de liberté de conscience et de laïcité.

[plus d'info](#)

06 31 90 34 11 - kabylie.france13@gmail.com

UKULÉLÉ À MARSEILLE



© pexels

Depuis 2018, nous promovons le ukulélé avec une équipe aux compétences variées et hyper motivée !

- Journée internationale du ukulélé
- La Marseillaise des femmes
- Déambulation fête de la musique
- Animation congrès AFIS au conseil Régional
- La voie est belle
- Intervention Ephad
- Festival de Ukulélé « la fiestalélé » 2019 et 2021

*interclub à Nice, Paris, Montpellier et Toulouse en attente Projets à venir :

- La FIESTALELE du Ukulélé Marseillais du 15 au 21 mai 2023, où se croiseront des centaines d'amateurs et curieux Une rencontre hyper festive avec des groupes venus de partout pour partager la scène avec les groupes locaux du club marseillais. Plusieurs sorties touristiques ont déjà complétés le festival, comme la balade en petit train et la navette RTM au Frioul dans lequel 90 joueurs ont fait résonner encore les 4 cordes de cet instrument au pouvoir magique. Beaucoup d'artistes également présents pour l'exposition et de nombreux commerçants ont répondu positivement à notre tombola avec de magnifiques instruments. Un pique-nique, des stands de luthiers et des master-class font à coup sûr de nouveaux adeptes
- Rencontres Scènes ouvertes, à l'Intermédiaire, chaque premier lundi (voir Facebook)
- Rencontres à la cité des associations (les autres lundis à confirmer)
- Préparation du prochain FESTIVAL 2023 et autres manifestations à venir.

Vous pouvez nous joindre sur le site : mis à jour et animé avec photos et vidéos des événements

[plus d'info](#)

06 62 23 99 62 SMS - contact@ukuleleinmarseille.com
ukuleleinmarseille.fr - FB : "UKULELE in Marseille"

ATELIER CARTES EN SCRAP

L'Atelier Cartes en Scrap propose des ateliers de loisirs créatifs, le mardi après-midi au Centre Municipal d'animation Vallier à Marseille.

Lors de ces ateliers, vous confectionnez des cartes, des boîtes, des décorations pour la table ou pour la maison. Vous apprendrez également à mettre en scène vos photos (scrapbooking) et à créer vos albums photos de A à Z.

Le tout dans une ambiance familiale et chaleureuse et en petit comité, car il est important à nos yeux, de pouvoir être attentifs à chacun et de pouvoir intervenir si une personne rencontre des difficultés pour réaliser ce qui est proposé.

Alors, venez essayer, vous détendre et, cerise sur le gâteau, repartir avec votre réalisation et pouvoir dire « c'est moi qui l'ai fait » !!



© pexels

plus d'info

06 09 92 06 93 - lateliercartesenscrap.over-blog.com
laces@hotmail.fr - lateliercartesenscrap.com

LIVE CULTURE



© pexels

Production d'artistes / Diffusion / Organisation du Festival « la nuit des Griots »

L'association Live Culture a été fondée en janvier 2016 par Issiaka KOUYATE et Victor DA.

Depuis 6 ans, Live Culture mène des projets culturels et des actions artistiques sur Marseille, en France et à l'étranger. En plus du festival La nuit des Griots, événement majeur, l'association organise aussi plusieurs types d'événements culturels : concerts, spectacle de contes, stage de danse, de percussion, atelier de lecture/écriture, atelier de marionnette, atelier de cirque et acrobatie...

Depuis quelques années Live Culture travaille également avec un public en difficulté (enfants placés, personnes isolées, en situation de précarité) ainsi que dans le domaine du handicap visuel notamment.

L'association Live Culture :

- intervient et apporte son expertise sur des projets artistiques : création, production, diffusion, promotion
- donne l'accès au plus grand nombre à la culture vivante qu'elle soit africaine ou autre
- organise des rencontres et des passerelles entre les différentes cultures
- soutient la création et la production artistique
- favorise la diversité et la diffusion des expressions culturelles
- œuvre à la professionnalisation des acteurs du domaine artistique

plus d'info

06 03 92 73 96 - live.culture@outlook.fr

ART'COM'GROOVE



L'association Art'Com'Groove existe depuis 2010.

Elle a pour but de diffuser et développer la culture urbaine par le biais de différentes plates-formes.

L'association propose des cours de danse Hip-Hop dans le 6^e arrondissement de Marseille pour les adolescents et

adultes avec le chorégraphe Edouard Lavelle (Dirty South Crew) et pour les enfants avec la danseuse Jessica.C (Dirty South Crew). Adresse : LIFE CLUB - 40 rue du Docteur Escat 13006 Marseille.

Pour la saison 2019-2020, l'association s'agrandit également dans son nouveau lieu le Studio One Dance by Art Com' Groove pour proposer différents cours pour tous âges avec plusieurs professeurs : hip-hop, ragga dancehall, coupé décalé, orientale, classique, moderne, théâtre, lady style...

Adresse : Studio one - 322 bd Romain Rolland 9^e

En parallèle, l'association a pour objectif de promouvoir le groupe de danse "Dirty South Crew" pour l'accompagner dans la production et la diffusion de son art.

Stage de pré-rentrée le samedi 7 septembre gratuit et ouvert à tous.

Reprise des cours le lundi 9 septembre cours d'essai gratuit.

plus d'info

06 09 47 18 90 - Insta : [art.com.groove](https://www.instagram.com/art.com.groove)

Facebook : [Art Com' Groove](https://www.facebook.com/ArtComGroove)

Le lieu mythique à Marseille

LE CENTRE SOLEA



© pexels

Pour s'initier à l'art flamenco et à la danse sévillane, et pour plonger dans une culture passionnante. Le Centre Solea vous accueille à bras ouvertes !

Le lieu mythique créé par une famille de passionnés en 1993, en plein quartier du Vieux Port, dans les locaux historiques des anciens Arsenaux. Maria Pérez, Marc Bamoudrou et Ana Pérez, véritables pionniers, y ont développé et transmis une culture flamenca profonde depuis toutes ces années.

L'ECOLE DE DANSE : Siège officiel de l'Ecole de Flamenco d'Andalousie, ce petit coin d'Espagne est une véritable institution. Le projet pédagogique élaboré par Maria Pérez a fait ses preuves. L'exigence est là, mais elle s'adresse à tous : depuis les débutants jusqu'aux professionnels en passant par les personnes handicapées, les tous petits ou encore les personnes du bel âge.

Bienveillance, humour et énergie chez les enseignants. Des cours structurés et des échelons à gravir avec bonheur.

LES PROGRAMMATIONS : Tout au long de l'année, les adhérents ont la possibilité d'être en immersion totale dans le flamenco, grâce aux soirées « tablaos ». Des cafés-concerts avec les meilleurs artistes de Madrid ou de Séville.

FESTIVAL FLAMENCO AZUL : Solea est également la structure fondatrice et porteuse du festival FLAMENCO AZUL organisé en collaboration avec Arts et Musiques en Provence.

plus d'info

06 14 55 54 52 - solea@numericable.fr

centresolea.org

PARADIS DU RIRE

- Les spectacles pour enfants

Ce dernier point est particulièrement important car un enfant qui va au théâtre quand il est petit et qui associe le théâtre à un moment de plaisir, reviendra au théâtre une fois arrivé à l'âge adulte. Les spectacles enfants que nous proposons sont donc basés sur le même thème que nos spectacles adultes : le rire !



© pixabay

plus d'info

04 91 76 15 97 - archangetheatre@orange.fr



Le Comité du Vieux-Marseille a été fondé en 1911 et reconnu d'utilité publique depuis 1924.

Son but est de promouvoir et protéger le patrimoine marseillais, quel qu'il soit (monuments, rues, espaces verts, traditions, culture).

Regroupant plus de 500 membres, le Comité du Vieux-Marseille multiplie les actions en faveur du patrimoine. C'est ainsi qu'il propose régulièrement des conférences sur Marseille, des visites guidées de la ville, des cours de provençal, des sorties culturelles dans la région, des voyages culturels, diverses manifestations comme des expositions, le Carré des Ecrivains® avec la remise du prix des Marseillais®, le Trophée Protis®.

Il publie les cahiers du Comité du Vieux-Marseille avec des textes inédits sur l'histoire de Marseille et dispose d'une riche bibliothèque sur la ville.

Il effectue un travail de recherche à travers diverses commissions ou ateliers (commission du patrimoine scientifique, industriel, artistique et culturel ; commission des rues, commission image, commission bibliophilie et atelier du parler marseillais).

Outre les cahiers et les catalogues réalisés lors des expositions annuelles précédant le Carré des Ecrivains® (le thème de l'exposition 2022 en novembre sera « le Centre Bourse et ses alentours, Histoire et Patrimoine de Marseille » ; le Comité du Vieux-Marseille a publié quelques livres notamment l'histoire du Comité du Vieux-Marseille ; Marseille un terroir et ses bastides ; 25 histoires de Marseille.

Le Comité dispose d'un nouveau site Internet, n'hésitez pas à le consulter !

Permanences le mardi et le jeudi de 14h à 17h

Comité du Vieux-Marseille 21, boulevard Longchamp
13001 Marseille

plus d'info

04 91 62 11 15 - contact@comiteduvieuxmarseille.net
comiteduvieuxmarseille.net - FB : [comiteduvieuxmarseille](https://www.facebook.com/comiteduvieuxmarseille)

ESPÉRANTO MARSEILLE



© Michel Cetri VdM

Espéranto Marseille présente l'Espéranto, langue internationale et équitable

Une langue jeune née en 1887, créée par Ludwik Zamenhof, un jeune médecin polonais qui rêvait de rétablir la paix par une passerelle linguistique facile à apprendre. Cette langue comporte 16 règles de

base, sans exceptions grammaticales ni orthographiques. Un vocabulaire de base permet de communiquer de manière simple et d'une facilité déconcertante avec des locuteurs du monde entier.

À Marseille, le groupe Espéranto Marseille vous propose des cours gratuits, dès le niveau débutant, ainsi que des réunions entre espérantistes, où nous bavardons en Espéranto, traduisons des textes de et vers l'Espéranto, écrivons des articles, collaborons à Wikipédia, participons à des stages, événements et congrès, ...

Les cours gratuits et réunions d'espérantistes ont lieu toutes les semaines à Marseille. L'Espéranto peut également s'apprendre aisément par des méthodes en ligne.

Esperanto Marseille prezentas Esperanton, la internacian kaj ĝustan lingvon

Esperanto estas juna lingvo, naskiĝita en 1887, kreita de Ludoviko Zamenhof, juna pola kuracisto kiu revis restarigi pacon dank al facile lernebla lingva ponto. Tiu lingvo baziĝas sur 16 reguloj, sen gramatika nek ortografia escepto. Malgranda baza vortaro ebligas komunikon tute simple kaj efike kun esperantaj parolantoj de la tuta mondo.

En Marsejlo, la grupo "Esperanto Marseille" proponas senpagajn kursojn, ek de la komenca nivelo kaj kunvenojn inter esperantistoj, kie ni babilas esperante, tradukas tekstojn al kaj el Esperanto, verkas artikolojn, kunlaboras al Vikipedio, partoprenas en staĝoj, eventoj, kongresoj, ... Senpagaj esperantaj kursoj kaj kunvenoj okazas ĉiujn semajnojn en Marsejlo. Esperanto ankaŭ povas esti lernita per retaj metodoj.

plus d'info

06 09 18 28 51 - esperanto.marseille@laposte.net
marseille.esperanto-france.org

LE CERCLE CATALÀ DE PROVENÇA

Le nouveau nom de l'entité séculaire Cercle Català de Marsella a été choisi pour tenir compte de l'extension de la zone de provenance des adhérents qui s'étend désormais jusqu'à Aix-en-Provence. Le but du Cercle est de diffuser la langue et la culture catalanes dans ce périmètre. Les principaux moyens pour atteindre cet objectif sont :

L'organisation de cours de langue catalane

- ouverts à tous, à Marseille dans les locaux de la Cité des Associations

- sous forme de séances de pratiques ludiques de la langue pour les enfants, en partenariat avec nos amis provençaux du Forum d'Oc dans les locaux du CEP d'OC à Aix-en-Provence.

L'organisation d'activités liées aux traditions catalanes qui rassemblent les membres et leurs invités lors de manifestations conviviales : le Tio de Nadal, avec distribution de friandises pour les enfants, la Castanyada d'Automne, la Célébration de la Sant Jordi en avril, Fête de la rose et du livre qui est maintenant organisée partout dans le monde, des excursions et pique-niques collectifs.

Nous participons aux cours de sardane organisés par nos amis de l'Association S0m i Serem.

Nous organisons des conférences culturelles avec invitation de personnalités catalanes, à la fois sur la situation politique actuelle et sur l'histoire de la Catalogne. Nous sommes attachés à développer les liens entre culture catalane et culture provençale et nous sommes engagés dans la préservation de la diversité culturelle à Marseille. Pour plus de détails vous pouvez consulter notre page facebook : les amis du Cercle Català de Marsella



© Michel Cetri VdM

plus d'info

cercle.cat.mar@gmail.com



AMICI a été créé à Marseille en septembre 2005.

Organisme formateur agréé datadocké non encore inscrit sur la liste du CPF

Son but est de promouvoir la langue et la culture italiennes. Que ce soit pour des raisons culturelles, familiales, professionnelles ou scolaires, AMICI vous propose des cours adaptés à vos envies, vos passions, vos besoins.

Cours de langue tout niveau, de conversation, de traduction et animations pédagogiques (cercle de lecture, cours de cuisine italienne, ateliers thématiques).

AMICI est le sigle d'un projet associatif : Action, Méditerranée, Inter-Culturel, Identités mais c'est aussi, et surtout, la traduction italienne du mot « amis »...

plus d'info

06 79 38 17 03 - 06 07 65 34 59
info@association-amici.org

PETITS DÉBROUILLARDS



© pexels

Créée à l'initiative de chercheurs, d'enseignants et d'animateurs, l'association des Petits Débrouillards entend contribuer à former des citoyens actifs, capables d'opinions réfléchies et critiques.

Son engagement quotidien répond à une préoccupation sociale : celle de fournir aux jeunes de tous les horizons l'occasion de se forger un regard curieux et informé sur le monde qui les entoure.

Historiquement centrée sur les jeunes, l'association s'adresse présentement à tous les publics : enfants, adolescents, adultes, professionnels, personnes âgées, personnes en situation de handicap.

L'association aborde différentes thématiques à travers des supports variés comme des expositions interactives, formations, animations, malles pédagogiques etc.

Les Petits Débrouillards déclinent leurs activités sous trois axes de réflexion privilégiés : l'éducation au numérique et aux médias, l'éducation aux transitions écologiques et sociales et l'éducation au vivre ensemble. Par une pédagogie active fondée sur la démarche de recherche et l'expérimentation Les Petits Débrouillards proposent une approche des sciences et des techniques accessible à tous par l'utilisation de supports pédagogiques variés et d'un matériel simple. Ils participent au développement de la curiosité, des capacités d'observation, de raisonnement et d'esprit critique. L'association est présente à l'échelle mondiale offrant ainsi la possibilité de projets et de partenariats internationaux (Belgique, Canada, Maroc, Tunisie...etc). Nous sommes au 51 avenue de Frais Vallon 13013 Marseille

plus d'info

06 16 43 01 88 - paca@lespetitsdebrouillards.org
a.anger@debrouillonet.org - c.dol@debrouillonet.org

L'Association Marseillaise d'Astronomie (AMAS) est une association loi 1901, dont les buts principaux sont :

- la vulgarisation des sciences et de l'astronomie en particulier ;
- la construction de télescopes et autres instruments ;
- l'observation et l'imagerie astronomique ;
- l'animation de manifestations astronomiques grand public. Nous nous réunissons tous les mercredis soirs, hors vacances scolaires à 21h au CMA du Petit Bosquet 213, avenue de Montolivet 13012 Marseille avec conférences pour public de tous niveaux. Observations du ciel et visioconférences.

Festivals du Parc de la Mirabelle et du Parc Borély. Conception et fabrication de télescopes (optique, électronique, mécanique).

Les instruments de l'association

- une lunette de 60mm avec coronographe
- deux télescopes de 200mm fabriqués par l'AMAS
- un CELESTRON 8
- un télescope de 400 mm fabriqué par l'AMAS

Tous nos télescopes sont opérationnels pour la photographie à longue pose.

Plusieurs membres de l'AMAS fabriquent ou ont fabriqué leurs propres instruments.



© pexels

[plus d'info](#)

amas@free.fr - amas.marseille-astronomie.xyz

DOS MARES



© pexels

Les ateliers blancarde est un tiers-lieu d'expérimentations artistiques, social et solidaire, situé dans la gare SNCF Marseille - Blancarde.

À l'initiative de Dos Mares, ce laboratoire d'innovation sociale est un pont entre les problématiques de l'art contemporain et celles de notre société en mutation. Ce lieu expérimente un ensemble de propositions concrètes sur l'engagement et la responsabilité des êtres vis à vis d'un lieu, d'une communauté, d'un territoire. Il s'agit de co-construire et d'enrichir le lien social et culturel entre les personnes à travers la circulation de biens et de connaissances. Cette proposition repose sur la nécessité actuelle d'inventer un mode de consommation raisonné, respectueux de l'environnement, à échelle humaine et locale autant que d'établir et affirmer la position de l'artiste au cœur de la ville.

Les ateliers blancarde rassemblent différents services destinés à tous les publics : une bricothèque, une artothèque, une bibliothèque, un jardin et des événements artistiques durant toute l'année. Ils sont aussi un espace de vie accueillant et ouvert sur la ville dans lequel des artistes travaillent et développent des propositions en faveur d'une société basée sur l'économie circulaire.

[plus d'info](#)
2mares.org



© pixabay

AFK13 est une association socio-culturelle. Depuis sa création en 2012, elle s'est donnée pour mission de transmettre aux nouvelles générations issues de l'immigration, l'histoire et le patrimoine matériel et immatériel de leur origine kabyle mais aussi faire connaître et partager avec tous les Marseillais la richesse

de ce patrimoine pétri de tolérance et d'acceptation de l'autre dans sa différence.

Activités :

- la promotion de la culture et de la langue kabyles
 - favoriser la création, la production et l'édition dans les domaines musicaux, théâtraux, artistiques, littéraires...
 - promouvoir les valeurs de tolérance, laïcité, citoyenneté
 - informer et aider la communauté pour l'intégration dans la société française
 - le soutien et l'orientation des familles en grandes difficultés
 - l'accès à la culture et aux loisirs
 - la découverte de notre région
 - les cours de langue kabyle pour adultes et enfants
- Bienvenue aux bénévoles qui souhaitent nous rejoindre et aux futurs adhérents qui voudraient partager avec nous nos activités.

[plus d'info](#)

afkdu13@gmail.com

Association Pacifique et Culturelle Ukrainienne **APCU**

«Sans véritable amour pour l'humanité, il n'y a pas de véritable amour pour la patrie.» Anatole France

Notre activité principale est l'organisation de l'aide humanitaire aux réfugiés et citoyens ukrainiens. Elle a pour objet d'œuvrer pacifiquement pour le bien être et le bien vivre des réfugiés ukrainiens, de promouvoir la paix, d'organiser l'aide alimentaire et d'aider à la reconstruction de l'Ukraine, mais également promouvoir la solidarité et le partage culturel.

De février à juin 2022, nous avons

Envoyé :

- 8 camions d'aide humanitaire
- des médicaments qui ont sauvé la vie de 169 soldats et plus de 420 ont pu récupérer plus rapidement
- plus de 280 enfants ont reçu jouets et articles de papeterie
- 358 familles sont retournées chez elles

Organisé :

- 7 collectes dans les supermarchés
- des concerts caritatifs au profit de l'Ukraine et une soirée avec un repas ukrainien avec nos partenaires
- Participé au Carnaval de 2022 de Marseille avec nos symboles ukrainiennes faits par des réfugiés

Projets

En Ukraine, certaines régions ont un besoin urgent de nourriture, de médicaments et de produits d'hygiène.

APCU prévoit d'organiser plusieurs événements :

- continuer l'aide humanitaire
- plusieurs concerts au profits de l'Ukraine
- trouver des voitures tout terrain, pour les envoyer en Ukraine et aider les civils
- exposition Ukrainienne
- aider les femmes dont les hommes sont à la guerre
- Flashmob
- cours de français et cours de Neuro Grafica pour les réfugiés
- faire un partenariat avec des magasins de matériaux pour aider à reconstruire les maisons en Ukraine
- des soirées artistiques
- des activités pour les réfugiés

Nous avons besoin de votre aide !



© pixabay

[plus d'info](#)

[07 68 55 20 13](tel:0768552013) - association.apcu@gmail.com

LES VOIX DE MARS



Notre jeune association "Les Voix de Mars" créée en janvier 2020 a pour objet la pratique du chant choral polyphonique et de ses outils (technique vocale, percussions corporelles, rythme)

Elle privilégie la construction du lien social ainsi que l'accès à la culture pour tous.

Nos valeurs: bienveillance, joie, exigence, humanisme, partage, tolérance

Un noyau dur de choristes s'est constitué depuis la création du chœur en 2015 à l'initiative de la cheffe de chœur Cécile Andrée.

C'est un chœur actuel, dynamique et pétillant qui compte aujourd'hui 34 choristes accompagné par Eric di Marino (guitare) et Cécile Andrée (claviers, cajon)

Nous abordons la chanson française avec des textes à portée humaniste et faisons quelques incursions dans la pop anglophone.

Les spectacles : moments importants qui viennent concrétiser le travail des choristes, moment de plaisir et de partage avec le public. Ils sont un moyen de diffuser notre idée fondatrice; enthousiasme et bonne humeur vont de pair avec la qualité, la précision et le travail.

Le chœur est ouvert et accessible à tout adulte quel que soit le niveau.

Reprise des répétitions le mercredi 14 Septembre à 19h

Lieu : CMA Chartreux

108 Bd Françoise Duparc - 13004 Marseille

Horaires : 19h à 21h

[plus d'info](#)

[06 73 65 14 94 -lesvoixdemars@gmail.com](mailto:0673651494-lesvoixdemars@gmail.com)



Lieu d'éveil, de questionnement et de sensibilisation au monde du théâtre, le Badaboum théâtre est aussi un outil de rencontre et de partage entre les générations. En mars 2022, il a fêté sa cinquième année d'existence. Aujourd'hui, le Badaboum théâtre est une compagnie comptant presque trente comédiens, plusieurs metteurs en scène, des professeurs de théâtre et de cirque, une équipe technique et administrative unie dans un engagement partagé. Sa programmation fait la part belle aux contes, mais propose aussi des classiques adaptés pour les plus jeunes et des textes contemporains. À

BADABOUM THÉÂTRE

l'image des différents personnages qui, sur un fil, une balançoire ou un trapèze, habitent les affiches du théâtre, ses spectacles tentent de nous faire prendre un peu de hauteur, de s'élever au-dessus du monde pour le regarder avec plus de distance et s'ouvrir ensuite à lui, espérons-le, avec davantage de poésie.

Motivé par un fort désir de partage et d'échange, le théâtre ouvre de plus en plus ses portes aux autres compagnies qui, dans le contexte actuel, trouvent à travers le Badaboum un partenaire précieux.

Dès sa création, le Badaboum théâtre a eu pour objectif de développer le goût du théâtre chez l'enfant aussi par le biais de la pratique artistique. Cours, stages et ateliers ponctuels, permettent de faire l'expérience unique du plateau et de devenir un spectateur un peu plus averti.

Que l'on soit dans la salle ou sur la scène, le théâtre est une expérience à la fois intime et collective, où notre propre sensibilité se mêle à celle des autres, où nos regards critiques se croisent, entrent en relation et en réflexion.

plus d'info

04 91 54 40 71 - contact@badaboum-theatre.com
badaboum-theatre.com

Langue des Signe Française Méditerranée LSF MED



© Michel Cetri VdM

L'association LSF MED – Langue des Signe Française Méditerranée – dispense des cours de LSF accessibles à tous les publics à partir de 15 ans (parents d'enfants sourds, membres de la famille, professionnels de l'Éducation Nationale, personnel paramédical, secteur social, administration, étudiants, particuliers, etc.), afin d'établir une meilleure communication avec les personnes

sourdes mais aussi préparer aux études d'interprète pour celles et ceux qui suivront la formation complète et souhaitent ensuite intégrer le cursus universitaire dédié. Différentes formules sont proposées à Marseille, Toulon, Avignon et Nice : cours du soir, cours hebdomadaires, stages intensifs ou encore stages vacances scolaires.

Il est tout à fait possible de suivre ces formations dans le cadre de la formation continue (DIF, CIF) ou de bénéficier d'une prise en charge financière selon les situations (Pôle Emploi, Conseil Départemental, Agefiph, MDPH...).

L'association LSF MED propose également des formations en intra pour les entreprises et milieux scolaires, ainsi que des sensibilisations à la LSF et à la Culture Sourde.

plus d'info

04 91 79 96 81 - contact@lsfmed.org - lsfmed.fr

ARTISTES INDÉPENDANTS DE PROVENCE



L'association « Les Artistes Indépendants de Provence » est un collectif d'artistes peintres amateurs créé en 1924 à Marseille dont l'activité est de promouvoir l'Art à travers des expositions de peinture, échanger avec des artistes partageant la même passion et participer à des événements culturels.

À ce jour l'association, dont le siège social est basé à la Cité des Associations de Marseille, est composée de 13 adhérents de tous âges et de tous horizons. Ce qui les unit est le plaisir de peindre. Sur la toile, ils expriment leurs émotions en utilisant toutes les techniques d'expression artistique (l'huile, le pastel, l'aquarelle, la gouache...) et en se laissant guider par leurs sources d'inspiration d'une grande variété.

Afin d'enrichir son groupe de peintres, l'association est ouverte à toutes nouvelles adhésions.

Charles BLANC, l'actuel président depuis 2020, animé par le désir de mieux faire connaître l'association, a lancé la création d'un groupe Facebook sur les réseaux sociaux afin de toucher un public plus large.

D'ailleurs l'association participera pour la 1ère fois à « VIVACITE » le 11 septembre 2022.

Mais l'activité principale de l'association reste l'organisation d'expositions et donc la recherche active de lieux propices à l'accrochage des œuvres de ses adhérents.

La pandémie a mis un frein à cette activité depuis bientôt deux ans mais l'horizon commence enfin à s'éclaircir puisque les expositions au sein de la Cité des Associations ont redémarré cette année.

Les artistes de l'association « Les Artistes Indépendants de Provence » vous y proposeront un voyage artistique à travers l'éclectisme de leurs œuvres, dans des univers authentiques propres à chacun mais guidés par une sensibilité créatrice commune.

plus d'info

charlesblanc@numericable.fr

CHINAFI

CHINAFI, Centre de langues asiatiques basé à Marseille et à Aix-en-Provence, vous propose, en classe ou par Skype, des cours interactifs de chinois, coréen, et japonais, en individuel ou en petit groupe pour un meilleur apprentissage.

CHINAFI est le Centre de formation accrédité à la préparation du diplôme national – le DCL chinois : DIPLÔME DE COMPÉTENCE EN LANGUE. Nos formations en chinois, en japonais et en coréen sont éligibles au titre du CPF : Compte Personnel de Formation.

CHINAFI propose également des cours de calligraphie et de peinture chinoises qui abordent différents aspects de la culture chinoise (histoire des grands personnages, poésies, légendes).

Si vous souhaitez découvrir la beauté de ces langues et de ces cultures, si l'Asie est une terre qui vous attire, pourquoi ne pas sauter le pas ? CHINAFI vous attend !

146 Rue Paradis, 13006 Marseille
Bureau ouvert du lundi au vendredi 10h-12h/14h-18h30
Contactez-nous pour plus d'informations.



© pixabay

plus d'info

04 91 53 28 34 - 06 69 51 14 12
contact@chinafi.net - chinafi.net - FB: CHINAFI

BIBLIOTHÈQUE ORANGE



© pixabay

La Bibliothèque Orange, passeur de mots depuis 1922 !

À tous ceux et celles qui aiment lire, la Bibliothèque Orange, ou « B.O. », propose une sélection diversifiée de nouveautés publiées en France.

C'est une association loi 1901, sans but lucratif, animée par des bénévoles.

La Bibliothèque orange compte actuellement près de 600 groupes d'adhérents en France et à l'étranger, soit environ 13 000 abonnés répartis dans le monde.

Un comité de lecture assure une présélection et, à l'issue d'un vote, établit une liste de 24 à 36 titres proposés aux abonnés, réunis en groupes de lecteurs.

Selon les circuits, le rythme est de 1 ou 2 livres par quinzaine ou par mois.

Le choix (24 à 36 livres récents à découvrir chaque année), la diversité (10 rubriques pour satisfaire tous les goûts et envies : Roman, Histoire, Art, Témoignage et Récit, Voyage...), les échanges facilités (près de 600 circuits d'adhérents répartis en France et dans le monde) et un coût réduit (abonnement rentabilisé dès la 3e lecture), voici 4 bonnes raisons de s'abonner à la Bibliothèque Orange.

plus d'info

06 12 40 49 98 - bibliotheque-orange.org
bibliotheque.orange@wanadoo.fr

GUITARES NOMADES



Guitares Nomades est une école de guitare. L'activité musicale se déroule au 21, rue des Bergers, 13006 Marseille, métro Notre-Dame-du-Mont. Le local est adapté à la pratique de la guitare acoustique et électrique. Tous les styles sont enseignés : classique, flamenco, folk, manouche, rock, funk et blues. Les cours sont dispensés en individuel ou en petits groupes avec une grande flexibilité horaire. Les cours concernent aussi bien les débutants que les musiciens plus expérimentés et couvrent une gamme d'âge allant de 5 ans jusqu'à (pas de limite supérieure). Ils continuent pendant les vacances scolaires à l'exception des vacances de Noël. Les élèves peuvent aussi se retrouver dans des ateliers à thème. Ils ont accès à une batterie, un clavier, des percussions et peuvent enregistrer leurs créations grâce au matériel mis à leur disposition.

Tous les ans, en juin, les élèves donnent un concert dans des conditions semi-professionnelles, pour présenter leur travail de l'année. Ce concert, qui dure environ trois heures, dans une salle spécialement conçue pour la musique et pouvant accueillir 200 personnes, permet de montrer au public la richesse du répertoire étudié.

Guitares Nomades, membre partenaire depuis plusieurs années du dispositif « Collégien de Provence », est partenaire du nouveau dispositif « Cjeune » qui vient d'être mis en place par le Conseil Départemental. L'association a aussi été déclarée « d'intérêt général » en 2017.

Les cours ont lieu du 15 septembre au 30 juin de l'année suivante. Les inscriptions commenceront dès le 1er septembre, au 21, rue des Bergers, tous les après-midi de 14h à 18h. N'hésitez pas à nous contacter pour demander des renseignements et rencontrer le professeur qui déterminera avec vous ce qui vous convient le mieux.

plus d'info

06 21 59 16 41 - Guitares.nomades@yahoo.fr
Guitaresnomades.com

Association de formation de
secourisme et d'incendie

AFSI

L'AFSI est basée à Marseille, dans les Bouches-du-Rhône, elle est chargée d'enseigner pour les entreprises le secourisme (PSC1, SST, MAC SST, secours pédiatriques, initiation aux gestes qui sauvent, secours multi-victimes, comportements face à l'attentat...), mais aussi l'incendie (utilisation des extincteurs, évacuation, équipier de première intervention...).

L'équipe pédagogique est constituée de formateurs qualifiés, tous sont pompiers de métier à Marseille.



plus d'info

06 88 19 01 04 - afsi.asso@gmail.com - afsi.fr

Association Temps Disponible Marseille **ATDM**

Depuis sa création, en Avril 2010, 13 ans bientôt ! notre association ATDM ATENEO, reste animée par une véritable passion pour la langue et les cultures hispaniques.

L'objectif est de favoriser l'accès à la culture et à l'enseignement de la langue espagnole aux adultes.

La force de notre association et de son équipe du Conseil d'Administration repose sur ses valeurs et le sens qu'elle donne à ses actions.

L'expression, l'implication et la prise d'initiatives sont au cœur de nos principes pédagogiques.

Nous accueillons chaque année environ 100 adhérents. Notre professeure, expérimentée et dynamique, anime les séances de groupes, des niveaux : « Débutant » à « Conversation » dans une ambiance chaleureuse, riche d'échanges, d'éclats de rire et d'apprentissages heureux. Plusieurs activités à caractère linguistique se sont développées autour de voyages en ESPAGNE, visites d'expositions, conférences.

Les personnes intéressées peuvent nous contacter :
Par mail ou écrire à notre siège : ATDM Cité des Associations BP 379, 93 la Canebière 13001 Marseille.



plus d'info

atdm13001@gmail.com - atdm-13.com

Art, Culture et Connaissance **ACC**



L'Histoire de l'Art pour tous

Depuis 1994, l'association ACC (Art, Culture et Connaissance) s'applique à diffuser la connaissance de l'histoire de l'art et de l'esthétique.

Elle offre gracieusement et régulièrement au public des conférences et des rencontres ouvertes et accessibles au plus grand nombre. Elle assure et organise, à la demande, des formations et des manifestations touchant aux secteurs de la connaissance historique, de l'esthétique, de l'éducation artistique et des loisirs culturels : conférences, colloques, séminaires, visites guidées, expositions, voyages culturels. Elle pratique également le conseil en matière de mécénat, d'orientation artistique et de communication.

Elle intervient dans des espaces culturels publics et privés, musées, bibliothèques, entreprises, associations.

Elle organise régulièrement des rencontres et des colloques avec des historiens de l'art, conservateurs de musées, philosophes ou sociologues dont les ouvrages et les travaux sont dans l'actualité, permettant ainsi au public d'accéder, à travers ses acteurs et ses témoins directs, à une information de première main sur la scène nationale et internationale de l'art, son histoire, ses œuvres et sa pensée.

Fort de bientôt trente années d'expérience, d'autant de voyages qu'elle a organisés de New-York à Moscou et de Saint Pétersbourg à Syracuse, d'une vingtaine de colloques nationaux et internationaux, gratuits et ouverts à tous, à la découverte des œuvres d'art, des musées, de l'histoire et de la beauté, elle a mis en place depuis une douzaine d'années pour ses adhérents un cours hebdomadaire d'initiation à l'histoire de l'art, à partir du mois d'octobre, ouvert sur inscription et dans la limite du nombre de places disponibles.

Les 15 et 16 septembre prochains elle vous proposera à l'Alcazar un colloque sur le thème de l'Histoire de l'Art pour tous. Il est offert à tous et sans inscription.

Pour information sur le colloque, les cours d'histoire de l'art et les activités de l'association tout au long de l'année, contactez ACC.

plus d'info

acc.marseille@free.fr

VERTIGES EN PROVENCE

Depuis 25 ans, l'Association Vertiges en Provence, présidée par Jacqueline Laurenzati qui a créé le Festival du Palais Longchamp et d'autres concepts, rassemble artistes, écrivains, peintres, photographes, danseurs, chanteurs, musiciens... Elle organise de nombreuses manifestations culturelles et artistiques, et réunit les acteurs de la culture et de la diversité dans les actions caritatives.

L'objectif de ces manifestations est que le public découvre les artistes et créateurs qui se mobilisent pour le rayonnement de notre ville.

Elle organise le Festival du Palais Longchamp, Vertiges des créateurs, Fête show avec Ronde des écrivains et poètes, peintres, défilé... et « L'art dans tous ses états »
Elle organise et participe en partenariat avec d'autres associations à de nombreuses actions caritatives et de solidarité au profit de différentes causes.

Avec l'association Heartlink, au profit des handicapés et enfants malades de l'hôpital. Concours de dessin à thèmes pour les enfants. Expositions de peinture, photos, textes. Conférence sur l'illettrisme et l'analphabétisme.

« Expressions d'elles » - Journée du Droit des Femmes
« Cultur'arts et mode » - Exposition défilé international
« Marseillaises venues d'ailleurs » - « Marit'Image » exposition dans le cadre de Septembre en Mer, animation

- « Dessine moi le tramway » - Concours dessin enfants, et prix - « Noël en Provence » - Rencontres littéraires, et Conférences à thèmes - Téléthon - Organisation animation dans les 4e et 5e arrondissements.

Exposition sur « LA PAIX » Cité des Associations, et VIVACITÉ chaque année

Exposition peinture, photo, concours, la planète, son environnement.

« Fête de la Francophonie » "des dictées, avec la Maison de la Francophonie."



© pexels

plus d'info

06 95 70 11 29 - vertigesenprovence05@gmail.com



L'association France Amérique Latine (FAL) existe depuis 1970. Elle est constituée de comités locaux et de commissions thématiques. FAL édite une revue trimestrielle, est dotée d'un site internet et de réseaux sociaux.

L'objectif de FAL est de faire connaître l'histoire, la culture, les mobilisations et les revendications des peuples d'Amérique latine et de la Caraïbe. Nous soutenons leurs combats et leurs expériences collectives pour les droits humains, la démocratie sociale et politique, le progrès social, le respect du « bien vivre » et de l'environnement. FAL combat les atteintes aux droits humains, politiques, syndicaux, économiques, environnementaux et culturels, en Amérique Latine et Caraïbe.

FAL soutient les revendications des peuples indigènes, des populations afro-descendantes et le droit des peuples à disposer d'eux-mêmes.

FAL défend les droits des salarié.e.s et chômeur.se.s ici et là-bas.

FAL soutient les mouvements paysans.

FAL défend les droits des femmes, des enfants et des minorités sexuelles.

FAL défend les droits des ressortissants latino-américains sur le territoire français.

FAL soutient les expériences de démocratie participative et d'autogestion.

FAL s'inscrit dans le cadre des revendications du mouvement social altermondialiste et mène un travail de réflexion et d'information sur les accords de partenariat économique et de libre-échange, ainsi que sur le rôle des multinationales. Nos campagnes s'organisent en lien avec les collectifs et mouvements sociaux latino-américains.

Afin de manifester sa solidarité avec les mouvements sociaux progressistes d'Amérique latine, le comité marseillais de FAL organise des conférences-débats, des présentations de livres, des projections de films.

plus d'info

falmarseille@yahoo.fr - franceameriquelatine.org

FB : [france.ameriquelatine](https://www.facebook.com/france.ameriquelatine)

English for leisure **EFL**

Une association : dynamique et conviviale où l'on vient pour voir et où l'on reste. On y rencontre d'autres élèves ou de futurs Ami(es) dans une ambiance chaleureuse et où le travail n'interdit pas de prendre du plaisir en route.

Le professeur : un enseignant talentueux et sympathique qui nous fait évoluer en anglais avec des cours originaux et si enrichissants qu'ils emportent notre fidèle adhésion. Les cours : axés sur la communication orale. Les leçons sont structurées autour d'exercices (dialogues, jeux de rôle, etc.) utilisant des supports sous forme de textes, d'enregistrements audio ou vidéo tirés de la vie quotidienne, la société, le voyage, le monde des loisirs.

Nous : ses élèves de longue date souvent qui, pour la plupart, continuons les cours d'anglais pour le plaisir de travailler sérieusement sur des sujets toujours renouvelés et pertinents, dans une bonne humeur constante et parfois joyeuse.

Le lieu et les horaires : Cité des Associations, le vendredi, 1h30 par semaine.

Les horaires dépendent du niveau de cours choisi.

Les niveaux : Moyen et conversation : écouter – lire – prendre part à une conversation.

Moyen : comprendre l'essentiel en écoutant ou lisant, parler et pouvoir raconter une histoire, exprimer des avis, des sentiments.

Conversation : pouvoir suivre un film en langue anglaise, pouvoir communiquer avec un degré de spontanéité et d'aisance rendant possible une interaction normale, s'exprimer de façon claire et détaillée sur une grande gamme de sujets, écrire des textes personnels.



plus d'info

englishforleisure@aol.com

CINÉ TRAVELLING DE MARSEILLE



Au Club Ciné Travelling de Marseille, c'est l'élan créateur qui réunit les adhérents autour de cette envie d'écrire et de réaliser des courts-métrages.

Les réunions se passent au Centre Tempo du Rouet deux jeudis par mois en fin d'après-midi dans une ambiance chaleureuse.

La collaboration enthousiaste des adhérents a porté de nouveaux fruits : le film expérimental « Antichambre » d'Alain Girard a reçu le premier prix à Ventabren lors du concours régional de la Fédération Française de Cinéma et Vidéo. Il représentera notre ville au concours national de Soulac en septembre prochain. L'association fête ses 81 ans du club qui garde bon pied, bon œil.

Un film reportage réalisé lors du nettoyage de la calanque de Port Miou est en cours de montage.

Le club se lance aussi dans le projet de tourner une série humoristique sur le thème de l'arrivée au paradis en utilisant la technique du fond vert.

Le club accueille volontiers toute personne débutante, ou avec quelques notions de cinéma, même modestes, désirant intégrer une équipe dynamique et sympathique qui sait allier le sérieux de la technique au plaisir de se rencontrer.

plus d'info

06 62 11 71 92

cinetravelling.assoc.pagespro-orange.fr

En 2021, 14% de femmes ont été programmé dans des festivals de musiques actuelles et 8% en musique classique. En théâtre, 29% des mises en scènes étaient réalisées par des femmes la même année. De faibles chiffres malgré les 61% que représentent les femmes diplômées en arts.

Diminuer l'écart et tendre vers l'égalité des représentations de genre dans les disciplines artistiques : telle est la mission que s'est donné Éclosion 13, une association culturelle créée en 2012 par un collectif d'artistes militantes.

Afin de pallier à ces inégalités, cette association de lutte pour l'égalité des genres dans et par le spectacle vivant et les arts visuels accueille et accompagne des artistes de la région dans la réalisation de leur projet, dans leur épanouissement artistique et leur émancipation professionnelle.

Ses actions se déclinent notamment par : la mise en visibilité et la valorisation (Annuaire en ligne, Festival Les Festives, réalisation de supports artistiques...) ; la sensibilisation des publics et des professionnel.les (ateliers, conférences, débats...); la mutualisation de connaissance et compétences (formations, temps d'échanges thématiques...); des accompagnements et des suivis personnalisés selon les besoins des artistes (communication, diffusion, administration...) et enfin, la production, la diffusion et la promotion d'œuvres artistiques. **Retrouvez l'annuaire en ligne sur notre site.**



plus d'info

eclosion13@yahoo.fr - eclosion13@yahoo.fr

FB : [Eclosion13Paca](https://www.facebook.com/Eclosion13Paca) - Instagram : [@eclosion13](https://www.instagram.com/eclosion13)

FRANCE ETATS-UNIS



Le programme 2022-2023 des manifestations et rencontres sera annoncé à l'assemblée générale fin septembre. Il s'agit d'activités culturelles comme des conférences, des expositions, des films, et aussi d'activités récréatives comme des promenades urbaines, des cocktails et repas à l'occasion de fêtes américaines (Indépendance Day, Thanksgiving) sans oublier les rassemblements commémoratifs comme le 10 Novembre - Veterans' Day).

L'Association France Etats-Unis tient sa permanence le jeudi de 14h à 19 h qui est toujours un moment convivial pour tous les adhérents.

C'est aussi le jour de **cours de langue - conversation et civilisation américaine.**

Contact: Anne O'Dowd freumodowd@gmail.com

Renseignez- vous !

plus d'info

06 14 68 30 98 - franceusa13@hotmail.com

france-etatsunis.org

DE LA LOGE AU PLATEAU



DE LA LOGE AU PLATEAU est dirigée par Geoffrey Coppini qui écrit et met en scène des spectacles qui bousculent, font rire, rêver, grincer et au minimum, interrogent le spectateur.

K LA BALEINE, s'adresse aux enfants : à leur sensibilité et leur intelligence.

Kohola, jeune baleine qui entame sa première migration vers le Nord seule, sans sa maman, va tenter de rencontrer la plus vieille des baleines dont elle espère quelques conseils pour mieux chanter. Car Kohola chante plus comme une casserole que comme une baleine. Elle va aussi chercher le KRILL dont elle raffole.

Sur scène, K. a planté la tente. Telle une aventurière, elle s'est équipée pour affronter la nature sauvage ! Un tutu magique, un t-shirt Superman ou des lunettes de soleil, elle aime jouer à être d'autres personnages. Elle s'amuse comme les enfants, passant d'un rôle à l'autre. Et nous, nous allons faire face aux dangers de l'homme dans l'océan et grandir avec elle.

L'auteur est aussi la comédienne XXL de ce spectacle. Elle souhaite donner envie, à tous ceux qui ne seraient pas dans la norme, de faire ce qui leur plaît, malgré tout. Donner envie aussi de chercher sa voie. Car grandir ou « se laisser grandir » est une chose. Grandir en cherchant vers quoi on veut aller en est une autre. Ouvrir des possibles personnels et sociétaux, par la petite porte, par un spectacle à diffuser dans les écoles et en séances scolaires. C'est une goutte. Mais chaque goutte compte.

Un spectacle tout terrain pour adultes à partir de 4 ans, à mi-chemin entre le conte écologique et le stand-up jeune public.

plus d'info

07 67 32 63 21 - admin@delalogueauplateau.com
delalogueauplateau.com

CRÉ SCÈNE 13

Première école spécialisée en danse Hip-Hop (Bboying, Top Rocking, Popping, Locking, House), elle a été créée par Brigitte Auligine compagnie 13^e Cercle, avec une expérience de plus de 25 ans d'enseignement.

Activiste et organisatrice d'événements : battles, concours chorégraphiques, soirées, stages... avec des intervenants de renommées internationales en tant que danseurs, chorégraphes, jurys dans les plus grands événements.

Tous activistes du mouvement HIP-HOP.

Lieu : 61 rue Château Payan 13005 Marseille



plus d'info

04 91 67 92 78 - treizieme-cercle@hotmail.fr
cre-scene13.com

FRANCO-RUSSE « PERSPECTIVES »

L'Association Franco-Russe Perspectives vous emmène à la découverte de la culture russe. Elle a été créée en 2003 dans le but de familiariser les Marseillais avec la culture russe, et de faciliter l'insertion et l'intégration du public russophone à Marseille.

Le Centre linguistique extrascolaire russe pour enfants « Teremok ». Les professeurs diplômés assurent, sous forme ludique, l'apprentissage de la langue, la découverte de la culture et des traditions russes, le développement des capacités artistiques et musicales.

Les cours de russe pour adultes réunissent les intéressés qui apprennent le russe dans une ambiance amicale, avec plaisir et enthousiasme.

La revue franco-russe « Perspective », un magazine bilingue autour de la culture russe.

Le spectacle de Nouvel An Russe, un spectacle interactif autour du sapin de 6 mètres de haut, avec des personnages des contes traditionnels russes. Cet événement annuel est organisé avec le soutien de la Ville de Marseille.

L'ensemble de danse « Slavianotchka » et le groupe folklorique « Koliada » ont enrichi d'une touche de couleur slave de telles manifestations comme : Festival Vivacité, Foire internationale de Marseille, Festival du Palais

Longchamp, Téléthon, Festival Russe au théâtre Toursky. **Le festival des centres russes de l'enseignement extrascolaire.** Au programme de cet événement annuel organisé à Marseille depuis 2013 avec le soutien du Théâtre Toursky : les ateliers artistiques et les animations autour de la culture russe et le Grand gala des écoles russes venues de toute la France.



Le spectacle de Nouvel An Russe, Théâtre Toursky, décembre 2021

plus d'info

04 91 75 01 92 - 06 21 55 35 76
perspectiva.as@gmail.com - afrp.eu - jfrp.fr

ÉCOLE DE MUSIQUE SUZUKI MARSEILLE



Un instrument dès 3 ans ? C'est possible à l'école Suzuki de Marseille pour le violon et le piano !

Apprentissage de l'instrument en cours individuel et en cours de groupe toutes les semaines.

Vos enfants en concert dès la première année, sans complexe.

Cette pédagogie, basée sur l'apprentissage de la langue maternelle, développe la musicalité, la concentration, les sens cognitifs et psychomoteurs au rythme de chaque enfant.

Les parents, présents en cours, guident et partagent avec leurs enfants cette éducation musicale.

Le docteur Shinichi Suzuki inspira un élan pédagogique, qui est enseigné aujourd'hui à près d'un million d'enfants dans le monde entier.

Des cours pour adultes, basés sur la même pédagogie, sont également proposés.

Des formations de professeurs à cette pédagogie sont aussi dispensées.

Cette école, qui existe depuis 40 ans sur Marseille, est agréée par l'AFPS et l'Européen Suzuki.

Les locaux sont situés au 30 cours Gouffé - 13006 Marseille (à proximité du métro Castellane).

Suivez-nous !

sur notre site web : suzukimusequemarseille.com

sur notre page Facebook : Ecole-De-Musique-Suzuki-Marseille

plus d'info

Violon : 06 09 50 16 69 - Piano : 06 10 62 53 33
suzukimusequemarseille@gmail.com

JAZZ SUR LA VILLE



La manifestation Jazz sur la Ville rassemble une quarantaine d'acteurs culturels établis à Marseille et sur l'ensemble de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur. La principale vocation de l'association est de créer chaque automne un temps fort, au cours duquel le jazz est mis à l'honneur sous toutes ses formes : concerts, conférences, master class, projections, expositions...

Jazz sur la Ville s'élabore de façon concertée avec l'ensemble des partenaires. L'objectif est de fédérer autour

d'un projet commun une grande variété d'acteurs culturels de la région, et de proposer dans divers lieux une offre musicale conçue sur mesure pour tous les publics, novices ou amateurs de blues, swing, bop, jazz fusion, world jazz, free jazz, jazz contemporain ...

Chaque structure participante demeure libre de ses choix artistiques tout en restant fidèle à la charte de l'association.

En 2022, la 16^{ème} édition de Jazz sur la Ville se déroulera du 3 novembre au 4 décembre. La manifestation continuera de mettre en lumière de jeunes talents vivants en région, des artistes nationaux et internationaux ainsi que de nombreuses sommités du jazz dans la diversité de ses expressions. Cultivant l'éclectisme, la programmation se distinguera de nouveau en abolissant les frontières entre les esthétiques, afin de perpétuer cette longue tradition de métissage et d'innovation qui a permis au jazz de se développer et d'évoluer tout au long de son histoire.

plus d'info

04 91 50 51 41 / 06 65 66 13 90
com.jazzsurville@gmail.com - jazzsurville.org

La Cité des Associations

► L'équipe de la Cité des Associations reste mobilisée pour vous accompagner au mieux

Permanence téléphonique tous les jours du lundi au vendredi de 8h30 à 17h

Retrait du courrier pour les associations domiciliées du lundi au samedi

Pour les adhérents, envoyer par mail :

- vos dossiers de renouvellement
sdasilva@marseille.fr

- vos commandes de reprographie
njouval@marseille.fr

- vos commandes PAO
afakirian@marseille.fr

► Vous êtes un porteur de projet associatif, vous avez des questions :

hkacimi@marseille.fr ou jsierra@marseille.fr
ou tél. 04 91 55 33 37 - 04 91 55 38 42

► Retrouvez la Cité des Associations sur sa page Facebook qui a pour but de promouvoir et relayer les actions, activités et faits marquants des associations adhérentes.

N'hésitez pas à nous contacter pour améliorer votre visibilité !

[facebook.com/citedesassociations](https://www.facebook.com/citedesassociations)

Contact éditeur : cbouvier@marseille.fr

Pour tous renseignements : cite.asso@marseille.fr

Journées info-conseil

Le pôle ressources de la Cité des Associations propose des journées d'information et de conseil aux associations regroupant des partenaires de la vie associative.

Ces journées ont pour but de permettre aux porteurs de projets de rencontrer des spécialistes dans des domaines tels que le juridique, la gestion, les subventions, l'artistique, l'économie sociale et solidaire...

Ces rencontres ont lieu une fois par mois, une plaquette de présentation est éditée en début d'année. Elle reprend la totalité des dates et des partenaires présents.

Deux fois par an, ces journées sont élargies à d'autres intervenants, ce sont les Salons de l'Information Associative.

Lors de ces salons, nous accueillons des partenaires institutionnels comme la Direction des Impôts pour toutes les questions relatives à la fiscalité des associations, Pôle Emploi qui informe sur les mesures gouvernementales en matière d'emplois aidés, le service association du Conseil Départemental... mais également des partenaires du secteur privé, banques, assurances, mutuelles.

Ces rendez-vous mensuels ont été modifiés pendant la crise sanitaire. Nous avons organisé des rendez-vous téléphoniques pour pouvoir malgré tout répondre aux problématiques des associations.

En dehors de ces journées, le pôle ressources est présent du lundi au vendredi pour vous renseigner.

Juridique

La loi 1901 des associations :

Informations juridiques sur la création, le fonctionnement, les activités, les actions en justice, les responsabilités de l'association et des dirigeants, la dissolution d'une association...

Gestion asso événementiel

Informations pour le développement des associations et la formation des dirigeants associatifs, bénévoles et salariés.

Artistique

Informations sur les spécificités culturelles des associations (le partenariat, le montage des dossiers de subvention, les obligations sociales et fiscales, l'organisation de manifestations et l'emploi).

Petit rappel de quelques dates à retenir

Si vous avez des questions d'ordre juridique, comptable, fiscal, de gestion...

Les permanences d'information et de conseil reprennent, uniquement sur rendez-vous téléphoniques :

- vendredi 23 septembre 2022
- vendredi 21 octobre 2022 - JIC élargie
- vendredi 18 novembre 2022
- vendredi 16 décembre 2022

Merci de prendre rendez-vous auprès du service Pôle Ressources

Houria KACIMI - 04 91 55 33 37

Josée SIERRA - 04 91 55 38 42

Mail : cite.asso@marseille.fr

Dates à retenir



► Fête du vent

17 et 18 septembre 2022

Plages du Prado

Nous vous attendons nombreux pour la fête du vent qui cette année pour son 36^e édition rend honneur à la Thaïlande.

Venez découvrir la féerie des ballets de cerfs volants. Près de 170 artistes cerfs volistes français et internationaux issus d'une dizaine de pays sont invités à enchanter, une fois de plus le ciel des plages du Prado.

► Plus d'info : 04 91 55 38 46

► Le bal des Séniors 2022

15 septembre : Place Général de Gaulle

► Plus d'info : 04 91 55 39 40

► Journée des séniors 2022

22 septembre : palais Longchamp

► Plus d'info : 04 91 55 39 40

► Cycle conférences séniors 2022

6 octobre : Rompre avec la solitude

► Plus d'info : 04 91 55 39 40

► Calendrier des Formations 2022

Pour les cadres des associations adhérentes à la Cité

- 14 octobre : Association et fiscalité
- 28 octobre : recruter, fidéliser et valoriser les bénévoles
- 14 novembre : Sources de financement publics
- 21 novembre : Sources de financement privés
- 15 décembre : Conduire et manager le projet associatif
- 16 décembre : Comment communiquer efficacement sur son association et ses actions.

► Plus d'info : Houria KACIMI - 04 91 55 33 37

Le petit repère

« Outil de liaison » entre les Associations adhérentes - Magazine gratuit

Responsable SAES : Fabrice DARIETTO
Responsable DSIS/Cité des Associations :
Marie-Christine GUILLAUME
Mise en page : Anouck FAKIRIAN

Achévé d'imprimer sur les presses de l'imprimerie Municipale en septembre 2022



Personne à contacter : Anouck FAKIRIAN
petit-repere@marseille.fr
afakirian@marseille.fr
Tél. 04 91 55 27 62