

SOMMAIRE

Edito	P.2
Témoignages de résidents	P.3
La vie à l'Aljepa	P.4-7
Les médecins traitants	P.8
Le Conseil de Vie Sociale.....	P.9-10
La plateforme AL'in	P.11
Le secours populaire	P.12
Affiches animations	P.13-28
Les livres de Will	P.29
Livret mots de passe	P.30
Le Repère Jeunesse	P.31-32
La Boussole des Jeunes	P.33
La Maison des Adolescents	P.34
“Mon soutien psy”	P.35
Planning animations du mois	P.36-37
Sorties Cultures du Coeur	P.38
Sorties films et séries	P.39-41
Bons plans et bonnes adresses	P.42
Dans ma cuisine	P.43
Contacts et réseaux sociaux de l'ALJEPA	P.44

EDITO

« Le véritable voyage de découverte ne consiste pas à chercher de nouveaux paysages, mais à avoir de nouveaux yeux. » – Marcel Proust

Au programme de ce mois de juin : des soirées jeux de société pour se retrouver dans la bonne humeur, une soirée crêpes gourmande, des moments sportifs autour du ping-pong et de la pétanque, ainsi qu'une balade au Château La Coste pour profiter d'un cadre agréable et découvrir un lieu culturel unique.

Ces rendez-vous sont l'occasion de faire une pause dans le quotidien, de rencontrer d'autres résidents et de partager des moments simples et chaleureux ensemble.

Des places gratuites pour des événements culturels dans la région restent également disponibles grâce à notre partenariat avec Cultures du Cœur. N'hésitez pas à vous rapprocher de l'équipe si vous souhaitez en bénéficier !

L'équipe socio-éducative reste bien sûr présente pour vous accompagner au quotidien et échanger avec vous.

Très beau mois de juin à toutes et à tous, et au plaisir de vous retrouver lors des animations !

L'équipe socio-éducative



TÉMOIGNAGES DE RÉSIDENTS

Le 04/05/2026

“Très bon accueil au sein de l’ALJEPA. Les résidents sociables et soudés. Et clin d’oeil à tous les agents d’accueil pour la sécurité”

Cinthy.

Le 29/05/2026

“Un grand merci pour ces 8 mois passés à l’ALJEPA. Super accueil et beaucoup d’activités et d’aides proposées !”

Justine.



LA VIE À L'ALJEPA

L'accès à vos droits

Vous avez besoin d'un accompagnement individuel sur le plan administratif, social, financier ou lié à votre santé ?

N'hésitez pas à vous rapprocher du service socio-éducatif. Madame Dessau Lena, CESF, sera à votre écoute et vous accompagnera tout au long de votre parcours au sein de l'ALJEP (bureau 1er étage, porte en face des escaliers).

Sur le volet des actions collectives, Sadia vous recevra dans les salles d'animation et multimédia, celles-ci se trouvant au même endroit.

Vous pourrez également bénéficier des services suivants : prêts de livres/jeux de société et vidéos, impression, scan, accès aux ordinateurs/télévision/console de jeux, etc...

SALLE MULTIMÉDIA À DISPOSITION !

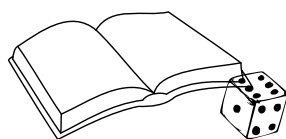
La salle multimédia est accessible du:

Lundi de 17h à 19h45

Mardi au jeudi de 15h à 19h45

vendredi de 14h à 17h45.

Sont à votre disposition : des **ordinateurs**, une **imprimante**, une **bibliothèque avec possibilité d'emprunt** (livres et jeux de société) et une **salle de détente** comprenant un canapé, une télévision et une Playstation 4.



LA VISITE

HYGIENE ET SECURITE

La visite hygiène et sécurité a lieu une fois par mois dans les logements de la résidence.

Son objectif est de prévenir toute situation critique, comme l'accumulation de déchets pouvant attirer des nuisibles, et de signaler d'éventuels problèmes techniques, tels que des fuites d'eau ou un dysfonctionnement des plaques de cuisson.

Nous comprenons que ces visites puissent être contraignantes, mais elles sont essentielles pour garantir un cadre de vie agréable au sein de l'ALJEPA.

Si vous êtes en télétravail ou en horaires décalés (travail de nuit), vous avez la possibilité de choisir l'heure de passage qui vous convient, matin ou après-midi, pour le jour même de la visite.

Prochaine visite : vendredi 19 juin 2026



DU NOUVEAU DANS LA LAVERIE !

Les équipements de la laverie ont fait peau neuve ! De nouvelles machines à laver et de nouveaux sèche-linge sont désormais à votre disposition.

Cela vous permettra de réaliser vos lessives dans de meilleures conditions !

Nous comptons sur chacun pour les utiliser avec soin et contribuer au bon fonctionnement de cet espace partagé.

Bonne lessive à toutes et à tous !



RAPPEL POUR LA LAVERIE ET LE REPASSAGE

Un système avec **inscription** sur un planning a été créé.

Depuis mai 2021, l'ALJEPa peut également vous prêter un **service de repassage**. Si vous souhaitez en bénéficier, adressez-vous directement à l'accueil.


Le matériel doit être rendu 24h après le prêt.

Besoin d'un médecin traitant ?


Si vous n'avez pas de médecin traitant, vous pouvez vous diriger vers les praticiens ci-dessous qui acceptent de prendre de nouveaux patients.



Dr
Claire MIRRALES
04.86.11.36.31

 350 route des Milles
13290 Aix en Provence


Dr
Solene LEFEVRE-
HARDY
04.42.41.67.17

 Maison sante 1
l'enclos de saint joseph
365 avenue saint joseph
13290 Aix en Provence

Dr
Julie RIOBé
04.42.96.49.45

 8 rue Condorcet
13100 Aix en Provence

Dr
Eric LABORDE
04.42.27.53.73

 38 Av. Victor Hugo
13100 Aix en Provence





LE CVS

Conseil de Vie Sociale

Le Conseil de Vie Sociale, est constitué de représentants élus. C'est l'instance par laquelle les résidents peuvent faire remonter leurs besoins, questions, suggestions...

Mais qu'est-ce qu'être élu ?

C'est porter la voix de ses camarades, exprimer les problématiques rencontrées, proposer des idées pour améliorer et enrichir la vie des résidents, ainsi que suggérer des activités qui vous inspirent.



COMBAZ-DEVILLE HUGO



KRZEWINSKI VINCENT



VERROUL MAËLLE



SARTIN ANTOINE



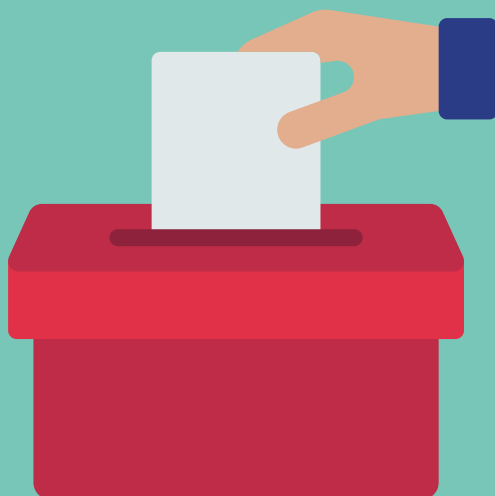
MOURAH SARA
Suppléante



YAMEN FLORIAN
Suppléant

**La réunion du CVS s'est tenue le
lundi 02 mars 2026 à 18h30.**

Le compte rendu est affiché sur le
tableau d'information du service
socio-éducatif. La prochaine réunion
aura lieu le lundi 22 juin à 18h30.



TROUVEZ UN LOGEMENT SOCIAL AVEC AL'IN

AL'in.fr est la plateforme d'Action Logement dédiée aux salariés à la recherche d'un logement social.

1

Obtenir un numéro unique de demande de logement social (NUD/NUR) sur www.demande-logement-social.gouv.fr.

2

Créer son compte AL'in en renseignant les informations nécessaires et en ajoutant les pièces justificatives.

3

Accéder aux offres disponibles selon votre situation.

4

Postuler directement aux logements qui vous correspondent.



Distribution de colis alimentaire du Secours Populaire.

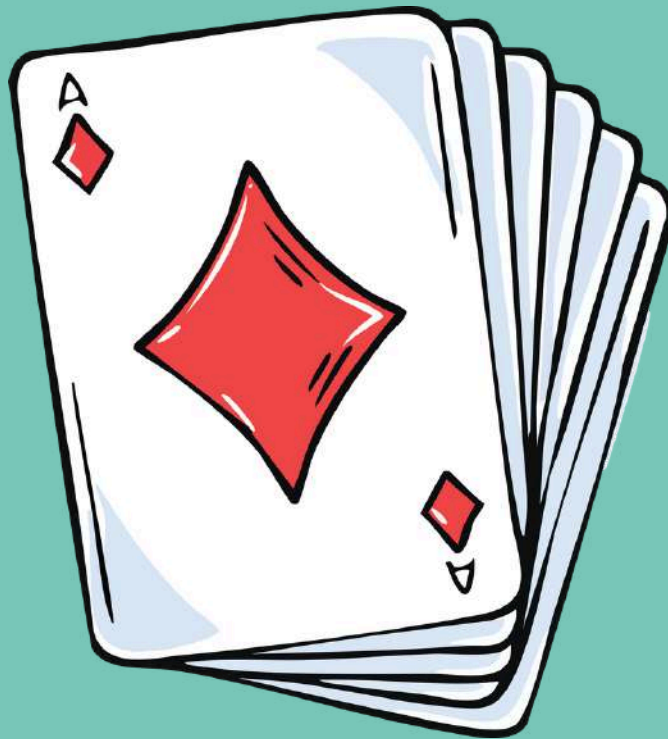
CHAQUE MOIS

Les inscriptions se font
durant la première
semaine du mois pour une
distribution prévue la
troisième semaine du mois
(au bureau de Sadia).



SOIRÉE JEUX DE CARTES

**Mercredi 3 juin
18h à 20h
Salle multimédia**



JEU

“UNDERCOVER”

Jeudi 4 juin
18h à 20h
Salle multimédia



“Un jeu qui mélange observation, stratégie et improvisation”



SOIRÉE

“À VOUS DE CHOISIR”

Lundi 8 juin
18h à 20h
Salle multimédia



INITIATION AU THÉÂTRE D'IMPROVISATION

**18H30-
20H**

**6 À 10
PERS
MAX**

9 & 23

JUIN

SALLE MILHAUD

Participez aux ateliers de théâtre d'improvisation de Laure Crochet-Sernieclaes, comédienne et chorégraphe, que vous soyez débutant·e ou confirmé·e. Les cours auront lieu toutes les deux semaines et vous pouvez vous inscrire en contactant Sadia du service socio-éducatif ou en envoyant un message privé sur les pages Facebook et Instagram de l'ALJÉPA.

**INSCRIPTION
OBLIGATOIRE**

**PARTICIPATION
DE 2€**

LE THÉÂTRE D'IMPROVISATION, C'EST QUOI ?

**Au programme, des exercices et
des scènes d'impro, mais aussi :**

De la confiance en soi

Du lâcher prise

Des rires

Travailler sa créativité

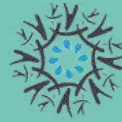
Exprimer des émotions

Être à l'écoute

Ne pas avoir peur du ridicule



UN ÉVÉNEMENT



CULTURES
DU CŒUR
BOUCHES-DU-RHÔNE

PERMANENCE CULTURES DU CŒUR

Mercredi 10 juin

18h à 20h

Hall d'accueil

Découvrez une **programmation variée de sorties culturelles** dans le département (cinéma, musées, spectacles, festivals...) et **repartez avec des places gratuites** grâce à l'association Cultures du Cœur, qui œuvre pour rendre la culture accessible à toutes et à tous.

ATELIER RECHERCHE LOGEMENT

Jeudi 11 juin

18h à 20h

Salle Milhaud





SOIRÉE

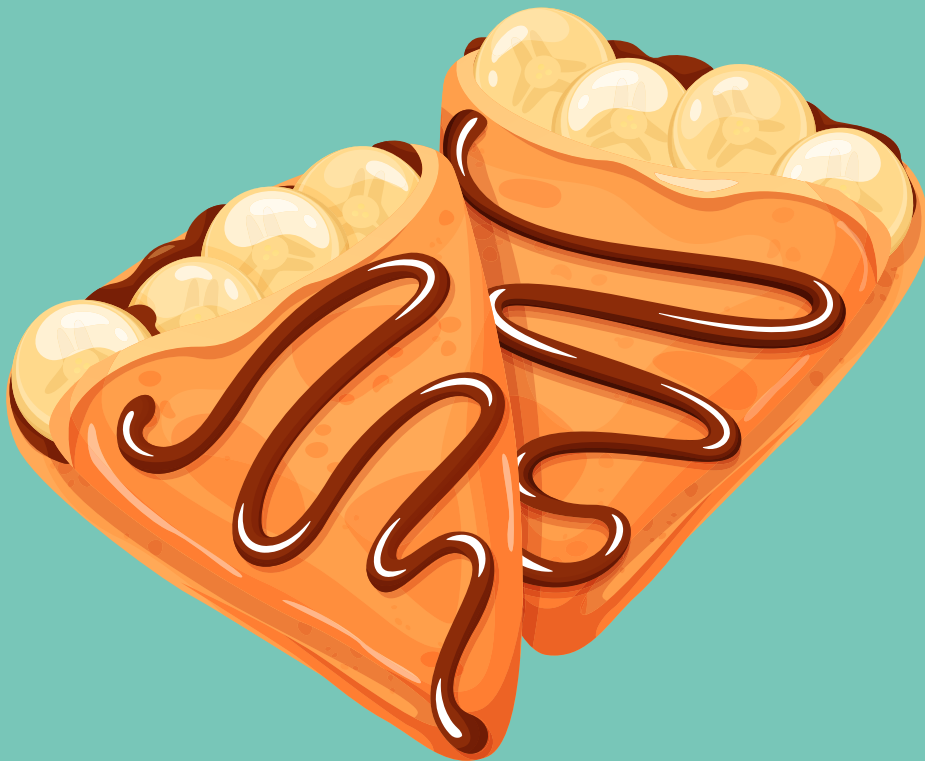
“À VOUS DE CHOISIR”

Lundi 15 juin
18h à 20h
Salle multimédia



SOIRÉE CRÊPES

Mardi 16 juin
18h à 20h
Salle multimédia



APÉRO PÉTANQUE

**Mercredi 17 juin
18h à 20h
Terrain de pétanque**

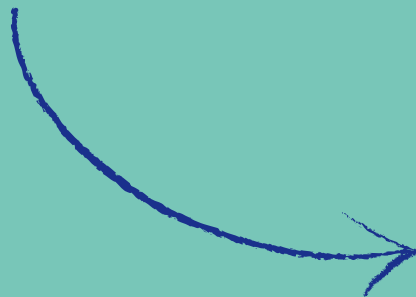


POT D'ACCUEIL

**Jeudi 18 mai
18h à 20h
Hall d'accueil**

**Avec la participation de Jade, de l'association
Une Image Pour Tous**

**Jade est conseillère en image et
communication et vous proposera un
draping express, une méthode pour
découvrir les couleurs qui vous mettent
en valeur !**





SOIRÉE

“À VOUS DE CHOISIR”

Lundi 22 juin
18h à 20h
Salle multimédia



PING-PONG

**Mercredi 24 juin
18h à 20h
Hall d'accueil**



TIME'S UP

**Jeudi 25 juin
18h à 20h
Salle multimédia**





SOIRÉE

“À VOUS DE CHOISIR”

Lundi 29 juin
18h à 20h
Salle multimédia



ATELIER GESTION DES ÉNERGIES

**Mardi 30 juin
18h à 20h
Salle multimédia**



Présentation des livres de Will, résident de l'ALJEPA



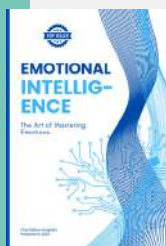
Sur un appareil électronique ? Cliquez pour ouvrir



Ouvrages de l'auteur

Livres gratuits en ligne avec le code **ALJEPA100** en passant par le site <https://godswillegegwu.com>

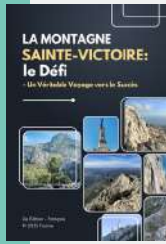
L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE : L'ART DE MAÎTRISER LES ÉMOTIONS



CŒURS VOLÉS À PARIS : UNE HISTOIRE D'AMOUR, DE DANGER ET DE SECRETS SOUS LA VILLE LUMIÈRE



LA MONTAGNE SAINTE-VICTOIRE : LE DÉFI: UN VÉRITABLE VOYAGE VERS LE SUCCÈS



LOVE BOMBING: COMMENT RECONNAÎTRE, RÉSISTER ET GUÉRIR D'UN AMOUR ENVAHISSANT QUI N'EN EST PAS UN



LE DANGER DE L'EXCÈS DE FAMILIARITÉ: COMMENT MAINTENIR LE RESPECT, L'AMOUR ET L'HARMONIE DANS VOTRE RELATION



L'ÉTAT D'ESPRIT DU TECHPRENEUR : LANCER DES IDÉES AUDACIEUSES DANS UN MONDE NUMÉRIQUE EN PLEINE ÉVOLUTION



BRISER LE CYCLE : COMMENT ARRÊTER DE REVIVRE LE PASSÉ ET CRÉER UNE NOUVELLE VERSION DE VOUS-MÊME



UNCOVERING YOU : LE VOYAGE POUR SE DÉCOUVRIR, SE REDÉCOUVRIR ET DEVENIR PLEINEMENT SOI-MÊME



SCARLET ANGEL: UNE ROMANCE D'ASSASSINS SOMBRE ET ENNEMIS-AMANTS (AMOUR INTERDIT)



LE SYNDROME SOCIAL : COMMENT LES RÉSEAUX SOCIAUX VOUS PIÈGENT DANS LE FIL D'ACTUALITÉ ET PRENNENT LE CONTRÔLE DE VOTRE VIE



WILL est un auteur multi-genre à temps partiel et un mentor passionné, dédié à la création de livres concis et transformateurs qui inspirent la croissance personnelle, professionnelle et sociale. Fort d'une expérience en informatique, d'un intérêt marqué pour le développement personnel, la technologie et les affaires, il allie intelligence émotionnelle, psychologie et leadership pour transmettre une sagesse pratique et accessible. Ayant accompagné +8 000 apprenants dans le monde, il puise dans un amour insatiable pour l'apprentissage, transformant les leçons tirées des réussites, des revers, des personnes, des animaux et même de la nature en outils de transformation profonde.

Si vous aimez les livres, que vous vous intéressez à la technologie ou aux affaires, et que vous souhaitez explorer ses œuvres et/ou collaborer à la création de valeur durable, il serait plus qu'heureux de se connecter avec vous.

www.amazon.com/stores/Godswill-Egegwu/author/B0F6H5T5V

https://www.goodreads.com/author/show/42316437.Godswill_Egegwu

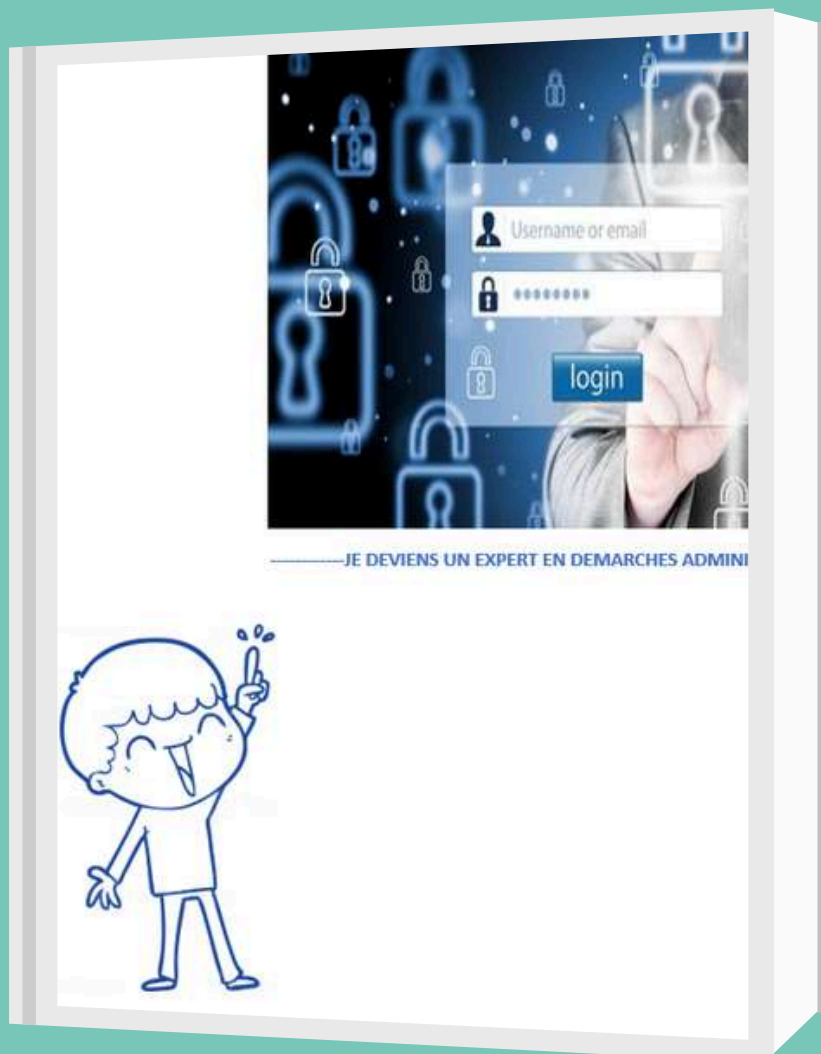
@godswill-egegwu-661a91116

@godswill.egegwu

@iamgodswillegegwu

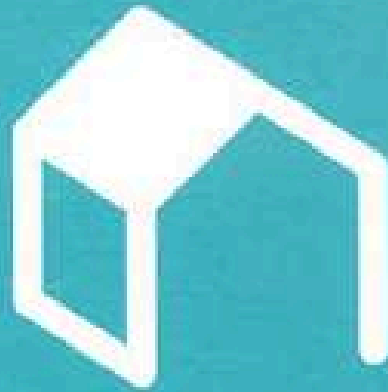


UN LIVRET POUR VOS MOTS DE PASSE



Ce livret t'aidera à centraliser tous tes mots de passe liés à tes démarches administratives. Une solution simple et efficace pour ne plus rien oublier et tout garder au même endroit !

A récupérer aux bureaux du service socio-éducatif.



LE REPÈRE *jeunesse*

Le relais d'informations
qui oriente les jeunes.



Pour les **12-25 ans** et les **professionnels de la jeunesse.**

Le Repère fait partie du **RÉSEAU NATIONAL** Information Jeunesse qui regroupe **1 300 STRUCTURES LABELLISÉES** par la Préfecture. Accueil gratuit, sans engagement et anonyme.



Ouvert toute l'année du **lundi au vendredi** de **08h30 à 22h00** (sauf vacances scolaires)

Accompagnement et orientation des 12-25 ans du **lundi au vendredi** de **08h30 à 17h00**

📍 37 Bd Aristide Briand 13100, Aix-en-Provence
✉ lereperejeunesse@mairie-aixenprovence.fr
☎ 04 42 91 98 00

la Boussole des Jeunes

Un coup de pouce pour t'orienter près de chez toi

**Tu as entre 15 et 30 ans et tu te poses des questions sur ton emploi, ta formation, ton logement ou ta santé ?
La Boussole des Jeunes est un service en ligne gratuit qui t'aide à trouver les bons services et les bons pros sur ton territoire.**



Comment ça marche ?

Tu précises ta situation et tes besoins via un questionnaire
Tu découvres les aides et services adaptés près de chez toi
Un professionnel te recontacte sous 7 jours maximum.



Pour quoi faire ?

Préparer un entretien, financer une formation, trouver un logement, un garant, une alternance, un job, des aides santé...
Des solutions existent, la Boussole t'aide à les trouver.



Maison des Ados
& Jeunes Adultes

11 - 25 ans



Consultations médicales & Bilans de santé

POUR LES
16 À 25 ANS

GRATUIT
CONFIDENTIEL
SANS CARTE VITALE

SALON : 1 lundi sur 2

RDV : 04 90 56 78 89

AIX : les lundis et mardis après-midi

RDV : 04 42 96 17 39

VITROLLES : les mercredis après-midi

RDV : 04 88 60 71 62

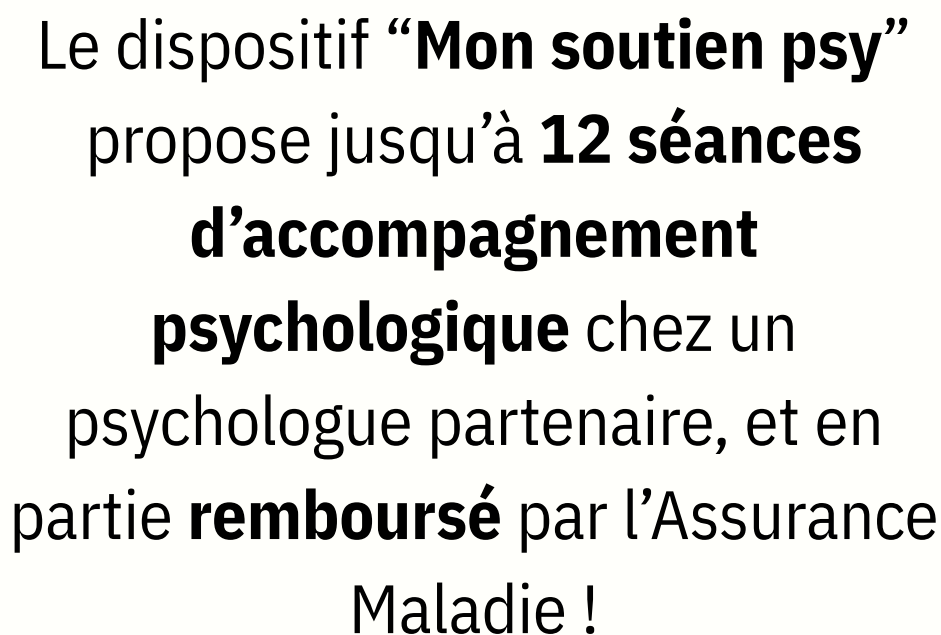
Information, orientation,
écoute, conseil,
interprétation de résultats
d'examens du CESAM

www.mda13nord.fr



DISPOSITIF “MON SOUTIEN PSY”

Tu souhaites prendre rendez-vous avec un psychologue ?



Le dispositif “**Mon soutien psy**” propose jusqu’à **12 séances d’accompagnement psychologique** chez un psychologue partenaire, et en partie **remboursé** par l’Assurance Maladie !

Vous pouvez intégrer le dispositif “**Mon soutien psy**” en prenant directement rendez-vous avec un psychologue.

Trouvez un psychologue partenaire proche de chez vous sur l'annuaire: <https://monsoutienpsy.ameli.fr/recherche-psychologue>



En cas d’urgence, contactez le **Centre d’Accueil Permanent** (CAP 48)

Avenue des Tamaris, Aix en Provence
Téléphone : **04.42.33.91.06**



JUIN 2026



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
1	2	3 Soirée jeux de carte 18h-20h Salle multimédia	4 Jeu de l'Undercover 18h-20h Salle multimédia	5	6	7 
8 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	9 Atelier théâtre 18h30-20h Salle Milhaud	10 Permanence Cultures du cœur 18h-20h Hall d'accueil	11 Atelier Logement 18h30-20h Salle Milhaud	12	13	14
15 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	16 Soirée Crêpes 18h-20h Salle multimédia	17 Apéro Pétanque 18h-20h Terrain de pétanque	18 Pot d'accueil 18h30-20h Hall d'accueil	19 Visite hygiène et sécurité	20 Sortie au Château Lacoste	21 
22 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	23 Atelier théâtre 18h30-20h Salle Milhaud	24 Ping-pong 18h-20h Salle multimédia	25 Time's Up 18h-20h Salle multimédia	26	27	28
29 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	30 Atelier gestion des énergies 18h-20h Salle multimédia	1	2	3	4	5 

JUIN 2026



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
1	2	3 Soirée jeux de carte 18h-20h Salle multimédia	4 Jeu de l'Undercover 18h-20h Salle multimédia	5	6	7 
8 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	9 Atelier théâtre 18h30-20h Salle Milhaud	10 Permanence Cultures du cœur 18h-20h Hall d'accueil	11 Atelier Logement 18h30-20h Salle Milhaud	12	13	14
15 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	16 Soirée Crêpes 18h-20h Salle multimédia	17 Apéro Pétanque 18h-20h Terrain de pétanque	18 Pot d'accueil 18h30-20h Hall d'accueil	19 Visité hygiène et sécurité	20 Sortie au Château Lacoste	21 
22 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	23 Atelier théâtre 18h30-20h Salle Milhaud	24 Ping-pong 18h-20h Salle multimédia	25 Time's Up 18h-20h Salle multimédia	26	27	28
29 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	30 Atelier gestion des énergies 18h-20h Salle multimédia	1	2	3	4	5 

CULTURES DU COEUR : LES SORTIES DU MOIS A NE PAS MANQUER



 Aix

Visite libre au Pavillon Vendôme - Jeanne Vicerial : Incarnation

Dès le 14/06

“Du 13 juin au 4 octobre 2026, l'artiste Jeanne Vicerial investit quatre lieux culturels d'Aix-en-Provence avec son exposition Incarnation.

Première docteure en design vêtement en France, elle bouscule les frontières de la mode et de l'art contemporain. Grâce à sa technique unique du "tricotissage", elle crée de fascinantes sculptures de fils noirs et blancs, véritables silhouettes qui explorent les métamorphoses du corps. Un événement majeur rythmé par des performances du Ballet Preljocaj et des rencontres littéraires.”

Visite libre du MAAOA - Jusqu'au 31/07

“Le Musée d'Arts Africains, Océaniens, Amérindiens (MAAOA) propose une importante collection d'objets d'arts extra-européens, à la fois témoins culturels et œuvres à part entière. Né de collections remarquables, il contribue à une meilleure connaissance des cultures d'Afrique, d'Océanie et des Amériques.

Depuis 1992, il est le seul musée en France, avec le musée du Quai Branly - Jacques Chirac à Paris, exclusivement consacré aux arts de l'Afrique, de l'Océanie et des Amériques. Au cœur du Centre de la Vieille Charité, le MAAOA fait découvrir des œuvres qui témoignent d'une intense richesse esthétique et culturelle, d'un savoir-faire et d'une créativité exceptionnelle à travers le monde.”

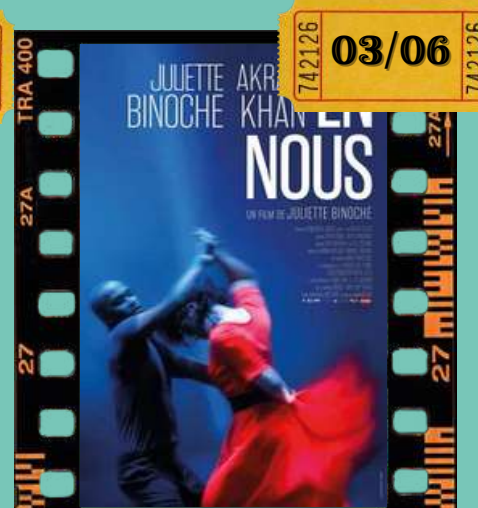


 Marseille



Places gratuites à récupérer au bureau de Sadia

SORTIES CINÉMA



SORTIES NETFLIX

742126 10/06 742126



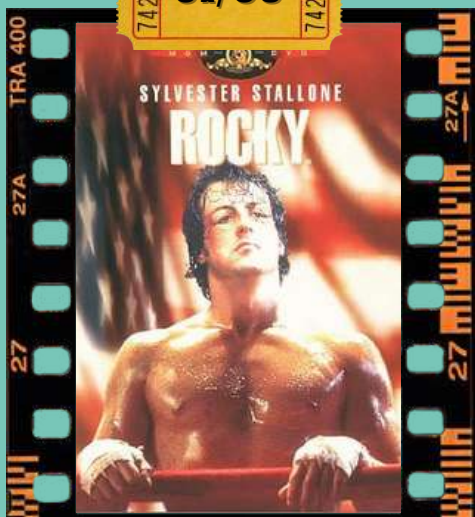
742126 11/06 742126



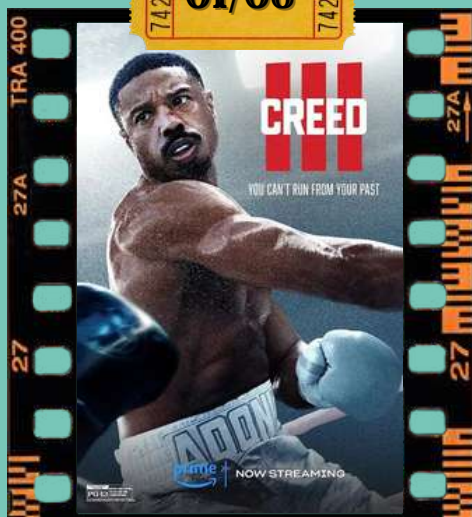
742126 25/06 742126



742126 01/06 742126



742126 01/06 742126



742126 26/06 742126



742126 05/06 742126



742126 25/06 742126



SORTIES AMAZON PRIME

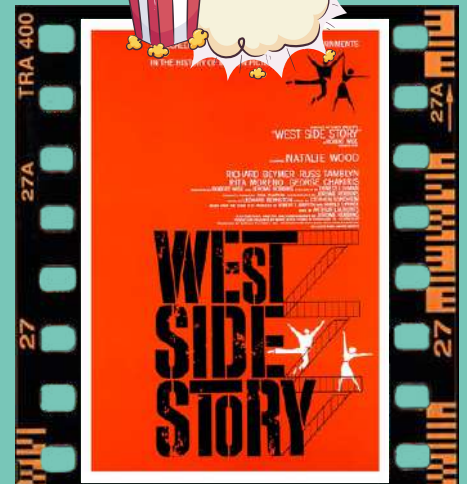
01/06



12/06



01/06



LA CAGE AUX FOLLES



01/06



Vous pensiez que vos secrets étaient à l'abri. Vous vous trompiez.



01/06



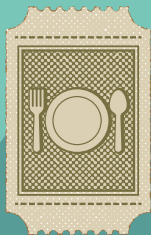
À CONTRE-SENS LONDRES



17/06



BONS PLANS ET BONNES ADRESSES



Saudade - Coffee shop

“En plein cœur d’Aix-en-Provence, le coffee shop Saudade donne, d’emblée, envie de ralentir. Atmosphère méditerranéenne, latte raffinés et pâtisseries maison... C’est aussi beau que bon ! Ici, on cultive le goût du bien vivre, d’une parenthèse d’absolue décompression.”

3 rue Emeric David 13100 Aix-en-Provence



Laura Todd - cookies artisanaux

“ L’enseigne Laura Todd, connue pour ses cookies mi-cuits, signe son retour à Aix ! Elle rassemble petits et grands autour d’un produit unique : un biscuit délibérément moelleux et super régressif, qui s’affranchit du sablé classique.”

1 rue Gaston de Saporta 13100 Aix-en-Provence



DANS MA CUISINE



Ingrédients pour 4 personnes :

- 1 grosse boîte de thon au naturel (250 g)
- 1 petit oignon nouveau
- herbes : persil ou coriandre
- 1 petitsuisse
- 1 cuillère(s) à café de moutarde
- 1 cuillère(s) à café de curcuma
- 1 filet de jus de citron
- sel, poivre

Rillettes de thon au curcuma



1. Pelez l'oignon et hachez-le. Rincez les herbes, épongez-les et ciselez-les.
2. Émiettez le thon dans un saladier et écrasez-le à la fourchette. Ajoutez le petit-suisse, la moutarde, le curcuma, le jus de citron, l'oignon haché et les herbes, une pincée de sel et un bon tour de moulin à poivre.
3. Mélangez régulièrement : la préparation doit être homogène. Servez les rillettes dans un bol, en formant un petit monticule à la fourchette. Accompagnez de pain frais, de toasts ou de pain azyne.



Directeur de publication : Gilles Negrel.

Comité de rédaction : Naïma, Sadia, Léna.

Conception et mise en page : Sadia.

Pôle d'activités d'Aix-en-Provence,
135 rue Albert Einstein, 13290 Aix-en-Provence.

**REJOIGNEZ-NOUS SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX DE L'ALJEP A POUR
VOUS INFORMER SUR LES ANIMATIONS ET LES ACTIVITÉS
PRÉVUES !**

