



SOMMAIRE

Edito	P.2
Témoignages de résidents	P.3
Avis d'information	P.4
La vie à l'Aljepa	P.5-7
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.13-29
Les livres de Will	P.30
Livret mots de passe	P.31
Le Repère Jeunesse	P.32-33
La Boussole des Jeunes	P.34
La Maison des Adolescents	P.35
"Mon soutien psy"	P.36
Planning animations du mois	P.37-38
Sorties Cultures du Coeur	P.39
Sorties films et séries	P.40-41
Bons plans et bonnes adresses	P.42
Dans ma cuisine	P.43
Contacts et réseaux sociaux de l'ALJEPa	P.44

EDITO

« Chaque jour est un nouveau commencement. » — Ralph Waldo Emerson

Septembre arrive avec la reprise d'un rythme habituel. Entre le travail et les obligations du quotidien, les journées sont souvent bien remplies. Les activités de la résidence sont l'occasion de faire une pause et de partager un bon moment.

Ce mois-ci, nous vous proposons la reprise des ateliers de théâtre d'improvisation, des soirées jeux de société, une soirée crêpes et une balade pour profiter des derniers beaux jours. De quoi se retrouver et passer un agréable moment ensemble.

Nous vous proposerons également un atelier sur la gestion des énergies, avec quelques conseils simples à mettre en place au quotidien.

Alors, seul ou accompagné, n'hésitez pas à venir participer ! Toute l'équipe socio-éducative vous souhaite un agréable mois de septembre et espère vous retrouver nombreux.

L'équipe socio-éducative



TÉMOIGNAGES DE RÉSIDENTS

Le 31/07/2026

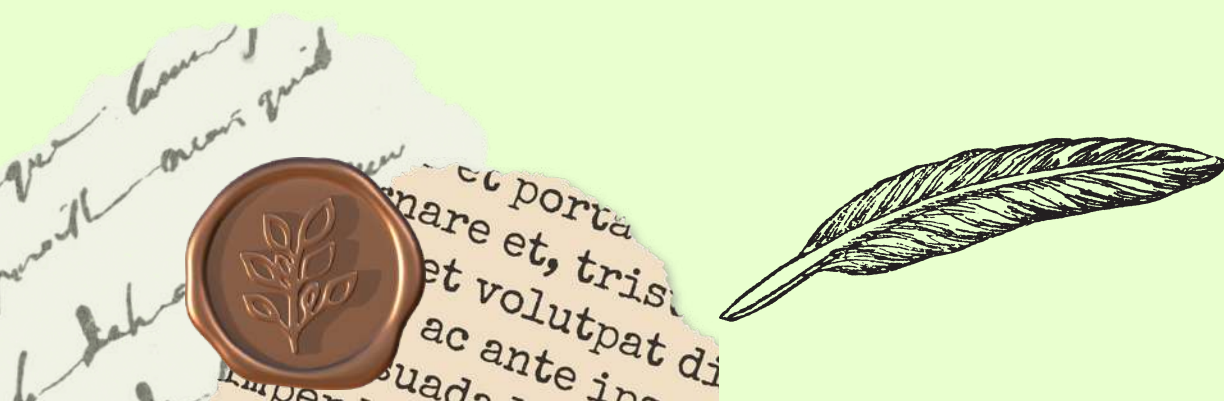
“Après presque 5 ans passés à l’ALJEPA, il est temps pour moi de tourner une nouvelle page. Ces 5 années sont passées à une vitesse incroyable et je garderai de très bons souvenirs de cette résidence Merci à toute l’équipe pour son accueil, sa disponibilité et son travail au quotidien.”

Hiba.

Le 01/08/2026

“Merci pour ces 3 années et bravo aux personnes qui font vivre cette résidence.”

Théo..



AVIS D'INFORMATION

Visite d'hygiène – vendredi 21 août 2026

Cet avis est remis dans votre logement à l'occasion de la visite mensuelle d'hygiène et de sécurité. La Direction rappelle que chaque résident est responsable de l'entretien et du nettoyage quotidiens de son logement et doit contribuer au respect de la propreté des espaces de la résidence.

⚠ RAPPEL IMPORTANT

Il est strictement interdit de jeter des déchets par les fenêtres ou de les abandonner sur les toitures, dans les espaces communs ou aux abords de la résidence.

Si ces comportements persistent, la Direction étudiera la mise en œuvre de mesures de responsabilisation et de sanctions, conformément au contrat de résidence et au règlement de fonctionnement de l'ALJEPA.

Un constat préoccupant

L'équipe de l'ALJEPA avait procédé très récemment au nettoyage des abords de la résidence. La photographie ci-dessous, prise le 20 août 2026, montre pourtant la présence de nouveaux déchets sur une toiture.



Photographie prise le 20 août 2026 – constat de déchets sur la toiture

Consignes à respecter

- Déposer les sacs poubelles fermés dans les locaux prévus à cet effet, à l'arrière du bâtiment.
- Ne rien laisser dans les couloirs, sur les toitures, dans les espaces communs ou aux abords de la résidence.
- Signaler toute difficulté à l'accueil ou au service socio-éducatif.

La Direction de l'ALJEPA

LA VIE À L'ALJEP

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.

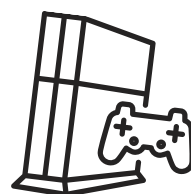
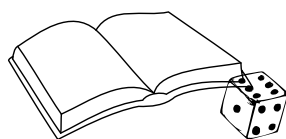
Vous pourrez également bénéficier des services suivants : prêts de livres/jeux de société et vidéos, impression, scan, accès aux ordinateurs/télévision/console de jeux, etc...

SALLE MULTIMÉDIA À DISPOSITION !

La salle multimédia est accessible du:

Lundi de 14h à 20h
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 18 septembre 2026



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 LEFEVRRE-
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



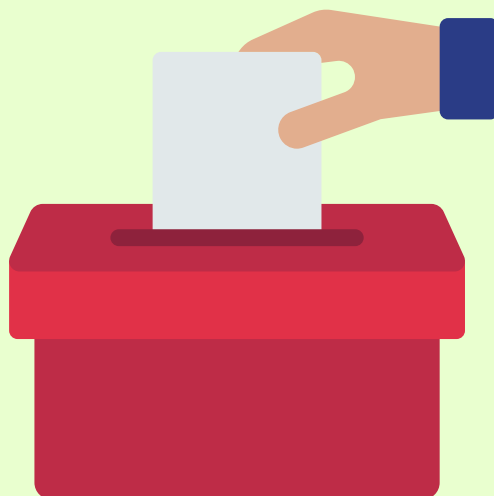
MOURAH SARA
Suppléante



YAMEN FLORIAN
Suppléant

**La réunion du CVS s'est tenue le
lundi 29 juin 2026 à 18h30.**

Le compte rendu sera affiché sur le
tableau d'information du service
socio-éducatif.





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).



PING-PONG

**Mardi 1er septembre
18h à 20h
Hall d'accueil**



JEUX DE CARTES

**Mercredi 2 septembre
18h à 20h
Salle multimédia**



JEU DE L'UNDERCOVER

**Jeudi 3 septembre
18h à 20h
Salle multimédia**





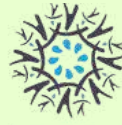
SOIRÉE

“À VOUS DE CHOISIR”

Lundi 7 septembre
18h à 20h
Salle multimédia



UN ÉVÉNEMENT



CULTURES
DU CŒUR
BOUCHES-DU-RHÔNE

PERMANENCE CULTURES DU CŒUR

Mardi 8 septembre
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 ARGILE

**Mercredi 9 septembre
18h à 20h
Salle multimédia**



SOIRÉE CRÊPES

**Jeudi 10 septembre
18h à 20h
Salle multimédia**





SOIRÉE

“À VOUS DE CHOISIR”

Lundi 14 septembre
18h à 20h
Salle multimédia



INITIATION AU THÉÂTRE D'IMPROVISATION

**18H30-
20H**

**6 À 10
PERS
MAX**

**15 & 29
SEPTEMBRE
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€**



SOIRÉE

“À VOUS DE CHOISIR”

Mercredi 16 septembre
18h à 20h
Salle multimédia





SOIRÉE

“À VOUS DE CHOISIR”

Jeudi 17 septembre
18h à 20h
Salle multimédia





SOIRÉE

“À VOUS DE CHOISIR”

Lundi 21 septembre
18h à 20h
Salle multimédia



TIME'S UP

**Mardi 22 septembre
18h à 20h
Salle multimédia**



BALADE DANS LE PÔLE

Mercredi 23 septembre

RDV 18h

Hall d'accueil



SOIRÉE ART

Jeudi 24 septembre

18h à 20h

Salle multimédia





SOIRÉE

“À VOUS DE CHOISIR”

Lundi 28 septembre
18h à 20h
Salle multimédia



ATELIER GESTION DES ÉNERGIES

**Mercredi 30 septembre
18h à 20h
Salle multimédia**



Présentation des livres de Will, résident de l'ALJEPA



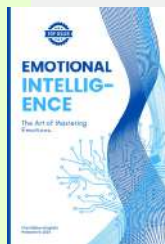
Sur un appareil électronique ? Cliquez pour ouvrir



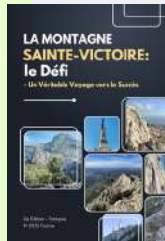
Ouvrages de l'auteur

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



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



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



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



COMING
SOON

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



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



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



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



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/B0F6H55T5V

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

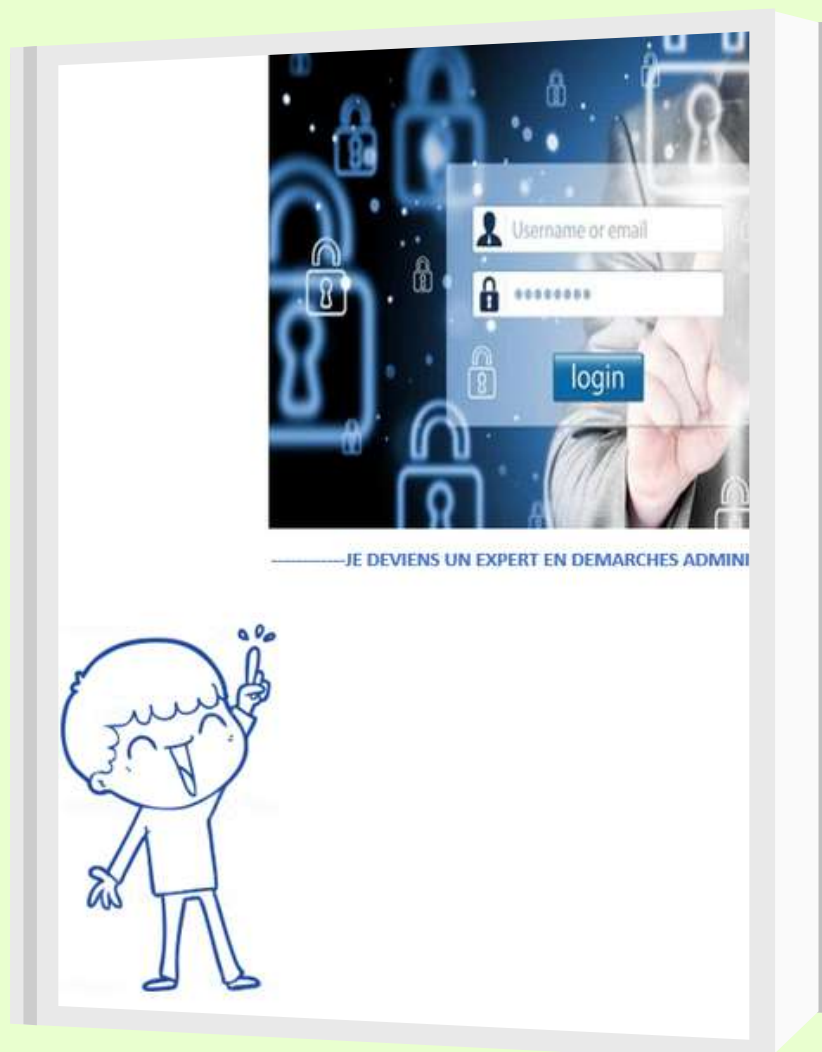
@godswill-egewu-661a91116

@godswill.egewu

@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



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.

<https://boussole.jeunes.gouv.fr>



Maison des Ados
& Jeunes Adultes

11 - 25 ans

13 NORD

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

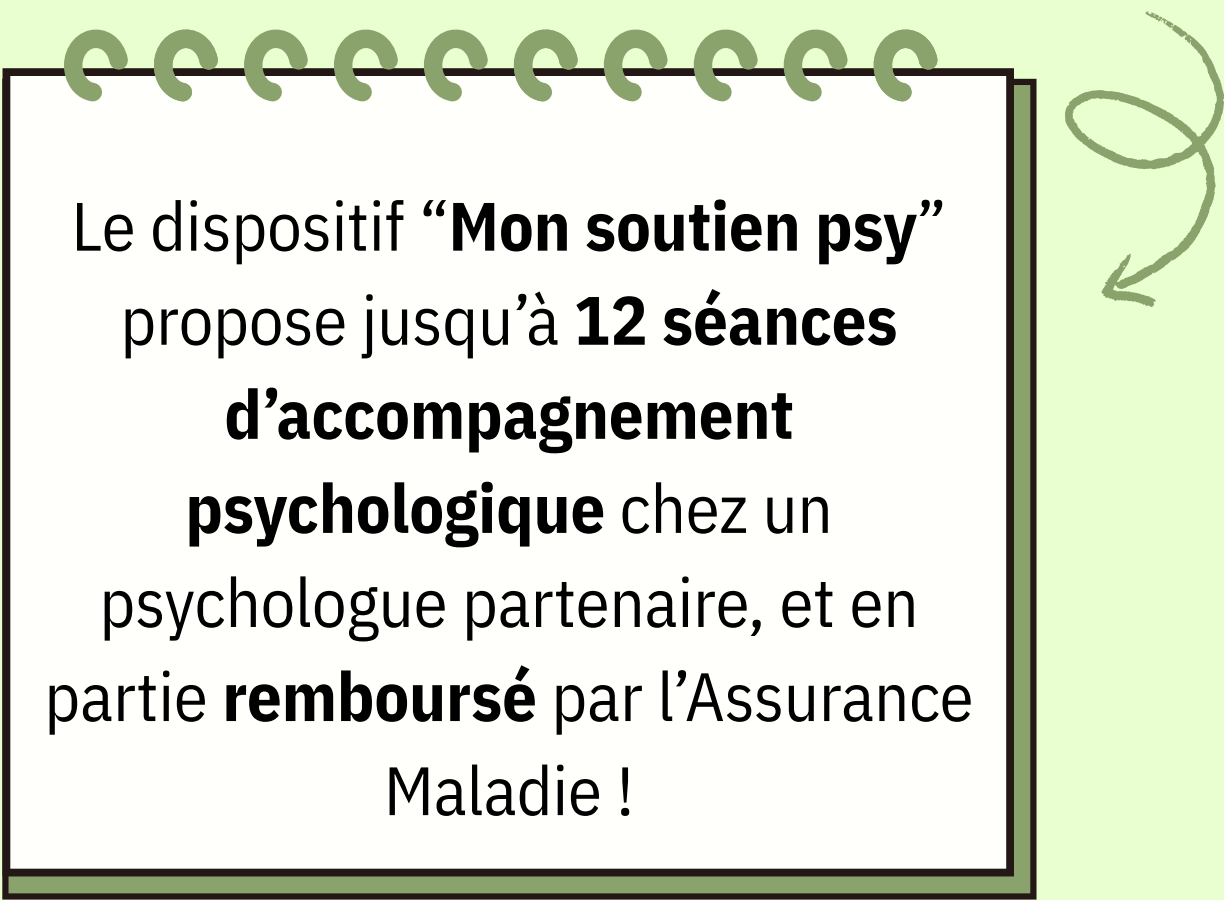
Information, orientation,
écoute, conseil,
interprétation de résultats
d'examen du CESAM

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.

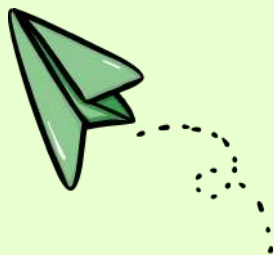
Trouvez un psychologue partenaire proche de chez vous sur l'annuaire: <https://monsoutienpsy.ameli.fr/recherche-psychologue>



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

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

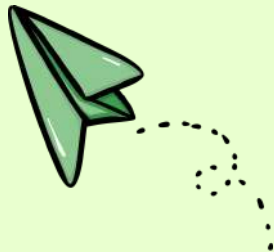




SEPTEMBRE 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
31 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	1 Ping-pong 18h-20h Hall d'accueil	2 Jeux de cartes 18h-20h Salle multimédia	3 Undercover 18h-20h Salle multimédia	4	5 ★	6
7 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	8 Permanence Cultures du cœur 18h-20h Hall d'accueil	9 Atelier argile 18h-20h Salle multimédia	10 Soirée Crêpes 18h-20h Salle multimédia	11	12	13
14 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	15 Atelier théâtre 18h30-20h Salle Milhaud	16 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	17 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	18 Visite hygiène et sécurité	19 JOURNÉES EUROPÉENNES	20 JOURNÉES EUROPÉENNES
21 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	22 Time's Up 18h-20h Salle multimédia	23 Balade dans le pôle RDV 18h Hall d'accueil	24 Soirée art 18h30-20h Hall d'accueil	25	26	27
28 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	29 Atelier théâtre 18h30-20h Salle Milhaud	30 Atelier gestion des énergies 18h-20h Salle multimédia	1 ★	2	3	4 ★

AUTOMNE



SEPTEMBRE 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
31 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	1 Ping-pong 18h-20h Hall d'accueil	2 Jeux de cartes 18h-20h Salle multimédia	3 Undercover 18h-20h Salle multimédia	4	5 ★	6
7 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	8 Permanence Cultures du cœur 18h-20h Hall d'accueil	9 Atelier argile 18h-20h Salle multimédia	10 Soirée Crêpes 18h-20h Salle multimédia	11	12	13
14 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	15 Atelier théâtre 18h30-20h Salle Milhaud	16 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	17 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	18 Visite hygiène et sécurité	19 JOURNÉES EUROPÉENNES	20 JOURNÉES EUROPÉENNES
21 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	22 Time's Up 18h-20h Salle multimédia	23 Balade dans le pôle RDV 18h Hall d'accueil	24 Soirée art 18h30-20h Hall d'accueil	25	26	27
28 A vous de choisir 18h-20h Salle multimédia	29 Atelier théâtre 18h30-20h Salle Milhaud	30 Atelier gestion des énergies 18h-20h Salle multimédia	1 ★	2	3	4 ★

AUTOMNE

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



 Aix

Match d'improvisation - La Manufacture **19 septembre à 20h30**

“Sur scène, deux équipes de cinq joueurs se défient sous l’œil averti d’un arbitre impartial qui décide des catégories, des contraintes et des thèmes que chaque improvisation devra respecter.

À la fin de chaque impro, c’est le public qui décide en votant qui remporte le point. À la fin du match, c’est l’équipe ayant remporté le plus de points qui l’emporte !”

Visite libre- Muséum d'Histoire Naturelle

“Le Muséum d’histoire naturelle de Marseille fête cette année ses 200 ans et les 150 ans de son installation au Palais Longchamp, inauguré en 1869. Ce double anniversaire est l’occasion de repenser les espaces d’exposition permanentes du Muséum à l’aune du 21^e siècle pour offrir aux visiteurs une vision résolument contemporaine du patrimoine naturel et scientifique. Cette refonte de la muséographie des salles du premier niveau du Muséum combinée à des travaux renforcés d’entretien de l’intérieur du bâtiment nécessitent une fermeture temporaire du Muséum. Cependant, un programme d’activités (exposition, parcours thématiques, sorties nature) hors les murs sur le site Longchamp est proposé aux visiteurs jusqu’à la réouverture des espaces d’exposition.”

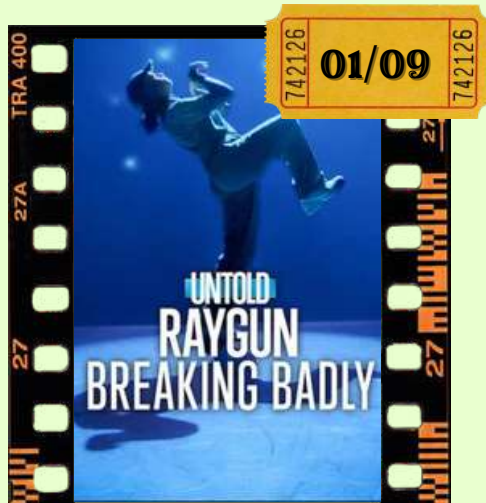


 Marseille

Places gratuites à récupérer au bureau de Sadia



SORTIES CINÉMA



SORTIES NETFLIX

01/09



02/09



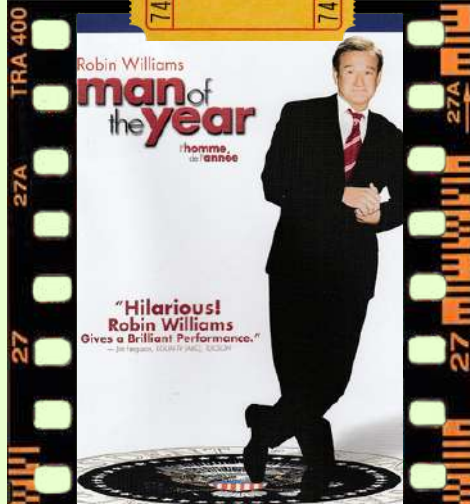
03/09



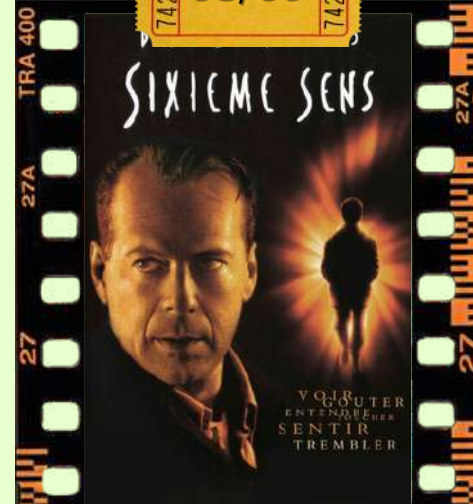
04/09



04/09



05/09



10/09



18/09



BONS PLANS ET BONNES ADRESSES



Vélorail de la Sainte-Baume

“Et si l’on remontait le temps... à la force des mollets ? Au départ de l’ancienne gare de Pourcieux, le Vélorail de la Sainte-Baume invite à parcourir une ancienne ligne ferroviaire au cœur de la Provence Verte, entre viaducs, tunnel et paysages préservés.”

**Rue de la Gare, à coté de l'Espace Culturel de la Gare
POURCIEUX 83470**



L’Orangerie

“Au Jas de Bouffan, le restaurant saisonnier L’Orangerie cultive l’art de la pause dans un décor à part. Cuisine fraîche, patrimoine « à ciel ouvert » et joyeuse effervescence : au cœur de la bastide de Cézanne, cette adresse plein soleil révèle un lieu resté longtemps confidentiel.”

7 rue de Valcros 13090 Aix-en-Provence



DANS MA CUISINE



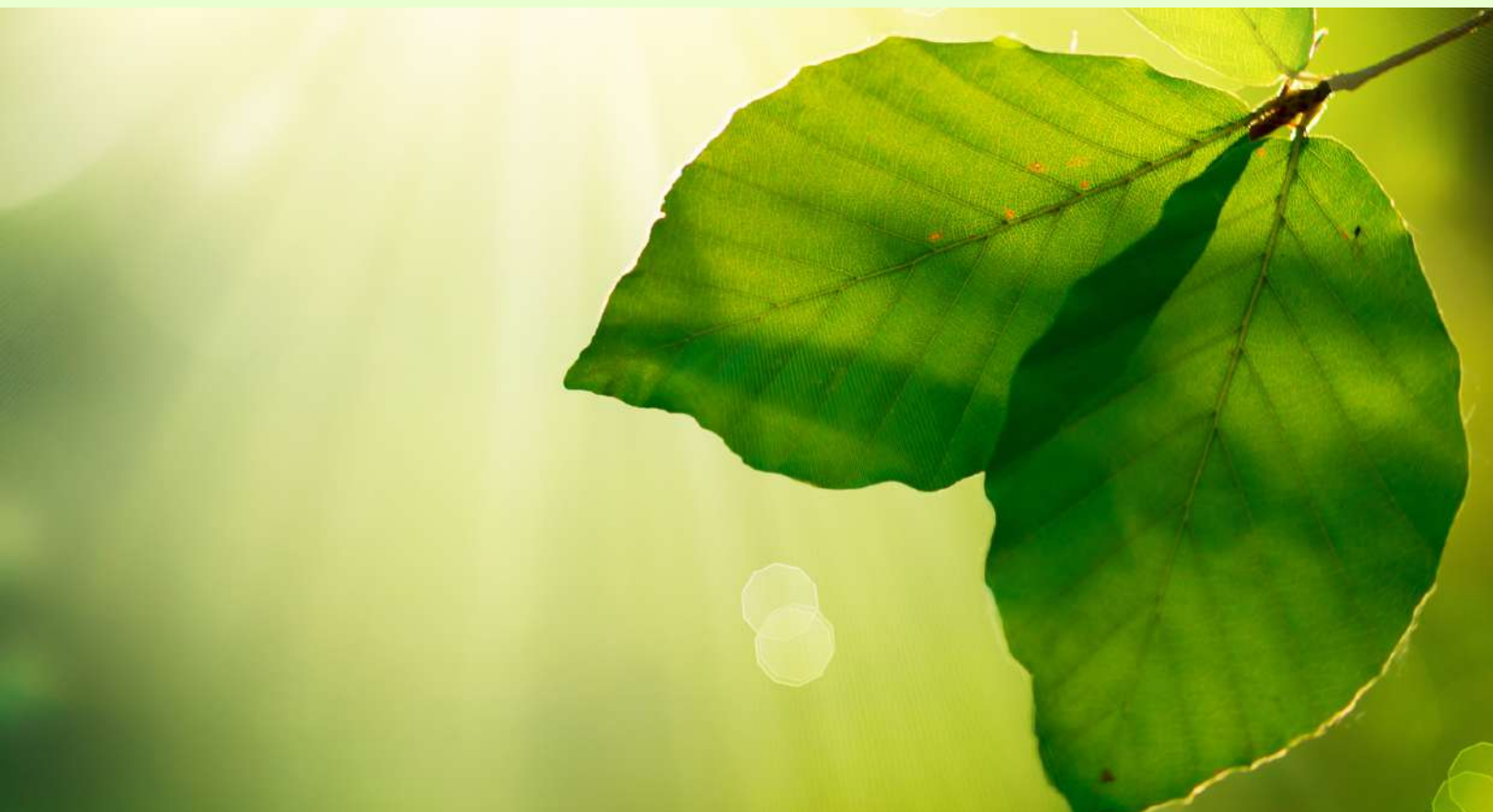
Ingrédients pour 4 personnes :

Poivronnade



- 6 poivrons de couleurs différentes
- 1 gousse d'ail
- 2 cuillère(s) à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère(s) à café de cumin en poudre
- 1 cuillère(s) à café de harissa
- 2 cuillère(s) à soupe de miel liquide
- 1 cuillère(s) à soupe de jus de citron
- 4 cuillère(s) à soupe de bouillon de légumes en poudre
- 4 tiges d'origan effeuillées
- 4 grandes tranches de pain grillé
- sel et poivre

1. Rincez et coupez les poivrons en deux. Enlevez les graines et les pédoncules, et détaillez-les en lanières. Pelez et hachez l'ail.
2. Faites chauffer à feu moyen l'huile d'olive dans une grande poêle. Ajoutez les poivrons et faites-les revenir une douzaine de minutes tout en remuant régulièrement, jusqu'à ce qu'ils ramollissent et dorent.
3. Ajoutez l'ail, le cumin, la harissa, le miel, le jus de citron, le bouillon de légumes et l'origan. Salez, poivrez et remuez bien le tout. Prolongez la cuisson jusqu'à ce que les poivrons soient enrobés d'une sauce épaisse.
4. Servez sans attendre sur le pain grillé.



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 !**

