



LE JARDIN DU 109

Un espace de vie, de rencontres et d'échanges intergénérationnels



Parce que le CASIM entend contribuer à l'autonomie, au bien-être, à l'insertion sociale des bénéficiaires, nous proposons de nombreux dispositifs visant à répondre aux attentes du public et à apporter des solutions pratiques et concrètes.

Le CASIM s'engage ainsi dans des projets socialement innovants ayant pour objectifs l'amélioration du parcours de vie, du bien-être ou de l'autonomie des personnes accompagnées.











LE JARDIN DU 109

Le « Jardin du 109 » est un lieu de vie ouvert de proximité, s'adressant à tous les publics, visant à renforcer les solidarités et à générer une dynamique de création de lien social entre les générations. Il propose un espace de vie propice à l'épanouissement individuel de tous ceux qui sont reclus dans l'isolement ou l'exclusion sociale. Il entend apporter un soutien plus spécifique aux personnes âgées ou aux familles, déjà identifiées et accompagnées au CASIM.

C'est un ensemble de services solidaires et d'activités récréatives et culturelles, aisément accessibles à tous et destinés à améliorer le quotidien, regroupés en un même lieu, autour du concept d'un « café ».







E-mail: contact@casim.fr - www.casim.fr





Au jardin du 109

Vous pouvez venir prendre un verre...! mais vous y trouverez aussi...

Des ateliers pensés pour les personnes âgées	.Page 4 à 5
- Atelier Jeux de société	
- Atelier Mémoire	
- Atelier Vitalité et Gym douce	
- Atelier Chant	
Des ateliers pour les aidants	Page 6
- Atelier Paroles d'aidants	
- Atelier Gym Aidants/Aidés	
Des ateliers intergénérationnels	.Pages 7 à 10
- Atelier Cuisine	
- Atelier Pâtisserie	
- Atelier Multimédia et E-Formation	
- Atelier Jardinage	
- Atelier Créatif et récréatif	
- Atelier Echecs	
- Atelier Backgammon	
- Atelier Photo	
- Animation Loto Bingo	
 Animation Karaoké Animation Ciné-Club 	
Le CAFE'J, nouveau service dédié aux Jeunes et aux Parents :	.Pages 11 à 13
P.A.E.J : Point Accueil Ecoute Jeune	
Accompagnement des familles	
Soutien à la Parentalité	
Aux côtés des Professionnels	
Soutien et remédiation scolaire	
Sport et Coaching pour les jeunes	
Une offre de services solidaires	.Pages 14 à 17
- Atelier Recherche Logement	
- Service d'Orientation et d'Information des Familles	
Les Services de la BOUTIQUE du 109	
• Certains ateliers et animations pourront être soumis à participation.	





PROGRAMME

Des ateliers particulièrement dédiés aux personnes âgées

« Jeux de Société »

Faites preuve de stratégies et venez passez un moment autour des jeux qui ont traversé les générations (scrabble, jeux cartes, dominos...)

Tous les jours selon disponibilités Venez nombreux jouer autour d'un café...





« Atelier Mémoire »

Venez entrainer votre mémoire à partir d'activités destinées à la stimulation cognitive.

Animé par une psychologue



« Vitalité et Gym douce »

Dans une ambiance conviviale et dynamique, notre coach sportif vous propose un programme de remise en forme adapté à chacun.

Cours collectifs sur inscription (8 personnes maximum) *Une participation pourra être demandée*



« Autour du Chant »

Des ateliers de chants et musique sont proposés. Du Ladino en passant par la musique yiddish, venez chanter sur toutes les musiques du monde et partager des moments chaleureux dans la détente et la bonne humeur.

Une participation pourra être demandée





Des ateliers « aux côtés des Aidants »

« Paroles d'Aidants »

Parler, partager son ressenti et ses expériences.... Un temps de rencontres et d'échanges organisé spécifiquement pour celles et ceux qui accompagnent des personnes âgées ou malades.

Atelier encadré par un psychologue du CASIM



« Gym Aidants/Aidés »

Prévention santé et bien-être par le mouvement. Un cycle de 16 séances de Gym à domicile suivi d'une séance collective qui vise à améliorer la communication entre l'aidant et l'aidé, favoriser le maintien à domicile et offrir un instant de répit aux aidants familiaux.

En partenariat avec le groupe associatif SIEL BLEU





Des animations et des activités intergénérationnelles

« Cuisine »

A Table....

Une fois par mois, cet atelier plein de saveurs vous est proposé par des professionnels de la cuisine du monde.

Il est suivi d'un déjeuner convivial dans une ambiance amicale où le partage est roi.





« Pâtisserie »

C'est l'heure gourmande....

Atelier douceurs et gourmandises en compagnie de vos enfants ou petits-enfants.

Cet atelier est suivi d'une dégustation dans une ambiance festive et amicale.



« Espace Multimédia et E-Formation »

Des ateliers d'initiation aux E. Technologies (Téléphonie mobile, ordinateur, tablette...) ainsi qu'une aide aux démarches administratives en ligne sont proposés par des bénévoles toutes les semaines.

Le Cyber Café est disponible en libre.



Venez participer à l'embellissement du jardin du 109. Un après-midi dédié au jardinage et à la culture

Cet atelier est animé par des professionnels et bénévoles du CASIM.



« Loisirs créatifs et récréatifs... »

Un moment de création pour s'évader...

Des ateliers manuels divers et variés sont animés par des bénévoles.

Du tricot, de la couture ou encore de la mosaïque. Laissez place à votre créativité....





« Echecs »

Marseille-Echecs, le Club Marseillais champion de France d'échecs vous propose des ateliers d'initiation tous les mardis après-midi de 15h à 16h30 heures pour les adultes et de 16h30 à 18h

pour les enfants. De belles rencontres intergénérationnelles en perspective....



« Backgammon »

Jeu de hasard et de raisonnement, le backgammon vous offre des moments de détente tout en concentration... Des cours sont organisés chaque semaine pour apprendre et se perfectionner tout en s'amusant.

« Autour de la Photo »

Deux ateliers autour de la photo proposés par des professionnels du CASIM.

« Marseille en photo » : Baladez-vous dans Marseille, photographiez, partagez vos clichés...

« Récit de Vie des personnes isolées et dépendantes » : Racontez votre histoire au travers de photos.







« Loto Bingo »

Quine, Double-Quine ou Carton plein...?!

Venez tenter votre chance au Loto Bingo dans une ambiance décontractée et festive.

Tous les mois!

« Karaoké »

Vous aimez pousser la chansonnette...!?
Venez chanter avec nous sur les plus beaux airs de vos chanteurs et chanteuses préférées. Tous les mois!



« Ciné-Club »

Le cinéma s'invite au 109...

Une fois par mois. Réservez vos places et venez vous détendre devant un bon film... **Tous les mois!**





Le CAFE'J

Casim Accueil Familles Ecoute Jeunes

Un nouveau service dédié aux Jeunes et aux Parents au sein du Jardin du 109

« P.A.E.J : Point Accueil Ecoute Jeune »

Pour les jeunes de 12 à 25 ans

- Un accueil, une écoute sans rendez-vo
- Des entretiens de soutien et d'orientation
- Par une psychologue et un travailleur social
 Tous les jeudis de 14h à 18h



« Accompagnement des familles »

Psychologues et assistantes sociales proposent un accompagnement des familles.

Les familles pourront accéder au service d'accompagnement social du CASIM après le premier accueil ou directement par prise de rendez-vous.





« Soutien à la Parentalité »

Afin de répondre aux questionnements des parents une psychologue et un pédiatre proposent un groupe de soutien à la parentalité autour de nombreuses thématiques.

« Aux côtés des Professionnels »

Un lieu ressource pour les professionnels Repérage des jeunes et familles en difficultés et orientation adaptée vers les dispositifs existants

Mise en place de projets d'accompagnement adaptés notamment dans le champ du handicap









Bilans d'orientation

Bilans d'orientation personnalisés Entretiens individuels effectués par une Psychologue

Travail en groupe en partenariat avec la cité des métiers

Tous les mercredis





« Sport et Coaching pour les jeunes »

Notre coach sportif propose des séances adaptées aux jeunes. Travail autour de la confiance en soi, lutte contre l'inactivité et l'obésité.

Cours collectifs, conseils personnalisés





LE JARDIN DU 109

C'est aussi une offre de services solidaires avec un :

« Atelier Recherche Logement »

Destiné à accompagner tous ceux qui rencontrent des difficultés d'accès au logement dans le parc privé ou social. (Accompagnements individuels et collectifs, ateliers à thèmes avec des partenaires...)



« Service d'Orientation et d'Information des familles »

Destiné à tous ceux qui souhaitent disposer de renseignements, accéder à leurs droits (allocations familiales, allocation personnalisée à l'autonomie, RSA, ...), orientation si nécessaire vers les services sociaux compétents (CASIM, services sociaux du Conseil Départemental, ...). Nous précisons que le Pôle d'accompagnement social et de soutien psychologique est situé au 1^{ier} et 2^{ième} étage du même bâtiment.





La Boutique du 109



Créée en 2000, la Boutique Sociale (aujourd'hui nommée

« La Boutique du 109 ») est un lieu de prévention et d'appui aux personnes en situation de précarité et d'isolement. Ouverte à toutes les personnes orientées par un travailleur social, notre épicerie solidaire est adhérente du réseau ANDES (Association Nationale de Développement des Epiceries Solidaires) et elle est partenaire de la Banque Alimentaire.

La Boutique du 109 permet aux bénéficiaires de s'approvisionner en produits alimentaires, en produits d'hygiène et d'entretien à moindre coût, en produits culturels et en vêtements.

Cet espace solidaire est aussi un lieu d'accueil, d'échanges, d'écoute et de reconnaissance où les personnes bénéficient de conseils budgétaires et alimentaires. La Boutique du 109 se présente comme une épicerie classique de proximité. Elle propose cette aide à la vie quotidienne, sur orientation et accompagnement des assistantes sociales du CASIM. Chaque bénéficiaire s'engage à gérer son crédit d'achat et choisit les produits qu'il souhaite consommer en participant à hauteur de 10% du prix réel.





Les services de la Boutique du 109

· Aide alimentaire et à la vie quotidienne

La Boutique Sociale propose en libre-service des produits alimentaires secs, des fruits et des légumes, des produits frais ou surgelés : viande casher, poisson, produits laitiers, boissons. Un rayon de produits d'hygiène et d'entretien est également mis à disposition. A l'occasion des fêtes juives, des produits spécifiques complémentaires sont proposés.

Des produits culturels et de loisirs

Parallèlement à l'achat de produits de première nécessité, les clients peuvent bénéficier de produits culturels, livres, jeux, places de concert et de spectacle soit gratuitement soit selon le même principe que pour l'achat de produits alimentaires.

Une boutique de vêtements et chaussures

Grâce à nos partenaires, il est proposé régulièrement des braderies de vêtements neufs, d'articles de sports, d'accessoires et de chaussures.

Un salon de coiffure

La Boutique Sociale dispose d'un salon de coiffure qui contribue souvent au projet d'insertion professionnelle et à la restauration de l'estime de soi. Sur rendez-vous, il est possible en contrepartie d'une faible participation de bénéficier d'une coupe, d'un brushing ou d'une couleur.

Des ateliers collectifs et des animations

Des ateliers cuisine, de diététique à thèmes et des animations sont proposés régulièrement.

C'est aussi:

La boutique du 109 itinérante

La Boutique du 109 dispose d'un service de livraison à domicile qui permet de répondre aux demandes des personnes isolées rencontrant des difficultés de mobilité, principalement des personnes âgées ou en situation de handicap. Les personnes passent commande par téléphone et les produits choisis leurs sont livrés.





La solidarité au CASIM s'exprime à travers la fraternité et l'entraide que nous apportons au quotidien à toute personne en situation de précarité.

Parce que la solidarité est notre priorité, nous sommes aux côtés des plus démunis en toutes circonstances.

Notre action solidaire contribue ainsi à la justice sociale.

Pour tous renseignements et inscriptions,
Contactez-nous au :
04.96.10.06.70
ou venez nous rencontrer au
Jardin du 109
109, Rue Breteuil – 13006 Marseille