

# DIGNITÉ, SOLIDARITÉ, CITOYENNETÉ ! ENSEMBLE, FAISONS SOCIÉTÉ !

## UN ESPACE POUR VOUS ACCOMPAGNER DANS VOS PROJETS !

Nous vous soutenons dans vos projets collectifs selon vos besoins !

- appui et animation aux groupes d'échanges de parents, de jeunes, des cafés philos dans nos locaux ou en extérieur
- animation d'un projet culturel pour le territoire : spectacles jeunes publics dans les quartiers, ateliers, résidence d'artistes, sorties théâtre, docks...
- soutien pour l'accès au droit commun et aux associations dans le domaine sportif : APS
- organisation des fêtes de quartier, des journées festives comme le carnaval
- création de jardins partagés et amélioration du cadre de vie
- accompagnement aux départs en vacances
- des partenaires forts : PRE, préventions spécialisée, IREPS,...

## UN ESPACE POUR EXERCER PLEINEMENT VOTRE CITOYENNETÉ ET FAIRE SOCIÉTÉ !

Nous vous accompagnons pour vous permettre de renforcer votre pouvoir d'agir sur des questions de société !

- organisation de ciné-débats sur des questions d'intérêt général et de société
- construction d'un réseau de bénévoles impliqués dans la vie des structures
- démarche de partages de savoirs et de valorisation des capacités
- appui à l'expression des habitants dans la sphère publique : comité de pilotage au sein des Espaces Sociaux et Citoyens, accompagnement vers les conseils citoyens, participation diverses

## CONTACTS



### ESPACE SOCIAL & CITOYEN DE SAINTE-VALÉRIE

Rue Montesquieu - 46000 Cahors  
05 65 20 00 43



### LA MAISON DU CITOYEN DE LA CROIX-DE-FER

474, avenue Maryse-Bastie - 46000 Cahors  
05 65 22 26 06

Pour toute information,  
n'hésitez pas à nous contacter !  
accueil - Information  
orientation  
Ouvert (hors animations)

lundi et vendredi  
de 9h à 12h et de 14h à 18h,  
mardi de 14h à 17h,  
mercredi de 9h à 12h,  
jeudi de 9h à 12h et de 14h à 17h

ESPACE SOCIAL  
& CITOYEN

SAINTE-VALÉRIE

ESPACE SOCIAL  
& CITOYEN

CROIX-DE-FER

## LES ESPACES SOCIAUX & CITOYENS,





### DES CENTRES SOCIAUX QUI VOUS ACCOMPAGNENT AU QUOTIDIEN

#### Un espace de services & d'activités

#### Nous vous proposons des activités qui répondent aux besoins que vous exprimez !

- accompagnement à la scolarité (dispositif CLAS)
- activités culturelles et sportives : théâtre, le vendredi c'est permis, randonnée, gym douce, futsal, moment de danse, jardinage, mosaïque...
- permanences de nos partenaires privilégiés : assistantes sociales de secteur et Pmi du Conseil Départemental, Réussite Educative, Adulte relais, éducateurs spécialisés
- actions de soutien à la parentalité : Patouille, contes, cuisine du monde bricolo duo, sorties diverses...
- des activités favorisant les apprentissages : Cours de langue française avec AGIR ABCD, informatique,...
- un accueil privilégié où vous trouverez une écoute bienveillante, des informations et une orientation adaptée.

## PLANNING ANIMATIONS 2017 - 2018

Ateliers Maison du Citoyen   
 Ateliers Sainte-Valérie   
 Ateliers inter-sites   
 En alternance   
 avec Sainte-Valérie / Maison du Citoyen

MATIN

APRÈS-MIDI

SOIRÉE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
10h / 11h ACTIVITÉ GYMNASTIQUE	9h30 / 12h COURS DE LANGUE FRANÇAISE Structures fermées au public RÉUNION D'ÉQUIPE		10h / 12h LE FRANÇAIS DU QUOTIDIEN	10h / 11h ACTIVITÉ GYMNASTIQUE
13h30 / 16h30 RANDONNÉE DOUCE / 5 à 6 km 4 sites - (Adulte) - Sur inscription -	14h / 16h ATELIER MOSAÏQUE	10h / 14h : ATELIER CUISINE 10h30 / 11h30 : ATELIER MOTRICITÉ	14h / 16h ATELIER MOSAÏQUE	
17h / 18h15 ATELIER THÉÂTRE	14h / 17h ATELIER PARENTS / ENFANTS	13h30 / 15h30 COMME UN POISSON DANS L'EAU (9-12 ans)	13h30 / 18h MOMENTS DE DANSE	
16h30 / 19h CLAS		13h30 / 18h30 RANDONNÉE SPORTIVE / 10 à 12 km 4 sites - Sur inscription -	16h30 / 19h CLAS	