

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

## UN ESPACE POUR VOUS ACCOMPAGNER DANS VOS PROJETS !

Nous vous soutenons dans vos projets collectifs selon vos besoins !

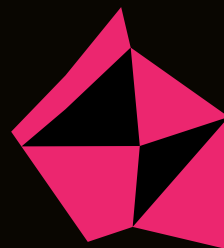
- appui et animation aux groupes d'échanges de parents, de jeunes, des cafés philos dans nos locaux ou en extérieur
- animation d'un projet culturel pour le territoire : spectacles jeunes publics dans les quartiers, ateliers, résidence d'artistes, sorties théâtre, docks...
- soutien pour l'accès au droit 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 spécialisées, 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 !

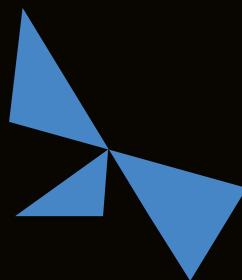
- organisation de ciné-débats sur des questions d'intérêt général et de société
- construction d'un réseau de bénévoles impliqués dans la vie des structures
- démarche de partages de savoirs et de valorisation des capacités
- appui à l'expression des habitants dans la sphère publique : comité de pilotage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

## CONTACTS



### ESPACE SOCIAL & CITOYEN DE TERRE-ROUGE

105, rue Camille-Desmoulins - 46000 Cahors  
05 65 53 13 95

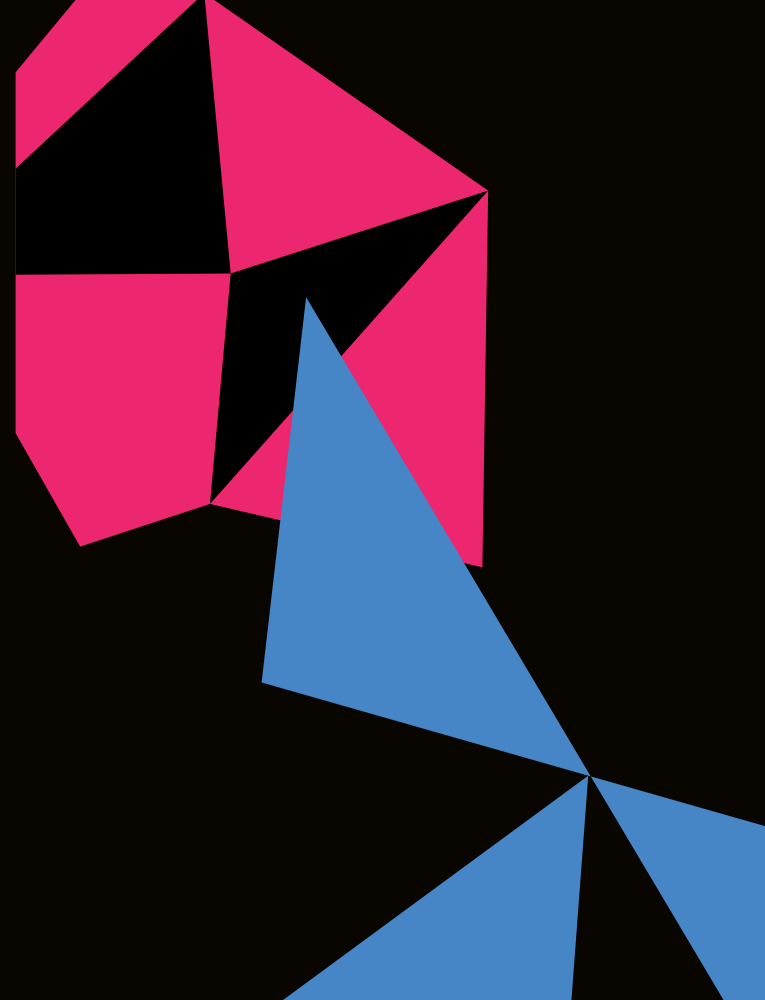


### ESPACE SOCIAL & CITOYEN DU VIEUX-CAHORS

5, place Henri IV - 46000 Cahors  
05 65 23 95 30

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



Conception & réalisation : Direction de la Communication - Ville de Cahors - Ne pas jeter sur la voie publique  
© 123 11 - Oksana Kuzmina - Andriy Petrenko - goaduz - Rhuchong Cholsamai - Umberto Le porini - sanchez 1980 - \$TOCK - wundervisuals - joshblake

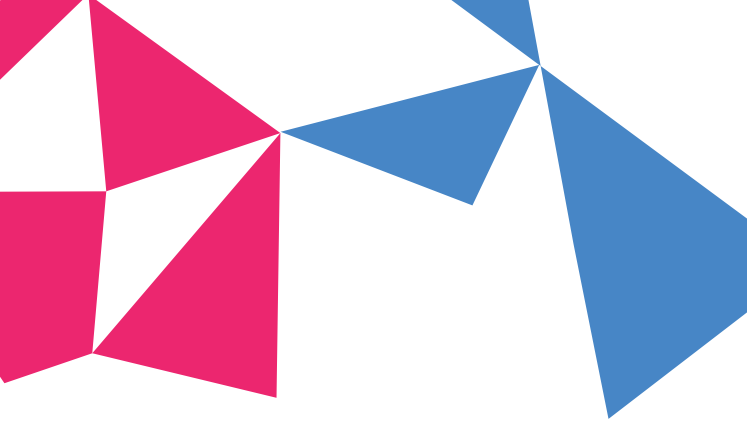
ESPACE SOCIAL  
& CITOYEN

TERRE-ROUGE

ESPACE SOCIAL  
& CITOYEN

VIEUX CAHORS





## 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.

SOIRÉE

APRÈS-MIDI

MATIN

## PLANNING ANIMATIONS 2017 - 2018

Ateliers au Vieux Cahors   
 Ateliers à Terre-Rouge   
 Ateliers inter-sites   
 Alternance entre Vieux Cahors / Terre-Rouge 

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
<p>9h30 / 11h GYM DOUCE &amp; RELAXATION</p>	<p>Structures fermées au public RÉUNION D'ÉQUIPE</p>	<p>9h / 11h JEUX AQUATIQUES (enfants moins de 3 ans, accompagné d'un adulte)</p>	<p>9h / 14h ATELIER CUISINE « Saveur d'ici et d'ailleurs » - Sur inscription -</p>	<p>10h / 11h30 COURS DE LANGUE FRANÇAISE</p> <p>10h / 11h30 ATELIER BIEN-ÊTRE &amp; GYM</p>
<p>17h15 / 18h15 THÉÂTRE (9 / 13 ans)</p> <p>18h / 19h INFORMATIQUE</p>	<p>16h15 / 18h45 ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ</p> <p>14h / 16h COUTURE &amp; CRÉATION (Adulte)</p>	<p>14h30 / 16h30 ATELIER PARENTS / ENFANTS</p> <p>15h / 17h30 ANIMATIONS JEUNESSE (8 - 14 ans)</p> <p>13h30 / 15h30 COMME UN POISSON DANS L'EAU (9-12 ans)</p> <p>13h30 / 18h MOMENTS DE DANSE</p>	<p>9h / 14h ATELIER CUISINE « Saveur d'ici et d'ailleurs » - Sur inscription -</p> <p>14h / 19h RANDONNÉE SPORTIVE / 10 à 12 km 4 sites - Sur inscription -</p> <p>16h15 / 18h45 ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ</p>	<p>À partir de 18h VENREDI C'EST PERMIS Espace pour le collégiens (Soirée jeux, théâtre, sorties...)</p>