

# VOUS AVEZ DIT "CENTRE SOCIAL" ?

Un **centre social** c'est une structure de proximité qui crée et nourrit le lien social, anime le débat démocratique, accompagne des mobilisations et des projets d'habitants.

**Adhérer à ARCOLAN** signifie soutenir l'association et ses services, être en accord avec ses valeurs (dignité humaine, solidarité, démocratie), souhaiter y participer dans la mesure de ses possibilités, profiter d'un panel d'animations, pouvoir être élu au conseil d'administration.

## Tarif de l'adhésion annuelle :

10€ pour une personne seule

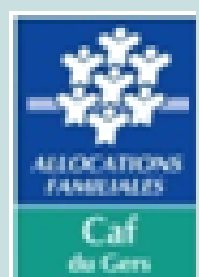
15€ pour une famille ou un couple

20€ pour une personne morale.



Parce que c'est à plusieurs que l'on s'améliore, Arcolan est membre de la **Fédération des Centres Sociaux de France** et de la **Fédération Interdépartementale Garonne Occitanie (FIGO)**

## NOS FINANCEURS



# PROGRAMME

## Association ARCOLAN - Espace Familial et Social

206, route d'Ardizas - 32430 Cologne

05 62 05 13 61

accueil.centresocial.arcolan@gmail.com

arcolan.pro

Association Arcolan



IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique - Edition janvier 2025





# PROGRAMME DES ANIMATIONS DU 20 JANVIER AU 1ER FEVRIER 2025

Sandrine et Julien vous présentent leurs meilleurs voeux pour cette année 2025. Qu'elle soit l'occasion de concrétiser quelques rêves et d'imaginer les suivants.


## LUNDI 20 JANVIER


## MARDI 21 JANVIER

## MERCREDI 22 JANVIER

## JEUDI 23 JANVIER

## VENDREDI 24 JANVIER



 **14h - 15h30**  
**Marche Détente**  
Départ du lac de Mauvezin  
Tenue et chaussures adaptés

 **9h15 - 11h15**  
**LAEP Arcolan**  
Au centre social  
  
Lieu Accueil Enfant-Parent ouvert aux familles de la grossesse jusqu'aux 6 ans de l'enfant

**14h - 16h30**  
**Restons au chaud !**  
Au Centre Social  
  
Après-midi jeux de société et goûter au centre social. L'occasion de rester au chaud et d'échanger nos souhaits et envie pour 2025. Rêves bienvenus !

**L'équipe est en réunion**

 **9h30 - 11h30**  
**Un nouveau regard**  
Au centre social  
Parcours plurithématique diet'éthique, conseil en image et décothérapie  
Animé par Emilie Miquel

  **14h - 15h30**  
**Qui di Mouv**  
**"La mémoire en mouvement"**  
Au centre social  
Tenue décontractée

## LUNDI 27 JANVIER

## MARDI 28 JANVIER


## MERCREDI 29 JANVIER


## JEUDI 30 JANVIER



## VENDREDI 31 JANVIER


## SAMEDI 1ER FÉVRIER

**L'équipe prépare les animations de la semaine. Sandrine et Julien sont disponibles en cas de besoin**

 **9h15 - 11h15**  
**LAEP Arcolan**  
Au centre social  
  
Lieu Accueil Enfant-Parent ouvert aux familles de la grossesse jusqu'aux 6 ans de l'enfant


 **13h30 - 16h30**  
**Conseil numérique**  
**Sortie dans une enseigne multimédias**  
  
Venez profiter des conseils d'Océane, conseillère numérique, selon vos besoins d'équipement. Sans obligation d'achat, bien sûr !

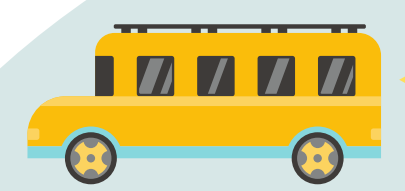
  **14h - 16h**  
**Les Mots en Couleurs**  
Consultations psychologiques gratuites et confidentielles

 **16h - 18h**  
**LAEP Arcolan**  
au centre social  
  
Lieu Accueil Enfant-Parent ouvert aux familles de la grossesse jusqu'aux 6 ans de l'enfant








  **14h30 - 15h30**  
**Découverte "Yoga du Rire"**  
Au centre social  
Munissez vous d'un tapis et d'une tenue décontractée

  **14h - 15h30**  
**Qui di Mouv**  
**"la mémoire en mouvement"**  
Au centre social  
Tenue décontractée

 **10h - 12h**  
**LAEP Arcolan**  
Au centre social  
  
Lieu Accueil Enfant-Parent ouvert aux familles de la grossesse jusqu'aux 6 ans de l'enfant



Votre voiture ne démarre plus ? Vous ne pouvez pas conduire ?  
Des solutions existent (covoiturage, transport à la demande, etc.).  
N'hésitez pas à nous contacter

-  **Proposé par les bénévoles**
-  **Participation demandée**
-  **Sur inscription**
-  **Animation / RDV récurrent**
-  **Animations Adultes**
-  **Animations Familles**
-  **Evènement**