

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 des Centres Sociaux de l'Occitanie de l'Ouest (FCSOO)**

NOS FINANCEURS



santé
famille
retraite
services



IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique - Edition 2026



PROGRAMME

Centre Social ARCOLAN

206, route d'Ardizas - 32430 Cologne

05 62 05 13 61

accueil.centresocial.arcolan@gSEPTEMBREI.com

arcolan.pro

Association Arcolan



IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique - Edition 2026



PROGRAMME DES ANIMATIONS DU 31 AOÛT AU 13 SEPTEMBRE 2026



LUNDI 31 AOÛT

Pas d'animation mais...

... L'Accueil du centre social reste ouvert.

N'hésitez pas à pousser la porte pour venir nous raconter vos vacances, ou échanger sur vos souhaits pour l'année à venir.

MARDI 1ER SEPTEMBRE

9h15 - 11h15
LAEP Arcolan
Au centre social

Lieu d'Accueil Enfants-Parents ouvert aux familles de la grossesse jusqu'aux 6 ans de l'enfant.

MERCREDI 2 SEPTEMBRE

9h45 - 11h45
Petit-dej des familles
Locaux France Services Mauvezin

Venez profiter d'un moment offert aux familles avec enfants de tout âge. Echanges libres, partage, discussions... Venez et repartez quand vous voulez

14h - 16h30
Et ces vacances ?
Au centre social

Confection d'un album photo de ce que vous avez fait cet été. Que vous soyez parti, ou non, vous avez forcément des choses à raconter !

JEUDI 3 SEPTEMBRE

10h - 11h30
Equilibre Vitalité Bien-être
Au centre social

Animé par Bruno Garcia

16h - 18h
LAEP Arcolan
Au centre social

Lieu d'Accueil Enfants-Parents ouvert aux familles de la grossesse jusqu'aux 6 ans de l'enfant.

VENDREDI 4 SEPTEMBRE

9h30 - 11h
Café des habitants
Au centre social

Temps d'échanges autour d'un café

SAMEDI 5 SEPTEMBRE

10h - 12h
LAEP Arcolan
Au centre social

Lieu d'Accueil Enfants-Parents ouvert aux familles de la grossesse jusqu'aux 6 ans de l'enfant.

LUNDI 7 SEPTEMBRE

10h-12h
Ma santé, Mon assiette
Centre social

Ateliers interactifs et de réflexion autour de notre santé et notre alimentation

14h - 16h
Couture solidaire
Au centre social

Pour les débutants et les confirmés. Apportez votre machine et votre matériel ou vos projets

MARDI 8 SEPTEMBRE

9h15 - 11h15
LAEP Arcolan
Au centre social

Lieu d'Accueil Enfants-Parents ouvert aux familles de la grossesse jusqu'aux 6 ans de l'enfant.

MERCREDI 9 SEPTEMBRE

14h - 16h30
Miam !
Au centre social

Confection d'un gâteau (au chocolat ? Aux fruits ? Les deux ?) et partage du goûter ensemble.

JEUDI 10 SEPTEMBRE

10h - 11h30
Equilibre Vitalité Bien-être
Au centre social

Animé par Bruno Garcia

16h - 18h
LAEP Arcolan
Au centre social

Lieu d'Accueil Enfants-Parents ouvert aux familles de la grossesse jusqu'aux 6 ans de l'enfant.

VENDREDI 11 SEPTEMBRE

Pas d'animation mais...

... L'Accueil du centre social reste ouvert.

N'hésitez pas à pousser la porte pour venir nous raconter vos vacances, ou échanger sur vos souhaits pour l'année à venir.

SAMEDI 12 SEPTEMBRE

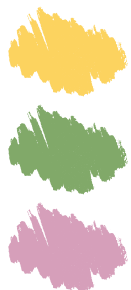
14h - 22h
Les 20 ans !
Au centre social

Animations, spectacles, musique, surprises pour fêter les 20 ans de l'Association Arcolan.

Deux mots d'ordre : convivialité et bonne humeur



Votre voiture ne démarre plus ?
Vous avez des difficultés pour conduire ?
Des solutions existent (covoiturage, transport à la demande, etc.).
N'hésitez pas à nous en parler.



Animations Adultes

Animations Familiales

Evènement



Proposé par les bénévoles



Participation demandée



Sur inscription



Animation récurrente

LUNDI 14 SEPTEMBRE



10h-12h
Ma santé, Mon assiette
 Centre social
 Ateliers interactifs et de réflexion
 autour de notre santé et notre
 alimentation

MARDI 15 SEPTEMBRE


9h15 - 11h15
LAEP Arcolan
 Au centre social
 Lieu d'Accueil Enfants-Parents
 ouvert aux familles de la grossesse
 jusqu'aux 6 ans de l'enfant.

MERCREDI 16 SEPTEMBRE


10h - 12h
Petit-dej des familles
 Au Centre Social
 En parallèle de la permanence de la
 CAF, Venez profiter d'un moment en
 famille avec enfants de tout âge.
 Echanges libres, partage,
 discussions

14h - 16h30
Chasse au trésor...
 En fonction des présents
 Nous partirons à l'aventure pour
 trouver des balises dans une chasse
 au trésor moderne.
 Pensez à apporter votre
 smartphone.

JEUDI 17 SEPTEMBRE



10h - 11h30
Equilibre Vitalité Bien-être
 Au centre social
 Animé par Bruno Garcia

16h - 18h
LAEP Arcolan
 Au centre social
 Lieu d'Accueil Enfants-Parents


15h30 - 16h30
Cap Equilibre C'EST NOUVEAU!
 Salle des fêtes de Saint Georges
 Activité Physique Adaptée et
 Prévention des Chutes pour les + de
 60 ans

VENDREDI 18 SEPTEMBRE



9h15 - 13H30
**Atelier Cuisine "consommer
 autrement"**
 Saint Clar - Epicerie associative
 Acheter Malin
 Sur inscription avant le jeudi 17
 septembre
 Places limitées

LUNDI 21 SEPTEMBRE



10h-12h
Ma santé, Mon assiette
 Au centre social
 Programme de 6 ateliers interactifs
 et de réflexion autour de notre
 santé et notre alimentation


14h - 16h
Couture solidaire
 Au centre social
 Pour les débutants et les confirmés.
 Apportez votre machine et votre
 matériel ou vos projets

MARDI 22 SEPTEMBRE


9h15 - 11h15
LAEP Arcolan
 Au centre social
 Lieu d'Accueil Enfants-Parents
 ouvert aux familles de la grossesse
 jusqu'aux 6 ans de l'enfant.

MERCREDI 23 SEPTEMBRE


9h45 - 11h45
Petit-dej des familles
 Locaux France Services Mauvezin
 Venez profiter d'un moment offert
 aux familles avec enfants de tout
 âge.
 Echanges libres, partage,
 discussions...
 Venez et repartez quand vous
 voulez


14h - 16h
Les Mots en Couleurs
 Consultations psychologiques
 gratuites et confidentielles.
 Possibilité de garde d'enfants

JEUDI 24 SEPTEMBRE

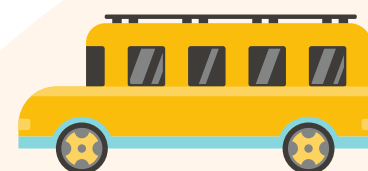


10h - 11h30
Equilibre Vitalité Bien être
 Au centre social
 Animé par Bruno Garcia

16h - 18h
LAEP Arcolan
 Au centre social
 Lieu d'Accueil Enfants-Parents
 ouvert aux familles de la grossesse
 jusqu'aux 6 ans de l'enfant.
15h30 - 16h30
Cap Equilibre C'EST NOUVEAU!
 Salle des fêtes de Saint Georges
 Activité Physique Adaptée et
 Prévention des Chutes pour les + de
 60 ans

VENDREDI 25 SEPTEMBRE


9h30 - 11h
Café des femmes
 Au centre social
 Temps d'échanges et de partage
 autour d'un café, dédié aux femmes



Votre voiture ne démarre plus ?
 Vous avez des difficultés pour conduire ?
 Des solutions existent (covoiturage, transport à
 la demande, etc.).
 N'hésitez pas à nous en parler.

Animations Adultes

Animations Familles

 Proposé par les bénévoles
 
 Sur inscription

Evènement

 Participation demandée
 
 Animation récurrente



PROGRAMME DES ANIMATIONS DU 28 SEPTEMBRE AU 3 OCTOBRE 2026



LUNDI 28 SEPTEMBRE



14h - 16h30

Marches douceur

Un instant de bien être

A Cologne

Parcours de découverte de différentes marche de 4 kms maximum suivis de pauses détente, étirements, et partage créatif

Sur inscription



MARDI 29 SEPTEMBRE



9h15 - 11h15

LAEP Arcolan

Au centre social

Lieu d'Accueil Enfants-Parents ouvert aux familles de la grossesse jusqu'aux 6 ans de l'enfant.

MERCREDI 30 SEPTEMBRE



9h45 - 11h45

Petit-dej des familles

Locaux France Services Mauvezin

Venez profiter d'un moment offert aux familles avec enfants de tout âge.

Echanges libres, partage, discussions...

Venez et repartez quand vous voulez

14h - 16h30

A vous de voir !

Au centre social

Aujourd'hui, ce sont les familles qui décident ! On ouvre les placards et chacun est libre de choisir un jeu ou une activité créative.

JEUDI 1ER OCTOBRE



16h - 18h

LAEP Arcolan

Au centre social

Lieu d'Accueil Enfants-Parents

VENDREDI 2 OCTOBRE



9h30 - 11h

Café séniors

Au centre social

Temps d'échanges et de partages dédié aux séniors

SAMEDI 3 OCTOBRE



10h - 12h

LAEP Arcolan

Au centre social

Lieu d'Accueil Enfants-Parents ouvert aux familles de la grossesse jusqu'aux 6 ans de l'enfant.



Votre voiture ne démarre plus ?
Vous avez des difficultés pour conduire ?
Des solutions existent (covoiturage, transport à la demande, etc.).
N'hésitez pas à nous en parler.

**Animations Adultes**

**Animations Familles**

**Evènement**

**Proposé par les bénévoles**

**Participation demandée**

**Sur inscription**

**Animation récurrente**