

# 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



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

**ARCOLAN**  
Centre Social



## PROGRAMME

Centre Social ARCOLAN

206, route d'Ardizas - 32430 Cologne

05 62 05 13 61

accueil.centresocial.arcolan@gmail.com



arcolan.pro

Association Arcolan





# PROGRAMME DES ANIMATIONS DU 19 AU 31 JANVIER 2026

LUNDI 19 JANVIER

14h - 16h  
**Atelier couture solidaire**

Au centre social

Animé par des bénévoles  
Apportez vos projets en cours  
Ou venez apprendre à utiliser votre machine à coudre  
Nombre de place limitée  
Munissez vous de votre matériel

MARDI 20 JANVIER

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 21 JANVIER

9h45 - 11h45  
**Accueil familles**

Locaux France Services - Mauvezin

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

15h30 - 16h30  
**Goûter des familles**

Au Centre Social

Temps de discussion libre, autour de fruits, pain, confiture.

JEUDI 22 JANVIER

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 23 JANVIER

9h30 - 11h30  
**C'est décidé je prends soin de moi**

Au centre social

Alimentation et conseil en image pour séniors

Animé par Emilie Miquel

14h30 - 15h30  
**C'est décidé je prends soin de moi**

Au centre social

Rester en forme au quotidien  
Animé par Marlène Bigard

LUNDI 26 JANVIER

9h30 - 11h30  
**Marche détente**

Lieu à définir en fonction de la météo

Sur inscription

MARDI 27 JANVIER

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 28 JANVIER

9h45 - 11h45  
**Accueil familles**

Locaux France Services - Mauvezin

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

14h - 16h  
**Les Mots en Couleurs**

Consultations psychologiques gratuites et confidentielles.  
Possibilité de garde d'enfant pendant le rendez-vous.

JEUDI 29 JANVIER

10h - 11h30  
**Équilibre, vitalité et bien-être**

Au centre social

Animé par Bruno Garcia

16h - 18h  
**LAEP Arcolan**

Au centre social

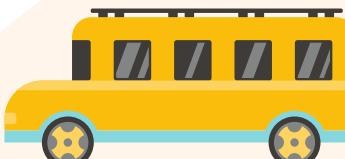
Lieu d'Accueil Enfants-Parents ouvert aux familles de la grossesse jusqu'aux 6 ans de l'enfant.

VENDREDI 30 JANVIER

9h30-11h  
**Le café des habitants**

Au centre social

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.



- Proposé par les bénévoles
- Participation demandée
- Sur inscription
- Animation récurrente
- Animations Adultes
- Animations Familles
- Evènement