



Animation de la Vie Sociale

Famille

Jeunesse

Services

2023/2024



SOMMAIRE

Un Centre Social c'est quoi ?	p.2
C'est vous qui en parlez le mieux	p.2
La Famille	p.3
Petite enfance	p.3
Enfance	p.3
Pour toute la famille	p.4
La Jeunesse	p.5
Pendant les vacances scolaires	p.5
En dehors des vacances scolaires	p.5
Animation de la Vie Sociale	p.6
Initiatives Habitants	p.6
Les ateliers permanents	p.7
Vivre Ici Être d'Ailleurs	p.8
Accès aux droits	p.9
Services	p.10
Partenaires hébergés	p.10
Les permanences dans nos locaux	p.10
Être bénévole au Centre Social	p.11
L'équipe du Centre Social	p.11
L'association d'animation locale.....	p.12
L'Union Mancelle des Centres sociaux	p.12
Les Centres Sociaux de l'UMCS	p.13
Infos pratiques	p.14





Un Centre
Social

C'est quoi ?

BÉNÉVOLAT Animations écoute
sourire
Échanges PARTAGE
convivialité entraide
VIVRE ENSEMBLE Services
projets Habitants solidarité
ensemble Pouvoir d'agir

Le Centre Social est un lieu de proximité à vocation globale, familiale et intergénérationnelle, qui accueille toute la population en veillant à la mixité sociale. C'est un lieu d'animation de la vie sociale permettant aux habitants d'exprimer, de concevoir et de réaliser leurs projets.



C'est vous qui en parlez le mieux !

“ Je viens au Centre Social pour partager un café, c'est un temps convivial. J'y trouve du lien et je peux échanger pour faire connaître le Centre Social

Annick, depuis 2016

Le Centre Social m'apporte énormément car j'adore le contact et tout est réuni ici notamment le vivre ensemble

Mélinda, depuis 15 ans

“ Le Centre Social est un lieu de convivialité, d'accueil. Le café des habitants permet de discuter avec des nouvelles personnes. je me sens bien ici

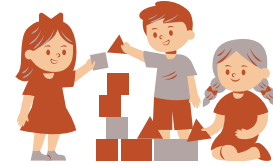
André, depuis 1 an

La Famille

Petite enfance

MOSAÏQUE

Changement de lieu



Lieu d'Accueil Enfants Parents.
Espace de rencontres, d'échanges et de jeux pour les enfants de moins de 4 ans, accompagnés de leurs parents.



Lundi : 14h - 17h
Jeudi : 9h - 12h
fermeture pendant les vacances scolaires



2 rue Gréco
72100 Le Mans

Gratuit, anonyme et sans inscription

Sorties Bout'chou

Diverses animations et sorties proposées aux familles ayant un enfant de moins de 3 ans (cuisine, visite, comptines,..)



1 vendredi par mois



Gratuit



Centre Social



Inscription obligatoire

Enfance

Accompagnement à la scolarité

Une équipe d'accompagnateurs (saliés et bénévoles) propose dans votre quartier :

un soutien aux enfants et jeunes, de l'école primaire, des collèges favorisant leur autonomie dans leur travail scolaire,

Un accompagnement global de la famille pour soutenir le projet d'avenir de leur enfant.



lundi, mardi, jeudi et vendredi
hors vacances scolaires



Centre Social



Inscription obligatoire



Gratuit

Pour faire ses devoirs
Lucie.

Faire des activités
Aimen et Hajar.

Pour se sociabiliser avec les autres
Chada.

Un moment de partage et de convivialité
Alice.



Pour toute la famille

Loisirs en famille

Ateliers parents/enfants, sorties, découvertes, explorations. N'hésitez pas à venir nous partager vos envies !



Mercredi et week-end
Selon programme



Centre Social



Gratuit ou payant
selon programme



Inscription
obligatoire

Anim'Vacances

Programmation d'animations pendant les vacances scolaires (sorties, activités manuelles, spectacles, ...) N'hésitez pas à venir nous rencontrer pour construire le programme ensemble :



Anim'Hiver



Anim'Printemps



Anim'Été



Anim'Automne



Programme
disponible 15 jours
avant les vacances



Centre Social



Inscription
obligatoire



Gratuit ou payant
selon programme



Anim' Hiver

Vacances de février



Anim' Printemps

Vacances d'avril



Anim' Été

Juillet - Août



Anim' Automne

Vacances d'octobre

EN DEHORS DES VACANCES :

Accompagnement de projets

On t'accompagne pour réaliser tes envies/tes projets (création d'association, départ en vacances...)



Tout au long de l'année



Centre Social



Animations ponctuelles

Pour les 11-17ans ou les 16-25ans.
Envie d'une sortie ? Un concert, une activité sportive ou autres... ?
C'est possible. Venez en discuter !



Tout au long de l'année



Centre Social

La Concertation Jeunesse c'est quoi ?



C'est le rassemblement des animateurs des différentes structures du quartier qui unissent leur forces pour vous les jeunes !



Café Coop'

Retrouve l'équipe de la Concertation Jeunesse pour tenir le café coop' (atelier cuisine, service comptoir) et participer aux animations qui y sont proposées.



Tous les mercredis après-midi à partir de 14h



MJC Ronceray



Programme mensuel disponible dans nos structures

PENDANT LES VACANCES :

La Concertation Jeunesse propose aux jeunes des Quartiers Sud un programme d'activités à chaque vacances scolaires.



Programme disponible au Centre Social ou sur e-lyco



Inscription obligatoire

Animations 16-25ans

Des animations à destination des 16-25ans sont proposés à chaque vacances scolaires.



Inscription obligatoire



Et pour les prochaines dates des vacances, tiens-toi informé, passe nous voir !

L'animation de la Vie Sociale

Initiatives habitants

Café des Habitants

Cet espace est un lieu d'échange et de convivialité. Tenu par les habitants, il permet de rencontrer du monde autour d'un café. N'hésitez pas à venir nous voir en tant que bénévole ou juste pour prendre un café !



Du lundi au Vendredi
de 9h à 12h et 14h à 17h



Gratuit



Centre Social

Accompagnement de projets



Une envie, un projet, une sortie ? N'hésitez pas à venir nous rencontrer nous pouvons vous soutenir!



Toute l'année



Gratuit



Centre Social

Fond de Participation des Habitants

Faites bouger votre quartier, nous soutenons vos projets !

- Vous avez un projet pour votre quartier
- Vous êtes au minimum 3 habitants ou une association sans salarié
- Vous habitez le quartier
- Vous avez besoin d'un soutien



Le FPH peut vous aider !

"Des projets d'habitants pour les habitants"
Ronceray / Glonnières / Vauguyon



Toute l'année



Centre Social

Mobilisation bénévole

Toute l'année nous restons disponibles et à votre écoute pour échanger sur vos souhaits en matière de bénévolat. Si vous avez un peu de temps et que vous souhaitez vous investir ponctuellement ou régulièrement sur divers projets n'hésitez pas à nous le faire savoir !



Toute l'année



Gratuit



Centre Social

L'animation de la Vie Sociale

Les ateliers permanents

Marche active



Encadré par un animateur bénévole qualifié, venez profiter d'un moment convivial tout en pratiquant une activité physique. Réservée aux bons marcheurs.



Lundi matin
rdv Centre Social : 8h30



Inscription
obligatoire



de 13€ à 65€ selon
quotient familial

Marche douce

Encadré par un animateur bénévole qualifié, venez profiter d'un moment convivial tout en pratiquant une activité physique. L'animateur s'adapte au rythme des participants



Jeudi matin
rdv Centre Social : 8h30



Inscription
obligatoire



de 13€ à 65€ selon
quotient familial

Scrabble

Jeu de société de lettres où l'objectif est de cumuler des points, sur la base de tirages aléatoires.



Mardi et vendredi
de 14h à 16h30



Inscription
obligatoire



Gratuit

Peinture sur soie

Technique particulière de peinture sur divers supports. Atelier animé par une animatrice bénévole.



Lundi de 9h30 à 12h



Inscription
obligatoire



de 40€ à 100€ selon
quotient familial

Sophrologie



Animé par une intervenante professionnelle, la sophrologie est un entraînement du corps et de l'esprit pour développer sérénité et mieux-être basé sur des techniques de relaxation et d'activation du corps et de l'esprit



Jeudi de 9h45 à 10h45
jeudi de 10h45 à 11h45
Jeudi de 14h à 15h



Inscription
obligatoire



de 16€ à 80€ selon
quotient familial

Peinture



Animé par un animateur bénévole. Venez découvrir différentes techniques (acrylique, aquarelle, pastel) sur tous supports papier ou toile



Mercredi de 13h30 à 17h
Jeudi de 13h30 à 17h
Vendredi de 13h30 à 17h



Inscription
obligatoire



de 25€ à 80€
selon Q.F

Jardin partagé



Animé par un animateur bénévole qualifié, l'atelier permet aux habitants de venir échanger, discuter, s'initier au jardinage et de ses bienfaits.



Vendredi de
9h30 à 11h30



Gratuit



Inscription
obligatoire

Gym douce



La gym douce fait travailler les différentes zones du corps, en sollicitant les muscles sans jamais leur demander d'efforts violents ! Animé par un animateur bénévole.



Mercredi de 10h à 11h30



Inscription
obligatoire



de 16€ à 80€ selon
quotient familial

Manger Sain pour trois fois rien

Atelier cuisine animé par une animatrice bénévole, orienté vers une alimentation de qualité et adaptée à tous les budgets. Repas partagé à la suite de l'atelier.



Dernier mardi de
chaque mois



Inscription
obligatoire



de 13€ à 65€ selon
quotient familial



Atelier collectif numérique

Venez approfondir vos compétences lors d'ateliers collectifs sur différentes thématiques (adresse mail, internet, cv, lettre de motivation...)



Se renseigner auprès de
Élisa.



Gratuit



Inscription
obligatoire

Pour toutes informations complémentaires s'adresser à Maxime au Centre Social.

Pour toutes inscriptions en cours d'année veuillez prendre rdv auprès de l'accueil du Centre Social

Vivre Ici et Être d'Ailleurs



VIVRE ICI ET ETRE D'AILLEURS, c'est le fruit d'une concertation d'associations, d'institutions, de bénévoles et d'habitants pour réfléchir et définir une programmation sur le vivre ensemble et l'interculturalité.

Rejoignez le Grand Collectif !

Il a pour objectif de vous réunir et de vous impliquer dans la construction, l'animation et la mise en oeuvre de ce projet tout au long de l'année.

Participation aux Semaines d'Education Contre les Discriminations




Nous sommes membres du collectif pour une éducation à la citoyenneté et à la diversité de la Sarthe. Nous proposons des actions dans le cadre de ce programme national porté en Sarthe par la FAL 72.

 Tout au long du mois de mars  Au Centre Social et ailleurs



LA FÊTE INTERCULTURELLE

C'est LA FÊTE incontournable des quartiers sud! Animations pour petits et grands, restauration, buvette, concerts et feu d'artifice, voila ce qu'on vous propose de partager chaque premier weekend-end de juin!

 1er juin 2024  Plaine du Ronceray  Gratuit

Cuisine d'ici et d'ailleurs

Ateliers cuisine mensuels pour partager des recettes, des souvenirs, des cultures et un bon repas !

 Mensuel (sur inscription)  Au Centre Social  Gratuit



Faire ensemble pour mieux vivre ensemble

Faire ensemble, prendre en compte les particularités de chacun.e.s au bénéfice du collectif et célébrer ces moments de partage, c'est toute l'année au Centre Social !

Ateliers divers, sorties, spectacles, découvertes, loisirs... Parlez-nous de vos envies, on les réalise ensemble !


 Toute l'année  Au Centre Social  Gratuit

Accès aux droits

Ateliers Socio-linguistiques

Organisés 2 fois par semaine pour apprendre, parler et lire la langue française. Ces ateliers permettent l'autonomie dans la vie quotidienne et dans les lieux de vie. Ouvert aux adultes souhaitant apprendre le français ou se remettre à niveau.

 Jeudi : 9h - 11h
Vendredi : 9h - 11h

 Inscriptions obligatoires

 Gratuit

 Centre Social





Services

Permanences numériques

Vous avez besoin d'un ordinateur pour faire des recherches, rédiger un CV ou simplement apprendre à utiliser l'ordinateur ou le téléphone portable ? Découvrez notre espace numérique, accessible sur rendez-vous d'1h avec une animatrice pour vous accompagner !



 Lundi : 14h-17h (Conseillère numérique Le Mans Métropole)
Mardi : 14h-17h
Vendredi : 9h-12h

 Prise de rendez-vous à l'accueil du Centre Social


 Gratuit


FRANCE SERVICES



Entre internet et vous la connexion ne passe pas ? Vous avez besoin d'aides pour vos démarches administratives ? Vous n'avez pas de connexion internet ou pas d'ordinateur ?

2 animatrices formées vous accueillent dans un lieu dédié pour vous accompagner dans vos démarches (numériques, téléphoniques ou papiers).

 Lundi : 9h-12h
mardi : 14h-17h30
mercredi : 8h30-12h / 14h-17h30
jeudi : 8h30-12h / 14h-17h30
vendredi : 8h30 - 12h00

 Prise de rendez-vous au 02.43.50.17.92

quartiers-sud-du-mans@france-services.gouv.fr

Les partenaires :



Services

Les partenaires hébergés

Mission Locale



Renseignements et rendez-vous au : 02.43.84.16.60



3 conseillers



Centre Social



Fédération Départementale des Centres Sociaux



Renseignements au :
02.43.18.81.93
06.48.69.11.13



fdcs72@centres-sociaux.fr



Centre Social



Les permanences

Centre d'Information des Femmes et des Familles (CIDFF)



Renseignements et rendez-vous au : 02.43.54.10.37



2 lundis par mois de 9h à 12h sur rendez vous.



Centre Social



Écrivain public



Renseignements et rendez-vous au : 02.43.50.17.92



Le mardi de 14h à 17h
Le jeudi de 9h à 11h
Le vendredi de 9h à 12h sur rendez-vous



Centre Social



Assistante sociale CAF



Renseignements et rendez-vous au : 02.43.86.63.03



Le lundi et jeudi de 14h à 17h sur rendez-vous



Centre Social



Médiation Énergie - GLEAM



Renseignements au
02.43.56.62.32



Le jeudi de 14h à 17h sans rendez-vous



Centre Social



Permanences des Élus



Mme COZIC-GUILLAUME Conseillère départementale
M.COUNIL, Conseiller départemental / Maire Adjoint du Mans



Rendez-vous / Secrétariat
au : 02.43.54.74.79



Mme KARAMANLI, Députée



Rendez-vous / Secrétariat
au : 02.43.86.91.91

Vous avez du temps, des savoir-faire et vous souhaitez rencontrer de nouvelles personnes ? Le Centre Social des Quartiers Sud sera heureux de vous accueillir. Chaque année ce n'est pas moins d'une trentaine de bénévoles qui permettent au centre social de proposer des activités et services aux habitants. Sans eux, le centre social ne pourrait fonctionner. Nous avons donc besoin régulièrement de personnes pour s'engager à nos côtés. Vous pourrez faire vivre vos idées, partager, acquérir et valoriser des compétences, ainsi qu'exprimer votre créativité.

L'équipe du Centre Social



Yahann LEBRETON

Directeur

Sophie GAVALAND

Assistante de direction
Référente France Services

Sabrina CRENAIS

Animatrice France Services

Christelle GAGNERIE

Animatrice France Services

Mélanie DUFOUR

Coordinatrice Familles

Lévi VINCENT

Référent jeunesse

Léa MOREAU

Référente
Accompagnement à la scolarité
et animatrice Familles

Élisa PIGUET

Référent numérique et
animatrice jeunesse

Maryline FOURNIER

Animatrice Accompagnement
à la scolarité et Familles

Hugues LEDEUL

Animateur Familles et
Vivre Ici et Être d'Ailleurs

Soukeina ASSINI

Référente
Vivre Ici et Être d'Ailleurs

Maxime CADOU

Référente Initiatives
Habitants et Santé

Marie AUBIER

Animatrice Accompagnement
Sociolinguistique

Préscilla MAUCOURT

Chargée d'entretien

Mickaël ROMME

Agent technique

Préscilla ROHÉE

Animatrice Accompagnement
à la scolarité et Familles



L'association locale

L'association locale Centre Social des Quartiers Sud a pour objectif de représenter les habitants du territoire et s'assurer que l'offre d'activités du Centre Social répond à leurs besoins et attentes. Son rôle vise également à communiquer et promouvoir les activités du Centre Social, en lien avec les professionnels et de mobiliser des bénévoles (bénévoles d'activités, administrateurs), avec l'appui des équipes.

Sylvie RENO, Association 1000 et Une idée et présidente
Eric CHAUCHIS, Vice-Président
Kourani KOUROUMA, Trésorière
Lahcen BELGANA, Secrétaire
Bernard BOUSMAHA, Membre.
Marie-Christine LEVRARD, Membre
Mélinda HOUX, Membre
Nathalie FRESNEDA, Membre
Monique BRAULT, Association CNL Ronceray-Glonnières
Ludivine MENARD, Conseillère Municipale, Membre de droits
Mickaël LECOSSIER, Conseiller Municipal, Membre de droits
Valérie LETESSIER, CAF, Membre associé

L'Union Mancelle des Centres Sociaux



Laurent BEAUMONT, Président
Jeanne SOULARD, Vice-présidente
Marie-Christine BARRIER, Secrétaire Administratrice
Élisabeth DENIS, Trésorière Administratrice
Nathalie MARQUET, Directrice Générale UMCS
Élodie RENVOISE, Administratrice
Marie-Christine LEVRARD, Administratrice
Jean-Marc, Administrateur
Hasna BENKHELIFA, Administratrice
Robert MARCHAL, Administrateur
Abdellatif AMMAR, Maire Adjoint
Ségolène BELLANGER, Représentant CAF
Martine ROGEON, Représentant CAF

L'association Union Mancelle des Centres Sociaux (UMCS) a été officiellement créée le 9 juillet 2007 pour accompagner le passage en gestion associative des Centres du Mans. L'UMCS a pour but de favoriser la coopération et la mutualisation technique entre les différents Centres Sociaux du Mans et de les accompagner dans la définition et la mise en place de leur projet. Elle assure le soutien, l'accompagnement et le développement des Centres Sociaux du Mans au travers de la coordination d'actions communes et accompagne les travaux engagés par les Centres Sociaux avec leur association locale, vis-à-vis des projets sociaux des Centres.

L'Union Mancelle des Centres Sociaux



Pôle associatif Coluche
33 allée Claude Debussy
72100 Le Mans



02.43.85.77.97



umcs@lemans.fr




umcs-lemans.com





Les Centres Sociaux de l'UMCS

Centre Social des Quartiers Sud

 20 Bd des Glonnières
72100 Le Mans


 02.43.50.17.90



 csqs@lemans.fr
 csqs.umcs-lemans.com/



Centre Social Simone VEIL


 34 avenue de la Libération
72000 Le Mans


 02.43.24.70.24



 csveil@lemans.fr
 lagrandemaison-simoneveil.umcs-lemans.com



Centre Social des Sablons Le Kaléidoscope

 9 rue du Cantal
72100 Le Mans


 02.43.84.60.66

 lekaleidoscope.accueil@lemans.fr
 kaleidoscope.umcs-lemans.com/



Centre Social des Cochereaux

 4 rue des Cochereaux
72000 Le Mans

 02.43.39.15.00

 cs.cochereaux@lemans.fr
 lescochereaux.umcs-lemans.com



Infos pratiques

Horaires d'ouverture

Lundi : 8h30 - 12h
14h - 17h30

Mardi : fermé
14h - 17h30

Mercredi : 8h30 - 12h
14h - 17h30

Jeudi : 8h30 - 12h
14h - 17h30

Vendredi : 8h30 - 12h
14h - 17h

Tarifs des adhésions

L'adhésion est obligatoire et
valable de septembre à
août

Individuelle : 6€

Familiale : 7€

Associative : 30€

Contacts



Centre Social des Quartiers Sud



20 Bd des Glonnières - 72100 Le Mans



02.43.50.17.90



csqs@lemans.fr



csqs.umcs-lemans.com



Centre Social Quartiers Sud Le Mans