

**CENTRE  
SOCIAL**  
*Quartiers  
Sud*

orientations & actions  
DU · PROJET · SOCIAL  
**2020 - 2023**



# É D I T O

La voilà enfin...

Une nouvelle plaquette pour un nouveau Projet Social, tout en continuité du travail engagé depuis de nombreuses années autour du **vivre et agir ensemble tout en s'entraidant** et en accueillant le plus grand nombre.

Le Centre Social des Quartiers Sud, appui sur votre quartier à la vie quotidienne des familles, des jeunes et moins jeunes, appui au vivre ensemble et à l'Agir ensemble ! Des **démarches administratives** aux **actions familles** en passant par les **fêtes et moments de convivialité**, chacun peut y trouver une réponse à ses questions !!

Du café des habitants au jardin partagé, de la cuisine à la peinture et autres **activités de loisirs**, chacun peut s'y sentir bien !

De son appartement ou sa maison au vivre ensemble, un pas à franchir chaque jour au Centre Social pour mieux se connaître et **partager cette chaleur humaine** qui nous rassemble.

Je profite de cet édito pour remercier tous les bénévoles et salariés engagés dans notre Projet Social. Et si vous aussi, vous aviez envie de venir nous rejoindre dans cette belle aventure. **Le Centre Social ne se raconte pas, il se vit !!!** Alors n'hésitez plus !

Je vous souhaite une bonne lecture au fil des pages et un beau parcours au Centre Social des Quartiers Sud.

Nicolas Viguier, Président du centre social



# MIEUX

CONNAÎTRE  
votre **centre social**



*Association 1901,  
regroupée avec les  
Centres Sociaux du  
Mans au sein de  
l'Union Mancelle des  
Centres Sociaux, elle  
est gérée par un Conseil  
d'Administration et un  
Collectif d'Animation  
composé d'habitants,  
bénévoles, salariés.*

*Adhérent à la Fédération  
Départementale 72,  
le Centre Social partage  
des valeurs de solidarité,  
de démocratie et  
d'entraide.*

Le **centre social**  
C'EST AVEC  
**VOUS !**

**Mettons  
en œuvre tous  
ensemble  
notre nouveau  
projet social  
2020-2023**



## Les valeurs du centre social

Telles sont nos valeurs :  
solidarité, mixité, respect de la  
dignité humaine, participation,  
émancipation... Socle commun  
à toutes les actions, vous les  
retrouvez dans cette plaquette.

## Le collectif des habitants

Un collectif ouvert à tous  
(habitants, bénévoles, adhérents,  
salariés...) où chacun peut écouter,  
proposer, s'informer, échanger et  
décider en commun des projets  
d'animation, dans une ambiance  
conviviale.

**Vous avez du  
temps, vous aimez  
le contact, vous  
aimez rencontrer  
de nouvelles  
personnes. Nous  
vous proposons  
de venir nous voir !**

**Bénévole,  
ça vous dit ?**



# ENTRAIDE ET SOLIDARITÉS



“

*Pendant les mois d'hiver, je propose des ateliers à thème sur les semis, les moyens de lutte contre les maladies, la réalisation d'un composte...*

*Au Printemps, le jardinage redémarre !! Cette année, nous allons faire pousser des aromatiques dans des bacs et planter des arbustes à fruits rouges. Cet atelier permet des rencontres, des échanges, de l'entraide, du partage et du vivre ensemble.*

”

Philippe, bénévole du jardin depuis 3 ans



## Partager une activité, un savoir-faire

### NUMÉRIQUE

Ateliers par thématique :  
création d'une boîte mail,  
apprendre à aller sur les sites  
des administrations...

1 atelier par semaine

### SCRABBLE

Jeux de réflexion...

Mardi et Vendredi • 14h à 17h



### JARDINAGE

Faire pousser, arroser et ramasser  
des légumes, quel plaisir !

Mercredi • 9h30 à 11h30

### PEINTURE SUR SOIE

Réalisation de foulards, coussins...

Lundi • 9h15 à 12h15

### PEINTURE

Peinture à l'huile, aquarelle, pastel...

Mercredi, Jeudi et Vendredi  
13h30 à 16h30



**Vous aussi, vous  
avez un autre savoir  
faire à partager ?**

**N'hésitez pas à  
venir nous voir !**



# VIVRE ENSEMBLE



“

*Bénévole au Café des Habitants,  
j'accueille avec le sourire. Je fais  
beaucoup de rencontres, j'aime bien  
écouter les gens.*

*Le Centre Social m'a permis de sortir  
de chez moi et de m'ouvrir aux autres.  
Il a été pour moi une bonne thérapie.*

*Aujourd'hui, je suis bénévole à  
l'Épicerie Solidaire du quartier et dans  
d'autres associations.*

”

Katia, habitante du quartier



## Épanouissement et mieux être personnel

### MARCHE ACTIVE ET NORDIQUE

Plaisir de marcher et faire des rencontres ; prendre l'air !

Lundi • 13h30 à 16h30

### GYMNASTIQUE DOUCE

Réaliser des exercices bons pour la santé

Mercredi • 9h30 à 11h30

### CUISINE

Mangez sain pour 3 fois rien

Jeudi (2 jeudis par mois)

9h30 à 13h30

## Promouvoir les différences

### CAFÉ DES HABITANTS

Un espace de convivialité pour se poser, discuter, boire un café, un thé....

lundi, mercredi et jeudi

9h30 à 11h30

mercredi et jeudi • 14h à 16h30



## PROJET VIVRE ICI ET ÊTRE D'AILLEURS

Des ateliers, débats, rencontres, sorties culturelles, animations de plein air... Tout au long de l'année, des rendez-vous incontournables : Cuisine d'Ici et d'Ailleurs, Bouge Ton quartier, les Semaines d'Education Contre les Discriminations et La Fête Interculturelle : l'évènement festif des Quartiers Sud, début juin.

## Construire ensemble des actions collectives

### FONDS DE PARTICIPATION DES HABITANTS

Faites bouger votre quartier, nous soutenons vos projets

### OSE (ORGANISER SES ENVIES)

En petit groupe, venez organiser vous même vos vacances en proposant les activités de votre choix !

### LOISIRS ET VACANCES EN FAMILLE

Accompagnement collectif de familles dans leurs projets de loisirs, de vacances, d'éducation, de vie quotidienne...

# AGIR ENSEMBLE



“

*Rigolo, Amitié, Jeux, Goûter,  
Copains, Centre Social des Quartiers  
Sud, Jouer, Copines, Ensemble,  
Devoirs, Animatrices, Activités,  
Animateurs*

”

Les enfants de l'ASQ



## Accompagner les familles

### **SORTIE, ATELIERS BOUT'CHOU**

*Des sorties et activités de proximité proposées aux parents et à leurs enfants jusqu'à l'entrée à l'école.*

**Tout au long de l'année**

### **RENTREE DES PETITS LECTEURS**

*Des animations, expositions, ateliers, spectacles autour du livre.*

**En septembre-octobre**

### **GROUPE DE DISCUSSION PARENTS**

*Temps d'échanges et partage d'expériences entre parents en fonction des problématiques repérées.*

### **LIEU D'ACCUEIL ENFANTS PARENTS MOSAÏQUE**

**Lundi • 14h30 à 17h30**

**Jeudi • 9h à 12h**

**Vendredi • 14h à 17h**

**Vous recherchez pour votre jeune enfant un moyen de garde ?**



## Accompagner les enfants et les jeunes

### **ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE DE QUARTIER**

*Accompagnement à la scolarité Du CP au lycéen*

**Lundi au vendredi • 16h30 à 18h**

### **ANIMATIONS JEUNESSE**

*Point Accueil Conseil Jeune  
Besoin d'informations et d'accompagnement (stage, formation, santé, loisirs,...)  
sur rendez-vous*

*Une envie ? Un projet ?*

*On t'accompagne !*

*Envie de nous filer un coup de main sur des évènements ?*

*Vous êtes les bienvenus.*

## Multi accueil

*Accueil des enfants à partir de 2 mois<sup>1/2</sup> jusqu'à l'entrée à l'école maternelle.*

**Du lundi au vendredi**

**7h45-18h15**

## **Vous avez une démarche administrative à effectuer ?**

La **Maison de Services au Public** (MSAP) accueille, informe et accompagne les habitants dans leurs dossiers administratifs et dans l'aide à l'utilisation des services et outils numériques.

C'est un service de proximité où nous sommes en mesure de répondre à vos questions ou de vous orienter vers ces partenaires comme :

- **CAF** CAISSE D'ALLOCATIONS FAMILIALES
- **CPAM** ASSURANCE MALADIE
- **CARSAT** ASSURANCE RETRAITE
- **VILLE DU MANS**



*En 2021, nous pourrons accompagner et orienter vers les partenaires suivants : CDAD (Conseil Départemental d'Accès aux Droits), DDFIP (Direction Départementale des Finances Publiques), Pole Emploi, MSA (Mutualité Sociale Agricole), Préfecture (Service ANTS),...*

Des **postes informatique** sont mis à votre disposition pour effectuer toutes **démarches en ligne**.

*Au besoin, les animatrices d'accueil pourront vous accompagner.*



## Le Centre Social accueille aussi des permanences

### MISSION LOCALE

Lundi au vendredi

RDV au 02 43 84 11 16

### CCAS (CENTRE COMMUNALE D'ACTION SOCIALE)

Mercredi • 9h à 12h et 14h à 17h

RDV au 02 43 74 51 51

### CIDFF (CENTRE D'INFORMATION DES DROITS DE LA FEMME ET DE LA FAMILLE)

Lundi (1 sur 2) • 9h à 12h

RDV au 02 43 54 10 37

### CAF - SERVICE ACCOMPAGNEMENT FAMILLES

Jeudi • 14h à 17h

RDV au 02 43 86 65 78

### RELAIS ASSISTANTE MATERNELLE

Mardi • 8h30-12h15

Vendredi • 9h-12h

### SAGE FEMME

Jeudi • 14h-17h30

### CONCILIATEUR DE JUSTICE

Mardi (le 1<sup>er</sup> du mois) • 14h à 16h30

### PERMANENCES DES ÉLUS

Se renseigner à l'accueil

# L'Adhésion



*Les personnes qui participent à l'une des activités du Centre Social, doivent prendre une adhésion pour contribuer au projet du Centre Social.*

*Individuelle : 6€  
Famille : 7€  
Association : 30€*



## Coordonnées

### **CENTRE SOCIAL DES QUARTIERS SUD**

20 Boulevard des Glonnières - 72100 LE MANS

Tél : 02 43 50 17 90

Mail : [csqs@lemans.fr](mailto:csqs@lemans.fr)

Site internet : [csqs.umcs-lemans.com](http://csqs.umcs-lemans.com)

Facebook : [F.CentreSocialdesQuartiersSudLeMans](https://www.facebook.com/F.CentreSocialdesQuartiersSudLeMans)

## Horaires d'ouverture

*Accueil du centre social  
et de la Maison de Services au Public*

**Lundi • 8h30 à 12h - 14h à 17h30**

**Mardi • fermé - 14h à 17h30**

**Mercredi • 8h30 à 12h - 14h à 17h30**

**Jeudi • 8h30 à 12h - 14h à 17h30**

**Vendredi • 8h30 à 12h - 14h à 17h**

Le Centre Social est ouvert le samedi  
ou en soirée pour des événements ponctuels.





## **CENTRE SOCIAL DES QUARTIERS SUD**

20 Boulevard des Glonnières

72100 LE MANS