

SERVICES

Accès libre autonome aux ordinateurs
(heures d'ouverture).

PERMANENCES

Assistante sociale de secteur

Le lundi, 14h-17h
Prendre RDV auprès du CMS au 02 33 10 01 50

Mission locale

Le lundi, 14h-17h
Prendre RDV à la Mission locale au 02 33 01 64 64

Puéricultrice de la PMI

Le mardi, 14h-16h
Prendre RDV auprès du CMS au 02 33 10 01 50

CSAPA

Le mercredi, 14h-15h15
Prendre RDV auprès du CSAPA au 02 33 10 03 03

Centre de soin, prévention, accompagnement en addictologie.

Permanence RSA

Un mardi sur deux, 9h-12h
Le mercredi, 9h-12h

ASSOCIATIONS PARTENAIRES

Gym volontaire d'Équeurdreville

07 68 07 75 55

NFCT Foot de table (baby-foot)

06 67 48 69 80 ou 07 87 11 07 23

Scrap et compagnie, scrapbooking

06 84 16 66 48

Plein de déliés, calligraphie

06 30 73 84 29

Chorale de La Polle

06 62 86 69 78

Des jeux plein la Manche, jeux de société

06 12 02 86 78



LE TIPI

Vous êtes parents ou grands-parents ?

Un espace dédié aux familles pour se détendre et partager des activités avec ses enfants, ou rencontrer d'autres parents. Venez réaliser des activités créatives avec vos enfants et petits-enfants le mercredi. Les autres jours, profitez du lieu (jeux, livres, espace bébé...) en autonomie sur nos horaires d'ouverture.

Contact : Référent famille 06 75 62 93 70

À NE PAS MANQUER

Semaine portes ouvertes

Du mardi 1^{er} septembre au samedi 5 septembre
Venez découvrir le centre social et ses différentes activités.

Forum des associations

Samedi 5 sept. à l'Agora, 10h-17h



INFOS PRATIQUES

ACCÈS LIBRE

L'accueil des enfants seuls se fera sur autorisation des parents et avec adhésion au centre social.

Accueil téléphonique et physique

Lundi et Jeudi : 9h-12h et 13h30-17h

Mardi : 13h30-17h30

Mercredi : 9h-12h et 13h30-17h30

Vendredi : 9h-12h et 13h30-18h

selon la programmation et possible activité jusqu'à 20h30

Un samedi par mois selon projets proposés par les adhérents.

Inscriptions et renseignements

02 33 01 01 75 - totem@cherbourg.fr

Facebook : Centre social Le Totem



Adresse

50 rue des Hauts-Varengs, 50120 Cherbourg-en-Cotentin
Par la ligne de bus n°3 (arrêt Agora) ou la ligne de bus n°5 (arrêt parking de l'Agora)



CENTRE SOCIAL
CHERBOURG-EN-COTENTIN

PROGRAMME
SEPTEMBRE 2026



CHERBOURG
en Cotentin

ADHÉSION AU CENTRE

Du 1^{er} sept., 14h au 5 sept., 12h

Adhésion obligatoire

Famille : 9,20€

individuelle : 5,10€

**Vœux d'activités annuelles à exprimer
lors de l'adhésion**

Retrouvez toutes les infos à l'accueil.

Portes ouvertes

Du 1^{er} au 5 septembre

INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS

À partir du lundi 7 septembre 2026

Reprise des activités : lundi 14 septembre

VOUS NE CONNAISSEZ PAS LE TOTEM ?

**Venez nous rendre visite, nous vous offrirons un café
ou un thé !**

ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES

LUNDI

Gym volontaire

9h-10h

Jardin partagé

9h30-11h

Scrapbooking

13h30-16h30

Atelier solidaire (confection en échange de savoirs)

14h-16h

Foot de table

18h-20h



MARDI

Atelier jouons ensemble

14h-17h30

Échanges et rencontres autour du jeu.

Couture (confection en échange de savoirs)

14h-16h

Chant

14h30-16h30

Scrapbooking

20h-22h

MERCREDI

Aide aux devoirs (élémentaires)

10h-12h

Soutien scolaire (collégiens et lycéens)

13h30-17h30

Préparation du goûter : 13h30-14h

Danse K-Pop

14h-17h

Chorale

18h-19h30

Calligraphie

18h-20h



JEUDI

Gym volontaire

9h-10h

Crochet (échange de savoirs)

9h30-12h

Modelage (échange de savoirs)

14h-16h

VENDREDI

Peinture (échange de savoirs)

10h-12h

Couture (échange de savoirs)

14h-16h

Modelage (échange de savoirs)

14h-16h

SAMEDI

Selon les projets des habitants

LES RENDEZ-VOUS DU MOIS

Conseil d'équipement

Mardi 15 sept., 18h30-20h

Bilan de l'été, programmation d'octobre et novembre.

Soirée Karaoké

Samedi 19 sept., 18h30-22h

Gratuit sur inscription

Venez chanter avec nous.

Partage de repas avec possibilité
de le préparer dès 15h.

Balade « pipelette »

Lundi 21 sept.

Départ : 13h30

Gratuit sur inscription

Destination à préciser.

Atelier repas et soupe solidaire

Jeudi 24 sept., 10h

Gratuit sur inscription

Au profit de la Chaudrée et de Conscience humanitaire.

Éveil musical et sensoriel pour les 0-5 ans

Mercredi 30 sept., 10h-10h45

2,60€/adulte



NOUVEAUTÉS AU TOTEM

LE RENDEZ-VOUS DES PARENTS

Chaque jeudi, à partir de 9h30

Venez partager un moment convivial entre parents et parents/
enfants, autour d'une tasse de café/thé. Animé par la référente
famille.

C'est la rentrée : reprise du rythme

Jeudi 17 septembre

Chez vous c'est comment ?

Balade poussette

Jeudi 24 septembre

Rendez-vous aire de jeux de la Saline

Café/thé offerts sur place

ENFANTS/ADOS

Rendez-vous les vendredis, 16h30-18h

pour un goûter suivi d'une activité créative, ou ping-pong,
babyfoot, jeux de société... à définir avec vous.