

Atelier déco d'Halloween parents/enfants

- Jeudi 30 octobre, 14h-16h
- À partir de 7 ans
- Gratuit. Sur inscription

Bal d'Halloween. Spectacle et goûter

- Vendredi 31 octobre, à partir de 15h
- À l'espace René Lebas, salle P400
- Gratuit sur inscription

Venez déguisés !

SERVICES

Accès libre autonome aux ordinateurs, sur nos heures d'ouverture.

PERMANENCES

Assistante sociale de secteur

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

Mission locale

- Le Lundi de 14h à 17h.
- Prendre RDV à la Mission locale au 02 33 01 64 64

Puéricultrice de la PMI

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

CSAPA

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



ASSOCIATIONS PARTENAIRES

Gym volontaire d'Équeurdreville

- Lundi et jeudi, 9h-10h

NFCT Foot de table (baby-foot)

- Lundi, 18h-20h

Scrap et compagnie, scrapbooking

- Lundi, 13h30-16h30 et mardi, 20h-22h

Plein de déliés, calligraphie

- Mercredi, 18h-20h

Chorale de La Polle

- Mercredi, 18h-19h30

Des jeux plein la Manche, jeux de société

- Le 3^e vendredi du mois (accès libre), 19h30-22h



INFOS PRATIQUES

Accès libre

Les enfants de -12 ans doivent être accompagnés d'un adulte responsable. Adhésion pour participer aux activités.

Accueil téléphonique et physique

- Lundi et jeudi : 9h-12h et 13h30-17h
- Mardi : 13h30-18h
- Mercredi et vendredi : 9h-12h et 13h30-18h

Inscriptions et renseignements

- 02 33 01 01 75 - totem@cherbourg.fr
- Facebook : Centre social Le Totem,
- Corinne Flahaut (référente famille) et Jeff Agossou (référent jeunesse)

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 OCTOBRE 2025



CHERBOURG
en Cotentin

ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES

LUNDI

Gym volontaire
9h-10h

Jardin partagé
9h30-11h

Scrapbooking
13h30-16h30

Foot de table
18h-20h

Atelier solidaire
14h-16h

Confection en échange de savoirs.



MARDI

Atelier jouons ensemble
14h-18h

Échanges et rencontres autour du jeu.

Couture
14h-16h

Confection en échange de savoirs.

Chant
14h30-16h30

Scrapbooking
20h-22h

MERCREDI

Le Tipi (Espace familles)

Le mercredi, 10h-12h et 14h-16h en accès libre

Venez réaliser des activités créatives avec vos enfants et petits-enfants. Les autres jours, venez profitez du lieu (jeux, livres, espace bébé, etc) en autonomie sur les horaires d'ouvertures du centre social.

Soutien scolaire (collégiens et lycéens)
13h45-17h15

Danse K-Pop
14h-17h

Chorale
18h-19h30

Calligraphie
18h-20h



JEUDI

Gym volontaire
9h-10h

Modelage
14h-16h
Échanges de savoirs.

VENDREDI

Couture
14h-16h
Échange de savoirs.

Marche nordique
9h30-11h

Le Tipi, espace des familles

Atelier créatif

Mercredi 10h-12h et 14h-16h

Vous êtes parents ou grands-parents ?

Un espace dédié aux familles pour se détendre et partager des activités avec ses enfants, mais aussi rencontrer d'autres parents. Accès libre aux horaires d'ouverture.



LES RENDEZ-VOUS DU MOIS

SEMAINES D'INFORMATIONS

DE LA SANTÉ MENTALE (SISM)

Dessin zen, mes émotions

Mercredi 8 octobre, 9h30-10h30 et 10h30-11h30

Public : famille, enfant (+ de 4 ans), adulte

Gratuit. Sur inscription

Atelier créatif proposé par La Malle à DYS, pour exprimer sur papier ses émotions.

Échange, goûter-rencontre

Mercredi 8 octobre, 16h

Gratuit. Ouvert à tous. Sur inscription

Avec l'UNAFAM (Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques). L'association accompagne et soutient les personnes vivant avec des troubles ou un handicap psychique et leurs proches.



OCTOBRE ROSE :

L'IMPORTANCE DU DÉPISTAGE

Mercredi 15 octobre, 9h30

Ouvert à tous. Gratuit. Sur inscription

Café rencontre, sensibilisation et démonstration de la palpation mammaire.

Les jeux plein la Manche

Dimanche 5 octobre, 14h30-18h

Vendredi 17 octobre, 19h30-22h

Gratuit. Ouvert à tous

Jeux de société.



PROGRAMME DES VACANCES

DU LUNDI 20 AU VENDREDI 31 OCTOBRE

Table de Ping-Pong, Baby-Foot et jeux de société en accès libre sur les horaires d'ouverture**

Accès libre au Tipi sur les horaires d'ouverture**

Atelier scrapbooking

Mercredi 22 octobre, 14h-16h

Tout Public. Gratuit, sur inscription.

Création d'un grimoire. Pensez à apporter un livre et une vieille clé.

Grande sortie au Rocher Portail

Vendredi 24 octobre

Rdv au Totem à 7h30. Départ du bus à 8h, retour prévu à 20h30

Prévoir son pique-nique. Snack possible sur place

Tarifs : 6€ par adulte, gratuit pour les enfants

Journée Le Château des Sorciers.

Atelier de vannerie

Mardi 28 octobre,

9h30-12h : pour les adultes,

14h-16h30 : pour les parents/enfants à partir de 8 ans

Tarif : 2,50€ par adulte. Gratuit pour les enfants

Sur inscription

Atelier déco d'Halloween

Mercredi 29 octobre, 14h-16h

Pour parents/enfants à partir de 7 ans

Gratuit. Sur inscription (12 places)

Venez créer votre décoration et participer à celle du bal d'halloween.

Atelier cuisine goûter d'Halloween

Mercredi 29 octobre, 14h-16h

Gratuit. Sur inscription

