

BIENVENUE

Welcome
مرحباً

CHEZ VOUS

CENTRE SOCIAL
CHAMPS MANCEAUX

DÉCOUVREZ LE PROGRAMME

DES ACTIVITÉS 2026 / 2027

ARCS
CENTRE SOCIAL
CHAMPS
MANCEAUX

POUR LES ADULTES

ARTS PLASTIQUES

Mardis | 14h - 16h

2€ la séance ou **16€** le trimestre

Atelier de **peinture et de dessin**, mise à disposition de matériel.



CAFÉ PHILO

Mardis (ponctuellement) | 9h45 - 11h30

Gratuit !

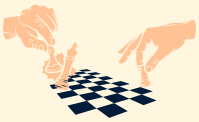
Discutons ensemble des questions de société. Notre animatrice philosophe Marie David vous accueille avec bienveillance.

CHORALE

Jeudis | 14h - 16h

20€ le trimestre

Groupe de chorale animé par un intervenant.



CLUB ÉCHECS LOISIRS

Vendredis | 14h30 - 16h30

Gratuit !

Initiation aux échecs par des bénévoles.

CLUB PATIO

Saisonnier | à définir ensemble

Gratuit !

Un lieu à **cultiver et embellir** avec vos envies et projets. Nettoyage, jardinage, bricolage et **échange de savoirs**.



CLUB PHOTOS

1 à 2 mercredis par mois | 15h - 17h

Gratuit !

Échanges et balades ponctuelles autour de la photographie.

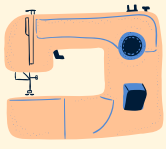


CONVIVIALITÉS DU VENDREDI

Vendredis | 14h30 - 16h30

Gratuit !

Activités adultes/séniors pour passer un bon moment. En partenariat avec l'OPAR, Unis-Cités et l'EHPAD Champs Manceaux.



COUTURE

Jeudis | 14h - 17h

1,50€ la séance

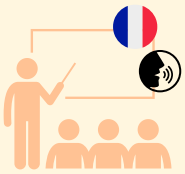
Apprentissage des bases, **découvertes** de techniques diverses, customisation, **création**...

CUISINE

1 vendredi par mois | 9h30 - 13h30

4€ la séance / 2€ avec la carte Sortir

Thématiques variées au cours de l'année puis repas partagé.



PARLONS FRANÇAIS

Lundis | 14h - 16h

Gratuit !

Atelier d'**apprentissage du français** pour la population d'origine étrangère.



TRICOTAGE ET PAPOTAGE

Lundis | 14h - 17h

Gratuit !

Club de **travaux d'aiguilles** (tricot, broderie...) tout en discutant.

CYCLES SÉNIORS DE 5 À 12 SÉANCES



ATELIER MÉMOIRE

Lundis | 9h30 - 12h

Des ateliers pour **stimuler la mémoire**. Avec une animatrice de l'ASEPT.

Gratuit !



CUISINE AU MASCULIN

Mercredis | 10h - 14h

Atelier pour **apprendre à cuisiner** sans jugement et en petit groupe avec une animatrice de l'OPAR. **Gratuit !**



MARCHE ENCADRÉES

Lundis | 9h - 10h30

Une **marche** revigorante par un éducateur sportif d'Actimut. **Gratuit !**



MULTISPORT SANTÉ

Vendredis | 10h45 - 11h45

Cultiver le **bien être** à son rythme avec une éducatrice sportive de l'UFOLEP.

Gratuit !



TOUTES CES ACTIVITÉS SONT SUR ADHÉSION ET SOUVENT SUR INSCRIPTION

Venez vous renseignez à l'accueil du Centre Social.



UNE IDÉE OU UNE ENVIE D'ACTIVITÉ ?

Vous avez un talent, une passion, une envie ou une idée d'activité ?

Venez nous en parler !

NOUS PROPOSONS BIEN PLUS QUE DES ACTIVITÉS !

DONS

FRIGO TROC

Anti-gaspille ! Venez déposer et/ou chercher des produits secs et/ou fruits et légumes dans le garde-manger, tous les mercredis et vendredis à partir de 10h00.

ZONE DE GRATUITÉ

Distribution de vêtements et objets donnés par des habitant.es, triés par des bénévoles. Ponctuellement le mercredi de 10h15 à 12h et de 13h45 à 16h15.

ESPACE CONVIVIAL

CAFÉ DES HABITANT.ES

Espace convivial ouvert à toutes et tous, pour se rencontrer, faire des jeux et s'informer sur la vie de quartier. 0,30€ le thé, café ou biscuit.
Ouvert les **mardis et vendredis** de 10h00 à 11h30 et les **jeudis** de 14h00 à 16h30.

AIDE INDIVIDUEL

ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

Aide éducative budgétaire et accompagnement sur l'accès aux droits et autres préoccupations du quotidien.

VOUS SOUHAITEZ NOUS REJOINDRE ?

Adhérez à l'ARCS ! Participez aux activités et bénéficiez des services proposés. Vous pouvez aussi contribuer à la vie de l'association en devenant bénévole ou en participant aux instances associatives de l'ARCS.

L'adhésion est obligatoire. Le prix est libre.

Une seule adhésion est nécessaire pour accéder à tous les centres sociaux rennais.

Chez nous, tout est fait par et avec les habitant.es.

Retrouvez toutes nos activités et nos accompagnements sur notre site internet : www.centres-sociaux-rennais.org

CENTRE SOCIAL DES CHAMPS MANCEAUX

Espace Social et Culturel Aimé Césaire

Nous contacter :

15 rue Louis et René Moine, 35200 Rennes
02 99 50 86 70
cs.champsmanceaux@assoarcs.com

Nos horaires d'ouvertures :

Lundi, mardi, mercredi : 8h45 - 12h30 | 13h30 - 17h30
Jeudi : 13h30 - 17h30 (fermé le matin)
Vendredi : 8h45 - 12h30 | 13h30 - 17h

Centre social Les Champs Manceaux centres-sociaux-rennais.org

Ne pas jeter sur la voie publique