

Le centre social en quelques mots

À Montpellier, l'association Gammes agit depuis plus de 75 ans pour renforcer la solidarité, l'inclusion et le lien social.

Elle porte le centre social 1001 Familles, un espace de proximité ouvert à tous pour tout les âges.

On y propose une grande variété d'activités : ateliers culturels, créatifs ou numériques, sorties, temps d'échanges, accompagnement administratif ou parental, événements de quartier... C'est un lieu où l'on peut s'informer, rencontrer d'autres habitants, participer ou s'engager selon ses envies. L'équipe salariée et les bénévoles sont à l'écoute, et les habitants jouent un rôle central dans la vie du centre. Le centre social 1001 Familles est un espace ancré dans le quotidien, pensé pour répondre aux besoins des habitants et encourager leur participation.



NOUS CONTACTER



Centre social 1001 Famille-Association Gammes
23, rue Dom Vaisette
34000 Montpellier



06 08 90 64 89



alise@gammes.org



CentresocialmilleetuneFamilles

HORAIRES D'OUVERTURE :

Lundi : 9h-12 / 13h30 - 17h
Mardi : 13h30 - 17h
Mercredi : 9h-12 / 13h30 - 17h
Jeudi : 9h-12 / 13h30 - 17h
Vendredi : 9h-12 / 13h30 - 17h

TARIFS

Pour participer à nos activités, il suffit de vous inscrire au pôle AVS

Inscription individuelle : 5€/an

Inscription familiale : 10€/ an

Activité régulière : 15€/an

N'hésitez pas à vous inscrire pour connaître toute l'actualité.

Les actions de Gammes-AVS sont soutenues par :



Gammes 80 ans

Ensemble à votre service

depuis 1946

Animation
de la
Vie Sociale



Ne pas jeter sur la voie publique

05/25

Centre social 1001 Familles
Gambetta

**DÉCOUVREZ NOS
ACTIVITÉS 2025-2026**

Dans votre quartier,

un lieu pour tous et
construit par tous pour
faire des rencontres, se
divertir, échanger,
s'informer et s'investir !

DES ACTIVITÉS ...

Pour les Adultes

Atelier Linguistique 'ASL'

Apprentissage du français, consolidation de la langue.



Atelier Conversation

Pratique du français à l'oral autour de thématiques

Horaire variable selon les groupes de niveaux

Point d'information et d'orientation

Accueil individuel pour :



- Information sur la vie sociale et familiale
- Soutien pour les démarches administratives simples
- Soutien à la constitution d'un dossier de demande de naturalisation

Les jeudis de 9h15 à 12h
- Sur RDV - demandez à l'accueil

Se préparer au code de la route

- Session d'entraînement



Les lundis de 14h30 à 16h

Permanence Informatique

- Découverte des outils numériques
- Accompagnement aux démarches en ligne
- Approfondissement informatique (Excel, Word, pwt...)



Les jeudis de 14h à 16h15 - Sur RDV - demandez à l'accueil

DIVERSES ...

Atelier Couture

Réalisation personnelles et collectives
Echanges, partage, convivialité et bonne humeur



Les mardis de 14h à 16h

Atelier Café culture

Du dessin, de l'écriture, du collage, des débats, des jeux, et des visites d'expositions pour se rencontrer autour de la culture



Les Jeudis de 14h à 16h

Atelier Surcyclage

Fabrication d'objets et décoration à partir de matériel réemployé



Deux vendredis / mois de 14h à 16h

Atelier Club de Lecture

Moment convivial où les participants découvrent, lisent et échangent autour de textes variés.



1 Jeudi par mois de 18h30 à 20h

Randonnée Pédestre

Demi journée ou journée pour Adulte ou Familles.

1 week end / mois

Atelier bien - être

Mieux être - estime de soi



Les jeudis de 9h30 à 11h30

Atelier Cuisine et auto-financement

Cuisinez en groupe, vendez vos plats et financez ensemble un week-end choisi collectivement !



1 x par mois
Demandez à l'accueil

... ET VARIÉES

Pour les parents

- Soutien à la parentalité
- Réunion thématiques
- Groupe de paroles
- Intervention de professionnels
- Accueil informel



Se rapprocher de l'accueil

Pour les enfants

Accompagnement Scolaire

Aide et entraide



- Aide aux devoirs, aide méthodologique
- Ateliers réguliers
- Entraide entre jeunes
- Accompagnement et réflexion de projet d'orientation des jeunes de 3ème et lycée

Primaire : Le mardi et le vendredi de 16h30 à 18h

Collège : Le lundi et le jeudi 17h à 18h30

Lycée : Le mercredi de 14h à 18h

Le temps des enfants - Chaque mercredi

Temps de répit parental et de loisirs créatifs pour les enfants.

De 9h30 à 12h

Activité vacances



Chaque vacances scolaires : un programme d'activités pour tous, avec sorties, jeux, cinéma et ateliers créatifs en famille.

Soutien à la vie associative

- Mise à disposition de locaux
- Développement de projets communs