

ACCOMPAGNEMENT individuel et familial

Référente : Emma GAZEAU

04 68 70 18 54 - viesociale@adhco.fr

Pour trouver de l'aide pour une démarche en ligne ou un dossier d'accès à mes droits :

1) Je vais dans le POM's de mon choix :

- Sur les horaires d'ouverture
- Sur rendez-vous (en appelant directement le POM's)

2) Je sollicite la Conseillère en Vie Sociale au siège du Centre Social :

Pour de l'accès aux droits (Impôts, CPAM, MSA, CAF, APA...), de l'accompagnement à la gestion de mon budget, une demande d'aide alimentaire...

Sur rendez-vous, 04 68 70 18 54 ou viesociale@adhco.fr

3) Pour certaines thématiques spécifiques, je peux prendre rendez-vous sur des permanences régulières tenues au siège du Centre Social à Mouthoumet :

- Assistance Sociale du Département de l'Aude
- CIDFF : Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles
- Impôts
- France Travail
- Mission Locale
- France Rénov'

Accès aux soins, Prévention santé

Référente : Emma GAZEAU

04 68 70 18 54- viesociale@adhco.fr

Une thématique qui se structure en lien avec les partenaires compétents dans le domaine de la santé :

- Consultation itinérante de gynécologie (Bus Gynéco)
- Consultation itinérante de santé infantile 0-6 ans (Bus PMI)
- Dépistage du cancer du sein (passage mammobile)

POM'S / France Services

Point Multi-services

Accompagnement numérique & démarches France Services :

CAF, France Travail, Centre médico-social, Mission Locale, MSA, CPAM, CARSAT, Planning Familial, Impôts, papiers d'identité...

Services postaux :

Courrier : Timbres, enveloppes, colissimo, ...
Banque : Versements, retraits (si Compte Postal)

Services bureautiques :

Photocopies, impressions, scanner, ordinateur public à disposition avec accès internet

Prêt de jeux

Partenariat Bibliothèque Départementale de l'Aude :

Prêts de livres & CD

Documentation touristique et culturelle :

Vente de guides de randonnée, dépôt vente de livres du territoire, cartes postales, cartes IGN

Épicerie :

Dépôt vente de produit locaux, vente produits issus du commerce équitable, épicerie de dépannage, commande de pain paysan

Photomaton :

Uniquement au POM'S de Mouthoumet

Vente bouteilles de gaz :

dans les POM'S de Félines-Termenès, Soulatge, Bouisse, Lanet

Distributeur Automatique de Billet (DAB)

au POM'S de Mouthoumet

Je veux vendre mes produits ou créations au POM's ?
Je contacte Brigitte : producteurs.locaux@adhco.fr

9 Points Multi-Services à votre disposition

Adresse et horaires en suivant le QRCode :

Bouisse
04 68 48 88 73



Davejean
04 68 70 09 47



Félines-Termenès
04 68 70 00 16



Lanet
04 68 70 02 34



Laroque de Fa
04 68 70 08 27



Mouthoumet
04 68 42 12 95



Soulatge
04 68 45 09 96



Vigneville
04 68 70 06 81



Villeroque-Termenès
04 68 70 03 14



Association pour le Développement des Hautes Corbières
Centre Social Intercommunal Rural

Depuis sa création en 1985, l'association s'est donnée pour but de réunir et coordonner les forces vives, économiques, sociales et culturelles pour favoriser le développement du massif de Mouthoumet.

En tant qu'actrice de la qualité de vie, elle agit pour le maintien des services de proximité et l'accès aux droits pour tous, pour le développement des projets de territoire et le soutien à la démocratie participative, pour l'animation du tissu associatif, et pour l'éducation à l'environnement.

En tant que Centre Social, elle a pour objectif de mettre en place des actions en direction de tous les publics, dans le cadre de l'éducation populaire et de la culture.

Découvrez ici toutes les animations & services
proposés par l'ADHCo et leurs référents

Direction : 04 68 45 24 53

Jérôme Hervouet-Baranger - direction@adhco.fr

Comptabilité et Facturation : 04 68 70 18 53

Sylvie DUMAS - comptabilite@adhco.fr

Coordination Animation & Action Sociale : 04 68 45 24 54

Sandrine COURDON - communication@adhco.fr

Communication : 04 68 45 24 54

Sandrine COURDON - communication@adhco.fr



Avec la participation des communes : Albières, Auriac, Bouisse, Davejean, Dernacueillette, Félines-Tnès, Lairière, Lanet, Laroque de Fa, Massac, Montjoi, Mouthoumet, Salza, Soulatgé, Termes, Vigneville, Villeroque-Tnès

ANIMATIONS COLLECTIVES

Généraliste, ouvert à tous

Référente : Emma GAZEAU, 04 68 70 18 54, viesociale@adhco.fr

Créer, faire ensemble et lien social :

Ateliers cuisine (au jardin, au Centre Social ou chez l'habitant),
Ateliers créatifs et initiations d'artisanat,
Chantiers jardin et bricolage,
Sorties culturelles,
Soirées jeux...

Une suggestion ? J'appelle Emma !

Bien-être & Parentalité

Référente : Emma GAZEAU, 04 68 70 18 54, viesociale@adhco.fr

Café Parents

Conférences - Formations

Ateliers parents/enfants

Éveil sensoriel et environnement

Soirées discussions et interventions de professionnels, exemples :

Alimentation et nutrition, psychomotricité, sommeil, usage des écrans, entrée à l'école, dire non à son enfant, gestion des émotions, acquisition de la continence...

Séances collectives ou individuelles de bien-être :

Danse de reconnexion corps/esprit, sophrologie, art pédagogie, méditation pleine conscience, répit parental...

Évènements festifs et culturels autour de la parentalité et de la famille

Un besoin, une proposition ? J'appelle Emma !

3^{ème} jeunesse

Référente : Emma GAZEAU, 04 68 70 18 54, viesociale@adhco.fr

Sorties et activités culturelles

Ateliers numériques

Initiations et pratiques d'expression corporelle

Pratiques physiques

Une idée, une envie ? J'appelle Emma !

Éducation à l'environnement

Référent : Bastien BRUNON, 04 68 45 24 51, environnement@adhco.fr

Balades découverte de l'environnement :

- Programme Espaces Naturels Sensibles (ENS)
- Programme Parc Naturel Région Corbières Fenouillède
- Prestations sur mesure (communes, associations, particuliers, ...) : **voir catalogue sur demande**

Interventions en milieu scolaire et en établissements :

- Accompagnement Aires Terrestres Educatives
- Partenariat Ecole Intercommunale de Mouthoumet

Projets éducatifs et conception d'outils pédagogiques :

- Département
- Région
- Communes, associations, particuliers... (sur demande)

Médiation Faune Sauvage :

Comment faire pour les chauve-souris dans mon grenier ?

Que faire du serpent dans mon jardin ?

Une question, une trouvaille : j'appelle Bastien !

Enfance Jeunesse

Référente : Juliette DOUFFET, 04 68 45 24 51, animation@adhco.fr

Centre de Loisirs 6-12 ans :

- Vacances scolaires
- Certains mercredis des périodes scolaires
- Sorties à la ferme

Accueil Ados :

- Vacances scolaires
- Certains samedis des périodes scolaires

Une demande ? J'appelle Juliette

ANIMATION TERRITORIALE

Nous partageons un territoire : il s'agit de construire ensemble un projet de territoire

Référente : Juliette DOUFFET, 04 68 45 24 51, animation@adhco.fr

Diagnostic de territoire :

- Recensement des forces et des enjeux
- Recensement et mise en commun des besoins et projets en cours ou à venir
- Animer des temps d'échange entre acteurs du territoire autour de ce qui existe, ce qu'il manque, nos envies potentielles de mutualisation ou d'entraide, nos communications, nos projets complémentaires ou communs à venir...

Mise en relation et animation intercommunale

Animation réseau associatif

Accompagnement intelligence collective et gouvernance

Animation projets de territoire :

- Réunions d'intelligence collective & groupes de travail enjeux locaux
- Assemblées citoyennes & démocratie participative

Donner mon avis sur la vie ici, relever des besoins sans réponse, proposer des solutions : je contacte Juliette !

Faciliter les dynamiques locales

Référente : Sandrine COURDON, 04 68 45 24 54, communication@adhco.fr

Accompagnement Porteurs de projets :

- Guid'Asso : Information des porteurs de projets associatifs
- Information & orientation des porteurs de projets économiques
- Soutien et diffusion communication

Prêt de salle et matériel :

- Bureaux, salles de réunion, salles d'activités, espace cuisine
- Vidéoprojecteur, sono, grilles d'expo, tapis de danse...

Un projet à mûrir ? Un besoin d'espace pour une activité ? Je contacte Sandrine !

Bureau Animation Logement :

Référent : Olivier AZAIS, 04 68 48 88 73, poms.bouisse@adhco.fr

- Déposer votre recherche de logement
- Déposer votre proposition de logement (location ou vente)
- Consulter les logements disponibles
- Informations aides à l'amélioration de l'habitat