



Cahors Urgence Sociale été 2026

Si vous avez besoin d'un hébergement d'urgence, il vous faut appeler le 115. Si vous êtes sans domicile et sans hébergement, vous pouvez également appeler le 115 pour demander l'intervention d'une maraude.

Date d'édition: 21/07/2026

Attention, nous vous conseillons de vérifier les potentiel.le.s changements / fermetures via le lien ou directement sur Soliguide.fr



Accompagnement social

1. Accueil de jour - AHLIS 46

53 Impasse du Pal, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 25/11/2025 au 25/10/2028
horaires définitifs

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30



Soliguide

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Accueil inconditionnel

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 65 35 74 65

chrs@ahlis46.org

Les services: Accueil de jour, Douche, Toilettes, Bagagerie, Laverie, Distribution de repas, Téléphone, Prise, Activités diverses, Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/14073>

2. CCAS de Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 8h45 à 12h - 13h30 à 16h

Mardi au jeudi: 8h45 à 12h

Vendredi: 8h45 à 12h - 13h30 à 16h

Accueil inconditionnel

Sur orientation uniquement

05 65 53 30 40

Numéro vert gratuit depuis un poste fixe: 0 800 46 46 40

accueil@ccas.mairie-cahors.fr

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement social, Conseil administratif, Épicerie Sociale et Solidaire, Activités diverses, Domiciliation, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28846>

3. Mains tendues - Cahors

28 Chem. du Presbytère, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Mardi: 14h à 17h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Chaque personne ont un horaire défini, veuillez réserver votre créneau en contactant la structure.

06 69 72 91 32

mainstendues46@gmail.com

Les services: Point d'information et d'orientation, Panier alimentaire, Accompagnement à l'emploi, Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33711>

4. CAARUD 46 - Cahors

377 Av. du 7ème Ri, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au jeudi: 9h à 17h

Vendredi: 9h à 16h30

Accueil exclusif: en situation d'addiction.

Autres précisions: Vous pouvez venir directement au CAARUD le lundi, jeudi, vendredi. Le local est fermé le mardi et mercredi mais vous pouvez joindre le CAARUD par téléphone aux horaires d'ouverture indiqués.

Accueil CAARUD et CSAPA: 05 65 53 67 54

Natacha Rol (si l'accueil ne répond pas): 06 74 23 94 07
accueil-csapacahors@ceiis.fr

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement à l'emploi, Conseil logement, Addictions: Prévention et matériel, Santé sexuelle: Information et prévention, Panier alimentaire, Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33669>

5. Maison des solidarités (MSD) de Cahors

127 Quai Eugène Cavaignac, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au vendredi: 8h45 à 12h - 13h30 à 17h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous

Accueil: 05 65 53 50 00

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement social, Conseil administratif, Conseil budget, Conseil logement, Soutien à la parentalité, Conseil handicap, Bon / chèque alimentaire, Financement de la mobilité, Atelier numérique
<https://soliguide.fr/fr/fiche/65834>



Accompagnement à l'emploi

1. Les Restos du Cœur du Lot - siège

75 Rte du Mont Saint-Cyr, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 03/08/2026 au 23/08/2026

Fermeture temporaire: du 03/08/2026 au 23/08/2026
vacances d'été

Lundi au mardi: 8h30 à 12h30 - 13h à 17h

Mercredi: 8h30 à 12h30

Jeudi: 8h30 à 12h30 - 13h à 17h

Vendredi: 8h30 à 12h30 - 13h à 16h

Accueil inconditionnel

05 65 35 22 20

ad46.siege@restosducoeur.org

Les services: Panier alimentaire, Accompagnement à l'emploi, Soutien scolaire, Cours de français, Ordinateur, Activités diverses
<https://soliguide.fr/fr/fiche/28963>

2. ESC Sainte-Valérie - Cahors

216 Avenue du Corps Franc Pommiès et du 49ème RI,
46000 Cahors

Horaires temporaires: du 10/08/2026 au 14/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 14h à 18h

Mardi: 14h à 17h

Mercredi: 14h à 18h

Jeudi: 14h à 17h

Vendredi: 14h à 18h

Fermeture temporaire: du 20/07/2026 au 24/07/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 17h

Mercredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Jeudi: 9h à 12h - 14h à 17h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Une petite participation est demandée pour certains ateliers, la plupart sont gratuits

Lieu non climatisé

05 65 20 00 43

esc-saintevalerie@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33706>

3. Mains tendues - Cahors

28 Chem. du Presbytère, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Mardi: 14h à 17h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Chaque personne ont un horaire défini, veuillez réserver votre créneau en contactant la structure.

Animaux acceptés

06 69 72 91 32

mainstendues46@gmail.com

Les services: Point d'information et d'orientation, Panier alimentaire, Accompagnement à l'emploi, Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33711>

4. ESC Terre-Rouge - Cahors

105 Rue Camille Desmoulins, 46000 Cahors

Fermeture temporaire: du 10/08/2026 au 21/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 18h

Mercredi au vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Pour certains ateliers, une petite participation financière est demandée. La plupart sont gratuits.

Lieu non climatisé

05 65 53 13 95

esc-terrerouge@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33699>

5. CAARUD 46 - Cahors

377 Av. du 7ème RI, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au jeudi: 9h à 17h

Vendredi: 9h à 16h30

Accueil exclusif: en situation d'addiction.

Autres précisions: Vous pouvez venir directement au CAARUD le lundi, jeudi, vendredi. Le local est fermé le mardi et mercredi mais vous pouvez joindre le CAARUD par téléphone aux horaires d'ouverture indiqués.
Accueil CAARUD et CSAPA: 05 65 53 67 54
Natacha Rol (si l'accueil ne répond pas): 06 74 23 94 07
accueil-csapacahors@ceiis.fr

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement à l'emploi, Conseil logement, Addictions: Prévention et matériel, Santé sexuelle: Information et prévention, Panier alimentaire, Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33669>

6. Association pour l'Habitat de Jeunes en Quercy

129 Rue Fondue Haute, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au jeudi: 9h à 12h - 14h à 22h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 20h30

Accueil exclusif: personnes âgées de 16 à 25 ans.

Autre information importante : Jusqu'à 30 ans avec RQTH, accueil des étudiants, jeunes en apprentissage, en stage et formation professionnel.

Tous les jeunes en contrat précaire (CDD, intérim, service civique...) et les jeunes demandeurs d'emploi avec ressources.

La configuration des logements s'adresse à des personnes seules sans animaux.

Sur inscription: Par internet ou par téléphone

05 65 35 29 32

afjq46@yahoo.fr

Les services: Hébergement à long terme, Wifi, Laverie, Cuisine partagée, Activités diverses, Atelier cuisine, Conseil administratif, Conseil logement, Conseil

budget, Accompagnement à l'emploi

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33592>

7. ESC de la Croix-de-Fer - Cahors

474 Av. Maryse Bastié, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 27/07/2026 au 07/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au vendredi: 14h à 18h

Fermeture temporaire: du 17/08/2026 au 28/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 18h

Mercredi au vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Pour certains ateliers, une petite participation financière est demandée. La plupart sont gratuits.

Lieu non climatisé

05 65 22 26 06

esc-croixdefer@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33704>



Accueil de jour

1. Accueil de jour - AHLIS 46

53 Impasse du Pal, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 25/11/2025 au 25/10/2028

horaires définitifs

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Accueil inconditionnel

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 65 35 74 65

chrs@ahlis46.org

Les services: Accueil de jour, Douche, Toilettes, Bagagerie, Laverie, Distribution de repas, Téléphone, Prise, Activités diverses, Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/14073>



Activités diverses

1. Accueil de jour - AHLIS 46

53 Impasse du Pal, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 25/11/2025 au 25/10/2028

horaires définitifs

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Accueil inconditionnel

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 65 35 74 65

chrs@ahlis46.org

Les services: Accueil de jour, Douche, Toilettés, Bagagerie, Laverie, Distribution de repas, Téléphone, Prise, Activités diverses, Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/14073>

2. CCAS de Cahors

118 Rue Président Wilson (Espace Caviolle), 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 8h45 à 12h - 13h30 à 16h

Mardi au jeudi: 8h45 à 12h

Vendredi: 8h45 à 12h - 13h30 à 16h

Accueil exclusif: personnes âgées de 60 ans minimum.

Sur inscription

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 65 53 30 40

Numéro vert gratuit depuis un poste fixe: 0 800 46 46 40

accueil@ccas.mairie-cahors.fr

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement social, Conseil administratif, Épicerie Sociale et Solidaire, Activités diverses, Domiciliation, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28846>

3. Les Restos du Cœur du Lot - siège

75 Rte du Mont Saint-Cyr, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 03/08/2026 au 23/08/2026

**Fermeture temporaire: du 03/08/2026 au 23/08/2026
vacances d'été**

Lundi au mardi: 8h30 à 12h30 - 13h à 17h

Mercredi: 8h30 à 12h30

Jeudi: 8h30 à 12h30 - 13h à 17h

Vendredi: 8h30 à 12h30 - 13h à 16h

Accueil inconditionnel

05 65 35 22 20

ad46.siege@restosducoeur.org

Les services: Panier alimentaire, Accompagnement à l'emploi, Soutien scolaire, Cours de français, Ordinateur, Activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28963>

4. ESC Sainte-Valérie - Cahors

216 Avenue du Corps Franc Pommiers et du 49ème RI,
46000 Cahors

Horaires temporaires: du 10/08/2026 au 14/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 14h à 18h

Mardi: 14h à 17h

Mercredi: 14h à 18h

Jeudi: 14h à 17h

Vendredi: 14h à 18h

Fermeture temporaire: du 20/07/2026 au 24/07/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 17h

Mercredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Jeudi: 9h à 12h - 14h à 17h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Une petite participation est demandée pour certains ateliers, la plupart sont gratuits

Lieu non climatisé

05 65 20 00 43

esc-saintevalerie@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33706>

5. ESC Terre-Rouge - Cahors

105 Rue Camille Desmoulins, 46000 Cahors

Fermeture temporaire: du 10/08/2026 au 21/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 18h

Mercredi au vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Pour certains ateliers, une petite participation financière est demandée. La plupart sont gratuits.

Lieu non climatisé

05 65 53 13 95

esc-terrerouge@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33699>

6. Association pour l'Habitat de Jeunes en Quercy

129 Rue Fondue Haute, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au jeudi: 9h à 12h - 14h à 22h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 20h30

Accueil exclusif: personnes âgées de 16 à 25 ans.

Autre information importante : Jusqu'à 30 ans avec RQTH, accueil des étudiants, jeunes en apprentissage, en stage et formation professionnel.

Tous les jeunes en contrat précaire (CDD, intérim, service civique...) et les jeunes demandeurs d'emploi avec ressources.

La configuration des logements s'adresse à des personnes seules sans animaux.

Sur inscription: Par internet ou par téléphone
05 65 35 29 32

afjq46@yahoo.fr

Les services: Hébergement à long terme, Wifi, Laverie, Cuisine partagée, Activités diverses, Atelier cuisine, Conseil administratif, Conseil logement, Conseil budget, Accompagnement à l'emploi
<https://soliguide.fr/fr/fiche/33592>

7. Association pour l'Habitat de Jeunes en Quercy

129 Rue Fondue Haute, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au jeudi: 9h à 12h - 14h à 22h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 20h30

Accueil exclusif: personnes âgées de 16 à 25 ans.

Autre information importante : Jusqu'à 30 ans avec RQTH, accueil des étudiants, jeunes en apprentissage, en stage et formation professionnel.

Tous les jeunes en contrat précaire (CDD, intérim, service civique...) et les jeunes demandeurs d'emploi avec ressources.

La configuration des logements s'adresse à des personnes seules sans animaux.

Sur inscription: Par internet ou par téléphone
05 65 35 29 32

afjq46@yahoo.fr

Les services: Hébergement à long terme, Wifi, Laverie, Cuisine partagée, Activités diverses, Atelier cuisine, Conseil administratif, Conseil logement, Conseil budget, Accompagnement à l'emploi
<https://soliguide.fr/fr/fiche/33592>

8. ESC de la Croix-de-Fer - Cahors

474 Av. Maryse Bastié, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 27/07/2026 au 07/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au vendredi: 14h à 18h

Fermeture temporaire: du 17/08/2026 au 28/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 18h

Mercredi au vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Pour certains ateliers, une petite participation financière est demandée. La plupart sont gratuits.

Lieu non climatisé

05 65 22 26 06

esc-croixdefer@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas
<https://soliguide.fr/fr/fiche/33704>



Activités sportives

1. ESC Sainte-Valérie - Cahors

216 Avenue du Corps Franc Pommiès et du 49ème RI, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 10/08/2026 au 14/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 14h à 18h

Mardi: 14h à 17h

Mercredi: 14h à 18h

Jeudi: 14h à 17h

Vendredi: 14h à 18h

Fermeture temporaire: du 20/07/2026 au 24/07/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 17h

Mercredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Jeudi: 9h à 12h - 14h à 17h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Une petite participation est demandée pour certains ateliers, la plupart sont gratuits

Lieu non climatisé

05 65 20 00 43

esc-saintevalerie@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas
<https://soliguide.fr/fr/fiche/33706>

2. ESC Terre-Rouge - Cahors

105 Rue Camille Desmoulins, 46000 Cahors

Fermeture temporaire: du 10/08/2026 au 21/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 18h

Mercredi au vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Pour certains ateliers, une petite participation financière est demandée. La plupart sont gratuits.

Lieu non climatisé

05 65 53 13 95

esc-terreroir@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33699>

3. ESC de la Croix-de-Fer - Cahors

474 Av. Maryse Bastié, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 27/07/2026 au 07/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au vendredi: 14h à 18h

Fermeture temporaire: du 17/08/2026 au 28/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 18h

Mercredi au vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Pour certains ateliers, une petite participation financière est demandée. La plupart

sont gratuits.

Lieu non climatisé

05 65 22 26 06

esc-croixdefer@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33704>



Addictions: Prévention et matériel

1. CAARUD 46 - Cahors

377 Av. du 7ème Ri, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au jeudi: 9h à 17h

Vendredi: 9h à 16h30

Accueil exclusif: en situation d'addiction.

Autres précisions: Vous pouvez venir directement au CAARUD le lundi, jeudi, vendredi. Le local est fermé le mardi et mercredi mais vous pouvez joindre le CAARUD par téléphone aux horaires d'ouverture indiqués.

Accueil CAARUD et CSAPA: 05 65 53 67 54

Natacha Rol (si l'accueil ne répond pas): 06 74 23 94 07
accueil-csapacahors@ceiis.fr

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement à l'emploi, Conseil logement, Addictions: Prévention et matériel, Santé sexuelle: Information et prévention, Panier alimentaire, Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33669>



Atelier cuisine

1. Association pour l'Habitat de Jeunes en Quercy

129 Rue Fondue Haute, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au jeudi: 9h à 12h - 14h à 22h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 20h30

Accueil exclusif: personnes âgées de 16 à 25 ans.

Autre information importante : Jusqu'à 30 ans avec RQTH, accueil des étudiants, jeunes en apprentissage, en stage et formation professionnel.

Tous les jeunes en contrat précaire (CDD, intérim, service civique...) et les jeunes demandeurs d'emploi avec ressources.

La configuration des logements s'adresse à des personnes seules sans animaux.

Sur inscription: Par internet ou par téléphone

05 65 35 29 32

afjq46@yahoo.fr

Les services: Hébergement à long terme, Wifi, Laverie, Cuisine partagée, Activités diverses, Atelier cuisine, Conseil administratif, Conseil logement, Conseil budget, Accompagnement à l'emploi

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33592>



Atelier numérique

1. Maison des solidarités (MSD) de Cahors

127 Quai Eugène Cavaignac, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au vendredi: 8h45 à 12h - 13h30 à 17h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Le travailleur social qui vous accompagne peut également vous proposer de vous inscrire

Sur inscription: Appeler pour s'inscrire aux ateliers

Accueil: 05 65 53 50 00

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement social, Conseil administratif, Conseil budget, Conseil logement, Soutien à la parentalité, Conseil handicap, Bon / chèque alimentaire, Financement de la mobilité, Atelier numérique
<https://soliguide.fr/fr/fiche/65834>



Bagagerie

1. Accueil de jour - AHLIS 46

53 Impasse du Pal, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 25/11/2025 au 25/10/2028
horaires définitifs

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Accueil inconditionnel

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 65 35 74 65

chrs@ahlis46.org

Les services: Accueil de jour, Douche, Toilettes,

Bagagerie, Laverie, Distribution de repas, Téléphone, Prise, Activités diverses, Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/14073>



Bon / chèque alimentaire

1. Maison des solidarités (MSD) de Cahors

127 Quai Eugène Cavaignac, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au vendredi: 8h45 à 12h - 13h30 à 17h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous

Accueil: 05 65 53 50 00

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement social, Conseil administratif, Conseil budget, Conseil logement, Soutien à la parentalité, Conseil handicap, Bon / chèque alimentaire, Financement de la mobilité, Atelier numérique
<https://soliguide.fr/fr/fiche/65834>



Boutique solidaire

1. LA RENCONTRE Café associatif - Tiers lieu

44 Rue Saint-André, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Mardi au mercredi: 14h30 à 17h

Jeudi: 9h30 à 12h - 14h30 à 17h

Vendredi au samedi: 14h30 à 17h

Accueil inconditionnel

La Rencontre: 07 81 78 88 91

Inscription aide alimentaire: 06 51 71 81 54

ajef46@orange.fr

Les services: Boutique solidaire, Panier alimentaire, Conseil administratif, Cours de français, Soutien scolaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33864>

2. Antenne Secours populaire - Cahors

198 Chemin Ludo Rollès, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 20/07/2026 au 07/08/2026

Lundi au vendredi: 14h à 16h40

Lundi: 14h à 16h40

Mardi au vendredi: 9h30 à 12h - 14h à 16h40

Accueil inconditionnel

05 65 22 20 25

Les services: Panier alimentaire, Boutique solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/48758>



Conseil administratif

1. CCAS de Cahors

118 Rue Président Wilson (Espace Caviolle), 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 8h45 à 12h - 13h30 à 16h

Mardi au jeudi: 8h45 à 12h

Vendredi: 8h45 à 12h - 13h30 à 16h

Accueil inconditionnel

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Lieu non climatisé

05 65 53 30 40

Numéro vert gratuit depuis un poste fixe: 0 800 46 46 40

accueil@ccas.mairie-cahors.fr

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement social, Conseil administratif, Épicerie Sociale et Solidaire, Activités diverses, Domiciliation, Distribution de repas
<https://soliguide.fr/fr/fiche/28846>

2. ESC Sainte-Valérie - Cahors

216 Avenue du Corps Franc Pommiès et du 49ème RI,
46000 Cahors

Horaires temporaires: du 10/08/2026 au 14/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 14h à 18h

Mardi: 14h à 17h

Mercredi: 14h à 18h

Jeudi: 14h à 17h

Vendredi: 14h à 18h

Fermeture temporaire: du 20/07/2026 au 24/07/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 17h

Mercredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Jeudi: 9h à 12h - 14h à 17h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Une petite participation est demandée pour certains ateliers, la plupart sont gratuits

Lieu non climatisé

05 65 20 00 43

esc-saintevalerie@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif,

Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33706>

3. ESC Terre-Rouge - Cahors

105 Rue Camille Desmoulins, 46000 Cahors

Fermeture temporaire: du 10/08/2026 au 21/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 18h

Mercredi au vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Pour certains ateliers, une petite participation financière est demandée. La plupart sont gratuits.

Lieu non climatisé

05 65 53 13 95

esc-terrerouge@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33699>

4. LA RENCONTRE Café associatif - Tiers lieu

44 Rue Saint-André, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Vendredi: 13h30 à 17h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: 07 81 78 88 91

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Autres précisions: participation libre

La Rencontre: 07 81 78 88 91

Inscription aide alimentaire: 06 51 71 81 54

ajef46@orange.fr

Les services: Boutique solidaire, Panier alimentaire, Conseil administratif, Cours de français, Soutien scolaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33864>

5. Association pour l'Habitat de Jeunes en Quercy

129 Rue Fondue Haute, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au jeudi: 9h à 12h - 14h à 22h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 20h30

Accueil exclusif: personnes âgées de 16 à 25 ans.

Autre information importante: Jusqu'à 30 ans avec RQTH, accueil des étudiants, jeunes en apprentissage, en stage et formation professionnel.

Tous les jeunes en contrat précaire (CDD, intérim, service civique...) et les jeunes demandeurs d'emploi avec ressources.

La configuration des logements s'adresse à des personnes seules sans animaux.

Sur inscription: Par internet ou par téléphone

05 65 35 29 32

afjq46@yahoo.fr

Les services: Hébergement à long terme, Wifi, Laverie, Cuisine partagée, Activités diverses, Atelier cuisine, Conseil administratif, Conseil logement, Conseil budget, Accompagnement à l'emploi

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33592>

6. ESC de la Croix-de-Fer - Cahors

474 Av. Maryse Bastié, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 27/07/2026 au 07/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au vendredi: 14h à 18h

Fermeture temporaire: du 17/08/2026 au 28/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 18h

Mercredi au vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Pour certains ateliers, une petite participation financière est demandée. La plupart sont gratuits.

Lieu non climatisé

05 65 22 26 06

esc-croixdefer@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33704>

7. Maison des solidarités (MSD) de Cahors

127 Quai Eugène Cavaignac, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au vendredi: 8h45 à 12h - 13h30 à 17h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous

Accueil: 05 65 53 50 00

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement social, Conseil administratif, Conseil budget, Conseil logement, Soutien à la parentalité, Conseil handicap, Bon / chèque alimentaire, Financement de la mobilité, Atelier numérique

<https://soliguide.fr/fr/fiche/65834>



Conseil budget

1. Association pour l'Habitat de Jeunes en Quercy

129 Rue Fondue Haute, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au jeudi: 9h à 12h - 14h à 22h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 20h30

Accueil exclusif: personnes âgées de 16 à 25 ans.

Autre information importante : Jusqu'à 30 ans avec RQTH, accueil des étudiants, jeunes en apprentissage, en stage et formation professionnel.

Tous les jeunes en contrat précaire (CDD, intérim, service civique...) et les jeunes demandeurs d'emploi avec ressources.

La configuration des logements s'adresse à des personnes seules sans animaux.

Sur inscription: Par internet ou par téléphone

05 65 35 29 32

afjq46@yahoo.fr

Les services: Hébergement à long terme, Wifi, Laverie, Cuisine partagée, Activités diverses, Atelier cuisine, Conseil administratif, Conseil logement, Conseil budget, Accompagnement à l'emploi

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33592>

2. Maison des solidarités (MSD) de Cahors

127 Quai Eugène Cavaignac, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au vendredi: 8h45 à 12h - 13h30 à 17h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Vous pouvez prendre rendez-vous avec un travailleur social par téléphone ou sur place auprès de

l'agent d'accueil

Accueil: 05 65 53 50 00

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement social, Conseil administratif, Conseil budget, Conseil logement, Soutien à la parentalité, Conseil handicap, Bon / chèque alimentaire, Financement de la mobilité, Atelier numérique

<https://soliguide.fr/fr/fiche/65834>



Conseil handicap

1. Maison des solidarités (MSD) de Cahors

127 Quai Eugène Cavaignac, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au vendredi: 8h45 à 12h - 13h30 à 17h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous

Accueil: 05 65 53 50 00

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement social, Conseil administratif, Conseil budget, Conseil logement, Soutien à la parentalité, Conseil handicap, Bon / chèque alimentaire, Financement de la mobilité, Atelier numérique

<https://soliguide.fr/fr/fiche/65834>



Conseil logement

1. CAARUD 46 - Cahors

377 Av. du 7ème Ri, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au jeudi: 9h à 17h

Vendredi: 9h à 16h30

Accueil exclusif: en situation d'addiction.

Autres précisions: Vous pouvez venir directement au CAARUD le lundi, jeudi, vendredi. Le local est fermé le mardi et mercredi mais vous pouvez joindre le CAARUD par téléphone aux horaires d'ouverture indiqués.

Accueil CAARUD et CSAPA: 05 65 53 67 54

*Natacha Rol (si l'accueil ne répond pas): 06 74 23 94 07
accueil-csapacahors@ceiis.fr*

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement à l'emploi, Conseil logement, Addictions: Prévention et matériel, Santé sexuelle: Information et prévention, Panier alimentaire, Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33669>

2. Association pour l'Habitat de Jeunes en Quercy

129 Rue Fondue Haute, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au jeudi: 9h à 12h - 14h à 22h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 20h30

Accueil exclusif: personnes âgées de 16 à 25 ans.

Autre information importante : Jusqu'à 30 ans avec RQTH, accueil des étudiants, jeunes en apprentissage, en stage et formation professionnel.

Tous les jeunes en contrat précaire (CDD, intérim, service

civique...) et les jeunes demandeurs d'emploi avec ressources.

La configuration des logements s'adresse à des personnes seules sans animaux.

Sur inscription: Par internet ou par téléphone

05 65 35 29 32

afjq46@yahoo.fr

Les services: Hébergement à long terme, Wifi, Laverie, Cuisine partagée, Activités diverses, Atelier cuisine, Conseil administratif, Conseil logement, Conseil budget, Accompagnement à l'emploi

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33592>

3. Maison des solidarités (MSD) de Cahors

127 Quai Eugène Cavaignac, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au vendredi: 8h45 à 12h - 13h30 à 17h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous

Accueil: 05 65 53 50 00

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement social, Conseil administratif, Conseil budget, Conseil logement, Soutien à la parentalité, Conseil handicap, Bon / chèque alimentaire, Financement de la mobilité, Atelier numérique

<https://soliguide.fr/fr/fiche/65834>



Cours de français

1. Restos du Coeur - Centre d'activités de Cahors

759 Chemin de Belle Croix, 46000 Cahors

Mardi au jeudi: 10h à 12h

Accueil inconditionnel

06 76 24 77 59

ad46.cahorscentre@restosducoeur.org

Les services: Panier alimentaire, Soutien scolaire, Cours de français, Ordinateur

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28966>

2. Les Restos du Cœur du Lot - siège

75 Rte du Mont Saint-Cyr, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 03/08/2026 au 23/08/2026

**Fermeture temporaire: du 03/08/2026 au 23/08/2026
vacances d'été**

Lundi au mardi: 8h30 à 12h30 - 13h à 17h

Mercredi: 8h30 à 12h30

Jeudi: 8h30 à 12h30 - 13h à 17h

Vendredi: 8h30 à 12h30 - 13h à 16h

Accueil inconditionnel

05 65 35 22 20

ad46.siege@restosducoeur.org

Les services: Panier alimentaire, Accompagnement à l'emploi, Soutien scolaire, Cours de français, Ordinateur, Activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28963>

3. ESC Sainte-Valérie - Cahors

216 Avenue du Corps Franc Pommiers et du 49ème RI, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 10/08/2026 au 14/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 14h à 18h

Mardi: 14h à 17h

Mercredi: 14h à 18h

Jeudi: 14h à 17h

Vendredi: 14h à 18h

Fermeture temporaire: du 20/07/2026 au 24/07/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 17h

Mercredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Jeudi: 9h à 12h - 14h à 17h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Une petite participation est demandée pour certains ateliers, la plupart sont gratuits

Lieu non climatisé

05 65 20 00 43

esc-saintevalerie@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33706>

4. ESC Terre-Rouge - Cahors

105 Rue Camille Desmoulins, 46000 Cahors

Fermeture temporaire: du 10/08/2026 au 21/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 18h

Mercredi au vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Pour certains ateliers, une petite participation financière est demandée. La plupart sont gratuits.

Lieu non climatisé

05 65 53 13 95

esc-terrerrouge@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33699>

5. LA RENCONTRE Café associatif - Tiers lieu

44 Rue Saint-André, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Mardi au mercredi: 14h30 à 17h

Jeudi: 9h30 à 12h - 14h30 à 17h

Vendredi au samedi: 14h30 à 17h

Accueil inconditionnel

Sur inscription: 07 81 78 88 91

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Autres précisions: participation libre

La Rencontre: 07 81 78 88 91

Inscription aide alimentaire: 06 51 71 81 54

ajef46@orange.fr

Les services: Boutique solidaire, Panier alimentaire, Conseil administratif, Cours de français, Soutien scolaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33864>

6. ESC de la Croix-de-Fer - Cahors

474 Av. Maryse Bastié, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 27/07/2026 au 07/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au vendredi: 14h à 18h

Fermeture temporaire: du 17/08/2026 au 28/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 18h

Mercredi au vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Pour certains ateliers, une petite participation financière est demandée. La plupart sont gratuits.

Lieu non climatisé

05 65 22 26 06

esc-croixdefer@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33704>



Cuisine partagée

1. Association pour l'Habitat de Jeunes en Quercy

129 Rue Fondue Haute, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au jeudi: 9h à 12h - 14h à 22h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 20h30

Accueil exclusif: personnes âgées de 16 à 25 ans.

Autre information importante : Jusqu'à 30 ans avec RQTH, accueil des étudiants, jeunes en apprentissage, en stage et formation professionnel.

Tous les jeunes en contrat précaire (CDD, intérim, service civique...) et les jeunes demandeurs d'emploi avec ressources.

La configuration des logements s'adresse à des personnes seules sans animaux.

Sur inscription: Par internet ou par téléphone

05 65 35 29 32

afjq46@yahoo.fr

Les services: Hébergement à long terme, Wifi, Laverie, Cuisine partagée, Activités diverses, Atelier cuisine, Conseil administratif, Conseil logement, Conseil budget, Accompagnement à l'emploi

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33592>



Distribution de repas

1. Accueil de jour - AHLIS 46

53 Impasse du Pal, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 25/11/2025 au 25/10/2028

horaires définitifs

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Lundi au vendredi: 8h à 10h30

Accueil inconditionnel

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 65 35 74 65

chrs@ahlis46.org

Les services: Accueil de jour, Douche, Toiletttes, Bagagerie, Laverie, Distribution de repas, Téléphone, Prise, Activités diverses, Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/14073>

2. Accueil de jour - AHLIS 46

53 Impasse du Pal, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 25/11/2025 au 25/10/2028

horaires définitifs

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Lundi au vendredi: 12h à 13h

Accueil inconditionnel

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 65 35 74 65

chrs@ahlis46.org

Les services: Accueil de jour, Douche, Toiletttes, Bagagerie, Laverie, Distribution de repas, Téléphone, Prise, Activités diverses, Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/14073>

3. CCAS de Cahors

118 Rue Président Wilson (Espace Caviolle), 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 8h45 à 12h - 13h30 à 16h

Mardi au jeudi: 8h45 à 12h

Vendredi: 8h45 à 12h - 13h30 à 16h

Accueil inconditionnel adapté aux personnes isolées.

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Lieu non climatisé

05 65 53 30 40

Numéro vert gratuit depuis un poste fixe: 0 800 46 46 40

accueil@ccas.mairie-cahors.fr

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement social, Conseil administratif, Épicerie Sociale et Solidaire, Activités diverses, Domiciliation, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28846>

4. ESC Sainte-Valérie - Cahors

216 Avenue du Corps Franc Pommiès et du 49ème RI, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 10/08/2026 au 14/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 14h à 18h

Mardi: 14h à 17h

Mercredi: 14h à 18h

Jeudi: 14h à 17h

Vendredi: 14h à 18h

Fermeture temporaire: du 20/07/2026 au 24/07/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 17h

Mercredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Jeudi: 9h à 12h - 14h à 17h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Une petite participation est demandée pour certains ateliers, la plupart sont gratuits

Lieu non climatisé

05 65 20 00 43

esc-saintevalerie@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33706>

5. ESC Terre-Rouge - Cahors

105 Rue Camille Desmoulins, 46000 Cahors

Fermeture temporaire: du 10/08/2026 au 21/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 18h

Mercredi au vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Pour certains ateliers, une petite participation financière est demandée. La plupart sont gratuits.

Lieu non climatisé

05 65 53 13 95

esc-terrerrouge@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33699>

6. ESC de la Croix-de-Fer - Cahors

474 Av. Maryse Bastié, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 27/07/2026 au 07/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au vendredi: 14h à 18h

Fermeture temporaire: du 17/08/2026 au 28/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 18h

Mercredi au vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Pour certains ateliers, une petite participation financière est demandée. La plupart sont gratuits.

Lieu non climatisé

05 65 22 26 06

esc-croixdefer@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33704>

7. Le Mesclun - Cantine Solidaire

Rue Nationale (n°354), 46000 Cahors

Fermeture temporaire: du 11/07/2026 au 04/09/2026

Pause des bénévoles engagés

Vendredi: 12h à 14h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Adhésion à l'association à partir d'1€

Prix du repas libre et en conscience

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Autres précisions: Réservation conseillée

Réservations: 06 86 90 99 70

pierresdespoir@gmail.com

Les services: Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/52923>



Domiciliation

1. CCAS de Cahors

118 Rue Président Wilson (Espace Caviolle), 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au vendredi: 9h à 12h

Accueil inconditionnel

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Lieu non climatisé

05 65 53 30 40

Numéro vert gratuit depuis un poste fixe: 0 800 46 46 40

accueil@ccas.mairie-cahors.fr

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement social, Conseil administratif, Épicerie Sociale et Solidaire, Activités diverses, Domiciliation, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28846>



Douche

1. Accueil de jour - AHLIS 46

53 Impasse du Pal, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 25/11/2025 au 25/10/2028

horaires définitifs

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Accueil inconditionnel

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 65 35 74 65

chrs@ahlis46.org

Les services: Accueil de jour, Douche, Toilettes, Bagagerie, Laverie, Distribution de repas, Téléphone, Prise, Activités diverses, Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/14073>



Financement de la mobilité

1. Maison des solidarités (MSD) de Cahors

127 Quai Eugène Cavaignac, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au vendredi: 8h45 à 12h - 13h30 à 17h

Accueil inconditionnel adapté aux .

Autre information importante : Pour les personnes bénéficiaires du RSA

Sur inscription

Autres précisions: Pièces à fournir : • carte d'identité • pour les demandeurs d'emploi : historique de situation Pôle Emploi mentionnant votre catégorie et attestation du dernier paiement datant de moins d'un mois • pour les bénéficiaires du RSA: notification d'ouverture de droits au titre du RSA et dernier avis de paiement datant de moins de trois mois. • 2 photos d'identité

Accueil: 05 65 53 50 00

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement social, Conseil administratif, Conseil budget, Conseil logement, Soutien à la parentalité, Conseil handicap, Bon / chèque alimentaire, Financement de la mobilité, Atelier numérique
<https://soliguide.fr/fr/fiche/65834>



Hébergement à long terme

1. Association pour l'Habitat de Jeunes en Quercy

129 Rue Fondue Haute, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au jeudi: 9h à 12h - 14h à 22h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 20h30

Accueil exclusif: personnes âgées de 16 à 25 ans.

Autre information importante : Jusqu'à 30 ans avec RQTH, accueil des étudiants, jeunes en apprentissage, en stage et formation professionnel.

Tous les jeunes en contrat précaire (CDD, intérim, service civique...) et les jeunes demandeurs d'emploi avec ressources.

La configuration des logements s'adresse à des personnes seules sans animaux.

Sur inscription: Par internet ou par téléphone

05 65 35 29 32

afjq46@yahoo.fr

Les services: Hébergement à long terme, Wifi, Laverie, Cuisine partagée, Activités diverses, Atelier cuisine, Conseil administratif, Conseil logement, Conseil budget, Accompagnement à l'emploi
<https://soliguide.fr/fr/fiche/33592>



Laverie

1. Accueil de jour - AHLIS 46

53 Impasse du Pal, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 25/11/2025 au 25/10/2028

horaires définitifs

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Accueil inconditionnel

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 65 35 74 65

chrs@ahlis46.org

Les services: Accueil de jour, Douche, Toilettes, Bagagerie, Laverie, Distribution de repas, Téléphone, Prise, Activités diverses, Accompagnement social
<https://soliguide.fr/fr/fiche/14073>

2. Association pour l'Habitat de Jeunes en Quercy

129 Rue Fondue Haute, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au jeudi: 9h à 12h - 14h à 22h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 20h30

Accueil exclusif: personnes âgées de 16 à 25 ans.

Autre information importante : Jusqu'à 30 ans avec RQTH, accueil des étudiants, jeunes en apprentissage, en stage et formation professionnel.

Tous les jeunes en contrat précaire (CDD, intérim, service civique...) et les jeunes demandeurs d'emploi avec ressources.

La configuration des logements s'adresse à des personnes seules sans animaux.

Sur inscription

Participation financière requise: 3 € le jeton ou 5€ les 2 jetons pour la machine à laver.

2€ le sèche linge.

05 65 35 29 32

afjq46@yahoo.fr

Les services: Hébergement à long terme, Wifi, Laverie, Cuisine partagée, Activités diverses, Atelier cuisine, Conseil administratif, Conseil logement, Conseil budget, Accompagnement à l'emploi
<https://soliguide.fr/fr/fiche/33592>



Ordinateur

1. Restos du Cœur - Centre d'activités de Cahors

759 Chemin de Belle Croix, 46000 Cahors

Mardi au jeudi: 10h à 12h

Accueil inconditionnel

06 76 24 77 59

ad46.cahorscentre@restosducoeur.org

Les services: Panier alimentaire, Soutien scolaire, Cours de français, Ordinateur

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28966>

2. Les Restos du Cœur du Lot - siège

75 Rte du Mont Saint-Cyr, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 03/08/2026 au 23/08/2026

Fermeture temporaire: du 03/08/2026 au 23/08/2026
vacances d'été

Lundi au mardi: 8h30 à 12h30 - 13h à 17h

Mercredi: 8h30 à 12h30

Jeudi: 8h30 à 12h30 - 13h à 17h

Vendredi: 8h30 à 12h30 - 13h à 16h

Accueil inconditionnel

05 65 35 22 20

ad46.siege@restosducoeur.org

Les services: Panier alimentaire, Accompagnement à l'emploi, Soutien scolaire, Cours de français, Ordinateur, Activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28963>



Panier alimentaire

1. Restos du Cœur - Centre d'activités de Cahors

759 Chemin de Belle Croix, 46000 Cahors

Mardi au jeudi: 10h à 12h

Accueil inconditionnel

06 76 24 77 59

ad46.cahorscentre@restosducoeur.org

Les services: Panier alimentaire, Soutien scolaire, Cours de français, Ordinateur

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28966>

2. Les Restos du Cœur du Lot - siège

75 Rte du Mont Saint-Cyr, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 03/08/2026 au 23/08/2026

Fermeture temporaire: du 03/08/2026 au 23/08/2026
vacances d'été

Lundi au mardi: 8h30 à 12h30 - 13h à 17h

Mercredi: 8h30 à 12h30

Jeudi: 8h30 à 12h30 - 13h à 17h

Vendredi: 8h30 à 12h30 - 13h à 16h

Accueil inconditionnel

05 65 35 22 20

ad46.siege@restosducoeur.org

Les services: Panier alimentaire, Accompagnement à l'emploi, Soutien scolaire, Cours de français, Ordinateur, Activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28963>

3. Restos du Cœur - Centre Itinérant de Cahors

75 Rte du Mont Saint-Cyr, 46000 Cahors

Accueil inconditionnel

Sur inscription

06 78 19 83 80

ad46.itinerant@restosducoeur.org

Les services: Point d'information et d'orientation, Panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/31751>

4. Mains tendues - Cahors

28 Chem. du Presbytère, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Mardi: 14h à 17h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous

06 69 72 91 32

mainstendues46@gmail.com

Les services: Point d'information et d'orientation, Panier alimentaire, Accompagnement à l'emploi, Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33711>

5. Mains tendues - Cahors

28 Chem. du Presbytère, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Mardi: 14h à 17h

Accueil exclusif: personnes isolées.

Sur rendez-vous: Chaque personne ont un horaire défini, veuillez réserver votre créneau en contactant la structure.

Animaux acceptés

06 69 72 91 32

mainstendues46@gmail.com

Les services: Point d'information et d'orientation, Panier alimentaire, Accompagnement à l'emploi, Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33711>

6. LA RENCONTRE Café associatif - Tiers lieu

44 Rue Saint-André, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Jeudi: 9h30 à 12h

Accueil inconditionnel

Sur inscription: Inscription au 06.51.71.81.54

Participation financière requise: 3 euros par personne (dégressif)

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Autres précisions: sous condition de revenu

La Rencontre: 07 81 78 88 91

Inscription aide alimentaire: 06 51 71 81 54

ajef46@orange.fr

Les services: Boutique solidaire, Panier alimentaire, Conseil administratif, Cours de français, Soutien scolaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33864>

7. CAARUD 46 - Cahors

377 Av. du 7ème Ri, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au jeudi: 9h à 17h

Vendredi: 9h à 16h30

Accueil exclusif: en situation d'addiction.

Autres précisions: Vous pouvez venir directement au CAARUD le lundi, jeudi, vendredi. Le local est fermé le mardi et mercredi mais vous pouvez joindre le CAARUD par téléphone aux horaires d'ouverture indiqués.

Accueil CAARUD et CSAPA: 05 65 53 67 54

Natacha Rol (si l'accueil ne répond pas): 06 74 23 94 07
accueil-csapacahors@ceiis.fr

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement à l'emploi, Conseil logement,

Addictions: Prévention et matériel, Santé sexuelle: Information et prévention, Panier alimentaire, Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33669>

8. Antenne Secours populaire - Cahors

198 Chemin Ludo Rollès, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 20/07/2026 au 07/08/2026

Lundi au vendredi: 14h à 16h40

Lundi: 14h à 16h40

Mardi au vendredi: 9h30 à 12h - 14h à 16h40

Accueil inconditionnel

05 65 22 20 25

Les services: Panier alimentaire, Boutique solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/48758>



Point d'information et d'orientation

1. CCAS de Cahors

118 Rue Président Wilson (Espace Caviolle), 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 8h45 à 12h - 13h30 à 16h

Jeudi: 8h45 à 12h

Accueil inconditionnel

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Lieu non climatisé

05 65 53 30 40

Numéro vert gratuit depuis un poste fixe: 0 800 46 46 40
accueil@ccas.mairie-cahors.fr

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement social, Conseil administratif,

Épicerie Sociale et Solidaire, Activités diverses, Domiciliation, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28846>

2. Restos du Cœur - Centre Itinérant de Cahors

75 Rte du Mont Saint-Cyr, 46000 Cahors

Accueil inconditionnel

Sur inscription

06 78 19 83 80

ad46.itinerant@restosducoeur.org

Les services: Point d'information et d'orientation, Panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/31751>

3. Restos du Cœur - Centre Itinérant de Cahors

75 Rte du Mont Saint-Cyr, 46000 Cahors

Accueil inconditionnel

Sur inscription

06 78 19 83 80

ad46.itinerant@restosducoeur.org

Les services: Point d'information et d'orientation, Panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/31751>

4. Mains tendues - Cahors

28 Chem. du Presbytère, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Mardi: 14h à 17h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Chaque personne ont un horaire défini, veuillez réserver votre créneau en contactant la structure.

Animaux acceptés

06 69 72 91 32

mainstendues46@gmail.com

Les services: Point d'information et d'orientation,
Panier alimentaire, Accompagnement à l'emploi,
Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33711>

5. CAARUD 46 - Cahors

377 Av. du 7ème Ri, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h

Jeudi: 9h à 17h

Vendredi: 9h à 16h30

Accueil exclusif: en situation d'addiction.

Accueil CAARUD et CSAPA: 05 65 53 67 54

Natacha Rol (si l'accueil ne répond pas): 06 74 23 94 07

accueil-csapacahors@ceiis.fr

Les services: Point d'information et d'orientation,
Accompagnement à l'emploi, Conseil logement,
Addictions: Prévention et matériel, Santé sexuelle:
Information et prévention, Panier alimentaire,
Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33669>

6. Maison des solidarités (MSD) de Cahors

127 Quai Eugène Cavaignac, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au vendredi: 8h45 à 12h - 13h30 à 17h

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Accueil: 05 65 53 50 00

Les services: Point d'information et d'orientation,
Accompagnement social, Conseil administratif, Conseil
budget, Conseil logement, Soutien à la parentalité,
Conseil handicap, Bon / chèque alimentaire,

Financement de la mobilité, Atelier numérique

<https://soliguide.fr/fr/fiche/65834>



Prise

1. Accueil de jour - AHLIS 46

53 Impasse du Pal, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 25/11/2025 au 25/10/2028

horaires définitifs

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Accueil inconditionnel

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 65 35 74 65

chrs@ahlis46.org

Les services: Accueil de jour, Douche, Toilettes,
Bagagerie, Laverie, Distribution de repas, Téléphone,
Prise, Activités diverses, Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/14073>



Santé sexuelle: Information et prévention

1. CAARUD 46 - Cahors

377 Av. du 7ème Ri, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au jeudi: 9h à 17h

Vendredi: 9h à 16h30

Accueil exclusif: en situation d'addiction.

*Autres précisions: Vous pouvez venir directement au
CAARUD le lundi, jeudi, vendredi. Le local est fermé le
mardi et mercredi mais vous pouvez joindre le CAARUD
par téléphone aux horaires d'ouverture indiqués.*

Accueil CAARUD et CSAPA: 05 65 53 67 54

Natacha Rol (si l'accueil ne répond pas): 06 74 23 94 07
accueil-csapacahors@ceiis.fr

Les services: Point d'information et d'orientation,
Accompagnement à l'emploi, Conseil logement,
Addictions: Prévention et matériel, Santé sexuelle:
Information et prévention, Panier alimentaire,
Accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33669>



Soutien scolaire

1. Restos du Coeur - Centre d'activités de Cahors

759 Chemin de Belle Croix, 46000 Cahors

Mardi au jeudi: 10h à 12h

Accueil inconditionnel

06 76 24 77 59

ad46.cahorscentre@restosducoeur.org

Les services: Panier alimentaire, Soutien scolaire,
Cours de français, Ordinateur

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28966>

2. Les Restos du Cœur du Lot - siège

75 Rte du Mont Saint-Cyr, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 03/08/2026 au 23/08/2026

Fermeture temporaire: du 03/08/2026 au 23/08/2026
vacances d'été

Lundi au mardi: 8h30 à 12h30 - 13h à 17h

Mercredi: 8h30 à 12h30

Jeudi: 8h30 à 12h30 - 13h à 17h

Vendredi: 8h30 à 12h30 - 13h à 16h

Accueil inconditionnel

05 65 35 22 20

ad46.siege@restosducoeur.org

Les services: Panier alimentaire, Accompagnement à l'emploi, Soutien scolaire, Cours de français, Ordinateur, Activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28963>

3. ESC Sainte-Valérie - Cahors

216 Avenue du Corps Franc Pommiès et du 49ème RI,
46000 Cahors

Horaires temporaires: du 10/08/2026 au 14/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 14h à 18h

Mardi: 14h à 17h

Mercredi: 14h à 18h

Jeudi: 14h à 17h

Vendredi: 14h à 18h

Fermeture temporaire: du 20/07/2026 au 24/07/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 17h

Mercredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Jeudi: 9h à 12h - 14h à 17h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Une petite participation est demandée pour certains ateliers, la plupart sont gratuits

Lieu non climatisé

05 65 20 00 43

esc-saintevalerie@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33706>

4. ESC Terre-Rouge - Cahors

105 Rue Camille Desmoulins, 46000 Cahors

Fermeture temporaire: du 10/08/2026 au 21/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 14h à 18h

Mercredi au vendredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Pour certains ateliers, une petite participation financière est demandée. La plupart sont gratuits.

Lieu non climatisé

05 65 53 13 95

esc-terrerouge@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33699>

5. LA RENCONTRE Café associatif - Tiers lieu

44 Rue Saint-André, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Mercredi: 13h30 à 17h

Accueil inconditionnel

Sur inscription: 07 81 78 88 91

La Rencontre: 07 81 78 88 91

Inscription aide alimentaire: 06 51 71 81 54

ajef46@orange.fr

Les services: Boutique solidaire, Panier alimentaire, Conseil administratif, Cours de français, Soutien scolaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33864>

6. ESC de la Croix-de-Fer - Cahors

474 Av. Maryse Bastié, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 27/07/2026 au 07/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au vendredi: 14h à 18h

Fermeture temporaire: du 17/08/2026 au 28/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Mardi: 17h à 19h

Jeudi: 17h à 19h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Pour certains ateliers, une petite participation financière est demandée. La plupart sont gratuits.

Lieu non climatisé

05 65 22 26 06

esc-croixdefer@mairie-cahors.fr

Les services: Soutien scolaire, Activités diverses, Activités sportives, Cours de français, Accompagnement à l'emploi, Conseil administratif, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33704>



Soutien à la parentalité

1. Maison des solidarités (MSD) de Cahors

127 Quai Eugène Cavaignac, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au vendredi: 8h45 à 12h - 13h30 à 17h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous

Accueil: 05 65 53 50 00

Les services: Point d'information et d'orientation, Accompagnement social, Conseil administratif, Conseil budget, Conseil logement, Soutien à la parentalité, Conseil handicap, Bon / chèque alimentaire, Financement de la mobilité, Atelier numérique
<https://soliguide.fr/fr/fiche/65834>



Toilettes

1. Accueil de jour - AHLIS 46

53 Impasse du Pal, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 25/11/2025 au 25/10/2028

horaires définitifs

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Accueil inconditionnel

Animaux acceptés



Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 65 35 74 65

chrs@ahlis46.org

Les services: Accueil de jour, Douche, Toilettes, Bagagerie, Laverie, Distribution de repas, Téléphone, Prise, Activités diverses, Accompagnement social
<https://soliguide.fr/fr/fiche/14073>



Téléphone

1. Accueil de jour - AHLIS 46

53 Impasse du Pal, 46000 Cahors

Horaires temporaires: du 25/11/2025 au 25/10/2028

horaires définitifs

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 17h30

Mardi: 9h à 13h30

Mercredi au vendredi: 9h à 17h30

Accueil inconditionnel

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 65 35 74 65

chrs@ahlis46.org

Les services: Accueil de jour, Douche, Toilettes, Bagagerie, Laverie, Distribution de repas, Téléphone, Prise, Activités diverses, Accompagnement social
<https://soliguide.fr/fr/fiche/14073>



Wifi

1. Association pour l'Habitat de Jeunes en Quercy

129 Rue Fondue Haute, 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi au jeudi: 9h à 12h - 14h à 22h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 20h30

Accueil exclusif: personnes âgées de 16 à 25 ans.

Autre information importante : Jusqu'à 30 ans avec RQTH, accueil des étudiants, jeunes en apprentissage, en stage et formation professionnel.

Tous les jeunes en contrat précaire (CDD, intérim, service civique...) et les jeunes demandeurs d'emploi avec ressources.

La configuration des logements s'adresse à des personnes seules sans animaux.

Sur inscription: Par internet ou par téléphone

05 65 35 29 32

afjq46@yahoo.fr

Les services: Hébergement à long terme, Wifi, Laverie, Cuisine partagée, Activités diverses, Atelier cuisine, Conseil administratif, Conseil logement, Conseil budget, Accompagnement à l'emploi
<https://soliguide.fr/fr/fiche/33592>



Épicerie Sociale et Solidaire

1. Épicerie Sésame - Réseau Andes

Fermeture temporaire: du 10/08/2026 au 22/08/2026

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 9h à 12h - 13h à 17h

Mercredi: 8h30 à 12h

Jeudi: 9h à 16h30

Vendredi: 9h à 12h

Accueil exclusif: en situation régulière.

Sur rendez-vous: Une fois votre inscription faite, il faut prendre rendez-vous pour venir faire ses courses (accès sans rdv le vendredi matin)

Sur inscription: Pour bénéficier de l'accès à l'épicerie Sésame, il faut : • Justifier d'une adresse à Cahors • Avoir un projet personnel ou un objectif défini, • Être en difficulté financière pour mettre en œuvre ce projet

Sur orientation uniquement: d'un travailleur social (CCAS, Service social du département...)

Participation financière requise: Entre 10 et 30% du prix du marché.

09 75 75 84 36

06 80 45 34 97

Les services: Épicerie Sociale et Solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28559>

2. CCAS de Cahors

118 Rue Président Wilson (Espace Caviolle), 46000 Cahors

Attention, fermé les jours fériés

Lundi: 8h45 à 12h - 13h30 à 16h

Mardi au jeudi: 8h45 à 12h

Vendredi: 8h45 à 12h - 13h30 à 16h

Accueil inconditionnel

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Lieu non climatisé

05 65 53 30 40

Numéro vert gratuit depuis un poste fixe: 0 800 46 46 40

accueil@ccas.mairie-cahors.fr

Les services: Point d'information et d'orientation,

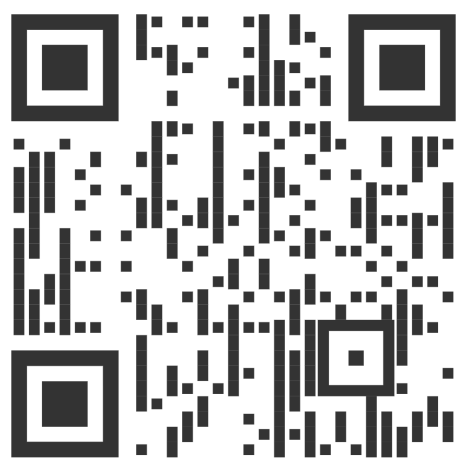
Accompagnement social, Conseil administratif,

Épicerie Sociale et Solidaire, Activités diverses,

Domiciliation, Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28846>

**Nous vous invitons à vérifier les
informations directement sur Soliguide.fr**



Flashez moi !