



Structures d'urgence sociale (aide alimentaire et accueil de jour)

Haute-Garonne

hiver 2025

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: 03/12/2025

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

Aspet

1. CCAS d'Aspet

14 Place de la République, 31160 Aspet

Fermeture temporaire: le 26/12/2025

Fermeture exceptionnelle les vendredi 26/12/2025 et 02/01/2026

Fermeture temporaire: le 02/01/2026

Fermeture exceptionnelle les vendredi 26/12/2025 et 02/01/2026

Lundi: 9h à 12h

Mardi: 9h à 11h30



Mercredi au vendredi: 9h à 12h

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Autres précisions: /!\ RDV selon la demande

05 61 88 40 22

mairie@mairie-aspet31.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, conseil logement, conseil budget, domiciliation, conseil aux parents, bon / chèque alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28463>

Aucamville

1. CCAS d'Aucamville

3 Rue des Écoles, 31140 Aucamville

Lundi au mardi: 8h30 à 12h - 13h30 à 16h30

Mercredi: 8h30 à 12h

Jeudi au vendredi: 8h30 à 12h - 13h30 à 16h30

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Prendre rdv par téléphone

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 34 27 03 58

ccas@ville-aucamville.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, domiciliation, conseil logement, conseil budget, bon / chèque alimentaire, cours de français, transport avec chauffeur, distribution de repas, activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/34485>

Aurignac

1. Permanence Centre Intercommunal d'Action

Sociale (CIAS) - Aurignac

Saint-Joseph, 31420 Aurignac

Mardi: 8h30 à 11h30

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 61 98 73 40

Numéro du siège: 05 62 00 96 20

Les services: Accompagnement social, domiciliation, conseil logement, conseil administratif, conseil budget, bon / chèque alimentaire, conseil handicap

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33251>

Aussonne

1. CCAS d'Aussonne

200 Rte de Merville (Le lien social), 31840 Aussonne

Lundi au jeudi: 9h à 12h - 14h à 17h

Vendredi: 9h à 12h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: En se déplaçant directement ou par téléphone

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 62 13 47 28

ccas@aussonne.fr

Les services: Accompagnement social, conseil budget, conseil logement, conseil handicap, domiciliation, accompagnement à l'emploi, conseil aux parents, transport avec chauffeur, activités diverses, distribution de repas, épicerie sociale et solidaire, jardin solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27623>

Auterive

1. Secours Catholique Ariège-Garonne - Auterive

18 Rue Gambetta, 31190 Auterive

Mardi: 14h à 18h

Accueil inconditionnel

06 47 21 72 00

ariegegaronne@secours-catholique.org

Les services: Vêtements

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26693>

Avignonet-Lauragais

1. CCAS d'Avignonet-Lauragais

1 Pl. de la République (Dans la Mairie), 31290

Avignonet-Lauragais

Fermeture temporaire: le 26/12/2025

Fermeture temporaire: le 02/01/2026

Lundi au vendredi: 9h à 12h - 14h à 17h

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Autres précisions: Possibilité de s'y rendre sans RDV mais

dépend si une personne est présente pour vous

recevoir Possibilité également sur RDV

05 61 81 63 67

mairie@avignonet-lauragais.fr

Les services: Point d'information et d'orientation, conseil administratif, conseil handicap, conseil logement, distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27625>

Ayguës

1. CCAS d'Ayguës

Pl. du Fort, 31450 Ayguës

Lundi au mardi: 14h à 18h

Mercredi: 9h à 12h

Jeudi au vendredi: 14h à 18h

Accueil inconditionnel adapté aux en situation régulière, personnes isolées, couples.

Autre information importante : Pour les personnes rattachées au territoire communal de Ayguës

Sur rendez-vous: prendre rdv par tel

07 86 57 05 63

ccas@ayguesvives.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, conseil logement, bon / chèque alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28182>

Balma

1. CCAS de Balma

4 All. de l'appel du 18 juin 1940, 31130 Balma

Lundi au vendredi: 8h30 à 17h

Accueil inconditionnel adapté aux en situation régulière.

Autre information importante : Pour les personnes rattachées au territoire communal Balma

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 62 80 49 09

ccas@mairie-balma.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, conseil logement, distribution de repas, conseil budget

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28185>

Beauzelle

1. CCAS de Beauzelle

19 Rue des Rossignols, 31700 Beauzelle

Lundi: 13h30 à 17h

Mardi au mercredi: 8h à 12h30 - 13h30 à 17h

Jeudi: 8h à 12h30 - 14h à 19h

Vendredi: 8h à 12h30 - 13h30 à 17h

Accueil inconditionnel adapté aux en situation régulière, personnes isolées, couples, en situation d'addiction, en situation de handicap, porteurs / porteuses du vih, lgbt+, sortants / sortantes de prison, personnes en situation de prostitution, victimes de violence.

Autre information importante : Pour les personnes rattachées au territoire communal de Beauzelle

Sur rendez-vous: Prise de RDV à l'accueil ou par téléphone

05 62 21 40 50

centre.social@mairie-beauzelle.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, conseil logement, distribution de repas, cours de français

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28187>

Bellegarde-Sainte-Marie

1. Le Village de François - Abbaye du Désert

35 Chemin de Saint-Bernard (Abbaye Sainte Marie du désert), 31530 Bellegarde-Sainte-Marie

Lundi au vendredi: 9h à 17h

Accueil inconditionnel

Sur inscription: Les personnes intéressées peuvent s'inscrire directement en ligne :

<https://extranet.levillagedefrancois.com/>

Participation financière requise: Une indemnité de logement (participation aux charges incluse -eau, électricité, chauffages, charges) d'environ 330€ est nécessaire, ainsi qu'un coût d'environ 70 € par mois pour les courses alimentaires.

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Contact et inscription: 06 22 39 92 51

contact@levillagedefrancois.com

Les services: Hébergement à long terme, panier alimentaire, insertion par l'activité économique, jardin solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/63659>

Bessières

1. CCAS/CIAS de Bessières

39 All. des Écoles, 31660 Bessières

Fermeture temporaire: du 29/12/2025 au 04/01/2026

Lundi au mercredi: 9h30 à 12h30 - 13h30 à 17h

Jeudi: 9h30 à 12h30

Vendredi: 9h30 à 12h30 - 13h30 à 16h30

Accueil inconditionnel adapté aux en situation régulière, personnes isolées, couples.

Autre information importante : Pour les personnes rattachées au territoire communal de Bessières

05 61 63 45 12

cias3@valaigo.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, conseil logement, conseil budget, bon / chèque alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28189>

Blagnac

1. Secours Catholique Ariège-Garonne - Blagnac

5 Imp. des Alouettes, 31700 Blagnac

Mercredi: 10h à 12h

Jeudi: 11h à 17h

Accueil inconditionnel

06 47 33 18 68

blagnac@secours-catholique.org

Les services: Accompagnement social, panier alimentaire, cours de français

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26817>

2. L'épicerie Solidaire d'Interem

Mardi: 15h30 à 18h

Mercredi: 9h30 à 12h30 - 13h30 à 18h

Jeudi: 13h30 à 18h

Vendredi: 9h30 à 13h

Accueil inconditionnel adapté aux en situation régulière.

Autre information importante : Sur critères sociaux

Sur rendez-vous: Pris par l'association, par téléphone

Sur inscription: Accès à l'épicerie sur inscription

Sur orientation uniquement: Orientation par le travailleur

social, puis rdv avec l'association par téléphone

Participation financière requise: L'épicerie vend les produits autour de 30% de leur valeur

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Autres précisions: Montage d'un dossier (évaluation sociale)

05 61 78 89 38

g.paris@interem.fr

Les services: Épicerie sociale et solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27809>

3. Le RAYON 31 de la CFA

21 Avenue Georges Brassens (En plein cœur du CFA juste à droite après l'entrée), 31700 Blagnac

Fermeture temporaire: du 19/12/2025 au 05/01/2026

Fermeture du CFA

Mardi au jeudi: 12h30 à 17h45

Accueil exclusif: en situation régulière, étudiants / étudiantes.

Autre information importante : L'épicerie est ouverte à tout.es les étudiant.es/apprenti.es du territoire mais sous conditions

de ressources via un calcul de reste à vivre. Pour y accéder il faut créer un dossier sur notre site

<https://ba31.lerayon.org/je-m-inscris/>

Sur rendez-vous: Prise de rdv via

<https://ba31.lerayon.org/je-m-inscris/>

Sur inscription: Inscription sur dossier via

<https://ba31.lerayon.org/je-m-inscris/>

Participation financière requise: C'est une épicerie sociale, les produits y sont 70 à 90 % moins cher qu'en supermarché.

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Responsable: 06 44 09 46 66

ba310.rayon.cfa@banquealimentaire.org

Les services: Épicerie sociale et solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/60401>

Bouloc

1. Le Trèfle à 4 feuilles

Samedi: 9h à 12h30

Accueil exclusif: en situation régulière.

Autre information importante : Personnes accompagnés par les services sociaux

Sur rendez-vous

Sur orientation uniquement: Les personnes doivent passer par le CCAS ou la maison des Solidarités de Bouloc

Participation financière requise: 2€ pour la première personne, 50 centimes par personne supplémentaire

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Accueil: 07 77 73 70 18

treffe.bouloc31@gmail.com

Les services: Panier alimentaire, épicerie sociale et solidaire

<https://soliguide.fr//fr/fiche/27050>

Boulogne-sur-Gesse

1. Permanence Centre Intercommunal d'Action Sociale (CIAS) - Boulogne sur Gesse

4 Bd Raymond Bergougnan (Maison des Services), 31350 Boulogne-sur-Gesse

Fermeture temporaire: du 26/12/2025 au 01/01/2026

Mercredi au jeudi: 9h à 12h - 13h30 à 16h30

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 61 94 74 40

Accueil siège: 05 62 00 96 20

l.germain@la5c.fr

Les services: Accompagnement social, domiciliation, conseil logement, conseil administratif, conseil budget, bon / chèque alimentaire, conseil handicap

<https://soliguide.fr//fr/fiche/33252>

Brax

1. CCAS de Brax

9 Rue de la Mairie (Mairie), 31490 Brax

Fermeture temporaire: le 26/12/2025

Fermeture temporaire: le 31/12/2025

Lundi au vendredi: 8h30 à 12h - 14h à 17h

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 62 13 06 70

accueil@mairie-brax.fr

Les services: Bon / chèque alimentaire, accompagnement social, domiciliation, conseil administratif, conseil handicap, conseil aux parents, conseil logement, conseil budget, accompagnement à l'emploi, distribution de repas, transport avec chauffeur

<https://soliguide.fr//fr/fiche/35668>

Bruguières

1. CCAS de Bruguières

Pl. de la République, 31150 Bruguières

Fermeture temporaire: le 26/12/2025

Fermeture exceptionnelle le 26/12/2025

Lundi au vendredi: 9h à 12h - 14h à 17h30

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 62 22 99 33

servicesocial@mairie-bruguieres.fr

Les services: Domiciliation, conseil handicap, écrivain public, conseil logement, permanence juridique, panier alimentaire, atelier numérique, conseil budget, accompagnement social

<https://soliguide.fr//fr/fiche/28318>

Buzet-sur-Tarn

1. CCAS de Buzet-sur-Tarn

96 Rue des Écoles (Dans la Mairie), 31660 Buzet-sur-Tarn

Lundi: 14h à 17h

Mardi au mercredi: 8h30 à 12h - 14h à 17h

Jeudi: 8h30 à 12h

Vendredi: 8h30 à 12h - 14h à 17h

Samedi: 10h à 12h

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 34 26 50 82

etacivil@buzet-sur-tarn.fr

Les services: Conseil budget, panier alimentaire

<https://soliguide.fr//fr/fiche/29932>

Cadours

1. Secours Catholique Ariège-Garonne - Cadours /Grenade-sur-Garonne

15 Cr du Midi, 31480 Cadours

Mercredi: 14h30 à 17h

Accueil inconditionnel

06 82 47 06 82

ariegegaronne@secours-catholique.org

Les services: Accompagnement social, panier alimentaire

<https://soliguide.fr//fr/fiche/26855>

2. CCAS de Cadours

2 Rue Dastarat (Mairie), 31480 Cadours

Lundi: 9h à 12h - 13h30 à 17h

Mardi: 9h à 12h - 13h30 à 18h

Mercredi: 9h à 12h - 13h30 à 17h

Jeudi: 13h30 à 18h

Vendredi: 9h à 12h - 13h30 à 17h

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 61 85 60 01

cadours.accueil@mairie-cadours.fr

Les services: Accompagnement social, conseil

administratif, domiciliation, conseil logement, distribution de repas, bon / chèque alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/34014>

Carbonne

1. CCAS de Carbonne

Place Jules Ferry, 31390 Carbonne

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

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Autres précisions: Accès possible l'après-midi uniquement sur rendez-vous

05 61 87 80 03

ccas.accueil@ville-carbonne.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, conseil logement, conseil budget, domiciliation, panier alimentaire, jardin solidaire
<https://soliguide.fr/fr/fiche/28603>

Castanet-Tolosan

1. Comité Secours Populaire - Castanet Tolosan

6 Rue des Écoles, 31320 Castanet-Tolosan

Fermeture temporaire: du 19/12/2025 au 04/01/2026

Lundi au jeudi: 9h à 12h - 14h à 17h

Accueil inconditionnel

05 61 27 84 84

spfcastanet@yahoo.fr

Les services: Panier alimentaire, boutique solidaire
<https://soliguide.fr/fr/fiche/26176>

Castelginest

1. Secours Catholique Ariège-Garonne - Castelginest

9 Rue Malconseil, 31780 Castelginest

Jeudi: 10h à 12h - 13h à 16h

Accueil inconditionnel

07 86 87 12 91

Les services: Accompagnement social, panier alimentaire
<https://soliguide.fr/fr/fiche/26824>

2. CCAS de Castelginest

18 Gd Pl. du Général de Gaulle, 31780 Castelginest

Lundi au mardi: 9h à 12h - 14h à 17h

Mercredi: 9h à 12h

Jeudi: 9h à 12h - 14h à 17h

Vendredi: 9h à 12h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Prendre RDV par téléphone

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 61 37 75 33

Accueil: 05 61 37 75 49

ccas@mairie-castelginest.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, activités diverses, bon / chèque alimentaire
<https://soliguide.fr/fr/fiche/28319>

Castelnau-d'Estrétefonds

1. CCAS de Castelnau D'Estrétefonds

29 Grande Rue (Maison Lagleyse, au 1er étage), 31620 Castelnau-d'Estrétefonds

Lundi au jeudi: 9h à 12h - 14h à 17h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 16h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 34 27 66 40

ccas@mairiecastelnau.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, conseil logement, épicerie sociale et solidaire, domiciliation, laverie
<https://soliguide.fr/fr/fiche/28320>

Cazères

1. Secours Catholique Ariège-Garonne - Cazères

Pl. d'Armes, 31220 Cazères

Mardi: 9h30 à 12h

Jeudi: 14h30 à 17h

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

07 88 62 18 55

equipes.cazeres@secours-catholique.org

Les services: Espace de repos, accompagnement social, atelier cuisine, activités diverses, panier alimentaire
<https://soliguide.fr/fr/fiche/26690>

2. CCAS de Cazères

Place de l'Hotel de Ville, 31220 Cazères

Fermeture temporaire: du 20/12/2025 au 28/12/2025

Lundi: 13h30 à 17h

Mardi au jeudi: 8h30 à 12h - 13h30 à 17h

Vendredi: 8h30 à 12h

Accueil inconditionnel adapté aux en situation régulière,

personnes isolées, couples.

Autre information importante : Pour les personnes rattachées au territoire communal de Cazères

Sur rendez-vous: Prendre rdv par tel ou par mail

05 61 98 46 00

contact@mairie-cazeres.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, conseil logement, panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28601>

3. Maison du Campet -Action sociale - Education et cohésion sociale - CC-Coeur de Garonne

31 Prom. du Campet, 31220 Cazères

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

Accueil inconditionnel

05 61 91 94 96

action.sociale@cc-coeurdegaronne.fr

Les services: Accompagnement social, conseil budget, transport avec chauffeur, distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/34614>

Cepet

1. CCAS de Cepet

1 Rue de l'Église, 31620 Cepet

Lundi au vendredi: 8h30 à 12h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Prendre rendez vous par mail et téléphone

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 61 09 53 76

mairie@cepet.fr

Les services: Accompagnement social, domiciliation,

conseil administratif, conseil handicap, conseil logement, accompagnement à l'emploi, atelier numérique, distribution de repas, transport avec chauffeur

<https://soliguide.fr/fr/fiche/29933>

Colomiers

1. Comité Secours Populaire - Colomiers

Chemin des Ramassiers (Numéro 28), 31770 Colomiers

Lundi: 14h à 17h

Mardi: 9h à 12h - 14h à 17h

Jeudi: 9h à 12h - 14h à 17h

Vendredi: 13h30 à 16h

Accueil inconditionnel

05 61 78 49 64

contact@colomiers.spf31.org

Les services: Panier alimentaire, cours de français, point d'information et d'orientation, boutique solidaire, activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/8935>

2. Secours Catholique Ariège-Garonne - Colomiers - Accueil

11 Pl. du Cantal, 31770 Colomiers

Lundi au mardi: 14h à 16h30

Jeudi: 14h à 16h

Accueil inconditionnel

05 61 78 00 21

secourscatholique.colomiers@gmail.com

Les services: Accompagnement social, panier alimentaire, cours de français

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26784>

3. CCAS de Colomiers

18 Pl. du Languedoc, 31770 Colomiers

Fermeture temporaire: le 26/12/2025

Fermeture exceptionnelle les vendredi 26/12/2025 et 02/01/2026

Fermeture temporaire: le 02/01/2026

Fermeture exceptionnelle les vendredi 26/12/2025 et 02/01/2026

Lundi: 8h30 à 12h15 - 13h15 à 17h

Mardi: 8h30 à 12h15 - 17h à 19h

Mercredi au jeudi: 8h30 à 12h15 - 13h15 à 17h

Vendredi: 8h30 à 14h

Accueil inconditionnel adapté aux en situation régulière, personnes isolées, couples.

Autre information importante : Pour les personnes rattachées au territoire communal de Colomiers

Sur rendez-vous: prendre rdv par tel

05 61 15 22 26

accueil-ccas@mairie-colomiers.fr

Les services: Point d'information et d'orientation, accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, épicerie sociale et solidaire, permanence juridique, activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27684>

Cornebarrieu

1. CCAS de Cornebarrieu

2 Pl. du Languedoc, 31700 Cornebarrieu

Fermeture temporaire: le 26/12/2025

Fermé exceptionnellement le 26/12/2025

Lundi: 14h à 17h

Mardi au mercredi: 9h à 12h - 14h à 17h

Jeudi: 9h à 12h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 17h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: prendre rdv par tel ou par mail

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 62 13 43 93

ccas@cornebarrieu.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, conseil logement, domiciliation, panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28367>

Cugnaux

1. Secours Catholique Ariège-Garonne - Villeneuve-Tolosane /Cugnaux /Frouzins

1 Imp. des Violettes (Relais Solidaire), 31270 Cugnaux

Lundi: 9h30 à 11h30

Mercredi: 9h30 à 12h

Jeudi: 9h30 à 12h - 14h à 17h

Accueil inconditionnel

06 45 29 53 70

sc.villeneuve@secours-catholique.org

Les services: Accompagnement social, panier alimentaire, activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26734>

2. Association Aide Aux Familles - Cugnaux

1 Imp. des Violettes, 31270 Cugnaux

Fermeture temporaire: du 20/12/2025 au 04/01/2026

Fermé pendant les vacances scolaires

Mardi: 14h à 17h

Vendredi: 14h à 17h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise: Vêtements et objets à petits prix

06 75 81 84 17

aideaufamilles31@gmail.com

Les services: Vêtements

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27027>

3. CCAS de Cugnaux

8 Bis Rue du Pré Vicinal, 31270 Cugnaux

Horaires temporaires: du 24/12/2025 au 31/12/2025

Lundi au mardi: 9h à 12h30 - 13h30 à 17h

Mercredi: 9h à 12h30 - 13h30 à 16h

Jeudi: 9h à 12h30

Vendredi: 9h à 12h30 - 13h30 à 17h

Lundi au mercredi: 9h à 12h30 - 13h30 à 17h

Jeudi: 9h à 12h30

Vendredi: 9h à 12h30 - 13h30 à 17h

Accueil inconditionnel adapté aux en situation régulière, personnes isolées, couples.

Autre information importante : Pour les personnes rattachées au territoire communal de Cugnaux

Sur rendez-vous: Prendre rdv par tel

05 62 87 30 15

accueil.ccas@mairie-cugnaux.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, conseil logement, épicerie sociale et solidaire, accompagnement à l'emploi

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27985>

4. Relais pitchounets Cugnaux

Avenue Léo Lagrange (La Chartreuse Loubayssens), 31270 Cugnaux

Fermeture temporaire: du 20/12/2025 au 04/01/2026

Fermé pendant les vacances scolaires

Mardi: 14h à 17h

Vendredi: 14h à 17h

Accueil inconditionnel adapté aux familles, femmes enceintes.

Autre information importante : Pour les familles en charge d'un jeune enfant (de la naissance jusqu'aux 4 ans).

L'épicerie est réservée aux familles de Cugnaux non imposables.

Participation financière requise: Produits, objets et vêtements à petit prix.

Accueil: 07 52 07 57 54

relaispitchounets.cugnaux@gmail.com

Les services: Épicerie sociale et solidaire, boutique solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/63399>

Eaunes

1. CCAS de Eaunes

1 Place des Champs de Vignes, 31600 Eaunes

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

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Accueil sans rdv

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 61 08 82 35

service.ccas@mairieaunes.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, conseil logement, conseil budget, panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/34017>

Fenouillet

1. Antenne du Secours Populaire Fenouillet

4 Rue Antoine de Saint-Exupéry, 31150 Fenouillet

Vendredi: 10h à 12h - 14h30 à 17h

Accueil inconditionnel

05 62 75 03 23

fenouillet@spf31.org

Les services: Panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26177>

2. Jardins du Ricotier

Fermeture temporaire: du 23/12/2025 au 04/01/2026

Lundi au mardi: 8h à 16h30

Jeudi au vendredi: 8h à 16h30

Accueil exclusif: personnes majeures, en situation régulière.

Autre information importante : Eligibles à l'IAE dont bénéficiaires du RSA

Sur orientation uniquement: Sur orientation ou candidature spontanée sur la plateforme de l'inclusion ou en direct.

06 05 46 42 73

ricotier@cocagnehaute Garonne.org

Les services: Insertion par l'activité économique, panier alimentaire, activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28227>

3. Association Femmes du Monde

20 Rue de la Résidence Jean Vilar, 31150 Fenouillet

Fermeture temporaire: du 20/12/2025 au 04/01/2026

Lundi au mardi: 9h à 12h - 14h à 18h

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

Accueil inconditionnel adapté aux femmes.

Autre information importante : Et les enfants.

05 31 48 50 99

06 27 20 24 70

asso.femmesdumonde@gmail.com

Les services: Écrivain public, accompagnement à l'emploi, accompagnement social, cours de français, atelier numérique, distribution de repas, atelier cuisine, activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/35089>

Fonbeauzard

1. CCAS de Fonbeauzard

Rue Jean Mermoz (Au fond du parking de la salle des fêtes),
31140 Fonbeauzard

Fermeture temporaire: du 20/12/2025 au 05/01/2026

Fermé pendant les vacances de Noël (en cas d'urgence s'adresser à la Mairie)

Mardi au vendredi: 8h30 à 12h30 - 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Les mardis et jeudis après-midi

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 61 37 12 22

r.foulquie@ville-fonbeauzard.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, conseil logement, domiciliation, hébergement d'urgence, panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/29934>

Fonsorbes

1. Secours Catholique Ariège-Garonne - Fonsorbes

1 Rue de l'Église (Salles maison paroissiale et attenante à l'Eglise), 31470 Fonsorbes

Mardi: 14h30 à 16h30

Mercredi: 9h30 à 11h30

Accueil inconditionnel

06 73 90 95 58

sc.fonsorbes@secours-catholique.org

Les services: Panier alimentaire, activités diverses, accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26815>

2. Secours Catholique Ariège-Garonne - Fonsorbes vestiaire

523 Chem. de Capelier, 31470 Fonsorbes

Lundi: 14h30 à 16h

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

06 73 90 95 58

sc.fonsorbes@secours-catholique.org

Les services: Vêtements, point d'information et d'orientation

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27407>

3. CCAS de Fonsorbes

8 Rue Luigi Amadio (près du club de tennis), 31470 Fonsorbes

Message temporaire: du 25/12/2025 au 04/01/2026

Pas d'ateliers entre Noël et le Nouvel an: Interruption des ateliers pour quelques jours puis reprise dès la rentrée

Lundi au jeudi: 9h à 12h - 14h à 17h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 16h30

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 34 47 59 62

06 74 79 65 31

ccas@fonsorbes.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, conseil logement, conseil aux parents, atelier numérique, accompagnement à l'emploi, distribution de repas,

hébergement d'urgence, jardin solidaire, transport avec chauffeur

<https://soliguide.fr/fr/fiche/29936>

Fronton

1. CCAS de Fronton

1 Esp. de Marcorelle, 31620 Fronton

Lundi: 8h30 à 12h - 14h à 17h30

Mardi: 8h30 à 12h - 15h à 18h30

Mercredi: 8h30 à 12h - 14h à 17h30

Jeudi: 8h30 à 12h - 15h à 18h30

Vendredi: 8h30 à 12h - 14h à 17h30

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Prendre rendez-vous par mail ou téléphone

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Autres précisions: Urgences sans rendez-vous (violences, hébergement d'urgences, etc...).

05 62 79 92 14

ccas@mairie-fronton.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, conseil logement, bon / chèque alimentaire, activités diverses, aide à la mobilité, accompagnement à l'emploi, cours de français

<https://soliguide.fr/fr/fiche/29938>

Frouzins

1. Antenne Secours Populaire - Frouzins

Rue Guillaume Berdeil (28), 31270 Frouzins

Fermeture temporaire: du 19/12/2025 au 04/01/2026

Mercredi: 9h30 à 12h

Jeudi: 9h à 12h - 14h à 17h

Accueil inconditionnel

05 62 87 97 85

Mobile: 07 52 68 54 40

frouzins@spf31.org

Les services: Épicerie sociale et solidaire, boutique solidaire, vêtements, panier alimentaire, soutien scolaire, cours de français, atelier numérique

<https://soliguide.fr/fr/fiche/9339>

Gragnague

1. Jardins du Girou

Fermeture temporaire: du 23/12/2025 au 05/01/2026

Lundi au mardi: 8h à 16h30

Jeudi au vendredi: 8h à 16h30

Accueil exclusif: personnes majeures, en situation régulière.

Sur orientation uniquement: Sur orientation ou candidature spontanée sur la plateforme de l'inclusion ou en direct.

Autres précisions: Eligibles à l'IAE dont bénéficiaires du RSA

05 61 70 11 86

girou@cocagnehautegaronne.org

Les services: Insertion par l'activité économique, panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26727>

Gratentour

1. CCAS de Gratentour

5 Rue de Cayssials, 31150 Gratentour

Lundi au mardi: 8h30 à 12h - 14h à 17h30

Mercredi: 8h30 à 12h

Jeudi au vendredi: 8h30 à 12h - 14h à 17h30

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Prendre rdv par tel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 62 79 94 12

social@gratentour.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, épicerie sociale et solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/29941>

Grenade

1. CCAS de Grenade

17 Av. Lazare Carnot, 31330 Grenade

Lundi au vendredi: 9h à 12h30 - 14h à 17h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Sauf pour l'accueil

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 61 82 57 66

ccas@mairie-grenade.fr

Les services: Accompagnement social, domiciliation, épicerie sociale et solidaire, vêtements, conseil logement, conseil administratif, conseil handicap, conseil budget, douche, laverie, téléphone, ordinateur, activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/29942>

2. INSERVICES GRENADE

11 Rue Belfort, 31330 Grenade

Lundi: 9h à 11h

Mardi: 9h à 14h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous

Sur inscription: l'inscription se fait au 0663396847

Participation financière requise: la participation financière ou

adhésion est de 17 euros par an ou 8.5 pour 6 mois

06 63 39 68 47

inservices.c-sav@outlook.com

Les services: Épicerie sociale et solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/32740>

Huos

1. Jardins du Comminges

Fermeture temporaire: du 23/12/2025 au 05/01/2026

Lundi au mardi: 8h à 16h30

Jeudi au vendredi: 8h à 16h30

Accueil exclusif: personnes majeures, réfugiés / réfugiées.

Autre information importante : Eligibles à l'IAE dont

bénéficiaires du RSA

Sur orientation uniquement: Sur orientation ou candidature

spontanée sur la plateforme de l'inclusion ou en direct.

Autres précisions: Chantier d'Insertion Professionnel

05 61 89 04 87

comminges@cocagnehautegearonne.org

Les services: Insertion par l'activité économique, panier alimentaire, activités diverses, atelier cuisine

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26725>

Juzet-de-Luchon

1. Entraide des Vallées

Mairie de Juzet-de-luchon, 31110 Juzet-de-Luchon

Fermeture temporaire: du 21/12/2025 au 02/01/2026

Mardi: 13h30 à 15h30

Accueil inconditionnel

Autres précisions: Pour être pris en charge il faut réaliser un dossier (justificatifs de revenus) avec les bénévoles de l'association

07 81 09 19 35

aideauxvallees@gmail.com

Les services: Panier alimentaire, conseil administratif

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27258>

L'Isle-en-Dodon

1. Permanence Centre Intercommunal d'Action Social (CIAS) - Cœur et Coteaux du Comminges

28 Avenue du Commandant Taillefer, 31230 L'Isle-en-Dodon

Fermeture temporaire: le 26/12/2025

Fermeture temporaire: le 02/01/2026

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

Mercredi: 8h30 à 12h

Jeudi au vendredi: 8h30 à 12h - 13h30 à 17h

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 62 00 37 51

s.soldeville@la5c.fr

Les services: Accompagnement social, domiciliation, conseil logement, conseil administratif, conseil budget, bon / chèque alimentaire, conseil handicap, aide à la mobilité, hébergement d'urgence

<https://soliguide.fr/fr/fiche/33249>

L'Union

1. Antenne Secours Populaire - L'Union

6 Rue du Pic du Midi (6BIS), 31240 L'Union

Fermeture temporaire: du 20/12/2025 au 07/01/2026

Jeudi au vendredi: 14h à 17h30

Samedi: 10h à 16h

Accueil inconditionnel

07 86 21 30 51

spf.lunion@gmail.com

Les services: Boutique solidaire, panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26183>

2. CCAS de L'Union

11 Rue du Vignemale (CCAS), 31240 L'Union

Fermeture temporaire: le 26/12/2025

Fermeture temporaire: le 02/01/2026

Lundi: 8h30 à 12h - 14h à 17h

Mardi: 8h30 à 12h - 15h à 18h

Mercredi: 8h30 à 12h30 - 13h30 à 17h

Jeudi au vendredi: 8h30 à 12h - 14h à 17h

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

accueil ccas: 05 62 79 86 16

accueil Mairie: 05 62 89 22 89

solidarite@mairie-lunion.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, conseil logement, permanence juridique, atelier numérique, cours de français, ordinateur, activités diverses, distribution de repas, activités sportives

<https://soliguide.fr/fr/fiche/30227>

La Salvetat-Saint-Gilles

1. Antenne Secours Populaire - La Salvetat-Saint-Gilles

Rue Jean Ferrat (Attention c'est Place Jean Ferrat), 31880 La Salvetat-Saint-Gilles

Fermeture temporaire: du 24/12/2025 au 05/01/2026

Mardi: 14h à 17h

Mercredi: 9h à 12h

Jeudi: 14h à 17h

Accueil inconditionnel

09 50 20 07 79

salvetat.saint.gilles@spf31.org

Les services: Vêtements, panier alimentaire, activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26191>

2. Atout coeur salvetat

6 Avenue Frederic Chopin, 31880 La Salvetat-Saint-Gilles

Fermeture temporaire: du 20/12/2025 au 05/01/2026

En cas d'urgence, nous restons joignables par téléphone ou mail durant cette période.

Mardi: 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Secrétariat: 07 63 85 64 89

atoutcoeursalvetat31@gmail.com

Les services: Panier alimentaire, vêtements

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27257>

Labarthe-sur-Lèze

1. Vert Soleil - Labarthe-sur-Lèze

Jeudi: 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: pour récupérer le colis alimentaire

Sur orientation uniquement: Orientation par le CCAS

06 20 46 45 33

vert.soleil@orange.fr

Les services: Panier alimentaire, vêtements

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27062>

2. CCAS de Labarthe-sur-Lèze

490 Av. du Lauragais, 31860 Labarthe-sur-Lèze

Lundi: 8h45 à 12h - 14h à 17h

Mardi: 8h45 à 12h - 15h à 19h

Mercredi au vendredi: 8h45 à 12h - 14h à 17h

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Autres précisions: Il est conseillé de prendre rdv

05 62 11 61 36

05 62 11 61 30

ccas@labarthesurleze.com

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, épicerie sociale et solidaire, permanence juridique, conseil budget, conseil logement, téléphone

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28605>

Labastide-Saint-Sernin

1. CCAS de Labastide Saint-Sernin

17 Rue Jean Pascal (Mairie), 31620 Labastide-Saint-Sernin

Lundi: 15h à 18h30

Mardi: 9h30 à 12h

Mercredi: 15h à 18h30

Jeudi: 9h30 à 12h

Vendredi: 15h à 18h30

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Par téléphone

Accessible aux personnes à mobilité réduite

CCAS: 06 70 28 53 04

Accueil mairie: 05 61 84 95 05

accueil-mairie@labastidesaintsernin.fr

Les services: Accompagnement social, conseil

administratif, conseil handicap, domiciliation, conseil logement, conseil budget, distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/34023>

Launaguet

1. Secours Catholique Ariège-Garonne - Launaguet

22 Rue du 19 Mars 1962, 31140 Launaguet

Lundi au mardi: 14h à 17h

Mercredi: 9h à 11h30 - 14h à 17h

Accueil inconditionnel

06 47 35 12 23

sc.launaguet@gmail.com

Les services: Accompagnement social, vêtements

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26818>

Merville

1. CCAS de Merville 31

50 Rue du 19 Mars 1962, 31330 Merville

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi au vendredi: 9h à 12h - 14h à 17h

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 62 13 40 95

ccas@merville31.fr

Les services: Point d'information et d'orientation, accompagnement social, conseil administratif, domiciliation, conseil budget, conseil logement, panier alimentaire, atelier numérique, ordinateur, activités diverses, distribution de repas, jardin solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/30825>

Montastruc-la-Conseillère

1. CCAS de Montastruc-la-Conseillère

Pl. de la Mairie, 31380 Montastruc-la-Conseillère

Fermeture temporaire: du 20/12/2025 au 04/01/2026

Fermé pendant les vacances scolaires

Mardi: 9h à 12h30

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Prendre rdv par téléphone

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Autres précisions: D'autres RDV possibles si vous n'êtes pas disponibles sur cette permanence

05 61 84 21 10

ccas@mairie-montastruc.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, conseil logement, conseil budget, domiciliation, accompagnement à l'emploi, panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/30827>

Muret

1. Secours Catholique Ariège-Garonne - Muret

83 Av. Bernard IV, 31600 Muret

Lundi: 9h30 à 11h30 - 14h à 16h30

Mardi au mercredi: 9h30 à 11h45

Jeudi: 9h à 12h - 14h à 16h30

Vendredi: 9h30 à 11h30

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 61 41 77 25

06 44 10 46 87

muret.311@secours-catholique.org

Les services: Espace de repos, panier alimentaire, cours de français, activités diverses, accompagnement social, vêtements

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26704>

2. CCAS de Muret

1 Av. d'Europe, 31600 Muret

Lundi au jeudi: 9h à 12h - 13h30 à 17h

Vendredi: 9h à 12h - 13h30 à 16h

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 61 51 90 50

accueil.ccas@mairie-muret.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, conseil logement, conseil budget, distribution de repas, bon / chèque alimentaire, jardin solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27619>

Nailloux

1. Antenne Secours Populaire - Nailloux

14 Chem. de Cintegabelle, 31560 Nailloux

Fermeture temporaire: du 26/12/2025 au 04/01/2026

Lundi au vendredi: 14h à 17h

Accueil inconditionnel

Autres précisions: Les horaires des lundis, mardis, mercredis et jeudis sont sur rendez-vous, téléphoner au numéro inscrit sur la fiche

06 41 34 60 01

Jocelyne: 06 80 17 35 17

yvetteb3@orange.fr

Les services: Panier alimentaire, vêtements, activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26184>

Pechabou

1. CCAS de Pechabou

6 Rue du Fort, 31320 Pechabou

Lundi: 13h30 à 18h

Mardi: 9h à 12h - 13h30 à 18h

Mercredi: 9h à 12h - 13h30 à 17h

Jeudi: 9h à 12h - 13h30 à 18h

Vendredi au samedi: 9h à 12h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Appeler pour prendre rdv

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 62 16 78 24

ccas@mairie-pechabou.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, conseil logement, bon / chèque alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28461>

Pibrac

1. Secours Catholique Ariège-Garonne - Pibrac - Vestiaire

Bd des Écoles, 31820 Pibrac

Mardi: 13h45 à 16h30

Vendredi: 13h45 à 16h30

Accueil inconditionnel

05 61 07 45 73

ariegegaronne@secours-catholique.org

Les services: Vêtements

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27855>

2. CCAS de Pibrac

10 Av. du Bois de la Barthe, 31820 Pibrac

Fermeture temporaire: du 25/12/2025 au 26/12/2025

Fermeture temporaire: du 01/01/2026 au 02/01/2026

Lundi: 14h à 17h

Mardi: 8h30 à 12h - 14h à 17h

Jeudi: 8h30 à 12h - 14h à 18h30

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 62 13 93 93

ccas@mairie-pibrac.fr

Les services: Point d'information et d'orientation, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, conseil logement, conseil budget, hébergement d'urgence, bon / chèque alimentaire, accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/30186>

Pins-Justaret

1. CCAS de Pins-Justaret

Pl. du Château, 31860 Pins-Justaret

Lundi au jeudi: 9h à 12h - 14h à 17h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 16h

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Autres précisions: Prendre rdv le mardi et le jeudi

05 62 11 71 26

ccas@mairie-pinsjustaret.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, conseil logement, conseil budget, domiciliation, épicerie sociale et solidaire, bon / chèque alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/30833>

Plaisance-du-Touch

1. Secours Catholique Ariège-Garonne - Plaisance-du-Touch

13 Rue François Verdier, 31830 Plaisance-du-Touch

Mardi au mercredi: 14h à 16h30

Jeudi: 14h à 17h

Accueil inconditionnel

05 61 86 77 34

sc.plaisance@secours-catholique.org

Les services: Panier alimentaire, vêtements, accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26738>

2. CCAS de Plaisance-du-Touch

3 Rue des Tilleuls (Et 5 rue des Tilleuls (2 entrées)), 31830 Plaisance-du-Touch

Lundi: 10h à 12h30 - 13h30 à 17h

Mardi au jeudi: 8h30 à 12h30 - 13h30 à 17h

Vendredi: 8h30 à 12h30

Accueil inconditionnel

Accueil CCAS: 05 62 13 52 52

ccas@plaisancedutouch.fr

Les services: Accompagnement social, conseil budget, conseil handicap, aide à la mobilité, domiciliation, conseil logement, hébergement à long terme, accompagnement à l'emploi, permanence juridique, écrivain public, distribution de repas, activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/30829>

Portet-sur-Garonne

1. Comité Secours Populaire - Portet-sur-Garonne

1 All. du Grand Chêne, 31120 Portet-sur-Garonne

Mercredi: 14h à 17h

Vendredi: 14h à 17h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Prendre RDV par téléphone ou lors des permanences

05 62 20 54 43

spfportet@gmail.com

Les services: Épicerie sociale et solidaire, boutique solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26186>

2. Secours Catholique Ariège-Garonne - Portet-sur-Garonne/Roques-sur-Garonne/Saubens/Pinsaguel/Roquettes

19 Av. de Pradié, 31120 Portet-sur-Garonne

Samedi: 9h à 12h

Accueil inconditionnel

06 83 21 47 30

sc.5clochers@secours-catholique.org

Les services: Panier alimentaire, soutien scolaire, activités diverses, atelier numérique, cours de français

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26723>

Rieux-Volvestre

1. Secours Catholique Ariège-Garonne - Rieux-Volvestre/ Carbonne

Rue de la Bastide (Numéro 12), 31310 Rieux-Volvestre

Vendredi: 9h à 14h

Accueil inconditionnel

Sur inscription: Besoin d'informer l'équipe sur la participation afin d'organiser les achats en conséquence

Participation financière requise: Participation au repas demandée.

Accessible aux personnes à mobilité réduite

06 44 10 46 88

volvestre@secours-catholique.org

Les services: Distribution de repas, activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26692>

Roques

1. Vert Soleil - Roques-sur-Garonne

Mercredi: 14h à 18h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: pour récupérer le colis

Sur orientation uniquement: Orientation par le CCAS

06 20 46 45 33

vert.soleil@orange.fr

Les services: Panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27063>

2. CCAS de Roques-sur-Garonne

Pl. Jean Jaurès, 31120 Roques

Fermeture temporaire: le 26/12/2025

Fermeture exceptionnelle

Fermeture temporaire: le 02/01/2026

Fermeture exceptionnelle

Lundi: 14h à 17h

Mardi au mercredi: 9h à 12h - 14h à 17h

Jeudi: 14h à 17h

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 16h



Accueil inconditionnel adapté aux en situation régulière, personnes isolées, couples.

Autre information importante : Pour les personnes rattachées au territoire communal de Roques

05 61 72 83 15

social@mairie-roques.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, épicerie sociale et solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27807>

Roquettes

1. CCAS de Roquettes

6 Rue Clément Ader, 31120 Roquettes

Mardi: 9h à 12h

Mercredi: 9h à 12h - 14h à 17h30

Jeudi: 9h à 12h

Accueil inconditionnel adapté aux en situation régulière, personnes isolées, couples.

Autre information importante : Pour les personnes rattachées au territoire communal de Roquettes

05 61 72 80 52

ccas@mairie-roquettes.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, conseil logement, épicerie sociale et solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27808>

Saint-Alban

1. Association Reto

12 Avenue de Fronton, 31140 Saint-Alban

Lundi au jeudi: 9h à 12h30 - 14h à 18h30

Vendredi: 9h à 12h30 - 14h à 18h

Samedi: 9h à 12h30 - 14h à 17h

Accueil inconditionnel

standard: 05 61 45 21 50

retotoulouse@gmail.com

Les services: Addiction, hébergement à long terme, boutique solidaire, panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/60488>

Saint-Gaudens

1. Comité Secours Populaire - Saint-Gaudens

place de la Libération (Bâtiment derrière le Conseil

Départemental Haute-Garonne à gauche), 31800

Saint-Gaudens

Fermeture temporaire: du 20/12/2025 au 04/01/2026

Mercredi: 9h à 18h

Jeudi: 9h à 12h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Prendre rdv par téléphone

07 77 96 81 77

05 61 89 52 20

saint.gaudens@spf31.org

Les services: Épicerie sociale et solidaire, boutique solidaire, soutien scolaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26187>

2. Conférence Saint-Gaudens

10 Av. du Maréchal Joffre, 31800 Saint-Gaudens

Message temporaire: du 25/12/2025 au 08/01/2026

Janvier 2026 : Distribution reportée au 8: En janvier, la distribution alimentaire aura lieu exceptionnellement le 2e jeudi du mois

Fermeture temporaire: le 01/01/2026

Fermeture exceptionnelle (Distribution reportée au 08/01/2026)

Jeudi: 14h à 17h

Accueil inconditionnel

05 61 89 09 51

ssvp31cd@gmail.com

Les services: Bon / chèque alimentaire, activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26595>

3. LA CASA

47 Av. de l'Isle, 31800 Saint-Gaudens

Lundi au mercredi: 13h30 à 18h30

Jeudi au vendredi: 10h à 18h30

Samedi: 10h à 13h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Prendre Rdv par téléphone

Autres précisions: Montage d'un dossier auprès de l'association (en fonction des revenus)

05 61 89 68 67

accueil.lacasa31800@gmail.com

Les services: Épicerie sociale et solidaire, activités diverses, insertion par l'activité économique

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27254>

4. Centre Intercommunal d'Action Sociale (CIAS) - Saint-Gaudens

4 Rue de la République, 31800 Saint-Gaudens

Fermeture temporaire: le 26/12/2025

Fermeture temporaire: le 02/01/2026

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

Accueil inconditionnel



Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 62 00 96 20

cias@la5c.fr

Les services: Accompagnement social, domiciliation, conseil logement, conseil administratif, conseil budget, bon / chèque alimentaire, conseil handicap, aide à la mobilité

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28366>

5. Femmes de papier 31

41bis Avenue du Marechal Joffre, 31800 Saint-Gaudens

Lundi au jeudi: 9h à 17h

Accueil exclusif: femmes, personnes isolées, familles, femmes enceintes, victimes de violence.

Autre information importante : Femmes de Papier est ouverte à toutes les femmes.

Nous sommes néanmoins spécialisées dans

l'accompagnement des femmes victimes de violences, notamment conjugales.

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Autres précisions: Accueil sans rendez-vous le jeudi de 9h à 12h Accueil sur rendez-vous du lundi au jeudi

05 61 89 43 07

association@femmesdepapier.fr

Les services: Accueil de jour, hébergement d'urgence, activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/35081>

Saint-Jory

1. Secours Catholique Ariège-Garonne - Saint-Jory

2 Rue de Verdun, 31790 Saint-Jory

Mardi: 13h30 à 16h30

Jeudi: 13h30 à 16h30

Accueil inconditionnel

06 38 89 85 92

secourscatholiquesaintjory@gmail.com

Les services: Accompagnement social, vêtements

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26825>

Saint-Lys

1. Secours Catholique Ariège-Garonne - Saint-Lys

1 Rue du Béarn, 31470 Saint-Lys

Mardi: 13h30 à 16h30

Accueil inconditionnel

06 32 85 25 31

ariegegaronne@secours-catholique.org

Les services: Panier alimentaire, boutique solidaire, accompagnement social

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26714>

2. CCAS de Saint-Lys

16 Rue du 11 Novembre 1918, 31470 Saint-Lys

Lundi au jeudi: 8h30 à 12h - 14h à 17h

Vendredi: 8h30 à 12h - 14h à 16h

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 62 14 73 60

ccas@saint-lys.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, conseil logement, conseil budget, domiciliation, panier alimentaire, accompagnement à l'emploi, jardin solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/30832>

Saint-Orens-de-Gameville

1. Comité Secours Populaire - Saint Orens de Gameville

5 Rue de Partanais, 31650 Saint-Orens-de-Gameville

Fermeture temporaire: du 25/12/2025 au 04/01/2026

Lundi au vendredi: 9h à 12h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous

Participation financière requise

05 61 39 08 11

spf.st.orens@orange.fr

Les services: Vêtements, boutique solidaire, activités diverses, panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/8950>

Saint-Sauveur

1. CCAS de Saint-Sauveur

All. d'Orzalis, 31790 Saint-Sauveur

Lundi: 9h à 12h - 14h à 16h30

Mardi: 9h à 12h - 14h à 17h30

Jeudi: 9h à 12h - 14h à 17h30

Vendredi: 9h à 12h - 14h à 16h30

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Prendre rdv par téléphone ou mail

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 34 27 92 61

j.lantoine@ville-saint-sauveur.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, conseil logement, domiciliation, panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/30986>

Salles-sur-Garonne

1. Jardins du Volvestre

Fermeture temporaire: du 23/12/2025 au 05/01/2026

Lundi au mardi: 8h à 16h30

Jeudi au vendredi: 8h à 16h30

Accueil exclusif: personnes âgées de 15 ans minimum, en situation régulière.

Autre information importante : Eligibles à l'IAE dont bénéficiaires du RSA

Sur orientation uniquement: Sur orientation ou candidature spontanée sur la plateforme de l'inclusion ou en direct.

05 61 90 71 87

volvestre@cocagnehautegaronne.org

Les services: Insertion par l'activité économique, panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26724>

Saubens

1. CCAS de Saubens

1 Pl. Géraud Lavergne, 31600 Saubens

Lundi au mercredi: 8h30 à 12h15 - 13h30 à 17h

Jeudi: 8h30 à 12h15 - 14h à 18h30

Vendredi: 8h30 à 16h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Appelez pour obtenir des informations et être orienter

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Autres précisions: /!\ L'accueil est UNIQUEMENT par téléphone, appelez le numéro indiqué plus bas /!\

Accueil: 05 61 56 89 75

contact@mairie-saubens.com

Les services: Domiciliation, conseil logement, épicerie sociale et solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/31982>

Seysses

1. Antenne Secours Populaire - Seysses

26 Rue de la République (Local en bas d'un escalier), 31600

Seysses

Fermeture temporaire: du 23/12/2025 au 04/01/2026

Mardi: 10h à 12h - 14h à 16h30

Accueil inconditionnel

07 63 50 21 39

seysses.spf@gmail.com

Les services: Panier alimentaire, épicerie sociale et solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26189>

Thil

1. CCAS de Thil

14 Grand'Rue, 31530 Thil

Lundi: 9h à 12h - 14h à 18h

Mardi: 9h à 12h

Mercredi: 9h à 12h - 14h à 17h30

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

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Prendre rdv par mail ou téléphone

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 61 85 42 88

ccas@mairie-thil.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, bon /

chèque alimentaire
<https://soliguide.fr/fr/fiche/30988>

Toulouse

1. Douches municipales de Bonnefoy

13 Rue Dr Paul Pujos, 31500 Toulouse

Mardi au vendredi: 8h30 à 15h15

Samedi: 8h30 à 14h45

Accueil inconditionnel

05 61 22 24 22

Les services: Douche, toilettes, laverie

<https://soliguide.fr/fr/fiche/9047>

2. Secours Catholique Ariège-Garonne - Toulouse - Ostalada

22 Pl. Arnaud Bernard, 31000 Toulouse

Lundi au samedi: 8h30 à 11h30

Accueil inconditionnel

Animaux acceptés

Accessible aux personnes à mobilité réduite

06 85 62 61 58

andrew.nguyen@secours-catholique.org

Les services: Accueil de jour, distribution de repas, accompagnement social, douche, toilettes, laverie, cuisine partagée, wifi, prise

<https://soliguide.fr/fr/fiche/14036>

3. Secours Populaire Toulouse -Siège Fédération Haute-Garonne

147 Av. des États Unis, 31200 Toulouse

Lundi au vendredi: 9h à 12h - 14h à 17h30

Accueil inconditionnel adapté aux personnes majeures.

05 34 40 34 40

contact@spf31.org

Les services: Point d'information et d'orientation, activités diverses, épicerie sociale et solidaire, permanence juridique, vêtements, panier alimentaire, atelier numérique, soutien scolaire, cours de français, accompagnement à l'emploi

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26174>

4. GAF-Ateliers Jammes

13 Rue du Professeur Jammes, 31200 Toulouse

Lundi au mercredi: 8h30 à 17h

Vendredi au samedi: 8h30 à 17h

Dimanche: 8h30 à 13h

Accueil exclusif: personnes majeures.

Autre information importante : Personnes majeurs

Participation financière requise

Animaux acceptés

05 61 57 95 20

jammesateliers@gmail.com

Les services: Accueil de jour, distribution de repas, activités sportives, activités diverses, atelier numérique, atelier cuisine, cours de français, insertion par l'activité économique

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26483>

5. Conférence Saint-Vincent de Paul à Toulouse

23 Rue Valade, 31000 Toulouse

Mardi: 19h à 20h30

Accueil inconditionnel

Sur inscription: envoyer un mail

Accueil Haute-Garonne: 05 61 26 36 22

ssvp31cd@gmail.com

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

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26592>

6. Ordre de Malte - Toulouse

33 Av. Jean Rieux, 31500 Toulouse

Jeudi: 14h à 17h

Accueil inconditionnel

06 14 04 21 54

delegation31@ordredemaltefrance.org

Les services: Point d'information et d'orientation, accueil de jour

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26563>

7. InServices - Toulouse

47 Av. de Grande Bretagne, 31300 Toulouse

Lundi au mardi: 9h à 16h

Jeudi au vendredi: 9h à 13h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Pour évaluation sociale

Sur inscription: Demande d'inscriptions par téléphone les lundis et jeudis

Participation financière requise: Adhésion : 17€ par an ou 8,50€ pour 6 mois

Autres précisions: Constitution d'un dossier avec les pièces justificatives en fonction de la situation du bénéficiaire (attestation CAF, justificatifs de ressource, charges, quittance de loyer, avis d'imposition.....)

Direction - partenariats: 06 58 13 15 50

Accueil - services courants pour les usagers: 06 63 39 68 47
inservices.usagers31@outlook.com

Les services: Épicerie sociale et solidaire, cours de français

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26617>

8. Armée du Salut - Poste de Toulouse

111 Rue de Negreneys, 31200 Toulouse

Message temporaire: du 21/12/2025 au 28/12/2025

Repas de Noël et fin d'année: Sur inscription après l'orientation d'un travailleur social.

Dimanche 21 décembre 2025 Dimanche 28 décembre 2025

Message temporaire: du 04/12/2025 au 14/12/2025

Permanences: Pour s'inscrire aux colis alimentaires 2026 et aux repas de fin d'année (après orientation d'un travailleur social).

Jeudi 4 décembre 2025 de 10h à 17h Vendredi 5 décembre 2025 de 10h à 17h Dimanches 7 et 14 décembre 2025 de 12h30 à 16h

Accueil inconditionnel

05 61 62 96 63

postetoulouse@armedusalut.fr

Les services: Panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26607>

9. Association D'Entraide Aidons Nous

38 Bd des Récollets, 31400 Toulouse

Fermeture temporaire: le 26/12/2025

Fermeture temporaire: le 02/01/2026

Mardi: 14h à 17h

Vendredi: 14h à 17h

Accueil inconditionnel

Autres précisions: Constitution d'un dossier avec justificatifs de ressources et chagres

05 61 52 96 60

aidonsnous@hotmail.fr

Les services: Panier alimentaire, vêtements

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26632>

10. Secours Catholique Ariège-Garonne - Toulouse Centre-ville - Maraudeurs pédestres

22 Pl. Arnaud Bernard, 31000 Toulouse

Mercredi: 13h30 à 16h

Samedi: 13h30 à 16h

Accueil inconditionnel

06 85 62 61 58

andrew.nguyen@secours-catholique.org

Les services: Distribution de repas, point d'information et d'orientation

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26749>

11. Secours Catholique Ariège-Garonne - Toulouse Petits Dej'

Rue Pierre Cazeneuve, 31200 Toulouse

Lundi au dimanche: 7h à 9h

Accueil inconditionnel

06 85 62 61 58

andrewnguyen@secours-catholique.org

Les services: Distribution de repas, espace de repos, point d'information et d'orientation

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26756>

12. Secours Catholique Ariège-Garonne - Toulouse Quartier Rangueil - Saint Joseph

40 Av. Antoine de Saint-Exupéry, 31400 Toulouse

Vendredi: 9h30 à 11h30

Accueil inconditionnel

06 08 70 62 30

secourscatholique.saintjoseph@gmail.com

Les services: Vêtements, activités diverses, distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26760>

13. Secours Catholique Ariège-Garonne - Toulouse - Quartiers Mirail /Pradettes /Reynerie/Bellefontaine

20 Av. Winston Churchill, 31100 Toulouse

Jeudi: 10h à 12h - 14h à 17h

Accueil inconditionnel

06 75 93 35 37

ariegegaronne@secours-catholique.org

Les services: Point d'information et d'orientation, panier alimentaire, cours de français

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26754>

14. Secours Catholique Ariège-Garonne - Toulouse Quartier Bonnefoy - Maison Caritas

56 Rue de Périole, 31500 Toulouse

Lundi: 9h à 12h - 14h à 17h - 18h à 20h

Mardi: 10h à 12h - 14h à 16h

Mercredi: 9h à 12h - 14h à 18h

Jeudi: 9h à 12h - 14h à 16h

Vendredi: 10h à 13h - 14h à 17h

Samedi: 9h à 15h30 - 15h30 à 18h

Dimanche: 14h à 17h30

Accueil inconditionnel

05 67 06 22 30

mas.bonnefoy@gmail.com

Les services: Point d'information et d'orientation, cours de français, atelier numérique, soutien scolaire, épicerie sociale et solidaire, activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26764>

15. Secours Catholique Ariège-Garonne - La Casèla (accueil de jour pour femmes) à Toulouse

6bis Boulevard Maréchal Leclerc, 31000 Toulouse

Horaires temporaires: depuis le 17/06/2025

ouvert tous les jours de semaine de 8h30 à 12h30

Lundi au vendredi: 8h30 à 12h30

Fermeture temporaire: du 24/12/2025 au 02/01/2026

Congés de fin d'année

Lundi au mercredi: 8h30 à 12h30

Jeudi: 8h30 à 12h30 - 13h à 16h

Vendredi: 8h30 à 12h30

Accueil exclusif: femmes.

Autre information importante : Les enfants sont les bienvenus (garçons jusqu'à l'âge de 14 ans seulement).

09 80 49 29 39

lacasela.311@secours-catholique.org

Les services: Distribution de repas, douche, laverie, espace de repos, point d'information et d'orientation, espace famille, cuisine partagée, cours de français, atelier cuisine, produits d'hygiène

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26777>

16. Secours Catholique Ariège-Garonne - Toulouse Trinité

195 Rte de Seysses, 31100 Toulouse

Accueil inconditionnel

06 73 20 55 18

ariegegaronne@secours-catholique.org

Les services: Vêtements

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26755>

17. La Cloche - Toulouse



4 Rue du Faubourg Bonnefoy (Centre culturel de Bonnefoy), 31500 Toulouse

Fermeture temporaire: du 24/12/2025 au 04/01/2026

Jeudi: 14h à 16h

Accueil inconditionnel

07 84 77 18 59

toulouse@lacloche.org

Les services: Accueil de jour, espace de repos, toilettes, prise

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26917>

18. CASIT - Boutique Sociale

Fermeture temporaire: du 24/12/2025 au 04/01/2026

Mercredi: 14h à 16h30

Jeudi: 10h à 14h

Accueil exclusif: en situation régulière.

Sur inscription

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

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

05 61 62 88 89

casitoulouse@yahoo.fr

Les services: Épicerie sociale et solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26921>

19. Espace social du Grand Ramier

10 Av. du Grand Ramier, 31400 Toulouse

Lundi au vendredi: 10h30 à 14h

Accueil inconditionnel

Sur inscription

Autres précisions: repas à emporter le midi

(inconditionnel) Familles locataires (refus pour les sachets du soir) et pour les familles hébergées prendre rdv avec l'équipe

sociale pour obtenir "une carte famille à emporter"

05 61 22 29 61

Les services: Distribution de repas, point d'information et d'orientation, activités diverses, jardin solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26907>

20. L'Épi, épicerie solidaire

Fermeture temporaire: du 24/12/2025 au 28/12/2025

Fermeture temporaire: du 31/12/2025 au 04/01/2026

Lundi: 9h à 15h30

Mardi: 9h à 13h

Jeudi: 9h à 15h30

Vendredi: 9h à 13h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: par téléphone

Sur orientation uniquement: Passer par un travailleur social (public ou privé)

Participation financière requise: Entre 10 et 30 % de la valeur marchande des produits

Autres précisions: Dossier à établir

06 77 34 41 90

epi.pradettes@gmail.com

Les services: Épicerie sociale et solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26927>

21. Une autre chance

6 Rue du Dr Ferdinand Gendre, 31500 Toulouse

Lundi: 15h à 18h

Mardi: 12h à 15h

Mercredi: 15h à 18h

Vendredi: 15h à 18h30

Accueil exclusif: en situation régulière.

Sur inscription: Inscriptions sur place le vendredi matin de 10h à 12h

Participation financière requise

Accessible aux personnes à mobilité réduite
Autres précisions: Les inscriptions se font sur conditions de ressources (pièces d'identité de la famille, ressources de la famille, quittance de loyer, avis d'imposition).

06 87 52 15 55

johnson.ndukwe@orange.fr

Les services: Épicerie sociale et solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26930>

22. Equipe Saint-Vincent Toulouse - Les Amidonniers

2 Rue du Docteur Hervé (Maison d'habitation), 31300 Toulouse

Fermeture temporaire: du 22/12/2025 au 04/01/2026

Mercredi: 10h à 12h - 14h à 16h

Jeudi: 13h à 16h

Accueil inconditionnel

Sur inscription: Envoyer un email à l'adresse :

esv.toulouse@gmail.com

Participation financière requise: 3€ pour une personne seule; 4€ si le foyer comprend 2 adultes; 5€ au delà

Animaux acceptés

Autres précisions: Une personne à mobilité réduite peut être servie mais à condition qu'elle soit accompagnée ou que nous soyons prévenus par mail car la distribution alimentaire se fait au RDCh mais un petit trottoir est à monter pour entrer dans le jardin. Les chiens sont acceptés à condition d'être tenus en laisse et de rester dans le jardin.

Aucun numéro de téléphone indiqué

esv.toulouse@gmail.com

Les services: Panier alimentaire, vêtements

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26908>

23. La Traversée

15 Rue de Chambéry (B25), 31500 Toulouse

Jeudi: 16h à 19h30

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Téléphoner

Sur inscription: Selon justificatifs de revenus

Participation financière requise: 3€ à 5€ selon la composition de la famille

05 61 11 91 00

latraverseetoulouse@gmail.com

Les services: Panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26910>

24. La Main à la Pâte

62 Rue de Nîmes, 31400 Toulouse

Fermeture temporaire: du 25/12/2025 au 04/01/2026

Lundi: 10h à 17h30

Mardi au mercredi: 8h30 à 18h30

Jeudi: 10h à 17h30

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Prendre rdv par tel (horaires du lundi et jeudi)

05 61 62 66 51

asso.lamap@gmail.com

Les services: Épicerie sociale et solidaire, activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27014>

25. AlimEco - Distribution Alimentaire

Fermeture temporaire: du 19/12/2025 au 04/01/2026

Mardi: 14h à 16h30

Accueil inconditionnel

Sur inscription: L'accès à un colis alimentaire est dépendant du lieu de résidence (Bagatelle, Faourette, Papus, Tabar et Bordelongue) et du reste à vivre du foyer (4€/ jour / personne

du foyer)

Sur orientation uniquement: Une partie des familles accueillies sont orientés par des partenaires sociaux du territoire

Participation financière requise: Symbolique de 1, 2 ou 3€ en fonction de la taille du colis.

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Autres précisions: Les personnes qui ressentent le besoin d'avoir un colis doivent se présenter le mardi après-midi afin de convenir d'un rendez-vous. Ce rendez-vous a pour objectif d'échanger et évaluer la situation familiale.

06 03 49 73 29

info@alimeco.org

Les services: Panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27185>

26. Épicerie solidaire La Manne

3 Cheminement Edgard Varèse (Porte 302), 31100 Toulouse

Fermeture temporaire: du 28/12/2025 au 05/01/2026

Mardi au mercredi: 14h15 à 17h

Jeudi: 10h30 à 17h

Vendredi: 10h30 à 14h

Accueil inconditionnel

Sur inscription: Dossier monté avec les justificatifs de revenus
Participation financière requise: Entre 10 et 30% du prix des produits

06 25 46 04 99

06 64 86 01 45

asso.bongrenier31@gmail.com

Les services: Épicerie sociale et solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27191>

27. Le blé de l'espoir

Place Ausone, 31200 Toulouse

Fermeture temporaire: du 24/12/2025 au 05/01/2026

Vendredi: 9h à 12h30 - 14h à 16h

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: prendre rdv pour s'inscrire à l'épicerie

Autres précisions: Constitution d'un dossier (évaluation sociale)

06 70 56 96 21

lebledelespoir31@gmail.com

Les services: Épicerie sociale et solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27182>

28. Le petit Sab'lé

Message temporaire: du 20/12/2025 au 04/01/2026

Vacances de Noël : ouvert mardi uniquement: Pendant les vacances de Noël, l'épicerie est ouverte uniquement les mardi 23 et 30 décembre 2025.

Fermeture temporaire: du 20/12/2025 au 04/01/2026

Lundi: 11h à 14h

Mardi: 11h à 18h30

Mercredi: 11h à 14h

Jeudi: 11h à 18h30

Vendredi: 11h à 14h

Accueil exclusif: étudiants / étudiantes.

Autre information importante : Accueil également la famille de l'étudiant (cad enfants à charge etc..)

Sur orientation uniquement: Passer par le pôle d'assistance sociale (SIMMPS) de l'Université

Autres précisions: Les demandes sont évaluées par l'assistance sociale du SIMPPS. Toutes les étudiantes et tous les étudiants peuvent en bénéficier, sur évaluation d'un travailleur social.

Pour s'inscrire: 05 61 55 88 00

Les services: Épicerie sociale et solidaire, atelier cuisine, activités diverses

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28053>

29. Autour de la Table - Association AVEC

9 Pl. André Daste (rez de chaussée - porte vitrée), 31400

Toulouse

Fermeture temporaire: le 25/12/2025

Fermeture temporaire: le 01/01/2026

Mardi: 9h30 à 12h30 - 13h30 à 16h30

Jeudi: 9h30 à 12h30 - 13h30 à 16h30

Vendredi: 9h30 à 12h30

Accueil inconditionnel

Sur inscription: appeler le 06 50 55 23 92 pour

renseignements et inscriptions

Autres précisions: Aucune participation financière n'est requise pour les bénéficiaires

06 50 55 23 92

contact@assoavec.org

Les services: Atelier cuisine, distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28089>

30. Trait d'Union - Association AVEC

10 Pl. André Daste (Rez-de-chaussée de l'immeuble), 31400

Toulouse

Fermeture temporaire: le 25/12/2025

fermé le 25/12/2024 et le 01/01/2024

Mercredi: 10h à 12h30

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

06 84 29 87 76

contact@assoavec.org

Les services: Vêtements

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28091>

31. Ordre de Malte - Petit déjeuner

19 Rue Riguepels (Dans le square à côté de l'Eglise Saint Etienne), 31000 Toulouse

Message temporaire: du 19/11/2025 au 30/04/2026

Ce service reste ouvert: Jusqu'à fin avril 2026

Dimanche: 9h à 12h

Accueil inconditionnel

05 61 53 43 61

06 14 04 21 54

delegation31@ordredemaltefrance.org

Les services: Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28548>

32. UT1-Esope

2T Rue des Puits Creusés, 31000 Toulouse

Fermeture temporaire: du 20/12/2025 au 05/01/2026

Lundi au vendredi: 13h à 18h45

Accueil exclusif: étudiants / étudiantes.

Autre information importante : Réservé aux étudiants ET apprentis

Sur rendez-vous: Rdv à prendre après acceptation du dossier

Sur inscription: S'inscrire via ce lien :

<https://ut1-esope.fr/inscription/>

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Autres précisions: /!\ Attention il faut créer son compte et créer son dossier exclusivement en ligne

06 44 93 31 25

ba310.rayon.utc@banquealimentaire.org

Les services: Épicerie sociale et solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/29633>

33. Le Camion Douche mixte

42 Avenue Frédéric Estèbe (Maison de la Petanque), 31200 Toulouse

Fermeture temporaire: du 22/12/2025 au 09/03/2026

L'association réalise une trêve hivernale chaque hiver

Mercredi: 18h45 à 20h30

Accueil inconditionnel

06 37 31 45 17

07 83 77 38 17

lecamiondouche@gmail.com

Les services: Douche, produits d'hygiène

<https://soliguide.fr/fr/fiche/35695>

34. Le Camion Douche femmes

Pl. Bernard Lange, 31300 Toulouse

Horaires temporaires: du 24/03/2025 au 08/12/2025

Nouvelle sortie Camion Douche Femmes les 2èmes et

4èmes lundis du mois Avenue François Collignon

Lundi: 11h30 à 14h

Samedi: 9h à 12h

Fermeture temporaire: du 22/12/2025 au 09/03/2026

L'association réalise une trêve hivernale chaque hiver

Samedi: 9h à 12h

Accueil exclusif: femmes.

06 37 31 45 17

07 83 77 38 17

lecamiondouche@gmail.com

Les services: Douche, produits d'hygiène

<https://soliguide.fr/fr/fiche/35697>

35. Le Camion Douche mixte

39 All. Jules Guesde (Devant le Quai des Savoirs), 31000 Toulouse

Fermeture temporaire: du 22/12/2025 au 09/03/2026

L'association réalise une trêve hivernale chaque hiver

Dimanche: 9h à 13h

Accueil inconditionnel

06 37 31 45 17

07 83 77 38 17

lecamiondouche@gmail.com

Les services: Douche, produits d'hygiène

<https://soliguide.fr/fr/fiche/35696>

36. Association TO7 (toulouse ouverture)

4 Cheminement Robert Cambert (adresse exacte : 4 bis

cheminement Robert Campert, accès par la rue Oum

Kalthoum 31100), 31100 Toulouse

Fermeture temporaire: du 18/12/2025 au 04/01/2026

Lundi au mercredi: 9h à 12h - 14h à 16h30

Jeudi: 9h à 11h30

Accueil inconditionnel

Accueil: 05 61 44 27 74

to7@to7.org

Les services: Accueil de jour, accompagnement à l'emploi, conseil administratif, atelier numérique, cours de français, ordinateur, téléphone, distribution de repas, vêtements

<https://soliguide.fr/fr/fiche/36637>

37. Solidarité Migrants Patte d'Oie - Toulouse

2 Pl. de la Patte d'Oie, 31300 Toulouse

Fermeture temporaire: du 20/12/2025 au 04/01/2026

Lundi au mercredi: 9h30 à 12h30 - 14h à 17h

Jeudi: 9h30 à 12h30

Vendredi: 9h30 à 12h30 - 14h à 17h

Accueil inconditionnel adapté aux demandeurs /
demandeuses d'asile, réfugiés / réfugiées.

05 36 89 64 87

migrants.pattedoie@gmail.com

Les services: Permanence juridique, cours de français, bagagerie, vêtements

<https://soliguide.fr/fr/fiche/36638>

38. Grisélidis

4 Rue Bernard Ortet, 31500 Toulouse

Fermeture temporaire: du 19/12/2025 au 04/01/2026

Mardi: 14h à 17h30

Jeudi: 14h à 17h30

Accueil exclusif: personnes en situation de prostitution.

Accueil: 05 61 62 98 61

Ligne dédiée TDS de rue: 06 71 59 27 36

Ligne dédiée escorts (TDS sur internet): 06 88 13 52 66

Les services: Point d'information et d'orientation, permanence juridique, activités sportives, dépistage, produits d'hygiène, cuisine partagée, distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/40263>

39. Olympe de Gouges - Savif

3 Place Guy Hersant (Maison des associations - Empalot),
31400 Toulouse

Fermeture temporaire: du 25/12/2025 au 04/01/2026

Lundi au vendredi: 9h à 12h30 - 13h30 à 16h30

Accueil exclusif: femmes, victimes de violence.

Sur rendez-vous: Prendre rendez-vous par téléphone ou par
mail : savif@olymp2gouges.org (0626476285)

pour prendre rendez-vous pour un suivi: 06 26 47 62 85

accueil@olymp2gouges.org

Les services: Panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/40257>

40. Association Voisins des rues

Toulouse (31100), 31100 Toulouse

Mercredi: 18h à 20h

Accueil inconditionnel

06 15 44 61 80

voisinsdesrues@gmail.com

Les services: Panier alimentaire, produits d'hygiène, vêtements, distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/44602>

41. Plan ESTIVAL

10 Avenue du Grand Ramier, 31400 Toulouse

Fermeture temporaire: du 01/09/2025 au 30/06/2026

Dispositif uniquement mis en place durant l'été du 1er juillet au 31 août

Lundi au dimanche: 19h à 20h30

Accueil exclusif: familles, couples, femmes enceintes.

Autre information importante : Repas assis pour les femmes seules avec ou sans enfant et les familles en situation de précarité.

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Aucun numéro de téléphone indiqué

Les services: Distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/58161>

42. Aide à la vieillesse

5 Rue d'Astorg, 31000 Toulouse

Fermeture temporaire: du 23/12/2025 au 04/01/2026

Mercredi au vendredi: 14h à 16h30

Accueil inconditionnel adapté aux personnes âgées de 65 ans minimum.

Sur inscription: Il faut appeler ou se déplacer sur place pour s'inscrire un mardi ou un jeudi après-midi.

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Accueil: 05 62 27 02 99

Les services: Panier alimentaire, bon / chèque alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/60517>

43. GAF - épicerie sociale et solidaire

66 Route de Blagnac (66 bis), 31200 Toulouse

Mardi: 11h à 13h - 17h à 19h

Accueil inconditionnel

Participation financière requise

Accueil: 05 62 72 86 14

groupe-amitie-fraternite@orange.fr

Les services: Épicerie sociale et solidaire, boutique solidaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/63450>

Tournefeuille

1. Comité Secours Populaire - Tournefeuille

2 Rue Colbert, 31170 Tournefeuille

Fermeture temporaire: du 20/12/2025 au 28/12/2025

Lundi: 9h30 à 12h

Mardi: 9h30 à 12h - 14h à 17h

Mercredi: 9h30 à 12h

Jeudi: 9h30 à 12h - 14h à 17h

Vendredi: 9h30 à 12h

Accueil inconditionnel

05 61 15 59 13

secourspop31170@outlook.fr

Les services: Boutique solidaire, panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/26190>

Villaudric

1. CCAS de Villaudric

Rue de la Negrette, 31620 Villaudric

Fermeture temporaire: du 25/12/2025 au 28/12/2025

Fermeture temporaire: du 01/01/2026 au 05/01/2026

Mardi au mercredi: 9h à 12h

Jeudi: 9h à 12h - 14h à 18h

Vendredi au samedi: 9h à 12h

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

Accueil Mairie: 05 61 82 44 13

N° de l'élue en charge Mme Plas: 06 03 02 34 81

liliane.plas@villaudric.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, domiciliation, ordinateur, bon / chèque alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/30990>

Villefranche-de-Lauragais

1. CCAS de Villefranche de Lauragais

134 Rue de la République (Pôle Social), 31290

Villefranche-de-Lauragais

Message temporaire: du 20/12/2025 au 04/01/2026

Vacances de Noël : navette le 23/12 après-midi uniquement: Pendant les vacances de Noël, le service de navette sera disponible uniquement le mardi 23 décembre après-midi.

Fermeture temporaire: le 26/12/2025

Fermeture exceptionnelle les vendredi 26/12/2025 et 02/01/2026

Fermeture temporaire: le 02/01/2026

Fermeture exceptionnelle les vendredi 26/12/2025 et 02/01/2026

Lundi: 8h30 à 12h30 - 13h30 à 17h30

Mardi: 13h30 à 17h30

Mercredi au vendredi: 8h30 à 12h30 - 13h30 à 17h30

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: Appeler ou envoyer un mail pour prendre rendez-vous

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 34 43 31 61

pole.social@mairie-villefranchedelauragais.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, conseil logement, conseil budget, domiciliation, aide à la mobilité, activités diverses, distribution de repas

<https://soliguide.fr/fr/fiche/28468>

Villemur-sur-Tarn

1. Le panier Villemurien

2 Rue des Huguenots (Derrière chez M. Le Maire), 31340 Villemur-sur-Tarn

Fermeture temporaire: le 25/12/2025

Fermeture exceptionnelle

Fermeture temporaire: le 01/01/2026

Fermeture exceptionnelle

Mercredi au jeudi: 9h à 11h30

Accueil inconditionnel

Sur rendez-vous: par téléphone ou par mail

Sur inscription

06 28 94 41 99

paniervillemurien@gmail.com

Les services: Panier alimentaire, vêtements

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27692>

2. CCAS/CIAS de Villemur-sur-Tarn

2 Av. Saint-Exupéry 31 340, 31340 Villemur-sur-Tarn

Lundi: 8h30 à 12h30 - 13h30 à 17h



Mardi: 8h30 à 12h30

Mercredi au jeudi: 8h30 à 12h30 - 13h30 à 17h

Vendredi: 8h30 à 12h30 - 13h30 à 16h30

Accueil inconditionnel

Accessible aux personnes à mobilité réduite

05 61 09 91 38

cias4@valaigo.fr

Les services: Accompagnement social, conseil administratif, conseil handicap, domiciliation, conseil logement, conseil budget, bon / chèque alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/30992>

Villeneuve-Tolosane

1. Association Aide Aux Familles - Villeneuve-Tolosane

2 Rue de l'Esplanade, 31270 Villeneuve-Tolosane

Fermeture temporaire: du 20/12/2025 au 04/01/2026

Fermé pendant les vacances scolaires

Vendredi: 8h30 à 12h

Accueil inconditionnel

06 75 81 84 17

aideauxfamilles31@gmail.com

Les services: Panier alimentaire

<https://soliguide.fr/fr/fiche/27035>

Nous vous invitons à vérifier les informations
directement sur [Soliguide.fr](https://soliguide.fr)



Flashez moi !