

# Les rendez-vous du centre social

**BELLEFONTAINE - LAFOURGUETTE**

**2 sept. 19 oct.**



**Mon Quartier + Facile**

**MAIRIE DE**



**TOULOUSE**

## ADULTES



### ATELIERS INFORMATIQUES

#### Atelier débutant

- › **Mardis 17, 24 septembre**
- › **Mardis 1, 8, 15 octobre**

| 10h30 › 12h  
| *Au centre social Bellefontaine*

#### Perfectionnement

- › **Mardis 17, 24 septembre**
- › **Mardi 1, 8, 15 octobre**

| 14h › 15h30  
| *Au centre social Bellefontaine*

**Pour vos urgences administratives sur internet**  
Prise de Rdv au  
05 62 27 44 20

### CULTURE ET EXPRESSION

#### Côtés Centres

Le journal des adhérents

#### Comité de rédaction

Choix du thème

- › **Mardi 24 septembre à 14h**

| *Centre social de Jolimont*

#### Écrivons le journal !

- › **Lundi 14 octobre 14h-16h**

| *Sur inscription*

#### Découverte Culturelle

Voyage en Asie

Découverte culinaire et culturel des pays d'Asie

- › **Mercredi 9 octobre de 10h à 12h30**

| *Sur inscription*

#### Sortie Culturelle

Les grands interprètes : découverte de l'orchestre national de Chine.

- › **À la Halle aux grains le jeudi 10 octobre de 18h00 à 22h00**

| *Sur inscription*

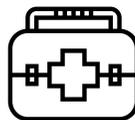


### PRENDRE SOIN DE SOI

#### Marche nordique

- › **Tous les lundis à partir du lundi 23 septembre**

| *Rendez-vous à 13h30 au Centre social ou à 14h sur le lieu de la marche*



#### Balade avec les ambassadrices de santé

- › **Tous les mardis matin**

| *Rendez-vous à 9h  
Devant le Centre culturel  
Alban Minville*

#### Sport sur ordonnance

Pratique d'activité physique encadrée et adaptée pour les personnes en affection longue durée

| *Proposé par l'association EPGV*

- › **Tous les jeudis après-midi de 14h30 à 15h30**

| *au Centre social de bellefontaine  
sur inscription avec participation financière*



#### Respirer, Bailler

Yoga Maitreya

- › **Tous les vendredis de 14h à 15h30 À partir du 20 septembre**

| *au Centre Social Bellefontaine  
Sur inscription*

## ADULTES



### ON DISCUTE

#### Petit déjeuner des adhérents Vos idées pour le Centre Social

- › Jeudi 19 septembre à 9h30
- › Jeudi 17 octobre à 9h30

| Au centre social Bellefontaine

#### Conversation en langue française

Pratique orale du français

| 15 places

- › Test le lundi 23 septembre  
et jeudi 26 septembre :

| sur inscription

- › Atelier à partir  
du lundi 7 octobre,

Les lundis de 14h à 16h et  
Les jeudis de 9h30 à 11h30

| Centre social Bellefontaine

#### Conversation en langue anglaise

| 20 places

- › À partir du 16 septembre,  
tous les lundis

| de 9h30 à 11h30

| au Centre social Bellefontaine

### COUTURE, TRICOT ET CROCHET

Places limitées (10 places)

Débutants ou confirmés

- › 19 septembre • 13h30
- › 26 septembre • 13h30
- › 3 octobre • 9h
- › 10 octobre • 13h30
- › 17 octobre • 13h30

### ON CUISINE

Atelier partagé avec  
l'association CSF

| 6 places / structure

| Tarif : 2€

- › Mardi 24 septembre  
Recettes de région

› Mardi 8 octobre  
Recettes d'Asie

| 9h › 14h

### TOUT PUBLIC

### ON JARDINE !

#### Permanence des jardiniers

Jardins de l'amitié  
du Tintoret

| cheminement Bouton

› Tous les mardis 11h › 12h  
| jardins partagés de Monlong

› Tous les mercredis 9h30 › 11h30  
| chemin de Perpignan

› Tous les jeudis 15h › 17h  
| Jardins partagés et familiaux

## TOUT PUBLIC



### AGIR DANS MON QUARTIER

Le centre social vous aide  
à monter vos projets pour  
votre quartier

| Prise de Rdv au 05 62 27 44 20

Présentez vos projets pour  
votre quartier

- › Vendredis 13 septembre  
et 4 octobre à 14h

| Espace créatif du centre social



### STAND VIE DE QUARTIER

› Les mercredis :  
18 septembre : Cultures

9 octobre : Santé mois  
sans tabac

16 octobre : de 9h30 à 12h

| Sur le marché de Bellefontaine

## TOUT PUBLIC

### Journée Portes Ouvertes des Jardins du Tintoret et de Monlong

Dimanche 6 octobre



- Temps d'accueil convivial des jardiniers à 10h
- Présentation et découverte des jardins partagés entre 10h et 16h
- Goûter collectif et clôture de la journée à 15h30

› Mercredi 9 octobre

#### Fête de la science « Océan de savoirs »

Ateliers et animations pour les familles

*Au jardins partagés et familiaux de Monlong*  
De 10h à 18h

#### Semaine du goût !

› Du 14 au 19 octobre

15 octobre : Animations et dégustations

16 octobre : Atelier culinaire parents enfants

#### Rencontres conviviales devant les écoles :

3 septembre à 15h30 : devant les écoles Bastide, Dottin et Pinhous

6 septembre à 15h30 : devant les écoles maternelles et élémentaires Buffon

9 septembre à 15h30 : devant l'école maternelle Camille Claudel

12 septembre à 15h30 : devant école maternelle et élémentaire Victor Hugo

#### Goûter partagé pour les familles

› le jeudi 12 septembre à partir de 16 h

dans l'espace enfance et famille Claude Nougato

## EN FAMILLE

### Le rendez-vous des familles Temps d'échanges ludiques

*les mardis 17 septembre*  
*et 8 octobre entre 16h30 et 18h*

### Projet Démos

Instruments à cordes  
Violon, violoncelle, alto

### Enfants de 7 à 9 ans

› les lundis de 16h30 > 18h  
› les mercredis de 13h30 > 15h  
*au centre social*

› Mercredi 23 septembre  
Goûter de rentrée

### Ateliers numériques avec La compagnie du code

#### Coding goûter parents/ enfants (Thème jeu vidéo)

Initiation à la programmation créative, programmation d'un petit jeu vidéo

*Enfants de 7 à 10 ans*  
*accompagnés par leurs parents*

› le mercredi 4 septembre de 14h à 17h

*Sur inscription*  
*(8 binômes possibles)*  
*Au centre social Bellefontaine*

## EN FAMILLE



### Coding goûter parents/ enfants (Thème sécurité numérique)

Atelier parent/enfant autour de la programmation et axé sur la sécurité numérique

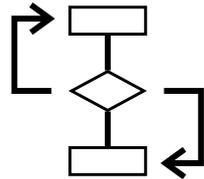
Enfants de 7 à 11 ans

*accompagnés par leurs parents*

Le mercredi 11 septembre de 14h à 17h

*Sur inscription (8 binômes possibles)*

*Au centre social Bellefontaine*



### Activités débranchées

Initiation à la programmation avec des petits jeux, sans utiliser d'écran

*Enfants de 6 à 8 ans*  
*accompagnés d'un adulte*

› le mercredi 25 septembre de 14h à 16h

*Sur inscription (6 enfants max)*  
*Au centre social Bellefontaine*



## DU NOUVEAU À LAFOURGUETTE

À partir du lundi 23 septembre nous vous accueillons à l'annexe de Lafourquette place des Glières toute la semaine !

Vous y trouverez un lieu d'accueil, de discussions et de participation à des projets ou des activités sur les thématiques suivantes :

- › **Lundi après-midi :**  
Santé et bien être
- › **Mardi matin :**  
Loisirs créatifs et expression
- › **Mercredi matin :**  
Aide aux démarches en ligne
- › **Après-midi :**  
Pause musicale
- › **Jeudi matin :**  
Alimentation
- › **Après-midi :**  
Culture et voyage
- › **Vendredi matin**  
Nature et environnement
- › **Samedi matin :**  
Présence pendant le marché de plein vent  
1 à 2 fois par mois

## ÉVÈNEMENT

### Fête de rentrée à Lafourquette

Moment de rencontre festif et convivial avec les habitants

- › **Mercredi 25 septembre**  
de 16h30 à 19h

| Place des Glières 31100  
Toulouse

### Ça bouge à Lafourquette

Évènement festif et convivial de rentrée (ateliers, danse, jeux, etc.)

- › **Samedi 19 octobre de 14h**  
à 18h30

| 28 rue de Gironis 31100 Toulouse

## LES PERMANENCES AU CENTRE SOCIAL

### Écrivain public

Aide aux démarches administratives  
Les lundis, mardis, mercredis et vendredis  
de 8h à 12h

- › **Pour prendre rendez-vous : 07 83 67 20 57**  
**Au centre social**

### Plateforme linguistique 31

Les mardis après-midi sur rendez-vous.  
Évaluation et orientation sur l'apprentissage de la langue française pour l'insertion professionnelle et sociale des adultes.

- › **Au centre social**  
Pour prendre rendez-vous :  
**contact@plateformelinguistique31.org**

### France Victimes 31

Permanences d'accueil et d'information.  
Pour les victimes d'infractions pénales.  
Prise en charge juridique, orientation.

- › **Au centre social**  
Pour prendre rendez-vous :  
**05 61 43 06 94**

### Une question santé ?

Venez rencontrer les Ambassadrices de santé  
de votre quartier

- › **Renseignement au centre social**

### Association VRAC

Vente de produits alimentaires au détail.

- › **Permanence**  
Mercredi 18 septembre
- › **Distribution**  
Mercredi 2 octobre

# LE COUP DE CŒUR



## › Ça bouge à Lafourguette

ON FAIT QUOI ?	C'EST OÙ ?	C'EST QUAND ?
<b>Evènement festif et convivial de rentrée</b> (ateliers, danse, jeux, etc.)	<b>28 rue de Gironis</b> <b>31100 Toulouse</b>	<b>Samedi 19 octobre</b> de 14h à 18h30

## LES INFOS PRATIQUES

### SITE DE BELLEFONTAINE

Espace Enfance & Famille Claude Nougaro  
3 impasse Foulquier 31100 Toulouse  
Métro ligne A, station Bellefontaine

#### Horaires d'ouverture

Lundi : 13h30 › 16h45

Du mardi au vendredi :

8h30 › 12h30 / 13h30 › 16h45

### SITE DE LAFOURGUETTE

Mairie de quartier  
Place des Glières - 31100 Toulouse

#### HORAIRE D'OUVERTURE

(À partir du 23 septembre)

Lundi : 14h › 17h

Du mardi au jeudi :

9h › 12h30 / 13h45 › 17h

Vendredi : 9h › 12h30

**PENSEZ À ADHÉRER POUR L'ANNÉE**  
**2024-2025 !**

#### Modalités d'adhésion !

Rendez-vous dans les accueils des centres sociaux pour remplir votre dossier d'adhésion (8 € par foyer) et fournir une attestation de responsabilité civile. Certaines activités nécessitent une participation financière.

#### INSCRIPTIONS AUX ATELIERS À PARTIR

**DU LUNDI 9 SEPTEMBRE À 13H30**

*les lundis après-midi, mardis, jeudis  
et vendredi après du secrétariat :*

**05 62 27 44 20**

**[csocial-belfon@mairie-toulouse.fr](mailto:csocial-belfon@mairie-toulouse.fr)**



Retrouvez le programme  
du centre social  
en **flashant ce QR Code.fr**



Imprimerie de Toulouse Métropole - Papier recyclé