

Les rendez-vous du centre social

BELLEFONTAINE - LAFOURGUETTE

4 mai > 3 juil.



centre social
Bellefontaine - Lafourguette



Aimer Vivre à Toulouse
MAIRIE DE  **TOULOUSE**

LES COUPS DE CŒUR



Samedi 30 mai
15h › 18h30

Fête de quartier Lafourguette

Ateliers, animations, goûter, danse, musique
et d'autres surprises

Ouvert à tous
Place des Glières

Samedi 27 juin
15h › 18h30

Fête de quartier Bellefontaine

Ateliers, animations, expositions, musique
Goûter offert

Ouvert à tous
Au Centre Social Bellefontaine

LES INFOS PRATIQUES

**FERMETURE DU CENTRE SOCIAL LE 8 MAI
ET LES 14 ET 15 MAI 2026**

SITE DE BELLEFONTAINE

Espace Enfance & Famille Claude Nougaro
3 impasse Foulquier 31100 Toulouse
Métro ligne A, station Bellefontaine
05 62 27 44 20

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
Bus L4, arrêt Les Glières
05 31 22 96 54

HORAIRE D'OUVERTURE

Lundi et mercredi : 14h › 17h

Mardi et jeudi : 9h30 › 12h / 14h › 17h

Vendredi : 9h30 › 12h

**PENSEZ À ADHÉRER POUR L'ANNÉE
2025-2026 !**

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 4 MAI À 13H30

les lundis après-midi, mardis, jeudis
et vendredis auprès du secrétariat :

05 62 27 44 20

csocial-belfon@mairie-toulouse.fr



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

NUMÉRIQUE



Ateliers informatiques collectifs

- › **Mardis 12, 19, 26 mai**
- › **Mardis 2, 9, 16, 23, 30 juin**
- 14h › 15h30**

| Bellefontaine

COUTURE, TRICOT ET CROCHET



Débutants ou confirmés.

- › **Tous les jeudis**
- 7 mai : 9h › 12h**
- 21 mai : 13h30 › 16h30**
- 28 mai : 9h › 12h**
- 4 juin : 13h30 › 16h30**
- 11 juin : 9h › 12h**
- 18 juin : 13h30 › 16h30**
- 25 juin : 9h › 12h**
- 2 juillet : 13h30 › 16h30**

| 10 places – sur inscription
Bellefontaine

CULTURE ET EXPRESSION

Conversation en langue française

Pratique orale du français.

- › **Lundis 4, 11, 18, 25 mai**
- › **Lundis 1^{er}, 8, 15, 22, 29 juin**
- › **Jeudis : 5, 21, 28 mai**
- › **Jeudis : 4, 11, 18, 25 juin**
- 9h30 › 11h30**

| Bellefontaine

Ciné Palabre

Dans le cadre du Mois du Monde

Film : "Sous les Figuiers"

- › **Jeudi 25 mai**
- 14h30**

| 5 places – sur inscription
Médiathèque Grand M



Concerts

- › **Jeudi 25 mai**
- Tango, Samba et Bolero

- › **Jeudi 11 juin**

Chants traditionnels des îles Amami et du Sud du Japon

- › **Jeudi 18 juin**

Lassita Trio : fusions andalouses

11h

| Entrée libre
Salle Sénéchal (rue Rémusat)



Journal Côté Centres Rencontres des adhérents

Temps convivial, repas partagé

- › **Mardi 26 mai**
- 12h › 16h**

| Centre social Empalot

L'atelier des choses à dire

Écriture ludique

- › **Mardis 2 et 23 juin**
- 10h45 › 12h15**

| 8 places – sur inscription
Salle Gironis – Lafourquette

ECHANGES ET RENCONTRES

Stand Vie de Quartier 9h30 › 12h

Marché de Bellefontaine

- › **Mercredi 13 mai**

Thème : Emploi et Entrepreneuriat

- › **Mercredi 27 mai**

Thème : Numérique

- › **Mercredi 10 juin**

Thème : Logement

- › **Mercredi 24 juin**

Thème : Santé, diabète

Rencontre et accueil des étudiants américains

- › **Mardi 5 mai**

11h › 13h

Repas partagé (auberge espagnole)

| 8 places – sur inscription
Aux jardins de Monlong (Chemin de Perpignan) ou au Centre Social Lafourquette

- › **Mercredi 20 mai**
- 9h30 › 11h30**

| Petit déjeuner "à la française"
8 places – sur inscription
Lafourquette



Atelier cuisine avec la CSF

- › **Vendredi 22 mai**
- 9h › 14h**

| 6 places – sur inscription
Participation : 2 €
Bellefontaine

Défi culinaire ensoleillé

- › **Mercredi 3 juin**
- 10h › 12h**

| 10 places – sur inscription
Bellefontaine

ADULTES

Barbecue à Monlong avec la CSF

Préparation au centre social et repas à Monlong

› **Mardi 23 juin**
9h › 14h

6 places – sur inscription
Participation : 2 €

Conversation en Espagnol

Temps convivial autour du projet de groupe de conversation en langue espagnole (Niveau A2 : collège)

› **Jeudi 18 juin**
11h › 12h

12 places – sur inscription
Bellefontaine

NOUVEAU !

Temps libre et ouvert !

Un moment pour vous retrouver entre adhérents. Des activités et des échanges libres.

› **Vendredi 22 mai**
› **Vendredi 19 juin**
15h › 16h30

SANTÉ & BIEN-ÊTRE



Marche active

› **Lundis 4, 11, 18 mai**
› **Lundis 8, 15, 22, 29 juin**

RDV à 13h30 au Centre social ou à 14h sur le lieu de la marche

10 places dont 7 places dans le mini-bus
Sur inscription – Bellefontaine



Yoga doux et relaxation

› **Mardis 5, 12, 26 mai**
› **Mardis 2, 9, 16, 23, 30 juin**
9h30 › 10h30

10 places – sur inscription
Salle Gironis – Lafourquette

Atelier cocooning

«Un temps pour soi»
Henné et échanges d'astuces beauté

› **Mardi 19 mai**
10h › 12h

8 places – sur inscription
Salle Gironis – Lafourquette



Aisance Aquatique

“Surmonter sa peur de l'eau”

› **Jeudis 7, 21, 28 mai**
› **Jeudis 4, 11, 18, 25 juin**
16h › 17h

8 places – sur inscription
Piscine Alban Minville

NOUVEAU !

TAÏ CHI adultes et seniors (6 séances)

Dans le cadre découverte : parcours santé

› **Vendredis 22, 29 mai**
› **Vendredis 5, 19, 26, juin**
› **Vendredi 3 juillet**
14h › 15h

10 places – sur inscription
Bellefontaine

Atelier découverte “Chant vibratoire”

La voix comme instrument de détente

› **Vendredi 12 juin**
14h › 15h

10 places – sur inscription
Bellefontaine

Atelier découverte “QI GONG” en extérieur

› **Mercredi 24 juin**
14h30 › 16h

20 places – sur inscription
Parc de Gironis – Lafourquette

ATELIERS SENIORS

Art Thérapie

Activités manuelles et créatives pour les aidants de 60 ans et + et leurs proches aidés

› **Les lundis 4, 11, 18 mai**
› **Les lundis 1^{er}, 8, 15, 22, 29 juin**

6 places – sur inscription
Bellefontaine

Une question santé ?

Venez rencontrer les **Ambassadrices de santé** de votre quartier

Renseignements au
Centre social Bellefontaine
05 62 27 44 20
csocial-belfon
@mairie-toulouse.fr

TOUT PUBLIC

PARTICIPATION / VIE DU CENTRE SOCIAL



Petit déjeuner des adhérents

Vos idées pour le Centre social

- › **Jeudi 21 mai**
9h30 › 11h30

| Bellefontaine

Goûter des adhérents

Vos idées pour le Centre social

- › **Lundi 8 juin**
16h15 › 18h

| Bellefontaine

Fête de quartier Bellefontaine

Réunion de préparation

- › **Mardi 19 mai**
10h › 11h30

| Espace créatif - Bellefontaine

Agir
DANS MON
quartier

Agir dans mon quartier

Le Centre social vous aide à réaliser vos projets pour votre quartier

- › **Jeudi 21 mai**
16h30

| Lafourquette

- › **Vendredi 12 juin**
14h

| Bellefontaine

ENVIRONNEMENT / JARDINS



Permanences des jardiniers

Jardins de l'amitié du Tintoret

- › **Mardis 5, 20 mai**
- › **Mardis 2, 16, 30 juin**
11h › 12h

| Cheminement Bouton

Jardins partagés et familiaux de Monlong

Jardinage, permanence et visite

- › **Mercredis 6, 21, 27 mai**
- › **Mercredis 3, 10, 17, 24 juin**
- › **Mercredi 1^{er} juillet**
9h30 › 11h30

| Parc Monlong, chemin de Perpignan

Les arbres de mon quartier

Dessignons ensemble une carte sensible / repas offert

- › **Mercredi 13 mai**
9h30 › 16h30

| Bellefontaine

EN FAMILLE

Atelier parents / enfants

Thème : La Nature

- › **Mercredis 6 et 27 mai**

- › **Mercredi 3 juin**
15h › 17h

| Hall du 1^{er} étage
Bellefontaine



EN FAMILLE

Ateliers ados

Projet Jeunes

- 1. Atelier goûter
› **Mercredi 20 mai**
14h › 15h30

| Bellefontaine

- 2. Jardinage
› **Mercredi 24 juin**
14h › 15h30

| Parc de Montlong

ÉVÈNEMENTS

Fête des Associations et des Centres sociaux

Informations et animations

- › **Samedi 13 juin**
13h30 › 18h

| Place du Capitole

Fête de l'Espace Enfance et Familles Claude Nougaro

Thème : La Nature
Exposition, mini-ferme, Fraîch'Attitude, goûter

- › **Jeudi 18 juin**
16h › 18h

| Bellefontaine

Fête du quartier Lafourquette

- › **Samedi 30 mai**
15h › 18h30

Ateliers, animations, goûter, danse, musique et d'autres surprises

| Ouvert à tous
Place des Glières

Fête de quartier Bellefontaine

- › **Samedi 27 juin**
14h30 › 18h30

Ateliers, animations, expositions, musique

| Goûter offert - Ouvert à tous
Bellefontaine

LES PERMANENCES AU CENTRE SOCIAL BELLEFONTAINE

.....

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

France Victimes 31

Permanences d'accueil et d'information
Pour les victimes d'infractions pénales
Prise en charge juridique, orientation
Pour prendre rendez-vous : 05 62 30 09 82

Info Droits

Questions juridiques du quotidien (famille, travail, logement, contrats, droit public, procédures...)
Permanence accueil et information gratuite de 14h à 16h
Les mardis 5, 12, 26 mai et 3, 9 juin
Pour prendre rendez-vous : 05 56 45 25 21 ou www.infodroits.org

Permanences numériques : rendez-vous individuels d'1h

Une conseillère du Centre social est là pour vous aider dans vos démarches en ligne.
Tous les mardis : de 9h30 à 12h20 et les mercredis : de 9h30 à 12h30
Inscriptions par téléphone au 05 62 27 44 20

LAEP : Lieu parents enfants

Accueil des familles gratuit et anonyme par des professionnelles de la petite enfance.
Pour les enfants de 0 à 6 ans.
Les jeudis et vendredis matins : de 9h à 12h30
Le 3^{ème} samedi de chaque mois : de 9h à 12h30

LES PERMANENCES AU CENTRE SOCIAL LAFOURGUETTE

.....

Info Droits

Questions juridiques du quotidien (famille, travail, logement, contrats, droit public, procédures...)
Permanence accueil et information gratuite de 10h à 12h
Les jeudis 7, 21, 28 mai et 4, 18 juin
Pour prendre rendez-vous : 05 56 45 25 21 ou www.infodroits.org

Mission Locale de Toulouse

Des conseillers viennent à la rencontre des jeunes toulousains de 16 à 25 ans
(Accès des jeunes à l'autonomie et à l'emploi).
Tous les mardi de 14h à 17h
Pour prendre rendez-vous : 05 61 41 77 33 ou www.mltoulouse.org

Écrivain public

Avec la Confédération Syndicale des Familles (CSF)
Aide aux démarches administratives (rédaction de courriers, dossiers divers, etc.)
Tous les lundis de 14h à 18h
Tous les jeudis : de 10h à 12h
Pour prendre rendez-vous : 05 34 63 18 75 - Gratuit

Permanences numériques : rendez-vous individuels d'1h

Une conseillère du Centre social est là pour vous aider dans vos démarches en ligne.
Les mercredis après-midi : de 14h à 17h
Inscriptions par téléphone au 05 62 27 44 20