



centre social

Bellefontaine/ Lafourguette

Du 1^{er} septembre au
16 octobre 2020

Inscriptions aux ateliers :

les lundis après-midi, mardis, jeudis et vendredis

auprès du secrétariat

Programme disponible à partir du Padlet du Centre Social :

<https://padlet.com/csocialbellefontaine/81xw9jfv4mqk2qad>

et sur la page web : <https://www.toulouse.fr>

valeurs
participation
habitants
innovation
initiatives

expression
écrite

Ce programme est susceptible
d'être modifié en fonction de la
situation sanitaire.

MAIRIE DE  TOULOUSE

WWW.TOULOUSE.FR

Toulouse en grand !

PARENTS/ENFANTS

Vous recherchez des informations pour les parents - enfants

Blog de l'Espace des parents : espacedesparents.wixsite.com/bellefontaine

● « LES PETITS CHEFS » - Salle animation

« Après l'école » : venez cuisiner avec votre enfant un plat que vous pourrez déguster en famille à la maison le **jeudi 1^{er} octobre de 16h30 à 18h** : cookies à la spiruline.

● VENEZ PARTAGER UN MOMENT AVEC VOS ENFANTS :

- À la résidence du Chapitre, rue Cesbron, les **mercredis de 15h30 à 17h**, autour d'activités de lecture, de jardinage, créatives
- À la mairie de quartier de Lafourquette, les **mardis de 15h30 à 17h** Avec la Confédération Syndicale des Familles
- À la cité le Parc, impasse de Londres : **Jeudi 24 septembre à 16h30**
- Au Milan, place du Milan : **Mercredi 9 septembre de 14h à 15h** : Activités manuelles. **Mercredi 7 octobre de 14h à 16h** : préparation du goûter.

ENFANTS

● PROJET DISPOSITIF D'ÉDUCATION MUSICALE ORCHESTRE À VOCATION SOCIALE :

« Apprentissage des instruments à cordes » : violon, violoncelle, alto
Salle animation

Pour les enfants de 7 à 12 ans
(groupe constitué)

- Les **mercredis 16, 23, 30 septembre et 7 octobre de 13h30 à 15h**
- Tutti le **samedi 19 septembre de 10h à 12h30** au Centre Culturel Alban Minville.



ADULTES

● **PETIT DÉJEUNER DES ADHÉRENTS** – salle animation
Jeudi 17 septembre à 9h30 - venez échanger sur le projet du centre.

● MANGER....BOUGER... SE RELAXER...

Ateliers culinaires - salle d'animation

Rendez-vous de rentrée : mardi 22 septembre, 14h - 12 places
autour du jeu Kit Popote

- **Santé alimentation** - 12 places
Vendredi 16 octobre : semaine du goût avec Nutry Boogy
- **Avec la Confédération Syndicale des Familles** - 8 places
Vendredi 2 octobre : repas international
Accueil à 9h pour les ateliers culinaires. Début de l'atelier 9h30 – 2€

Sport

- **Marche nordique et vélo**
Tous les lundis à partir de 14 septembre : RDV à 13h30 au centre social ou 14h à La Ramée.

Un moment pour soi - avec la Confédération Syndicale des Familles -
salle d'animation

Bien-être - 6 places / structure 14h

- **Mardi 6/10** : confection de crème et masque beauté maison
- **Mardi 13/10** : soins visage - gommage, masque et crème avec les produits préparés.

Atelier informatique

Les jeudis 1^{er}, 8 et 15 octobre

- 14h00 à 15h15 : environnement informatique.
- 15h15 à 16h30 : smartphones, tablettes et applications.

NOUVEAU !

● ACTION POUR LES SENIORS « PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ AVEC LA MUTUALITÉ FRANÇAISE »

Vendredi 25 septembre à 9h : réunion de présentation

Les vendredis matin, 9h30/11h30 :

- 2/10 : l'heure du conte
- 9/10 : Mon alimentation au quotidien
- 16/10 : opticiens « prendre soin de sa vue ».

● CONVERSATION EN LANGUE FRANÇAISE – ESPACE CRÉATIF

Apprentissage des notions de base en français – 25 places

Tests de niveaux :

lundi 7 septembre de 14h à 16h

jeudi 10 septembre de 9h à 12h – sur Rdv

Lundi de 14h à 16h et jeudi de 9h30 à 11h30

Début des cours : **lundi 2 novembre à 14h**

● CONVERSATION EN LANGUE ANGLAISE

Les mardis (en fonction des salles disponibles)

Groupe pré-intermédiaire – **de 14h à 15h**

Groupe conversation – **de 15h à 16h**

● CÔTÉ CENTRES

Lundi 21 septembre 14h - 16h30 au centre social d'Empalot : venez participer aux réunions du comité de rédaction du journal des centres sociaux.

● ATELIER CONSO

Mardi 29 septembre de 14h à 15h30 : les différents types d'énergie dans ma maison

Jeudi 1^{er} octobre de 14h à 15h30 : mise en pratique « j'agis sur ma consommation pour réduire mes factures ».

● COUTURE, TRICOT ET CROCHET

10 places (débutant ou confirmé)

Salle animation

Jeudi 17 septembre / 13h30

Jeudi 24 septembre / 13h30

Jeudi 1^{er} octobre / 9h

Jeudi 8 octobre / 9h

Jeudi 15 octobre / 13h30



ATTENTION !

Pensez à amener votre matériel :

1 paire de ciseaux, découvite, fil, épingles et tissus...

● ATELIER D'AUTO-DÉFENSE POUR LES FEMMES

Découverte de techniques verbales, psychologiques et physiques d'auto-défense pour prendre confiance en soi

Mardi 13 octobre, de 9h à 12h au centre social

● UN TEMPS POUR SOI – UN TEMPS POUR TOUT

Échanger entre les participants, poursuivre un atelier, jouer ensemble, **les vendredis**

Salle animation du centre social ou résidence du Chapitre, rue Cesbron

Au centre social, projet Téléthon

POUR TOUS

● ENVIRONNEMENT

Permanences aux « Jardins de l'amitié du Tintoret » cheminement Bouton

- **Les jeudis, 3 et 10 septembre de 8h30 à 9h30.**
- **Les mardis 1^{er}, 8, 29 septembre et 6 et 13 octobre de 17h à 18h**
- **Réunion du bureau des jardiniers le mardi 15 septembre de 17h30 à 19h, au jardin.**

Permanences jardinage aux « Jardins partagés de Monlong »

- **Les mercredis / 9h30 à 11h30, chemin de Perpignan**
- **Les jeudis / 16h à 17h30, promenade Marrot**
- **Réunion des jardiniers de Monlong, le 10 septembre, à 17h au parc Monlong**



ÉVÉNEMENTS / PROJETS

● AGIR DANS MON QUARTIER

Venez partager vos projets pour votre quartier.

Ouvert à tous les habitants du quartier à 14h :

- Vendredi 18 septembre, centre social Espace créatif
- Vendredi 9 octobre, centre social - Espace créatif

● TOUTES À NOS TERRASSES DE CAFÉ

- Mardi 6 octobre, à 12h45. Venez partager un café, un thé tout en échangeant sur des thématiques. Se renseigner auprès du lien horizon danses

● STAND MARCHÉ

- À partir du 2 septembre, les mercredis matins, de 9h à 12h, sur le marché de Bellefontaine, avec le Social Truck de l'AFEV. Venez rencontrer les acteurs du quartier, découvrir leur actualité, échanger entre habitants.
- Les présentations à venir : les 2 et 9/09 – les infos de la rentrée

● LE MILAN

- « C'est la rentrée au Milan/Cité du parc »
Mercredi 16 septembre de 14h à 17h, impasse de Londres /Cité du parc - Forum des associations et animations.
- Rdv santé : prévention, sensibilisation des cancers
Jeudi 8 octobre de 13h30 à 16h30, impasse de Londres /Cité du parc.

● SENIORS ET +

Du 23 au 26 septembre, place du Capitole – Se renseigner au centre social.



● LE VILLAGE CHAMPÊTRE

Mercredi 23 septembre de 10h à 18h, rue E. Satie, à Reynerie.
Thématique : la nature en ville

● TOULOUSE PREND LA CLÉ DES CHAMPS

Dimanche 27 septembre de 10h à 18h, au jardins des plantes. Venez découvrir les jardins en ville.

● MIX CITÉS

Dimanche 27 septembre de 10h à 20h, place Martin Luther King, animations familles. Se renseigner auprès du Lien Horizon Danses.

● UN DIMANCHE AU BORD DU LAC

Dimanche 4 octobre de 12h à 19h, autour du lac de Reynerie animations familles.

● LA FÊTE DE LA SCIENCE

Mercredi 7 octobre de 14h à 17h30, au parc Monlong, Thème : « quelles relations entre l'homme et la nature ? ».

● LA SEMAINE DU GOÛT - Du 12 au 16 octobre

Jeudi 15 octobre, de 16h à 18h - Animations, dégustations dans l'espace enfance famille Claude Nougaro.

● BOUGEZ, JOUEZ À LAFOURGUETTE, 5ème édition - Activités sportives pour tous les âges

Le samedi 17 octobre de 15h à 19h
Au complexe sportif de Gironis
35 rue de Gironis.



Conditions d'accès au centre social

- remplir un dossier à l'accueil,
- 8€ pour l'année scolaire,
- assurance responsabilité civile
- certaines activités nécessitent une participation financière (catalogue des tarifs)

Le centre social au plus près de vous

- Entrée de l'impasse Foulquier, à 8h : lundi 7 septembre
- Devant l'école Victor Hugo, à 16h15 : lundi 7 septembre
- Devant les écoles Buffon,
 - à 16h : mardi 8 septembre,
 - à 8h : mardi 15 septembre
- Devant l'école élémentaire Bastide,
 - 8h : jeudi 10 septembre
 - 16h : mardi 15 septembre
- Allées Bellefontaine, 16h15 : lundi 14 septembre

Structures hébergées

France victimes 31 : permanences d'accueil et information pour les personnes victimes d'infractions pénales. Prise en charge juridique, orientations.

Prendre rendez-vous au 05 61 43 06 94

Lien Horizon danses : accompagnement à la scolarité pour des enfants de l'école élémentaire Victor Hugo, lundi, jeudi et vendredi de 16h à 17h30

Permanences écrivain public : mardi, jeudi et vendredi de 8h30 à 11h30

Plateforme linguistique 31 : évaluation et orientation sur les formations d'apprentissage de la langue française pour l'insertion sociale et professionnelle des adultes. Permanences le mardi après-midi.

Prise de rendez-vous sur le site contact@plateformelinguistique31.org

bellefontaine
centre social



MAIRIE DE TOULOUSE

Centre social Bellefontaine/Lafourguette

Espace enfance et famille Nougaro

3, impasse Foulquier - 31100 Toulouse

Métro ligne A, station Bellefontaine

05 62 27 44 20

csocial-belfon@mairie-toulouse.fr