

Les rendez-vous du centre social

RANGUEIL

1^{er} sept. > 30 nov.



© Pixabay



Mon Quartier + Facile

MAIRIE DE  **TOULOUSE**

ÉVÉNEMENTS

CINÉ SOUS LES ÉTOILES

Série de courts-métrages : Humour en courts

› **Vendredi 6 septembre**
21h > 22h30

Durée 1h22,

6 courts-métrages

Après-midi récréatives, jeux,
stands gourmandises et
restauration sur place par
Alex Melotto «la cantine
italienne».

| *Prairie Maison de quartier*
Entrée libre

En lien avec la projection la série de courts-métrages :

Stands jeux en famille

› **16h30 > 18h**

| À partir de 3 ans

Gourmandises et restauration

› **18h30 > 21h**

Stands gourmandises par
les usagers et restauration
sur place par Alex Melotto
«La Cantine italienne».

Spécial vendredi 13 : Mon Crime

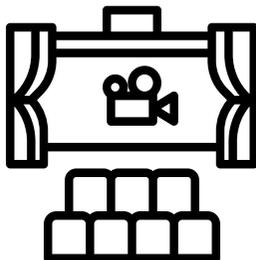
| *Prairie Maison de quartier*
Ranguueil

› **Vendredi 13 septembre**
21h > 22h45

Durée 1h43, Comédie,
France 2023 - F.OZON

Dans les années 30 à Paris,
Madeleine Verdier, jeune
et jolie actrice sans sou et
sans talent, est accusée
de meurtre d'un célèbre
producteur.

| *Entrée libre*



En lien avec la projection film :

Cluedo géant

| *en partenariat avec la*
ludothèque ADEA Arc en Ciel
Maison de quartier Ranguueil

› **16h30 > 18h**

| À partir de 8 ans
et inscription conseillé

Lecture dans le noir

› **16h30 > 18h**

| *Médiathèque de Ranguueil*
Histoires effrayantes
et *mystérieuses*

LES ARTS EN BALADE #8

Exposition Florilège des quartiers

› **Du 11 au 26 septembre**

| *Salle polyvalente*

Ouverture des ateliers
d'artistes à l'occasion de
la 8^e édition des Arts en
balade à Toulouse. À cette
occasion, la MDQ Ranguueil
accueille une exposition
exceptionnelle d'artistes des
quartiers Ranguueil, Saint-Agne,
Terrasse et Pouvoirville.

| *Entrée libre,*
selon horaires ouverture
de la Maison de Quartier
Ranguueil

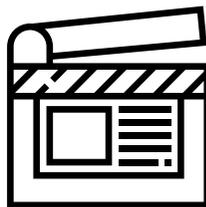
En lien avec l'exposition :

› **Mercredi 11 septembre**
à 18h30

Vernissage suivi d'un apéro
ballade avec Mathieu & Jalana

› **Vendredi 13 septembre**
jusqu'à 20h30

Présence exceptionnelle des
artistes.



After School

Ciné blabla :
projection de courts
métrages

› **Vendredi 4 octobre**
16h30 > 18h

| *Salle polyvalente*

En famille, débutez le
week-end en douceur
avec une série de courts
métrages/débats suivis de
dégustations gourmandes

| *Entrée libre*

ATELIERS

PAROLES D'ADHÉRENTS

Pause info

| Salle centre social

› **Mercredis 4 septembre, 2 octobre, 6 novembre 10h › 12h**

Réunion d'information entre les adhérents et les professionnels, partage de bons plans et mise en place de projets collaboratifs et participatifs.

| Entrée libre

Remue méninges

| Salle centre social

› **Lundi 16 septembre 10h › 12h**

Instance de partage et d'échanges autour du projet du moment.

| Réservés aux porteurs de projet

ATELIERS CRÉATIFS

De fil en aiguille

| Salle centre social

› **Lundis 23 & 30 sept, 21 octobre, 4 & 25 novembre 14h › 16h30**

Ateliers conviviaux, échanges de techniques et de savoirs autour du tricot, crochet, broderie et point de croix.

| Entrée libre

CUISINE D'ICI ET D'AILLEURS

Spécial pique-nique

Salle centre social

› **Mardi 24 sept. - 10h › 14h**

Atelier cuisine à emporter suivi d'une pause déjeuner en mode pique-nique dans le jardin de Rangueil.

| Tarif : 2€

En lien avec l'atelier :

Marmite ou chaudron ?

| Salle centre social

› **Mardi 24 sept 10h › 12h**

Réalisation de confiture de saison pour la vente au stand alimentaire du marché de Noël « Pause féérique ».

| Inscription obligatoire

Douceurs et gourmandises : épices dans nos biscuits

| Salle centre social

› **Jeudi 3 octobre - 10h › 12h**

Quand les épices relèvent les goûts de nos biscuits, venez les tester et les déguster.

| Tarif 2€

Douceurs et gourmandises : Les cucurbitacées

| Salle centre social

› **Jeudi 28 novembre 10h › 12h**

Les cucurbitacées, stars de saison à déguster dans vos gâteaux.

| Tarif : 2€

DES CLICS ET DES MOTS

Atelier photographie et écriture

| Salle centre social & Toulouse

› **Jeudis 26 septembre & 21 novembre -14h › 16h**

Atelier amateur de photographie mêlant prises de vue, balades et écriture.

| Gratuit sur inscription

BIEN-ÊTRE & SANTÉ

ATELIERS RÉSERVÉS : ICOPE & aux + 60 ans



› **Lundi 7 oct. - 10h › 11h30**

Conférence : prendre sa santé en main

| Salle polyvalente

› **Lundi 14 oct. - 10h › 11h30**

Conférence : prévention des chutes

| Salle polyvalente

› **Vendredis 4, 18 oct., 8, 15, 22 & 29 nov. 10h › 11h**
Sophrologie

| Salle Bar

BIEN-ÊTRE & SANTÉ (suite)

ATELIERS RÉSERVÉS : ICOPE & aux + 60 ans

› Lundis 7, 14 oct., 4, 18, 25 nov.

14h › 16h

Art Thérapie

| Salle Patio



› Lundis 4, 18 & 25 nov.

10h › 11h30

Mémoire

| Salle Patio

› Lundis 4, 18 & 25 nov.

14h15 › 17h

Cap Bien-être

| Salle Bar

STAGES & DÉCOUVERTES

DÉCOUVERTE DE L'ESTAMPE

| Inscription obligatoire

| Salle centre social

› Mardi 17, vendredi 20 sept.

14h › 15h30

› Jeudi 26 septembre

10h › 11h30

Kitchen litho

› Mardis 1^{er} & 15 octobre

14h › 16h

Linogravure

› Mardi 5 novembre

14h › 16h

Cyanotype

PARENTALITÉ



DANS LE CADRE DU PROJET « FAMILLES : TOUTE UNE HISTOIRE ! »

› Du 15 oct. au 20 nov.

Les contes et légendes, sous leurs airs naïfs, accompagnent les enfants dans leur apprentissage du monde, des émotions. Ils sont aussi synonymes de moments tendres, malicieux, effrayants. Nous vous donnons rendez-vous en famille, pour découvrir, redécouvrir voire créer vos histoires !



En lien avec l'événement :

› Du 15 oct. au 20 nov.

Exposition participative : Contes et légendes

| Hall de la MDQ & Médiathèque
de Rangueil

Ils ont bercé des générations d'enfants et continuent de nourrir leur imaginaire. À leur lecture, rire, frissons et rêve garantis ! Quand les illustrateurs et illustratrices d'aujourd'hui revisitent ces histoires, le résultat est toujours plein de fantaisie.

› Mardi 15 octobre

15h › 19h

Rencontre Familles : Forum Culture, Loisirs et Sport

| Inscription obligatoire

| Salle Polyvalente

Présentation de l'offre de culture, loisirs et sport pour les familles (ateliers, stages, sorties, séjours...) ainsi que des dispositifs d'aide aux vacances de la CAF.

› Jeudis 17 oct. & 7 nov.

15h › 16h30

Dans la forêt des contes... ma famille !

Engagement sur les 2 ateliers
créatifs parent-enfant

Créer son arbre en famille puis s'inscrire joyeusement dans un décor de forêt pour jouer tous ensemble à se trouver, se perdre, se chercher.

| Jeune public 0-3 ans

| Inscription obligatoire

| LAEP Rangueil

› Samedi 19 octobre

15h › 17h

Switchons en famille

Affrontez vous en duels ou en équipe... que le meilleur gagne !

| Jeune public + 7 ans

| Inscription obligatoire

| Médiathèque Rangueil



PARENTALITÉ

› **Mardi 29 octobre**
10h30 > 11h15

Spectacle en famille : Les souvenirs enchantés

Avec sa valise pleine de souvenirs, Margot rentre de vacances. Arrivée dans sa chambre remplie de jeux, de couleurs et de décorations magiques, elle va nous partager toutes ses trouvailles et ses souvenirs enchantés des quatre coins du monde.

| Jeune public + 7 ans
Inscription obligatoire
Médiathèque Rangueil

› **Mardi 29 octobre**
15h30 > 16h30

Danse en famille

Pour faire suite au spectacle, les familles sont invitées à participer à ce moment d'éveil et initiation à la danse de façon ludique en musique.

| Jeune public 3 à 8 ans
Inscription obligatoire
Maison de quartier Rangueil

› **Mercredi 30 octobre**
10h > 12h

Au bout du conte

Participez à cet atelier créatif et créez en famille les éléments de votre histoire : héros, lieu, compagnon, objet... et inventez, réinventez vos contes !

| Jeune public 6 à 10 ans
Inscription obligatoire
Maison de quartier Rangueil

› **Jeudi 31 octobre**
15h > 16h30

À nous de jouer

Découvrez la sélection des ludothécaires et profitez du plaisir de jouer en famille

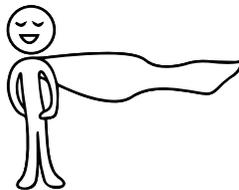
| Famille
Inscription obligatoire
ADEA Arc En Ciel
Ludothèque Rangueil

› **Samedi 9 novembre**
10h > 11h30

Mon petit héros de papier...à toi de jouer !

Cet atelier est destiné à la création de cartes colorées (collage et peinture) pour faire naître ses petits héros de contes et les ranger dans leur pochette pour plus tard imaginer leurs histoires.

| Jeune public 3 à 6 ans
Inscription obligatoire
LAEP Rangueil



› **Samedi 9 novembre**
14h > 16h

Super-MOI !!

Créez en famille votre héroïne, ses pouvoirs, son costume.... Et c'est parti pour l'aventure !

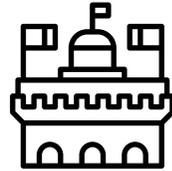
| Jeune public 5 à 10 ans
Inscription obligatoire
Maison de quartier Rangueil

› **Mercredi 13 novembre**
10h30 > 12h

Lecture « La cabane à histoire »

Rejoignez, en famille, la douillette cabane et prenez le temps de vous laisser conter.

| Jeune public 4 à 7 ans
Inscription obligatoire
Médiathèque Rangueil



› **Mercredi 13 novembre**
16h > 17h30

Vernissage de l'exposition «Contes et légendes»

Présentation et échanges autour de l'exposition

| Tout public
Maison de quartier

› **Jeudi 14 novembre**
15h > 16h30

Il était une fois...deux petits doigts !

Créer son livre accordéon « le leprelo » pour jouer à 2 avec les doigts, cheminer ensemble et se raconter des histoires.

| Jeune public 0 à 3 ans
Inscription obligatoire
LAEP Rangueil

PARENTALITÉ

› **Vendredi 15 novembre**
10h30 > 11h

Yoga merveilleux des petits

Atelier relaxation à la découverte du yoga, en famille...dans le monde enchanteur des contes.

Jeune public 1 à 3 ans
Inscription obligatoire
Médiathèque Rangueil



› **Samedi 16 novembre**
13h30 > 15h

Contes-moi ton/notre histoire!

Temps de rencontre en famille au LAEP pour partager et découvrir les réalisations des ateliers.

Jeune public 0 à 3 ans
Inscription obligatoire
LAEP Rangueil

› **Samedi 16 novembre**
15h > 16h30

Anime ton dessin

Atelier créatif Colorisation et animation d'illustration jeunesse : quand la technologie rencontre un classique

Jeune public + 8 ans
Inscription obligatoire
Médiathèque Rangueil

› **Samedi 16 novembre**
15h30 > 17h30

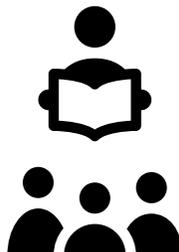
Contes et histoires racontés aux enfants : l'importance de la transmission orale dans la famille

Conférence & débat animé par
Françoise VALON, philosophe,
et Lucie FERNANDEZ du CIPE

« L'enfance croit ce qu'on lui raconte et ne le met pas en doute. Elle croit qu'une rose qu'on cueille peut attirer des drames dans une famille. Elle croit que les mains d'une bête humaine qui tue se mettent à fumer et que cette bête en a honte lorsqu'une jeune fille habite sa maison. Elle croit mille autres choses bien naïves. C'est un peu de cette naïveté que je vous demande et, pour nous porter chance à tous, laissez-moi vous dire quatre mots magiques, véritable « sésame ouvre-toi » de l'enfance : IL ÉTAIT UNE FOIS... » **La Belle et la Bête - Jean COCTEAU - France 1946**

Comment les contes et les histoires racontées par la famille ont une importance cruciale dans le développement de l'enfant.

Adultes
Inscription obligatoire
Salle polyvalente



› **Mercredi 20 novembre**
15h30 > 17h

Lecture et échanges en famille sur le thème : Ma famille, mes émotions

La vie de famille n'est pas toute lisse. Elle est remplie de moments de tendresse, de joie mais personne n'est à l'abri de petits orages ! Cécile de l'association Joli'Mômes vous propose un moment de partage riche en émotion.

Famille
Inscription obligatoire
Médiathèque Rangueil

COUP DE POUCE

COUP DE POUCE

› **Tous les jeudis**
9h > 12h30

Accompagnement individuel

AXEL : 93 av Albert Bedouce, 31400 Toulouse

Trouver une formation ou son financement, préparer un entretien d'embauche, la mission locale et l'AFPA, vous accompagnent sur les permanences « Axel, vos services pour l'emploi », avec ou sans rendez-vous.

Christine RIGAUD, conseillère en insertion et transition professionnelle
christine.rigaud@afpa.fr

Rémy COPPIN, conseiller en insertion professionnelle
remy.coppin@mitoulouse.org

COUP DE POUCE

› **Tous les jeudis**
9h › 17h

Permanences CAF

Uniquement sur RDV, pour cela, connectez-vous sur le compte **caf.fr**

Si vous êtes concernés par un changement de situation: la naissance d'un enfant, une séparation, un décès ou un impayé d'un loyer hors logement sociaux

| Salle demi-lune



› **Tous les vendredis**
9h › 12h

Écrivain public

L'association « Pour écrire un mot », met au service des personnes en difficulté avec l'écrit, une permanence d'écrivain public. Aide à la rédaction de courriers, constitution des dossiers administratifs.

Sabah sera votre interlocutrice directe.

Uniquement sur rendez-vous au 07 81 20 29 16
pourececrireunmot@hotmail.fr

| Salle demi-lune

ET POUR LES VACANCES !

VOS ATELIERS

› **Lundi 21 octobre - 14h › 16h30**
De fil en aiguille

Atelier convivial d'échanges de techniques et de savoirs autour du tricot, crochet, broderie et point de croix.

| *Entrée libre*
Salle centre social



› **Mardi 22 octobre - 10h › 12h**
De monstrueux biscuits

Atelier cuisine, fabrication de biscuits monstrueux pour célébrer Halloween en famille

| *Gratuit, sur inscription*
Salle centre social

› **Mercredi 23 octobre**
10h30 › 11h10

Ciné des sorcières : spécial ALSH

Série de courts métrages à destination des pitchouns

| *Salle polyvalente*

En lien avec la projection de courts métrages

› **Mercredi 23 octobre**
11h10 › 11h30

Médiation extrascolaire, création de citrouilles originales

| *Gratuit, sur inscription*

› **Mercredi 23 octobre**
15h › 15h40

Ciné des sorcières : spécial Famille

Série de courts métrages à destination des pitchouns

En lien avec la projection de courts métrages :

› **Mercredi 23 octobre**
15h40 › 16h

Atelier en famille, création de citrouilles originales

| *Gratuit, sur inscription*

Les apprentis magiciens

› **Vendredi 25 octobre**
9h › 10h30 pour les 7 à 10 ans
10h30 › 12h pour les 11 à 15 ans

Venez percer les secrets du monde de la magie, épater vos ami.es avec des tours originaux.

| *Gratuit sur inscription*
Salle polyvalente



› **Vendredi 25 octobre**
19h › 20h30 repas partagé
20h30 › 22h spectacle

Rangueil a la trouille : Abracada'boum Cie les incompressibles

Il semblerait qu'un spectacle de magie se profile à l'horizon, seulement voilà : un magicien n'est pas là ! Panique à bord, il se trouverait à l'autre bout de la planète, en Australie...

| *Gratuit sur inscription*
Salle polyvalente

LE COUP DE CŒUR :

TOUTE UNE HISTOIRE



ON FAIT QUOI ?	C'EST QUAND ?	C'EST OÙ ?
<p>Les contes et légendes, sous leurs airs naïfs, accompagnent les enfants dans leur apprentissage du monde, des émotions.</p> <p>Ils sont aussi synonymes de moments tendres, malicieux, effrayants.</p> <p>Nous vous donnons rendez-vous en famille, pour découvrir, redécouvrir voire créer vos histoires !</p>	<p>Du mardi 15 octobre au mercredi 20 novembre</p>	<p>► Maison de Quartier Rangueil agréée Centre Social, Lieu Accueil Enfant Parent (LAEP), Médiathèque Rangueil, Ludothèque Rangueil, ADEA Arc En Ciel</p> <p><i>En bus :</i> lignes n°23 - n°80</p> <p><i>En métro :</i> ligne B station Rangueil</p>

MAISON DE QUARTIER RANGUEIL

19 rue Claude de Forbin

31400 Toulouse

05 61 22 24 34

accueil.rangueil@mairie-toulouse.fr

HORAIRES D'OUVERTURE PÉRIODE SCOLAIRE

Lundi : 14h › 18h

Mardi : 9h30 › 13h/ 14h › 17h

Mercredi : 9h30 › 12h30/ 13h30 › 18h

Jedi : 9h30 › 12h30/ 14h › 18h

Vendredi : 9h30 › 12h30/ 14h › 17h

HORAIRES D'OUVERTURE PÉRIODE VACANCES

Lundi : 9h30 › 12h30 / 14h › 17h

Mardi : 9h30 › 12h30 / 14h › 17h

Mercredi : 9h30 › 12h30 / 14h › 17h

Jedi : 14h › 17h

Vendredi : 9h30 › 12h30 / 14h › 17h



Retrouvez le programme
du Centre social
en flashant ce QR Code

MODALITÉS D'ADHÉSION !

Rendez-vous à l'accueil du centre social pour la présentation du nouveau programme au format trimestriel. Régler votre participation de 8€ par foyer qui couvre la saison du 1^{er} sept au 31 août .

Une carte d'adhérent.e vous sera remise ainsi vous pourrez participer à l'ensemble de l'offre des centres sociaux municipaux.