

# Les rendez-vous du centre social

**BELLEFONTAINE - LAFOURGUETTE**

**28 avr. > 5 juil.**



**centre social**  
Bellefontaine - Lafourquette



**Mon Quartier + Facile**

**MAIRIE DE**  **TOULOUSE**

## ADULTES

### ATELIERS INFORMATIQUES

#### Ateliers collectifs

- › Les mardis 29 avril,  
6-13-20-27 mai,  
3-10-17-24 juin et 1<sup>er</sup> juillet  
14h › 15h30

| Bellefontaine

#### Permanences numériques

| Rendez-vous individuels d'1h

Une conseillère vous aide pour vos démarches en ligne

- › **Tous les mardis :**  
Bellefontaine
- › **Tous les mercredis :**  
matin : Bellefontaine  
après-midi : Lafourquette

| Inscriptions par téléphone  
au 05 62 27 44 20

Pour vos urgences  
administratives sur internet

| Prise de Rdv au 05 62 27 44 20

### CULTURE, EXPRESSION ET PARTAGE

#### Conversation en langue française

Pratique orale du français  
Ateliers à partir du 28 avril

- › Les lundis : 14h › 16h
- › Les jeudis : 9h30 › 11h30

| Bellefontaine

| 15 places – sur inscription

#### Atelier Expression

“L'atelier des choses à dire”  
Ecriture ludique et conviviale

- › Mardi 20 mai
- › Mardi 3 juin  
10h › 11h30

| Lafourquette

| 6 places – sur inscription

#### Comité de rédaction du journal Côté Centres

N°69 : choix du thème

- › Lundi 12 mai  
14h › 15h30

| Centre social de la Reynerie

#### Atelier créatif

Parents/enfants-grands-  
parents/petits enfants  
“Toutes les familles sont belles”

- › Lundi 26 mai  
16h15 › 18h

| Sur inscription – Bellefontaine

#### Côté Centres

Atelier “Ecrivons le journal”

- › Mardi 24 juin  
10h › 11h30

| Lafourquette

| 6 places – sur inscription

#### Jeux de société

Venez jouer et partager  
un moment de convivialité !

- › Les lundis  
14h › 17h

| Lafourquette

#### Thé et Papotage

Venez partager et échanger

- › Les jeudis  
14h30 › 16h30

| Lafourquette

#### Toutes les familles sont belles

Atelier créatif autour des  
traditions familiales

- › Jeudi 12 juin  
9h30 › 11h30

| Bellefontaine

### ÉCHANGES DE SAVOIRS

#### Ateliers cuisine avec la CSF

- › Mardi 20 mai  
à 9h

| Bellefontaine

| 6 places – sur inscription

| Tarif : 2€

#### Atelier “Toutes les femmes sont belles”

“Les recettes de Bakta”  
Soins du visage naturels

- › Mardi 6 mai  
10h30 › 12h

| Salle Gironis – Lafourquette  
6 places – sur inscription

#### Ateliers couture, tricot, crochet (débutants ou confirmés)

#### Tous les jeudis

- › 15 et 22 mai à 13h30
- › 5 juin à 9h
- › 12, 19 et 26 juin à 13h30
- › 3 juillet à 9h

| Bellefontaine

| 10 places : sur inscription

#### Conversation en langue anglaise

- › Tous les lundis  
à partir du 28 avril  
9h30 › 11h00

| Bellefontaine

| 20 places – sur inscription

### SANTÉ - BIEN-ÊTRE

#### Aissance Aquatique

“Surmonter sa peur de l'eau”

- › Tous les jeudis  
16h › 17h

| Piscine du Centre culturel  
Alban Minville

| 8 places – sur inscription

#### Marche nordique

- › Tous les lundis  
à partir du 28 avril

| Rendez-vous à 13h30 au  
Centre social

ou 14h sur le lieu de la marche

#### Tous en balade !

Marches et papotages  
dans Lafourquette

- › Les jeudis 22 mai,  
5 et 19 juin et 3 juillet  
Rendez-vous à 9h30  
place des Glières

| Lafourquette

| 8 places – sur inscription

## ADULTES

### Rendez-vous Santé

"Les perturbateurs endocriniens, parlons-en"  
Informations et ateliers de sensibilisation

› **Mercredi 14 mai**  
14h › 16h

| A la cité le Parc  
| Ouvert à tous - sur inscription

### Atelier goûter équilibré

Préparation du goûter pour la journée "Toutes à nos baskets" (du dimanche 25 mai)

› **Vendredi 23 mai**  
14h › 17h

| Bellefontaine  
| Sur inscription

### Yoga doux et relaxation

› **Mardis 29 avril, 6-13-27 mai, 17 juin et 1<sup>er</sup> juillet**  
9h30 › 10h30

| Salle Gironis - Lafourquette  
| 10 places - sur inscription

### Yoga

› **Les vendredis à partir du 2 mai**  
14h › 15h15

(sauf les 16 et 30 mai)

| Bellefontaine  
| 10 places - sur inscription

### Balade avec les ambassadrices de santé

› **Tous les mardis matin**  
Rendez-vous à 9h

| Devant le Centre culturel  
| Alban Minville

## PARTICIPATION VIE DU CENTRE SOCIAL

### Petit déjeuner des adhérents

Vos idées pour le Centre social

› **Judi 22 mai**  
à 9h30

| Bellefontaine

### Goûter des adhérents

Vos idées pour le Centre social

› **Lundi 16 juin**  
à 16h15

| Bellefontaine  
| \* Un atelier est prévu pour garder vos enfants pendant ce temps de rencontre

### Votre Centre Social en Fête !

Réunion de préparation avec les adhérents et les partenaires

› **Mardi 27 mai**  
12h30 : repas partagé  
14h › 15h30 : réunion

| Bellefontaine

### Le Centre social et vous

Une question ? Une envie ?

Les déléguées des adhérents du centre social sont à votre écoute !

Vous pouvez leur écrire à l'adresse suivante :  
[deleguescsbl@gmail.com](mailto:deleguescsbl@gmail.com)

Ou les rencontrer lors d'une permanence au Centre social :  
**les lundis 19 mai et 16 juin de 11h à 12h**

Espace créatif du Centre social (rez-de-chaussée)

## SENIORS

### Ateliers mémoire

› **Les mardis**  
14h › 15h30

| Espace créatif, Bellefontaine  
| 15 places - sur inscription

## FAMILLES

### Dressing solidaire printemps/été

Dépôt et récolte de dons jusqu'au 5 mai

› **Mardi 6 mai**  
13h30 › 18h

| Bellefontaine  
| Ouvert à tous et pour tous !

### Semaine de la Fraïch'Attitude (16 › 20 juin)

#### Atelier avec les enfants

"Les fruits dans tous leurs états"

› **Lundi 16 juin**  
16h15 › 18h

| Espace créatif, Bellefontaine

#### Dégustation de préparations à base de fruits et légumes frais et de saison

› **Judi 19 juin**  
16h30 › 18h

| Hall de l'Espace enfance familles, Bellefontaine

## NOUVEAU

### Animations à thèmes

Pour les familles du Centre social

Avec la crèche Lou Babin de La Forquette

#### Fête des lumières

› **Vendredi 16 mai**  
9h30 › 11h

| Lafourquette

#### Journée des parents

› **Mardi 3 juin**  
9h30 › 11h

| Salle Gironis

#### Fête de la musique

› **Vendredi 20 juin**  
9h30 › 11h

| Lafourquette

## ÉVÈNEMENTS

### Bourse aux vélos

Collecte, petite mécanique, vente de vélos

› **Samedi 17 mai**  
à partir de 10h

Place des Glières  
Ouvert à tous

### Fête du quartier Lafourquette

Apéritif, repas partagé, animations, ateliers, goûter,

**Samedi 17 mai**  
11h30 › 17h

Place des Glières  
Ouvert à tous

### Musique au Grand Mirail

Animations, musique  
Concert DEMOS

› **Samedi 24 mai**  
14h › 19h

Imaginations Fertiles - Bellefontaine  
Avec l'association Topophone

### "Toutes à nos baskets"

Activités physiques pour les femmes et les jeunes filles

› **Dimanche 25 mai**  
à partir de 14h

Gymnase Valmy - Bellefontaine

### Village fleuri

Vente de plants, échanges de graines

Ateliers environnement, graff et peinture

› **Samedi 7 juin**  
9h30 › 15h30

Au petit bois - Bellefontaine  
Avec la régie de quartier  
Bellefontaine  
Ouvert à tous

### Fête des centres sociaux et des associations

› **Vendredi 13 juin**

› **Samedi 14 juin**

› **Dimanche 15 juin**  
10h › 18h

Place du Capitole - Toulouse  
Ouvert à tous

### Concert DEMOS

› **Samedi 14 juin à 15h**

Halle aux Grains  
Gratuit - 8 places - sur inscription

### Fête de l'Espace Enfance et Familles Claude Nougaro

Exposition "Toutes les familles sont belles". Animations et dégustations dans le cadre de la "Fraîch'Attitude"

› **Jeudi 19 juin**  
16h30 › 18h

Bellefontaine

### Familles en fête

Temps festif au Petit Bois  
Informations, animations, espace sport/santé, espace "bla-bla"...

› **Samedi 21 juin**  
14h › 18h

Bellefontaine  
Ouvert à tous

### Ciné Plein Air à Lafourquette

Film : DUMBO de Tim Burton

› **Samedi 28 juin à 21h45**

**A partir de 18h** : concert, ateliers et animations proposés par les associations du quartier  
Parc de Gironis - Lafourquette  
Restauration sur place

### Votre Centre social en Fête !

Ateliers, animations, expositions, concerts

› **Samedi 5 juillet**  
14h30 › 18h30

Centre Social Bellefontaine  
Ouvert à tous

### LUDOTHEQUE

**Ateliers ludiques créatifs :**  
samedi 17 mai de 9h30 à 12h

**Semaine du jeu :**  
samedi 24 mai - mardi 27 mai - mercredi 28 mai

**Jeux en grand format !**  
Samedi 28 juin de 9h30 à 12h et de 13h30 à 18h

## TOUT PUBLIC

### ENVIRONNEMENT ET JARDINAGE

#### Permanences des jardiniers

Jardins de l'amitié du Tintoret

› **Les jeudis - 10h › 12h**

Cheminement Bouton  
\*Le jeudi 22 mai de 17h à 19h  
Temps de rencontre convivial avec les jardiniers

Jardins partagés et familiaux de Monlong

› **Les mercredis - 9h30 › 16h30**

Chemin de Perpignan  
Jardinage, repas partagé, permanence et visite

#### Atelier Environnement

Semis de courges, création florale pour la fête de quartier (17 mai)

› **Vendredi 16 mai à 10h**

Lafourquette  
12 places - sur inscription

### AGIR DANS MON QUARTIER

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

Prise de Rdv au 05 62 27 44 20

#### Présentez vos projets pour votre quartier

› **16 mai et 27 juin à 14h**

Bellefontaine

› **12 juin à 16h30**

Lafourquette

### STAND VIE DE QUARTIER

Retrouvez les acteurs du territoire pour échanger avec eux

› **Les mercredis de 9h30 à 12h**

Marché de Bellefontaine

30/04 : Vacances en famille  
14/05 : Vie associative, "Animons Belfon"  
28/05 : Alimentation et environnement  
11/06 : Emploi et entrepreneuriat  
25/06 : Diabète et prévention

## LES PERMANENCES AU CENTRE SOCIAL BELLEFONTAINE

.....

### Écrivain public

Aide aux démarches administratives.  
Les lundis, mardis, mercredis et vendredis  
8h - 12h  
*Pour prendre rendez-vous : 07 83 67 20 57*

### Plateforme linguistique 31

Tous les jeudis sur rendez-vous.  
Évaluation et orientation sur l'apprentissage  
de la langue française pour l'insertion professionnelle  
et sociale des adultes.  
*Pour prendre rendez-vous : [contact@plateformelinguistique31.org](mailto:contact@plateformelinguistique31.org)*

### 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 : 14h - 17h  
*Pour prendre rendez-vous : 05 56 45 25 21 ou [www.infodroits.org](http://www.infodroits.org)*  
Mardi 29 avril • Mardis 6 et 27 mai • Mardis 10 et 24 juin

## LES PERMANENCES AU CENTRE SOCIAL LAFOURGUETTE

.....

### Info Droits

Questions juridiques du quotidien (famille, travail, logement, contrats, droit public, procédures...)  
Permanence accueil et information gratuite : 10h - 12h  
*Pour prendre rendez-vous : 05 56 45 25 21 ou [www.infodroits.org](http://www.infodroits.org)*  
Jeudis 15 et 29 mai • Jeudis 5 et 19 juin • Jeudi 3 juillet

### Permanences Mission Locale 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 mardis - 13h30 - 17h  
*Gratuit sur RDV au 05 61 41 77 33 ou [www.mltouse.org](http://www.mltouse.org)*

### Permanences Ecrivain Public

Avec la Confédération Syndicale des Familles (CSF)  
Aide aux démarches administratives (rédaction de courriers, dossiers divers, etc.)  
Tous les lundis - 14h - 18h  
*Gratuit sur RDV au 05 34 63 18 75*

### Une question santé ?

Venez rencontrer les Ambassadrices de santé de votre quartier  
Renseignements au centre social Bellefontaine

# LES COUPS DE CŒUR



**Samedi 17 mai**  
15h > 18h30

## Fête du quartier Lafourguette

Ateliers, animations, goûter, apéritif en musique

*Ouvert à tous  
Place des Glières*

**Samedi 5 juillet**  
14h30 > 18h30

## Votre Centre Social en Fête !

Ateliers, animations, expositions, concerts

*Ouvert à tous  
Au Centre Social Bellefontaine*

## LES INFOS PRATIQUES

**FERMETURE DU CENTRE SOCIAL LE 1<sup>ER</sup> MAI,  
LE 8 MAI ET LES 29-30 MAI 2025**

### 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  
05 31 22 96 54

#### HORAIRES D'OUVERTURE

Lundi et Mercredi : 14h > 17h

Mardi et Jeudi : 9h30 > 12h / 14h > 17h

Vendredi : 9h30 > 12h

**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 28 AVRIL 2025 À 13h30**

*les lundis après-midi, mardis, jeudis  
et vendredis auprès 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

