

Les rendez-vous du centre social

EMPALOT

28 avril > 4 juillet




centre social
Empalot


Mon Quartier + Facile

MAIRIE DE  **TOULOUSE**

ADULTES

ACCUEIL LIBRE

Café des habitants

Temps d'échange autour d'un café, en présence de vos délégués.

› **Tous les mercredis**
9h30 > 11h30

Accueil des habitants

Vous pouvez vous retrouver pour un moment convivial et d'échanges.

› **Tous les vendredis**
14h > 16h30

| Salle Eau Vive

Jeux d'expression, de rencontre et de convivialité

Suivi d'un goûter – animé par l'équipe du Centre social

› **Les vendredis 16 mai, 6 et 27 juin**
14h > 16h30

| Salle Eau Vive

Association « Toutes Ensemble »

Les permanences

Temps d'échange et de partage en direction des femmes et des familles

› **Les lundis 28 avril, 12, 26 mai, 2 et 23 juin**
9h > 12h

| Salle Eau Vive

Contact : 07 48 35 96 01

Toutes



ensemble !

INFORMATIQUE



Accès libre aux ordinateurs « la Toile »

› **Du lundi au vendredi**
Fermé le lundi matin

9h > 12h30 / 13h30 > 16h

Avec l'Association COSMOPOLITAINE

À "la Toile"

Pour un apprentissage des outils numériques

› **Du lundi au jeudi**
16h > 20h

| Inscription au 07 49 35 43 10



COUTURE - TRICOT

Atelier Tricot

en autonomie

› **Tous les mardis**
14h > 16h30

| La salle est affichée dans le bureau d'Alice

Atelier Couture

› **Tous les mercredis sauf le 2 juillet**
9h30 > 12h

Atelier animé par une couturière professionnelle Corinne Vincent

| Salle Eau Vive
sur inscription auprès de l'équipe



DESSIN - PEINTURE

Atelier Dessin, Peinture

› **Tous les lundis**
14h > 16h30

Atelier animé par Gilbert, adhérent bénévole

| Salle Eau Vive
sur inscription
auprès de Lakhdar



CUISINE

Atelier Cuisine

Atelier collectif suivi d'un repas

› **Les mardis 29 avril, 13, 27 mai 3, 17 juin et 1^{er} juillet,**
9h30 > 13h30

| Salle Eau Vive

Tarif : 2€ à régler sur place auprès de Lakhdar sur inscription



LOISIRS CRÉATIFS

Ateliers Loisirs créatifs

Découvrez différentes techniques artistiques dans une ambiance conviviale et repartez avec vos créations !

› **Tous les jeudis**
14h > 16h

› **Jeudi 15 mai**
Fabrication en argile autodurcissant

› **Jeudi 22 mai**
Fabrication de tampons à encre

› **Jeudi 5 juin**
Fabrication de savon

› **Jeudi 12 juin**
Tableau en 3D

› **Jeudi 19 juin**
Fabrication de boules senteurs animé par Zouzou Derradji (adhérente du Centre social)

ADULTES

› Jeudi 26 juin

Fabrication de panier en osier

› Jeudi 3 juillet

Fabrication de bougeoir en galets

Salle Eau Vive

Sur inscription auprès d'Alice

06 58 11 68 37

JEUX DE MOTS

Ateliers « Jeux de mots »

Un moment de partage autour de l'expression écrite et de la créativité.

› Les mardis 6 mai, 10 juin

14h > 17h

Salle La Roseaie

Contacteur Sylvie

06 14 40 23 40

LES CAFÉS DU VENDREDI

Retrouvons-nous pour échanger autour de divers sujets de société, de parentalité et de santé lors des cafés thématiques.

9h30 > 11h30



Café des parents

En partenariat avec l'ASEER

› Vendredi 16 mai

Psychologie de l'enfant et de l'adolescent Avec Marie Huet Gueye, psychologue. Besoins, communication parents-enfants, éducation positive...

› Vendredi 23 mai

Gérer les émotions Outils et jeux pour aider les enfants

› Vendredi 20 juin

Mise en danger des jeunes
Prévention des risques :
addictions, consommation
drogues... Avec l'association
Clémence Isaure

Café santé

En partenariat avec l'association « Toutes Ensemble » et la Coordinatrice Santé de la Mairie

› Vendredi 6 juin

Santé au féminin Échanges entre femmes, avec une infirmière du CEGIDD

› Vendredi 13 juin

Bonnes postures du corps

› Vendredi 27 juin

Prendre soin de soi Se sentir mieux, s'écouter, avec un psychologue de l'association Route Nouvelle

Infos & inscriptions :

Emilie : 07 77 11 71 97



SANTÉ - BIEN-ÊTRE



Sport et femmes

Gym douce pour se retrouver et prendre soin de soi.

› Tous les vendredis matin du 9 mai au 4 juillet (sauf le 30 mai)

9h30 > 12h

Sur inscription auprès de l'équipe

Promenade et Découverte

L'animateur seniors vous fera bénéficier de son expérience sur la faune et flore ainsi que sur l'architecture toulousaine.

Parcours entre 5 et 6 km
Durée : 1h30

Encadré par Maurice, animateur seniors de la Mairie de Toulouse

› Vendredi 23 mai 13h30

Parc du Ritouret Blagnac
RDV 13h30 : Centre social
Prévoir un titre de transport aller-retour
Public : Seniors
Inscription auprès de Lakhdar : 07 60 16 94 83

Balade thématique

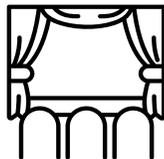
En partenariat avec l'association «Partageons les jardins», découverte de la faune et la flore.

› Mercredi 11 juin 14h > 16h

RDV 13h30 : Centre Social
Inscription auprès de l'équipe
15 places disponibles



SORTIES - LOISIRS



Spectacle « Comme si nous... »

«Comme si nous... :
L'assemblée des Clairières»
Texte de Simon Grangeat,
interprété par l'Atelier du Pavé
Pièce inspirée d'un fait divers.

› Vendredi 20 juin 20h30

RDV 20h : Centre social
Tarifs : 4.10€
pour les -18 ans 2€

EN FAMILLE

Spectacle « Murmuaction III »

En partenariat avec le
Théâtre du Pavé

› **Mercredi 7 mai**
15h45

*RDV 15h45 : Centre social
Sur inscription auprès d'Alice
10 places
Tout public*

ENVIRONNEMENT

Défi Familles

Avec l'association FAIRECO

Des ateliers encadrés par des professionnels pour apprendre ensemble à consommer autrement, réduire son impact écologique et faire des économies

Atelier compostage et jardinage

› **Les mercredis 14 et 21 mai**
17h30 > 19h30

*Renseignements auprès de
Marie 07 44 79 15 03
contact@faireco-asso.fr*

Atelier d'Envie de Terre

Ateliers jardinage,
compostage, cuisine, santé et
bien-être

› **Mardi 6 mai** Fabrication de
sirop OU balade botanique
(selon météo)
14h

› **Mardi 10 juin** Fabrication
d'un hydrolat (initiation à la
distillation de plantes)
14h

Atelier jardinage-goûter

› **Les dimanches 18 mai, 15,
et 29 juin**
15h > 18h30

*Jardin « Empalox » du Centre
social
Inscription : 06 67 84 86 13*

ATELIERS

Ateliers sociolinguistiques pour les parents d'enfants de 0 à 3 ans

Projet porté avec La Bobine
et encadré par l'association
Les Apprentis d'Auteuil
Apprendre le français tout en
restant avec son enfant

› **Tous les mardis**
14h > 15h30

*Inscriptions : Mareta
Cognet : 07 64 38 76 75*

SORTIE EN FAMILLE

Découverte du Jardin des Plantes,

Création land'art

› **Mercredi 18 juin**
13h30 > 17h

Sur inscriptions

Exposition photo des réalisations

Ateliers enfants, vernissage
et goûter

› **Mercredi 25 juin**
14h > 16h

*Centre social
Sur inscriptions*

TEMPS FORTS

Balcons fleuris

Vente de plantes proposé
par territoires et Services
et ses partenaires.

› **Mercredi 7 mai**
9h30

*Jardin de la Maison Jean
Moulin*

Fête de l'été du Centre social Empalot

Grande sardinade à la
plancha dans le jardin du
Centre Social Moment
festif et repas convivial
partagé

› **Vendredi 4 juillet**
18h > 21h30

Sur inscriptions

Festival Art en éveil

› **Du jeudi 3 au dimanche
6 juillet**

Le Centre culturel La Brique
Rouge propose Art en éveil,
un temps fort culturel dédié
aux tout-petits
Spectacles et ateliers
adaptés dès 6 mois.
Un goûter festif sera
proposé le jeudi à 16h,
pour ouvrir officiellement le
temps fort du Festival Art
en éveil

FÊTE DE QUARTIER

La Fête de quartier, organisée par le collectif
Hasure, revient en juin avec une semaine
d'animations gratuites, conviviales et familiales !

Du 10 au 15 juin

Jardin de la Maison de Jean Moulin

› **Mercredi 11 juin** Journée jeunesse

› **Jeudi 12 juin** Fête de la réussite

› **Vendredi 13 juin** Repas Concert à partir de 19h

IMPLIQUEZ-VOUS

Comité des usagers

Venez rencontrer les délégués des adhérents et l'équipe qui vous présenteront les activités du Centre Social.
Toutes vos idées sont les bienvenues

› **Mardi 1^{er} juillet**

14h > 16h

| Salle "Eau Vive"



agir dans mon quartier

Fonds d'Initiative et de Participation des Habitants

Vous habitez à Empalot, vous avez des idées, des projets pour votre quartier ?
Des aides techniques et financières sont possibles.

Pour avoir plus de renseignements ou pour être accompagné dans la réalisation d'un projet vous pouvez contacter :

- **Le Centre Social Empalot : 05 34 31 94 42**
- **L'antenne Contrat de Ville : 05 31 22 91 51**
- **La Préfecture : 05 34 45 38 98**

Vous pouvez également participer au prochain Comité de Gestion pour présenter ou choisir les actions qui seront réalisées.

Au Centre Social Empalot

› **Mardi 10 juin**

18h à 20h

| Salle Eau vive

LES ACTEURS PERMANENTS DE LA MAISON JEAN-MOULIN

.....

Antenne CAF (Caisse d'Allocations Familiales)

Un espace de réception des allocataires habitants.

Les lundis, mardis et vendredis
8h30 – 12h / 13h – 16h30

› **Uniquement sur RDV. Tél. : 32 30**

La Bobine, Auteuil Petite Enfance

Lieu d'accueil enfants-parents ouvert à toutes les familles. De la grossesse jusqu'aux 6 ans de l'enfant.

• Pour les enfants non marcheurs et leur fratrie :

les mardis et les jeudis de 13h30 à 16h30

• Pour les enfants de 0 à 6 ans accompagnés

d'un parent :

les lundis, mercredis et jeudis de 9h à 12h

› bobine@apprentis-auteuil.org

Tél. : 06 40 76 14 89

ASEER, Association socio-éducative

Empalot Rangueil

Accompagnement à la scolarité (CP-Terminale), soutien à la parentalité, prévention santé.

› accueil@aseertoulouse.org

www.aseertoulouse.org

Tél. : 05 61 14 26 12

Service Cohésion sociale des quartiers

Ville de Toulouse / Toulouse Métropole

Antenne territoriale du Contrat

Ville d'Empalot

› **Tél. : 05 31 22 91 51**

LE COUP DE CŒUR



FÊTE DE L'ÉTÉ DU CENTRE SOCIAL

ON FAIT QUOI ?	C'EST OÙ ?	C'EST QUAND ?
Fête de l'été du Centre social Grande sardinade	Dans le jardin du Centre social	Vendredi 4 juillet 18h > 21h30

LES INFOS PRATIQUES

CENTRE SOCIAL D'EMPALOT

38 avenue Jean Moulin
31 400 Toulouse
05 34 31 94 42
empalot.cs@mairie-toulouse.fr

CONTACTS

Yves CEVENES Responsable
06 67 96 43 67
Emilie ASTROG Référente Famille
07 77 11 71 97
Lakhdar BAITICHE Référent Animation
07 60 16 94 83
Alice ERINTCHEK Animatrice
06 58 11 68 37

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.

FERMETURE LES :
JEUDIS 1^{ER} ET 8 MAI
JEUDI 29 ET VENDREDI 30 MAI
ET LUNDI 9 JUIN

HORAIRES D'OUVERTURE

Lundi : 13h30 > 17h
Mardi : 9h > 12h30 / 13h30 > 17h
Mercredi : 9h > 12h30 / 13h30 > 17h
Jeudi : 9h > 12h30 / 13h30 > 17h
Vendredi : 9h > 12h30 / 13h30 > 16h30



Retrouvez le programme de tous les centres sociaux sur metropole.toulouse.fr

