Danse - théâtre
musique - cirque
arts plastiques…

ENFANTS + ADULTES

Centre
culturel
Henri-Desbals

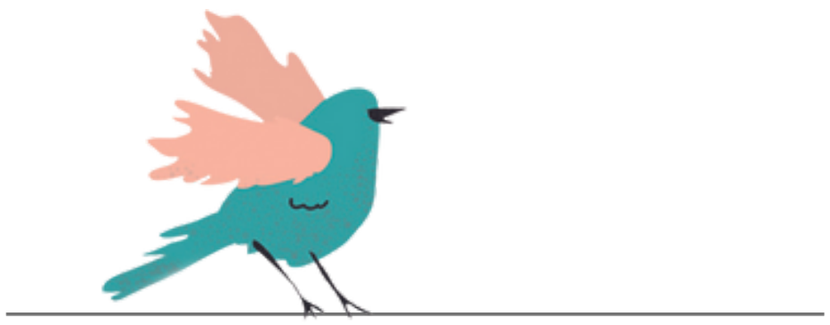
Les activités de mon quartier

Saison 2025-2026

Aimer Vivre à Toulouse

MAIRIE DE TOULOUSE

Les activités de mon quartier



Sommaire

1. Arts plastiques
2. Cirque
3. Jeux de société
4. Musique
5. Théâtre
6. Danse
7. Forme & bien-être

Code couleur :

Activité municipale (MUN)

Activité associative (ASSO)

MAJ - 09/09/25

1. Arts plastiques

Dessin / Peinture (MUN)

Public : adultes
Tous niveaux
Mardi 14h-16h
Mardi 16h-18h

Atelier de pratique picturale axé sur la découverte et la maîtrise de diverses techniques (aquarelle, gouache, acrylique, etc.) mais aussi de contenus plus théoriques (dessin, couleur, composition, etc).

Matériel fourni.

2. Cirque

Initiation cirque (MUN)

Public : enfants-ados
9-14 ans | Tous niveaux
Samedi 10h45-12h

Atelier de découverte des bases des arts du cirque : jonglerie, équilibre sur objets, acrobaties, expression scénique, mais aussi pratiques aériennes. Pour la pratique aérienne, la Grainerie centre des arts du cirque métro Balma, a le plaisir de nous accueillir sous leur chapiteau 1 fois par mois.

3. Jeux de société

Jeu du Mahjong (ASSO)

Public : adultes
Tous niveaux
Mercredi 19h-22h

Le mahjong est un jeu traditionnel asiatique se jouant avec des tuiles. C'est un jeu de réflexion et de chance à 4 joueurs proche du rami ou du poker. Les séances proposées peuvent être de l'initiation, des séances de jeu libre ou des sessions d'entraînement en vue de participer à des tournois.

Renseignements & inscriptions :
Association Sou-Long Mahjong
06 52 92 58 90
soulong.mahjong.toulouse@gmail.com

4. Musique

Éveil Musical (MUN)

Public : enfants 4-6 ans

Mercredi 15h-16h

Atelier de découverte de la musique via la pratique de divers instruments, de chant et de divers jeux collectifs.

Enseignement musical jeunes musiciens (ASSO)

Public : 8-15 ans

Tous niveaux

Mercredi 14h-17h

Le dispositif d'enseignement musical est le second volet du programme d'intervention de Topophone. Celui-ci a pour objectif de faciliter l'accès à l'enseignement musical au sein des zones prioritaires.

Renseignements & inscriptions :
Association Topophone
07 68 99 21 59
contact@topophone.fr

Chorale (ASSO)

Public : adultes

Tous niveaux

Lundi 12h-14h

La Bande Originale, chorale du COSAT, compte une trentaine de choristes et propose des répétitions collectives du répertoire variétés françaises et chants du monde. Ambiance chaleureuse et décontractée.

Renseignements & inscriptions :
La Bande Originale
06 22 73 26 35
chorale.cosat@gmail.com

5. Théâtre

Théâtre intergénérationnel (ASSO)

Public : adultes
Tous niveaux
Samedi 14h30–17h

Atelier de pratique amateur basé sur la rencontre et la convivialité entre des comédiens de tous âges et de tous horizons, qui partagent la même passion : le théâtre.

Renseignements & inscriptions :
La Compagnie Vaga L'Âme
07 76 75 44 09
asso_cie.vagalame31@yahoo.com

Théâtre jeunes adultes (ASSO)

Public : adultes
Tous niveaux
Vendredi 9h–13h30
Mercredi 19h–22h

Depuis 10 ans, l'atelier proposé fait se croiser les pratiques du théâtre et de la danse pour aboutir à une création.

Renseignements &inscriptions :
Compagnie Nelson Dumont
06 08 17 92 60
nelson.dumont@cegetel.net

Atelier boxe-théâtre (ASSO)

Public : dès 12 ans
Tous niveaux
Lundi 14h–17h30
Mardi 10h–12h
Vendredi 20h-22h

Détourner les techniques et les stratégies de la boxe : le noble art, au profit d'une joute verbale et corporelle permettant de dépasser les pensées limitantes.

Renseignements & inscriptions :
Draoui Productions
06 98 68 86 27
draoui.produc@gmail.com

Théâtre d’improvisation (ASSO)

Public : enfants-ados
11-15 ans | Tous niveaux
Mardi 18h15-19h30

Une envie de devenir super-héros sans tomber dans une cuve radioactive ? Pianiste prodige sans prendre de cours ?
Un atelier d'improvisation pour apprendre à jouer n’importe quel personnage, à devenir qui l'on veut en inventant ses propres histoires.

Renseignements & inscriptions :
Les Amis de la Bulle Carrée
06 75 40 02 20
formationjeune.bullecarree@gmail.com

Expression théâtrale enfants-ados (ASSO)

Public : enfants-ados
6-17 ans | Tous niveaux
Mercredi 16h–18h

Un atelier pour s'amuser, faire semblant, rigoler, crier, parler fort, doucement, chuchoter...
Vous apprendrez l’art de dire, l’art d’être plus à l’aise, l’art d’avoir l’air !

Renseignements & inscriptions :
La Compagnie Jeux de Mômes
06 70 34 35 27
lacompagnie.asso@free.fr

6. Danse

Découverte danse moderne jazz / classique (MUN)

Public : enfants 9-12 ans
Niveau : débutant
Mercredi 13h30–14h30

Atelier d'initiation à la danse moderne jazz et classique.
Aucun prérequis n'est nécessaire.

Danse orientale (ASSO)

Public : adultes |
Niveau : initié & confirmé
Mardi 12h–13h30

Atelier chorégraphique de danse orientale égyptienne.

Renseignements & inscriptions :
Mille Danses D'orient
07 82 41 97 98
milledansesdorient@free.fr

Modern'jazz adaptée et inclusive (ASSO)

Public : adultes
Tous niveaux
Lundi 18h–22h

Atelier de danse ouvert à tous et adapté pour les danseuses et danseurs en situation de handicap. De part ses valeurs, Incorporel met en avant les différences.
L'accent est mis sur les sens performants, sensibles, les qualités de chaque danseur pour une expérience artistique riche.

Renseignements & inscriptions :
Incorporel
06 19 56 16 68
association@incorporel.com

Danse afro-latino (ASSO)

Public : adultes
Tous niveaux
Jeudi 20h–21h

Ce cours vous propose un savoir riche en rythme et en mouvement, basé sur la transmission de la culture africaine installée en Amérique du Sud, vous plongerez sur la danse, la cadence et son univers musical.
Chaque cours intègre l'éveil musculaire, le travail de musicalité, exercices de conscience corporel et d'étirement.

Renseignements & inscriptions :
Cora Ordenes
07 81 55 37 01
mandragora.asso@gmail.com

Danses urbaines (ASSO)

Public : enfants 8-17 ans
Niveau : confirmé
Mercredi 15h–18h

Atelier de coopération des danseuses et danseurs de la compagnie Fidia Diala (cie composée d'enfants et d'adolescents), abordant différents types de danse (afro-dancehall, reggeaton & hip-hop).

Renseignements & inscriptions :
Fidia Diala
06 44 11 80 57
fidiadiala@yahoo.fr

Initiation danse afro/hip-hop (ASSO)

Public : enfants 6–17 ans
Niveau : débutant
Jeudi & vendredi 18h–20h

Ces ateliers d'initiation et de perfectionnement à la danse hip-hop sont une porte d'entrée vers la culture urbaine.
Ils s'adressent à des enfants et adolescents curieux et souhaitant découvrir les arts urbains.

Renseignements & inscriptions :
Centre des Arts Urbains
06 51 43 34 38
artsurbains31@gmail.com

POPS (ASSO)

Public :Adulte dès 16 ans
Niveau : confirmé
Mercredi 9h-10h30

Entrainement de l'artiste pluridisciplinaire et amateur par le mouvement.

Renseignements & inscriptions :
POPS
popstoulouse@gmail.com

7. Forme & bien-être

Kendo (ASSO)

Public : adultes
Tous Niveaux
Lundi 19h–22h

Atelier de pratique de cet art martial permettant à travers l'étude des techniques et la pratique de combats, la libération des énergies, la découverte et la maîtrise de son corps, l'apprentissage de la discipline et la lutte contre le stress.

Renseignements & inscriptions :
Seigakukan Kendo
06 87 55 43 28
seigakukan.kendo@gmail.com

Découverte et création musicale (ASSO)

Public : adultes
Tous Niveaux
Mercredi 18h30-20h30

RETSER31 (Réseau Toulousain En Soutien Aux Exilés Et Réfugiés)
retser31@gmail.com

Stretching (ASSO)

Public : adultes
Tous Niveaux
Mercredi 11h-12h

L'objectif de ces ateliers sera de travailler la remise en forme en travaillant sur le renforcement musculaire, l'équilibre et la souplesse, le tout dans une ambiance conviviale et détendue, dans une optique de "sport santé" et non de performance.

Renseignements & inscriptions :
CVIFS
06 03 68 66 71
sante@cvifs.fr

Gym douce (ASSO)

Public : adultes
Tous Niveaux
Mercredi 12h15-13h15

L'objectif de ces ateliers sera de travailler la remise en forme en travaillant sur le renforcement musculaire, l'équilibre et la souplesse, le tout dans une ambiance conviviale et détendue, dans une optique de "sport santé" et non de performance.

Renseignements & inscriptions :
CVIFS
06 03 68 66 71
sante@cvifs.fr

Tarifs des activités municipales

Une tarification solidaire

Une tarification solidaire calculée sur la base de votre Revenu Fiscal de Référence s'applique pour les activités hebdomadaires.

FORMAT DES ATELIERS		TARIFS Toulouse	TARIFS Hors Toulouse
Activités hebdomadaires jusqu'à 2h	Année	De 56,60€ à 127€	188€
Activités hebdomadaires + de 2h ou avec 2 intervenants ou avec mise à disposition de fournitures spécifiques	Année	De 79,60€ à 177€	265€
Activités hebdomadaires + de 2h ou avec 2 intervenants ou avec mise à disposition de fournitures spécifiques + accès à une autre prestation	Année	De 133€ à 235€	345€

Tarifs hors fourniture et/ou matériel spécifique pour certaines activités.
Cette information sera signalée par un picto.

Accessibilité

Si vous avez des besoins spécifiques pour bénéficier pleinement de l'activité, nous vous invitons à nous contacter : inscriptionsdasc@mairie-toulouse.fr / 05 62 27 61 55

Inscrivez-vous depuis chez vous !

À partir du 17 septembre 2025 | Toutes les infos sur metropole.toulouse.fr

Calendrier des activités

Du 6 octobre 2025 au 20 juin 2026

Envie d'autres activités ?

Découvrez toute l'offre proposée par l'ensemble des Centres culturels de Toulouse dans la brochure en ligne disponible sur metropole.toulouse.fr

Centre culturel
Henri-Desbals

CC Henri-Desbals
128, rue Henri-Desbals
05 36 25 25 73
accueil.desbals@mairie-toulouse.fr

Accès :

Métro ligne A & bus n° 13 : Bagatelle

Accueil du public :

du lundi au vendredi de 9h à 12h30
et de 13h30 à 18h30 (18h en vacances scolaires)

Suivez-nous sur les réseaux sociaux !

linktr.ee/centreculturelhenridesbals

Imprimerie Toulouse Métropole - imprim'vert 2022 IMPRIM'VERT®

CENTRES CULTURELS

metropole.toulouse.fr
centresculturels.toulouse.fr

Centres culturels de Toulouse