

# Les rendez-vous du centre social

## RANGUEIL

1<sup>er</sup> dec. > 19 dec.



©Frouke Riehers Pixabay



Aimer Vivre à Toulouse

MAIRIE DE  TOULOUSE

# LE COUP DE CŒUR :

## PAUSE FÉERIQUE



### ON FAIT QUOI ?

Une parenthèse enchantée et magique au cœur du quartier  
Événement en partenariat avec les CLAE maternels Rangueil, Saouzelong, les CLAE élémentaires Rangueil, Saouzelong, Jules Julien, ainsi que l'Accueil Jeunes Rangueil, la médiathèque Rangueil, la ludothèque ADEA Arc en ciel, l'associations des parents d'élèves Rangueil et le collège Jean Moulin.

Entrée libre

### C'EST QUAND ?

› Samedi 6 décembre de 14h30 à 19h30



### C'EST OÙ ?

Maison de quartier Rangueil

## ÉVÉNEMENTS

### PAUSE FÉERIQUE

› Samedi 6 décembre  
14h30 › 17h30

#### Le marché de Noël

| Maison de quartier Rangueil

Vente de gourmandises, d'objets décoratifs fabriqués par les enfants, adolescents, usagers et adhérents des quartier Rangueil, Saouzelong et Jules Julien.



#### Phospho

| Ludothèque de Rangueil

Événement unique et ludique à la découverte du jeu dans une ambiance phosphorescente.

| Sur inscription : ludotheque.rangueil@gmail.com  
05 61 32 92 87

#### Stands animations

| Salle polyvalente

14h › 18h

Ateliers créatifs, maquillage  
| Accès libre

#### La médiathèque se met à la page !

| Médiathèque Rangueil

14h30 › 16h30

«Création de sapins festifs»  
Technique de pliage pour

les enfants à partir de 6 ans, accompagnés de leurs parents et technique de découpe pour les adultes.

#### «Badge en folie»

Création de badge pour soi ou à offrir.

#### La balade de la petite luciole

à partir de 18h

| Quartier Rangueil

Déambulation de lampions dans le quartier de Rangueil, Ôde à la lumière, petits et grands rejoindront le spectacle final d'acrobates.

| Entrée libre



## ÉVÉNEMENTS

### REPAS DES ADHÉRENTS



#### Desserts sur leur 31

| Maison de quartier Rangueil

› Mercredi 10 décembre

9h30 › 12h

Confection des desserts.

#### Papilles en fête

| Salles Centre social et polyvalente

› Jeudi 11 décembre

9h30 › 17h

Cuisine suivie du repas dans une ambiance conviviale.

| Sur inscription  
Tarif 2€



## BIEN-ÊTRE & SANTÉ

### ATELIERS RÉSERVÉS : TEST ICOPE & +60 ANS

TEST ICOPE : Vous avez 60 ans et résident.e.s à Toulouse, faites le test ICOPE pour bénéficier de ce programme.  
Information par mail : accueil.rangueil@mairie-toulouse.fr



#### Mémoire

| Salle Patio

› Lundi 1<sup>er</sup> décembre  
10h30 › 11h30

Exercices cognitifs ludiques.



#### Équilibre

| Salle Patio

› Les mardis 2, 9, 16 déc  
10h › 11h30

Exercices d'équilibre qui utilisent les gestes et le matériel pédagogique du rugby à XIII.

### DANS MA BULLE

Ateliers animés par Aurélie Delahaie.

| Gratuit sur inscription

#### Au revoir 2025

| Salle Centre social

› Jeudi 4 décembre  
14h › 16h

Regarder en arrière et se délester, emporter avec soi les meilleurs moments de l'année... Accordez-vous un instant créatif pour profiter sereinement de ce qu'il reste de 2025 !

#### Démarre ton journal créatif

| Salle Centre social

› Mercredi 10 décembre  
14h › 16h

En toi vit un espace intérieur très vaste, habité par toi, et par toi seul. C'est ta maison, ton jardin. Ça te dirait de venir découvrir quelques astuces créatives pour t'en occuper ?

| Public : ado

#### Bonjour 2026 !

| Salle Centre social

› Jeudi 18 décembre  
14h › 16h

Et si nous prenions le temps d'accueillir tranquillement la nouvelle année qui arrive à grand pas en prenant soin de nous ? En cet instant, de quoi avons-nous envie, besoin ?



## ATELIERS

### CRÉATIF



#### De fil en aiguille

| Salle Centre social  
› **Lundis 1, 8, 15 décembre**  
14h › 16h30

Ateliers conviviaux, échanges de technique et de savoirs autour de la couture, du tricot, crochet, broderie et point de croix...

#### L'atelier des lutins

| Salle Centre social  
› **Lundis 1<sup>er</sup> décembre**  
14h › 16h30  
› **Jeudi 4 et vendredi 5 déc.**  
9h30 › 12h

Créations, finitions et organisation de la Pause féérique.

| *Gratuit sur inscription.*

### PAROLE D'ADHÉRENTS

#### Pause infos

| Salle Centre social  
› **Mercredi 3 décembre**  
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



### MARMITE OU CHAUDRON

#### Gourmandises

| Salle Centre social  
› **Jeudi 4 décembre**  
9h30 › 12h

Confection de gourmandises pour la Pause féérique.

| *Gratuit sur inscription*



### JEUX & CONVIVIALITÉ

#### Play Time

| Centre social

› **Mardi 16 décembre**  
14h30 › 16h30

Ateliers ludiques à la découverte de jeux éclectiques, stratégiques le tout dans une ambiance conviviale.

| *Gratuit sur inscription*



## SORTIE

### CINÉMA & PROJECTIONS



#### Cinoch

| Cosmograph ou Utopia

› **Mercredi 17 décembre**  
13h › 17h

Découverte de l'offre art et d'essai du moment.

| *Tarif : 4.10€*

### PART'ÂGES

#### Part'âges

| Multi-accueil Rosa Parks

› **Jeudi 18 décembre**  
10h › 11h

Moments intergénérationnels partagés avec les enfants du multi-accueil.

| *Gratuit sur inscription*

### DE BALLADE EN BALADE



#### La pause musicale : Le violon de Mr Chaplin

| Salle Sénéchal

› **Jeudi 4 décembre**  
11h › 14h

Ciné concert, clin d'oeil au festival Synchro.

| *Gratuit sur inscription*

## SORTIE



### SPECTACLE

#### Sucre d'Orge

#### « Mirliguette et sa bicyclette magique »

Cie Toupie Pole

| Salle polyvalente

› **Vendredi 19 décembre**  
14h30 › 15h30

L'histoire d'un rêve ... Mirliguette a un côté somnambule, elle va vivre son rêve avec le public, et inversement... Certains le pensent, les rêves nous enseignent ou nous renseignent sur notre cheminement de vie. Mirliguette a peur, elle a beaucoup de peurs... Dans son rêve, apparaît carabistouille, une bicyclette magique qui va l'aider...  
| *Réserve aux scolaires*

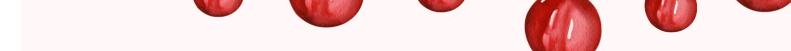
## ET AUSSI !

### Soirée Jeux

| Ludothèque Rangueil  
› **Vendredi 12 décembre**  
20h › minuit

Soirée jeux réservée aux adultes.

| *Tarif : 1€ à régler à la Ludothèque Arc En Ciel*



l'équipe de la Maison de quartier vous souhaite de  
**TRÈS JOYEUSES FÊTES DE FIN D'ANNÉE**  
et vous donne rendez-vous en 2026 pour  
**de nouvelles aventures !**



# COUP DE POUCE

## Permanences CAF

| Salle demi-lune

› **Tous les jeudis**

**9h , 17h**

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

| Prendre rdv uniquement sur le compte CAF.fr

## Écrivain public

| Maison Toulouse Service Saouzelong

› **Tous les vendredis**

**9h , 12h**

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

[pourecrireunmot@hotmail.fr](mailto:pourecrireunmot@hotmail.fr)

## MAISON DE QUARTIER RANGUEIL

19 rue Claude de Forbin

31400 Toulouse

En bus : lignes n°23 - n°80

En métro : ligne B station Rangueil

**05 61 22 24 34**

[accueil.rangueil@mairie-toulouse.fr](mailto:accueil.rangueil@mairie-toulouse.fr)

## HORAIRES D'OUVERTURE

**Lundi** : 13h30 > 17h30

**Mardi** : 9h30 , 12h30 / 13h , 18h

**Mercredi** : 9h30 , 12h30 / 13h30 , 18h

**Jeudi** : 10h , 12h30 / 13h30 , 18h

**Vendredi** : 9h30 , 12h30 / 13h30 , 16h30

## MODALITÉS D'ADHÉSION !

Rendez-vous à l'accueil du Centre social.

Réglez votre participation de 8€ par foyer qui couvre la saison du 1<sup>er</sup> septembre au 31 août.

Une carte d'adhérent.e vous sera remise pour pouvoir participer à l'ensemble de l'offre des Centres sociaux municipaux.



Imprimerie de Toulouse Métropole - Papier recyclé

Retrouvez le programme  
du Centre social  
**en flashant ce QR Code**

