

ESPACE PARENTALITÉ

Contact : 05 61 06 29 12
parentalite@mairie-tournefeuille.fr



• **Permanence d'accueil et d'écoute individuelle destinée aux parents de préadolescents ou d'adolescents.** Sur RDV tous les mercredis de 13h à 15h et les lundis (semaines impaires) de 18h à 20h en période scolaire.

• **Permanence de médiation familiale** : informations sur la médiation familiale (conflits familiaux, séparation, divorce...). Présentation des objectifs, contenu et thèmes à aborder dans le cadre d'une médiation. Cet entretien est gratuit et sans engagement. **Le lundi après-midi.** Inscription obligatoire.

• **Permanence de l'espace écoute parent** : rencontres gratuites avec une psychologue. **Le jeudi après-midi, les semaines paires.** Inscription obligatoire.

• **Massage bien-être bébé** : le 3 février à 9h30. Venez partager un moment de détente avec votre bébé (jusqu'à 12 mois). Gratuit, sur inscription, nombre de places limité.

ESPACE MULTIMÉDIA

Ouverture lundi et mardi 14h-17h, jeudi 9h30-12h.

Accès à des ordinateurs (Internet, bureautique, jeux en réseau...).

Initiations à l'outil informatique pour les particuliers.

Fermeture du 15 février à 12h au 26 février à 14h.



ESPACE RESSOURCE HANDICAP

Contact : 05 61 30 16 55 - erh.quefets@mairie-tournefeuille.fr



Lieu d'échanges, de rencontres et d'orientation dédié aux professionnels, aux familles et, bien sûr, à l'ensemble des personnes en situation de handicap. Lieu de recueil d'informations dans le cadre de la commission accessibilité [en lien avec loi de 2005].

Accompagnement dans **l'élaboration du projet de vie inclus dans le dossier de la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH)** : accueil le jeudi après-midi sur rendez-vous.

Différentes associations vous accueillent pour répondre à vos questions, vous conseiller et vous orienter vers les interlocuteurs et structures appropriés.

Permanences gratuites sur rendez-vous pendant les périodes scolaires uniquement
Renseignements auprès de la Maison de Quartier Quéfets.

• **ADAPEI** (Association départementale de parents et amis de personnes handicapées mentales) : le 1^{er} jeudi du mois des périodes scolaires, soit le 4 janvier, le 1^{er} février et le 1^{er} mars de 14h15 à 16h15.

• **UNAFAM** (Union nationale des familles ou amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques) : tous les vendredis des périodes scolaires de 10h à 12h.

• **APEDYS** (Association d'adultes dyslexiques et de parents d'enfants dyslexiques) : les samedis 20 janvier, 3 et 17 février, 17 mars, de 9h à 12h.

LAEP - LIEU D'ACCUEIL ENFANTS-PARENTS

Contact : 05 61 06 29 12 - parentalite@mairie-tournefeuille.fr



Le LAEP est un lieu d'échanges et de rencontres pour les parents, d'éveil, de socialisation et de découverte pour l'enfant. Cet espace d'accompagnement à la parentalité à travers le jeu, accueille gratuitement les enfants de 0 à 6 ans accompagnés de leur(s) parent(s) ou d'un adulte référent. Il est fermé pendant les vacances scolaires.

Le LAEP "Petit à Petit" est ouvert :

Lundi 15h à 18h - Maison de Quartier Pahin : 2, Boulevard Goya

Mercredi 9h à 12h - Espace Parentalité : 8, Rue Paul Valéry

Mercredi 15h à 18h - Maison de Quartier Quéfets : 1, Boulevard Alain Savary

Jeudi 9h à 12h - Maison des Associations : derrière la Mairie

Jeudi 15h à 18h - Maison de Quartier Paderne : 8, Rue Paul Valéry



Place de Graus - 2, boulevard Goya - 31170 Tournefeuille - Tél. 05 61 78 62 52

pahin@mairie-tournefeuille.fr - Bus 21 : arrêt Pagnol ou Picasso

Jours et horaires d'ouverture

Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 18h



Place Léopold Sédar Senghor - 8, rue Paul Valéry - 31170 Tournefeuille - Tél. 05 61 06 29 10

paderne@mairie-tournefeuille.fr - Bus 21 : arrêt François Mitterrand - Bus 63 : arrêt Languedoc

Jours et horaires d'ouverture

Lundi de 14h à 18h - Du mardi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 18h



1, boulevard Alain Savary - 31170 Tournefeuille - Tél. 05 61 30 16 55

quefets@mairie-tournefeuille.fr - Bus 48 - 63 - 65 : arrêt Lycée

Jours et horaires d'ouverture

Lundi, mardi et jeudi de 9h à 12h30 et de 14h à 18h - Mercredi de 14h à 18h - Vendredi de 9h à 12h30

Samedi selon la programmation

www.mairie-tournefeuille.fr



**Programmation
Janvier > Mars 2018**

ÉVÉNEMENT

Semaine du jeu du 9 au 17 mars. Les Maisons de Quartiers, les Résidences de personnes âgées, le Service Enfance-Jeunesse, la Médiathèque, les groupes scolaires... vous invitent à une semaine particulière pour la mise en valeur du "jeu" sur le thème **"Bon appétit"**. Programme complet disponible mi-février.

ACTIVITÉS EN FAMILLE

• **"Marmitons"** : atelier cuisine enfants/parents avec repas dégusté ensemble. Les autres parents et/ou frères et sœurs sont conviés au moment du repas. **De 9h30 à 14h, le 4 janvier à Quéfets et le 1^{er} mars à La Paderne.** Tarif : 3€/personne, gratuit pour les moins de 2 ans. Sur inscription, nombre de places limité.

• **"Bricolons"** : atelier bricolage et de loisirs créatifs enfants/parents. **Le 14 février de 14h à 16h à Quéfets** : fabrication de masques. Gratuit. Sur inscription, nombre de places limité.

LES HABITANTS PROPOSENT

Nombre de places limité, inscription obligatoire auprès des Maisons de Quartier.

• **Sortie adultes** : le 23 janvier après-midi. **Visite guidée des archives départementales.** Gratuit.

• **Sortie pour tous** : sortie neige à la journée au **Plateau de Beille**, le 23 février. Tarif : 5.50€/adulte, 3.50€ de 3 à 17 ans, gratuit pour les moins de 3 ans.

• **Sortie culturelle** : spectacle "le grenier fait son one man show". **Le 5 mars à 20h30 à L'Escale en autonomie.** Tarif : 9€/personne.

Ces sorties sont choisies par les habitants. Afin de faire évoluer les commissions sorties et d'aborder également d'autres sujets, Marion et Caroline vous proposent une nouvelle formule de rencontre et d'échanges : **"Bavardons"**. **Rendez-vous donc à la Maison de Quartier Paderne, le 15 janvier à 16h autour d'un goûter.**

ACTIVITÉ JARDINAGE

"Le jardin du cœur" est une parcelle des Jardins Familiaux dédiée aux adhérents des Maisons de Quartier sur laquelle poussent fleurs, plantes aromatiques, légumes et fruits. Jardin d'agrément, son fonctionnement est basé sur une organisation à but collectif et solidaire. Atelier hebdomadaire, récolte, partage. Pour participer, se renseigner auprès de Marielle [05 61 30 16 55].

ÉVÈNEMENT

- **Carnaval des tout-petits** : le 16 février. Les associations *Petites Frimousses*, *Marcher à 4 pattes*, *Secours Populaire* ainsi que les Fédérations de Parents d'élèves et le service Enfance-Jeunesse ALAE du groupe scolaire de Pahin ont sélectionné **le thème de la Chine** : ateliers, défilé géant, chansons... Programmation en cours.

EXPOSITIONS

- **Du 8 janvier au 2 février** : **"Horizons divers"**. Rétrospective des œuvres des artistes ayant exposé en 2017. Vernissage le 18 janvier à 18h30 avec apéritif préparé par les enfants des ALAE de l'école Pablo Picasso guidés par leurs animatrices.
- **Du 5 février au 2 mars** : **"Idiosyncrasie"**. Graph par **VIRS**. Vernissage le 1^{er} mars à 18h30 avec apéritif préparé par des habitants. Artiste-amateur qui initiera un groupe d'adolescents à sa passion lors des vacances d'hiver. Date à définir.

ACTIVITÉS EN FAMILLE

- **"L'après 16h"** : Oyez ! Oyez ! Marie vous accompagne pour des ateliers ludiques avec vos tout-petits, **de 16h à 17h30 les mardis et jeudis durant la période scolaire**. Ateliers spécifiques pour les enfants de 0 à 3 ans accompagnés d'un adulte. Gratuit, sur inscription, places limitées.
- **"Les Petites Mains"** : pendant les vacances scolaires d'hiver. Grandes et petites mains de 3 à 10 ans, venez passer un moment familial autour d'activités ludiques et variées (date à définir). Gratuit, sur inscription, places limitées.

- **"Ludolune"** : les vendredis 26 janvier et 23 mars de 20h à 23h30. Le vendredi c'est permis ! Vous êtes accueillis pour jouer entre amis ou avec vos petits. Venez découvrir une farandole de jeux pour tous. Gratuit, tout public.

ACTIVITÉS ADULTES

- **Balades** : tous les vendredis de 9h à 11h. Chaussez vos baskets et venez rejoindre un groupe d'adultes dynamiques pour 2h de marche à Tournefeuille et aux alentours. Adhésion obligatoire à la Maison de Quartier.
- **"Cuisine & Cie"** : un vendredi par mois à 9h30, atelier culinaire en alternance avec un atelier créatif pour varier les plaisirs. Le 26 janvier : atelier cuisine. Le 9 février : atelier décoration sur le thème du Carnaval des tout-petits. Le 23 mars : atelier cuisine intergénérationnel en partenariat avec l'association *Marcher à 4 pattes*. Inscription obligatoire, places limitées, participation financière selon activité.
- **Manège des savoirs** : mercredi 11 octobre à 20h. Atelier basé sur l'échange de savoirs (cuisine, bricolage...) pour transmettre à d'autres votre passion. N'hésitez pas à nous contacter. Adhésion obligatoire à la Maison de Quartier.



"Les petites mains"

ÉVÈNEMENT

- Le 21 février la Maison de Quartier fête son **Carnaval** en partenariat avec l'association *Les Clés de la Paderne*. Programmation à venir.

EXPOSITIONS

- **Du 2 au 29 janvier** : **"Je suis l'une des merveilles de ce monde"** par **Marcelline Cavallé**. Vernissage le 12 janvier à 18h30.



- **Du 1^{er} février au 1^{er} mars** : **"Dessins abstraits, encre et couleurs"** par **Fabienne Lagravere**. Vernissage le 9 février à 18h30.

ACTIVITÉS EN FAMILLE

- **"P'tit Cuisto"** : le 3 février de 9h30 à 12h. Atelier parents/enfants pour apprendre à réaliser des recettes qui seront dégustées ensemble. Les fruits et légumes de saison sont mis à l'honneur ! Nous n'oublions pas les plus petits, ce samedi sera l'occasion de participer à l'atelier bien-être bébé (jusqu'à 12 mois). Sur inscription.

ACTIVITÉS ADULTES

- **"Atelier bois"** : le mercredi de 14h30 à 17h. Accompagnement à la construction

d'objets en bois. Venez avec vos idées, nous réfléchirons ensemble à la façon dont vous pourrez les réaliser. Destiné aux adultes et aux jeunes accompagnés.

- **"En forme !"** : le jeudi de 9h à 10h. Bougez et souriez, à chacun son rythme avec Sébastien !
- **"Marche dynamique"** : le mercredi départ de la Maison de Quartier à 8h45. Venez rejoindre un groupe d'adultes dynamiques pour 2h de marche à la découverte de Tournefeuille et ses alentours.

Les ateliers suivants sont basés sur l'échange de savoir et l'implication dans les projets de la Maison de Quartier.

- **"C'est moi qui l'ai fait !"** : le lundi de 14h à 16h30. Initiation à des techniques de loisirs créatifs et/ou de couture, travaux collectifs et individuels.
- **"La cuisine des popotes"** : un atelier pour faire découvrir sa recette préférée et la déguster ensemble ! À vos tabliers les vendredis 19 janvier, 16 février et 30 mars de 9h30 à 14h. Participation de 3€ à régler au moment de l'inscription.
- **"Tricotons-Papotons"** : le jeudi de 14h à 16h. Venez tricoter ou apprendre à manier les aiguilles au sein d'un groupe dynamique qui tricote et papote dans la joie et la bonne humeur autour de projets solidaires.

LES HABITANTS PROPOSENT

- **Pavel Yashin propose un atelier parents/enfants pour s'initier aux arts plastiques**. Différentes techniques seront proposées et choisies par les participants. Les mercredis 10 et 24 janvier, 7 février, 7 et 21 mars, de 17h à 18h.

ÉVÈNEMENT

- **"Routes Singulières" [projet culturel européen]** : création d'un parcours artistique contemporain autour de 3 installations pérennes transformant l'espace urbain et le regard singulier sur la ville. Dans le courant du trimestre, 1^{ère} installation dans le quartier de Quéfets de la sculpture "Ra Yo" en acier Corten de 5m de hauteur de l'artiste Emilie Prouchet Dalla-Costa.

EXPOSITIONS

- **Du 8 janvier au 23 février** : exposition des moucharabiehs confectionnés lors d'un atelier pour tous, dans le cadre du projet européen **"Routes Singulières"**.

ACTIVITÉS EN FAMILLE

- La crèche *Graines de lutins* et la Maison de Quartier vous proposent un **atelier crêpes et garnitures**, le 22 février de 14h30 à 17h. Sur inscription, nombre de places limité, gratuit.

ACTIVITÉS ADULTES

- **Séance de remise en forme** les lundis de 10h à 11h.
- **Ateliers cuisine** : c'est l'occasion, un jeudi par mois de 9h30 à 14h, de préparer un événement, un vernissage ou simplement de se rencontrer et partager un repas autour d'un thème. Rendez-vous le 11 janvier (repas du nouvel an), le 8 février (repas crêpes), le 15 mars (atelier "Semaine du jeu"). Sur inscription, nombre de places limité, gratuit.

LES HABITANTS PROPOSENT

- **Balades** : tous les jeudis à partir de 10h. Les marcheurs se donnent rendez-vous à la Maison de Quartier pour une heure de balade très tranquille.



Atelier familles

- **Ateliers tricot** : le lundi de 15h à 17h tous les 15 jours à partir 8 janvier. Une habitante propose d'échanger sur la technique du tricot. Venez avec vos aiguilles, vos pelotes et vos envies.
- **Sortie culturelle en co-voiturage** : constitution d'un groupe d'habitants pour aller voir le spectacle "Une heure avec François Zygel", le 27 avril à 20h30 à l'Escale.

LES ASSOS PROPOSENT

- **Initiation au yoga** par *Yoga de Tournefeuille*, le 3 février de 15h à 17h. Yoga nidra [relaxation]. Contrainte : être capable de s'allonger au sol. Sur inscription, nombre de places limité, gratuit.
- **Découverte des Wargames** proposée par *Figurines En Actions*, dans le cadre de la **Semaine du Jeu**. Programme spécifique à venir.
- **Jeux de scène** proposés et joués par *Les Théâtres*, dans le cadre de la **Semaine du Jeu**. Programme spécifique à venir.
- **"Compost ta ville"** : réunion d'information sur le projet d'animation d'un composteur d'habitants à Quéfets, le 20 janvier de 14h à 18h, par *Soleil des Quéfets* et Toulouse Métropole.