

ATELIERS FAMILLE (suite)

Les racontines de Manounette à **PAHIN**. Dans le grenier aux histoires Manounette vous emmène le temps d'une lecture animée dans la féerie des mots. Les mercredis 10 janvier, 7 février et 6 mars. De 16h à 16h30 pour les enfants de 3 à 6 ans. De 17h à 17h20 pour les enfants de 0-3 ans. Sur réservation.

Les ateliers du mercredi - QUÉFETS - de 14h30 à 17h30 des espaces de jeux pour toute la famille (0 à 12 ans).

Animations à thème :

- Contes, comptines avec Béa et gourmandises à pâtisser à 14h45 : 7 février et 6 mars
- Animation "saveur sucrée" activités ludiques autour du sucre : 24 janvier

ATELIERS FAMILLE pendant les vacances scolaires d'hiver

"Mosaïque" - **PAHIN** - Vendredi 16 février de 10h à 11h30. À destination des enfants à partir de 7 ans pour créer une œuvre contemporaine. *Sur inscription*

inscription 10 €

Petites Mains - **PAHIN** - jeudi 22 février de 10h à 11h30, atelier d'art plastique à destination des familles avec enfants à partir de 5 ans.

Gratuit, sur inscription. *Places limitées.*

Initiation aux danses africaines - **QUÉFETS** - mercredi 21 février de 14h30 à 17h30, pour petits et grands

MULTIMÉDIA

Ateliers collaboratifs : des Tournefeullais pour aider et vous accompagner.

QUÉFETS - Accès à des ordinateurs et initiation à l'outil informatique pour les particuliers (internet, bureautique, images...), aide pour les démarches administratives en ligne. Lundi, mardi, mercredi, jeudi. Sur rendez-vous.

Ateliers "Déclics" en groupe - QUÉFETS - démarches administratives en ligne : 25 janvier, 29 février, 21 mars. Sur inscription

Atelier smartphone les mardis et jeudis de 14h à 16h30 en accès libre à **PADERNE**. Je choisis, je paramètre, j'organise, je nettoie... mon smartphone. J'installe des applications, je scanne des documents...avec mon smartphone – ateliers de groupe.

Rendez-vous individuel multimédia - PADERNE - Accompagnement personnalisé pour vous aider à utiliser votre ordinateur portable, votre smartphone ou tout autre outil numérique ou connecté (enceintes et casques Bluetooth, imprimantes, ...). *Prise de rdv auprès de l'accueil.*

ESPACE RESSOURCE HANDICAP - QUÉFETS

Lieu d'échanges, de rencontres et de documentation dédié à l'ensemble des personnes en situation de handicap ainsi qu'aux familles et professionnels. Lieu de recueil d'informations dans le cadre de la commission accessibilité (en lien avec la loi accessibilité de 2005).

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

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

ESPACE PARENTALITÉ - PADERNE

- ❖ Permanence de médiation familiale (CIDFF) premier rdv d'informations gratuit (conflit, séparation, divorce) un lundi après-midi par mois. Inscription obligatoire.
- ❖ Permanence de psychologue (Espace Écoute Parent) les jeudis après-midi des semaines paires. Inscription obligatoire.
- ❖ Lieu d'Accueil Enfant Parent : 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)

Horaires et infos au 05 61 06 29 12 ou 06 79 71 30 72 · parentalite@mairie-tournefeuille.fr

VOS MAISONS DE QUARTIER VOUS ACCUEILLENT

Maison de quartier PAHIN, du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 18h. Adresse : Place de Graus, 2, bld Goya - bus 21 : arrêt Pagnol ou Picasso
Infos au 05 61 78 62 52 - pahin@mairie-tournefeuille.fr

Maison de quartier PADERNE, du lundi au jeudi de 9h à 13h et de 14h à 18h. Vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h. Adresse : Place Léopold Sédar Senghor - 8, rue Paul Valéry - bus 21 : arrêt François Mitterrand - Linéo 3 : arrêt St-Pierre
Infos au 05 61 06 29 10 - paderne@mairie-tournefeuille.fr

Maison de quartier QUÉFETS, les lundi, mardi et jeudi 9h-12h30 et 14-18h. Mercredi de 14h à 18h. Vendredi de 9h à 12h30. Adresse : 1, bld Savary - bus 48-63-L3 : arrêt Tournefeuille lycée
Infos au 05 61 30 16 55 - quefets@mairie-tournefeuille.fr



Programme de vos Maisons de quartier

De janvier à mars 2024

- ❖ À **PADERNE** - Mercredi 21 février de 14h à 18h - **Carnaval de la Paderne !**
- ❖ À **PAHIN** - Vendredi 1er mars - **Carnaval des tout-petits. Rendez-vous sur la place de Graus à 18h30 pour une déambulation autour de la Maison de quartier sur le rythme des djembés**
- ❖ À **PADERNE** - Mardi 9 janvier atelier 0/3 ans : **L'Orchestre de Chambre de Toulouse fera découvrir la musique classique aux tout-petits. Gratuit, sur inscription.**

SORTIES

- **Sortie pour tous** le jeudi 22 février Journée à la Neige - station du Mourtis tarifs : 5€50 /adulte, 3€50 /enfant. Sur inscription avant le 6 février. Responsabilité civile obligatoire (sortie en bus).
- **Sortie adulte programme à venir**

NOUVEAUTÉ ACTIVITÉS ADULTES :

Nouveau : Théâtre d'impro avec Yolande - **PADERNE** - vendredi 12 et 26 janvier, 9 février, 8 et 22 mars de 10h30 à 12h.

Nouveau Atelier couture : "Couture et création"- **QUÉFETS** - lundi de 14h à 16h.

LES EXPOSITIONS AU SEIN DE VOS MAISONS DE QUARTIER

Du 5 janvier au 1er février : « Couleur et Poésie » - PADERNE

Peintures de Catherine Toupet.

Vernissage le vendredi 12 janvier à 18h30.



Du 9 janvier au 2 février : « Harmonie Colorée » - PAHIN

Sylvie Patané

Vernissage le jeudi 11 janvier à 18h30.

Du 5 février au 8 mars : « Mosaïque » - PAHIN

Florence Goyeau

Vernissage le jeudi 8 février à 18h30.

Du 9 au 29 février : « L'ART en février une exploration » - PADERNE

Peinture de l'association des artistes de Midi-Pyrénées.

Vernissage le vendredi 9 février à 18h30.

Du 4 au 28 mars : « Couleurs de vie » - QUÉFETS

Rebecca F.Kouassi - Huile, acrylique et café.

Du 11 mars au 4 avril : « Les pas d'un Ange » - PAHIN

Xavier Rieu

Vernissage le jeudi 14 mars à 18h30.

Du 8 mars au 28 mars : « A la découverte des lieux oubliés » - PADERNE

Photos d'Audrey Rodriguez

Vernissage le vendredi 8 mars à 18h30.



ATELIERS ADULTES

Voir les nouveautés en page de couverture.

Atelier couture/loisirs créatifs - PADERNE - À vous de proposer : selon vos envies ! Lundi de 14h à 16h30 sauf pendant les vacances scolaires.

Atelier Tricot : Lundi de 14h à 16h à QUÉFETS et « Tricotons-Papotons » le jeudi 14h-16h30 à PADERNE. Venez avec vos aiguilles, vos pelotes et vos idées ! Initiation et perfectionnement.

Marche plaisir ou dynamique - mercredi à 8h45 départ de PADERNE, jeudi à 10h départ de QUÉFETS et vendredi à 9h départ de PAHIN.

Atelier chant : Venez retrouvez le plaisir de chanter en chœur

- mardi de 14h30 à 16h - QUÉFETS.

- lundi de 16h30 à 18h - PADERNE.

Gym/Remise en forme - Bougez et souriez, à chacun son rythme ! Lundi de 16h à 17h à QUÉFETS. Jeudi de 10 à 11h. à la PADERNE.

Atelier bricolage - PADERNE - mercredi de 14h30 à 17h. Accompagnement à la fabrication d'objets et de décors de théâtre.

Ateliers cuisine de 9h30 à 14h : se rencontrer, cuisiner autour d'un thème et partager un bon repas. Sur inscription :

QUÉFETS les jeudis 11 janvier, 1er février et 28 mars - 3€

PAHIN les vendredis 26 janvier et 1er mars - 5€

PADERNE les vendredis 19 janvier, 9 février et 15 mars - 3€

Zumba : ça balance pas mal à PADERNE - jeudi de 9h à 10h

Découverte des danses anciennes : mardi 9h30 à 12h - QUÉFETS - Cours en groupe des danses du Moyen-âge 17-ème siècle : rondes, cercles, chaînes.

Qi Gong - QUÉFETS - mardi de 11h à 12h15 gymnastique chinoise douce.

Atelier de conversation en français - PADERNE - Nouvel horaire : vendredi de 9h30 à 10h30 au café blabla, pratiquez et améliorez votre français dans la convivialité entre francophones et non-francophones.

Raconteurs d'histoires - QUÉFETS - mercredi de 15h à 16h30 pratiquez l'art de raconter des histoires pour le plaisir de les partager avec petits et grands.

Lecture à voix haute - QUÉFETS - lundi de 14h à 16h. Atelier de lectures collectives autour de textes littéraires ayant pour objectif des restitutions publiques.

Atelier d'anglais - QUÉFETS - jeudi de 16h15 à 18h. La langue anglaise n'aura plus de secret pour vous avec notre intervenant qui sera enchanté de partager ses connaissances et sa culture (niveau débutant : 16h15 et intermédiaire : 17h).

Sing your way to english - QUÉFETS - jeudi de 15h à 16h. Progressez en anglais en chantant ou simplement chantez en anglais pour le plaisir.

Découverte théâtre - QUÉFETS - mardi de 16h30 à 18h. Découverte et initiation au jeu théâtral.

Yoga du rire - QUÉFETS - jeudi de 14h à 15h. Rire à tout cœur pour se faire du bien.

Jouons avec les mots - PAHIN - Marie-Hélène vous propose les mardis, en période scolaire, de 14h à 16h, un atelier d'écriture créative

(places limitées).

Atelier LSF : initiation à la Langue des Signes Françaises.

Atelier mémoire - QUÉFETS - vendredi 9h30 ou 10h45, 2 séances d'1h au choix, une semaine sur deux

Peinture, dessin, pastel... - QUÉFETS - mardi de 14h à 16h

Repair Café Tournefeuille : Ne jetez plus ! Réparez ! De 14h à 18h dimanche 14 janvier - QUÉFETS et samedi 10 février - PADERNE. Apportez vos objets, des bénévoles pleins d'idées vous montreront

comment les réparer.

ATELIERS FAMILLE

Atelier 0/3 ans - PADERNE - le mardi de 9h30 à 11h30. Suite à son succès, cet atelier poursuit sa refonte et se déclinera en 3 modules :

Initiation à l'anglais, motricité, histoires à haute-voix. Dates à venir

Ludolune à PAHIN les vendredis 26 janvier, 9 février, 8 mars entre 20h et 23h30, soirées jeux intergénérationnelles.

Les ateliers de Marie - PAHIN - ateliers en direction des tout-petits (0-3ans) accompagnés d'un adulte : les mardis de 16h30 à 17h30. *Sur inscription*