

HORAIRES LUDOTHÈQUES

En période scolaire :

- **PAHIN** : Lundi de 9h30 à 12h (parents-enfants 0-3 ans) - Mardi, Jeudi, Vendredi de 16h à 18h - Mercredi de 14h à 18h (tout public)
- **PADERNE** : Mardi 9h30 à 11h30 (parents enfants 0-3 ans) - Lundi, Mardi, Vendredi de 16h à 18h - Mercredi de 14 h à 18h (tout public)

En période de vacances (tout public) :

- **PAHIN** : Lundi au vendredi de 14h à 18h - Mercredi de 9h30 à 12h
- **PADERNE** : Lundi, mardi, vendredi de 14h à 18h - Mercredi de 10h à 12h et de 14h à 18h - Jeudi de 10h à 12h

EXPOSITIONS

Du 5 au 30 janvier : « Expression de Nature » - Florence Goyeau et Anne-Gaëlle Mercier - Vernissage le jeudi 8 janvier à 18h30 • **PAHIN**

Du 2 au 25 février : « Nature et couleurs » - Marie-Luce Pellegrin - Vernissage le jeudi 5 février à 18h30 • **QUÉFETS**

Du 2 au 26 février : « Entre ciel et reflets » - Christian Pugnet - Vernissage le jeudi 5 février à 18h30 • **PAHIN**

Du 4 au 31 mars : « Balade autour des lavoirs » - Henri Cassan - Vernissage le jeudi 5 mars à 18h30 • **QUÉFETS**

Du 9 au 26 mars : Alphonse Alain - Vernissage le jeudi 12 mars à 18h30 • **PAHIN**

MULTIMÉDIA

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

Aide administrative : pour faciliter vos démarches, Chantal vous propose son aide. CAF, impôts, France Travail, retraite... Sur rendez-vous auprès de l'accueil • **QUÉFETS**

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).

Contact : erh.quefets@mairie-tournefeuille.fr

ESPACE PARENTALITÉ • PADERNE

- Permanence de médiation familiale (CIDFF) premier rendez-vous 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)

Contact : 05 61 06 29 12 ou 06 79 71 30 72 - parentalite@mairie-tournefeuille.fr

VOS MAISONS DE QUARTIER VOUS ACCUEILLEN

- **PAHIN** : du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 18h
Place de Graus, 2, bld Goya - bus 21 : arrêt Pagnol ou Picasso
05 61 78 62 52 - pahin@mairie-tournefeuille.fr
- **PADERNE** : du lundi au jeudi de 9h à 13h et de 14h à 18h
vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h
Place Léopold Sédar Senghor - 8, rue Paul Valéry - bus 21 : arrêt François Mitterrand Linéo 3 : arrêt St-Pierre - 05 61 06 29 10 - paderne@mairie-tournefeuille.fr
- **QUÉFETS** : le lundi, mardi et jeudi de 9h à 12h30 et de 14h à 18h
mercredi de 14h à 18h - vendredi de 9h à 12h30
1, bld Savary - bus 48-63 : arrêt Tournefeuille lycée
05 61 30 16 55 - quefets@mairie-tournefeuille.fr



Programme de vos Maisons de quartier janvier à mars 2026

ÉVÈNEMENTS

L'intelligence artificielle • **QUÉFETS** • Vendredi 16 janvier à 14h

Un atelier pour comprendre, expérimenter et débattre autour de l'IA générative et surtout rendre l'outil utile grâce à des cas concrets en lien avec votre quotidien. Sur inscription.

Atelier Cybersécurité • Jeudi 22 janvier à 17h • **QUÉFETS** • Sur inscription

Atelier « Les gestes aux premiers secours » • Mardi 27 janvier de 9h à 17h • **PAHIN**
UFOLEP : plus de 60 ans

Actualiser ses connaissances du code de la route avec Feeling conduite • Lundi 9 février à 10h • **QUÉFETS** • Sur inscription

Carnaval

- **PADERNE** : Mercredi 25 février de 14h à 18h • Programmation à venir
- **PAHIN** : Vendredi 13 février

DATES À VENIR

Atelier « marmitons » pendant les vacances de février
Atelier cuisine enfants/parents - À partir de 3 ans, sur inscription

Atelier Gestes de premiers secours bébés et jeunes enfants avec l'Union Départementale des Sapeurs-pompiers 31 • **QUÉFETS** • Pour adultes • Sur inscription

SORTIES

Sortie adultes Galerie Le Château d'eau de Toulouse
Exposition Sophie Zénon « L'Humus du monde » - 5€ + frais de bus aller/retour

Sortie pour tous à la montagne Station du Mourtis pendant les vacances de février

ACTIVITÉS ADULTES

[Nouveau] Atelier ARTZ : le musée vient à vous - Découverte de grandes œuvres, apprendre comment l'art peut stimuler la mémoire - Mardi 6 janvier, mardi 20 janvier, mardi 3 février et mardi 17 février de 14h-16h · Gratuit, sur inscription • **PAHIN**

[Nouveau] Cours d'espagnol : niveau débutant et grand débutant avec Cony - Lundi de 16h15 à 17h15 • **QUÉFETS**

[Nouveau] Groupe Voyages : pour échanger autour des voyages (bons plans, organisation, récits...) - 1 jeudi par mois de 17h à 18h • **QUÉFETS**

[Nouveau] Club lecture : pour échanger sur un thème de lecture différent chaque mois - 1 lundi par mois de 10h30 à 12h • **QUÉFETS**

[Nouveau] Sophrologie : pour un moment de détente - 1 jeudi sur 2 de 15h15 à 16h15 • **QUÉFETS**

[Nouveau] Tarot : vous apprendrez toutes les subtilités du jeu de tarot - 1 jeudi sur 2 de 15h à 16h30 • **QUÉFETS**

[Nouveau] Pilates : venez renforcer vos muscles profonds et améliorez votre posture avec Kate ! - Lundi de 9h30 à 10h30 • **QUÉFETS**

Sing Your Way to English : progresser en anglais en chantant ou simplement chanter en anglais pour le plaisir, animé par Jean - Lundi de 11h15 à 12h15 • **QUÉFETS**

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

Lecture à voix haute : atelier de lectures collectives autour de textes littéraires ayant pour objectif des restitutions publiques, animé par Nadine - Lundi de 14h à 16h • **QUÉFETS**

Atelier tricot : venez avec vos aiguilles, vos pelotes et vos idées ! Initiation et perfectionnement - Lundi de 14h à 16h • **QUÉFETS**
« **Tricotons-Papotons** » - Jeudi de 14h à 16h30 • **PADERNE**

Atelier créatif : réalisation de petits ouvrages (trousses, pochettes...) et plein d'idées proposées, animées par Lucie et Françoise - Lundi de 14h à 16h • **QUÉFETS**

Atelier chant : venez retrouver le plaisir de chanter en chœur !
Mardi de 14h30 à 16h • **QUÉFETS**
Lundi de 16h30 à 18h • **PADERNE**

Cours d'italien : niveau débutant avec Francesca et Mario - 1 lundi sur 2 de 17h à 18h • **QUÉFETS**

Pastel, dessin, peinture: apprendre et donner libre cours à sa créativité, animé par Pierre - Mardi de 9h30 à 12h • **QUÉFETS**

Jeux de société : pour jouer ensemble et partager un moment de convivialité - Mardi de 14h à 16h • **QUÉFETS**

Atelier théâtre : travail d'une pièce de théâtre avec représentation en fin d'année, animé par Yolande - Mardi de 16h15 à 17h45 • **QUÉFETS**

Marche Plaisir ou Dynamique : nous vous proposons de chausser vos baskets
Mardi à 14h30 et mercredi à 8h45 • **PADERNE** - Jeudi à 10h (2 niveaux, dynamique ou détente) • **QUÉFETS** - Vendredi à 9h • **PAHIN**

Cours d'anglais : Niveau débutant, animé par Vian - Mercredi de 9h à 10h (hors vacances scolaires) • **PADERNE**

Atelier bricolage : accompagnement à la fabrication d'objets personnels et pour l'association Lumières d'espoir (vente pour le Téléthon) - Mercredi de 14h30 à 17h • **PADERNE**

Atelier LSF : initiation à la Langue des Signes Française, 2 séances d'une heure au choix (niveau débutant ou intermédiaire) - 1 Mercredi sur 2 à 16h ou 17h • **QUÉFETS**

Atelier crochet : venez découvrir les bases du crochet pour faire des réalisations créatives ! (initiation et perfectionnement, 1 groupe ados et 1 groupe adultes) - 1 mercredi par mois de 16h à 17h30 • **QUÉFETS**

Ateliers spécifiques : 8 séances pour préserver sa mémoire - Du 29 janvier au 2 avril, jeudi de 14h30 à 16h. L'association ASA propose aux seniors des ateliers dédiés - Gratuit, sur inscription, places limitées • **PAHIN**

Atelier cuisine : se rencontrer, cuisiner autour d'un thème et partager un bon repas 3€, sur inscription, de 9h30 à 14h - Vendredi 23 janvier, 20 février, 20 mars • **PADERNE** - Vendredi 13 février, 13 mars • **PAHIN** - Jeudi 15 février, 12 février, 19 mars • **QUÉFETS**

Danses modernes : ça balance pas mal à Paderne, animé par Audrey et Delphine
Jeudi de 9h à 10h • **PADERNE**

Gym/Remise en forme : bougez et souriez, à chacun son rythme !
Lundi de 16h à 17h • **QUÉFETS** - Jeudi de 10 à 11h • **PADERNE**

Yoga du rire : rire à tout cœur pour se faire du bien, animé par Lionel
Jeudi de 14h à 15h • **QUÉFETS**

Cours d'anglais : avec notre intervenant anglais Stephen, humour et facéties assurées ! Niveau débutant le jeudi de 14h à 15h - Niveau intermédiaire le jeudi de 15h15 à 16h15 • **QUÉFETS**

Cours d'espagnol : améliorez votre espagnol avec Sherli (niveau intermédiaire) - Jeudi de 10h à 11h • **QUÉFETS**

Cours d'arabe littéraire : niveau débutant avec Fatiha - Jeudi de 11h à 12h • **QUÉFETS**

Danses collectives : Le plaisir de danser en groupe des danses traditionnelles de nos régions et de plusieurs pays, animé par Anne-Marie - Jeudi de 16h30 à 17h45 • **QUÉFETS**

Atelier de conversation en français : au café blabla, pratiquez et améliorez votre français dans la convivialité entre francophones en non-francophones
Vendredi de 9h30 à 10h30 • **PADERNE**

Atelier mémoire : faites travailler votre mémoire dans la bonne humeur ! 1 vendredi sur 2 de 9h30 à 10h30 • **QUÉFETS**

Remue-méninges : un atelier pour stimuler votre mémoire avec Thérèse - 1 vendredi sur 2 de 11h à 12h20 • **QUÉFETS**

Repair Café Tournefeuille : ne jetez plus ! Réparez ! Apportez vos objets, des bénévoles pleins d'idées vous montreront comment les réparer. Accueil continu de 14h à 18h
Dimanche 11 janvier • **QUÉFETS**

ATELIERS EN FAMILLE

Contes, comptines et gourmandises à pâtisser : mercredi 14 janvier, 11 février et 18 mars à 14h30 - Sur inscription • **QUÉFETS**

Atelier 0/3 ans : Mardi de 9h30 à 11h30 (dates à venir). Cet atelier se décline en 4 modules : initiation à l'anglais ou à l'espagnol, motricité, histoires à haute voix • **PADERNE**

Animation musicale (violon) : avec Naia - Mercredi 4 février à 15h - Sur inscription • **QUÉFETS**

Animation Remue tes méninges en famille : avec Thérèse - Mercredi 28 janvier à 15h - Sur inscription • **QUÉFETS**

Lecture en famille : avec Lire et faire lire - Mercredi 21 janvier, 18 février, 11 mars à 15h - Sur inscription • **QUÉFETS**

Ludolune : soirée jeux intergénérationnelle - Vendredi 23 janvier, 20 février, 20 mars de 20h à 23h30 - Gratuit • **PAHIN**

Les racontines de Manounette : dans le grenier aux histoires, Manounette vous emmène le temps d'une lecture dans la féerie des mots - Mercredi 7 janvier, 4 février, 25 mars, de 16h à 16h30 pour les enfants de 3 à 6 ans de 17h à 17h20 pour les enfants de 0 à 3 ans - Sur réservation, places limitées • **PAHIN**

VACANCES SCOLAIRES D'HIVER

Spectacle de contes : avec la Compagnie OF - Mercredi 25 février à 15h - À partir de 8 ans, gratuit, sur inscription • **QUÉFETS**

Atelier soin du visage : mercredi 4 mars de 16h à 17h30 - À destination des adultes, 5€, sur inscription • **PAHIN**

Atelier maquillage : mercredi 4 mars à 19h - À destination des adultes, 5€, sur inscription • **PAHIN**