

MAISON *des* HABITANTS



DE PLAISANCE-DU-TOUCH

PROGRAMME
DES
ACTIVITÉS

DU 26 FÉVRIER AU
5 AVRIL 2024



LUNDI

LES 4 ET 18
MARS,
DE 9H30 À 11H

NUMÉRIQUE COLLECTIF



4 mars : Le navigateur Internet
18 mars : Le navigateur Internet, lequel, pourquoi ? Naviguer en toute sécurité 2/2

ESPACE FRANCE SERVICES

ADULTE

TOUS LES LUNDIS

NUMÉRIQUE INDIVIDUEL



Sur rendez-vous, apprenez à vous servir d'un appareil numérique (ordinateur, smartphone, tablette), à effectuer des démarches administratives en ligne, à aller plus loin dans vos connaissances du numérique.

SUR RENDEZ-VOUS À L'ESPACE FRANCE SERVICES

ADULTE

LE 26 FÉVRIER ET
LE 18 MARS
DE 10H30 À 11H30

PAUSE LECTURE



Vous avez lu un roman, une BD, un manga, un livre jeunesse, ou vous ne savez pas quoi lire, venez partager vos coups de cœur, prendre de nouvelles idées de lectures.

MAISON DES HABITANTS

ADULTE

LE 26 FÉVRIER ET
LE 25 MARS
DE 10H À 11H30

BALADE DANS PLAISANCE

Venez partager une promenade avec ou sans enfants !

MAISON DES HABITANTS



POUR
TOUS

LE 4 MARS
DE 9H30 À 11H

ITALIEN



Vous aimez la langue italienne et souhaitez améliorer votre expression orale, cet atelier est fait pour vous. Pratiquez votre italien en discutant de sujets variés avec d'autres passionnés. Venez partager votre amour pour l'Italie et sa culture !

MAISON DES HABITANTS

ADULTE

Grazie

NOUVEAU

LE 11 MARS
DE 9H30 À 11H

PORTUGAIS

¡ Olá a todos ! Héléna, bénévole de la Maison des Habitants, vous propose de se retrouver pour pratiquer la langue portugaise. Pour cette première rencontre, nous verrons ensemble les modalités. Une expérience de dialogue interculturel à partager ensemble !

MAISON DES HABITANTS

ADULTE



MARDI

LE 27 FÉVRIER,
LES 5*, 12, 19*,
26 MARS
ET LE 2* AVRIL
DE 9H30 À 11H30

MOTRICITÉ



Venez profiter d'un espace sécurisé où votre enfant pourra faire de nouvelles expériences sensorielles et motrices à son rythme !

DOJO M.COR (*) EN PARTENARIAT AVEC LE CENTRE PETIT ENFANCE, (*) EN PARTENARIAT AVEC LA PROTECTION MATERNELLE ET INFANTILE (PMI)

FAMILLE
0-3 ANS

LES 5, 12, 19 ET
26 MARS,
LE 2 AVRIL
DE 9H30 À 11H30

ATELIER COUTURE/TRICOT : AUTOUR DU FIL

Que vous soyez pro de l'aiguille ou simplement une personne curieuse, venez coudre, tricoter et papoter ! Nos bénévoles sont là pour vous accompagner. L'échange d'expériences, l'entraide et les conseils constituent la dynamique du groupe.

ANNEXE DE LA MAISON DES HABITANTS



ADULTE

LE 5 MARS ET
LE 2 AVRIL
DE 14H30 À
16H30



ATELIER DESSIN/PEINTURE

Marion et Jacques, bénévoles de la Maison des Habitants, vous proposent un espace de découverte du dessin et de la peinture. Débutants ou confirmés, rejoignez-les pour le plaisir de partager.

ANNEXE DE LA MAISON DES HABITANTS

ADULTE

MERCREDI

LE 28 FÉVRIER,
LES 13, 20 ET 27
MARS,
DE 9H30 À 10H30
OU DE 11H À 12H

GYM CÉRÉBRALE

Musclez votre cerveau, avec des exercices d'attention, de langage, de logique et de perception pour favoriser le bon fonctionnement et la stimulation de votre mémoire.

ANNEXE DE LA MAISON DES HABITANTS

SENIORS
+ DE 60 ANS



LE 6 MARS
ET LE 3 AVRIL
DE 9H30 À 10H30
OU DE 11H À 12H

NEURONES EN ÉBULLITION

Une heure de bonne humeur et de bienveillance, autour de quiz, devinettes, jeux ludiques et spontanés, pour maintenir vos capacités cognitives et vos connaissances.

MAISON DES HABITANTS

ADULTE

TOUS LES
MERCREDIS
DE 14H30 À 17H



COMME À LA MAISON

Le principe est aussi simple que son nom : se sentir comme chez soi, partager un moment, proposer des idées d'activités, découvrir des supports de loisirs, jouer ou simplement discuter autour d'un café.

MAISON DES HABITANTS

POUR
TOUS

LE 6 MARS
DE 9H30 À 11H



JOUONS ENSEMBLE

Accompagné de votre enfant, venez découvrir la Ludimini de Plaisance du Touch. Christine sera ravie de vous présenter son espace de jeux !

MAISON DES HABITANTS

FAMILLE
0-3 ANS

JEUDI



LE 29 FÉVRIER,
LES 7*, 21 ET
28* MARS
DE 14H À 16H

JEUX DE SOCIÉTÉ

Plongez dans l'univers captivant de notre atelier de jeu, où le divertissement est roi ! Des défis stratégiques, des rires partagés, une aventure à chaque carte. Rejoignez-nous pour des moments inoubliables !

Ponctuellement, Tiphaine vous présente des nouveaux jeux. Cette date est signalée par le (*).

MAISON DES HABITANTS

ADULTE

LE 29 FÉVRIER,
LES 7, 14, 21, 28
MARS,
LE 4 AVRIL
DE 14H À 16H

ATELIER COUTURE/TRICOT : AUTOUR DU FIL

Que vous soyez pro de l'aiguille ou simplement une personne curieuse, venez coudre, tricoter et papoter ! Nos bénévoles sont là pour vous accompagner. L'échange d'expériences, l'entraide et les conseils constituent la dynamique du groupe.

ANNEXE DE LA MAISON DES HABITANTS

ADULTE



LE 29 FÉVRIER ET
LE 21 MARS
DE 9H45 À 11H

PAUSE LECTURE

Vous avez lu un roman, une BD, un manga, un livre jeunesse, ou vous ne savez pas quoi lire, venez partager vos coups de cœur, prendre de nouvelles idées de lectures...

MAISON DES HABITANTS

ADULTE

LE 29 FÉVRIER,
LE 14 MARS ET LE
4 AVRIL
DE 14H30 À 16H

ANGLAIS

Retrouvez Cécile, bénévole à la Maison des Habitants pour partager un temps d'échanges autour d'une approche ludique et pratique de la langue anglaise. Elle vous propose de découvrir des traditions, des événements et des lieux de pays anglophones.

MAISON DES HABITANTS



ADULTE

LE 14 MARS*
DE 10H À 14H30
LE 21 AVRIL*
DE 14H30 À 16H

La
Dolce
Vita

CUISINE AUX SAVEURS ITALIENNES

Explorez le monde culinaire avec l'atelier cuisine ! Apprenez, partagez et dégustez des délices faits maison. Rejoignez-nous pour une expérience où le savoir se partage et les saveurs se savourent.

* Suivi d'une balade digestive

* Atelier pâtisserie avec une dégustation le 22 avril à 16H

MAISON DES HABITANTS

ADULTE

VENDREDI

LES 1ER, 8*,
22 MARS
ET LE 5 AVRIL
DE 9H30 À 11H

ATELIER D'ÉCRITURE

Vous aimeriez écrire, raconter, inventer, échanger, partager... Cet atelier est fait pour vous. Dans un cadre bienveillant, venez vous essayer au plaisir d'écrire.

* Atelier écriture de Haïkus (Petit poème japonais issu du haïku) avec Tiphaine

MAISON DES HABITANTS



ADULTE

LES 15 ET 29
MARS
DE 9H30 À 11H

BOÎTE À OUTILS

L'occasion de participer à un temps parents/grands-parents/enfants au travers d'une activité ludique à partager (créative, pâtisserie, jeux etc).

MAISON DES HABITANTS



FAMILLE
0-3 ANS

LE 1ER MARS
DE 14H À 15H ET
DE 15H30 À
16H30

ATELIER BIEN-ÊTRE

Détente, calme, relâchement et sérénité sont les maîtres mots de cet atelier, au cours duquel chaque participant peut partager avec l'ensemble du groupe ses conseils, techniques ou propositions d'exercices. Au travers d'activités physiques, de relaxation ou d'estime de soi, un vrai moment pour soi !

MAISON DES HABITANTS

ADULTE

LES SERVICES

SUR LES
HORAIRES
D'OUVERTURE

DES JEUX DE SOCIÉTÉ À EMPORTER

Partagez, jouez et créez des moments mémorables chez vous ! Empruntez nos jeux pour une semaine. N'hésitez pas, l'équipe est là à tout moment pour vous conseiller !



POUR
TOUS

LES PERMANENCES

FAMILLE

SUR RDV

ESPACE ÉCOUTE PARENTS

LE MARDI MATIN DES SEMAINES IMPAIRES

Que vous soyez parent, futur parent, ou grand-parent, une psychologue de l'association PRISM vous accueille et vous propose des consultations individuelles et confidentielles, portant sur des sujets de parentalité et familiale.

MAISON DES HABITANTS - GRATUIT - NOUS CONTACTER POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS

LE 26 FÉVRIER ET LE 25 MARS DE 18H30 À 20H30

GROUPE DE PAROLE PARENTS d'enfants/adultes en situation de handicap

Vous êtes parents d'un enfant en situation de handicap, ce groupe est un véritable lieu d'écoute, de partage, d'échange, animé par des professionnelles de l'AFCC Occitanie.

MAISON DES HABITANTS - GRATUIT

LES ÉVÉNEMENTS

LE 29 FÉVRIER À 18H30

PIÈCE DE THÉÂTRE TOUJOURS LA MÊME



La compagnie Toulousaine « Qu'est ce qu'on fout là » a accompagné un collectif seniors pour co construire cette représentation.

A l'issue du spectacle réalisé par les comédiens, les seniors monteront sur scène pour prendre la parole lors du final (lecture de courts textes). Ensuite un temps d'échanges avec les artistes et un pot convivial sera offert.

SALLE DE SPECTACLE L'ONYX - GRATUIT



POUR TOUS

LE 2 MARS DE 7H30 À 18H00

SORTIE MONTAGNE AU MOURTIS

Descentes en luge, randonnée raquettes, Tiphaine, Laurent et Aurélie vous accompagnent au Mourtis, station de ski familiale des Pyrénées située aux portes du Val d'Aran. Site de pleine nature lové au cœur d'une magnifique forêt de sapins, Le Mourtis plaît à celles et ceux qui cherchent une destination montagne ressourçante. Prévoyez votre pique-nique !

RENDEZ-VOUS 7H30 PARKING RUE DEL GUINDOUILLE À PLAISANCE-DU-TOUCH - RETOUR POUR 18H

Tarifs : Individuel : QF<500 4€ /pers QF>500 6€ /pers Famille avec enfant: QF<500 8€ /famille QF>500 12€ /famille

POUR TOUS



LE 8 MARS DE 9H30 À 11H

JOURNÉE DES DROITS DE LA FEMME



>Jeux de société **Moi c'est Madame**

Un jeu de répliques qui comporte plein de surprises, pour les femmes et les hommes qui souhaitent s'allier pour mater le patriarcat. Et surtout pour passer un bon moment, échanger et bien rigoler !

>Atelier créatif "Portraits de **FEmmes** en collages"

Rejoignez Aurélie et Auréline de la Maison des habitants de Léguevin pour célébrer la beauté et la diversité des femmes à travers l'art du collage ! Laissez libre cours à votre imagination dans cet atelier créatif dans lequel vous pourrez donner l'expression et la représentation des femmes qui vous inspirent et vous animent pour une création unique. La vôtre.

MAISON DES HABITANTS

À PARTIR DE 16 ANS

POUR TOUS

LE 5 AVRIL DE 9H30 À 14H30

SORTIE AU JARDIN JAPONAIS À COMPANS CAFFARELLI

Pour une escale aux confins de l'Orient, on s'offre une promenade zen dans le jardin japonais qui surprend par son exotisme, synthèse des jardins existants au Japon à Kyoto, construits entre le XIVE et le XVIe siècle. Le jardin est labellisé Jardin remarquable et accessible aux mamans avec jeunes enfants, en poussettes et aux seniors. Prévoir un ticket de bus aller-retour et son pique-nique !

DÉPART EN BUS. RDV ARRÊT PLAISANCE MONESTIÉ À 9H30 / RETOUR À PLAISANCE VERS 14H30



POUR TOUS



**LE PROCHAIN PROGRAMME SERA
ENVOYÉ AVANT LES VACANCES**



MAISON DES HABITANTS DE PLAISANCE-DU-TOUCH



1 RUE DES TILLEULS, 31830 PLAISANCE-DU-TOUCH



05 62 13 52 57



MDH-PLAISANCEDUTOUCH@GRANDOUESTTOULOUSAIN.FR



HORAIRES D'OUVERTURE

LUNDI, MERCREDI ET JEUDI : 9H-12H & 14H-17H30

MARDI & VENDREDI : 9H-12H

