



maison
CITOYENNE
SAINT-EXUPÉRY



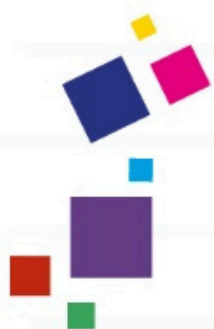
maison
CITOYENNE
VAL D'ARAN

PROCHE DE VOUS



AGENDA, ACTUS, INFOS

AVRIL - MAI - JUIN - JUILLET 2025



Maison citoyenne SAINT-EXUPÉRY
12 allée du Lauragais, 05 61 15 31 79
mc-saint-exupery@mairie-colomiers.fr

WWW.VILLE-COLOMIERS.FR
COLOMIERS





ESPACE SERVICES

Cet espace propose une **écoute personnalisée et confidentielle** pour vous accompagner dans votre quotidien.

Les équipes vous accompagnent dans vos démarches citoyennes concernant l'emploi, les mobilités, la santé, la prévention, l'accès aux droits, le logement et vous aident pour l'ensemble de vos démarches administratives.

SANS RENDEZ-VOUS LORS DE LA PREMIERE DEMANDE



ESPACE LOISIRS ET CITOYENNETÉ

Cet espace entièrement dédié à la **pratique d'activités de loisirs, culturelles, éducatives et ludiques**, pour tous les publics est à votre disposition.

Cuisine, arts créatifs, théâtre, musique, multimédia, jardinage, bricolage, bien-être...



ESPACE FAMILLES

Un lieu où vous trouverez une offre spécifique autour de **la parentalité, de la scolarité et de l'éducation**.

Les équipes de votre Maison Citoyenne mettent en place aux côtés des partenaires de la Ville et de la CAF, un ensemble d'ateliers pour vous faire découvrir tous les dispositifs liés à la parentalité.



ESPACE INITIATIVES CITOYENNES

Vous y découvrirez l'ensemble des partenaires utiles à vos projets et ceux de la ville. Qu'il s'agisse des comités de quartier, des conseils citoyens et des comités d'usagers, venez **co-construire les idées de demain**.

Espace centré sur la démocratie locale, la citoyenneté, l'innovation, dédié à l'accompagnement des projets. La Maison Citoyenne est aussi un lieu pour recueillir vos attentes, vos questions et partager vos idées de projets solidaires.



ESPACE ASSOCIATIONS ET PARTENAIRES

Espace rassemblant une multitude d'intervenants du territoire autour de projets partagés. Des temps consacrés à l'accueil, à l'information, ouverts à l'entraide et à la solidarité.

Venez rencontrer nos partenaires et les associations proches de chez vous.



ESPACE SERVICES



NOS PERMANENCES

FRANCE VICTIME 31



Aide et assistance aux victimes / Conseils juridiques

1er et 3ème lundi de 9h30 à 12h 2ème et 4ème lundi de 14h à 17h



ESPACE ÉCOUTE PARENTS

Un espace d'écoute, de dialogue et de soutien pour tous les parents

Tous les mardis de 14h à 18h30 sur RDV

ADIL

Aide juridique pour le logement : conseils en droits locatifs, droits et obligations des locataires et propriétaires bailleurs.

2ème jeudi de chaque mois de 14h à 17h



CONSEILLERE EN ÉCONOMIE SOCIALE ET FAMILIALE



Aide aux démarches administratives, ouvertures des droits, conseil budgétaire, animation collective et ateliers parentalité.

Les mardis de 14h à 17h et les vendredis de 9h à 12h - Sur RDV

DSL (DISPOSITIF SOCIO - LINGUISTIQUE)

Un dispositif d'insertion sociale par l'apprentissage de la langue française via l'alphabétisation, le Français, langue étrangère (FLE) et la lutte contre l'illettrisme.

Pour tout renseignement supplémentaires :

MC Saint – Exupéry / MC En Jacca / MC Seycheron





ESPACE INITIATIVES (ITOYENNES)

NOS ATELIERS ADULTES

LES LUNDIS

ATELIER MÉMOIRE À 9h30
ATELIER PEINTURE À 14h



LES MARDIS

PISCINE À 10h
COURS D'ESPAGNOL À 10h



LES MERCREDIS

GYM DOUCE À 10h30



LES VENDREDIS

PYROGRAVURE À 10h
COURS D'ESPAGNOL À 10h
ATELIER COUTURE / TRICOT À 14h



AGIR DANS MON QUARTIER : FAITES BOUGER VOTRE QUARTIER !

Vous avez une idée pour améliorer votre quartier ?

Agir dans mon quartier (ADMQ) vous aide à la concrétiser avec un soutien financier.



Pourquoi participer ?

- ✓ Donner vie à vos idées et créer du lien avec vos voisins
- ✓ Favoriser la solidarité et améliorer le cadre de vie
- ✓ Prendre part aux décisions collectives

Comment ça marche ?

- 1 - Retirez et remplissez un dossier (aide possible)
- 2 - Présentez votre projet au comité d'habitants
- 3 - S'il est retenu, recevez un financement et réalisez - le !



Envie d'agir ? Renseignez - vous à la Maison Citoyenne

VOTRE QUARTIER A BESOIN DE VOUS !





ESPACE INITIATIVES (ITOYENNES)



CAFÉ SAINT - PAUSE

Tous les lundis de 10h à 12h

Un rendez-vous hebdomadaire à la Maison Citoyenne de Saint-Exupéry, où vous pourrez savourer un café ou un thé dans une ambiance conviviale. Cet espace est dédié à la détente, aux rencontres et aux discussions sur des sujets variés, ou simplement à l'occasion de prendre du temps pour vous.



ON VOUS ATTEND DANS LA JOIE ET LA BONNE HUMEUR !!

Jeudi 15 mai 2025 - à partir de 15h



CUISINONS ENSEMBLE^{#3}

Parce que jamais deux sans trois succès, on continue et on remet ça ! 🎉

Le jeudi 15 mai 2025, la Maison Citoyenne de Saint-Exupéry vous invite à un nouveau moment de partage et de gourmandise.

Et nouveauté : notre référente famille sera présente pour vous accompagner sur la gestion du budget et vous faire bénéficier de son expertise en alimentation.



P'TIT DEJ HABITANTS^{#2}

Lundi 20 juin 2025 - 9h30 / 11h30

Et si on commençait la journée ensemble autour d'un bon petit - déjeuner à la Maison Citoyenne pour un moment convivial, chaleureux et gourmand !





ESPACE LOISIRS ET (ITOYENNETÉ



ESPACE FAMILLES



**Prévoir le goûter pour
tous les mercredis**

ACCUEIL DES ENFANTS

- Mercredi de 11h10 à 18h30

(Possibilité de récupérer vos enfants à partir de 16h30)

- Samedi de 14h à 19h

(Horaires susceptibles d'être modifiés selon la programmation)

ENFANTS / FAMILLES

MERCREDI 30 AVRIL
Atelier créatif
14h - 16h
EN FAMILLES

MERCREDI 7 MAI
Casting pour la
Saint - Ex Academy
14h - 16h30

MERCREDI 14 MAI
Jeux Sportif
14h - 16h

MERCREDI 21 MAI
UNIDAY
14h - 16h30
EN FAMILLES

MERCREDI 28 MAI
Entrainement de la
Saint - Ex Academy
14h - 16h30

MERCREDI 4 JUIN
Piscine
14h - 17h
1 €

MERCREDI 11 JUIN
Crée ton bocal
des petits bonheurs
14h - 16h
EN FAMILLES

MERCREDI 18 JUIN
Crée ton CupCake
2 €
14h - 16h30
EN FAMILLES

MERCREDI 25 JUIN
Piscine
14h - 17h
1 €

PRE - ADOS / ADOS

MERCREDI 30 AVRIL
Table ronde sur l'amitié
avec la CPTS
14h30 - 16h

MERCREDI 7 MAI
Casting pour la
Saint - Ex Academy
14h - 16h30

MERCREDI 14 MAI
Micro -Trottoir #2
14h30 - 16h

MERCREDI 21 MAI
UNIDAY
14h - 16h30
EN FAMILLES

MERCREDI 28 MAI
Entrainement de la
Saint - Ex Academy
14h - 16h30

MERCREDI 4 JUIN
Piscine
14h - 17h
1 €

MERCREDI 11 JUIN
Podcast #2
14h30 - 16h

MERCREDI 18 JUIN
Après - midi à la
résidence La pradine
15h - 17h30

MERCREDI 25 JUIN
Piscine
14h - 17h
1 €

 **ESPACE LOISIRS ET CITOYENNETÉ**

 **ESPACE FAMILLES**

NOS SAMEDIS

SAMEDI 3 MAI

Inscriptions aux
actions
14h - 19h

Tout publics

SAMEDI 17 MAI

L'ESCALE DE ST - EX

Si tu passes par là, viens
prendre ta pause douceur à
l'Escale de St-Ex !

On vous y attend avec le sourire !

Tout publics

SAMEDI 24 MAI

Marathon du Seycheron
14h



Tout publics

SAMEDI 7 JUIN

Repas en familles
11h30 - 15h

Familles



SAMEDI 14 JUIN

Calicéo
11, 50 €
9h30 - 12h

Adultes



SÉJOUR RANDONNÉE

Du 20 au 21 juin
2 jours / 1 nuit
En lien avec le festival
pyrénéisme

à partir de 10 ans



SAMEDI 28 JUIN

Journée à Toulouse
spéciale ados
10h - 17h

Pré - ados / ados





ESPACE FAMILLES

ÉVASION PARENTALE **NEW**

Dans la continuité de l'atelier "Parenthèse zen", nous vous proposons des marches entre parents pour partager un moment convivial tout en marchant.

- Le 7 mai de 10h à 11h30
- Le 21 mai de 10h à 11h30
- Le 4 juin de 10h à 11h30
- Le 18 juin de 10h à 11h30



ATELIERS "PARENTHÈSE ZEN"

L'atelier "Parenthèse Zen" vous invite à faire une pause entre parents et à vous offrir un moment de détente dans une atmosphère apaisante.

 Rendez-vous les jeudis 15 mai et 12 juin 2025, de 14h30 à 16h30.

Un temps de repos et de partage, loin du tumulte du quotidien, pour prendre soin de vous en toute sérénité.



ESPACE LOISIRS ET CITOYENNETÉ

KARAOKÉ BOX – ADULTES

Jeudi 12 juin 2025, de 18h à 22h

Soirée Karaoké avec repas partagé.
Prix à déterminer



VENDREDI 9 MAI

Match de rugby
Colomiers / Nice
18h - 22h

Pré - ados / ados





ESPACE ASSOCIATIONS ET PARTENAIRES



FORUM PRÉCARITÉ ÉNERGÉTIQUE

« Energie maîtrisée, Economies assurées »

Jeudi 22 mai 2025 de 15h à 19h
à la Maison Citoyenne de la Naspe



UnisCité

ATELIER COSMÉTIQUE FAIT - MAISON

Mardi 6 mai 2025 de 14h30 à 16h

ATELIER ÉCO - RESPONSABLE ET SENSIBILISATION AU TRI

Jeudi 5 juin 2025 de 14h30 à 16h

FÊTE DE L'ÉCOLE JULES FERRY

Fête de fin d'année à l'École de
Jules Ferry, le jeudi 19 juin 2025



ÉVÈNEMENTS

FÊTE DU CLAS

Mardi 10 juin de 17h à 19h

Valorisation des actions réalisées durant l'année scolaire,
moment de partage autour d'un apéritif.

Tous publics



MER(CREDI EN FÊTE

Mercredi 2 juillet de 14h30 à 18h30

Goûter partagé, jeux, musique et bonne humeur
seront au rendez - vous pour bien finir l'année
scolaire !

Tous publics

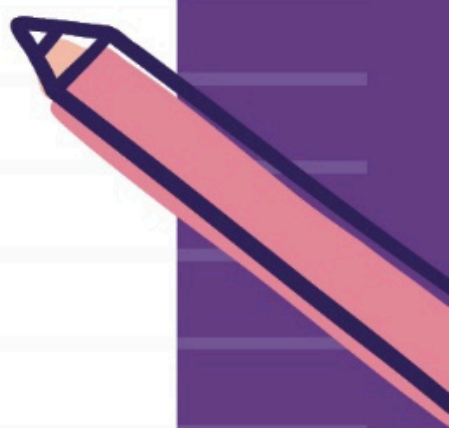


FÊTE DES MAISONS CITOYENNES

Samedi 5 juillet à partir de 16h

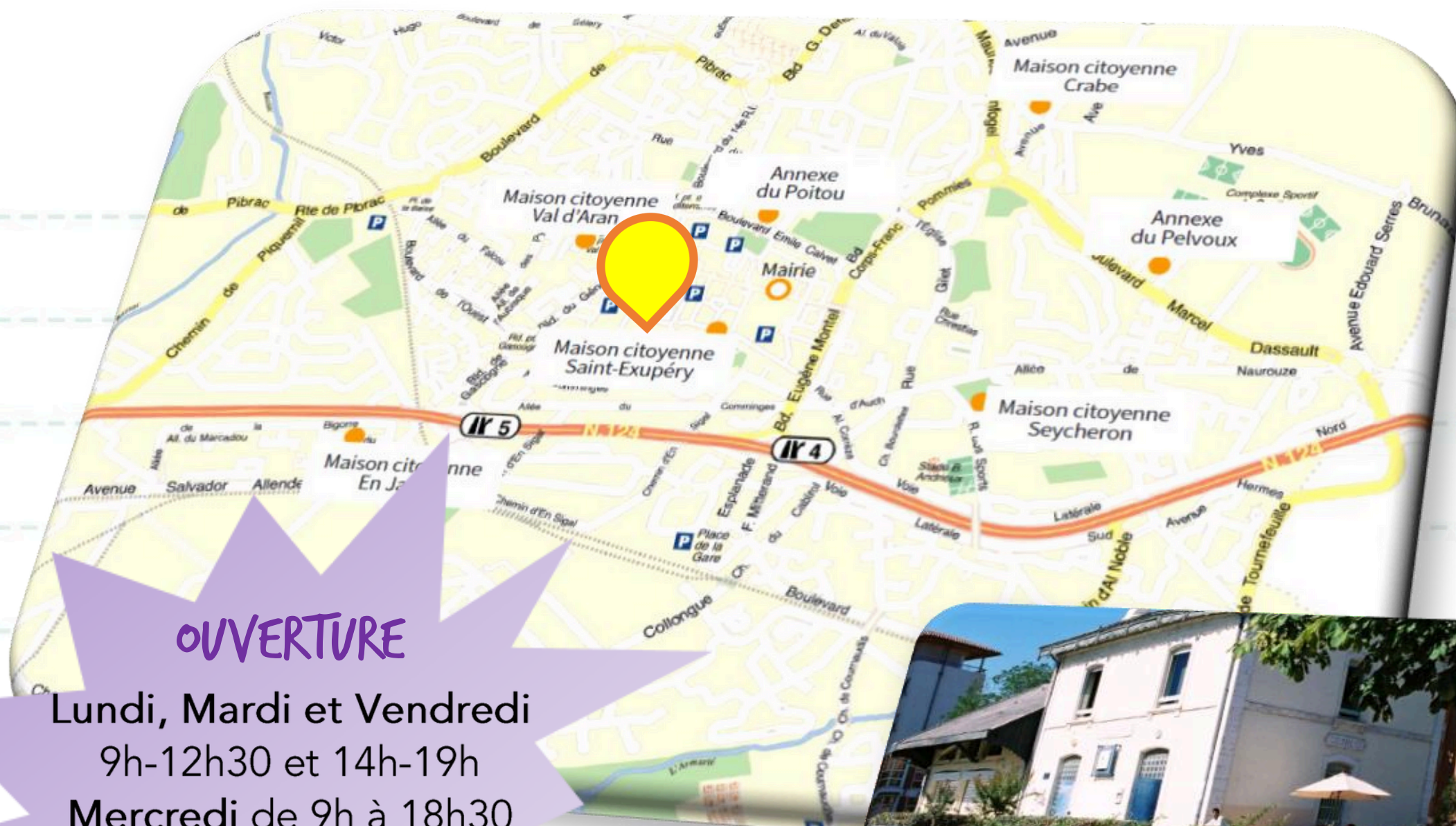
Retrouvez nous au square Saint - Exupéry pour partager un moment
convivial afin de vous replonger dans les actions de l'année pour
clôturer en beauté !

Tous publics



NOUS TROUVER

12 allée du Lauragais, 31770 Colomiers



OUVERTURE

Lundi, Mardi et Vendredi
9h-12h30 et 14h-19h
Mercredi de 9h à 18h30
Jeudi de 14h à 19h
*Samedi de 14h à 19h



**horaires susceptibles d'être
modifiés selon la programmation*

A SAVOIR

1. Le programme est susceptible d'être modifié le jour même
2. L'inscription est obligatoire pour toutes les activités
3. Toute inscription est validée par le paiement
4. En cas d'absence ou d'annulation aucun remboursement ne sera effectué
5. Qu'il pleuve ou qu'il vente, on offre toujours un café !

C'EST À VOUS !

Ici, vous pouvez nous laisser vos idées, vos témoignages, vos suggestions, vos prochaines disponibilités comme bénévole, tout ça : pour le mois prochain.

NOM Prénom

Tél/mail

Message

Scannez le QR
code pour voir les
programmes des
autres maisons
citoyennes !

