

MAISON *des* HABITANTS

PLAISANCE-DU-TOUCH

Programme des
activités de
Septembre

LES TEMPS FORTS DE LA RENTRÉE



DÉCOUVERTE DES ATELIERS DU 9 AU 19 SEPTEMBRE



**ADHÉSIONS 2024-2025
& INSCRIPTIONS AUX ATELIERS
DU PROGRAMME D'OCTOBRE**

L'équipe de la Maison des Habitants vous accueille pour réaliser votre adhésion, **les 23, 24, 25 et 30 septembre 2024** de **9h à 12h** et de **14h à 17h30**.

L'adhésion annuelle par foyer fiscal est de **5€** ou **10€** selon vos revenus. Pensez à apporter votre dernier avis d'imposition ou votre Quotient Familial CAF.

L'équipe vous présentera le programme des activités qui reprendront dès le mois d'octobre !



VERNISSAGE EXPOSITION RALLYE PHOTO

Mercredi 25 septembre à 18h à la halle Piquot à Léguevin

LUNDIS
2/09
16/09

ATELIER NUMÉRIQUE COLLECTIF

2/09 : Le numérique parlons-en ! Discussion, Quizz...

16/09 : Achats en ligne

Sur rendez-vous

09H30 - 11H00 - ESPACE FRANCE SERVICES - 14 RUE DES ÉCOLES - 31830 PLAISANCE DU TOUCH

ADULTES

LUNDIS
2/09
9/09
16/09
23/09*

ATELIER 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.

14H - 16H00/*9H-12H/14H-16H - ESPACE FRANCE SERVICES - 14 RUE DES ÉCOLES - 31830 PLAISANCE DU TOUCH

ADULTES

LUNDI
9/09

BALADE ET PIQUE-NIQUE

Adapté à tous les âges et niveaux de condition physique, profitez d'un moment de détente, d'échange et de partage. Au fil de la balade vous aurez l'occasion d'admirer la beauté de la nature, de discuter avec d'autres participants et de vous ressourcer ! Prévoir son pique-nique 🍷, il sera dégusté avant de rentrer à la Maison des Habitants.

10H30-13H30 DÉPART DE LA MAISON DES HABITANTS

TOUT
PUBLIC

MARDIS
10/09
24/09

PERMANENCE ÉCOUTE PARENTS

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 des thématiques familiales.

MAISON DES HABITANTS - GRATUIT - NOUS CONSULTER POUR PLUS DE RENSEIGNEMENT

ADULTES

JEUDI
12/09

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. Des activités physiques douces, de relaxation et de respiration pour s'offrir un véritable moment à soi !

10H30-12H - MAISON DES HABITANTS

ADULTES

VENDREDI
13/09

CAFÉ DES BÉNÉVOLES

Si la Maison des Habitants propose aujourd'hui une palette d'activités aussi variées, c'est en grande partie grâce au soutien des ses bénévoles. Vous vous demandez quel est le rôle du bénévole à la Maison des Habitants ? Comment vous pourriez mettre vos appétences, compétences, envies au service des adhérents ? Venez rencontrer et échanger avec notre équipe de bénévoles.

9H30-11H30 - MAISON DES HABITANTS

ADULTES



LUNDI
16/09

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.

18H30-20H30 - MAISON DES HABITANTS - GRATUIT

**MARDI
17/09**

DÉCOUVERTE ACTIVITÉS PARENTALITÉ

Dans un espace aménagé pour les enfants de moins de 3 ans, rencontrez Laurent, référent familles de la structure, afin de découvrir les activités qui seront proposées aux parents et grands-parents tout au long de l'année.

0/3 ANS

9H30-11H30 - DOJO MAURICE COR - 7 TER RUE DES ÉCOLES - 31830 PLAISANCE DU TOUCH

**MERCREDI
18/09**

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. Pour ce premier rendez-vous, une découverte du Molki sera proposée à celles et ceux qui le souhaitent.

TOUT
PUBLIC

14H30-17H30 - MAISON DES HABITANTS

SAVE THE DATE

**FERMETURE DE LA
MAISON DES HABITANTS**

Cette année,
le salon Bien Vieillir vous
accueille à Plaisance-du-Touch
à l'espace Monestié.

Au programme : informations,
spectacles et animations pour
tous les publics !

Accès au droits, prévention
santé, logement, etc.

Entrée libre et gratuite



L'ÉQUIPE DE LA MAISON DES HABITANTS
PARTICIPE AU WORLD CLEAN'UP DAY QUI
AURA LIEU LE VENDREDI 20 SEPTEMBRE,
PAR CONSÉQUENT NOUS SERONS FERMÉS
TOUTE LA JOURNÉE.



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

grandouesttoulousain.fr

