

Rappel du code couleurs

Atelier FAMILLE

Atelier SENIORS

Atelier POUR TOUS

(1) Atelier salle Julien Naudin
(2) atelier salle Joseph Bon



Mercredi 1/11

FERIE

FERIE

Jeudi 2/11

Vendredi 3/11

COUTURE
(confection)
9h30-11h
Prépa Noël

FRANÇAIS
LANGUE
ÉTRANGÈRE
10h-12h

RECREAJEUX
10h-11h30
Coloriage

Lundi 6/11

PETITS PETONS
10h-11h30
Parcours de motricité

INFORMATIQUE
14h : Débutants

Mardi 7/11

COUTURE
(apprentissage)
9h30-11h30

RENDEZ-VOUS
CULTURELS
Horaire selon activité

DANSE ET
EXPRESSION⁽²⁾
14h-15h

ATELIER
CRÉATIF
15h-16h30

FRANÇAIS
LANGUE
ÉTRANGÈRE
14h30-16h30

Mercredi 8/11

CAFÉ PAPOTE
AUX PORTES
DU MARCHÉ
10h-12h

COMITÉ
PARTICIPATIF
10h-12h

CAFÉ NUMÉRIQUE
13h-14h
Sur rendez-vous

RÉCRÉAJEUX
14h30-16h
*Magnets ours en
batonnets de bois*

Jeudi 9/11

PROMENADE (5/6 km)
9h-12h
Lac 15 sols Blagnac

INFORMATIQUE
9h : Intermédiaires
10h35 : Confirmés

ACTIVITÉ
PHYSIQUE ADAPTÉE⁽¹⁾
14h30-16h

Vendredi 10/11

COUTURE
(confection)
9h30-11h
Prépa marché de Noël

FRANÇAIS
LANGUE
ÉTRANGÈRE
10h-12h

Qi Gong ⁽²⁾
14h30-16h

Lundi 13/11

PETITS PETONS
10h-11h30
Peinture

INFORMATIQUE
14h : Débutants

Mardi 14/11

COUTURE
(apprentissage)
9h30-11h30

RENDEZ-VOUS
CULTURELS
Horaire selon activité

DANSE ET
EXPRESSION⁽²⁾
14h-15h

ATELIER
CRÉATIF
15h-16h30

FRANÇAIS
LANGUE
ÉTRANGÈRE
14h30-16h30

Mercredi 15/11

CAFÉ PAPOTE
AUX PORTES
DU MARCHÉ
10h-12h

COMITÉ
PARTICIPATIF
10h-12h

CAFÉ NUMÉRIQUE
13h-14h
Sur rendez-vous

RÉCRÉAJEUX
14h30-16h
*Personnages en boîtes
à œufs*

Jeudi 16/11

BALADE (2/3 km)
9h-12h
Grenade/Ondes

INFORMATIQUE
9h : Intermédiaires
10h35 : Confirmés

ACTIVITÉ
PHYSIQUE ADAPTÉE ⁽¹⁾
14h30-16h

Vendredi 17/11

COUTURE
(confection)
9h30-11h
Prépa marché de Noël

FRANÇAIS
LANGUE
ÉTRANGÈRE
10h-12h

Qi Gong ⁽²⁾
14h30-16h

Lundi 20/11

PETITS PETONS
10h-11h30
Pêche aux canards

INFORMATIQUE
14h : Débutants

Mardi 21/11

COUTURE
(apprentissage)
9h30-11h30

RENDEZ-VOUS
CULTURELS
Horaire selon activité

DANSE ET
EXPRESSION⁽²⁾
14h-15h

ATELIER
CRÉATIF
15h-16h30

FRANÇAIS
LANGUE
ÉTRANGÈRE
14h30-16h30

Mercredi 22/11

CAFÉ PAPOTE
AUX PORTES
DU MARCHÉ
10h-12h

COMITÉ
PARTICIPATIF
10h-12h

CAFÉ NUMÉRIQUE
13h-14h
Sur rendez-vous

FAMILY GOURMET
14h30-16h
Barres chocolat-caramel

Jeudi 23/11

PROMENADE (5/6 km)
9h-12h
Daux

INFORMATIQUE
9h : Intermédiaires
10h35 : Confirmés

ACTIVITÉ
PHYSIQUE ADAPTÉE ⁽¹⁾
14h30-16h

Vendredi 24/11

COUTURE
(confection)
9h30-11h
Prépa marché de Noël

FRANÇAIS
LANGUE
ÉTRANGÈRE
10h-12h

Qi Gong ⁽²⁾
14h30-16h

Lundi 27/11

PETITS PETONS
10h-11h30
Pâte à sel

INFORMATIQUE
14h : Débutants

Mardi 28/11

COUTURE
(apprentissage)
9h30-11h30

RENDEZ-VOUS
CULTURELS
Horaire selon activité

DANSE ET
EXPRESSION⁽²⁾
14h-15h

ATELIER
CRÉATIF
15h-16h30

FRANÇAIS
LANGUE
ÉTRANGÈRE
14h30-16h30

Mercredi 29/11

CAFÉ PAPOTE
AUX PORTES
DU MARCHÉ
10h-12h

ACTUALITÉ
DES
MUTUELLES
10h-12h

COMITÉ
PARTICIPATIF
10h-12h

CAFÉ NUMÉRIQUE
13h-14h
Sur rendez-vous

RÉCRÉAJEUX
14h30-16h
*Bonhomme de neige en
fausse neige*

Jeudi 30/11

BALADE (2/3 km)
9h-12h
Grenade

INFORMATIQUE
9h : Intermédiaires
10h35 : Confirmés

ACTIVITÉ
PHYSIQUE ADAPTÉE ⁽¹⁾
14h30-16h

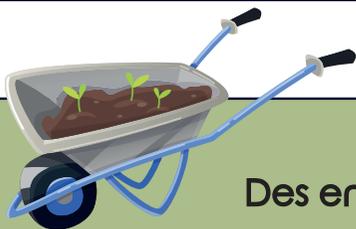




Devenez bénévole à la Distribution Alimentaire

Vous souhaitez vous investir pour la Distribution Alimentaire? Quelles que soient vos disponibilités (lundis après-midi, mardis après-midi, les vendredis matin), nous sommes à la recherche de bénévoles pour compléter notre équipe et venir en aide aux plus fragiles d'entre nous.

Que ce soit pour l'approvisionnement auprès de la Banque Alimentaire, la réception des denrées, le rangement ou la distribution, nous serions ravis de vous compter parmi nous pour enrichir un peu plus encore cette aventure humaine.



Des envies de jardiner ?

Des parcelles sont mises à disposition des Mervillois qui n'ont pas la chance d'avoir un jardin. Ce retour à la terre vous permettra d'avoir accès au plaisir du jardinage et de subvenir au besoin de votre foyer en faisant vos propres cultures maraichères. Par ailleurs, les jardins de Merville se veulent être un lieu de rencontres, d'échanges, de convivialité, d'entraide et de solidarité. N'hésitez pas à prendre contact avec nous pour avoir des renseignements.

Contact

CCAS | Centre social de Merville
50, rue du 19 mars 1962 - 31330 Merville

05 62 13 40 95

ccas@merville31.fr

Planning activités du Centre social

Centre social du CCAS de Merville
Espace d'animation et participatif

NOVEMBRE 2023



agirc et arico



ars

Carsat
Midi-Pyrénées



CNSA



santé
famille
retraite
services



SÉCURITÉ
SOCIALE
INDÉPENDANTS