



PROCHE DE VOUS



AGENDA, ACTUS, INFOS

MARS – AVRIL 2025



Maison citoyenne EN JACCA
3 allée du Marcadau, 05 61 15 31 81
mc-en-jacca@mairie-colomiers.fr

WWW.VILLE-COLOMIERS.FR

COLOMIERS





DES ESPACES PROCHES DE VOUS !

Situées au cœur du quartier, les Maisons citoyennes sont des lieux de proximité pour **rencontrer, échanger, créer, s'entraider... vivre son quartier et sa ville.**

Chacun peut y trouver un accueil convivial, des infos sur la ville, des loisirs culturels et sportifs, des services, un accompagnement aux démarches administratives, familiales et de santé...
Entrez, éveillez votre curiosité !

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.

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

Marche, randonnée, gymnastique douce, danse (hip-hop, rock, country...)

Cinéma, musée, concert, café-théâtre, visites, tourisme régional, piscine...

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**, cet espace est surtout dédié à vous accompagner dans vos projets. C'est un lieu de concertation. La Maison Citoyenne est aussi un lieu pour recueillir vos attentes, vos questions et partager vos idées de projets solidaires.

ESPACE ASSOCIATIONS

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 DES SERVICES



LES PERMANENCES

AIDES AUX DÉMARCHES & ACCÈS AUX DROITS

L'ensemble de l'équipe est là pour vous accueillir, vous aider et si besoin vous orienter vers les services concernés. L'équipe peut également vous accompagner dans vos démarches administratives.

Conseillère en Économie Sociale et Familiale

Marie, la CESF, vous accompagne dans les démarches de la vie quotidienne (alimentation, santé, budget..)

Prise de rendez-vous à la Maison Citoyenne 05.61.15.31.81.



Dispositif SociLinguistique

Apprentissage de la langue française.

Renseignements auprès de la Maison Citoyenne d'En Jacca, Seycheron et St Exupéry.



Espace Écoute Parents

Espace d'écoute, de dialogue et de soutien pour les parents.

Un mardi sur deux, prise de rendez-vous à la Maison Citoyenne 05.61.15.31.81 de 14h à 18h.



Just Mutuelle

La ville de Colomiers est partenaire de la mutuelle.

Les mardis matins des semaines paires, Prise de rendez-vous au 0 809 546 000



CLCV, Juriste défense des consommateurs et des locataires

Une juriste professionnelle est à votre écoute et vous accompagne dans vos démarches amiables (consommation, logement, copropriété...)

3ème jeudis de chaque mois, prise de rendez-vous à la Maison Citoyenne 05.61.15.31.81, 14h-16h30



UnisCité, Assistance et renseignements concernant l'économie d'énergie et l'écologie, à travers des jeux et un goûter dans une ambiance conviviale.

Tous les mardis de 16h30 à 18h30



NOUVEAUTÉ !!

Une borne à l'accueil de votre maison citoyenne pour vous permettre d'effectuer vos démarches plus facilement.

ESPACE DES FAMILLES



Repas partage



Le samedi 15 mars à 16h

On se retrouve pour cuisiner, déguster notre festin fait maison et une soirée pleins de rires



Atelier avec la CPTS : Goûter d'école

Samedi 12 avril à 14h30

Une équipe de trois professionnelles de santé viendra le temps d'un atelier vous parler d'une thématique en lien avec la nutrition.

Parents – thés :

Venez partager un temps convivial entre parents autour d'une boisson.

Mercredi 12 mars de 16h00 à 17h00

Mercredi 9 avril de 16h00 à 17h00



Médiation canine

Les mercredis de 16h à 17h, l'association Media Canin interviendra pour permettre aux enfants (et aux parents) de se familiariser avec des chiens.

Renseignements au 05.61.15.31.81



ESPACE LOISIRS ET CITOYENNETÉ

ALSH ENFANTS 6-10 ANS

Accueil mercredi après-midi

Merci d'amener vos enfants entre 13h30 et 14h et de les récupérer à partir de 16h30 jusqu'à 18h30 (sauf raisons médicales).

Prévoir : des habits adaptés à l'activité, bouteille d'eau, et casquette.

Mercredi 5 mars



Atelier manuel Carnaval : viens créer ton
masque

Mercredi 12 et 19 mars

Initiation au Théâtre



Mercredi 26 mars

Sortie au théâtre - Tarif à venir



Mercredi 2 avril

Olympiades



Mercredi 9 avril

Chasse au trésor



ALSH ADOS A PARTIR DE 11 ANS

Accueil des ados

Accueil libre les Mercredis après-midi : accès à l'espace jeunes à partir de 14h.
Les Samedis de 14h à 19h.
Les vacances scolaires du lundi au vendredi de 14h à 18h30.

Temps libre

Viens profiter des nouveaux espaces de ta Maison Citoyenne.

Tu peux venir, seul, à plusieurs, entre amis ou en famille :

- Faire un babyfoot
- Jouer à la switch
- Discuter
- Jouer aux ordinateurs....
- Et bien d'autres..



Une idée ? Un projet ? Une envie ?

Nous souhaiterions lancer un comité d'ados pour vous donner la parole et vous permettre de participer activement à la vie de la structure.

Ce comité sera un endroit où chacun pourra partager ses idées, proposer des projets et s'amuser en faisant avancer des actions concrètes.

L'objectif ? Créer un espace fun, où les ados peuvent s'impliquer se sentir écoutés et avoir un impact positif autour d'eux.

Rendez-vous le mercredi 12 mars à 14h30 pour débiter l'aventure !

ESPACE INITIATIVES (CITOYENNES)



Gym et cuisine pour le plaisir :

Le mardi 18 mars à 10h30, après la séance de gym, rendez-vous à la maison citoyenne pour cuisiner et déguster un repas équilibré

Sortie Théâtre au 3T

Rendez-vous le jeudi 3 avril à 18h

Tarif à venir.



ATELIERS HEBDOMADAIRES :



• Tous les mardis :

Gym douce : Rendez-vous à 9h30 à la Maison Citoyenne pour de la Gym Douce



Ateliers couture : Venez profiter des machines à coudre à votre disposition les après-midi de 14h à 16h.

• Tous les vendredis matins :



Café Tartines : La porte de la Maison Citoyenne vous est grande ouverte, venez papoter, boire un café ou un thé, échanger avec l'équipe de la Maison Citoyenne, à partir de 10h.

agir dans mon quartier

Fonds d'Initiative et de Participation des Habitants

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.

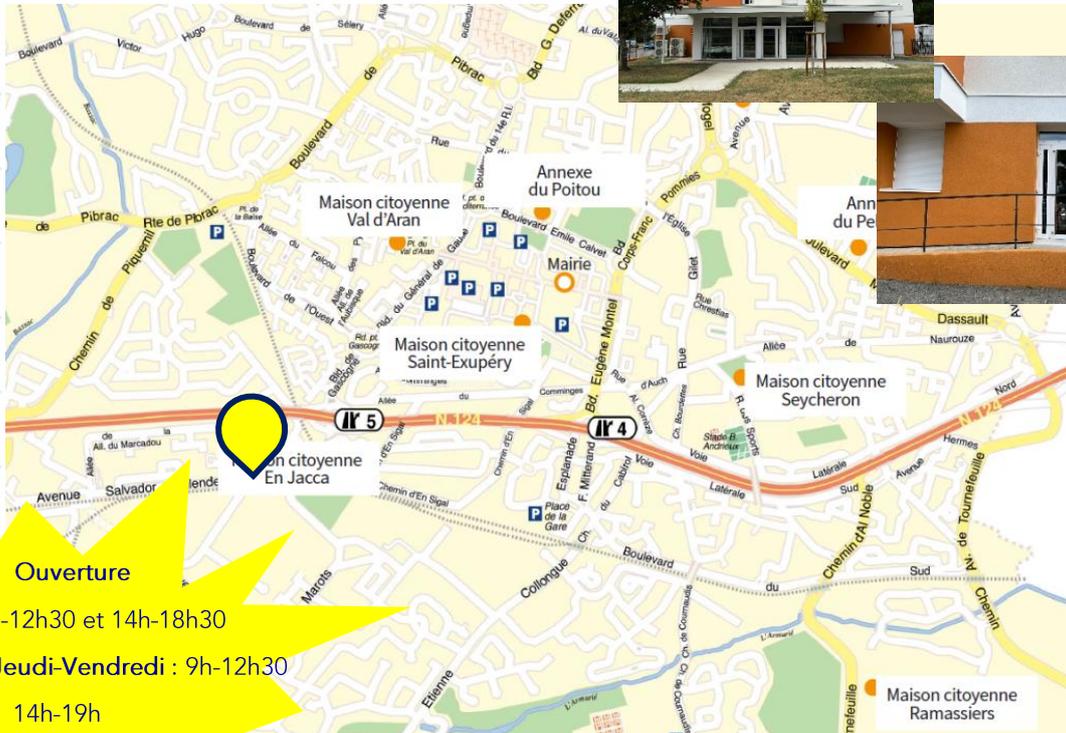
✓ Favoriser la solidarité et améliorer le cadre de vie.

✓ Prendre part aux décisions collectives.

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

NOUS TROUVER

3 allée du Marcadau, 31770 Colomiers



Ouverture

Lundi : 9h-12h30 et 14h-18h30

Mardi-Jeudi-Vendredi : 9h-12h30
14h-19h

Mercredi : 9h à 18h30

Samedi : 14h à 19h

A SAVOIR

Le programme est susceptible d'être modifié le jour même.

L'inscription est obligatoire pour toutes les activités.

Toute inscription est validée par le paiement.

En cas d'absence ou d'annulation aucun remboursement ne sera effectué (sauf justificatif d'hospitalisation).

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

