

INFORMATIONS PRATIQUES

RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS :

2, Esplanade du Cyprié 31130 BALMA

(accès via l'avenue Henri Dunant)

Tél. : 05 62 18 86 95

mdq.cyprie@mairie-balma.fr

HORAIRES :

Lundi : 13h30 – 17h30

Mardi : 9h – 12h et 13h30 – 17h30

Mercredi : 9h – 12h et 13h30 – 17h30

Judi : 9h – 12h et 13h30 – 17h30

Vendredi : 9h – 12h



mairie-balma.fr

Permanences

Espace Écoute Parents

Mercredis des semaines impaires
de 9h45 à 11h30

Vous êtes parents, vous vous
posez des questions, vous avez
envie d'échanger ?

Une psychologue vous accueille
gratuitement,

sur rdv au 05 62 18 86 95

Avocat Info droit

4ème mercredi du mois de 16h à 19h
sur rdv au 05 62 18 86 95

UCRM

Accompagnement professionnel
des bénéficiaires du RSA
sur rdv au 06 30 52 41 60

Les associations vous accueillent...

FITattitude (association de fitness) : fitattitudebalma@gmail.com

Balma Gym Sport Santé : contact@balma-gss.fr

AFAPE : 05 61 24 28 00

Association Française de Réflexologie combinée : afrcontact@gmail.com

MAI/JUIN





Activités Adultes

Dispositif Cultures du Cœur

Les jeudis de 9h30 à 11h30

Venez-vous renseigner sur une billetterie gratuite pour des places de cinémas, concerts, sports, expositions.

Les jeudis de 14h à 15h

16 Mai : Body Balance en partenariat avec l'association Fitattitude

30 Mai : Activité bien-être : auto massage, respiration, détente animée par une praticienne en santé naturelle

13 Juin : Pilate en partenariat avec l'association Balma GSS

Activités parents/enfants de 3 à 12 ans « Le Printemps »

Les mercredis de 15h à 17h

15/05 : Œuvre commune : Fabrication de fleurs pour la réserve des animaux

22/05 : Création en plastique fou

29/05 : Préparation décoration : Quartier d'été

05/06 : Mouvement et respiration : relaxation, réveil du corps, jeu autour du mouvement et de l'équilibre animé par une psychomotricienne

12/06 : Préparation décoration : Quartier d'été

19/06 : Activité créative en partenariat avec l'association AFAPE

Activités Familles

Les Mardis

Activités de la grossesse jusqu'à 1 an de 14h30 à 15h30

28/05 : Temps d'échange et jeux d'éveil

Massage bébé, activité parents/bébés jusqu'à 1 an de 14h à 16h

Animé par une kinésithérapeute

Mardi 14 Mai

Mardi 4 Juin

Activités parents/enfants de 0 à 3 ans « Le Printemps »

Les mercredis de 10h à 11h30

15/05 : Histoire et lecture avec Lire et faire lire

22/05 : Œuvre commune : Fabrication de fleurs pour la réserve des animaux

29/05 : Jouons ensemble avec le Multi-accueil

05/06 : Histoire et lecture avec Lire et faire lire

12/06 : Contes, éveil musical et sensoriel en partenariat avec l'association AFAPE

19/06 : Préparation décoration : Quartier d'été

Temps forts

Soirée Pique-nique Musical au Lac Saint Clair

Venez partager un moment convivial avec votre pique nique tout en musique

Vendredi 7 Juin à partir de 19h

« Diversification et diététique infantile » en partenariat avec la Protection Maternel Infantile

Atelier participatif et temps d'échanges pour les parents d'enfants de moins de 6 ans et futurs parents.

Mardi 11 Juin de 14h à 16h