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
Jeudi : 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 : afrccontact@gmail.com

Maisons de Quartier
VILLE DE BALMA
CYPRIÉ

PROGRAMME

MARS/AVRIL

INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES AUX ACTIVITÉS

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.

Sortie culturelle « A la découverte de Bruniquel »
Mardi 30 avril de 9h à 16h

Les jeudis de 14h à 15h
21 Mars : Gym bien-être en partenariat avec Balma GSS
4 Avril : Pilate en partenariat avec Fitattitude

Activités Familles

Les Mardis
Activités de la grossesse jusqu'à 1 an de 14h30 à 15h30
05/03 : 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 19 mars

Activités parents/enfants de 0 à 3 ans « Les animaux »
Les mercredis de 10h à 11h30
20/03 : Jouons ensemble avec le Multi-accueil
27/03 : Œuvre commune : la réserve des animaux
03/04 : Histoire et lecture avec Lire et faire lire
24/04 : Préparation décoration : Quartier d'été

Activités parents/enfants de 3 à 12 ans «Les animaux »
Les mercredis de 15h à 17h
06/03 : Fabrication de présentoir à bijoux dans le cadre du projet avec l'Annexe des jeunes
13/03 : Carnaval
20/03 : Œuvre commune : la réserve des animaux
27/03 : Fabrication de présentoir à bijoux dans le cadre du projet avec l'Annexe des jeunes
03/04 : Animation et activité cuisine autour des légumes animés par les étudiants en BTS Economie Sociale Familiale
24/04 : Préparation décoration : Quartier d'été

Temps forts

Café des parents dans le cadre de la semaine internationale des Droits des Femmes « On est Mère et aussi Femme »
Rendez vous à la Maison de quartier de Lasbordes
Mercredi 6 Mars de 9h30 à 11h30

Projection à l'auditorium dans le cadre de la semaine internationale des droits des Femmes
Vendredi 8 Mars : Demandez le programme !

« Les accidents domestiques » en partenariat avec la Protection Maternel Infantile
Temps d'échanges pour les parents d'enfants de moins de 6 ans et futurs parents.
Mardi 26 mars de 14h à 16h

Exposition
Rejoignez-nous à la Galerie des arts de Balma pour l'exposition de sculptures réalisées par les adhérents des Maisons de quartier et l'Annexe des jeunes. Les ventes seront au profit du Secours populaire
Vendredi 26 avril à 19h