

**LAVA** 



**DANS LES QUARTIERS,  
BOUGEZ, PARTAGEZ, CRÉEZ**

**PLAQUETTE D'ACTIVITÉS  
ÉDITION 2025 / 2026**

sport • loisirs • culture • famille • vie quotidienne



# ÉDITO



**Florian BERCAULT**

Maire de Laval  
Président de Laval  
Agglomération



**Camille PÉTRON**

Adjointe au maire  
en charge de l'animation  
de la ville et des quartiers

## **Les maisons de quartier : des lieux de vie, de partage et de découverte.**

Pour cette saison 2025/2026, les maisons de quartier, les comités d'animation et le CLEP vous proposent une programmation riche et variée, accessible à toutes et tous. Que vous souhaitiez pratiquer une activité sportive, développer votre fibre artistique, vous investir dans un projet collectif ou simplement partager un moment convivial, vous trouverez forcément une activité qui vous correspond.

Ce guide vous permettra d'explorer toutes les animations proposées, classées par catégorie et par lieu, afin de les découvrir selon vos envies et au plus proche de chez vous. Les maisons de quartier sont bien plus que de simples espaces d'activités : elles sont des lieux d'échanges, d'apprentissage et de rencontres, où chacun peut s'épanouir et tisser des liens.

Le dynamisme associatif de Laval est une véritable richesse. Grâce à l'engagement des équipes et des bénévoles, nos quartiers vibrent au rythme d'initiatives solidaires et d'événements fédérateurs tout au long de l'année. Leur investissement est précieux pour faire vivre ces espaces et offrir à chacun l'opportunité de participer à la vie locale.

Alors, poussez la porte d'une maison de quartier, laissez-vous surprendre et rejoignez cette belle aventure humaine. Vous y êtes chez vous.

**Belle rentrée et belle saison à toutes et tous !**

# Des maisons de quartier et des comités d'animation





## Maisons de quartier

---

### **AVESNIÈRES**

02 53 74 15 40 / mq.avesnieres@laval.fr

### **GRENOUX**

02 53 74 15 30 / mq.grenoux@laval.fr

### **HILARD**

02 53 74 15 60 / mq.hilard@laval.fr

### **LAVAL-NORD**

02 53 74 15 80 / mq.pommeraias@laval.fr

### **LE BOURNY**

02 53 74 15 90 / mq.bourny@laval.fr

### **LES FOURCHES**

02 53 74 15 00 / mq.fourches@laval.fr

### **LE PAVEMENT**

02 53 74 15 50 / mq.pavement@laval.fr

### **SAINT-NICOLAS / THÉVALLES**

### **SAINT-PIERRE-LE-POTIER**

02 53 74 15 10 / mq.st-nicolas@laval.fr

## Comités d'animation

---

### **AGIR (St-Nicolas)**

Association de Gestion des Idées des Résidents

### **CAB**

Comité d'Animation du Bourny

### **CABEF**

Comité d'Animation Bien-Être aux Fourches

### **CALN**

Comité d'Animation Laval-Nord

### **CALNO**

Comité d'Animation Laval Nord Ouest (Hilard)

### **CAVAA**

Comité d'Animation Vivre Autour d'Avesnières

### **L'AVAG**

L'Association Vivre À Grenoux

### **LA GRANGE**

Comité d'Animation du Pavement

### **CLEP**

Centre Social Associatif secteur centre-ville

8 Impasse Haute Chiffolière

02 43 56 41 31 / cleplaval.accueil@gmail.com

# Les activités dans les quartiers en 1 coup d'œil

p.10 à 13

## ACTIVITÉS SPORTS

	CRENOUX	BOURNV	HILARD	FOURCHES	AVESNIÈRES	PAVEMENT	LAVAL-NORD	SAINTE-NICOLAS	CENTRE-VILLE
Gym douce	✗	✕	✕	✗	✗		✕		✕
Gymnastique					✗	✕		✕	
Circuit training, renforcement musculaire									✕
Pilates			✕		✗				✕
Sophrologie	✗					✕			
Yoga	✗	✕	✕	✗					✕
Randonnée-bons marcheurs			✕						
Balade et randonnée				✗	✗	✕	✕		
Découverte sportive enfants									✕
Badminton					✗				
Futsal				✗			✕	✕	✕
Ateliers équilibre (seniors)		✕				✕	✕		
Initiation danse orientale			✕						

p.22 à 24

## ACTIVITÉS CULTURE

Arts plastiques, peinture, dessin		✕	✕						
Poterie		✕							
Danse sur talon (ballet, jazz, danse moderne)									✕
Danse folk							✕		✕
Bricolage				✗	✗				
Café couture							✕		✕
Cartonnage				✗					
Jeux de société et jeux d'aiguilles	✗								
Loisirs créatifs (bricolage et papotage)			✕		✗				✕
Médiabus	✗	✕	✕	✗	✗	✕	✕	✕	✕
Théâtre improvisation	✗								

p.26 à 29



### ACTIVITÉS FAMILLE

LAEP / P'tit Ubulle (Lieu accueil enfant parent)			X		X		X	X	
LAEP / La Parentèle (lieu accueil enfant parent)									X
Les mercredis du CLEP									X
Activités en famille		X	X		X	X	X	X	
Animations - Relais petite enfance	X	X	X	X	X		X		
Baby club		X							
Bouts d'chou	X						X		
Espace familles		X	X		X		X		
Sport-motricité et jeux en famille					X		X		
Sport en famille			X				X		
Futsal en famille								X	

p.30 à 32

### VIE QUOTIDIENNE

Cours de français			X	X		X	X	X	
Aide informatique	X	X			X		X		X
Salon du linge						X	X		

## Le saviez-vous ?

Tous les Lavallois peuvent s'inscrire aux activités proposées par les maisons de quartier. Les inscriptions se font au sein des maisons de quartier et sur présentation de l'attestation du quotient familial (inscription préalable au Centre Administratif Municipal). Les mineurs doivent être accompagnés d'un parent (pour sport en famille).

## Les dates clefs :

**30/06/2025** : je pense à faire calculer mon quotient ! (page 33)

**02/09/2025** : ouverture des inscriptions aux accueils des maisons de quartier (à partir de 8h)

**15/09/2025** : lancement des activités

**05/06/2026** : fin des activités

# Les activités dans les quartiers en 1 coup d'œil

p.14 à 21



## ACTIVITÉS LOISIRS

	GRENOUX	BOURNAY	HILARD	FOURCHES	AYESNIÈRES	PAVEMENT	LAVAL-NORD	SAINTE-NICOLAS	CENTRE-VILLE
Couture		X		X		X	X		
Tricot crochet					X		X		
Belote			X		X			X	
Danse en ligne		X							X
Coaching vocal									X
Ateliers du mercredi (cuisine, jeux société ....)					X		X		
Anglais		X		X					X
Ateliers Mémo-rires		X							
Espagnol				X					
Activités manuelles					X				
Déco / Art-déco					X				
Jardins partagés	X								
Patchwork		X							
Pétanque	X				X				
Randonnées					X		X	X	
Tricot		X							
Atelier Créatif libre									X
Tapiserie								X	
Scrabble			X		X			X	
Tarot					X			X	
Video - numérisation - montage		X							

## AVESNIÈRES

**Maison de quartier Avesnières**  
**2 rue du Ponceau**  
**02 53 74 15 40**

du lundi au vendredi :  
8h30 - 12h15 // 13h30 - 18h

## LE BOURNY

**Maison de quartier du Bourny**  
**42, place de la Commune**  
**02 53 74 15 90**

du lundi au vendredi :  
8h30 - 12h30 // 13h30 - 18h

## FOURCHES

**Maison de quartier des Fourches**  
**1 place Pasteur**  
**02 53 74 15 00**

du lundi au vendredi :  
8h30 - 12h30 // 13h30 - 18h

## GRENOUX

**Maison de quartier de Grenoux**  
**57, rue de la Gabelle**  
**02 53 74 15 30**

du lundi au vendredi :  
8h30 - 12h30 // 13h30 - 18h

## HILARD / SAINTE-CATHERINE

**Maison de quartier d'Hilard**  
**48, rue d'Hilard**  
**02 53 74 15 60**

du lundi au vendredi :  
8h30 - 12h30 // 13h30 - 18h

## LAVAL-NORD / POMMERAIES

**Maison de quartier de Laval-Nord**  
**43, rue des Grands Carrés**  
**02 53 74 15 80**

du lundi au vendredi :  
8h30 - 12h30 // 13h30 - 18h

## PAVEMENT

**Maison de quartier du Pavement**  
**72, rue du Pavement**  
**02 53 74 15 50**

du lundi au vendredi :  
8h30-12h15 // 13h30 - 18h

## SAINT-NICOLAS

**Maison de quartier St-Nicolas**  
**Maison des Services Publics de**  
**Saint-Nicolas**  
**4, rue Drouot**  
**02 53 74 15 10**

du lundi au vendredi :  
8h30 - 12h15 // 13h30 - 18h

Les horaires sont susceptibles d'être modifiés pendant les vacances scolaires.



# ACTIVITÉS

# SPORTIVES



Atelier gym douce  
Maison de quartier d'Hilard

# Proposées par le service animation sportive et les maisons de quartier

## Gym douce // Adultes

---

**Lundi 14h - 15h**

Maison de quartier de Grenoux

**Mardi 9h - 10h**

Maison de quartier du Bourny

**Lundi 10h - 11h**

Maison de quartier Laval-Nord

**Jeudi 9h15 - 10h15**

Maison de quartier Hilard

**Vendredi 9h30 - 10h30**

Maison de quartier d'Avesnières

 **de 25€ à 154€** (selon quotient familial)

**Vendredi 14h - 15h**

Maison de quartier des Fourches

 **Tarifs activité sport**

## Gymnastique // Adultes

---

**Mardi 10h10 - 11h10**

Gymnastique entretien

Maison de quartier d'Avesnières

**Jeudi 10h15 - 11h15**

Maison de quartier du Pavement

**Jeudi 9h - 10h**

Maison de quartier de Saint-Nicolas

 **de 25€ à 154€** (selon quotient familial)

## Circuit training, renforcement musculaire, ... // Ados + 16 ans - Adultes

---

**Lundi 19h - 20h30**

Palindrome

 **de 25€ à 154€** (selon quotient familial)  
(adhésion familiale)

Encore plus d'activités  
sportives  
sur  
[associations.laval.fr](http://associations.laval.fr)

## Futsal

// 10/16 ans

**Jeudi 18h15 - 19h30**

Maison de quartier Laval-Nord

 **Gratuit**

// Adulte

**Lundi 20h - 22h**

Maison de quartier Saint-Nicolas

 **Gratuit**

// 10/12 ans

**Jeudi 17h30 - 18h30**

// 13/16 ans

**Jeudi 18h30 - 19h30**

// Pour les 16 ans et adultes

**Lundi 20h15 - 22h**

Gymnase Constant Laisis (Fourches)

**Jeudi 19h30 - 21h**

Palindrome

 **de 25€ à 154€**

(selon quotient familial)

## Sophrologie // Adultes

**Mardi 13h45 - 15h15** (initié)

(sauf vacances scolaires)

Maison de quartier du Pavement

**Mardi 19h - 20h**

Maison de quartier de Grenoux

 **de 25€ à 154€**

(selon quotient familial)

## Pilates // Adultes

**Jeudi : 18h20 - 19h20**

Maison de quartier d'Avesnières

**Vendredi : 9h - 10h**

Maison de quartier d'Hilard

 **de 25€ à 154€**

(selon quotient familial)

## Yoga // Adultes

**Lundi 14h30 - 15h30**

Maison de quartier des Fourches

**Mardi 10h45 - 11h45**

Maison de quartier de Grenoux

**Mercredi 18h30 - 19h30**

**et 19h45 - 20h45**

Maison de quartier du Bourny

**Yoga adapté**

**Lundi 15h - 16h**

**Débutants**

**Mardi 18h30 - 19h30**

**Perfectionnement**

**Mardi 19h45 - 20h45**

Maison de quartier d'Hilard

 **de 25€ à 154€**

(selon quotient familial)

## Randonnée pour bons marcheurs // Adultes

**Vendredi 9h - 12h**

Maison de quartier d'Hilard

 **Gratuit**

## Balade et randonnée // Adultes

**Mardi 9h30 - 11h30**

Maison de quartier des Fourches

**Mardi 14h - 17h**

Maison de quartier du Pavement

**Jedi 9h15 - 12h**

Maison de quartier Laval Nord

 **de 25€ à 154€**

(selon quotient familial)

## Découverte sportive // Enfants

- **ATELIER Cocktail sports // 9-10 ANS**  
découverte de sports de raquette,  
d'opposition, collectifs et de plein air

**Mercredi 14h - 15h**

Palindrome

- **ATELIER Jeux à thèmes // 5 ans**  
ateliers de jeux athlétiques, gymniques,  
d'opposition, de ballons et de plein air

**Mercredi 15h30 - 16h30**

Palindrome

- **ATELIER Jeux à thèmes // 6 ans**  
ateliers de jeux athlétiques, gymniques,  
d'opposition, de ballons et de plein air

**Mercredi 15h30 - 16h30**

Palindrome

- **ATELIER Cocktail sportif // 7-8 ans**  
ateliers de jeux athlétiques, gymniques,  
d'opposition, collectifs et de plein air

**Mercredi 14h - 15h**

Palindrome

 **Tarifs activité sport**

- **REBOND ACTIF // + de 16 ans**  
circuit training, sports collectifs, sortie vélo,  
cours collectif

**Mercredi 13h30 - 15h**

Petit gymnase des Fourches

- **FEMIN'ACTION // femmes de + de 16 ans**  
circuit training, sports collectifs, sortie vélo,  
cours collectif

**Jedi 10h - 12h**

Petit gymnase des Fourches

 **GRATUIT**

## Proposées par les comités d'animation et le CLEP

### Badminton // Adultes

**Mercredi 20h - 22h30**

Gymnase Jacques Chamaret

### Randonnée bon marcheur

// Adultes

**Lundi 13h45 - 17h30**

Maison de quartier d'Hilard

### Yoga // Adultes

**Mercredi 20h - 21h**

Maison de quartier de Grenoux

(cours à la salle de motricité de l'école Française Dolto)

**Lundi 10h30 - 11h30**

**Jedi 10h - 11h**

Centre-ville CLEP

 **55€ à 165€**

### Danse // Adultes

Initiation à la danse orientale

**Mardi 17h - 18h**

Maison de quartier d'Hilard

 **50€ à l'année**

### Relaxation et voyage sonore

// parent / enfant

Séances programmées dimanche\*  
et vacances scolaires (voir  
programmes vacances)

\* dimanche : tout public

CLEP

 **Tarif : libre**



# ACTIVITÉS

## LOISIRS



Arts Plastiques  
Exposition au Quarante

## Proposées par les maisons de quartier

### Couture // Adultes

Mardi 9h30 - 11h30

Maison de quartier du Pavement

Mercredi 9h30 - 11h30

Jeudi 9h30 - 11h30 / 13h30 - 15h30

Maison de quartier des Fourches

Mercredi de 16h à 18h (sous réserve)

Maison de quartier Laval Nord

 de 25€ à 154€ (selon quotient familial)

### Tricot-crochet // Tout public

Lundi 14h - 17h

Maison de quartier Laval-Nord

Jeudi 9h - 11h

Maison de quartier d'Avesnières

 Gratuit

### Danse en ligne (salsa, merengue, country)

à partir de 12 ans

Lundi 17h - 18h

Maison de quartier du Bourny

 de 25€ à 154€ (selon quotient familial)

Encore  
plus d'activités  
loisirs  
sur  
laval-tourisme.com

## Anglais // Adultes

---

### Niveau 1

Lundi 18h - 19h

Maison de quartier du Bourny

Mardi 18h - 19h

Maison de quartier des Fourches

 de 25€ à 154€

(selon quotient familial)

## Belote // Adultes

---

Jeudi 14h - 17h30

Maison de quartier de Saint-Nicolas

Jeudi 13h30 - 17h

Maison de quartier d'Hilard

Mardi 13h30 - 17h30

Maison de quartier d'Avesnières  
(organisé par le comité d'animation CAVAA)

## Atelier Mémoires (mémoire)

---

Mercredi et jeudi

10h - 12h / 1 fois par mois

Maison de quartier du Bourny

 Gratuit

## Espagnol // Adultes

---

Maison de quartier des Fourches

Débutant (petit niveau)

Mardi 18h - 19h

Bon niveau

Lundi 18h - 19h

 de 25€ à 154€

(selon quotient familial)



BELOTE



**ATELIER LECTURE**

18 | Activités loisirs

## Proposées par les comités d'animation et le CLEP

### Ateliers anglais // De 4 à 10 ans

1 samedi sur 2 à partir du 20 septembre,

4 – 6 ans : 10h00 - 10h45

7 – 10 ans : 11h00 - 11h45

Centre-ville CLEP

 Tarif : 190€ l'année ou 130€ les 10 séances.

### Atelier Créatif Libre // Adultes

Chacun amène son activité et partage ses connaissances avec les autres participants : papotage et bonne humeur sont aussi là !

Jeudi 18h - 21h

Centre-ville CLEP

 Adhésion

### Activités manuelles

// Adulte

Jeudi 14h - 17h

Maison de quartier d'Avesnières

### Coaching vocal

// À partir de 12 ans

Conseils techniques et artistiques personnalisés pour trouver sa propre voix et chanter en confort.

Jeudi 18h - 22h

Centre-ville CLEP

 20€ cycle 10 séances

### Déco / Art-déco // Adultes

1 mercredi sur 2

18h30 - 20h30

Maison de quartier d'Avesnières

### Jardins partagés

Période d'attribution des parcelles de novembre à décembre

Maison de quartier Grenoux

Maison de quartier Laval Nord

### Patchwork // Adultes

Mardi 18h - 21h

Maison de quartier du Bourny

 carte CAB obligatoire 5€/an



RANDONNÉES

## Pétanque // Adultes

---

Lundi et mercredi / 13h30 - 16h30

Salle Jean Macé (Hilard)

Mardi et vendredi / 14h - 18h

Maison de quartier d'Avesnières

## Randonnées // Adultes

---

Mardi 13h - 18h

Maison de quartier de Saint-Nicolas

1<sup>er</sup> mercredi du mois / 13h30 - 17h

Départ Salle du Tertre

Maison de quartier d'Avesnières

## Tapisserie // Adultes

---

Mardi 10h - 17h30

Maison de quartier de Saint-Nicolas

## Tarot // Adultes

---

Mardi et jeudi 14h - 18h

Maison de quartier de Thévalles

Mercredi 14h - 17h

Maison de quartier d'Avesnières

## Tricot // Tout public

---

Lundi 14h - 16h30

Maison de quartier du Bourny

 carte CAB obligatoire 5€/an

## Scrabble // Adultes

---

Lundi 14h - 16h

Maison de quartier d'Avesnières

Lundi 13h45 - 17h

Maison de quartier d'Hilard

carte CALNO obligatoire

Mercredi 13h30 - 17h30

Maison de quartier de Thévalles

## Vidéo-numérisation-montage

---

En fonction des projets

mardis et mercredis

Maison de quartier du Bourny

 50€ le trimestre (+10€ hors Laval une seule fois) et carte CAB obligatoire



# ACTIVITÉS

## CULTURE



Médiabus  
Maison de quartier du Pavement

# Proposées par les maisons de quartier

## Peinture, dessin, arts plastiques

// Enfants (6 ans et +)

Lundi 17h - 18h

Maison de quartier du Bourny

 de 16€ à 113€ (selon quotient familial)

// Adultes

Lundi 16h30 - 18h (cours inter-générationnel)

ou le vendredi 10h30 - 12h

Maison de quartier du Bourny

Judi 9h30 - 11h30 / 19h30 - 21h30

Maison de quartier d'Hilard

 de 25€ à 154€ (selon quotient familial)

## Théâtre improvisation

// Enfants/ados (8 ans et +)

Mercredi 14h - 15h15

Maison de quartier de Grenoux

 de 16€ à 113€ (selon quotient familial)

## Bibliobus

### Hors vacances scolaires

Maison de quartier de Grenoux, Bourny, Hilard, Fourches, Avesnières, Pavement, Laval-Nord, Saint-Nicolas, Centre-Ville, Clep

 **Gratuit**

## Poterie

Participation aux fournitures de 10€ supplémentaires

// Adultes

Mardi 14h - 16h et 19h - 21h

Maison de quartier du Bourny

 de 25€ à 154€ (selon quotient familial)

// Enfants (6 ans et +)

Mardi 17h - 18h30

Maison de quartier du Bourny

 de 16€ à 113€ (selon quotient familial)

**Encore  
plus de culture**  
avec le Conservatoire  
sur  
[crd.agglo-laval.fr](http://crd.agglo-laval.fr)

# Proposées par les comités d'animation et le CLEP

## Cabaret et Lyrical // 16 ans et +

Apprentissage et approfondissement de la danse sur talon. Style de danse qui incarne divers aspects du ballet, du jazz, de l'acrobatie et de la danse moderne

### Cabaret niveau 1

Mardi 18h - 19h30

### Cabaret niveau 2

Samedi 13h - 14h30

### Lyrical

Samedi 11h30 - 13h

Centre-ville CLEP

 150€/an

## Bricolage // Adultes

Lundi et jeudi 14h - 18h45

Vendredi 9h - 12h / 14h - 18h45

Maison de quartier d'Avesnières

Jeudi 9h - 12h / 13h30 - 17h30

Maison de quartier des Fourches, CABEF

## Cartonnage // Adultes

Jeudi tous les 15 jours à partir de 14h

Maison de quartier des Fourches, CABEF

## Danse folk // Adultes

Mardi 20h30 - 22h

Maison de quartier Laval Nord

## Couture

// Ados et adultes :

mercredi 14h - 16h

Adultes : jeudi 19h30 - 22h30

20h de cours par trimestre

Maison de quartier du Bourny

 55€/cours ados  
et 85€/adultes (+10€ hors-Laval)

Mardi 16h - 18h

Maison de quartier Laval-Nord

## Jeux de société et jeux d'aiguilles // Adultes

Jeudi 13h30 - 16h

Maison de quartier de Grenoux

## Loisirs créatifs - Bricolage et papotage // Adultes

Mardi 14h - 17h

Maison de quartier d'Hilard  
carte CALNO obligatoire

Jeudi 14h - 17h

Maison de quartier d'Avesnières

## Théâtre et Chant // 16 ans et +

Comédie musicale, opéra ou opérette, comment ça marche ? Un atelier de pratique pour amateurs, débutants ou experts, avec André Roche, metteur en scène.

Mardi 20h - 22h

Centre-ville CLEP

 120€ / an



ATELIER DESSIN



# ACTIVITÉS

# FAMILLE



L'été fantastique  
Square de Boston

# Proposées par les maisons de quartier

**LAEP (Lieux Accueil Enfants Parents)**

**P'tit Ubulle // Enfants - de 3 ans**

Animés par le service Relais Petite  
Enfance et Parentalité

**Lundi 9h30 - 11h45**

Maison de quartier d'Hilard

**Mercredi 9h30 - 11h45**

Salle du Tertre (Avesnières)

**Jeudi 16h - 18h**

Maison de quartier Laval Nord

**Vendredi 9h30 - 11h45**

ALSH Alfred Jarry

 **Gratuit**

## Activités parents/enfants

**Un air de famille**

**Mercredi 15h - 17h**

Maison de quartier d'Hilard

**Activités manuelles et sportives**

**Mercredi 14h - 17h**

Maison de quartier du Bourny

**Activités en famille**

**Mercredi 14h30 - 17h**

Maison de quartier Laval Nord

**Mercredi 14h - 17h**

(hors vacances scolaires)

Maison de quartier du Pavement

**Mercredi 14h - 17h**

Maison de quartier St-Nicolas

Maison de quartier d'Avesnières

**Baby-créa** (activité petite enfance parents/  
enfants jusqu'à 3 ans)

**Mercredi 9h30 - 11h30**

 **Gratuit**

## Animations collectives du Relais Petite Enfance

// Enfants - 3 ans (parents/grands-parents / assistantes maternelles, garde à domicile résidant à Laval)

**Lundi 9h30 - 11h30**

Maison de quartier Laval Nord  
ALSH Alfred Jarry

**Mardi 9h30 - 11h30**

Salle du Tertre  
Maison de quartier des Fourches

**Mercredi 9h30 - 11h30**

Maison de quartier de Grenoux

**Jedi 9h30 - 11h30**

Maison de quartier du Bourny

**Vendredi 9h30 - 11h30**

Maison de quartier d'Hilard  
Maison de quartier d'Avesnières

 **Gratuit**

## Ateliers équilibre SIEL BLEU

// Seniors

**Vendredi 11h - 12h**

Maison de quartier du Bourny

**Mercredi 9h15 - 10h15**

Maison de quartier du Pavement

**Mercredi 10h45 - 11h45**

**Vendredi 9h15 - 10h15**

Maison de quartier de Laval Nord

 **4€ la séance**

## Futsal en famille // Tout public

*en collaboration avec la direction des sports*

**Lundi 19h - 20h**

Maison de quartier de Saint-Nicolas

 **Gratuit**

## Baby club // 0-3 ans

(parents/grands-parents/assistantes maternelles)

**Mardi et vendredi 9h - 12h**

**Tous les après-midis 15h30 - 17h30**

Maison de quartier du Bourny

 **Gratuit**

## Espace famille // Familles (enfants + 4 ans accompagnés)

**Mercredi**

**14h - 17h30**

Maison de quartier d'Avesnières

Maison de quartier du Bourny

Maison de quartier Laval-Nord

**Vacances scolaires du lundi au vendredi**

**9h30 - 12h / 14h - 17h30**

Maison de quartier du Bourny

 **Gratuit**

## Sport-motricité et jeux en famille // Tout public

*en collaboration avec la direction des sports*

**Mercredi 16h - 17h30**

Maison de quartier Laval-Nord

 **Gratuit**

## Sport en famille // Familles

*en collaboration avec la direction des sports*

**Lundi 18h15 - 19h30**

Maison de quartier Laval Nord

**Mercredi 13h30 - 17h**

Maison de quartier Grenoux et Hilard

 **Gratuit**

# Proposées par les comités d'animation et le CLEP

## Bouts d'chou // 0-6 ans

---

(parents/grands-parents/assistantes  
maternelles)

**Vendredi 9h30 - 11h**

Maison de quartier de Grenoux

**Vendredi 9h30 - 12h**

Maison de quartier Laval-Nord

 **Gratuit**

## Lieux d'accueil enfant parent

### La Parentèle // Parent enfant 0 - 6 ans

---

**Mardi 9h - 11h30**

Centre-ville CLEP

 **Gratuit**

## Les mercredis du CLEP

// Tout public

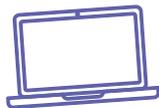
---

Chaque mercredi, de 15h30 à 18h, nous vous invitons à venir au CLEP. Cuisine, bricolage, balade : c'est vous qui faites le programme ! À plusieurs, c'est plus sympa !

**Mercredi 15h30-18h**

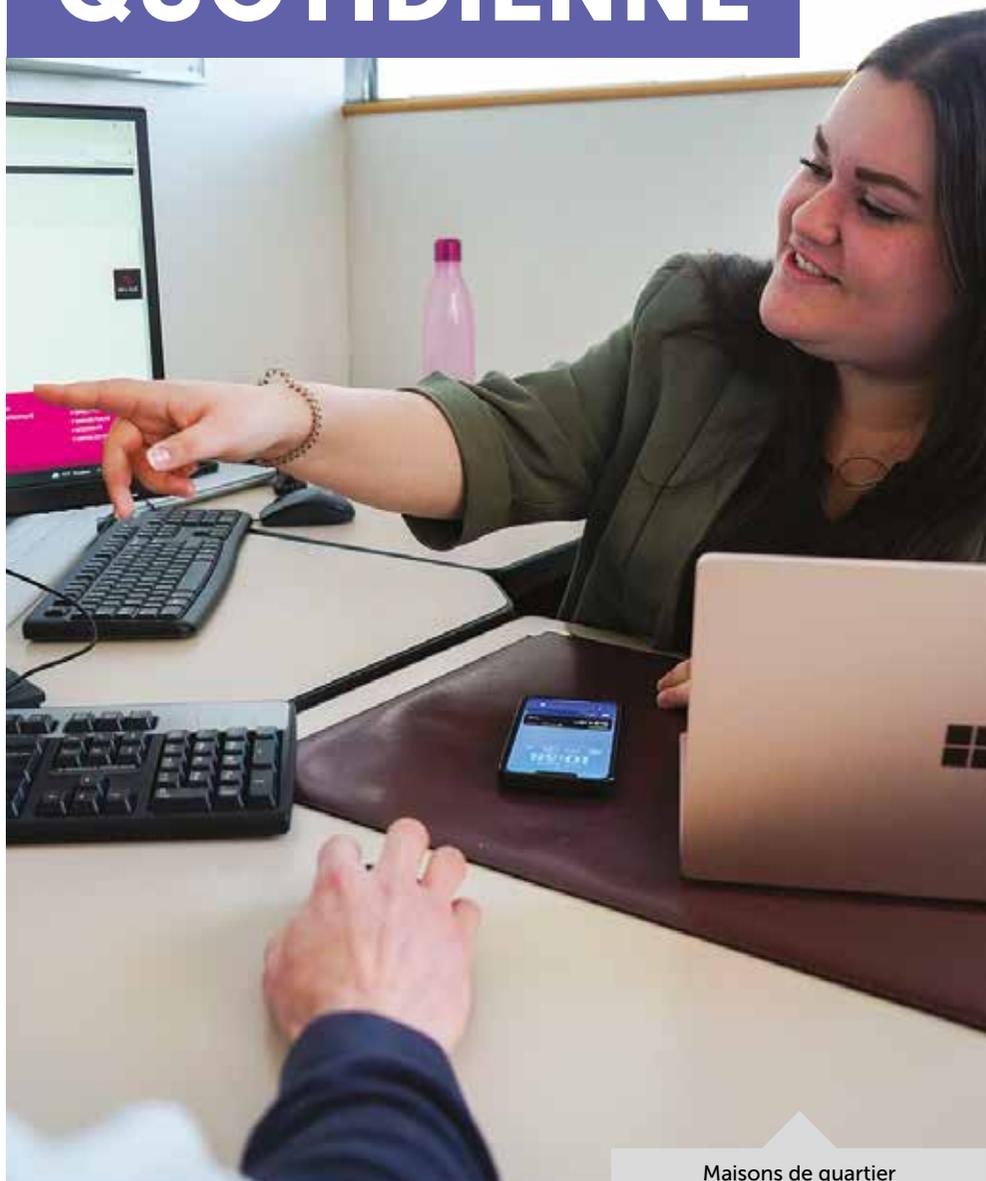
Centre-ville CLEP

 **Gratuit**



# VIE

# QUOTIDIENNE



Maisons de quartier  
Aide informatique

# Proposées par les maisons de quartier

## Atelier de discussion // Adultes

Se renseigner auprès de votre  
maison de quartier

**Lundi 13h30 - 14h30**

Maison de quartier de Laval-Nord

**Mercredi et vendredi 13h30 - 14h30**

Maison de quartier de Saint-Nicolas

**Jeudi 13h30 - 14h30**

Maison de quartier du Pavement

 **Gratuit**

## Cours de français // Adultes

Cours dispensés dans les  
quartiers. Se renseigner auprès de  
votre maison de quartier.

 **Gratuit**

## Aide informatique // Adultes

**Jeudi 13h30 - 14h30  
et 14h30 - 15h30**

Maison de quartier d'Avesnières

 **Gratuit**

**sur RDV individuels les vendredis  
après-midis**

Maison de quartier du Bourny

 **Gratuit**

**Jeudi 13h30 - 14h30  
et 14h30 - 15h30**

Maison de quartier Laval Nord

 **Gratuit**

# Proposées par les comités d'animation et le CLEP

## Initiation à l'informatique

// Ouvert à tous

**Jeudi 13h30 - 15h et 15h - 16h30**

Maison de quartier de Grenoux

## Atelier numérique

// Tout public

Avec Jean-Pierre, conseiller  
numérique

Centre-ville CLEP

## Salon du linge

**La petite Lavandière**

(lavage, séchage)

**Lundi, mardi, jeudi et vendredi**

**14h - 17h**

Maison de quartier du Pavement

**Salon du linge (lavage, séchage)**

**Lundi 9h - 12h et 14h - 17h**

**Vendredi 14h - 17h**

Maison de quartier Laval Nord

## Formation numérique

// Tout public

Avec Jean-Pierre, conseiller  
numérique

**Horaires d'ouverture du CLEP**

**Groupe de 10 participants au  
maximum.**

**Cycles de 8 séances :**

- initiation informatique
- bureautique
- numérique

**Sur rendez-vous**

 **Gratuit**

# INSCRIPTIONS ET TARIFS

Toutes les activités ne sont pas au même tarif (comités d'animation, maisons de quartier, ...). L'application du quotient familial vous permet de bénéficier du tarif le plus juste. Il est calculé en fonction de vos revenus, permettant une véritable équité entre tous les Lavallois avec un barème progressif et juste.

Pour obtenir votre quotient familial, rendez-vous au Centre Administratif Municipal (au 43 quai André Pinçon jusqu'en octobre 2025, puis place du 11-Novembre à partir de novembre 2025) avec votre avis d'imposition 2024 (pour les revenus de 2023) ou bien avec votre avis CAF.

## PENSEZ À VOUS INSCRIRE AUX ACTIVITÉS DÈS LE 2 SEPTEMBRE 2025

Les inscriptions se font directement dans les maisons de quartier. Aucune inscription ne se fera par courrier ou par téléphone. Une seule inscription par personne et par activité. Pour toute demande de paiement échelonné (tarifs supérieurs à 50 euros), il vous suffira de présenter un RIB.

La gratuité sera accordée à toute personne accompagnatrice d'un habitant porteur de handicap, pour les activités proposées dans les maisons de quartier (sur présentation d'un justificatif).

## GRILLE DES TARIFS ANNUELS 2025-2026

QUOTIENT FAMILIAL	1	2	3	4	5	6	7	8	Hors Laval
	< 559€	< 704€	< 979€	< 1261€	< 1537€	< 1819€	< 2310€	> 2311€	
NOUVELLE TARIFICATION ADULTE	25€	31€	43€	55€	71€	92€	112€	132€	154€
NOUVELLE TARIFICATION ENFANT - 16 ANS	16€	20€	28€	37€	47€	61€	75€	92€	113€
ACTIVITÉS SPORT	25€	25€	31€	31€	43€	66€	112€	132€	154€

Pour les activités mises en place par les comités d'animation lavallois et le CLEP, l'adhésion est obligatoire directement auprès de ces structures. Les tarifs sont fixés par les associations. Toutes les infos sont disponibles auprès des accueils des maisons de quartiers et du CLEP.



ANIMATION EN SOIRÉE



ANIMATION SPORTIVE

# INFOS PRATIQUES

**Mardi 2 septembre 2025 :**  
**ouverture des inscriptions**  
**dans les maisons de quartier**  
**(à partir de 8h)**

**Lundi 15 septembre 2025 :**  
**lancement des activités**

**Vendredi 5 juin 2026 :**  
**fin des activités**

Les modalités d'organisation des activités sont définies dans un règlement intérieur affiché en maison de quartier.



Accès handicap



[laval.fr](http://laval.fr)     