

N° 12 – Mars 2026

ANIMATIONS HEBDOMADAIRES DE LA  
MAISON DE QUARTIER DES FOURCHES

Coup de pouce aux habitants

Aide aux familles

Tous les lundis de 13h30 à 15h



Futsal « plus de 16 ans »

Gymnase Constant Laisis

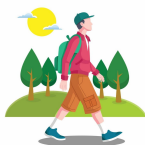
Tous les lundis de 20h à 22h

Randonnée en partenariat avec le  
service des sports

Tous les mardis Départ à 9h30

Retour vers 11h30

Lieu de RDV : Maison de quartier des Fourches



Atelier « Échanges en français »

Le mardi de 14h à 15h30, le mercredi de 10h à  
11h30 (sur inscription)

Ateliers seniors

Tous les mercredis de 14h à 17h30



Espace familles

Tous les mercredis de 14h à 17h

La maison de quartier des Fourches accueille,  
petits et grands, pour un moment convivial,  
ouvert à tous. Un espace petite enfance et des  
ateliers créatifs (cuisine, activités manuelles...) sont  
proposés pour partager, créer et passer un  
agréable moment en famille.

Café « papotes »

Atelier créatif, etc... Tous les vendredis de  
13h45 à 15h30ANIMATIONS DE LA MAISON DE  
QUARTIER DES FOURCHES PONCTUELLESTournoi de consoles seniors en partenariat  
avec Unis CitéLundi 9 mars de 13h30 à 17h à la maison de  
quartier des Pommeraies (accompagnement  
possible)

Repas partagé en toute convivialité

Mercredi 11 mars



Projet autour de la musique

PROJET MICHEL HUBERT EN PARTENARIAT AVEC  
LE 6 PAR 4Jeudi 12 mars de 18h à 20h - Grande salle de  
la maison de quartier des FourchesJeudi 19 mars de 18h à 20h à la maison de  
quartier des Pommeraies avec Alban

Repas convivial seniors

Sur invitation

Jeudi 19 mars à partir de  
12h

Grande salle

PROGRAMME DE VACANCES DE  
PRINTEMPS

Programme d'activités disponible à compter  
du 25 mars à l'accueil de la maison de quartier  
et inscriptions à partir du mardi 7 avril à 9h.

N° 12 – Mars 2026

LES SERVICES MUNICIPAUX LAVALLOIS  
VOUS PROPOSENTANIMATIONS SPORTIVES PROPOSÉES  
PAR LE SERVICE DES SPORTS  
AVECTHOMAS

Sports santé pour les + de 16 ans

Sports collectifs, jeux à base de remise en  
formeTous les mardis de 13h30 à 15h au  
petit gymnase

Sports santé pour les femmes (+ 16 ans)

Sports collectifs, jeux à base de  
remise en forme

Tous les jeudis de 10h à 12h au petit gymnase

## PETITE ENFANCE

Relais Assistantes Maternelles

Tous les mercredis de 9h30 à  
11h30

(sauf vacances scolaires)



## « GLEAM »

Permanence Solidarité Énergie

Le mercredi de 14h à 17h

Maison de quartier des Fourches



## LECTURE

Passage du médiabus

Le jeudi 5 et 19 mars de 14h45 à  
16hPlace pasteur, près de l'accueil de  
loisirsINSCRIPTIONS ACCUEIL DE LOISIRS  
POUR LES VACANCES DE PRINTEMPSLes inscriptions sont possibles  
jusqu'au dimanche 22 mars 2026

INSCRIPTION



## LES ASSOCIATIONS

## CABEF

Assemblée générale

Le vendredi 27 mars à 20h

Grande salle au 1er étage



## « BAVAR'DONS »

Permanences

Lundi et jeudi de 8h30 à 11h30 - Mardi et vendredi de  
8h30 à 11h30 et de 13h30 à 15h30 - (fermé le mercredi)  
et le 3ème samedi du mois de 9h à 12h et de 13h30 à  
17h.Local « Bavar'dons » - 9 place Fléming (face à  
l'école Charles Perrault)

## ORPAL

Gymnastique

Le lundi de 15h à 17h

Local polyvalent



## « LA JOIE DE VIVRE »

Danse de salon

Le vendredi de 9h30 à 11h

Chorale

Le mercredi de 16h à 18h

Rendez-vous au local  
polyvalent des Fourches

Après-midi jeux

Le vendredi de 13h30 à 18h



MAISON DE QUARTIER DES FOURCHES

1, place Pasteur  
02 53 74 15 00

mq.fourches@laval.fr

laval.fr

