

Bonne année 2026 !

RENCONTREZ VOS ÉLUS DE QUARTIER

Permanences sur rendez-vous au **02 43 49 46 28**

✓ Activités / sorties sur inscription



ANIMATIONS / SORTIES DU MOIS

- ATELIER INFORMATIQUE

Les jeudis 8, 15, 22 et 29 / 13 h 30 - 14 h 30

Adultes

- ATELIER DISCUSSION EN FRANÇAIS

Les jeudis 8, 15, 22 et 29 / 11 h - 12 h

Adultes

- ATELIER TRICOT - CROCHET

Les lundis / Dès 14 h

Adultes

- "BLA-BLA POM'S"

Tous les vendredis à partir de 8 h 45

Venez discuter avec d'autres habitants du quartier

Galette des rois le 16

Tout public

- NUIT DE LA LECTURE

Samedi 24 / 10 h - 17 h

Tout public

- MARCHÉ DU MANS

Jeudi 29 / 8 h 30 - 15 h

Adultes - Tarif bleu

- SPORT EN FAMILLE

Les lundis 5, 12, 19 et 26

18 h 30 - 19 h 30

Familles

- RANDONNÉE

Les jeudis 8, 15, 22 et 29 / 9 h - 12 h

Adultes



PETITE ENFANCE

(hors vacances scolaires)

- LE COIN DES "BOUT'CHOUX"

Les mercredis / 9 h - 12 h

- LIEU ACCUEIL ENFANTS / PARENTS

Les jeudis / 15 h - 18 h



LES MERCREDIS APRÈS-MIDI

- DÉFI CULTURE GÉNÉRALE

Le mercredi 7 / 14 h - 15 h 30

Tout public

- SORTIE AU ZOOM

Le mercredi 7 / 14 h - 17 h

Tout public

- SILVER GEEK

Le mercredi 14 / 14 h - 16 h

Adultes / Seniors

- BALADE À L'ÉTANG DE CHANGÉ

Le mercredi 21 / 14 h - 16 h

Tout public

- BRICOLAGE THÈME HIVER

Le mercredi 21 / 14 h - 15 h 30

Familles

- COUNTRY

Le mercredi 28 / 14 h - 15 h 30

Tout public

- BRICO'DEVOIRS

Les mercredis 14 et 28 / 14 h - 15 h 30

Enfants scolarisés en primaire

- MULTI-SPORTS

Les mercredis 7, 14, 21 et 28

15 h - 30 h - 17 h 30

Espace JF Lemoine (Ex-Hippodrome),

91 avenue Pierre de Coubertin



SENIORS

- BOÎTE À MÉMOIRE

Lundi 5 / 14 h - 15 h

- ON CONNAÎT LA CHANSON

Lundi 12 / 14 h - 16 h

- ATELIER VITE LU

Les mardis 6 et 20 / 14 h - 16 h

- ATELIER CUISINE

Mardi 27 / 10 h - 17 h



JANVIER 2026



SERVICES DE PROXIMITÉ

- ESPACE EMPLOI LAVAL AGGLOMÉRATION

Les mardis / 9 h - 12 h

L'espace emploi vous accompagne dans votre recherche d'emploi.

- ACCOMPAGNEMENT ADMINISTRATIF

Les mardis / 14 h - 17 h

Les vendredis / 10 h - 12 h

Besoin d'aide pour remplir un dossier, comprendre un courrier ou effectuer une démarche.

- TOURNÉE MÉDIABUS

- LES POMMERAIES

Les mercredis 18, 14 / 16 h 15 - 17 h 45

43 rue des Grands Carrés

- LES VIGNES

Les mardis 6, 20 / 14 h 45 - 16 h

61 avenue Pierre de Coubertin

Les mardis 18, 14 / 16 h 15 - 17 h 30

183 avenue Pierre de Coubertin



ASSOCIATIONS DE QUARTIER

- C.A.L.N / Salon du linge

Les lundis / 18 h - 20 h 30

Les mercredis / 18 h 15 - 17 h

Les jeudis / 17 h - 20 h

1167, avenue Pierre de Coubertin

- LES BOUCHONS D'AMOUR

Détachez les bouchons de vos bouteilles

et déposez les dans le container situé à la maison de quartier ainsi vous permettrez d'aider les personnes en situation de handicap.

MAISON DE QUARTIER LAVAL-NORD

43 rue des Grands Carrés

02 53 74 15 80

mq.pommeraies@laval.fr

laval.fr

