



# Bonne année 2026 !

# LA NEWSLETTER

Lettre d'information de votre maison de quartier et du comité d'animation Caln

## RENCONTREZ VOS ÉLUS DE QUARTIER

Permanences sur rendez-vous au 02 43 49 46 28

✓ Activités / sorties sur inscription

### Horaires :

Du lundi au vendredi :

8 h 30 - 12 h 15 / 13 h 30 - 18 h

Mardi :

11 h - 12 h 15 / 13 h 30 - 18 h

Ouverture de la Maison de quartier

le 5 janvier 2026



## JANVIER 2026



### 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



### 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.pommaraies@laval.fr

laval.fr

