

SOMMAIRE

3 ÉDITO

4 LES CENTRES SOCIAUX

5 LES COMITÉS D'ANIMATION

6 LE MOT DE LA CAF

7 ACTIVITÉS VILLE

8 LE MOT DE LA CAF

16 ACTIVITÉS POUR TOUS PROPOSÉES
PAR LES COMITÉS D'ANIMATION

24 PLAN



DOCUMENT RÉALISÉ
AVEC LE CONCOURS DU CONSEIL DES SAGES

ÉDITO

Les maisons de quartier sont au cœur de l'action municipale. Les Lavallois peuvent y trouver en permanence des services et un éventail d'activités ouvertes à tous. Il y en a pour toutes les générations et pour tous les goûts !

Les comités d'animation jouent un rôle fondamental dans la vie des quartiers en organisant des activités sportives, culturelles, de loisirs et des sorties, à des tarifs adaptés à chacun.

Ce livret vous permet de connaître l'ensemble des propositions pour pouvoir vous inscrire à l'activité de votre choix, quel que soit votre quartier.

Grâce au travail quotidien des services de la ville, à la mobilisation des associations et des comités d'animation, la mairie renforce les liens entre tous les citoyens, quels que soient leur âge, leur origine, leurs envies.

Bienvenue dans votre maison de quartier !



François Zocchetto
Maire de Laval



Chantal Grandière
Adjointe en charge
de la vie des quartiers

VOS MAISONS DE QUARTIER CENTRES SOCIAUX

QU'EST-CE QU'UN CENTRE SOCIAL ?

Un centre social est un lieu de vie, d'écoute, d'animation, d'activités, de services, d'apprentissages et d'initiatives pour les habitants.

Ouvert à tous, il a pour mission de créer du lien social et de contribuer au mieux vivre ensemble dans son quartier, dans sa ville.

C'est à partir de l'expression du besoin des habitants, de leur « envie de faire » et de « faire ensemble » que se mettent en place des actions et des services, en concertation avec les différents partenaires du quartier.

Qui rencontrerez-vous dans un centre social ?

Des habitants : à l'accueil pour se renseigner, autour d'un café pour échanger... ou en train de participer à une activité...

Des bénévoles : d'associations œuvrant sur et pour le quartier, à l'accompagnement scolaire, à la couture, à l'informatique, dans une réunion... ou en train de préparer la prochaine animation festive.

Des professionnels : directeur, agents d'accueil et de secrétariat, animateur référent familles, animateur socio-éducatif, travailleurs sociaux, conseiller emploi...

Comment est financé le centre social ?

Le centre social est soutenu et financé principalement par la ville de Laval et la Caisse d'Allocations Familiales de la Mayenne.

Il bénéficie aussi de financements apportés par le Contrat Ville de la politique de la Ville et le Conseil départemental.

Maison de Quartier Laval Nord

« Pommerais »

43, rue des Grands Carrés

Tél. 02 53 74 15 80

mq.pommerais@laval.fr



Maison de Quartier Saint-Nicolas/Thévalles

4, rue Drouot

Tél. 02 53 74 15 10

mq.st-nicolas@laval.fr



Maison de Quartier d'Hilard

48, rue d'Hilard

Tél. 02 53 74 15 60

mq.hilard@laval.fr



Maison de Quartier du Bourny

42, place de la Commune

Tél. 02 53 74 15 90

mq.bourny@laval.fr



Maison de Quartier des Fourches

1, place Pasteur

Tél. 02 53 74 15 00

mq.fourches@laval.fr



Maison de Quartier

«La Grange du Pavement»

72, rue du Pavement

Tél. 02 53 74 15 50

mq.pavement@laval.fr



Maison de Quartier de Grenoux

57, rue de la Gabelle

Tél. 02 53 74 15 30

mq.grenoux@laval.fr



Maison de Quartier d'Avesnières

2, rue du Ponceau

Tél. 02 53 74 15 40

mq.avesnieres@laval.fr



Les maisons de quartiers sont ouvertes généralement du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 18h [sauf vacances scolaires et horaires spécifiques], renseignez vous par téléphone auprès de votre structure ou sur le www.laval.fr.

LES COMITÉS D'ANIMATION LAVALLOIS ET LE CLEP

L'UCAL (Union des Comités d'Animation Lavallois) regroupe 7 comités d'animation : AGIR (St Nicolas/Thévalles), l'AVAG (Grenoux), le CAVAA (Avesnières), le CABEF (Fourches), le CALN (Pommerais), le CALNO (Hilard), la GRANGE (Pavement) et le centre social CLEP.

Depuis leur création les différents comités d'animation regroupés au sein de l'UCAL, ainsi que le comité d'animation du Bourny, et le CLEP œuvrent pour valoriser et promouvoir les échanges, la convivialité et la solidarité entre les personnes de toutes origines sociales.

Ils ont un rôle d'animation et mettent en œuvre toutes actions permettant de développer le lien social dans le respect des différences et de la diversité des cultures, des opinions politiques et religieuses.

Les nombreux bénévoles présents au sein de ces différents comités, sont, chaque jour, présents sur le terrain, afin d'être au plus près des habitants et de pouvoir les écouter pour recenser leurs besoins, contribuer à apporter des réponses à leurs demandes, dans le respect du projet social de quartier, tout en les incitant à agir eux-mêmes.

Partenaires privilégiés, avec leur maison de quartier, les comités d'animations, visent à mettre au service de tous, les moyens de loisirs, de promotion culturelle, sportive et sociale. Ils ont également un rôle d'interlocuteur des Pouvoirs Publics et des Institutions.

Les comités d'animation vous souhaitent une très bonne rentrée 2019, en espérant vous voir dans les nombreuses animations qu'ils vous proposent tout au long de l'année.

A très bientôt.

	AGIR (St-Nicolas) Association de Gestion des Idées des Résidents
	L'AVAG L'Association Vivre À Grenoux
	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
	Comité d'Animation La Grange du Pavement
	CLEP - Centre Social Associatif secteur centre-ville 8, Impasse Haute Chiffolière Tél. 02 43 56 41 31 clep.animation@orange.fr

LE MOT DE LA CAISSE D'ALLOCATIONS FAMILIALES [CAF]

LA CAF DE LA MAYENNE AU CŒUR DU LIEN SOCIAL !

Les orientations politiques de l'action sociale de la Caf de la Mayenne visent à renforcer, par la cohésion sociale, l'animation et la vie sociale des quartiers.

Ainsi, la Caf souhaite :

- promouvoir la mixité sociale,
- créer du lien entre les habitants de votre quartier, de votre territoire,
- faciliter les relations entre les générations,
- soutenir et accompagner les structures à vocation sociale.

L'agrément délivré par la Caf aux 9 centres sociaux de la ville traduit cet engagement.

Le partenariat avec vos maisons de quartier permet de :

- faciliter les relations entre les habitants,
- créer un « mieux vivre ensemble » sur votre quartier,
- accompagner les habitants dans la réalisation de leurs projets,
- permettre à chacun d'être acteur et vecteur de propositions qui améliorent leur quotidien,
- faciliter l'accès aux structures et animations pour tous les publics quelles que soient leurs ressources financières,
- soutenir les jeunes dans leurs projets de vie.

En s'appuyant sur les forces vives des quartiers, en développant la mobilisation et la participation des habitants, les centres sociaux sont à la fois des lieux ressources et des points d'ancrage des interventions sociales novatrices et concertées.

Pour vous, chaque année, la Caf soutient activement ces équipements et ces initiatives.



Votre Caisse d'allocations familiales
11 quai Paul Boudet
Accueil public 8h30 - 16h30
Renseignements
<http://www.caf.fr>
<http://www.mon-enfant.fr>

ACTIVITÉS POUR TOUS PROPOSÉES PAR LA VILLE

GRILLE DES TARIFS ANNUELS 2019-2020

Quotient Familial	1	2	3	4	5	6	7	hors laval
	< 516 €	< 649 €	< 904 €	< 1163 €	< 1420 €	< 1680 €	> 1681 €	
-16 ans	16 €	20 €	28 €	36 €	46 €	60 €	74 €	90 €
ADULTES	24 €	30 €	42 €	54 €	70 €	90 €	110 €	130 €

CODE	1	2	3	4	5	6	7	8	Hors Laval
	< 516	< 649	< 904	< 1163	< 1420	< 1680	< 2133	> 2133	
Adultes	2,00 €	3,00 €	3,00 €	4,00 €	4,00 €	5,00 €	5,00 €	6,00 €	7,00 €
Enfants - de 12 ans	1,00 €	1,50 €	1,50 €	2,00 €	2,00 €	2,50 €	2,50 €	3,00 €	3,50 €

TARIFS STAGES 2019 - 2020

Les modalités d'organisation des activités sont définies dans un règlement intérieur affiché en maisons de quartier. Pour toute demande de paiement échelonnée, il suffit de présenter un RIB. Un certificat médical de moins de 3 mois est obligatoire pour les activités sportives.

>> Prévoir dès maintenant vos démarches au centre administratif municipal et faire calculer votre quotient familial.

DES TARIFS JUSTES AVEC LE QUOTIENT FAMILIAL

Toutes les activités sont aux mêmes tarifs dans tous les quartiers de Laval. L'application du quotient familial vous permet de bénéficier du tarif le plus juste: il est calculé en fonction de vos revenus ⁽¹⁾.

Appliquer le quotient familial, c'est :
> plus d'équité entre tous les lavallois.

> un barème plus progressif et plus juste.

Les maisons de quartier organisent au cours de l'année de nombreux temps d'animations pour lesquels une communication spécifique est effectuée.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS À COMPTER DU LUNDI 2 SEPTEMBRE 2019
Les activités débutent le lundi 16 septembre 2019 et se terminent le samedi 6 juin 2020
Une inscription par personne. Aucune inscription ne se fera par courrier et téléphone

Activités proposées par le CRD

ACTIVITÉ CRD	LIEU
DANSE CONTEMPORAINE	HILARD/AVESNIÈRES
DANSE MODERN JAZZ	AVESNIÈRES
DANSE CLASSIQUE	HILARD
ÉVEIL À LA DANSE	HILARD/AVESNIÈRES
INITIATION DANSE	HILARD/AVESNIÈRES
HIP-HOP	HILARD/AVESNIÈRES/FOURCHES
JARDIN MUSIQUE DANSE	HILARD
CLAVIER	BOURNY
GUIWARE	AVESNIÈRES/BOURNY/POMMERAIES

CONCERNANT LA DANSE, LE HIP-HOP, LE CLAVIER ET LA GUITARE :
Inscriptions du 21 MAI au 21 JUIN 2019
au Conservatoire - 27 rue de Bretagne
AUCUN DOSSIER D'INSCRIPTION NE SERA ACCEPTÉ EN MAISON DE QUARTIER.

Le fait de se déplacer au conservatoire vous permettra de rencontrer un enseignant afin de vous guider dans votre parcours.

Renseignements et informations au
02 53 74 14 14
ou sur accueil.crd@laval.fr.

ACTIVITÉS POUR TOUS PROPOSÉES PAR LA VILLE

ACTIVITÉ	PUBLIC / NIVEAU	HORAIRE	MAISON DE QUARTIER	TARIFS EN FONCTION DU QUOTIENT FAMILIAL
ANGLAIS	Niveau 2	lundi 10h30-11h30	HILARD	de 24 € à 130 €
	Niveau 3	mercredi 14h-15h		
	Niveau 4	mercredi 11h-12h		
	Niveau 5	mardi 14h-15h		
	Niveau 6	mercredi 18h15-19h15		
	Niveau 7	jeudi 18h-19h		
	Niveau 8	mercredi 10h-11h		
	Niveau 9	lundi 14h-15h		
	Niveau 10	mardi 10h30-11h30		
	Chatting club	mardi 18h30-19h30		
	Niveau moyen : être capable de s'exprimer même avec des difficultés	mardi 18h10-19h10	FOURCHES	
	Bon niveau : être capable de s'exprimer facilement	jeudi 18h10-19h10	BOURNY	
	Niveau 1 (petit niveau - reprise de l'anglais de base)	lundi 19h10-20h10		
	Niveau 2 (capable de s'exprimer - bon niveau)	lundi 18h10-19h10		
Faux débutants	mardi 14h-15h			
COUTURE	Adultes	mardi 14h-16h	PAVEMENT	de 24 € à 130 €
	Adultes	mercredi 9h30-11h30	FOURCHES	
	Adultes	jeudi 13h30-15h30	HILARD	
	Adultes	vendredi 9h-11h	LAVAL NORD	
	Adultes	jeudi 9h30 - 11h30	GRENOUX	
DANSE EN LIGNE (SALSA, MERENGUE, COUNTRY)	Stage (à partir de 12 ans)	lundi 18h30-19h30	BOURNY	TARIF JAUNE

La gratuité sera accordée à toute personne accompagnatrice d'un usager porteur de handicap aux activités organisées dans les maisons de quartier [sur présentation d'un justificatif].

Activités organisées en partenariat avec le groupement d'employeurs PEPS 53.



ACTIVITÉS POUR TOUS PROPOSÉES PAR LA VILLE

ACTIVITÉ	PUBLIC / NIVEAU	HORAIRE	MAISON DE QUARTIER	TARIFS EN FONCTION DU QUOTIENT FAMILIAL	
ESPAGNOL	Adultes 2-5 ans de pratique	lundi 18h-19h	FOURCHES	de 24 € à 130 €	
	Adultes 1-2 ans de pratique	mardi 18h-19h			
	Adultes débutant	jeudi 18h-19h			
	Adultes +5 ans de pratique	jeudi 17h-18h		en fonction de la demande	se renseigner à la maison de quartier
	Stage tout public (Apprentissage de la langue dans la vie quotidienne)				
	Stage Lycéen / Etudiants (Renforcement de la langue espagnole)				
	Stage tout public (Apprentissage de la langue dans la vie quotidienne)				
FRANÇAIS / ALPHABÉTISATION	Adultes	lundi matin et après-midi	LAVAL NORD	GRATUIT	
	Adultes	jeudi 10h30-12h	PAVEMENT		
	Adultes	mardi/jeudi 9h30-11h30	AVESNIÈRES		
GYM DOUCE	Adultes	vendredi 9h30-11h30	AVESNIÈRES	de 25 € à 130 €	
GYMNASTIQUE	Gymnastique entretien Adultes	mardi 10h10-11h10	AVESNIÈRES	de 24 € à 130 €	
	Gymnastique Adultes	vendredi 9h-10h	HILARD		
	Gymnastique Adultes	mardi 18h-19h	SAINT-NICOLAS		
	Gymnastique Adultes	mercredi 18h-19h			
	Gymnastique douce Adultes	mardi 9h-10h			
	Gymnastique Adultes	jeudi 9h-10h			
INFORMATIQUE	Adultes	lundi 18h-19h30	SAINT-NICOLAS	de 24 € à 130 €	
	Adultes	mercredi 18h-19h30			
PATCHWORK ET CONFECTION D'OBJETS UTILES	Adultes	lundi 14h-16h	GRENOUX	de 24 € à 130 €	
PEINTURE DESSIN ART PLASTIQUE	Adultes	jeudi 14h-16h	HILARD	de 24 € à 130 €	
	Adultes	jeudi 20h-22h			
	Stages enfants	lundi 17h - 18h	BOURNY	Tarif jaune	
	Stages adultes	vendredi 10h-11h			

ACTIVITÉS POUR TOUS PROPOSÉES PAR LA VILLE

ACTIVITÉ	PUBLIC / NIVEAU	HORAIRE	MAISON DE QUARTIER	TARIFS EN FONCTION DU QUOTIENT FAMILIAL
PEINTURE SUR BOIS + PARTICIPATION FOURNITURES 35 €	Adultes	lundi 20h-22h	FOURCHES	de 24 € à 130 €
	Adultes	mardi 14h-16h		
	Adultes	jeudi 14h-16h		
POTERIE + PARTICIPATION FOURNITURES 10 €	Adultes	mardi 14h30-16h30	BOURNY	de 24 € à 130 €
	Adultes	mardi 19h-21h		de 16 € à 90 €
	Enfants 6-12 ans	mardi 17h-18h30		
SOPHROLOGIE	Adultes	mardi 19h-20h	GRENOUX	Tarif jaune
TAÏ CHI	Adultes débutants	mardi 17h45-18h45	HILARD	de 24 € à 130 €
	Adultes perfectionnement	mardi 19h-20h		
TRICOT	Sur formule de stage en fonction de la demande		FOURCHES	de 24 € à 130 €
	Adultes	vendredi 14h30-17h	PAVEMENT	GRATUIT
YOGA	Adultes	lundi 15h-16h	FOURCHES	de 24 € à 130 €
	Adultes	mardi 10h45-11h45	SAINT-NICOLAS	
	Adultes débutants	mercredi 18h30-19h30	HILARD	
	Adultes perfectionnement	mercredi 19h45-20h45		
	Adultes adaptés	jeudi 15h30-16h30		
Adultes	mercredi 18h30-19h30 / 19h30-20h30	BOURNY		

AUTRES ACTIVITÉS

ANGLAIS «YES WE CAN»	Stage collège / stage lycée	mercredi 13h30-14h30 / jeudi 18h-19h	GRENOUX	
ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ (CLAS)	Élémentaire	lundi, mardi, jeudi, vendredi 16h-18h	FOURCHES	SE RENSEIGNER À LA MAISON DE QUARTIER SUR L'ORIENTATION DES ENSEIGNANTS
	Collège	lundi, mardi, jeudi, vendredi 15h30-18h		
	Élémentaire	lundi et jeudi 15h30-18h mercredi 14h30-17h30	GRENOUX	
	Élémentaire	lundi, mardi, jeudi, vendredi 15h30-17h30	HILARD	
	Collège 6 ^{ème} à la 4 ^{ème}	mercredi 13h30-15h		
	Élémentaire (École E. et R. Badinter)	lundi, mardi, jeudi, vendredi 15h30-17h30	PAVEMENT	
	Collège	lundi, mardi, jeudi, vendredi 16h30-18h30		
	Élémentaire	lundi, mardi, jeudi, vendredi 15h45-17h30	LAVAL NORD	
	Collège	lundi, mardi, jeudi, vendredi 15h45-18h		
LIEU D'ACCUEIL ENFANTS PARENTS (0/3 ANS)	Élémentaire	lundi, mardi, jeudi, vendredi 15h30-17h30	SAINT-NICOLAS	GRATUIT
	Bournycoti	lundi 9h30-11h45	BOURNY	
	Le Mille Pattes	lundi 9h30-11h45	LAVAL NORD	
	Patiwak	mardi 9h30-11h45	FOURCHES	
	La Grange aux doudous	mardi 9h30-11h45	PAVEMENT	
L'îlot Kangourou	jeudi 9h30-11h45	SAINT-NICOLAS		

AUTRES ACTIVITÉS

ACTIVITÉ	PUBLIC / NIVEAU	HORAIRE	MAISON DE QUARTIER	TARIFS EN FONCTION DU QUOTIENT FAMILIAL
ANIMATIONS COLLECTIVES DU RELAIS ASSISTANTES MATERNELLES (R.A.M.)	Les animations sont proposées aux enfants jusqu'à 3 ans accompagnés de leur assistant(e) maternel(le), garde à domicile et/ou leur(s) parent(s), grand(s)-parent(s) résidant à Laval	lundi 9h30-11h30	ST NICOLAS	Gratuit
		lundi 9h30-11h30	FOURCHES	
		mardi 9h30-11h30	LAVAL NORD	
		mardi 9h30-11h30	GRENOUX	
		mercredi 9h30-11h30	AVESNIÈRES (Salle du Tertre)	
		jeudi 9h30-11h30	BOURNY	
		jeudi 9h30-11h30	HILARD	
		vendredi 9h30-11h30	PAVEMENT	
		vendredi 9h30-11h30	AVESNIÈRES	
ACTIVITÉ PARENTS/ENFANTS	Un air de famille	mercredi 15h-17h	HILARD	Gratuit
ACTIVITÉ PARENTS/ENFANTS	Activités manuelles	mercredi 14h-17h	BOURNY	Gratuit
	Famille	mercredi 15h30-17h30 (tous les jours hors vacances scolaires)	PAVEMENT	Gratuit
ACTIVITÉ SANTÉ/BIEN ÊTRE	Tout public	lundi 13h45-15h15 (sauf vacances scolaires)	PAVEMENT	Gratuit
ACTIVITÉ SANTÉ/BIEN ÊTRE	Tout public	lundi et vendredi 9h-11h30	HILARD	Gratuit
ATELIER ÉQUILIBRE SIEL BLEU	Seniors	vendredi 11h-12h	BOURNY	25 € par trimestre (se renseigner à la maison de quartier)
		jeudi 9h-10h	FOURCHES	
		lundi 14h-15h	HILARD	
		mercredi 9h15-10h15	PAVEMENT	
		mercredi 10h45-11h45 et vendredi 9h15-10h15	LAVAL NORD	
	Seniors (Gym prévention santé)	vendredi 14h-15h	GRENOUX	4 € la séance
BADMINTON	+10 ans (accompagné d'un adulte)	lundi 20h-21h30	BOURNY	25 € à 130 €
	+16 ans	lundi 20h-22h	HILARD	
BALADE TRANQUILLE	Adultes	vendredi 14h30-16h	PAVEMENT	Gratuit
MOTRICITÉ ET JEUX EN FAMILLE	Tout public	mercredi 16h30-18h30	AVESNIÈRES	se renseigner à la MQ
RANDONNÉE TRANQUILLE	Adultes	lundi 9h30-11h30	FOURCHES	Gratuit
SPORT / DÉTENTE / CONVIVIALITÉ	Adultes et seniors	mercredi 14h-15h	BOURNY (GYMNASE M. PAGNOL)	Tarif QF sport 25 € à 130 €
SPORT EN FAMILLE	Tout public	vendredi 18h30-20h30	AVESNIÈRES	Carte famille
SPORT MOTRICITÉ EN FAMILLE	3-5 ans (accompagnés d'un adulte)	mercredi 15h30-16h30	TERTRE	Carte famille
TRICOT	Tout public	jeudi 9h30-11h	AVESNIÈRES	Gratuit
VITE-LU	Tout public	lundi 13h45- 15h45 (tous les 15 jours sauf vacances scolaires)	LAVAL NORD	se renseigner à la maison de quartier

ACTIVITÉS POUR TOUS PROPOSÉES PAR LES COMITÉS D'ANIMATION ET LE CLEP

ADHÉSION OBLIGATOIRE AUPRÈS DU COMITÉ D'ANIMATION DE VOTRE QUARTIER ET DU CLEP.

Les horaires sont donnés à titre indicatifs, certains peuvent être soumis à des modifications : consulter votre maison de quartier. Les tarifs sont fixés par les associations et sont disponibles aux accueils des maisons de quartier et au CLEP.

ACTIVITÉ	PUBLIC / NIVEAU	HORAIRE	QUARTIER
ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ (CLAS)	Enfants du CP au CM2	lundi, mardi, jeudi et vendredi 15h30 – 17h00	AVESNIÈRES
AQUAGYMNASTIQUE	Adultes	jeudi 20h – 20h45	HILARD
ART PLASTIQUE	Adultes (en autonomie)	vendredi 13h30 – 15h30	BOURNY
ATELIER LECTURE	25 séances	jeudi 14h – 16h 1 fois par mois	BOURNY
ATELIER MÉMO'RIRES [MÉMOIRE]	renseignement à la MQ	mercredi 10h – 12h 1 fois/mois	BOURNY
BABY CLUB	0-5 ans (parents/grands-parents/assistantes maternelles)	mardi au vendredi 9h – 11h30 + tous les après-midi de 15h30 à 17h30	BOURNY
BADMINTON	Adultes	mercredi 19h30 – 22h30	AVESNIÈRES
BELOTE	Concours Adultes	1 samedi par mois dès 13h30	AVESNIÈRES
BELOTE LOISIRS	Adultes	mardi 13h30 – 17h30	AVESNIÈRES
«BOUTS CHOU»	Petite enfance	vendredi 9h30 – 11h	GRENOUX
BRICOLAGE ET PAPOTAGE LOISIRS CRÉATIFS	Adultes	mardi de 14h - 17h	HILARD
BRICOLAGE	Adultes (Prêt de matériel et atelier bois)	lundi / jeudi 13h30-19h et vendredi 8h30-12h / 13h30-19h	AVESNIÈRES
	Adultes	mercredi 9h – 11h30	FOURCHES
		mercredi 14h – 17h30	
CAFÉ DES VOISINS	Adultes	mardi 14h – 16h	CENTRE-VILLE CLEP
CARTONNAGE	Tout public	14h - 17h 2 jeudis par mois	FOURCHES
COUTURE BRICO-DÉCO	Adultes	jeudi 14h– 17h	AVESNIÈRES
DANSE CLASSIQUE	Adultes	lundi 10h – 11h15	CENTRE-VILLE CLEP
DANSE CONTEMPORAINE	Adultes	mercredi 20h30 – 22h	CENTRE-VILLE CLEP
	Enfants 4-7 ans	mercredi 15h30 - 16h30	CENTRE-VILLE CLEP
DANSE TRADITIONNELLE	Adultes	jeudi 18h – 19h30	CENTRE-VILLE CLEP
DANSES FOLK	Adultes	mardi 20h30 – 22h	LAVAL NORD
CHORALE CLEP COEUR	Adultes	3ème jeudi du mois de 12h45 à 13h45	CENTRE-VILLE CLEP
CAFÉ COUTURE	Adultes	1 mardi sur 2 de 20h30 à 22h30	CENTRE-VILLE CLEP

ACTIVITÉS POUR TOUS PROPOSÉES PAR LES COMITÉS D'ANIMATION ET LE CLEP

ACTIVITÉ	PUBLIC / NIVEAU	HORAIRE	QUARTIER		
DANSE MODERN'JAZZ	Enfants : éveil 4-7 ans	mercredi 16h45 - 17h45	CENTRE-VILLE CLEP		
	Enfants 7-13 ans	mercredi 17h45 - 18h45			
	Adultes dès 14 ans	mercredi 19h - 20h30			
DÉCO / ART-DÉCO	Adultes	1 mercredi tous les 15 jours 18h30 - 20h30	AVESNIÈRES		
EVEIL À L'ANGLAIS	Enfants 0/6 ans	mercredi de 10h30 à 11h	CENTRE-VILLE CLEP		
FLAMENCO	Enfants 6/10 ans	mardi 18h-19h	CENTRE-VILLE CLEP		
FLEURS EN PAPIER	Adultes	1 jeudi tous les 15 jours 14h - 17h	AVESNIÈRES		
FOOT EN SALLE	Adultes à partir de 30 ans	mardi 19h30 - 20h30	FOURCHES		
GYMNASTIQUE	Gym entretien Tout public	lundi 9h - 10h	NOUVEAUTÉ INSCRIPTIONS À L'AS BOURNY À LA CROIX DES LANDES		
	Gym entretien Tout public	lundi 10h - 11h			
	Gym entretien Tout public	lundi 11h - 12h			
	Gym entretien Tout public	mardi 17h - 18h		Gymnase Marcel Pagnol	
	Gym entretien Tout public	vendredi 13h15 - 14h15			
	Gym douce Tout public	mardi 9h-10h			
	Gym tonique Tout public	mardi 18h - 19h		Gymnase Marcel Pagnol	
	Gym tonique Tout public	jeudi 17h30 - 18h30			
	Gym tonique Tout public	jeudi 18h30 - 19h30			
	Adultes	vendredi 18h30 - 19h30			LAVAL NORD
	INFORMATIQUE	Débutants		mardi 9h30 - 11h30	PAVEMENT
jeudi 9h - 12h					
INFORMATIQUE DÉCOUVERTE	Adultes	à confirmer	FOURCHES		
INFORMATIQUE IMAGERIE	Débutants et tout public	Mardi 14h - 16h	BOURNY		
INITIATION À L'INFORMATIQUE	« Seniors à vos postes » (sous réserve)	Mardi 16h45 - 17h45 Mardi 17h45 - 18h45 Jeudi 14h - 15h Jeudi 15h - 16h	GRENOUX		
JAM DANSE ET MUSIQUE	Adultes musiciens et danseurs tous niveaux	1 samedi par mois de 15h à 18h	CENTRE-VILLE CLEP		
JARDINS PARTAGÉS		période d'attribution des parcelles de décembre à novembre	LAVAL-NORD		
			GRENOUX		
JEUX DE SOCIÉTÉ	Adultes	mardi 14h - 17h30	GRENOUX		

ACTIVITÉS POUR TOUS PROPOSÉES PAR LES COMITÉS D'ANIMATION ET LE CLEP

ACTIVITÉ	PUBLIC / NIVEAU		HORAIRE	QUARTIER
LIEU D'ACCUEIL ENFANTS PARENTS	Ludobébé – Enfants 0/3 ans	GRATUIT	mercredi 9h30 - 11h45	AVESNIÈRES
	Plume Envol – Enfants de moins de 3 ans		mardi 16h - 18h	HILARD
	La parentèle – Enfants 0/3 ans		vendredi 9h30 - 11h45	CENTRE-VILLE CLEP
LINDY HOP	Adultes débutants		jeudi 19h30 - 20h30	CENTRE-VILLE CLEP
	Adultes intermédiaires		jeudi 20h30 - 21h30	
	Adultes avancés		jeudi 21h30 - 22h30	
LIVR'ÉCHANGES			le jeudi sur demande 16h - 18h	BOURNY
LUDOTHÈQUE	Temps scolaire		mardi 16h - 18h30	CENTRE-VILLE CLEP
			mercredi 9h - 12h / 13h30 - 18h30	
			jeudi 16h - 18h30	
			vendredi 16h - 18h30	
			samedi 14h - 18h	
	Ouverture vacances scolaires		mardi 14h30 - 18h30	
			mercredi 10h - 12h / 14h30 - 18h30	
MUSIQUE	Eveil musical – Enfants (accompagnés d'un parent) 2/3 ans		mercredi 16h40 - 17h35	CENTRE-VILLE CLEP
	Eveil musical – Enfants 3/4 ans		mercredi 15h50 - 16h35	
	Atelier musical – Enfants 5/7 ans		mercredi 15h - 15h45	
PATCHWORK	Adultes		jeudi 20h - 22h30	AVESNIÈRES
	Adultes		lundi 14h - 16h30	BOURNY
	Adultes		mardi 18h - 21h	
PATIN	École patinage artistique – Enfants et jeunes		samedi 13h30 - 15h	BOURNY
	Patin artistique - suivant l'âge et le niveau		vendredi 18h30 - 20h30 samedi 11h - 12h30	
	Roller Hockey – à partir de 15 ans		jeudi 20h30 - 22h30	
	Patin loisirs		dimanche 17h - 18h30	
PÉTANQUE	Adultes		mardi et vendredi 14h - 18h	AVESNIÈRES
	Adultes		lundi 14h - 16h	GRENOUX
PILÂTES	Confirmé Tout public		mardi 10h – 11h	INSCRIPTION AS BOURNY CROIX DES LANDES
	Débutant Tout public		mardi 11h – 12h	
LES PITIZEN	Mamans et bébés (1 à 12 mois)		vendredi 9h15-10h	CENTRE VILLE CLEP

ACTIVITÉS POUR TOUS PROPOSÉES PAR LES COMITÉS D'ANIMATION ET LE CLEP

ACTIVITÉ	PUBLIC / NIVEAU	HORAIRE	QUARTIER
RANDONNÉES	Adultes	le 1 ^{er} mercredi du mois 13h45 – 17h	AVESNIÈRES
	Adultes (randonnées maxi 8 km)	mardi 13h45	GRENOUX
	Adultes	mardi 13h – 18h	ST NICOLAS
	Adultes	lundi 13h45 – 17h	HILARD
RENFORCEMENT MUSCULAIRE	Adultes	mercredi 20h30 – 21h30	INSCRIPTION AS BOURNY CROIX DES LANDES
ROCK'N'ROLL	Adultes débutants	mardi 19h30 – 20h30	CENTRE-VILLE CLEP
	Adultes intermédiaires	mardi 20h30 – 21h30	
	Adultes avancés	mardi 21h30 – 22h30	
SALON DU LINGE	La Petite Lavandière (lavage, séchage)	Lundi, mardi, jeudi et vendredi 14h - 17h	PAVEMENT
	Salon du linge (lavage, séchage)		LAVAL NORD
SCRABBLE	Adultes	lundi 14h – 16h	AVESNIÈRES
	Adultes	lundi 14h15 – 16h30	CENTRE-VILLE CLEP
	Adultes	lundi 13h45 – 17h	HILARD
SOIRÉE JEUX	Tout public	dernier vendredi du mois de 20h à 23h	CENTRE-VILLE CLEP
SOPHROLOGIE	Adultes	lundi 18h30 – 19h30	BOURNY
	et découverte du qi-gong - Adultes	lundi 19h45 – 20h45	
	Adultes	vendredi 14h – 15h	CENTRE-VILLE CLEP
	Adultes	lundi 14h – 15h un lundi sur deux	
TANGO ARGENTIN	Adultes niveau 1	lundi 19h30 – 21h	CENTRE-VILLE CLEP
	Adultes niveau 2	lundi 21h00 – 22h30	
	Adultes niveau 3	vendredi 21h – 22h30	
TAPISSERIE	Adultes	mardi 10h – 17h30	ST NICOLAS
TAROT	Adultes	mercredi 14h – 17h30	AVESNIÈRES
TENNIS DE TABLE	Loisirs Détente (en partenariat avec Couleur Prévention)	lundi 18h – 21h	FOURCHES
THÉÂTRE	Enfants 9/12 ans	mercredi 14h – 15h30	CENTRE-VILLE CLEP
	Jeunes 12/15 ans	mercredi 15h30 – 17h	
	Adultes	lundi 20h30 – 22h	
TOUT CE QUI VOLE	Jeunes 12/15 ans	samedi 16h – 18h	CENTRE-VILLE CLEP
TRICOT	Tout public	lundi 14h – 16h30	BOURNY
	Adultes	jeudi 14h – 16h30	GRENOUX
VIDÉO		en fonction des projets	BOURNY
YOGA	Adultes	mercredi 20h30 – 21h30	GRENOUX
		jeudi 10h – 11h	CLEP
ZUMBA	Jeunes et adultes	mardi 19h – 19h45	INSCRIPTION AS BOURNY CROIX DES LANDES
VANNERIE	Adultes	jeudi 18h30 – 21h	CENTRE-VILLE CLEP



© 2014 Communauté de Communes de Laval - Paysan 100% Localité. Tous droits réservés.

RETROUVEZ TOUTE L'ACTUALITÉ DE VOTRE QUARTIER
SUR LE SITE www.laval.fr

