

# MAISON *des* HABITANTS

## DE LA VALLÉE DE LA SAVE



# Vacances d'hiver 2025



### HORAIRES D'OUVERTURE

Lundi - Mercredi - Jeudi  
9h-12h & 14h-17h30

Mardi - Vendredi  
9h-12h



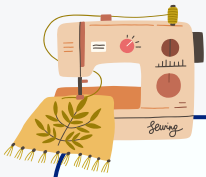
Les activités par type de public : Suivez le code couleur !

● Adultes / Séniors ● Familles avec enfants ● Tout public

**Lundi 17**

### Atelier couture

Coudre, broder, moderniser un vêtement.  
Animé par Françoise, bénévole.  
Café associatif Le Buv'Art à Lasserre-Pradère  
14h à 17h - sur inscription



**Lundi 17 et 24**

### Randonnée pédestre

1h30 de marche 7kms dans la forêt  
accompagnée par Rose et Fabrice, bénévoles  
Rdv à 8h55 au parking du lac de la Bordette  
9h à 10h30 - sur inscription

**Mercredi 19 et Mardi 25**

### Conversation en anglais

S'exprimer, apprendre, comprendre...  
Des conversations en anglais animés par Brézo et France,  
bénévoles anglophones. Une séance répartie en deux temps,  
pour s'adapter au niveau de tous.  
> débutant : 18h-18h30 > intermédiaire : 18h30-19h30  
Accueil libre



**Mercredi 19**

### Mercredi libre

Venez passer un moment, pour un café ou juste papoter.  
Du matériel pour créer et des jeux seront mis à votre disposition.  
14h à 17h - Accueil libre



**Jeudi 20**

### Mr ou Mme Patate

+ 3 ans

Du terreau, un collant, quelques accessoires  
et c'est parti pour donner vie à un personnage  
à la future chevelure verte !  
14h30 à 16h - sur inscription



**Mercredi 19**

### Atelier numérique: Traitement de texte

Atelier thématique pour se perfectionner  
et devenir autonome avec l'ordinateur  
9h30 à 11h - sur inscription

**Vendredi 21**

### Petit-déjeuner animé

Pour le plaisir de se retrouver autour de gourmandises  
et passer un moment convivial.  
9h30 à 11h30 - Accueil libre



**Lundi 24**

### Dictée

Dictée et exercices de français  
pour s'amuser et se perfectionner.  
11h à 12h - en accès libre



**Lundi 24**

### Initiation couture

Création à la machine à coudre d'une petite trousse.  
Animé par Anaïs, bénévole. À apporter :  
4 tissus 26/18cm - fermeture éclair 24cm  
14h à 16h - sur inscription



+7 ans

**Vendredi 28**

### Éveil musical

0-3 ans

Un moment privilégié avec votre enfant, dans un espace  
adapté aux tout-petits. Comptines, instruments et musiques  
rythmeront cette matinée. Avec France, bénévole.

9h30 à 11h - sur inscription



# Une Journée pour Jouer



**MERCREDI 26 FÉVRIER**  
**10H à 17H**

**Salle ARGYLE LAVAT**  
**LEVIGNAC**

**JEUX**

**en  
bois**

**de  
cartes**

**11h / 15h**  
**Animation**  
**Petit Bac**

**Espace**  
**0-3 ans**

**de société**

**QUVERT**  
**À TOUS**  
LES ENFANTS SONT SOUS  
LA RESPONSABILITÉ DE L'ADULTE

**0 À 99**  
**ANS**

**EN ACCÈS**  
**LIBRE**

POSSIBILITÉ  
DE **PIQUE-NIQUER**  
SUR PLACE

**Dès 10h30**

**Permanence Rémo jeunes**

de la Mission Locale Colomiers

TU AS ENTRE 15 ET 29 ANS,

NI EN EMPLOI, NI EN ÉTUDE, NI EN FORMATION ET UN PROJET EN TÊTE !

**#REMOJEUNES** est là pour donner le coup de pouce à tes projets.



Mission Locale  
Haute-Garonne

..... ÉCLAIREUR D'AVENIR .....

OCCITANIE

# AIDE SOCIALE ET NUMÉRIQUE

## Conseillère numérique de la Croix Rouge **24 février**

Rendez-vous individuel pour être accompagné dans les démarches administratives quotidiennes (demande de retraite, APL, carte vitale, carte grise, Cni, passeport, chèque Energie, ...)

**Maison des Habitants - 9h à 12h**



## Union Cépière Robert Monnier - U.C.R.M **17 et 24 février**

Accompagnement au retour à l'emploi (bénéficiaires du RSA)

**Maison des Habitants - 14h à 17h**



Inclusion sociales - Santé - Emploi

## Conseiller numérique du Grand Ouest Toulousain **21, 26 et 28 février**

Rendez-vous individuel pour être accompagné dans l'usage de vos appareils numériques : ordinateur, la tablette, téléphone mobile, applications, navigation Internet, logiciels... débutant/autonome/confirmé.

**Maison des Habitants - 9h à 12h**



## Association Entraide Partage Travail **21 et 28 février**

Accompagnement au retour à l'emploi des demandeurs d'emploi.

**Maison des Habitants - 10h à 12h**



Prévention santé pour les plus de 60 ans

## BIEN DANS SON CORPS

**MARDI 4 MARS**

Dès 9h · Salle Boris Vian  
avenue du chateau d'eau  
La Salvetat-Saint-Gilles

9H À 9H30  
ACCUEIL THÉ / CAFÉ

9H30 À 11H  
CONFÉRENCE AUTOUR  
DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE  
ANIMÉE PAR LE GÉRONTOPOLE

11H À 12H30  
STANDS D'INFORMATIONS ET  
ANIMATIONS  
Les Maisons des habitants du  
Grand Ouest Toulousain et leurs  
partenaires CPTS (présentation  
du dispositif ICOPE), RAGOT.

INFOS ET INSCRIPTION CONSEILLÉE  
Maison des Habitants de La salvetat saint-gilles  
Rue Frédéric Chopin - 31880 La Salvetat Saint Gilles  
05 34 52 70 96  
mdh-lasalvetatsaintgilles@grandouesttoulousain.fr



À VENIR

ACTION  
BIENVEILLIR

À NOTER  
DANS VOS  
AGENDAS !

+ 60 ANS

MAISON DES HABITANTS DE LA VALLÉE DE LA SAVE

📍 5 rue de la Mairie 31530 LÉVIGNAC

☎ 05.62.13.80.20 / 06.71.22.79.58

@ mdh.valleesave@grandouesttoulousain.fr