



**MAISON
DE QUARTIER
LA TOUCHE**

PROGRAMME DES
ACTIVITÉS
Saison
2021 - 2022

Enfants • Adultes • Seniors

02 99 54 45 12 • contact@mqlt.fr

Petite Enfance

0 - 3 ans

MAGALI
JAMAULT



magali@mqlt.fr

- Bébé Lude (lundi et vendredi)
- Bébé Joue (pendant les vacances scolaires)
- Bébé Bouge (jeudi)
- Café Poussette (pendant les vacances scolaires)
- Bébé Gym (mardi)

Nouveauté !

"Marmouz"

Espace motricité, jouets et loisirs créatifs à thème.

Un samedi par mois, de 9h30 à 11h30

Accueil Jeunesse

11 - 17 ans

- Le mercredi en période scolaire (14h - 18h)
- Le vendredi en période scolaire (16h30 - 18h30)
- Soirée le vendredi en période scolaire (20h - 22h30 environ, suivant le programme)
Programme élaboré pour et avec les ados !
- Pendant les vacances scolaires : La deuxième semaine des vacances de la Toussaint, d'hiver et de printemps. Les vacances d'été (jours communiqués dans l'année) (14h - 18h)
Séjours organisés pour et avec les ados !



KEVIN
BILCARD

kevin@mqlt.fr

Accueil de Loisirs

3 - 11 ans

- Le mercredi en période scolaire (8h30 - 18h)
- Pendant les vacances scolaires : La deuxième semaine des vacances de la Toussaint, d'hiver et de printemps. Les vacances d'été (semaines communiqués dans l'année) (8h30 - 18h)



KEVIN
BILCARD

YANTO
CANOVA

accueildeleisirs@mqlt.fr

Espace Numérique

- Séances thématiques (jeudi / 14h - 16h)
- Stages d'initiation sur 4 séances (mardi / 9h15 - 11h15)
- Accès libre (lundi et mardi / 15h - 16h30)
(mercredi et vendredi / 10h - 11h45)
- Fabrication numérique - Initiation et accompagnement de projets
Dates transmises dans l'année



PIERRE-ANDRÉ
SOUVILLE

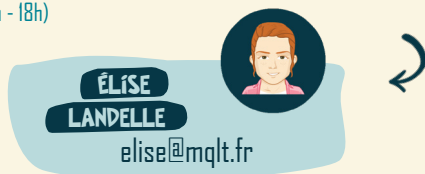
pierro@mqlt.fr



Ludothèque

Jouez sur place, empruntez des jeux !
Du choix parmi + de 3000 jeux !

- Le mercredi (9h30 - 11h30 ; 14h - 18h)
- Le jeudi et le vendredi (16h30 - 18h30)
- Le samedi (après les vacances de la Toussaint jusqu'à celles de printemps / 14h - 18h)



Seniors

- Mardis Loisirs - Jeux de société et traditionnels, loisirs créatifs, ateliers cuisine... (14h - 18h)
- L'excursion - Sorties à la journée, visites, restaurants et promenades
- Club OPAR (jeudi / 14h - 17h30)
Club OPAR - 02 99 54 22 23
- Sorties jeunes retraités
- Bonne Franquette
(un mardi midi, pendant les vacances scolaires)
- Gym Douce
(lundi et jeudi / 10h - 11h)
- Club de tarot (lundi et mercredi / 14h - 17h30)

Jeux Géants

Animez votre événement en louant des jeux géants pour 4 jours !
Des jeux traditionnels, de stratégie, d'adresse, de coopération, de rapidité...

Novauté !

Réservez en ligne !

Découvrez le catalogue en ligne
et réservez directement !

www.mqlt.fr/jeux-geants/catalogue



Novauté !

Marche à pied

Balades encadrées et conviviales

Un jeudi sur deux, de 14h30 à 16h30

Arts et Loisirs

- Piano et guitare (lundi, mercredi et samedi)
David - MQLT - 02 99 54 45 12
- Société Philatélique de Rennes
(tous les 2^{èmes} dimanches du mois)
Société Philatélique de Rennes - www.spr.asso.fr
- Chorale (mercredi / 20h30 - 22h30)
Canto Mi - www.cantomi.org

Expositions

Venez découvrir gratuitement diverses expositions toute l'année : peintures, volumes, dessins... Artiste ? Nous vous accueillons avec plaisir !



STÉCY

TROUILLARD

stecy@mqllt.fr



Accompagnement à la Scolarité

Temps individualisé d'une heure pour les primaires et collégiens, avec un bénévole
(mardi et jeudi / entre 16h30 et 18h30)

Sports et Remise en Forme

- Bachata (mercredi / 18h45 - 20h15)
Cubanizate - 06 52 57 60 71
- Danse africaine (jeudi / 19h30 - 21h ; 21h - 21h30)
BagoLo Fò - info@bagolofr
- Gym Tonique (lundi / 20h15 - 21h15)
Yanto - contact@mqllt.fr
- Méditation (stages ponctuels le samedi dans l'année)
Bretagne Méditation - bretagne.meditation@gmail.com
- Qi Gong (lundi / 18h - 19h30 ; jeudi / 17h55 - 19h25)
Ming Shen - jmlcacehur@orange.fr
- Rock'N'Roll (mardi / 20h - 21h30 ; 21h30 - 23h)
Fun Club 35 - 06 11 96 86 16
- Salsa Cubaine (mardi / 18h30 - 20h)
Fun Club 35 - 06 11 96 86 16
- Swing (mercredi / 20h30 - 22h)
Swingin' In The Rennes - rennesswing@gmail.com
- Tai Chi Chuan (mardi / 12h30 - 13h30)
Lart du Tao - 06 63 54 39 97
- Yoga (lundi et mardi / 18h - 19h10 ; 19h25 - 20h35)
L'Instant Yoga - 06 27 50 09 34
- Yoga (jeudi / 18h30 - 20h)
Yoga Shamata - 06 80 06 84 31
- Yoga du rire (vendredi / 11h - 12h)
Espace Vital - contact@yogadurire35.fr
- Yoga du rire (mercredi / 19h15 - 20h15)
Rire aux Éclats - 07 52 04 46 10

Animations

Prestations ludiques sur mesure,
dans les murs ou hors-murs,
pour toutes les occasions :

Centres de loisirs, crèches,
EHPAD, établissements scolaires,
comités d'entreprise, ou encore
pour vos événements publics ou privés



**NATHALIE
RAMBAUD**

nathalie@mqlt.fr

Location de Salles

Pour vos réunions, vos formations ou encore vos
repas de famille, nous proposons 4 salles en location !

- La salle polyvalente (140m²)
- Le "Patio" (40m²)
- La salle "Fantasia" (69m²)
- Le "Bureau" (13m²)

Avec ou sans les 2 options complémentaires : collation et expression



**NATHALIE
EVANO**

contact@mqlt.fr

Événements*

- Braderie de Simone (11 et 12 septembre)
Une petite braderie, des animations, de la convivialité !
- Les Ateliers Créatifs (samedi 6 novembre)
Un marché créatif, mais pas que !
- Semaine du Jeu (du mardi 23 au samedi 27 novembre)
Une semaine 100% ludique, clôturée par la Nuit du Jeu
- Noël du Quartier (mercredi 15 et jeudi 16 décembre)
Animations et arrivée du Père Noël
- Assemblée Générale (jeudi 27 janvier)
Rétour sur l'année 2020 - 2021
- Vide-dressing 0 - 12 ans (samedi 19 mars)
Préparez la garde robe de vos enfants pour le printemps
- Braderie Jeux & Jouets (samedi 2 avril)
Une occasion de faire du tri !
- Fête du Jeu (samedi 14 mai)
Journée ludique pour tous !
- Touch'Estivale (du mardi 28 juin au vendredi 1er juillet)
Festival de Quartier

Mais aussi !

Les Samedis de La Touche

Des animations pour tous
Programme à découvrir sur notre site

Horaires Secrétariat

- Le lundi : 13h - 17h
- Le mardi : 9h - 12h / 14h - 19h
- Le mercredi : 9h - 12h / 14h - 19h
- Le jeudi : 9h - 12h / 13h30 - 18h30
- Le vendredi : 9h - 12h / 14h - 17h



**NATHALIE
EVANO**

contact@mqlt.fr

Horaires Maison de Quartier

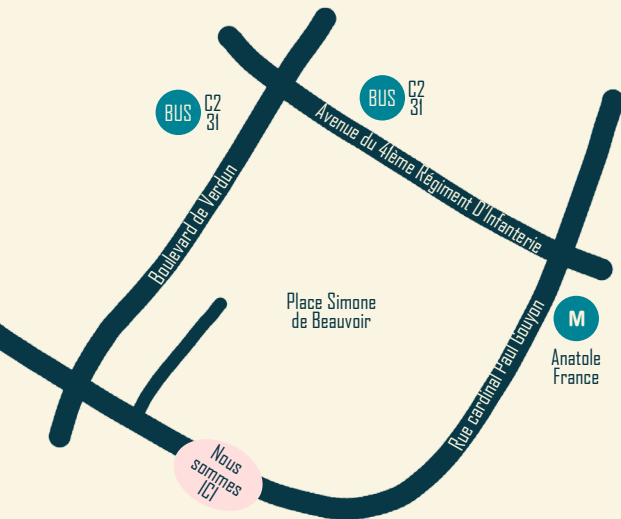
- Le lundi : 9h - 12h / 13h - 17h
- Le mardi : 9h - 12h / 13h - 19h
- Le mercredi : 9h - 12h / 13h - 19h
- Le jeudi : 9h - 12h / 13h30 - 20h
- Le vendredi : 9h - 12h / 13h - 19h



Adhésions

L'adhésion est valable de septembre à août
Chèques vacances et carte Sortir! acceptés

- Moins de 25 ans : 12 euros
- Plus de 25 ans : 15 euros
- Partenaires : 12 euros
- Tarif Spécial Ludothèque : 20 euros
Adhésion familiale
- Association / Groupe / Entreprise : 25 euros



Maison de Quartier La Touche

6 rue cardinal Paul Gouyon 35000 Rennes

02 99 54 45 12

www.mqlt.fr