

**Centre d'activité de l'Unadev Toulouse –
11 rue du Moulin Bayard – 31000 TOULOUSE
Tél. 05 62 73 61 21**

PROGRAMME DES ACTIVITÉS ÉTÉ 2023

**Attention : passage aux horaires d'été -
Fermeture du centre tous les jours à 17h, du
lundi 3 juillet au vendredi 1^{er} septembre.**

La journée de pré-inscription aux activités régulières se déroulera le mardi 12 septembre sur le centre et jusqu'au vendredi 15 septembre par mail ou téléphone. La reprise des activités régulières se fera la première semaine d'octobre.

Information : Nous remercions Caroline et Alexandre (Services Civiques) et Chloé (apprentie éducateur sportif) de leurs implications au sein de notre centre. Ceux-ci vont ainsi finir leurs contrats et ne seront donc plus en poste cet été.

RAPPEL : Les règlements des activités doivent se faire au plus tard deux semaines avant l'activité (sur place ou par courrier) et se fera auprès du service administratif (Nadia et Camélia). Aucun remboursement ne sera possible (sauf cas exceptionnel).

IMPORTANT :

En période estivale, la disponibilité des bénévoles est réduite, nous vous invitons si possible d'être accompagné. Le nombre de place sera limité en fonction du nombre d'accompagnateurs et bénévoles inclus.

TEMPS D'ECHANGE SUR L'AVANCEE DU PROJET DE REHABILITATION DU CENTRE UNADEV DE TOULOUSE

Le vendredi 30 juin de 9h30 à 11h00, Information et échange autour des futurs travaux avec Véronique Blanchot (responsable du centre).

SOPHROLOGIE :

Le mardi 4 juillet de 9h15 à 10h15 avec Michel.

Uniquement pour ceux déjà inscrit à l'activité régulière.

CRENEAUX PROJET CINEMA

Les lundi 3, 10, 17, 24 et 31 juillet de 14h à 16h30 avec Benoit, pour les personnes qui participent à ce projet depuis octobre 2022. En individuel ou collectif, à définir avec l'intervenant suivant l'avancée du projet.

PILATE DEBUTANT :

Le mardi 4 juillet de 10h15 à 11h15 avec Michel.

Uniquement pour ceux déjà inscrit à l'activité régulière.

STAGE DE CREATION ET INTERPRETATION

D'HISTOIRE

Le mardi 4 juillet de 14h00 à 16h00 et le mercredi 5 juillet de 10h à 12h et de 13h30 à 15h30, avec Céline Molinari, conteuse.

Présence sur les deux jours nécessaires, prévoir d'apporter son repas pour le deuxième jour.

Gratuit – A l'Unadev. 8 places

JOURNEE ET VISITE CULTURELLE DANS LE TARN

Le jeudi 6 juillet de 8h30 à 19h.

Visite guidée du souterrain du refuge médiéval du Castela à Saint-Sulpice. Restaurant à Groussens. Voyage dans le temps à bord d'un authentique train du siècle dernier, commenté par des passionnés. Visite du Jardin des Martels, magnifique parc floral. Rendez-vous à 8h30 à la gare routière de Toulouse Pierre Sémard, 31500 Toulouse, pour un départ en bus. Les accompagnateurs sont les bienvenus.

Tarif : 30€

RESPIRATION ET RELAXATION

Le vendredi 7 juillet à l'Unadev de 11h à 12h30 avec Sabine. Respiration consciente, cohérence cardiaque et relaxation. Prévoir une petite couverture.

VISITE DE TOULOUSE DANS TOUS LES SENS

Le vendredi 7 juillet de 14h15 à 16h15, invité par l'Office du Tourisme.

Mettez tous vos sens en éveil ! Faites appel à vos sensations et émotions : goûter un produit typiquement toulousain, écouter l'ambiance de rue, sentir les parfums, toucher des matériaux...

Rendez-vous à 14h15 devant l'office du Tourisme, Donjon du Capitole, square Charles de Gaulle. Gratuit. L'office du Tourisme vous demandera un retour d'expérience.

VISITE GUIDEE DU THEATRE SORANO ET PIQUE-NIQUE AU JARDIN DES PLANTES

Le mardi 11 juillet de 10h à 12h avec Gabriel Pérez du théâtre Sorano. Découverte d'une maquette tactile, de l'histoire du théâtre et son fonctionnement. Repas au Jardin des Plantes de 12h à 14h. Amenez votre pique-nique. Rendez-vous à 9h45 devant le Théâtre Sorano, 35 All. Jules Guesde, 31000 Toulouse - Gratuit.

JOURNEE AU PARC D'ATTRACTION

WALLYGATOR SUD-OUEST

Le mercredi 12 juillet de 8h à 19h30.

Tarif : 10€ par personne pour les frais de transport. L'entrée au parc est gratuite pour les personnes présentant un taux de handicap de plus de 80% sur justificatif, 15€ pour les autres et les accompagnateurs.

Prévoir le pique-nique. Rendez-vous à 8h à la gare routière, Pierre Sémarc, 31500 Toulouse.

Les accompagnateurs sont les bienvenus.

SEJOUR MIXAH

Du mercredi 19 juillet au vendredi 21 juillet.

Au programme :

- Mercredi 19 juillet : Départ 9h au métro Roseraie. Pique-nique le midi. Visite et goûter à la ferme Le Mazet l'après-midi. Puis arrivée et installation au complexe Euroméditerranéen.**
- Jeudi 20 juillet : Découverte des installations sportives durant la matinée. Activités équestres et pétanque l'après-midi.**

• Vendredi 21 juillet : Balnéothérapie le matin. Restaurant le midi puis retour prévu à Toulouse au métro Roseraie vers 17-18h.

Prévoir un pique-nique pour le 1^{er} jour.

**Tarif : 240 euros par personne pour les 3 jours. Réponse impérative avant le 19 juin
Séjour garantie à partir de 4 personnes.**

JOURNEE SUR LE CANAL DU MIDI EN PENICHE

**Le jeudi 20 juillet de 8h à 18h30 à bord de la péniche Surcouf, départ de Renneville.
Rendez-vous à 8h à la gare routière de Toulouse, Pierre Sémard, 31500. Tarif : 30€
Les accompagnateurs sont les bienvenus.**

DECOUVERTE ET PRATIQUE DE L'ORGUE DE BARBARIE

Le mercredi 26 juillet à l'UNADEV de 9h30 à 12h30 avec l'association Les Manivelles Occitanes - Gratuit.

YOGA BALADE : AUTOUR DU LAC

Le vendredi 28 juillet de 9h à 13h au Lac de la Ramée : 21 chemin de Laramet, 31170 Tournfeuille.

Séance de yoga suivi d'une balade autour du Lac de la Ramée

Prévoir pique-nique le midi

Tarif : 8 euros

SAUT EN PARACHUTE

Le samedi 29 juillet avec parachutisme Occitan.

Au programme : un saut en parachute au cœur de la Région Midi-Pyrénées.

Rendez-vous au centre de l'UNADEV à 9h.

Retour prévu vers 16 heures.

Prévoir un pique-nique.

Tarif : 100 euros

Certificat médical d'aptitude à la pratique du parachute obligatoire si cela n'est pas déjà coché sur votre licence sportive.

AVIRON :

Le lundi 31 juillet de 10h à 15h30

Rendez-vous au TASL : Impasse de la Glacière, 31200 Toulouse.

La matinée sera consacrée à la découverte de l'avion en salle. L'après-midi, l'activité se déroulera sur l'eau. Prévoir un pique-nique.

Tarif : 6 euros

RAFTING :

Le mercredi 02 aout.

Découverte de la pratique du rafting sur une des plus belles rivières des Pyrénées.

Rendez-vous au centre de l'UNADEV à 9h30.

Retour prévu vers 18 heures. Prévoir un pique-nique, un maillot de bain et une serviette ainsi que des baskets qui vont être mouillés durant la pratique.

Tarif : 20 euros

Certificat médical d'aptitude à une pratique aquatique obligatoire (natation, kayak) si cela n'est pas déjà coché sur votre licence sportive.

YOGA – BALADE AUTOUR DU LAC

Le jeudi 03 aout au lac Saint Ferréol

Séance de yoga suivi d'une balade autour du Lac. Départ du centre de l'UNADEV à 8h.

Retour prévu vers 16h. Prévoir pique-nique

Tarif : 15 euros

BOWLING GRAMONT

Le vendredi 4 août de 13h45 à 16h45 avec Laury. Rendez-vous au Centre Commercial Auchan, 2 Chemin de Gabardie, 31200 Toulouse. Tarif : 4€

SPELEOLOGIE

Le lundi 07 aout à Ussat les Bains dans la grotte de l'Ermite en Ariège.

Venez explorer les cavités souterraines dans un but sportif. Rendez-vous au centre de l'UNADEV à 9h. Retour prévu vers 19h.

Prévoir un pique-nique. Tarif : 15 euros

Certificat médical d'aptitude à la pratique de la spéléologie obligatoire. Prévenir en cas d'antécédent médicaux (asthme, allergie, diabète). Etre en bonne forme physique et non claustrophobe sont les conditions nécessaires pour participer à cette activité.

STAGE DE TANGO

Les mardi 8, mercredi 9 et jeudi 10 août au centre UNADEV Toulouse de 10h à 15h30.

**Avec Marina Carranza de La Compagnie AQUI
Macorina. Prévoir d'apporter son repas.
Présence sur les trois jours requise.
- Gratuit**

RANDONNEE AVEC UMEN

Le mercredi 09 aout

Randonnée à la forêt de Buzet sur une boucle de 7,5km. Itinéraire sans difficulté technique particulière sur des sentiers bien entretenu au cœur de la forêt.

Rendez-vous à 9h00 au centre de l'UNADEV.

Retour prévu à 19h00

Prévoir un pique-nique et une tenue de randonnée - Gratuit

YOGA – BALADE AUTOUR DU LAC de Sesquièrē.

Le vendredi 11 aout de 9h à 13h rendez-vous au parking du Lac de Sesquièrē : 26 allée des Foulques, 31200 Toulouse.

Séance de yoga suivi d'une balade autour du Lac. Prévoir le pique-nique

Tarif : 8 euros

DECOUVERTE DE LA COREE DU SUD

Le mercredi 16 août de 12h à 16h avec Laury à l'Unadev.

Au programme dégustation de plats traditionnels coréens, quizz à la découverte du pays et Laury vous racontera toutes ses anecdotes en lien avec son séjour de 2 ans là-bas.

Tarif : 5 €

DECOUVERTE DE LA CULTURE BASQUE EN MUSIQUE (TRIKITITXA) ET DANSE TRADITIONNELLE

Le vendredi 18 août de 10h30 à 12h au centre de l'UNADEV, avec Elorri venez découvrir les danses et musiques traditionnelles du pays basque.

JOURNEE MER

Le mardi 22 août de 8h à 19h30 à Saint pierre la mer, journée plage et mer sans activité particulière. Possibilité de faire un tour au marché le matin. Restaurant le midi inclus (hors boissons). Rendez-vous à 8h à la gare routière, Toulouse, Pierre Sémarc, 31500.

Tarif : 30€

Les accompagnateurs sont les bienvenus.

VISITE DU REFUGE DES TORTUES DE BESSIERES

Le mercredi 23 août de 8h45 à 16h30.

Visite guidée, Restaurant le midi inclus (hors boissons), animation.

**Rendez-vous à 8h45 à la gare routière,
Toulouse, Pierre Sémard, 31500. Tarif : 15€**

Les accompagnateurs sont les bienvenus.

SEJOUR À HENDAYE, AU PAYS BASQUE

Du lundi 28 au jeudi 31 août avec Kévin et Elorri.

Découverte culturelle le matin et surf l'après-midi.

**Bonne condition physique nécessaire.
Certificat médical d'aptitude à une pratique aquatique obligatoire (natation, kayak) si cela n'est pas déjà coché sur votre licence sportive.**

Tarif : 250€

Plus d'information auprès de Kévin et Elorri.

Pour les activités sportives, veuillez-vous inscrire auprès de Laury par mail l.verdoux@unadev.com ou au 06.21.20.89.83.

Pour les activités culturelle, veuillez-vous inscrire auprès d'Elorri par mail

e.guine@unadev.com ou au 06.22.47.03.21.

Les paiements des activités se feront auprès du service administratif, de Nadia et de Camelia (uniquement pour la période estivale).

INFORMATIONS – EVENEMENTS EXTERIEURS – EN AUTONOMIE

FESTIVAL DE TANGO : Tango postale

Du 30 juin au 9 juillet à Toulouse.

Stage accessible, Bal, Milanga.

Pour toute information et inscriptions, vous pouvez contacter Dominique Fauche au 06 35 51 02 62 ou par mail à dominiquefauche@sfr.fr.

MUSEE DES AUGUSTINS

Séance de test avec des usagers mal et non-voyants pour rendre des tableaux accessibles. Le mardi 4 juillet 2023, de 9h à 11h30, au musée des Augustins. Informations et inscriptions obligatoire auprès de laure.morand@mairie-toulouse.fr ou au 05 34

24 50 51. Places limitées. L'entrée du musée pour ce test se fera au 21 rue de Metz.

- Deux visites avec audio description de l'exposition du musée des Augustins prévus durant la période estivale : le 8 juillet à 11h30 et le 22 septembre à 18h.

Durée : 1h - Tarif : entrée gratuite et visite guidée 3€ par personne

L'entrée du musée, pour le temps d'ouverture, du 24 juin au 16 octobre se fera par la rue Antonin Mercier.

Inscriptions obligatoire auprès de reservation.augustins@culture.toulouse.fr ou au 05 34 24 50 51.