

AGENDA MARS-AVRIL 2026

DATES	HORAIRES	EVENEMENTS	LIEU
01/03/2026	Dès 13h 15h 17h	Carnaval Devenez le héros d'un jour Héros de dessins animés, de bandes dessinées ou de comics seront réunis pour un après-midi festif et coloré. - Stand de maquillage gratuit - Départ du Hall Comminges - Jugement de Monsieur Carnaval + d'infos : 05 61 15 23 82 - ville-colomiers.fr	Départ du Hall Comminges et déambulation dans la ville
Du 2 au 5/03/2026	9h30-16h30	Stage de Hip hop holidays colomiers.breakinschool@gmail.com	Salle Pierre-Satgé
02 au 20/03/2026	Du lundi au jeudi : 8h30-17h Le vendredi : 8h30-14h	Exposition Femmes Columérines inspirantes et remise des prix entreprises Egalité Femme-Homme 2026	Hôtel de Ville
05/03/2026	12h00	Vernissage de l'exposition	
Du 2 au 26/03/2026		Exposition La Garonne à nos pieds Découvrez de la diversité des espèces animales et végétales de la Garonne	Maison des transitions écologiques
18/03/2026	14h	Médiation (sur inscription : mte@mairie-colomiers.fr)	
03/03/2026	Dès 8h30	Evènement ESS Petit déjeuner des entrepreneurs Pour (re)découvrir l'espace de coworking et développer votre réseau, partager des expériences...	La Mijoteuse
04/03/2026	De 14h30-16h et 16h-17h30	Atelier Musique assistée par ordinateur Découverte des logiciels de création musicale.	Pavillon blanc Henri-Molina
05/03/2026	9h30-12h30	Permanence Maison de l'énergie	Maison des transitions écologiques
05/03/2026	10h-12h	Atelier Ecole du goût Miam'chocolat Cuisinez en famille des recettes originales et saines. Inscription obligatoire : mte@mairie-colomiers.fr	Maison des transitions écologiques
05/03/2026	14h30-16h et 16h-17h30	Atelier Entraînement des astronautes Parcours fléché permettant de découvrir les missions spatiales et les qualités pour devenir astronaute.	Pavillon blanc Henri-Molina
05/03/2026	21h00	Colomiers Rugby / Brive	Stade Michel-Bendichou

07/03/2026	11h-11h30	Raconte-moi Lectures proposées par les bibliothécaires	Pavillon blanc Henri-Molina
07/03/2026	20h	Basket - Championnat - Nationale Féminine 1 Colomiers / Chaurey	salle René-Piquemal
07/03/2026	20h45	Théâtre Barbe bleue Un voyage littéraire et fantasque qui explore les thèmes de la personnalité humaine. <i>Réservations : 06 68 36 85 02</i>	Théâtre du centre
7-8/03/2026	A partir de 9h	Course à pied 14^e Trail du Bassac Plusieurs courses possibles	Lac du Bassac
08/03/2026	9h-18h	<u>Foire aux plantes</u> plantesenfolie@gmail.com	Square Saint-Exupéry
	10h-18h	Troc plantes et graines Amenez vos graines et vos plantes, repartez avec d'autres !	Maison des transitions écologiques
	10h-12h	Atelier Nourrir naturellement son jardin Formation sur le sol fertile	Maison des transitions écologiques
	15h-16h30	Conférence : Comment repenser la création de nos vergers face aux enjeux climatiques de demain ? organisée par l'association Plantes en folie, intervention de Benoit Andru	Maison des transitions écologiques
08/03/2026	14h-18h	Thé dansant Seniors <i>Inscription auprès du Guichet atouts seniors : 05 61 15 22 26</i>	salle Gascogne
Du 9 au 11/03/2026	Lundi : 10h-13h30 et 14h30-19h mardi et mercredi : 14h-19h	Don du sang <i>Sur rendez-vous au 0800 972 100 ou via le site Internet mon-rdv-dondesang.efs.sante.fr</i> <i>Donneurs de sang de Colomiers : 06 31 34 68 44</i>	Salle Gascogne
09-14/03/2026	9h-20h	Tennis : Tournoi international Primavera Catégorie 14-18 ans	Complexe de tennis du Cabirol
14/03/2026	14h	Finale	
09/03/2026	14h-15h	Atelier massage bébé Réservés aux parents et bébés columérins de 1 à 6 mois - Renseignements au 05 61 15 23 67	Maison de la Petite Enfance
10/03/2026	12h-14h	Evènement ESS Mijo –déj Une pause déjeuner pour échanger et partager autour de l'entreprenariat et l'économie sociale et solidaire	La Mijoteuse

10/03/2026	<i>17h30-19h30</i>	Modes d'accueil des jeunes enfants Réunion d'information Renseignez-vous sur les modes de garde collectif et individuel	<i>Maison de la petite enfance</i>
10/03/2026	<i>20h30</i>	Séance spéciale Université populaire : la gastronomie et les arts culinaires <i>La passion de Dodin Bouffant</i>	<i>Cinéma Véo Grand Central</i>
11/03/2026	<i>15h-16h30</i>	Atelier plotter de découpe - initiation	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
12/03/2026	<i>15h-18h</i>	Atelier patchwork Proposé par la section Patchwork du Club de loisirs Léo Lagrange Colomiers	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
12/03/2026	<i>14h</i>	Concours de pétanque - 1 ^{er} tour de qualification Triplette officiel Vétéran	<i>Boulodrome</i>
12/03/2026	<i>14h30</i>	Ciné-gourmand <i>Marsupilami</i>	<i>Cinéma Véo Grand Central</i>
12/03/2026	<i>19h30-21h30</i>	Atelier Jardin d'Anna Inscription : lejardindanna31@gmail.com	<i>Maison des transitions écologiques</i>
13/03/2026	<i>16h30-18h</i>	Atelier sériegraphie - initiation	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
13/03/2026	<i>18h30-19h30</i>	Conférence histoire de l'art Le paysage comme instance de voyage	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
13/03/2026	<i>21h</i>	Ciné-culte <i>Le cercle des poètes disparus</i>	<i>Cinéma Véo Grand Central</i>
14/03/2026	<i>14h-18h</i>	Atelier Repair café	<i>Maison citoyenne Saint-Exupéry</i>
14/03/2026	<i>14h30</i>	Ciné-Relax <i>Les enfants de la Résistance</i>	<i>Cinéma Véo Grand Central</i>
14/03/2026	<i>18h</i>	Football - Championnat de National 3 Colomiers / Lège-Cap-Ferret	<i>Complexe sportif Capitany</i>
15/03/2026	<i>8h-20h</i>	1er tour des élections municipales	<i>Bureaux de vote de la Ville</i>
17/03/2026	<i>Dès 8h30</i>	Evènement ESS Petit déjeuner des entrepreneurs Pour (re)découvrir l'espace de coworking et développer votre réseau, partager des expériences...	<i>La Mijoteuse</i>
17/03/2026	<i>14h-17h</i>	Permanence Maison de l'énergie	<i>Maison des transitions écologiques</i>
17/03/2026	<i>14h</i>	Concours de pétanque - 2 ^{ème} tour de qualification Triplette officiel Vétéran	<i>boulodrome</i>
18/03/2026	<i>15h30</i>	Ciné goûter	<i>Cinéma Véo Grand Central</i>

18/03/2026	<i>15h-16h30</i>	Atelier couture	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
19/03/2026	<i>19h</i>	Commémoration du Cessez-le-feu en Algérie	<i>Monument aux Morts</i>
19/03/2026	<i>20h30</i>	Ciné-Opéra <i>Un bal masqué</i> Mise en scène de Gilbert Deflo et filmé à l'Opéra national de Paris	<i>Cinéma Véo Grand Central</i>
20/03/2026	<i>16h30-18h</i>	Atelier dessin par ordinateur - initiation	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
20/03/2026	<i>17h-19h</i>	Conférence Nuit de l'équinoxe Initiation à l'astronomie par Bernard Bonafos, de l'association Française d'Astronomie	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
20/03/2026	<i>19h</i>	Concert de musique de chambre	<i>Auditorium Jean-Cayrou</i>
Du 20/03 au 07/04/2026		Exposition <i>Femmes Columérines inspirantes</i>	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
21/03/2026	<i>10h-12h</i>	Atelier Création d'une sculpture cosmique	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
21/03/2026	<i>11h30</i>	Concert <i>Voyage en Europe à l'époque baroque</i> avec les élèves des conservatoires de Colomiers et de Toulouse	<i>Auditorium Jean- Cayrou</i>
21/03/2026	<i>15h30-18h30</i>	Ciné-mailles Commencez votre tricot dans le hall et finissez le devant le film.	<i>Cinéma Véo Grand Central</i>
22/03/2026	<i>8h-20h</i>	2nd tour des élections municipales	<i>Bureaux de vote de la Ville</i>
22/03/2026		Compétition régionale de Teamgym et GAC	<i>Complexe sportif Capitany</i>
22/03/2026	<i>11h</i>	Concert du dimanche <i>Ensemble Méandre</i>	<i>Auditorium Jean- Cayrou</i>
23/03/2026	<i>14h-15h</i>	Atelier massage bébé Réservés aux parents et bébés columérins de 1 à 6 mois - Renseignements au 05 61 15 23 67	<i>Maison de la Petite Enfance</i>
24/03/2026	<i>12h-14h</i>	Evènement ESS Mijo –déj Une pause déjeuner pour échanger et partager autour de l'entrepreneuriat et l'économie sociale et solidaire	<i>La Mijoteuse</i>
Du 22 au 24/03/2026		Printemps du cinéma Faites le plein de films à 5 euros la séance !	<i>Cinéma Véo Grand Central</i>

25/03/2026	<i>15h-16h30</i>	Atelier couture - initiation	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
26/03/2026	<i>14h</i>	Concours de pétanque - 3 ^{ème} tour de qualification Triplette officiel Vétéran	<i>Boulodrome</i>
26/03/2026	<i>14h-15h30</i>	Modes d'accueil des jeunes enfants Réunion d'information Renseignez-vous sur les modes de garde collectif et individuel	<i>Maison de la petite enfance</i>
26/03/2026	<i>18h30</i>	Cinéma Unipop More Avec la retransmission de la conférence <i>Pink Floyd, une histoire musicale psychédélique</i>	<i>Cinéma Véo Grand Central</i>
26/03/2026	<i>19h30-21h30</i>	Atelier Jardin d'Anna <i>Inscription : lejardindanna31@gmail.com</i>	<i>Maison des transitions écologiques</i>
27/03/2026	<i>13h30</i>	Concert Les Petites scènes du Conservatoire	<i>Auditorium Jean-Cayrou</i>
27/03/2026	<i>16h30-18h</i>	Atelier collagraphie - initiation	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
Du 27 au 29/03/2026	<i>Le 27 : 9h30-20h Le 28 : 9h30-19h Le 29 : 10h-18h</i>	Braderie printemps - été 2026 BradÉco (retrait des kits les 11 et 12 mars à la Maison citoyenne St-Exupéry)	<i>Salle Gascogne</i>
28/03/2026	<i>10h-17h</i>	Journée Cocooning organisée par l'association Je Vis en Rose Près de 30 ateliers gratuits et adaptés seront proposés aux personnes atteintes de cancer (réflexologie, pilates, socio-esthétique, art thérapie, atelier culinaire, escrime...)	<i>Plan B</i>
28/03/2026	<i>18h</i>	Football - Championnat de National 3 Colomiers / Anglet	<i>Complexe sportif Capitany</i>
28/03/2026	<i>20h</i>	Basket - Championnat - Nationale féminine 1 Colomiers / Saint-Delphin	<i>salle René-Piquemal</i>
28/03/2026	<i>20h30</i>	4^{ème} édition gala Danses en fêtes Soirée dansante sur le thème champêtre organisée par la section danse du CLLL Inscription : colomiersdanse@live.fr ou au 06.80.84.22.98 ou sur le site www.colomiers-danseclub.org/	<i>Hall Comminges</i>
29/03/2026	<i>18h15</i>	Ciné-théâtre Les femmes savantes Mise en scène par Emma Dante avec la troupe de la Comédie-Française	<i>Cinéma Véo Grand Central</i>
30/03/2026	<i>18h-20h30</i>	Atelier Je cuisine en alimentation positive ! Opération Défi foyers alimentation positive. Inscription gratuite auprès de la Maison des Transitions écologiques ou à l'adresse mte@mairie-colomiers.fr	<i>Maison des transitions écologiques</i>

31/03/2026	<i>Dès 8h30</i>	Evènement ESS Petit déjeuner des entrepreneurs Pour (re)découvrir l'espace de coworking et développer votre réseau, partager des expériences...	<i>La Mijoteuse</i>
31/03/2026	<i>14h</i>	Concours de pétanque - 4 ^{ème} tour de qualification Triplette officiel Vétéran	<i>Boulodrome</i>
01/04/2026	<i>15h-16h30</i>	Atelier impression 3D - initiation	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
02/04/2026	<i>20h</i>	Théâtre Avec les élèves du Conservatoire	<i>Auditorium Jean-Cayrou</i>
Du 2 au 11/04/2026		Exposition <i>La biodiversité au cœur de nos vies</i> dès 8 ans	<i>Maison des transitions écologiques</i>
Du 02/04 au 29/05/2026	<i>18h30-20h30</i>	Exposition <i>Des nichoirs pour les animaux sauvages de Colomiers</i> - dès 8 ans	<i>Maison des Transitions écologiques</i>
03/04/2026	<i>9h30-12h30</i>	Atelier 2tonnes Découvrez comment nous pouvons tous agir efficacement, pour la transition écologique.	<i>Maison des transitions écologiques</i>
03/04/2026	<i>15h-16h30</i>	Atelier couture - initiation	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
03/04/2026	<i>19h30</i>	Colomiers / Dax Date et horaires sous réserve de modification	<i>Stade Michel-Bendichou</i>
03/04/2026	<i>20h30</i>	Printemps du rire <i>Antonia de Redinger</i> Dans son nouveau spectacle <i>Scènes de corps et d'esprit</i> Réservation	<i>Hall Comminges</i>
03-04/04/2026 Le 03/04 Le 04/04	<i>13h-18h30</i> <i>10h-12h / 13h-18h30</i>	Braderie Vente de livres, CD, DVD bradés	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
04/04/2026	<i>10h30-12h</i>	Atelier surprise Initiation par un amateur expert, de Colomiers ou de ses environs, à une pratique qui le passionne	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
04/04/2026	<i>11h-11h30</i>	Raconte-moi Lecture par les bibliothécaires	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
05/04/2026	<i>9h30-12h30</i>	Chasse aux œufs	<i>Parc Duroch</i>
06/04/2026	<i>10h-12h</i>	Chasse aux œufs aquatique	<i>Espace nautique Jean-Vauchère</i>

07/04/2026	9h-10h30	Économie sociale et solidaire Journée portes ouvertes Speed Busin'ESS Un temps convivial pour élargir votre réseau, partager vos expériences et créer de nouvelles synergies professionnelles. Inscription gratuite et obligatoire avant le 31/03, places limitées - mijoteuse@mairie-colomiers.fr	La Mijoteuse
	9h -12h et 14h-17h	Visite du tiers-lieu : espace de coworking et de convivialité, hôtel à projets	
07/04/2026	17h30-19h	Modes d'accueil des jeunes enfants Réunion d'information Renseignez-vous sur les modes de garde collectif et individuel.	Maison de la Petite Enfance
08/04/2026	15h-16h30	Atelier plotter de découpe - initiation	Pavillon blanc Henri-Molina
09/04/2026	19h-22h	Concert Casablanca Entrée libre, participation au chapeau. Sur réservation : bistrotiers.humanistes@gmail.com	Le Terminus des prétentieux
10/04/2026	16h30-18h	Atelier arts plastiques - initiation Techniques mixtes	Pavillon blanc Henri-Molina
10/04/2026		Ciné culte	Cinéma Véo Grand Central
Vendredi 10 avril	19h à 21h	Atelier Batch-cooking, où l'art d'économiser son énergie et celle de la planète ! venez apprendre les rudiments du batch et l'efficacité de cuisiner de saison et local trois plats en 1h30 pour 20€ avec l'association Les Mamas vous régaleront. Inscription à l'adresse : lesmamasvousregalent@gmail.com	Maison des transitions écologiques
11/04/2026	14h-18h	Repair Café Réparez vos appareils en panne avec l'aide des bénévoles	Déchèterie de Plaisance-du-Touch
11/04/2026	14h30-16h	Café des solutions Les espèces à enjeux pour la santé humaine	Maison des transitions écologiques
11/04/2026	20h	Basket - Championnat - Nationale féminine 1 Colomiers / Montferrand	Salle René Piquemal

11/04/2026	20h	Festival Nothing 2 Looz Battle all-styles Quatre heures de spectacle dans toutes les catégories de danses hip-hop. Ouverture des portes dès 18h. Billetterie : nothing2looz.com	<i>Hall Comminges</i>
11/04/2026	20h45	Théâtre <i>Bubble</i> - Dès 11 ans Alistair endosse les rôles de héros et de méchants shakespeariens dans un décor changeant et sur fond de musique originale	<i>Théâtre du centre</i>
11-12/04/2026		Compétition régionale Gymnastique Artistique féminine et masculine	<i>Complexe sportif Capitany</i>
11-12/04/2026	Infos en ligne à partir du 30 mars	Conservatoire Journées des claviers	<i>Auditorium Jean-Cayrou</i>
11/04/2026	14h30	Ciné Relax Une séance adaptée à tous les publics.	<i>Cinéma Véo Grand Central</i>
13/04/2026	14h-15h30	Atelier massage bébé Réservés aux parents et bébés columérins de 1 à 6 mois - Renseignements au 05 61 15 23 67	<i>Maison de la Petite Enfance</i>
14/04/2026	10h	Concours de pétanque - Finale Triplette officiel Vétéran	<i>Boulodrome</i>
15/04/2026	10h-18h	Job-dating : Emploi, alternance et job d'été Rencontrez des recruteurs au cours de cet événement organisé par le Club d'entreprises de l'Ouest toulousain en partenariat avec France Travail et la Mission locale Haute-Garonne. <i>contact@club-eo.fr</i>	<i>Hall Comminges</i>
15/04/2026	15h-16h30	Atelier aquarelle - initiation	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
15/04/2026	15h30	Ciné-goûter Le Véo Grand Central propose un programme de courts-métrages d'animation (programmation à venir) suivi d'un goûter et d'une animation. Film adapté au jeune public dès 3 ans.	<i>Cinéma Véo Grand Central</i>
15/04/2026	18h30-20h30	Atelier <i>Mieux et moins tondre</i>	<i>Maison des transitions écologiques</i>
15/04/2026	20h	Concert de printemps - avec les élèves du Conservatoire	<i>Auditorium Jean-Cayrou</i>
16/04/2026	14h-15h30	Modes d'accueil des jeunes enfants Réunion d'information Renseignez-vous sur les modes de garde collectifs et individuels	<i>Maison de la Petite Enfance</i>

16/04/2026	<i>14h30</i>	Ciné-Gourmand Projection d'un film suivie d'un moment convivial autour d'une collation	<i>Cinéma Véo Grand Central</i>
16/04/2026	<i>15h-18h</i>	Repair café	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
16/04/2026	<i>19h30-21h30</i>	Atelier Les Jardins d'Anna - Fabriquez vos cosmétiques, vos produits ménagers, votre alimentation probiotique et/ou fermentée de façon naturelle. Inscription : lejardindanna31@gmail.com	<i>Maison des transitions écologiques</i>
17/04/2026	<i>16h30-18h</i>	Atelier arts plastiques - initiation Techniques mixtes	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
17/04/2026	<i>18h30-19h30</i>	Conférence histoire de l'art L'exploration proche dans l'art	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
17/04/2026	<i>19h30</i>	Colomiers Rugby/ Carcassonne Date et horaires sous réserve de modification	<i>Stade Michel-Bendichou</i>
17/04/2026	<i>20h45</i>	Théâtre jeune public - Dès 6 ans Alice de l'autre côté du monde Un réjouissante plongée dans l'univers de Lewis	<i>Théâtre du centre</i>
18/04/2026		Compétition départementale de Gymnastique Artistique	<i>Complexe sportif Capitany</i>
18/04/2026	<i>9h30-16h30</i>	Opération de broyage de déchets verts Venez avec vos branches et repartez avec du broyat	<i>parking du Complexe sportif Capitany</i>
18/04/2026	<i>18h</i>	Football - Championnat National 3 Colomiers / Castanet <i>Date et horaires sous réserve de modification.</i>	<i>Complexe sportif Capitany</i>
18/04/2026	<i>20h</i>	Basket - Championnat - Nationale féminine 1 Colomiers / Martigues	<i>Salle René Piquemal</i>
19/04/2026	<i>8h-17h</i>	Vide grenier organisé par le comité de quartier du Pigeonnier	<i>Allée de la Venise verte</i>
19/04/2026	<i>9h-18h</i>	Volley-ball CLLL- tournoi La Ricoulade	<i>Gymnase Lucie Aubrac</i>
Du 20/04 au 01/05/2026	<i>Du lundi au vendredi à 10h</i>	Ciné-pitchoun Pendant les vacances scolaires retrouvez des séances adaptées aux tout-petits (dès 3 ans). Durée adaptée, volume sonore ajusté.	<i>Cinéma Véo Grand Central</i>
21/04/2026	<i>14h-17h</i>	Permanence Maison de l'énergie Sur rendez-vous : renov.toulouse-metropole.fr	<i>Maison des transitions écologiques</i>

21/04/2026	<i>12h-14h</i>	Économie sociale et solidaire Mijo déj Une pause déjeuner pour échanger et partager autour de l'entrepreneuriat et l'économie sociale et solidaire.	<i>La Mijoteuse</i>
22/04/2026	<i>10h30-12h</i>	Raconte-moi sensoriel Lecture par l'école du goût	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
22/04/2026	<i>15h-16h30</i>	Atelier <i>Le goûter des champions</i> organisé par l'association Hexeco, venez fabriquer vos propres « bulles d'énergie maison » goûter à la fois bon, équilibré, et responsable ! Inscription gratuite auprès de la MTE à l'adresse : mte@mairie-colomiers.fr	<i>Maison des transitions écologiques</i>
Du 22 au 26/04/2026	<i>Mer, ven, sam 10h-18h Jeu 10h-20h Dim 14h-18h</i>	Exposition de Patchwork Une centaine d'ouvrages sera présentée. Invitée : Eva Gustems, artiste catalane. Entrée libre	<i>Salle Gascogne</i>
23/04/2026	<i>15h30-16h30 et 17h-18h</i>	Atelier <i>Rendez-vous avec la lune</i> Un médiateur de la Cité de l'espace anime un atelier de découverte du satellite naturel de la Terre. Suivi d'une visite de l'exposition <i>Imaginaire spatial</i>	<i>Pavillon blanc Henri-Molina</i>
24/04/2026	<i>18h30</i>	Ciné-ballet <i>Le Parc</i> Enregistré au Palais Garnier, sur une chorégraphie d'Angelin Preljocaj et une musique de W.A. Mozart	<i>Cinéma Véo Grand Central</i>
24/04/2026	<i>19h-22h</i>	Théâtre Avec la compagnie La P'tite troupe Entrée libre, participation au chapeau. Sur réservation : bistrotiers.humanistes@gmail.com 06 81 69 47 47 - 06 66 68 46 61.	<i>Le Terminus des prétentieux</i>
25/04/2026	<i>10h-12h</i>	Économie sociale et solidaire Café rencontre Temps d'échange convivial pour les demandeurs d'emploi. Sur inscription : caferencontre.snc@gmail.com	<i>La Mijoteuse</i>
25/04/2026	<i>11h-12h</i>	Apéro littéraire Avec la compagnie Paradis Eprouvette Lectures, découvertes littéraires dans une ambiance musicale.	<i>Le Terminus des prétentieux</i>
25/04/2026	<i>15h-17h</i>	Défi <i>City challenge nature</i> Découverte de l'appli iNaturalist sur votre smartphone et de 15h30-16h30 : balade nature.	<i>Maison des transitions écologiques</i>
26/04/2026	<i>11h30</i>	Journée nationale Souvenir des victimes et des héros de la déportation <i>Renseignements 05 61 15 22 22</i>	<i>rassemblement Place de l'Église</i>

27/04/2026	<i>14h-15h30</i>	Atelier massage bébé Réservés aux parents et bébés columérins de 1 à 6 mois - Renseignements au 05 61 15 23 67	<i>Maison de la Petite Enfance</i>
28/04/2026	<i>8h30</i>	Économie sociale et solidaire Petit déj des entrepreneurs Pour (re)découvrir l'espace de coworking et développer votre réseau, partager des expériences...	<i>La Mijoteuse</i>
29/04/2026	<i>14h30-16h30</i>	Atelier <i>Ma maison propre au naturel</i> Organisé par Décoset et La Glanerie	<i>Maison des transitions écologiques</i>
30/04/2026	<i>10h-12h</i>	Atelier École du goût <i>Miam'gaufres</i> Inscription : mte@mairie-colomiers.fr	<i>Maison des transitions écologiques</i>

Programme TEMPO page suivante

Le programme des activités de prévention

mars- avril

ACTIVITE	DATE	LIEU	DETAILS
Remue-Ménages	Les lundis du 9/03 au 20/04 13h30-15h ou de 15h15 -16h45	Salle des activités du Guichet Atout Seniors	Entraînez votre mémoire avec des exercices ludiques (culture générale, suite logique...)
Ciné Gourmand	Jeudi 12/03 14h30	Cinéma Grand Central	Film à définir. Tarif 5€
Bouger Mémoriser	Equi Gym les mardis du 10/03 au 14/04 Gym mémo les jeudis du 12/03 au 16/04 14h30-15h30	Maison des activités Gymniques Capitany (possibilité de transport)	Equi gym : Renforcement musculaire, travail de l'équilibre... Gym Memo : Stimulation des fonctions cognitives
Bienvenue à la retraite	Les mardis du 10/03 au 12/05 10h à 12h	Salle des Activités du Guichet Atout Seniors	A la retraite, mes démarches administratives, mes projets, mon tempo, je prends soin de moi, je reste mobile...
Marche culturelle	Mardi 17/03 13h30-17h00	Départ Hall Comminges	Venez découvrir la forêt de Bouconne et l'histoire de la tour du télégraphe accompagnés par un guide spécialisé.
Thé Dansant	Dimanche 08/03 de 14h à 18h	Salle Gascogne	Après-midi dansante
Exposition « imaginaire spatiale »	Samedi 14/03 15h- 16h	Salle des activités du Guichet Atout Seniors	Cette exposition monographique d'Amélie Bouvier sera consacrée à une exploration visuelle et conceptuelle du ciel et du cosmos
Etre serein au quotidien	Cycle de 5 séances les mercredis 11/03 au 08/04 14h-16h	Salle des activités du Guichet Atout Seniors	Identifier les différentes formes et sources de peur, se protéger des escroqueries, initiation Self défense
Bien dans sa tête pour bien vieillir	Les lundis du 09/03 au 30/03 14h à 16h	Salle des Activités du Guichet Atout Seniors	Valoriser son bien-être mental et (re)prendre confiance en soi

ACTIVITE	DATE	LIEU	DETAILS
Permanences numériques	Les mardis après-midi Uniquement sur RDV 13h30-17h00	Salle des activités du Guichet Atout Seniors	Un accompagnement individuel de l'utilisation du numérique vous est proposé par des jeunes volontaires en service civique.
Musique et Danse adaptée	Les mercredis du 01/04 au 24/06 10h-11h	Salle des Activités du Guichet Atout Seniors	La musicothérapie permet de révéler l'expression de soi par la créativité,...
Ma mémoire en mouvement	Les mercredis du 01/04 au 24/06 11h-12h	Salle des Activités du Guichet Atout Seniors	Les ateliers «ma mémoire en mouvement » permettent de stimuler le cerveau, la mémoire et le corps.
Pilate	Les jeudis après-midi du 02/04 au 11/06 14h30-15h30	Salle des Activités du Guichet Atout Seniors	Le Pilate cible les muscles profond et renforce la stabilité et l'équilibre.
Basket Santé mentale	Les jeudis 02/04 21/05 , 18/06 de 14h-15h30	Gymnase Bertrand Andrieux	Venez découvrir comment la pratique d'une activité physique favorise le bien être mental.
Danse adaptée Santé mentale	Les mardis 07/04, 05/05, 02/06 14h-15h30	Mémothèque	Découvrir comment la danse adaptée peut favoriser le bien être mental
La cuisine des 4 saisons : le Printemps	Mardi 14/04 de 9h30-14h	Maison citoyenne d'En Jacca	Venez cuisiner et déguster un repas équilibré avec des produit de saisons
Ciné Gourmand	Jeudi 16/04 14h30	Cinéma Grand Central	Film à définir. Tarif 5€
Parcours d'orientation	Mardi 14/04 13h30-17h00	Départ en bus 13h30 parking Hall Comminges	Activité physique de pleine nature qui permet de découvrir l'environnement forestier.
Remise en selle	2 séances lundi 13/04 et jeudi 16/04 14h-16h30	Plan B 22 chemin du Vallespir	Reprendre confiance en la pratique du vélo, apprendre à circuler en toute sécurité dans la ville.
Projet théâtrale seniors « toujours la même »	Les mercredis 15/04,13/05,03/06 , 17/06 14h-16h représentation au Théâtre du Centre le 20/06	Salle des Activités du Guichet Atout Seniors	Initiation et intégration d'un projet théâtral sur la thématique de l'âge (écriture, lecture...)