

TOULOUSE
POUR...

Les JEUNES

GUIDE PRATIQUE
15 > 29 ANS



MAIRIE DE  TOULOUSE

WWW.TOULOUSE.FR

Toulouse en grand !



TOULOUSE
S'ENGAGE
POUR...

LE LOGEMENT

INSTAL'TOIT

POUR QUI ?

- Les jeunes âgés de 18 à 29 ans
- Les étudiants, sans condition de ressources, inscrits dans un établissement d'enseignement supérieur sur le territoire de Toulouse Métropole
- Les apprentis, alternants ou jeunes travailleurs sortant des Habitat Jeunes avec un plafond de ressources mensuelles fixé à 850 € net.

Tous doivent être locataires d'un logement sur la commune de Toulouse, depuis moins de 3 mois.

POUR QUOI ?

Un loyer mensuel, une assurance habitation, des frais d'agence immobilière, un dépôt de garantie, une ouverture de compteur, de ligne téléphonique et internet, un achat de mobilier ou d'équipements ménagers...

QUEL MONTANT ?

Montant de 100, 200, 300, 400 ou 500 € sous forme de prêt sans intérêt.

COMMENT REMBOURSER ?

Remboursement mensuel de 20 € minimum sur une durée maximale de 24 mois.

Première échéance, le premier mois suivant le versement de l'aide.

OÙ SE RENSEIGNER, RÉCUPÉRER

OÙ DÉPOSER UN DOSSIER ?

Mairie de Toulouse

Direction des Solidarités
et de la Cohésion Sociale
Domaine Logement -
Service Aides au Logement
1, rue Delpech - 3^e étage
31000 Toulouse

De 9h à 12h et de 13h30 à 16h30 sauf
lundi matin

Tél.: 05 61 22 31 91

aidesaulogement@mairie-toulouse.fr

toulouse.fr/urbanisme-habitat-aides-au-logement

Fruit d'un remarquable travail et d'une réflexion citoyenne du Conseil des Jeunes, ce guide compile avec précision les offres multiples apportées aux besoins réels des étudiants et jeunes actifs jusqu'à 29 ans.

Tous les domaines de la vie sociale quotidienne, de l'accompagnement et de la citoyenneté sont ici abordés.

Au-delà des réalisations, des enjeux à cerner, des défis à relever, les recommandations de la jeunesse procèdent d'une légitime exigence. Cela oblige et engage la Mairie de Toulouse !

Solidaire face aux nécessités d'un bel âge, la Mairie de Toulouse souhaite que la lecture de ce précieux guide facilite et enrichisse le parcours de vie de toutes et de tous !

Jean-Luc MOUDENC

Maire de Toulouse

Président de Toulouse Métropole

SOMMAIRE

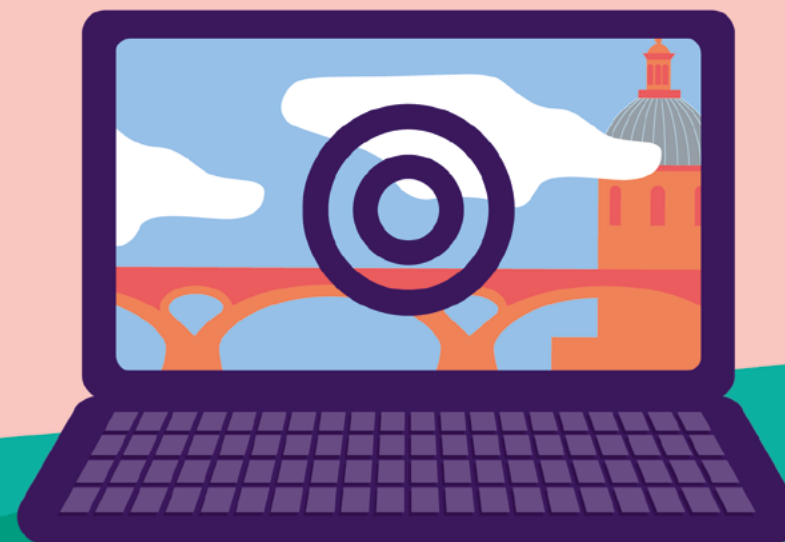
1 TOULOUSE NUMÉRIQUE	p.3	7 PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ	p.43
› Toulouse.fr vous accompagne	p.5	› La prévention	p.44
› Le portail de téléservices Montoulouse simplifie vos démarches	p.5	› Les soins	p.53
› Toulouse, l'appli qui facilite votre quotidien !	p.6	8 ÊTRE CITOYEN	p.55
› Les réseaux sociaux	p.6	› S'engager	p.56
		› Les démarches administratives	p.58
2 ÊTRE ACCOMPAGNÉ	p.7	9 FAIRE DU SPORT	p.63
› Des lieux d'accueil pour les jeunes	p.8	› Les activités sportives encadrées	p.64
› Des associations contre les discriminations	p.10	› Les City stade et les plateaux sportifs	p.64
› Des associations pour les femmes	p.14	› Les skate-park	p.71
3 SE LOGER	p.15	› Les piscines et les patinoires	p.71
› Trouver un logement	p.16	› Les parcours forme	p.74
› Aides et soutiens pour le logement	p.18	› Les bases de loisirs	p.75
		› Les terrains de tennis	p.77
4 SE DÉPLACER	p.21	› Les activités de pratique amateur	p.78
› Déplacements en centre-ville	p.23	10 SE CULTIVER, SORTIR	p.79
› Déplacements en région et en France	p.24	› Avantages jeunes	p.80
5 TROUVER UN EMPLOI, UN STAGE	p.25	› Sortir à Toulouse	p.83
› Être accompagné par la Mairie de Toulouse	p.26	› Pratiquer une activité artistique	p.85
› Être accompagné par Pôle emploi et la CAF	p.28	› Découvrir les musées et lieux culturels	p.87
› Être accompagné par une association	p.30	› L'animation socio-culturelle	p.95
› Accéder à des offres d'emploi et de stages	p.35	11 NUMÉROS, LIENS UTILES	p.101
› Travailler et étudier à l'étranger	p.36		
6 ÉTUDIER À TOULOUSE	p.37		
› Les bibliothèques et médiathèques	p.38		
› Accueil Welcome Desk	p.40		
› Les Maisons de l'orientation	p.42		



Ce picto signale les établissements
et dispositifs de la Mairie de Toulouse.

1

TOULOUSE NUMÉRIQUE



TISSÉO, DU NOUVEAU POUR LES ÉTUDIANTS



UN SITE

Un site vous est désormais dédié. Vous y trouverez toutes les informations concernant le réseau de transport, les tarifs, les programmes de fidélité...

Vous pouvez également y commander la carte Pastel et ainsi préparer votre rentrée depuis chez vous.

etudiants-tisseo.fr

UNE APPLI

Pass Easy vous permet de recharger votre carte Pastel et d'actualiser vos droits à réduction ou gratuité depuis votre mobile.

TOULOUSE NUMÉRIQUE



> TOULOUSE.FR VOUS ACCOMPAGNE

Actualités de la ville, projets d'aménagement, vie de quartier, menus des cantines, activités sportives, horaires des piscines, inscription dans les centres de loisirs, idées de sorties pour le week-end et pendant les vacances... le site de la Mairie, **toulouse.fr**, est à la dis-

position de tous les habitants pour s'informer ! Le site est aussi à votre écoute. Vous pouvez consulter nos questions/réponses, contacter les élus et les services. Pour tout savoir, pensez à vous inscrire à la newsletter envoyée tous les jeudis.

> LE PORTAIL DE TÉLÉSERVICES MONTOLOUSE SIMPLIFIE VOS DÉMARCHES

Retrouvez sur **montoulouse.fr** l'ensemble des démarches qu'il est possible d'effectuer en ligne. Ce site propose un accès unique à tous les services en ligne proposés par la Mairie, 24h/24 et 7 jours/7. Vos formulaires sont pré-remplis des données déjà fournies

à la collectivité, et vos dossiers sont actualisés immédiatement sans vous déplacer au guichet.

Les téléservices regroupant les démarches pour les familles sont disponibles sur **montoulouse.fr/famille**.



> TOULOUSE, L'APPLI QUI FACILITE VOTRE QUOTIDIEN !



Actualités, démarches en ligne, agenda culturel, sportif, services, transports en commun, réseaux sociaux... La nouvelle appli Toulouse simplifie vos démarches. Vous pouvez la personnaliser selon vos centres

d'intérêts : bus-métro, Vélo Toulouse, N° d'urgence, réseaux sociaux... L'appli Toulouse est gratuite.

À télécharger sur AppStore et GooglePlay.

BON À SAVOIR

La carte jeune région Occitanie vous donne accès à des aides. Ce support numérique est conçu pour faciliter votre quotidien et soutenir votre pouvoir d'achat.

laregion.fr/MaRentree

> TOUTE L'INFO SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX !

Suivez les communautés de la Mairie de Toulouse : informez-vous, échangez avec nous et participez :



Facebook

@Toulouse
facebook.com/Toulouse/inbox



Twitter

@Toulouse
twitter.com/Toulouse



Instagram

@ToulouseFR
instagram.com/toulousefr/

2

ÊTRE ACCOMPAGNÉ



DES LIEUX D'ACCUEIL
POUR LES JEUNES

DES ASSOCIATIONS CONTRE
LES DISCRIMINATIONS

DES ASSOCIATIONS
POUR LES FEMMES



ÊTRE ACCOMPAGNÉ

> DES LIEUX D'ACCUEIL POUR LES JEUNES

• LES ACCUEILS JEUNES

Une question ? Un projet ? Une envie ? Un accueil ! Les Accueils jeunes sont des dispositifs d'accompagnement, destinés aux 11-25 ans, aux vocations éducatives, sociales et ludiques. Ils sont des lieux de vie et de socialisation gratuits, sans adhésion préalable. Composés à la fois d'animateurs et d'éducateurs, ils participent au développement de la citoyenneté, tout en permettant aux jeunes de se divertir. Pour plus d'informations : toulouse.fr

ACCUEILS	ADRESSE	TÉLÉPHONE
Vestrepain 16/25 ans	10, rue Vestrepain ajvestrepain@mairie-toulouse.fr	05 34 60 11 63
Centre culturel Henri Desbals Le Carrou 11/17 ans	128, rue Henri-Desbals ajcarrou@mairie-toulouse.fr	05 36 25 26 85
Chamois 11-17 ans	11, rue des Chamois ajchamois@mairie-toulouse.fr	05 61 13 04 78
Les Izards Petite maison 16/25 ans	28, chemin des Izards ajpetitemaison@mairie-toulouse.fr	05 34 41 11 97
Bourbaki 11-17 ans	1, place Hessel ajbourbaki@mairie-toulouse.fr	05 61 52 60 32
Amouroux 11/17 ans	79, chemin Michoun ajamaroux@mairie-toulouse.fr	05 60 30 24 96
Maison de quartier Rangueil 11/17 ans	19, rue Claude Forbin ajrangueil@mairie-toulouse.fr	05 61 25 82 53
Empalot 14/25 ans	1, place commerciale d'Empalot ajempalot@mairie-toulouse.fr	05 61 32 64 31
Pradettes 11/17 ans	5, rue Yves-Rouquette ajpradettes@mairie-toulouse.fr	05 34 56 88 36



ÊTRE ACCOMPAGNÉ

ACCUEILS	ADRESSE	TÉLÉPHONE
Bellefontaine 11/17 ans	1, place Martin-Luther-King ajbellefontaine@mairie-toulouse.fr	05 31 22 98 96
Reynerie 11/17 ans	Place André-Abbal ajreynerie@mairie-toulouse.fr	05 31 22 99 27
Mirail Université 11/17 ans	Chemin du Mirail ajmirailu@mairie-toulouse.fr	05 61 40 33 36
Saint-Martin du Touch 11/17 ans	2, rue Sentenac ajsaintmartin@mairie-toulouse.fr	05 61 31 00 93

BON À SAVOIR

Clubs de prévention spécialisée (Toulouse Métropole)

Les jeunes en difficulté sur le plan social (travail, logement, santé, études...) entre 11 et 25 ans, peuvent être accompagnés par un des 8 Clubs de prévention spécialisée à Toulouse. Cette prise en charge libre et anonyme concerne les jeunes et leurs familles.

• FONDS D'AIDE AUX JEUNES (FAJ)

Ce dispositif concerne les jeunes menacés de rupture tant socialement que familialement et inscrits dans un programme d'insertion professionnelle. Le FAJ est accessible en dernier recours, lorsqu'aucune autre aide existante n'est mobilisable pour lutter contre l'exclusion des jeunes en grande difficulté.

Contactez directement le Programme d'insertion professionnelle dans lequel le jeune est inscrit pour bénéficier du FAJ.



ÊTRE ACCOMPAGNÉ

• RELAIS ACCOMPAGNEMENT JEUNES (RAJ)

Service du Centre communal d'action sociale (CCAS) et de la Mission locale de Toulouse, le RAJ propose aux jeunes de 18 à 24 ans sans résidence stable un accompagnement individualisé et global pour favoriser l'insertion sociale et professionnelle et permettre l'accès aux droits.

Mission locale de Toulouse

Relais accompagnement jeune
24, rue Garipuy
M Marengo SNCF
Tél. : 05 62 73 38 73
Prendre rendez-vous pour le 1^{er} contact

• MAISON DES DROITS DES ENFANTS ET DES JEUNES (MDEJ)

L'association propose :

- des rendez-vous d'information juridique gratuite pour les mineurs et jeunes majeurs,
- des lieux d'écoute et d'accès aux Droits (Jolimont, Reynerie, Lalande, Tournefeuille),
- un service de médiation familiale.

MDEJ

22-24, rue Monserby
31500 Toulouse
M Jolimont
Tél. : 05 61 53 22 63
accueil@mdej.org
droitsetenfants.org

> DES ASSOCIATIONS CONTRE LES DISCRIMINATIONS

• L'ESPACE DIVERSITÉS LAÏCITÉ

L'Espace Diversités Laïcité est un partenaire incontournable des acteurs de la lutte contre les discriminations et de la promotion des droits et de la laïcité. Il accueille de nombreux événements : conférences et projections débats, formations, sensibilisation... Il propose des expositions et des permanences d'accès aux droits afin de soutenir et d'aider les personnes en situation de discrimination, de rejet et d'exclusion. L'Espace intègre également le Centre Lesbien Gai Bi et Trans (LGBT) et la Mission égalité diversité.

L'Espace Diversités Laïcité

38, rue d'Aubuisson
31000 Toulouse
M A et B, (station Jean-Jaurès)
ou M B (station François-Verdier)
Tél. : 05 81 91 79 60
espace-diversites-laicite@mairie-toulouse.fr
nondiscrimination.toulouse.fr
(contient également le détail des permanences des associations)
toulouse.fr



ÊTRE ACCOMPAGNÉ

• LE CONSEIL REPRÉSENTATIF DES ASSOCIATIONS NOIRES DE MIDI-PYRÉNÉES (CRANMP)

Cette association lutte contre les exclusions sous toutes ses formes et pour rétablir une citoyenneté et une égalité réelle.

Elle propose :

- accueil et écoute,
- informations sur les droits,
- orientation vers d'autres dispositifs (administrations, avocats, syndicats),
- aide à la constitution de dossiers, accompagnement et suivi du parcours.

Permanences à l'Espace des diversités et de la laïcité

38, rue d'Aubuisson
M François-Verdier

Sur rendez-vous les :

Mardi de 9h30 à 13h
Vendredi de 14h30 à 17h30
Samedi de 14h à 17h

Tél. : 05 62 20 51 83
lecran.midipyrenees@yahoo.fr

• CONTACT

L'association aide les homosexuels, bis, trans et leurs parents à se comprendre.

Contact propose une ligne d'écoute, des entretiens, des groupes de paroles, des interventions en milieu scolaire et des formations.

L'association est membre de l'Union départementale des associations familiales (UDAF) et agréée Éducation nationale et Éducation populaire.

Permanences à l'Espace des diversités et de la laïcité

38, rue d'Aubuisson
M François-Verdier
Tél. (Ligne d'écoute) : 05 61 55 43 86
Entretiens individuels sur rendez-vous :
associationcontactmp@gmail.com
asso-contact.org/31

• BI-VISIBLE

L'association organise et participe à différents événements tels que le Sidaction, la journée de la bisexualité, des cafés-débats, groupes de paroles, conférences, expositions-photos, le Festival des Fiertés (mai-juin)...

Permanences à l'Espace des diversités et de la laïcité

38, rue d'Aubuisson
M François-Verdier
1^{er} et 3^e lundis du mois de 18h à 20h
sans rendez-vous. / Tél. : 07 82 75 53 24
infos@bi-visible.com
bi-visible.com
facebook.com/bi-visible



ÊTRE ACCOMPAGNÉ

• ARC EN CIEL TOULOUSE / OCCITANIE

Association loi 1901 et collectif de 15 associations LGBTQI+ de la région Occitanie, dont le but est de lutter contre les discriminations liées à l'orientation sexuelle et à l'identité de genre.

Permanences à l'Espace des diversités et de la laïcité

Samedi de 14h à 17h30 **sans rendez-vous.**

Tél. : 07 83 96 03 00

Ligne dédiée trans : 07 83 56 34 90

contact@aectoulouse.com

aectoulouse.fr

facebook.com/Arc.en.Ciel.Toulouse

• GRISÉLIDIS

L'association propose pour les personnes en situation de prostitution des accueils collectifs et individuels, des accompagnements sociaux (santé, logement, emploi, violences, accès au séjour et au droit d'asile), de la prévention santé, des ateliers collectifs.

Grisélidis

10, chemin Lapujade

Ⓜ Marengo

Ⓡ 38, 39, 42 / Arrêt : Arago

Tél. : 05 61 62 98 61

association@griselidis.com

griselidis.com

Accueil sans rendez-vous

tous les mardis 14h à 18h

Accueil sur rendez-vous

mercredi et jeudi.

Maraudes de jour

mercredi et jeudi

Maraudes de nuit

jeudi de 21h à 2h

et vendredi de 21h à 5h

LE CRIJ



L'équipe du CRIJ Occitanie informe, conseille et accompagne les jeunes dans leur quotidien.

Les jeunes y trouvent des informations et un accompagnement sur l'orientation, les métiers, le logement, les droits sociaux ou encore la mobilité internationale.

Ils peuvent également consulter des annonces de jobs ou de logements que les recruteurs et propriétaires leur font parvenir quotidiennement.

Un espace Voyages propose des activités sportives (séjours UCPA et forfaits de ski) et des services favorisant la mobilité (billets d'avion ou d'autocar, carte ISIC...).

Le CRIJ aide les jeunes à concrétiser leurs projets avec des rendez-vous

individuels personnalisés, des ateliers collectifs organisés dans le réseau Informations Jeunesse ou en organisant des rendez-vous avec des partenaires.

Tout au long de l'année le CRIJ organise ou co-anime des événements : mercredis des métiers avec des professionnels, recrutement avec des employeurs, semaine de l'industrie, formations baby-sitting, ateliers CV et lettre de motivation, forums études à l'étranger, accueil des nouveaux arrivants spécial logement...

Pour plus d'informations **CRIJ**

crij.org

Facebook @crijtoulouse

twitter @crijoccitanie

17 rue de Metz

31000 Toulouse

Ⓜ A > Esquirol

Du lundi au vendredi

10h > 12h30 - 13h30 > 18h

Tél. : 05 61 21 20 20



ÊTRE ACCOMPAGNÉ

> DES ASSOCIATIONS POUR LES FEMMES

• ASSOCIATION POUR LA PROMOTION DES INITIATIVES AUTONOMES DES FEMMES (APIAF)

L'association propose une écoute, un soutien psychologique et un accompagnement social et juridique aux femmes majeures victimes de violences.

APIAF

31, rue de l'Étoile
M Métro François-Verdier
Mardi de 13h à 16h 30 et jeudi 14h à 17h
permanences **sans rendez-vous**

Sur rendez-vous les autres jours de la semaine (femmes seules ou avec enfants)
Tél. : 05 62 73 72 62

• CENTRE D'INFORMATION SUR LES DROITS DES FEMMES ET DES FAMILLES (CIDFF 31)

Le CIDFF vise à favoriser l'autonomie sociale, professionnelle et personnelle des femmes, promouvoir l'égalité entre les Femmes et les Hommes.

Contactez-nous pour bénéficier gratuitement d'un accueil personnalisé et confidentiel et d'une orientation vers des professionnels. Vous y trouverez des informations et un accompagnement sur :

- > vos droits (de la famille, du travail, droit international privé)
- > les démarches et procédures juridiques et psycho-sociales pour les victimes de violences sexistes,
- > la médiation familiale,
- > les projets d'insertion professionnelle (recherche de formation et/ou emploi...).

CIDIFF 31

95, Grande rue Saint-Michel
M Métro Palais-de-Justice
Tram Palais-de-Justice
BUS 12, arrêt Notre-Dame

Lundi à vendredi 8h30 à 12h30 et 13h30 à 17h30 sauf mercredi matin

Tél. : 05 34 31 23 31
cidff@cidff31.fr
infofemmes-mp.org

3

SE LOGER



TROUVER UN LOGEMENT | AIDES ET SOUTIENS POUR LE LOGEMENT



SE LOGER

> TROUVER UN LOGEMENT

• ENTRE JEUNES

LA "KOLOC' À PROJETS SOLIDAIRES" (KAPS)

Si vous avez entre 18 et 30 ans, l'Association pour la fondation étudiante pour la ville (Afev) vous propose un dispositif de colocation solidaire. Il allie colocation et participation à des actions solidaires au sein de l'immeuble et du quartier. Par exemple, 5h par semaine soit 2h d'accompagnement d'un enfant du quartier et 3h sur une action solidaire sur des thématiques variées.

KAPS

12, cheminement le Tintoret
31100 Toulouse
Tél. : 05 81 97 19 99
kaps.toulouse@afev.org
rejoins.afev.org

HABITAT JEUNES Ô TOULOUSE

Vous êtes âgé de 16 à 30 ans, l'association Habitat Jeunes Ô Toulouse vous propose des logements meublés pour des périodes d'une semaine à plusieurs mois.

Habitat Jeunes Jolimont

2, avenue Yves-Brunaud
31500 Toulouse
Tél. : 05 34 30 42 80
otoulouse.org
contact@otoulouse.org

Habitat Jeunes Espérance

20, Grande rue Nazareth
ou

Anatole France

Place Anatole-France
Tél. : 05 61 52 41 34
esperance31.org
habitatjeunesesperance@esperance31.org

RÉSIDENCES UNIVERSITAIRES CROUS

Le Crous de Toulouse-Occitanie propose un large choix de logements allant de la studette au T5, pour les étudiants seuls, en couple ou en colocation. Attribués dans le cadre du DSE, ces logements en résidences universitaires sont situés sur les campus ou à proximité.

crous-toulouse.fr/residences

Retrouver la présentation du Crous.

SE LOGER



TOUS DIFFÉRENTS, TOUS BIENVENUS

Le Crous propose également des logements accessibles aux étudiants en situation de handicap.

• LES ANNONCES DE LOGEMENT

ANNONCE DE LOGEMENT DU CROUS LOKAVIZ

Étudiants, le Crous a mis en place une plateforme qui regroupe des annonces de logements privés et en résidences universitaires.

lokaviz.fr

Voir Crous p.41

ANNONCES DE LOGEMENT CRIJ

Jeunes en recherche de logement, la plateforme mise en place par le Crij vous permettra de trouver un logement.

crij.org

Voir CRIJ p.13

LES ORGANISMES HLM PAR L'UNION SOCIALE POUR L'HABITAT EN OCCITANIE

Les bailleurs sociaux du département de la Haute-Garonne et leurs partenaires ont mis en œuvre un dispositif commun de gestion de la demande de logement social. Ce dispositif est géré par l'association Atlas.

Votre demande de logement sera valable sur tout le département et accessible à tous les intervenants.

À l'enregistrement de votre demande en ligne et après vérification de votre dossier, vous

recevrez votre numéro unique départemental.

Il est important de mettre à jour régulièrement votre demande pour que les propositions de logement faites soient adaptées à vos souhaits et à votre situation.

La liste des organismes figure sur le site **demandelogement31.fr**, dans la rubrique « Les partenaires ».

Pour réaliser vos demandes, rendez-vous sur **demandelogement31.fr**



SE LOGER

> AIDES ET SOUTIENS POUR LE LOGEMENT

• LES AIDES DE LA MAIRIE DE TOULOUSE

STOP À L'HABITAT DÉGRADÉ

Si votre habitat présente des risques pour la santé et la sécurité de ses occupants, la Mairie de Toulouse, associée à de nombreux partenaires, met en place un dispositif d'aide gratuit. Ce service vous accompagne auprès du propriétaire pour faire réaliser les travaux nécessaires à la mise en conformité de l'habitat.

INSTAL'TOIT

Âgé de 18 ans à 29 ans et locataire depuis moins de 3 mois, vous pouvez bénéficier d'un prêt sans intérêts jusqu'à 500 € remboursable sur 2 ans.

Pièces justificatives

Pour tous :

- une copie du contrat de location,
- un relevé d'identité bancaire ou postal,
- un mandat de prélèvement SEPA,
- un justificatif d'identité.

Pour les étudiants, ajouter :

- un justificatif d'inscription dans un établissement d'enseignement supérieur implanté sur le territoire de Toulouse Métropole,

Mairie de Toulouse

Service communal d'hygiène et de santé

Tél. : 05 61 22 23 32

hygiene@mairie-toulouse.fr

toulouse.fr/ En un clic / Toulouse bouge avec les jeunes / se loger

Pour les jeunes travailleurs, ajouter :

- un justificatif de sortie du logement Habitat Jeunes
- un justificatif de revenu (contrat de travail, 3 dernières fiches de paie).

Télécharger la demande de prêt Instal'toit en ligne :

toulouse.fr/ En un clic / Toulouse bouge avec les jeunes / se loger

Ramenez le dossier complété et signé à :

Mairie de Toulouse

Direction des solidarités

et de la cohésion sociale

Domaine Logement

1 rue Delpech, 3^e étage - 31000 Toulouse

Ouvert de 9h à 12h et de 13h30 à 16h30
sauf le lundi matin.

Tél. : 05 61 22 31 91

SE LOGER

PASS ACCESSION TOULOUSAIN (PAT)

Vous souhaitez acheter un logement à Toulouse ? Souscrivez au Pat, une aide qui facilite l'accès à la propriété. La mairie peut vous accorder un prêt immobilier à taux zéro, remboursable sur 10, 12 ou 15 ans.

Pour cela il vous faut :

- Respecter un taux d'endettement inférieur ou égal à 33% incluant l'aide de la mairie de Toulouse et l'assurance,
- avoir des ressources ne dépassant pas les plafonds du revenu fiscal de référence,
- avoir obtenu un prêt bancaire.

Télécharger le dossier sur **toulouse.fr/ urbanisme –habitat/ aides au logement** et le déposer à :

Mairie de Toulouse

Direction des solidarités
et de la cohésion sociale

Domaine Logement

1, rue Delpech, 3^e étage

31000 Toulouse

Ouvert de 9h à 12h et de 13h30 à 16h30
sauf le lundi matin

Tél. : 05 61 22 31 91

• LES AIDES DE LA CAF

LES AIDES AU LOGEMENT

Vous avez trouvé un appartement, une « col-loc » ou une chambre universitaire ? Vous pouvez peut-être bénéficier d'une aide de la Caf.

La Caf verse principalement deux allocations logement :

- l'Aide personnalisée au logement (APL) concerne les logements qui font l'objet d'une convention avec des bailleurs (foyers, HLM, cités universitaires...),
- l'Allocation de logement social (ALS) concerne les autres types d'habitations.

Leur montant dépend de plusieurs critères dont le montant du loyer, la situation familiale et le niveau de ressources.

Vous pouvez faire une simulation et réaliser votre demande en ligne sur le site de la Caf : **caf.fr**





SE LOGER

• LES AIDES ACTION LOGEMENT

AIDE MOBILI-JEUNE®

Si vous êtes en formation en alternance, cette aide vous permet d'alléger votre loyer, jusqu'à 100 € par mois.

actionlogement.fr

GARANTIE VISALE

Action Logement facilite votre entrée dans les lieux en se portant garant pour vous auprès de votre bailleur, pendant toute la durée du bail.

visale.fr

AVANCE LOCA-PASS®

Action Logement vous avance gratuitement le dépôt de garantie demandé par votre bailleur. Vous remboursez ensuite par petites mensualités après 3 mois de différé.

actionlogement.fr

BON À SAVOIR

Un crédit vous engage et doit être remboursé. Vérifiez vos capacités de remboursement avant de vous engager.

Les aides et prêts Action Logement sont soumis à conditions et octroyés sous réserve de l'accord d'Action Logement Services.

AIDE MOBILI-JEUNE®, AVANCE LOCA-PASS® et Visale sont des marques déposées pour le compte d'Action Logement.

4

SE DÉPLACER



DÉPLACEMENTS
EN CENTRE-VILLE

DÉPLACEMENTS
EN RÉGION ET EN FRANCE

SORTIR LE SOIR... ET RENTRER AVEC TISSÉO



> SI VOUS RENTREZ TARD, UTILISEZ LES TRANSPORTS DE SOIRÉE

		DU DIMANCHE AU JEUDI	VENDREDI ET SAMEDI
Méto	Lignes A et B	jusqu'à minuit	jusqu'à 3h
Tram	Lignes T1 et T2	jusqu'à 0h30	jusqu'à 1h
Bus Linéo	L1, L2, L3, L6, L7, L8 et L9,	voir tisseo.fr	
Bus	12, 18, 39, 44, 78, 79 et 88	voir tisseo.fr	

ET AUSSI

Transport à la demande (TAD) : 106, 119 et 120

> SI VOUS RENTREZ TRÈS TARD, PRENEZ LE NOCTAMBUS

Le Noctambus est une ligne qui fonctionne uniquement les nuits des jeudi, vendredi et samedi de septembre à juin.

- 4 départs de Marengo SNCF à 1h, 2h, 3h et 4h
- 1 circuit qui dessert les campus universitaires : Compans Caffarelli, Palais de Justice, Camille Soula, Faculté de pharmacie et Université Paul Sabatier.

tisseo.fr

SE DÉPLACER



> DÉPLACEMENTS EN CENTRE-VILLE

• TISSÉO – LES TRANSPORTS EN COMMUN

Le métro fonctionne de 5h à minuit du dimanche au jeudi soir et jusqu'à 3h du matin pour les soirées du vendredi et du samedi.

Pour les moins de 26 ans, la carte Pastel Tisséo permet d'obtenir des tarifs avantageux sur l'ensemble du réseau bus, métro et tramway.

	ÉTUDIANT -26 ANS	NON ÉTUDIANT -26 ANS	ÉTUDIANT BOURSIER ÉCHELON 7
ABONNEMENT À L'ANNÉE	102 €	153 €	Gratuit
ABONNEMENT AU MOIS	10,20 €	15,30 €	

Informations dans les agences Tisséo suivantes : Aéroport, Arènes, Balma-Gramont, Basso-Cambo, Jean-Jaurès, Marengo SNCF, Borderouge, Occitane.

Toutes les agences Tisséo établissent immédiatement les cartes Pastel.

NOCTAMBUS

Service de bus qui fonctionne les nuits des jeudis aux vendredis de 1h à 4h.

Départ toutes les heures de Marengo-SNCF en direction des campus universitaires (de septembre au 30 juin).

tisseo.fr

• VÉLÔTOULOUSE

2 600 vélos en libre-service, répartis dans 283 stations, service accessible 24H/24.

Le nombre de trajets est illimité quelle que soit la formule d'abonnement. La première demi-heure de chaque trajet est gratuite.

Les abonnements :

- annuel : 20 € seulement pour les détenteurs de cartes Pastel, montoulouse et étudiant MUT, (au lieu de 25 €/an),
- mensuel : 10 €,
- hebdomadaire : 5 €,
- journalier : 1,20 €.

L'abonnement 100% en ligne par carte bancaire, sur velo.toulouse.fr, est immédiat sur l'un des supports Pastel, montoulouse et étudiant MUT.

Si vous ne possédez pas l'une de ces cartes : vous pouvez choisir la carte VélôToulouse classique (délai réception 8 jours). Pour un abonnement immédiat, choisissez la carte VélôToulouse Express (disponible gratuitement à l'accueil de la Mairie de Toulouse : 1, place du Capitole).



SE DÉPLACER

• AUTOPARTAGE

Avec Citiz, louez des voitures partagées, à l'heure, à la journée ou plus : de la citadine au ludospace, en passant un petit utilitaire, accessibles 24h/24 et en libre-service. Avec un seul contrat et une application unique vous avez accès à deux services complémentaires, Citiz et Yea! (avec ou sans réservation). Ouvert aux jeunes conducteurs, l'autopar-

tage Citiz vous permet enfin d'avoir accès au service dans plus de 120 villes partout en France.

Autopartage

Tél. : 05 31 61 63 09

toulouse@citiz.fr

toulouse.citiz.coop

BON À SAVOIR

Aide au permis de conduire pour les apprentis

Pour plus d'informations : laregion.fr/JE-suis-Apprenti-e#deplacer

➤ DÉPLACEMENTS EN RÉGION ET EN FRANCE

• EN TER

FRÉQUENCIO'JEUNES

Vous avez moins de 26 ans et vous prenez le train tous les jours pour aller étudier ? Cet abonnement SNCF vous permet de voyager en illimité sur le trajet de votre choix et à tarif préférentiel sur le réseau TER Occitanie.

EVASIO' 1 €

Des billets à 1 € à saisir pour vos voyages sur le réseau TER Occitanie.

LIBERTIO' JEUNES

Vous avez moins de 26 ans et vous voyagez plusieurs fois par mois ou par an ? La SNCF vous propose une carte annuelle à 15 € donnant droit à 50% de réduction sur le réseau TER Occitanie.

EVASIO' FÛTÉ

Des petits prix garantis de 3 € à 15 € pour voyager sur le réseau TER Occitanie ter.sncf.com/occitanie.

• EN TGV

CARTE AVANTAGE

La SNCF propose une carte unique appelée « carte Avantag » à 49 € avec 4 profils voyageurs fréquents (jeunes, seniors, famille et week-end) toujours nominative et valable 1 an. Oui.sncf

TGV MAX

Vous avez entre 16 et 27 ans, la SNCF vous propose de voyager en illimité grâce à un abonnement mensuel à 79 € valable sur tout le réseau SNCF. oui.sncf

5

TROUVER UN EMPLOI, UN STAGE



ÊTRE
ACCOMPAGNÉ
PAR LA MAIRIE
DE TOULOUSE

ÊTRE
ACCOMPAGNÉ
PAR PÔLE EMPLOI
ET LA CAF

ÊTRE
ACCOMPAGNÉ
PAR UNE
ASSOCIATION

ACCÉDER
À DES OFFRES
D'EMPLOI
ET DE STAGES

TRAVAILLER
ET ÉTUDIER À
L'ÉTRANGER



TROUVER UN EMPLOI, UN STAGE

> ÊTRE ACCOMPAGNÉ PAR LA MAIRIE DE TOULOUSE

• L'APPRENTISSAGE

La Mairie accueille tous les ans 60 jeunes dans le cadre d'un contrat d'apprentissage dans les divers métiers de la collectivité.

Vous pouvez candidater entre janvier et avril à l'adresse suivante : apprentissage@mairie-toulouse.fr

• LES STAGES

Vous êtes à la recherche d'un stage. La Mairie de Toulouse recrute chaque année des stagiaires dans le cadre d'un stage de fin

d'études, d'une reconversion ou de la découverte de métiers.

• LES CONVENTIONS INDUSTRIELLES DE FORMATION POUR LA RECHERCHE (CIFRE)

Vous êtes étudiant doctorant ?
Vous pouvez préparer votre thèse au sein de

la collectivité avec l'appui d'un laboratoire de recherche.

• ACCÈS À LA FONCTION PUBLIQUE

Ce dispositif permet à des jeunes éloignés du marché du travail de travailler pendant un an en alternance, au sein de la collectivité, tout en suivant des cours à l'Institut d'études

politiques (IEP) de Toulouse. L'objectif de ce dispositif est de les préparer aux concours de la fonction publique.

• SERVICE CIVIQUE

Vous êtes à la recherche d'un organisme pour réaliser un service civique ? La Mairie de Toulouse permet à des jeunes de se rendre utile et de réaliser une mission d'intérêt général au sein de la collectivité.

Pour plus d'informations :
[toulouse.fr /recrutement](http://toulouse.fr/recrutement)



TOULOUSE
S'ENGAGE
POUR...

L'EMPLOI

LA MAIRIE DE TOULOUSE RECRUTE

Vous avez plus de 18 ans et êtes en possession du BAFA ou d'un diplôme équivalent ?

› Vous pouvez postuler pour travailler auprès d'enfants de 3 à 6 ans dans les écoles maternelles toulousaines pendant les périodes scolaires.

Vous pouvez envoyer CV et lettre de motivation à :
recrutement.education@mairie-toulouse.fr

› Vous pouvez également postuler pour travailler auprès d'enfants et de jeunes de 3 à 17 ans en tant qu'animateurs pour les vacances scolaires dans les accueils de loisirs, les clubs ados et les séjours vacances.

Vous pouvez envoyer CV et lettre de motivation à :
recru.del@mairie-toulouse.fr

Mairie de Toulouse

Maison municipale des familles
Direction Enfance Loisirs
32-34, boulevard Netwiller 31200 Toulouse

Tél. : 05 61 22 22 01
toulouse.fr/la-mairie/offres-d'emploi



TROUVER UN EMPLOI, UN STAGE

> ÊTRE ACCOMPAGNÉ PAR PÔLE EMPLOI ET LA CAF

• PÔLE EMPLOI

Tél : 39 49

pole-emploi.fr

Agence Toulouse Occitanie

6, place Occitane
31015 Toulouse

Agence Toulouse Jolimont

7, avenue Léon Blum
31000 Toulouse

Agence Toulouse

Saint-Michel

2, avenue de l'URSS
31 000 Toulouse

• LA PRIME D'ACTIVITÉ

Vous êtes étudiant salarié, apprenti ou jeune travailleur ? Vous pouvez peut-être bénéficier de la prime d'activité, un complément de revenu mensuel versé, sous condition de ressources, aux actifs dès 18 ans, qu'ils soient salariés ou travailleurs indépendants.

Vous pouvez faire une simulation et réaliser votre demande en ligne sur le site de la Caf : **caf.fr**

LA MISSION LOCALE DE TOULOUSE



Vous avez entre 16 et 25 ans et vous vous posez des questions sur la recherche d'emploi, de formation, vous ne savez pas comment vous déplacer, vous avez besoin d'être écouté, vous recherchez un logement, vous ne savez pas comment faire face aux démarches administratives. Venez nous rencontrer pour en parler !

La mission locale de Toulouse organise des ateliers pour lutter contre la fracture numérique : s'initier à la maîtrise des outils numériques, apprendre et maîtriser les savoirs de base, accéder à la formation et à l'emploi via le numérique, permettre l'accès aux métiers du numérique.

Pour plus d'informations

mltoulouse.org

Contact :

siege@mltoulouse.org

LES ANTENNES MISSION LOCALE TOULOUSE

BAGATELLE

35, rue du Lot - 31100 Toulouse

Ⓜ A - station Bagatelle

Tél. : 05 61 41 35 28

CENTRE

24, rue Garipuy - 31500 Toulouse

Ⓜ A - station Marengo SNCF

Tél. : 05 62 73 38 73

EMPALOT

1, place Commerciale

31400 Toulouse

Ⓜ B - station Empalot

Tél. : 05 34 31 25 25

QUARTIERS NORD

2, rue Ernest-Renan

31200 Toulouse

Bus 36 - arrêt Louin

Tél. : 05 61 57 59 92

MIRAIL

4, allée André-Maginot

31100 Toulouse

Ⓜ A - station Reynerie

Tél. : 05 61 41 77 33



TROUVER UN EMPLOI, UN STAGE

➤ ÊTRE ACCOMPAGNÉ PAR UNE ASSOCIATION

La Mairie finance des actions menées par des associations sur le territoire toulousain ou des projets liés à l'insertion pro-

fessionnelle à rayonnement métropolitain. Les jeunes peuvent bénéficier d'un certain nombre de programmes recensés ci-après.

• ARTICLE 1

Vous êtes étudiant, post bac ou vous avez entre 16 et 25 ans.

Article 1 vous propose d'améliorer votre confiance en vous et de définir vos ambitions. Il vous accompagne afin de connaître les différentes voies d'accès aux études supérieures et les métiers accessibles. Il vous aide également à préparer vos oraux, à comprendre l'entreprise et ses codes et à construire un réseau.

• MOZAIK RH

Vous êtes diplômé de Bac+2 à Bac+5.

Mozaiik RH est un cabinet de recrutement à but non lucratif.

Il vous propose deux services complémentaires :

- recrutement : en vous positionnant sur des offres de leurs clients (emploi, stage, alternance, service civique)
- accompagnement vers la recherche d'emploi : booster votre démarche de recherche et bénéficier d'un appui personnalisé jusqu'au démarrage d'un travail.

Article 1 - Antenne Midi-Pyrénées

13, boulevard Delacourtie

31400 Toulouse

Tél. : 06 15 53 07 13

occitanie@passeport-avenir.com

Mozaiik RH

27, allée Maurice-Sarraut

31200 Toulouse

mozaikrh.com

➤ Naoual Tiziat

Consultante RH

Tél. : 06 99 83 19 76

naoual.tiziat@mozaikrh.com

➤ Mohamed Benamra

Responsable d'Antenne

Tél. : 06 19 55 37 13

mohamed.benamra@mozaikrh.com



TROUVER UN EMPLOI, UN STAGE

• NOS QUARTIERS ONT DES TALENTS (NQT)

Vous avez moins de 30 ans et possédez un BAC+3 ou plus.

NQT favorise votre insertion professionnelle, avec un « parrain » ou une « marraine » en activité dans une entreprise, analyse votre méthodologie de recherche d'emploi, vous explique les exigences professionnelles et vous aide à développer votre réseau.

Nos quartiers ont des talents

33, rue Jean-Lebas

31400 Toulouse

Tél. : 06 95 03 04 69

o.bourez@nqt.fr

nqt.fr

• TRAJECTOIRE VERS L'EMPLOI : RÉSEAU DE PARRAINAGE

L'association Trajectoire accompagne des chercheurs d'emploi dans leur insertion professionnelle. Salariés expérimentés et anciens salariés d'entreprises interviennent en qualité de parrains, auprès de chercheurs d'emploi de tous âges, niveaux scolaires et secteurs professionnels. Résidents d'un quartier défavorisé, vous êtes prioritaire pour bénéficier du programme.

Trajectoire vers l'emploi

18, rue des Couteliers

31000 Toulouse

Tél. : 05 34 41 15 99

asso.trajectoire@wanadoo.fr

• JOBIRL

jobirl.com est le 1^{er} réseau d'orientation solidaire qui connecte les jeunes et des professionnels de tous métiers. En vous inscrivant, vous pourrez échanger avec la communauté pour mieux connaître les formations et le monde professionnel ! Vous y trouverez aussi une bourse aux stages, des dossiers spéciaux, des interviews et des conseils d'orientation.

JobIRL

31400 Toulouse

Tél. : 05 34 40 61 07

contact@jobirl.com

jobirl.com



TROUVER UN EMPLOI, UN STAGE

• CREPI - AMBASSADEURS DES MÉTIERS

L'action Ambassadeurs des métiers du CREPI met en relation des jeunes demandeurs d'emploi et des professionnels, pour découvrir des métiers et donner envie de s'engager dans la vie professionnelle. Si vous aussi vous voulez vous confronter à

la réalité d'un métier sur le terrain, contactez le CREPI et participez à une session de découverte !

CREPI

Tél. : 05 61 40 45 44
crepi31@wanadoo.fr

• FACE GRAND TOULOUSE

Membre de la Fondation Agir contre l'exclusion, FACE Grand Toulouse, club d'entreprises, met à disposition son réseau d'entreprises pour les demandeurs d'emploi qui connaissent des difficultés à s'insérer dans le monde du travail. Il anime un réseau de parrains et est ani-

mateur du Paqte. Ce dispositif est un pacte entre l'État et les entreprises qui souhaitent œuvrer en faveur des habitants des quartiers prioritaires.

FACE Grand Toulouse

Tél. : 05 34 42 07 22
face.grandtoulouse@fondationface.org

• INTER RELAIS

Inter Relais met à la disposition des publics éloignés de l'emploi, des équipes de soutien de façon ponctuelle, régulière ou en pré-recrutement.

Cette association sert d'intermédiaire entre les demandeurs d'emploi et les entreprises. Ce dispositif s'adresse à tous les publics et les jeunes sont les bienvenus.

Inter Relais

Tél. : 05 61 16 30 40
accueil@inter-relais.asso.fr
inter-relais.asso.fr

BON À SAVOIR

DiversifiezVosTalents.com permet de mettre en relation des profils de jeunes et d'employeurs grâce à un algorithme qui évalue les potentiels des candidats et déjoue les biais inconscients de discrimination dans le recrutement.



TROUVER UN EMPLOI, UN STAGE

• PROGRAMME FABRIK-ART

Vous avez entre 16 et 26 ans. Vous êtes peu ou non diplômé. Vous êtes demandeur d'emploi ou inactif. Le programme FABRIK-ART a été mis en place par l'association Accompagnement développement éducation Nord-Sud (ADEN-S). Il vous permet :

- de découvrir un lieu de créativité et d'innovation à travers un FabLab et un espace de Coworking,
- de découvrir les métiers et filières par la rencontre des personnes qui y travaillent (Économie sociale et solidaire, Artisanat et de la Fabrication numérique),

➤ d'acquérir de nouvelles compétences, notamment techniques (ateliers, chantiers, métiers du secteur du bois, du métal, du design d'objet, de la robotique, du graphisme, du textile...).

Association ADEN-S

Tél. : 06 76 36 85 35
viesociale@adens.org

• REBONDS ! - PARCOURS ACCOMPAGNEMENT SOCIAL SPORT EMPLOI (PASSE)

Vous avez entre 16 et 25 ans et vous n'êtes ni salarié, ni en formation, ni étudiant ? Rejoignez notre accompagnement socio-professionnel vers l'emploi et la formation !

D'une durée maximale de 16 semaines, le but de ce dispositif pluridisciplinaire est de vous aider à concrétiser votre projet professionnel.

Piliers du PASSE, les ateliers sport permettent de développer des soft skills (compétences comportementales) indispensables à votre réussite professionnelle. De plus, des ateliers complémentaires de techniques de recherche d'emploi, de théâtre et de construction de projet viendront booster votre employabilité.

Rebonds !

174, avenue des Minimes
31200 Toulouse
Ouvert du lundi au vendredi

Widdy Benamou
(Conseiller en insertion professionnelle)
Tél. : 06 01 26 27 89

Clément Fiche (Éducateur socio-sportif)
Tél. : 06 52 25 57 94
passe.rebonds@gmail.com
asso-rebonds.com



TROUVER UN EMPLOI, UN STAGE

• ET AUSSI

REFLET 31 - JOB SUR SON 31

Vous avez obtenu un entretien pour le job de vos rêves mais vous n'avez pas les vêtements qu'il vous faut ?

Bénéficiez du soutien de l'association Reflet 31 qui vous propose des tenues vestimentaires adaptées aux situations professionnelles et valorise votre image auprès des recruteurs.

Grâce à des ateliers individuels et collectifs, vous serez enfin prêts pour les entretiens.

Reflet 31

Tél. : 05 61 47 21 78

reflet31@wanadoo.fr

RADIO CARAVANE : (M)ONDES DE CIRQUE

Vous êtes en recherche d'emploi, de stage, de formation ou vous voulez reprendre confiance en votre voix. Vous avez entre 18 et 25 ans et vous êtes intéressé.e par le monde des médias, de la culture, du spectacle vivant. Venez découvrir les coulisses d'un événement circassien en couvrant la programmation d'un festival. Au programme : interviews d'artistes, rencontres avec les techniciens, réalisation d'émissions radio diffusées sur Toulouse et la région... Rejoignez l'aventure

Radio Caravane, menée par les associations Média Commun et Ivasound Studio, à la Grainerie, le temps d'une formation collective humaine et chaleureuse. Radio Caravane, 3 semaines en immersion dans le monde de la radio et du cirque !

Radio Caravane

Tél. : 05 61 24 33 91

radiocaravane.net

TROUVER UN EMPLOI, UN STAGE



> ACCÉDER À DES OFFRES D'EMPLOI ET DE STAGES

• JOBAVIZ - LES ANNONCES DU CROUS

Vous êtes étudiant et vous souhaitez travailler ? Le Crous a mis en place une plateforme qui vous met en relation avec des employeurs proposant des postes. Les emplois étudiants sont variés : garde d'enfants,

emplois saisonniers, soutien scolaire... Retrouvez la présentation du Crous p.41

Jobaviz
jobaviz.fr

• LES OFFRES D'EMPLOIS DU CRIJ

Le Centre régional d'information jeunesse (CRIJ) vous propose une plate-forme d'« annonces jobs » où vous pouvez également retrouver des stages et des services civiques

à temps plein ou temps partiel. Retrouvez une présentation du CRIJ p.13

Crij
crij.org

• UNION CÉPIÈRE ROBERT MONNIER - PLATEFORME EMPLOI ENTREPRISES

Vous êtes en recherche d'emploi et habitez en quartier prioritaire. La plate-forme Emploi entreprises vous accueille et vous accompagne en vous mettant directement et rapidement en relation avec des entreprises qui recrutent.

Antenne 1
33, rue Jean-Lebas
31400 Toulouse (Empalot)
Facebook : Plateforme Emploi Entreprises
Empalot

Antenne 2
14, avenue Winston-Churchill
31110 Toulouse (Reynerie)

Tél. : 05 62 24 03 50
accueilpee@ucrm.fr

• APPLI ANIE

Si vous êtes candidat à l'apprentissage, cette application créée par la région Occitanie vous informe et vous met en contact avec des employeurs.

Appli Anie
anie.laregion.fr



TROUVER UN EMPLOI, UN STAGE

➤ TRAVAILLER ET ÉTUDIER À L'ÉTRANGER

• ÉCHANGE DE JOBS D'ÉTÉ À L'INTERNATIONAL

Vous avez entre 18 et 30 ans. Vous parlez allemand ou espagnol. Vous souhaitez travailler pendant quelques semaines dans un autre pays européen.

Postulez au service de jobs d'été à l'international : chaque année, une demi-douzaine d'emplois saisonniers rémunérés sont proposés aux jeunes Toulousains à Düsseldorf et à Saragosse en juillet-août. Vous êtes pris en charge, sur place dans la ville partenaire, par les services publics pour le logement et les formalités administratives.

C'est l'opportunité d'approfondir votre connaissance d'un pays voisin et la maîtrise de sa langue.

Pour candidater, envoyer :

- un CV
- une lettre de motivation en allemand ou en espagnol au format PDF obligatoirement echange.jobdete@toulouse-metropole.fr

• PROGRAMME ERASMUS +

Ce programme s'adresse à toute personne souhaitant étudier, se former, acquérir une expérience de volontariat à l'étranger.

Programme Erasmus +
info.erasmusplus.fr

• PARCOURS LE MONDE

Facilitatrice de mobilité à l'étranger, l'association Parcours le monde - Sud Ouest sensibilise les jeunes entre 16 et 30 ans sur les différents dispositifs : (volontariat/ bénévolat/job/emploi/stage...).

Elle propose également un accompagnement, pour les jeunes entre 18 et 30 ans, dans la construction de leur projet de mobilité. Il s'agit d'un accompagnement individualisé, avec une préparation au départ, un suivi pendant la mobilité et une valorisation au retour.

Parcours le monde

Tél. : 09 84 19 17 85
contact.sudouest@parcourslemonde.org
[facebook.com/parcours le monde sud ouest/](https://facebook.com/parcours.lemonde.sud.ouest/)

6

ÉTUDIER À TOULOUSE



LES BIBLIOTHÈQUES
ET MÉDIATHÈQUES

ACCUEIL
WELCOME DESK

LES MAISONS
DE L'ORIENTATION



ÉTUDIER À TOULOUSE

> LES BIBLIOTHÈQUES ET MÉDIATHÈQUES

Toulouse propose un large réseau avec :

- La médiathèque José-Cabanis, en plein cœur de la cité.
- La bibliothèque d'Étude et du patrimoine, à deux pas de la place du Capitole.
- Les 19 médiathèques et bibliothèques de Toulouse, réparties dans tous les quartiers.
- Les 2 bibliobus qui sillonnent Toulouse.

Ils sont ouverts à tous, leurs accès est libre et gratuit pour une minute ou pour la journée :

- pour utiliser internet, être accompagné dans vos recherches (Point emploi formation), trouver un livre, une revue, une partition, disposer d'un espace de travail ou participer à un atelier...

- pour flâner, regarder un film, écouter des vinyles, assister à une projection, profiter d'une rencontre, jouer aux jeux vidéo ou d'un instrument de musique dans notre Music Box...

Accès gratuit. Pour les emprunts :

- Gratuit pour les moins de 18 ans
- Tarif réduit pour les 18-27 ans et les détenteurs de la carte Toulouse cultures : 8 €

Se munir d'une pièce d'identité et d'un justificatif de domicile de moins de 3 mois.

bibliotheque.toulouse.fr

• BIBLIOTHÈQUES

Ancely	2, allées du Velay	05 31 22 98 90
Bonnefoy	4, rue du Faubourg-Bonnefoy	05 81 91 79 81
D'Étude et du Patrimoine		05 62 27 66 66
Pavillon de Prêt	1, rue de Périgord	05 61 22 34 32
Duranti	6, rue du Lieutenant-Colonel-Pélissier	05 62 27 42 52
Pinel	7, place Marius-Pinel	05 61 54 28 93
Pont des Demoiselles	63 bis, avenue Saint-Exupéry	05 31 22 95 70
Roseaie	100, avenue Brunaud	05 31 22 95 33
	170, rue de Périole	05 31 22 95 34



ÉTUDIER À TOULOUSE

• MÉDIATHÈQUES

Côte Pavée	125, avenue Jean-Rieux	05 61 54 72 91
Danièle Damin	122, route d'Albi	05 62 15 01 70
Empalot	40, avenue Jean-Moulin	05 36 25 20 80
Fabre	6, rue Saint-Jean	05 81 91 77 01
Grand M	37, avenue de la Reynerie	05 81 91 79 40
Les Izards	1, place Micoulaud	05 31 22 94 70
José-Cabanis	1, allée Jacques-Chaban-Delmas	05 62 27 40 00
Les Minimes	3, place du Marché aux Cochons	05 81 91 78 88
Les Pradettes	3, avenue de la Dépêche	05 61 22 22 16
Rangueil	19, rue Claude-Forbin	05 61 52 31 40
Saint-Cyprien	63, rue Réclusane	05 62 27 63 30
Saint-Exupéry	37, rue du Lot	05 36 25 20 01 05 36 25 20 02
Serveyrolles	10, rue Charles-Garnier	05 31 22 96 50

• ET AUSSI

Bibliobus (bibliothèque nomade)	05 62 27 63 71
---------------------------------	----------------



ÉTUDIER À TOULOUSE

> ACCUEIL WELCOME DESK

L'Accueil Welcome Desk de l'Université fédérale Toulouse Midi-Pyrénées, est un lieu d'accueil unique pour faciliter l'installation et le quotidien des étudiants français et internationaux.

On y trouve :

- > un accueil multilingue et des informations sur le logement, la culture, la santé, le sport, l'entrepreneuriat étudiant, la mobilité, le transport, les initiatives étudiantes...
- > un accès à la cartographie de l'offre de formation des établissements universitaires et grandes écoles de l'académie de Toulouse,
- > un espace de conseils et de services avec :
 - > le rectorat : CIO du Sup - orientation vers les formations d'enseignement supérieur,
 - > la Caf : demande d'aide au logement et de prime d'activité,
 - > la Préfecture : bureau des étudiants étrangers (renouvellement de titres de séjour étudiant, demande de cartes de séjour recherche emploi/création d'entreprises, récépissé de fin d'études/stages),
 - > une antenne du Crous,
 - > un travail en partenariat avec les différents interlocuteurs de la vie étudiante des établissements d'enseignement supérieur, mais aussi : SNCF, organismes de logement, Campus France, Mairie de Toulouse, Toulouse Métropole et conseil régional, CRIJ, AFEV, ESN, Campus FM, associations étudiantes...

Université Fédérale Toulouse Midi-Pyrénées

Accueil Welcom Desk

Allée Matilda

41, allées Jules-Guesde

31000 Toulouse

welcomedesk@univ-toulouse.fr

Horaires d'ouverture : 9h - 17h

Horaires des permanences de nos
partenaires consultables sur :

welcomedesk.univ-toulouse.fr

LE CROUS



Le Crous (Centre régional des œuvres universitaires et scolaires) de Toulouse-Occitanie est au service des étudiants et les accompagne dans leur vie quotidienne.

Les conseillers du Crous renseignent les étudiants par téléphone et les reçoivent individuellement à l'espace Case (Crous accueil services étudiants) pour

LE FINANCEMENT DES ÉTUDES

L'ensemble des aides financières accordées par les ministères de l'Enseignement Supérieur, de la Culture et de l'Agriculture est géré par les Crous. Les bourses sur critères sociaux et les aides spécifiques sont des piliers de l'action du Crous de Toulouse-Occitanie pour 41 000 boursiers.

Le dossier social étudiant (DSE) est destiné à demander une bourse ou un logement. Il doit être complété chaque année entre le 15 janvier et le 15 mai sur **messervices.etudiant.gouv.fr**.

LE LOGEMENT (voir p.16)

LA RESTAURATION

Le Crous propose une offre de restauration variée, équilibrée et économique ! Sur les campus universi-

taires vous trouverez des cafétérias, restaurants (resto U'), des libres-services (Crous & Go), des Crous Trucks ou encore des triporteurs. De quoi vous restaurer avec des prestations allant du repas traditionnel (entrée + plat + dessert) à 3,25 €, à la restauration rapide (salades, sandwiches, burgers, pâtisseries maison...).

LA VIE CULTURELLE

PROJETS CULTURELS

Le Crous s'associe à vos projets de plusieurs manières : aides financières et logistiques, concours, mise à disposition d'espaces spécialisés. Il propose aussi des activités et des animations à la Maison d'activités culturelles (Mac) Chapou et sur les lieux de la vie étudiante : spectacles, expositions, ateliers.

Du lundi au vendredi, de 9h à 16h

Crous de Toulouse-Occitanie

Espace Case

58, rue du Taur - 31070 Toulouse Cedex 7

Tél : 0 806 800 131

(prix d'un appel local), de 9h à 17h

crous-toulouse.fr • Suivez-nous sur les
réseaux sociaux @croustoulouse !



ÉTUDIER À TOULOUSE

> LES MAISONS DE L'ORIENTATION

Pour étudier, trouver un emploi, un stage, une formation ou définir un projet d'orientation professionnelle, rendez-vous aux maisons de l'orientation.

Contact

[maisondelorientation.occitanie@laregion.fr](mailto:maisondelorientation occitanie@laregion.fr)

Laregion.fr/Les-Maisons-de-l-Orientation

Tél : 08 00 00 70 70 (gratuit)

7

PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ





PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ

> LA PRÉVENTION

• LES CENTRES DE VACCINATIONS

LE CENTRE DE VACCINATIONS DE LA MAIRIE DE TOULOUSE



Les vaccinations obligatoires et recommandées en France, gratuites et sans rendez-vous

Les vaccinations inscrites au calendrier vaccinal français peuvent être réalisées au centre de vaccinations (se munir de sa carte vitale et de son carnet de santé s'il y a lieu).

- Diphtérie, tétanos, poliomyélite, coqueluche
- Hépatite B
- Méningite C
- Rougeole, oreillons, rubéole
- Grippe (facultatif)

Pour les étudiants et selon la filière, certains vaccins peuvent être obligatoires. Il en va de même pour certains métiers. Pour tout

renseignement, vous pouvez vous adresser au Centre de vaccinations de la mairie.

Les vaccinations internationales, payantes et sur rendez-vous

- Fièvre Jaune
- Méningite à méningocoque
- Hépatites
- Fièvre typhoïde
- Rage
- Encéphalite japonaise

Certaines destinations nécessitent des vaccinations particulières. Il s'agit non seulement de se protéger mais également de protéger la population du pays visité qui n'est pas encore vaccinée.

Jours de vaccination

LUNDI	MERCREDI	VENDREDI
13h30 – 16h	9h – 11h30 / 13h30 – 16h	12h – 16h

BON À SAVOIR

Le centre de vaccinations propose la création du carnet de vaccinations électronique.



PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ

CENTRE DÉPARTEMENTAL DE VACCINATION (CDV)

Ce centre vous propose des vaccinations conformément au calendrier vaccinal en vigueur (sauf vaccinations des voyageurs).

Centre départemental de vaccination

Hôpital Joseph-Ducuing
 15, rue de Varsovie 31027 Toulouse
 ☎ A (Saint-Cyprien)
 Tél. : 05 61 77 50 30
 cdv31@hjd.asso.fr

Jours de de vaccination

SANS RENDEZ-VOUS	SUR RENDEZ-VOUS	
Mercredi	Mardi, Vendredi	Lundi, Jeudi
9h – 16h	9h - 17h	9h - 18h

• LA SANTÉ DES ETUDIANTS

SERVICE INTERUNIVERSITAIRE DE MÉDECINE PRÉVENTIVE ET PROMOTION DE LA SANTÉ (SIMPPS)

Le SIMPPS est l'interlocuteur santé de tous les étudiants (en toute confidentialité et sans avance de frais). Sur rendez-vous, ils peuvent bénéficier d'un examen de santé, d'un accueil infirmier, de consultations avec des médecins généralistes et spécialistes (médico-psychologie, nutritionniste, tabacologue), d'un service social, de vaccinations et d'aménagements d'études au titre du handicap. Le centre organise également des actions de prévention et de promotion de la santé autour de la sexualité, la nutrition, l'activité physique, le stress et les addictions.

Université Toulouse – Capitole

2, rue du doyen Gabriel-Marty
 31 000 Toulouse
 Tél.: 05 61 63 37 25

Université Toulouse - Jean Jaurès

5, allées Antonio-Machado
 31 100 Toulouse
 Tél.: 05 61 50 41 41
 Accueil infirmier : 05 61 50 38 61

Université Toulouse III - Paul Sabatier

133, route de Narbonne
 31 062 Toulouse
 Tél.: 05 61 55 73 67
 Accueil infirmier : 05 61 55 73 59



PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ

• LA SANTÉ SEXUELLE

PLANNING FAMILIAL

L'association vous écoute, informe et oriente sur différentes thématiques liées aux sexualités, aux relations affectives, aux violences, aux discriminations et aux droits de chacun.

Préservatifs et tests de grossesse à disposition. Anonyme et gratuit pour tous et toutes.

Planning familial

23, rue Moiroud
31500 Toulouse
Tél : 05 61 25 54 17
contact@planningfamilial31.fr

Horaires des permanences (sans rendez-vous) physiques et téléphoniques

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
13h30 – 17h30	13h30 – 17h	13h30 – 18h	13h30 – 17h

• CENTRE DÉPARTEMENTAL DE PLANIFICATION ET D'ÉDUCATION FAMILIALE (CDPEF)

Lieu d'accueil, d'information et de consultations, le CDPEF de la Haute-Garonne est ouvert aux adultes et adolescents sans autorisation parentale. Des médecins et des sages-femmes assurent, sous couvert du secret médical, des consultations de conseil conjugal et familial, sur la contraception, des entretiens, pré et post IVG, la réalisation des IVG médicamenteuses, le dépistage et la prévention des violences faites aux femmes. Des séances d'éducation à la sexualité sont aussi assurées dans les collèges, les établissements accueillant des personnes handicapées, les foyers d'hébergements pour femmes seules ou avec enfants et les foyers jeunes travailleurs.

Le CDPEF est accessible dans ses 28 antennes de proximité.

Centre départemental de planification et d'éducation familiale

3, rue du Pont-Vieux
31300 Toulouse
Tél : 05 62 13 23 77
haute-garonne.fr

Accueil sans rendez-vous.
Consultations sur rendez-vous.

LUNDI AU VENDREDI
8h30 – 12h / 13h30 - 17h



PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ

• CENTRE GRATUIT D'INFORMATION DE DÉPISTAGE ET DE DIAGNOSTIC (CEGIDD)

Ce centre, situé à la Cité de la santé, propose des tests de dépistage, des entretiens confidentiels avec un médecin et informe sur les infections ou maladies sexuellement transmissibles (MST).

Cité de la Santé

Centre gratuit d'information de dépistage et de diagnostic

Hôpital La Grave
Place Lange
31059 Toulouse
Ⓜ A > station Saint-Cyprien
Tél : 05 61 77 78 88

SANS RENDEZ-VOUS		SUR RENDEZ-VOUS	
Lundi au jeudi	Vendredi	Lundi au jeudi	
9h – 16h	9h – 15h	9h – 17h20	Nocturne 18h - 21h

Résultats d'examens sans rendez-vous, lundi à vendredi 9h à 17h30.

• AIDES

Cette association propose des permanences sur la santé sexuelle ainsi qu'un dépistage rapide et gratuit du sida et de l'hépatite C (VHC). Les entretiens sur la santé sexuelle ou sur la vie avec le VIH et les hépatites se font en toute confidentialité et sans jugement. En plus, AIDES distribue gratuitement des auto-tests pour le VIH.

AIDES

16, avenue Étienne-Billières
31300 Toulouse
Ⓜ A > station Saint-Cyprien
Tél : 05 34 31 36 60

aides.org

facebook.com/aidesMidi-Pyrénées

Pour le dépistage du VIH et VHC

AIDES est également présent dans différents établissements (Espace social du Grand-Ramier, Mission locale, établissements commerciaux gays et LGBT...) et place Belfort, le mardi de 14h à 17h (sauf le 1^{er} mardi du mois).

AVEC ET SANS RENDEZ-VOUS	
Tous les lundis de 18h30 à 21h	Tous les jeudis de 18h à 20h30



PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ

• ACT UP SUD-OUEST

Cette association, issue de la communauté LGBTQI, défend toutes les populations touchées par le VIH/Sida et les hépatites. Act Up Sud-Ouest a donc plusieurs missions : combattre les exclusions, accompagner et sensibiliser les malades. Elle assure une permanence sociale pour faciliter l'accès aux droits sociaux et de santé, l'écoute, et l'information thérapeutique...

Permanences à l'Espace des diversités et de la laïcité

38, rue d'Aubuisson
Tél : 05 61 14 18 56
06 47 00 74 17
social.actup@gmail.com
actupsudouest.org

SANS RENDEZ-VOUS	
Mardi	Mercredi
14h – 17h	10h – 12h / 14h – 16h

• LES CENTRES DE SOINS, D'ACCOMPAGNEMENT ET DE PRÉVENTION EN ADDICTOLOGIE (CSAPA)

Toute personne en difficulté à cause de drogues, illicites ou licites, peut être accueillie gratuitement et de façon anonyme dans un CSAPA. Elle peut même parfois y être hébergée.

Ces centres proposent :

- de l'information,
- une évaluation médicale, psychologique et sociale,
- une orientation,
- une prise en charge médicale, psychologique, sociale et éducative (diagnostic, sevrage, prescription et suivi de traitements psychothérapeutiques et médicamenteux, accès aux droits sociaux, aide à l'insertion ou à la réinsertion).



PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ

LES CSAPA DE TOULOUSE

ÉTABLISSEMENT GESTIONNAIRE DU CSAPA

Association nationale de prévention en alcoologie et addictologie (ANPAA)	27, rue de Bayard	05 61 62 14 26
ANPAA Rangueil Hôpital Rangueil Service de gastro-entérologie nutrition	1, avenue du Professeur Jean-Poulhès Bâtiment H2, rez-de-chaussée	05 61 62 14 26
Centre Maurice Dide - Hôpital La Grave	Place Lange	05 61 77 80 82
Association régionale Clémence Isaure	42, rue des Champs-Élysées	05 61 61 65 50
Association régionale de prévention et d'aide face aux dépendances et aux exclusions (ARPADE)	3 bis, rue Berthelot	05 61 61 80 80
Addictions accueil thérapeutique (AAT)	35, route de Blagnac	05 34 40 01 40

• LES CONSULTATIONS JEUNES CONSOMMATEURS (CJC)

Toute personne, majeure ou mineure, qui consomme des substances psychoactives ainsi que les membres de son entourage (parents, professionnels...) peuvent contacter un centre de CJC. Ces centres proposent un accompagnement, de l'information, du conseil et une aide pour arrêter de consommer.

Contacts du centre de CJC

Addictions - Accueil – Thérapeutique (AAT)

35, route de Blagnac
Tél : 05 34 40 01 40

Hôpital Joseph-Ducuing

Pôle addictologie

15, rue de Varsovie
Tél : 05 61 77 34 48



FÊTONS
PLUS
RISQUONS
MOINS

TOULOUSE
S'ENGAGE
POUR...

LA SANTÉ

FÊTONS PLUS, RISQUONS MOINS

Ce dispositif de prévention et de réduction des risques, propose dans les lieux publics et festifs un espace convivial pour échanger et trouver de l'information et du matériel concernant les risques liés à la consommation de substances psychoactives (alcool, tabac, cannabis et autres produits), les risques auditifs et sexuels.

Tout au long de l'année, un vélo triporteur déambule dans la ville et est aussi présent dans les grandes manifestations festives.

Un camion dédié est également installé place Saint-Pierre et rue Gabriel-Péri, de 21h à 2h30 le jeudi, vendredi et le samedi de mai à octobre.

PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ



• LES POINTS ACCUEIL ÉCOUTE JEUNES (PAEJ)

Ces lieux d'accueil, d'écoute et d'échanges confidentiels sont ouverts à tous les jeunes. Une de leurs missions est la prévention des conduites à risques.

L'ASSOCIATION RÉGIONALE DE PRÉVENTION
ET D'AIDE FACE AUX DÉPENDANCES ET AUX EXCLUSIONS (ARPADE)

ARPADE

39 bis, rue de Cugnaux
31300 Toulouse
Tél. : 05 61 42 91 91

POUR LA RECHERCHE ET L'INFORMATION SOCIALE ET MÉDICALE (PRISM)

L'association PRISM a pour objectif de promouvoir l'action et la recherche dans le domaine social et de la prévention santé. Elle assure des permanences psychologiques et médicales pour les jeunes de 15 à 25 ans au sein des antennes de la Mission locale de Toulouse, ainsi que dans ses locaux. L'objectif est d'offrir aux jeunes en souffrance

psychosociale ou présentant des fragilités de santé un espace d'écoute et de soutien, afin de favoriser leur insertion sociale et professionnelle.

PRISM

16, boulevard de la Marquette
31000 Toulouse
Tél. : 05 61 55 41 70

• AUTRES DISPOSITIFS

AVENIR SANTÉ

L'association s'engage pour la santé des jeunes de 12 à 25 ans, par des actions de terrain, en prévention et réduction des risques. Elle agit sur quatre thèmes principaux qui sont :

- les addictions,
- les risques auditifs,
- les accidents de la circulation,
- la sexualité.

Avenir santé

Résidence Clément-Ader

118, route de Narbonne
31077 Toulouse
Tél. : 09 86 41 33 96
midi@avenir-sante .com



PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ

LA MAISON DES ADOLESCENTS

La Maison départementale des adolescents a pour mission d'informer, de conseiller, d'accompagner et d'orienter les adolescents en difficulté, de 11 à 21 ans, ainsi que leurs familles et les professionnels qui travaillent à leur contact.

Des ateliers et des rencontres collectives thématiques sont organisés. L'accueil est individuel ou familial, gratuit et sans rendez-vous la première fois. L'anonymat peut être demandé.

Accueil du lundi au vendredi de 13h à 18h, et un samedi par mois de 9h à 13h (uniquement sur rendez-vous).

Accueil téléphonique du lundi au vendredi de 9h30 à 12h15 et de 13h à 18h.

haute-garonne.fr

La Maison des adolescents

16, rue Riquet

31000 Toulouse

🚌 B > station François-Verdier

🚌 16, 22 arrêt place Dupuy /
27 arrêt port Saint-Étienne

Tél. : 05 34 46 37 64

PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ



> LES SOINS

• HÔPITAUX PUBLICS

Centre hospitalier universitaire de Toulouse

Tél. : 05 61 77 22 30

Toutes les informations
sur chu-toulouse.fr

Hôpital Joseph-Ducuing

15, rue Varsovie

31300 Toulouse

Tél. : 05 61 77 34 00

• CONSULTATIONS MÉDICALES

DISPOSITIF PERMANENCE D'ACCÈS AUX SOINS DE SANTÉ (PASS)

Si vous avez un problème de santé et si vous n'avez pas de couverture sociale, vous pouvez consulter la permanence d'accès aux soins de santé. Lieu d'accueil, d'écoute, d'orientation et d'accompagnement médico-social (consultations de médecine générale, soins dentaires, soins infirmiers et avance de médicaments).

Sans rendez-vous.

Cité de la santé - Consultations PASS

Hôpital La Grave

Place Lange

31059 Toulouse

Du lundi au vendredi de 9h à 16h

Tél. : 05 61 77 79 42

Hôpital Joseph-Ducuing

15, rue de Varsovie

Du lundi au vendredi de 9h à 17h

Tél. : 05 61 77 34 00

• SERVICES DE GARDE

SOS MÉDECINS 31

24h/24

Tél. : 05 61 33 00 00

MAISON MÉDICALE DE GARDE DE LA FAOURETTE

Lundi au vendredi > 20h – Minuit

Samedi > 14h - Minuit

Dimanche et jours fériés >

9h - 13h30 / 15h - Minuit

Médecine générale adultes/enfants

142, avenue Henri-Desbals

31100 Toulouse

Tél. : 05 34 46 54 76



PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ

MAISON MÉDICALE DE GARDE - CITÉ DE LA SANTÉ

Lundi au vendredi > 20h – Minuit
Samedi > 14h - Minuit
Dimanche et jours fériés >
9h - 13h30 / 15h - Minuit

Cité de la santé

Médecine générale adultes/enfants

Place Lange
31059 Toulouse
Tél. : 05 61 59 22 12

PHARMACIE DE NUIT

70-76, allées Jean-Jaurès
(entrée par la rue Arnaud-Vidal)
31000 Toulouse
Ouvert : de 20h à 8h
Tél. : 05 61 62 38 05

PHARMACIE DE GARDE

3237 (0,34€/min)
www.3237.fr

8

ÊTRE CITOYEN





ÊTRE CITOYEN

> S'ENGAGER

• LE CONSEIL DES JEUNES TOULOUSAINS (CDJT) ❄️

Le Conseil des jeunes Toulousains (CDJT) réunit 60 volontaires, de 15 à 25 ans, lycéens, apprentis, salariés, étudiants et en recherche d'emploi. Il se réunit deux fois par mois, de septembre à juin afin d'échanger autour d'un sujet en lien avec les compétences municipales.

Vous avez envie de participer au CDTJ? Alors rejoignez-nous.

Conseil des jeunes Toulousains

Mission Jeunesse et Vie Etudiante

Tél. : 05 36 25 27 68

cdj@mairie-toulouse.fr

• LE CONSEIL TOULOUSAIN DE LA VIE ÉTUDIANTE (CTVE) ❄️

Le Conseil toulousain de la vie étudiante (CTVE) est composé de 60 étudiants volontaires, de tous domaines et niveaux d'études. Durant un mandat, d'octobre à juin, ils travaillent collectivement, deux fois par mois, sur une thématique en lien avec les problématiques des milieux étudiants.

Pour le mandat 2018-2019, les membres du CTVE ont travaillé à l'amélioration de la gestion des déchets dans les campus universitaires. Un de ces projets a été lauréat du concours écocampus 2019 organisé par l'Université fédérale Toulouse Midi-Pyrénées.

Vous êtes étudiant et vous souhaitez agir pour votre ville et les campus toulousains? N'hésitez pas à nous rejoindre.

Conseil toulousain de la vie étudiante

Mission Jeunesse et Vie Étudiante

Tél. : 05 36 25 27 68

ctve@mairie-toulouse.fr



ÊTRE CITOYEN

• LA MAISON DES ASSOCIATIONS ❄️

La Maison des associations est un espace dédié au développement des actions associatives. Elle accueille sur deux étages et 1 100m², près de 250 associations du domaine social, de la santé, du handicap, de la culture, du sport, de l'éducation et de l'insertion.

C'est :

- un lieu mutualisé : espaces de travail équipés et moyens techniques, domiciliation postale, accueil et assistance dédiés aux demandes de subventions,
- un point relais de l'information associative : via les réseaux de communication de la Maison des associations et de la mairie de Toulouse, lors de forums et rencontres associatives,
- un lieu de rencontres et d'interactions entre associations, partenaires et citoyens : accueil des manifestations associatives, présentation des projets culturels et artistiques sous forme d'expositions, organisation d'événements collaboratifs.

Toutes les démarches en ligne sur **montoulouse.fr/associations**

Maison des associations

3, place Guy-Hersant

BP 74184 - 31031 Toulouse Cedex 4

🚌 N°11 / 34 / 115 (arrêt Saint-Agne)

🅓 B station Empalot > Saint-Agne
Parking gratuit (accès impasse de la Charbonnière)

Véloutoulouse (station 38)

avenue Jean Moulin / rue Saint-Roch)

Horaires

Du lundi au samedi de 8h30 à 23h30

Tél. : 05 36 25 28 30

maison.associations@mairie-toulouse.fr

toulouse.fr/web/vie-associative/maison-des-associations

facebook.com/AssociationsToulouse

• SERVICE CIVIQUE

Les jeunes de 16 à 25 ans (jusqu'à 30 ans pour les personnes en situation de handicap) peuvent participer à un engagement volontaire au service de l'intérêt général. Le service civique peut être effectué en France ou à l'étranger et est indemnisé.

service-civique.gouv.fr

Vous pouvez également contacter :

La Mairie de Toulouse

toulouse.fr/recrutement

Voir p.27

Unis-Cité

Tél. : 05 61 13 97 75

hautegearonne@uniscite.fr

uniscite.fr

AFEV

12, cheminement Le Tintoret

31100 Toulouse

Tél. : 05 81 97 19 99

pole.toulouse@afev.org

rejoins.afev.org



ÊTRE CITOYEN

• CORPS EUROPÉEN DE SOLIDARITÉ (CES)

Service mis en place par la commission européenne dans le cadre du programme jeunesse Erasmus+. L'objectif est de permettre aux jeunes de 18 à 30 ans de s'engager, de

vivre une expérience citoyenne dans un autre pays sur des thématiques telles que la culture, l'art, le social...

corpseuropeendesolidarite.fr

➤ LES DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

Mairie de Toulouse

1, place du Capitole
31000 Toulouse

Standard tous services

Du lundi au vendredi de 8h à 18h

Tél: 05 61 22 29 22

Accueil et renseignements au Capitole

Du lundi au vendredi de 8h30 à 18h:

Tél: 05 61 22 21 43

• LES MAIRIES DE QUARTIER

Les mairies de quartier vous sont utiles pour:

- les démarches de recensement et d'obtention de la carte électorale,
- les démarches pour la carte d'identité et le passeport biométrique (possibles uniquement dans certaines mairies de quartier et sur rendez-vous),
- l'accès aux permanences d'élus,
- l'accès aux permanences d'acteurs extérieurs (conciliateurs, médiateurs de la République, Caisse primaire d'assurance maladie, avocats, association Aide à l'emploi) dans les mairies hébergées par des Maisons de la citoyenneté,
- la mise à disposition pour consultation des dossiers de concertation ou d'enquêtes publiques,
- la mise à disposition de salles de quartiers (auprès de certaines mairies annexes).



ÊTRE CITOYEN

MAIRIES DE QUARTIER ÉQUIPÉES DU DISPOSITIF

POUR LES CARTES D'IDENTITÉ ET LES PASSEPORTS BIOMÉTRIQUES

Mériel - Maison de la citoyenneté Centre	5, rue Paul-Mériel	(M) A > station Capitole (M) B > station Jean-Jaurès	05 81 91 79 52
Saint-Cyprien - Maison de la citoyenneté Rive Gauche	20, place Jean-Diebold	(M) A > station Saint-Cyprien	05 61 22 22 36
Desbals	128, rue Henri-Desbals	(M) A > station Bagatelle	05 36 25 25 94
Minimes - Maison de la citoyenneté Nord	4, place du Marché aux Cochons	(M) B > station Minimes Claude Nougaro	05 31 22 97 05
Borderouge	61, avenue Bourghès-Maunoury	(M) B > station Borderouge	05 31 22 98 92
Croix-Daurade	147, route d'Albi	(BUS) 19 > arrêt Colombel Rémy	05 36 25 28 05
Lalande	3, place Paul Riché	(BUS) 60 et 69 > arrêt Riché	05 61 13 80 47
Roseiraie - Maison de la citoyenneté Est	8 bis, avenue du Parc	(M) A > station Roseiraie (BUS) 36 et 19 > arrêt Roseiraie	05 31 22 93 10
Bonnefoy	4, avenue du Faubourg Bonnefoy	(BUS) 39 et L9 > arrêt Arago	05 61 22 22 32
Niel - Maison de la citoyenneté Sud Est	81, rue Saint Roch	(M) B > station Saint-Agne – SNCF	05 67 73 87 67
Ormeau	345, avenue Jean-Rieux	(BUS) L8 > arrêt Garin (BUS) L7 > arrêt Ormeau	05 61 20 76 47



ÊTRE CITOYEN

Pont des Demoiselles	63 bis, avenue Saint-Exupéry	🚌 L7 > arrêt Dufour	05 31 22 95 61
Sauzelong	97, avenue Albert-Bedouce	🚇 B > station Sauzelong	05 31 22 98 80
Reynerie	5, rue de Kiev (au sein de l'Espace du Lac)	🚇 A > station Reynerie	05 36 25 29 79
Lardenne	2, place Sauvegrain	🚌 65 > arrêt Lardenne	05 61 49 67 29
Saint-Simon	1, place de l'Église	🚌 57 > arrêt église de Saint-Simon	05 31 22 96 44

MAIRIES DE QUARTIER NON ÉQUIPÉES DU DISPOSITIF POUR LES CARTES D'IDENTITÉ ET LES PASSEPORTS BIOMÉTRIQUES

La Cartoucherie	181, avenue de Grande-Bretagne	🚗 T1 / T2 > arrêt Casselardit	05 31 22 98 32
Saint-Martin-du-Touch	2, rue Sentenac	🚌 64 > arrêt Sentenac	05 61 49 27 09

ÊTRE CITOYEN



LE MAIRIEBUS

Le Mairiebus vient compléter l'offre des mairies de quartier. Connecté à la 4G, il met également à votre disposition des informations municipales.

Croix de Pierre	Mardi de 13h30 à 16h30	Rue de la Digue
Sept-Deniers	Mercredi de 9 h à 12 h	105, route de Blagnac – Parvis Job
Trois Cocus	Mercredi de 13h30 à 16h30	Place Micoulaud
Cité de l'Hers	Lundi de 9 h à 12 h	Rue de Carcassonne
Pouvourville	Jeudi de 13h30 à 16h30	3, chemin des Clotasses
Ancely	Jeudi de 9 h à 12 h	5-7, allée du Vivarais
Pradettes	Mardi de 9 h à 12 h	Place des Pradettes
Lafourguette	Lundi de 13h30 à 16h30	1, place des Glières

Ces horaires sont applicables hors vacances scolaires.

• CARTE ÉLECTORALE

Tous les jeunes Français, à partir de 18 ans, peuvent s'inscrire sur les listes électorales et voter. La procédure peut se faire sur internet, dans une mairie de quartier, dans une Maison de la citoyenneté ou à la Mairie de Toulouse.

Sur Internet

Rendez-vous sur **service-public.fr** : numériser les pièces justificatives (justificatif de domicile et justificatif d'identité) et compléter les formulaires pré-remplis en ligne.

À la mairie

Site Capitole: se présenter personnellement à l'accueil des formalités administratives, Cour Henri IV, rez-de-chaussée, porte 12.

Du lundi au jeudi de 8h30 à 17h et le vendredi de 8h30 à 16h45

Tél. : 05 22 31 90 00

En mairie de quartier

Se présenter à l'accueil personnellement ou en donnant un pouvoir écrit à un mandataire (adresses sur **toulouse.fr**)

Par correspondance

Renvoyer le formulaire CERFA (téléchargeable sur **service-public.fr**) complété et une copie des justificatifs au service Élections et police administrative. elections@mairie-toulouse.fr



ÊTRE CITOYEN

• RECENSEMENT

Le recensement est obligatoire pour tous les jeunes, entre le 16^e anniversaire et les 3 mois qui suivent. Pour se faire recenser, il y a 2 possibilités :

Sur Internet

Créer un compte sur le site mon.service-public.fr

Se présenter à la mairie du domicile (mairie de quartier ou sur le site du Capitole) :

À l'accueil des Formalités administratives sur le site Capitole ou dans les mairies de quartiers muni d'une déclaration mentionnant :

- son état civil (nom, prénom, date et lieu de naissance),
- son domicile de résidence,
- sa situation familiale/ scolaire/ universitaire/ professionnelle.

La mairie délivre ensuite une attestation de recensement, qui est un document obligatoire pour s'inscrire à tout concours ou examen soumis au contrôle de l'autorité publique (BEP, BAC, CAP, permis de conduire...) et qui permet également l'inscription d'office sur les listes électorales, si les conditions légales sont remplies.

• SERVICE D'ÉTAT CIVIL

Ce service vous permet de faire les différentes démarches concernant les actes d'État civil (actes de naissance, de mariage, de décès).

Service d'État civil

6, rue du Lieutenant Colonel-Pélissier
31000 Toulouse
Tél. : 05 61 22 30 26
toulouse.fr

Horaires

Du lundi au jeudi > 8h30 - 17h
Vendredi > 8h30 - 16h45
Samedi (uniquement pour les déclarations de naissances et de décès) > 8h30 - 16h45

• ALLÔ TOULOUSE

Nuisances, conflits de voisinage, enlèvements de graffitis, réfections de voirie ou encombrants ? Pour une réponse rapide, composez le 05 61 22 22 22, numéro d'Allô

Toulouse à votre service 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7.
L'application sur mobile Allô Toulouse
toulouse.fr

9

FAIRE DU SPORT



LES ACTIVITÉS
SPORTIVES ENCADRÉES
LES CITY STADE
ET LES PLATEAUX SPORTIFS

LES SKATE-PARK
LES PISCINES
ET LES PATINOIRES
LES PARCOURS FORME

LES BASES DE LOISIRS
LES TERRAINS DE TENNIS
LES ACTIVITÉS DE
PRATIQUE AMATEUR



FAIRE DU SPORT

> LES ACTIVITÉS SPORTIVES ENCADRÉES

• COMMENT FAIRE DU SPORT À TOULOUSE ?

La Mairie offre un grand panel d'activités sportives individuelles ou collectives pour tous les publics.

LE + DE TOULOUSE

Vous avez entre 7 et 17 ans. Vous résidez dans un quartier prioritaire de la ville. Vous pouvez participer gratuitement à de nombreuses activités sportives via le dispositif Sports & Quartiers.

Tarif

- normal, Toulousains : 6 € la séance
- réduit, moins de 25 ans, Toulousains : 4,50 € la séance
- demi-tarif, individus en situation de handicap, Toulousains : 3 €, la séance
- tarif unique, (non Toulousains) : 9 €, la séance

Horaires

Accueil : 05 61 22 22 00

> Point accueil inscriptions :
05 61 22 32 64

> Service réservations manifestations :
05 61 22 32 60

toulouse.fr

> LES CITY STADE ET LES PLATEAUX SPORTIFS

Ces terrains en accès libre vous proposent de pratiquer une activité sportive.

- Les City stade présentent un revêtement synthétique et sont grillagés.
- Les plateaux sportifs ont un revêtement goudronné et ne sont pas grillagés.



FAIRE DU SPORT

TERRAIN	ADRESSE	CITY STADE	PLATEAU SPORTIF	DISCIPLINES SPORTIVES
SECTEUR 1 - TOULOUSE CENTRE				
Bazacle	Impasse du Ramier-des-Catalans		✓	Tour de basket
Embarthe	Rue des Quêteurs	✓		Football, basket, tennis de table
Port Garaud	Rue du Moulin-du-château		✓	Boulodrome et panneaux de basket
Saint Aubin	Place Saint-Aubin		✓	Panneau de basket
SECTEUR 2 - TOULOUSE RIVE GAUCHE				
Bagatelle	Impasse du Bachaga-Boualam	✓		Tennis, football, volley et plateau basket
Bagatelle Gironde (Grand)	Rue de la Gironde	✓		Handball, football (un grand stade composé de 4 mini-foot brésiliens)
Bagatelle Gironde (Petit)	Rue de la Gironde	✓		Football /handball
Baudin	Place Baudin		✓	Basket extérieur
Cépière	Impasse Cerdan	✓		Football, basket
Cépière	Rue Charles-Mouly		✓	Basket, handball
Cristal	Impasse des Arènes	✓		Football, basket
Jardin de l'hippodrome	Impasse de l'hippodrome		✓	Un panneau de basket
La Faourette	18, rue Paul-Lambert		✓	Extérieur avec basket, handball, saut, piste 310 m
Mathieu	Place André-Mathieu	✓		Handball, football
Les Merlettes	64, allée de Guyenne	✓		Handball, football, volley



FAIRE DU SPORT

	ADRESSE	CITY STADE	PLATEAU SPORTIF	DISCIPLINES SPORTIVES
SECTEUR 2 - TOULOUSE RIVE GAUCHE (SUITE)				
Patte d'Oie	Rue de Cugnaux	✓		Handball, football, volley, basket
Pouvillon	Impasse Pouvillon		✓	Basket extérieur et terrain football à 7 + 4 foot à 7 avec fronton, terrain herbe
Prairie des Filtres	Rue Laganne		✓	Basket
Ukraine	Rue de l'Ukraine	✓		Football, volley, foot à 5, terrain herbe
Vergers	Impasse des Vergers	✓		Basket, handball
SECTEUR 3 - TOULOUSE NORD				
Bayard	150, rue de Launaguet		✓	Basket, volley
Borderouge	Rue Ebelot		✓	Extérieur avec mini basket, handball
Borderouge	Rue Hubert-Monloup		✓	Extérieur avec basket et handball
Bourbaki	Rue Hoche	✓		Basket, handball, tennis de table, volley
Lalande	Impasse du Séminaire			Tennis et terrain football pelouse à 7
Lalande	44, chemin du Séminaire		✓	Basket/ handball/ Volley/ Football
Lalande cimetière	Esplanade Pierre-Cornac		✓	Terrain de basket
Launaguet	Route de Launaguet	✓		Football/ handball /basket
Maunoury	Rue Bourguès-Maunoury	✓		Mini Basket, handball



FAIRE DU SPORT

	ADRESSE	CITY STADE	PLATEAU SPORTIF	DISCIPLINES SPORTIVES
SECTEUR 3 - TOULOUSE NORD (SUITE)				
Négrenays	Rue de Tunis		✓	Extérieur avec basket, handball, volley
Ohnet Georges	Rue Georges-Ohnet		✓	Handball
Pierre et Marie Curie	Rue de la Jeunesse		✓	Handball
Pont Jumeaux	Rue des Sports		✓	Skate-park, terrains de football, basket et handball
Renan 1	Impasse Vitry	✓		City stade avec basket, handball, tennis de table
Renan 2	Rue Renan			Bi-cross, skate-park
Roland Garros	Impasse Roland-Garros		✓	Extérieur avec basket, handball, tennis de table
Sesquières (2 city)	Allée des Foulques	✓		Football, handball, basket
Toulouse Lautrec	Impasse Barthe		✓	Handball, basket
SECTEUR 4 - TOULOUSE EST				
Acacia (réhabilitation 2019)	20, rue de l'Obélisque	✓		Extérieur avec mini basket et handball
Amoureux	Impasse W et C Booth	✓		Football, handball, basket
CEAT	8, rue d'Oran		✓	Basket, handball
Chateau de l'Hers	13, chemin de Limayrac		✓	Basket, handball
Complexe de l'Hers	6 bis, rue Claudius-Rougenet		✓	Extérieur avec mini Basket, handball



FAIRE DU SPORT

	ADRESSE	CITY STADE	PLATEAU SPORTIF	DISCIPLINES SPORTIVES
SECTEUR 4 - TOULOUSE EST (SUITE)				
Gloire	Rue Soupetard		✓	Plateau multisports extérieur avec basket
Grande Plaine	10, avenue Jean-Gonord			Bi-cross et skate parc
Képler	Rue Jean-Montariol	✓		Basket, handball
La Terrasse	Impasse Schrader		✓	Terrain avec football à 7 avec mini Basket, skate
Les hauts de Bonnefoy	Rue Giuseppe-Garibaldi			Terrain avec football à 7, basket
Opac	Impasse Soupetard		✓	Extérieur avec basket, handball, volley
ZAC de l'Hers	8 bis, rue Claudius-Rougenet		✓	Basket, Handball
SECTEUR 5 - TOULOUSE SUD-EST				
Bellevue tennis	86, chemin de la Salade-Ponsan			Tennis
Daste	29, rue de Toulon	✓		Basket, handball, football, mini basket
Empalot Poudrierie	Rue des Goelands	✓		Basket, hand, football
Guillaumet	30, chemin Bitet		✓	Basket, handball
La Terrasse	Impasse Schrader		✓	Basket
Montaudran	Rue Émile-l'Ecrivain	✓		Basket, handball, football
Jean Moulin	7, avenue des Écoles		✓	Basket, handball, piste 250
Parc Alalouf	Avenue Saint-Exupéry		✓	Extérieur avec basket



FAIRE DU SPORT

	ADRESSE	CITY STADE	PLATEAU SPORTIF	DISCIPLINES SPORTIVES
SECTEUR 5 - TOULOUSE SUD-EST (SUITE)				
Parc des Sports	7, allées Gabriel-Biènes	✓	✓	Terrain sable pour beach-soccer, beach-volley ; terrain football à 7 et à 5, mini Basket, piste 206,49 m, saut, lancer, tennis, tennis de table
Pont Garigliano	7, allées Gabriel-Biènes		✓	Basket
Pouvourville	4, impasse de Sarrangines	✓		Handball, mini basket, volley, football
Rangueil	27, chemin du Canal			Skate-park et tennis
Rangueil	62, rue de Nîmes			Terrain de foot à 5
Saouzelong	Avenue Albert Bedouce	✓		Handball, football
Struxiano	113, avenue de Lospinet	✓	✓	Basket, handball, volley, saut, lancer, piste 100 m, tennis
SECTEUR 6 - TOULOUSE OUEST				
Bourliaguet	Rue Aristide-Maillol		✓	Basket, handball, tennis de table (3 tables), (avec fronton en bois + réaménagement du plateau existant en enrobé, en cours de réalisation)
Cerdan Marcel	7, chemin de la Cépière		✓	Handball / Basket
Dottin	Rue du Recteur-Dottin	✓		Basket, handball, football
Jardin de l'hippodrome	Impasse de l'Hippodrome		✓	Extérieur avec basket



FAIRE DU SPORT

	ADRESSE	CITY STADE	PLATEAU SPORTIF	DISCIPLINES SPORTIVES
SECTEUR 6 - TOULOUSE OUEST (SUITE)				
Jean Gilles	Rue Jean-Gilles	✓		Terrain football à 7, tennis de table
La Ramée tennis	67, chemin de Larramet			tennis
Marcel Sarcos	Chemin de Liffard		✓	Extérieur avec basket et skate-park avec roller
Marmande	Chemin des Capelles			Terrain football à 7
Messenger	Rue André-Messenger	✓	✓	Extérieur avec basket, handball, football, basket
Mirail	6 rue Ferdinand-Laulanié		✓	Piste 120 m, tennis, terrain synthétique à 11 et 7
Niki de Saint Phalle	Place Niki-de-Saint-Phalle	✓		Basket, handball
Pergaud	Cheminement Louis-Pergaud	✓	✓	Extérieur avec handball, football
Pradettes	6, rue Ferdinand de Lessepst		✓	Basket
Reynerie Synthétique	Rue Jean-François-Lesueur			Terrain football à 7 à 5 et à 2, piste 200 m
Saint Martin du Touch	Rue Sentenac	✓		Terrain football à 7 (herbe) et city stade handball, basket, football
Tibaous	Rue Albert-Carovis	✓		Basket, handball, volley, piste 100 m, tennis
Valmy	Cheminement G et J Bouton		✓	Basket, handball, piste de 250m, skate
Vergers	Impasse des Vergers	✓	✓	Basket et mini basket, handball, football
Viollet le Duc	Rue Viollet-Le-Duc			Terrain football à 7

FAIRE DU SPORT

> LES SKATE-PARK

Ces structures indépendantes permettent de pratiquer du skate, du roller et de la trottinette. Le pump track permet également d'utiliser un BMX.
Tél. : 05 61 22 22 00 / sports@mairie-toulouse.fr

PONT-JUMEAUX

Port de l'Embouchure

RENAN

Rue Renan

BOWL DU CHÂTEAU DE L'HERS

13, chemin de Limayrac

PECH-DAVID

82, chemin des Côtes de Pech-David

RANGUEIL

Chemin du Canal

VALMY

Chemin de Bouton

SAINT-SIMON

Chemin de Liffard

PUMP TRACK BELLEFONTAINE

Place Abbal

SKATE GRANDE PLAINE

& PUMP TRACK GRANDE PLAINE

Avenue Jean-Gonord

ARGOULETS

Base de loisirs des Argoulets

LA TERRASSE (MONTAUDRAN)

Impasse Schrader

> LES PISCINES ET LES PATINOIRES

• LES PISCINES

11 piscines municipales sont ouvertes à tous les jeunes (dans la limite des travaux de rénovation) pour des activités aquatiques en groupe ou en individuel.

Tarif

- réduit, jeunes bénéficiant du revenu de solidarité active (RSA) : 1,50 € l'entrée
- unitaire, les 15-25 ans Toulousains et non Toulousains : 1,50 € l'entrée

Et aussi

- **Le forfait annuel réduit pour les jeunes résidents à Toulouse.**
- L'entrée est gratuite pour les sportifs de haut niveau



TOUS DIFFÉRENTS, TOUS BIENVENUS

L'entrée est gratuite pour les jeunes handicapés.



FAIRE DU SPORT

PISCINE	ADRESSE	TÉLÉPHONE	SAISON	BASSIN
PECH-DAVID	Ch. des côtes de Pech David ① 115 (Piscine Pech David)	05 61 55 12 89	Hiver/été	25 m x 10 m
BELLEVUE (fermée pour travaux)	69 ter, route de Narbonne	05 61 52 93 53	Hiver	25 m x 12,50 m 12,50 m x 3,20 m
			Été	10,70 m x 5,75 m 25 m x 12,50 m
NAKACHE	Allée Gabriel-Biénès ① 11, 12, 34, 52 > arrêt Stadium ① 1 ① 1 et ① 2 > Île du ramier	05 61 22 31 35 05 61 22 30 14 (été)	Hiver	12 m x 16 m
			Été	150 m x 48 m Pataugeoire 910 m ²
CASTEX			Hiver/été découvert	50 m x 21 m
PAPUS	Allée de Guyenne ① 3 (Landes) ① A (Bagatelle)	05 61 41 18 09	Hiver/été	25 m x 10 m
LÉO-LAGRANGE	Place Riquet ① A (Marengo SNCF)	05 61 22 24 15	Hiver	50 m x 21 m 21 m x 6 m
TOULOUSE-LAUTREC	Impasse Barthe ① 27 (lycée Toulouse-Lautrec) ① B (Barrière de Paris)	05 61 13 33 17	Hiver/été	25 m x 10 m
ALEX-JANY	7, chemin du Verdon ① 33, 43, 75, 76 ① A (Argoulets)	05 81 91 78 56	Hiver/été	25 m x 15 m 15 m x 10 m Pataugeoire 60 m ²
JEAN-BOITEUX	105, route de Blagnac ① 16, 70 (Soleil d'or)	05 61 54 86 60	Hiver/été	25 m x 12,50 m



FAIRE DU SPORT

PISCINE	ADRESSE	TÉLÉPHONE	SAISON	BASSIN
ALBAN-MINVILLE (fermée pour travaux jusqu'en 2020)	1, place Martin Luther-King	05 61 43 25 05	Hiver	25 m x 15 m 12,50 m x 6 m
CHAPOU	Rue Saunière ① 16, 45 et 70	05 61 21 93 87	Été	25 m x 13,50 m 9,25 m x 13,50 m

• LES PATINOIRES ❄️

PATINOIRE	ADRESSE	TÉLÉPHONE	PISTE
BELLEVUE (FERMÉE POUR TRAVAUX)	69 ter, route de Narbonne	05 61 52 93 53	30 m x 20 m
ALEX-JANY	7, chemin du Verdon ① 33, 43, 75, 76 ① A (Argoulets)	05 81 91 78 56	60 m x 30 m

• LES TARIFS

TOULOUSAINS	TARIFS
ENTRÉE GÉNÉRALE	Tarif normal : 3,40 € Tarif réduit ⁽¹⁾ : 1,40 € Tarif réduit ⁽²⁾ : 1,50 €
FORFAIT DE 10 ENTRÉES	Tarif normal : 25,50 €
ABONNEMENT ANNUEL	Tarif normal : 129 €

(1) Tarif réduit pour les Toulousains de moins de 25 ans sur présentation d'un justificatif en caisse

(2) Tarif réduit pour les non Toulousains de moins de 25 ans sur présentation d'un justificatif en caisse



FAIRE DU SPORT

L'achat des abonnements peut se faire au Point Accueil Inscriptions (*Allée Gabriel Biénès*) ainsi qu'aux accueils des piscines.

En cas de perte de cartes support droits d'entrées piscines patinoires le renouvellement sera facturé quatre euros.

GRATUITÉ

Aux bénéficiaires de la mesure « sportifs de bon niveau » Mairie de Toulouse.

➤ LES PARCOURS FORME

14 Parcours forme de la Mairie proposent des promenades sportives, de 1,8 km à 42 km, dans un cadre naturel rythmé de modules en libre accès.

Chaque parcours peut être commencé là où vous le souhaitez. Certaines boucles sont également reliées entre elles et forment de grands circuits. Choisissez votre parcours en fonction de votre forme et adaptez son intensité en utilisant le mobilier urbain (banc, escalier, potelet, grille...) ou les agrès de fitness et street workout.

Argoulets Distance : 3,8 km

La Plaine Marcaissonne Distance : 11,3 km

Pech David Distance : 8,1 km

Sesquières Distance : 12,4 km

Pour les abonnements annuels, les entrées sont illimitées dans toutes les piscines municipales de Toulouse. L'abonnement nominatif est valable un an à compter de la date de délivrance.

Comment utiliser les agrès ?

Les modules de fitness et street workout favorisent le sport urbain grâce à la pratique d'exercices de stretching, de cardio-training et de musculation. Les conseils d'utilisation sont mentionnés sur chaque agrès ou disponibles sur toulouse.fr.

Et le mobilier urbain ?

Chaque élément de l'aménagement urbain peut servir de terrain d'entraînement. Les bancs publics, les chaises, les escaliers ou les trottoirs deviennent des équipements de musculation, de cardio-training, d'assouplissement et d'étirement.

Lafourquette Distance : 4,4 Km

Garonne Centre-Ville Distance : 11,2 Km

Saint Michel-Empalot Distance : 7,5 Km

Canal Sud Distance : 6,5 Km

FAIRE DU SPORT

La Ramée Distance : 3,7 Km

Basso-Cambo Distance : 3,8 Km

Reynerie Distance : 2 Km

Tél. : 05 61 22 22 00

sports@mairie-toulouse.fr

Canal Nord Amidonniers Distance : 9,9 Km

Parc Monlong Distance : 6,6 Km

Tour de ville 42 Distance : 42 km

➤ LES BASES DE LOISIRS

Venez profiter des nombreuses bases de loisirs de la ville : Sesquières, la Ramée, Quinze-Sols, Pech-David, Argoulets, Gironis et la Grande Plaine.

Des pistes d'athlétisme, des activités nautiques (aviron, stand-up, kayak), des sports collectifs (basket, foot, base-ball, etc), du bicross, des boulodromes, des tables de

ping-pong et bien d'autres activités, vous attendent pour commencer votre séance!

Contacts bases de loisirs

toulouse.fr ou toulouse-metropole.fr

Activités nautiques communales Mairie de Toulouse

Tél. : 05 61 22 32 64 /

sports@mairie-toulouse.fr

• LA RAMÉE

- Bicross
- Table de ping-pong
- Tennis
- Terrain de basket
- Autres activités : manège, poney (renseignement à l'accueil), multisports

Entrée sud-ouest

21, chemin de Larramet

31170 Tournefeuille

Tél. : 05 61 06 64 44

- Aire de roller - Équipement en libre accès

Entrée Nord

Avenue du Général de Monsabert

31000 Toulouse

- Circuit de buggy et de mini-bolides

➤ Tournefeuille Toulouse

Métropole Buggy Club

- Tournefeuille voitures radio-commandées

Entrée Sud

110, chemin de Larramet

31170 Tournefeuille





FAIRE DU SPORT

Contact des activités et équipements gérés par la mairie de Toulouse

- Base nautique : aviron, stand-up, kayak
- Gymnase
- Terrains de football
- Terrain de football honneur
- Terrain de football stabilisé
- Terrain de football synthétique

Tél. : 05 34 51 39 04

• SESQUIÈRES

➤ Quilles de huit Aveyronnaises

4, allées des Foulques
31200 Toulouse
Section des quilles de huit de l'amicale des Aveyronnais de Toulouse

➤ Cynodrome

129, chemin de Fenouillet
31200 Toulouse
Société Méridionale des Lévriers (SMCL)
Club Lévriers Midi-Pyrénées (CLMP)
Club des Chiens Actifs Columérins (CCAC)

➤ Activités nautiques

Aviron, stand-up, kayak, se renseigner auprès du Groupement nautique toulousain
Allée des Foulques
31200 Toulouse

➤ Piste d'athlétisme

62, chemin de Fenouillet
31200 Toulouse
05 61 70 28 33

➤ Télési

26, allées des Foulques
31200 Toulouse
05 61 70 92 88
Télési nautique de Sesquières

➤ Tennis Badminton

22, chemin du pont de Rupé
31200 Toulouse
05 61 70 76 90

➤ Équipements en accès libre

Allées des Foulques
31200 Toulouse
Bicross, parc de jeux d'enfants, tables de ping-pong, boulodrome, multisports, terrain de football, workout, modules de fitness

• LES ARGOULETS

Sports collectifs, athlétisme, pelote basque, tennis, judo, gymnastique d'entretien, bicross, base-ball, jogging, skate parc, piste cyclable, patinage sur glace, natation, piscine, modules de fitness.

Contact des activités et équipements gérés par la mairie de Tournefeuille

Salle polyvalente
Tél. : 05 62 13 21 21
Piscine l'Oasis
Tél. : 05 61 06 23 50

• GIRONIS

Sports collectifs, tir à l'arc, gymnastique d'entretien, danse, pêche, mini-bicross, pétanque, kayak, jeux pour enfants, pelote basque, athlétisme, tennis de table.

FAIRE DU SPORT

• PECH-DAVID

Sports collectifs, natation en piscine, sports équestres, cyclo-cross, tir à l'arc, VTT.

• LA GRANDE PLAINE

Sports collectifs, pistes cyclables, jeux pour enfant, athlétisme, gymnastique d'entretien, skate, pumpark.

• PARC DES SPORTS

Fronton de pelote basque
Tél. : 05 61 26 32 29
sport@mairie.toulouse.fr

➤ LES TERRAINS DE TENNIS

TERRAIN DE TENNIS	ADRESSE	TÉLÉPHONE	NOMBRE DE COURTS EXTÉRIEURS
Argoulets	29, rue de Rabastens 31500 Toulouse	05 61 26 34 20	4 (2 en béton poreux et 2 en synthétique)
Bagatelle	Impasse Bachaga-Boualam 31100 Toulouse		2
Bellevue	69 ter, route de Narbonne 31400 Toulouse	05 62 52 93 53	1
Lalande	Impasse du Séminaire 31000 Toulouse		1
La Ramée	Chemin de Larramet 31170 Tournefeuille	05 61 86 27 44	4
Mirail Tennis Coséc	Rue Ferdinand-Laulanie 31100 Toulouse	05 61 40 85 14	4
Parc des Sports	Allées Gabriel-Bières 31400 Toulouse	05 61 55 13 38	2
Ponts Jumeaux	Rue des sports 31200 Toulouse	05 61 57 17 39	3
Rangueil Tennis COSEC	Chemin du Canal 31400 Toulouse	05 61 55 22 42	2



FAIRE DU SPORT

TERRAIN DE TENNIS	ADRESSE	TÉLÉPHONE	NOMBRE DE COURTS EXTÉRIEURS
Reynerie 	Rue Erik-Satie 31100 Toulouse		2
Sesquières	Chemin du Pont-de-Rupé 31200 Toulouse	05 61 70 76 90	4
Struxiano 	113, avenue de Lespinet 31400 Toulouse	05 61 25 68 40	3
Valmy 	Cheminement Guillaume et Joseph-Bouton	05 61 43 60 20 05 61 43 99 42	3

> LES ACTIVITÉS DE PRATIQUE AMATEUR

Les centres d'animation ainsi que les associations hébergées proposent des activités physiques et sportives pour tous.

Pour vous inscrire aux différentes activités, veuillez vous renseigner auprès des centres (Voir p.97).

toulouse.fr.

10

SE CULTIVER, SORTIR



AVANTAGES JEUNES
SORTIR
À TOULOUSE

PRATIQUER
UNE ACTIVITÉ
ARTISTIQUE

DÉCOUVRIR
LES MUSÉES ET
LIEUX CULTURELS

L'ANIMATION
SOCIO-
CULTURELLE



SE CULTIVER, SORTIR

> AVANTAGES JEUNES

• CHÉQUIER TOULOUSE JEUNE

Si vous avez entre 18 et 26 ans, vous pouvez bénéficier de deux formules d'un chéquier Toulouse jeune :

- la formule culture (12 €) composée de 7 tickets culture,
- la formule culture-sport (18 €) composée de 7 tickets culture et 4 tickets sport.

Chaque chéquier comprend aussi un chèque « spectacle » qui offre une réduction de 8 € pour un spectacle lyrique, chorégraphique ou symphonique et un chèque « Clé Capitole jeune » qui donne une réduction de 8 € pour l'achat d'une carte « Clé Capitole jeune ». Voir p.82

• CARTE TOULOUSE CULTURE

Avec la carte Toulouse culture, bénéficiez de réductions dans de nombreux équipements culturels toulousains (bibliothèques, cinémas, manifestations et festivals, musées et monuments, salles de spectacles, centres culturels et d'animation et théâtres). Vous pouvez notamment bénéficier de 10 % de réduction au Théâtre du Capitole. Cette réduction est également valable pour assister aux représentations de l'Orchestre national du Capitole de Toulouse.

Vous pourrez également retrouver des chèques « cinéma-librairies », « médiathèques-bibliothèques », « musées » et « Cité de l'Espace ».

EN VENTE À :

Mairie de Toulouse

Place du Capitole
31000 Toulouse
Tél. : 05 61 22 29 22

Médiathèque José-Cabanis

Allée Jacques-Chaban-Delmas
31500 Toulouse
Tél. : 05 62 27 40 00
accueilbib@mairie-toulouse.fr

La carte est en vente à l'accueil du Capitole et dans les centres culturels et d'animation. Voir p.95 et 97

Tarifs

5 € pour les moins de 25 ans
(sur présentation d'une pièce d'identité)
7 € pour les 25 ans et plus

SE CULTIVER, SORTIR



• OFFRE MUSÉE LIBRE

À Toulouse, les musées municipaux sont gratuits le week-end pour les Toulousains. L'offre est accessible directement à partir de la carte multi-service Montoulouse ou Pastel Tisséo.

L'accès est gratuit pour les collections permanentes dans les 4 musées municipaux :

- Musée des Augustins
- Musée Saint-Raymond
- Musée Georges-Labit
- Musée Paul-Dupuy voir p.91

et pour les collections permanentes du Muséum de Toulouse (centre-ville et Jardins du Muséum à Borderouge).

L'accès est aussi gratuit dans les 3 monuments du patrimoine suivants :

- Couvent des Jacobins
- Amphithéâtre romain Toulouse-Purpan
- Crypte archéologique de Saint-Pierre-des-Cuisines

• TARIF RÉDUIT THÉÂTRE DU CAPITOLE

Un tarif unique de 10 € est proposé aux jeunes jusqu'à 26 ans inclus.

Ce tarif est accordé sur présentation d'une pièce d'identité.

On peut l'obtenir :

- En réservation immédiate en 4^e et 5^e série de prix
- En dernière minute avant le lever de rideau, sur toutes les séries de prix, dans la limite des places disponibles.

• TARIF RÉDUIT ORCHESTRE NATIONAL DU CAPITOLE DE TOULOUSE (ONCT)

Un tarif unique de 5 € est proposé aux jeunes jusqu'à 26 ans inclus. Ce tarif est accordé sur présentation d'une pièce d'identité.

On peut l'obtenir :

- En réservation immédiate, en 3^e série.
- En dernière minute, avant le début du concert dans la limite des places et catégories disponibles.



SE CULTIVER, SORTIR

• CLÉ CAPITOLE JEUNE THÉÂTRE ET ORCHESTRE DU CAPITOLE

La Clé Capitoile jeune permet aux jeunes jusqu'à 26 ans inclus, de bénéficier de 3 spectacles du Théâtre et de l'Orchestre du Capitoile pour 18 €. Cette clé est matérialisée par trois contremarques qui peuvent être échangées :

➤ Soit en réservation immédiate, contre des tickets de 4^e ou 5^e série de prix pour les spectacles du Théâtre du Capitoile, et de 3^e série de prix pour les concerts de l'Orchestre du Capitoile.

➤ Soit avant le lever de rideau, pour toutes les séries de prix dans la limite des places disponibles.

En vente à

Billetterie du Théâtre du Capitoile
Place du Capitoile

La validité des billets est limitée à la saison en cours.

• LES CONCERTS GRATUITS DE L'ONCT POUR LES ÉTUDIANTS

Toulouse Métropole offre aux étudiants des universités et grandes écoles toulousaines un concert gratuit de l'Orchestre national du

Capitoile de Toulouse (ONCT) à la Halle aux Grains. Pour plus d'informations rendez-vous sur **onct.toulouse.fr**

• LES CONCERTS EN FAMILLE DE L'ONCT

L'Orchestre national du Capitoile programme plusieurs fois par an des concerts à la Halle aux Grains le dimanche matin et le mercredi après-midi pour les familles.

Le tarif moins de 16 ans : 3,50 €

Le tarif jeune moins de 26 ans : 5 €

Le tarif adulte est de 20 €

Contact

BILLETTERIE

Théâtre et Orchestre du Capitoile

Place du Capitoile

Tél. : 05 61 63 13 13

onct.toulouse.fr



SE CULTIVER, SORTIR

> SORTIR À TOULOUSE

• DES TEMPS FORTS

RIO LOCO

Depuis 1995, Rio Loco est un festival incontournable dans le paysage des festivals d'été (juin).

Associant musiques, spectacles jeune public, arts visuels, artisanat... ce festival international des musiques du monde est un moment de partage populaire et festif sur la Prairie des Filtres.

rio-loco.org

BIENNALE ROSE BÉTON

Le meilleur de l'art urbain et contemporain international investit Toulouse à l'occasion de la Biennale Rose Béton. Ce rendez-vous majeur révèle au grand public la création artistique issue du graffiti.

rose-beton.com

toulouse.fr

• TOUTE L'ANNÉE

LE METRONUM

Équipement municipal dédié aux musiques actuelles, le Metronum, est un lieu partagé situé dans le quartier Borderouge au nord de Toulouse. Cet équipement culturel est un lieu ressource de toute la filière des musiques actuelles, avec des bureaux regroupant des acteurs culturels, des studios de répétition, une salle de concert de 600 places et une Music Box de 200 places...

TOULOUSE D'ÉTÉ

Le festival Toulouse d'été défend une programmation musicale exigeante, alliant musique classique et musiques actuelles (le jazz, la chanson, les musiques du monde ou les nouvelles musiques traditionnelles). Chaque été, Toulouse d'été convie artistes toulousains, internationaux et émergents, tout en initiant des rencontres inédites.

Tarif moins de 27 ans : 7,60 €

toulousedete.org

Metronum Toulouse

2, rond-point Madame de Mondonville
31200 Toulouse

Ⓜ B (station Borderouge)

Ⓡ 19, 26, 36, 40, 41, 44, 73, 114
(arrêt Borderouge)

metronum.toulouse.fr

Studios de répétition

Tél. : 05 36 25 24 22

repetition.metronum@mairie-toulouse.fr



SE CULTIVER, SORTIR

GALERIE À CIEL OUVERT

L'art du graffiti est inscrit dans les gènes de la ville de Toulouse. La Mairie de Toulouse a commandé des fresques permettant de conjuguer la qualité patrimoniale au dynamisme contemporain. Des visites guidées de l'Office de Tourisme, les Graff Tour, proposent une immersion artistique au cœur des multiples réalisations. L'ensemble des œuvres est recensé sur toulouse.fr

LA SAISON BLEUE

Naviguant entre la musique classique et le jazz, la Saison Bleue va à la rencontre de nouveaux auditoires. Elle s'appuie sur un credo qui a déjà fait ses preuves auparavant : repérer les jeunes talents et soutenir la création. Elle poursuit également, depuis plusieurs années, avec Jean-François Zygel et Philippe Cassard, une aventure dans le cadre des concerts exceptionnels.

Graff Tour

Visite guidée de deux heures à pieds et en autocar accompagné d'un graffeur et d'un guide de l'Office de Tourisme.
Tarif unique : 15€

Tél. : 08 92 18 01 80
infos@toulouse-tourisme.com
toulouse.tourisme.com

Tarifs

Les moins de 27 ans bénéficient de tarifs préférentiels sur présentation d'un justificatif d'identité.
lasaisonbleue.toulouse.fr

SE CULTIVER, SORTIR



> PRATIQUER UNE ACTIVITÉ ARTISTIQUE

• LE CONSERVATOIRE À RAYONNEMENT RÉGIONAL DE TOULOUSE XAVIER DARASSE

Établissement d'excellence, ouvert à tous les amateurs ou futurs professionnels, débutants ou non, qui souhaitent activement s'investir dans la pratique de la musique, du théâtre ou de la danse.

Les pré-inscriptions se déroulent chaque année en ligne entre juin et juillet.

> **À noter :** les jeunes des établissements partenaires (Lakanal, Rangueil, Michelet, Saint-Sernin) peuvent suivre une classe à horaire aménagé pour continuer à pratiquer un art en harmonie avec le temps scolaire.

> **Nouveauté :** le dispositif Play Music permet aux jeunes débutants d'apprendre à jouer d'un instrument dans le cadre d'un orchestre, et aux jeunes musiciens aguerris de participer à un orchestre amateur.

Le Conservatoire à rayonnement régional de Toulouse Xavier Darasse

17, rue Larrey
31000 Toulouse
Tél. : 05 61 22 28 61

conservatoire-rayonnement-regional.toulouse.fr

• INSTITUT SUPÉRIEUR DES ARTS DE TOULOUSE (ISDAT)

Intéressé par les arts et la création ? L'isdat vous propose :

- des formations post-bac ou post-licence : art, design, design graphique, musique ou danse,
- des cours publics d'arts plastiques adultes ou enfants et adolescents,

➤ une programmation artistique tout au long de l'année : expositions, spectacles, concerts, performances, conférences...

➤ des ressources : une bibliothèque composée d'un fonds accessible au public, ancien, moderne et audiovisuel.

Tél. : 05 31 47 12 11
isdat.fr

• ALLIANCE FRANÇAISE DE TOULOUSE

L'Alliance Française de Toulouse propose des cours de français aux étrangers de plus de 18 ans, des activités touristiques et culturelles ainsi qu'un service d'hébergement (familles d'accueil).

Alliance Française de Toulouse

3 bis, place Guy-Hersant - 31400 Toulouse
Bâtiment Maison des associations

Ⓜ B (station Empalot ou Saint-Agne)

Tél. : 05 34 45 26 10

contact@alliance-toulouse.org

alliance-toulouse.org



SE CULTIVER, SORTIR

• GOETHE INSTITUT

Le Goethe Institut propose des cours d'allemand pour tous les niveaux, des sessions d'examens, l'accès à une bibliothèque ainsi qu'à des manifestations culturelles. Des réductions sont accordées aux étudiants sur les cours de langue.

Goethe Institut

4 bis, rue Clémence-Isaure
31000 Toulouse

Ⓜ A (station Esquirol)

Tél. : 05 61 23 08 34

info-toulouse@goethe.de

goethe.de/toulouse

• INSTITUTO CERVANTES

L'Instituto Cervantes propose des cours de langues en espagnol pour tous les niveaux, l'accès à une médiathèque hispanique et des activités culturelles (cinéma, concerts, rencontres littéraires, théâtre, expositions...).

Instituto Cervantes

31, rue des Chalets - 31000 Toulouse

Ⓜ B (station Jeanne d'arc)

Ouvert du lundi au vendredi,
de 9h à 12h30 et de 14h30 à 18h.

Tél. : 05 61 62 80 72

toulouse.cervantes.es

SE CULTIVER, SORTIR



➤ DÉCOUVRIR LES MUSÉES ET LIEUX CULTURELS

• LE MUSÉUM

LE MUSÉUM DU CENTRE-VILLE

Au carrefour du monde des sciences, de la culture, des enjeux et des questions de société, il propose une exposition permanente riche en collections diverses, une exposition temporaire, des animations, rencontres... C'est un lieu de ressources et de débats sur la thématique « Sciences et conscience du vivant ».

Tarifs

Réduit, étudiants : 5 €

Gratuit, le 1^{er} dimanche du mois.

Muséum (centre-ville)

35, allée Jules-Guesde
31000 Toulouse

Ⓜ B (station Carmes

ou Palais de Justice)

Tram ligne T1/T2

(terminus Palais de Justice)

Ⓜ ligne 31 (arrêt Jardin Royal),

ligne L7, 29, 44 (arrêt Grand Rond)

Vélô-Toulouse (station allée Jules-Guesde en face de l'entrée du Jardin des plantes)

Horaires

Du mardi au dimanche de 10h à 18h.

Fermeture les : 25 décembre, 1^{er} janvier, 1^{er} mai.

Tél. : 05 67 73 84 84

museum@toulouse-metropole.fr

museum.toulouse.fr

LES JARDINS DU MUSÉUM

Les jardins du Muséum, situés dans le parc de la Maourine, sont un lieu unique à Toulouse : un poumon vert en pleine ville ! Véritable lieu de biodiversité et d'étonnement, ils offrent la possibilité de découvrir un milieu préservé et d'aborder de nombreux thèmes grâce à l'observation in situ d'habitats et d'espèces variés. Des ateliers de jardinage, des ateliers gourmands et de découverte de la nature, mais aussi des formations sur la

botanique sont ainsi régulièrement proposés. Les jardins sont également un lieu d'événements festifs : « Nature en jeu », animations musicales... Chaque année en mai, avec les beaux jours, des concerts et spectacles sont proposés avec le festival Rio Loco. En octobre, les jardins proposent également un concert avec le MétroNum (salle de musiques actuelles à Toulouse).



SE CULTIVER, SORTIR

Tarifs

Réduit, étudiants : 2 €
Gratuit, le 1^{er} dimanche du mois.

Jardins du Muséum

24-26, avenue Maurice Bourges-Maunoury
31200 Toulouse

Ⓜ B (station Borderouge) puis 10 minutes
à pied ou Ⓡ 36

Ⓡ 36 (arrêt Ségla)

Vélô-Toulouse (station avenue Maurice
Bourges-Maunoury)

• LE QUAI DES SAVOIRS

Le Quai des Savoirs est un lieu culturel dédié aux sciences, aux technologies et à la création. Véritable centre de découvertes et de rencontres culturelles, artistiques et scientifiques, il invite à découvrir et explorer les sciences autrement, à travers des expériences et formats inédits ! Chaque année, il propose une exposition avec une approche originale, immersive et participative : en mode Escape game, science fiction, investigation...

Le Quai des Savoirs propose également un espace pour penser, créer et faire ensemble, qui surfe sur la culture « do it yourself », fab lab ou encore maker. Côté toile, son site internet met à disposition diverses ressources : les podcasts du Quai des Savoirs, vidéos, retours sur des conférences...

Tarifs

Accès exposition
Plein tarif : 7 €
Tarif réduit, étudiants : 5 €

Horaires

Du mardi au dimanche de 10h à 12h30 et
de 14h à 18h de mai à octobre.

Tél. : 05 67 73 84 84

museum@toulouse-metropole.fr

museum.toulouse.fr

Quai des savoirs

39, allées Jules-Guesde
31000 Toulouse

Ⓜ B (station Carmes ou Palais de Justice)
Tramway T1/T2

(terminus Palais de Justice)

Ⓡ 31 (arrêt Jardin Royal),

Ⓡ 12 (arrêt Palais de Justice),

Ⓡ L7, 29, 44 (arrêt Grand Rond)

Horaires

Ouvert du mardi au dimanche
de 10h à 18h.

Fermeture exceptionnelle
à 16h les 24 et 31 décembre.

Fermé le 1^{er} janvier, 1^{er} mai
et 25 décembre.

quai-des-savoirs@toulouse-metropole.fr

quaidessavoirs.fr

SE CULTIVER, SORTIR

• HALLE DE LA MACHINE

Dans la grande Halle construite sur le bord de l'ancienne piste des Géants de Montaudran, la Halle de la Machine présente les machines de spectacle de la compagnie La Machine et de François Delarozière.

Entre exposition et spectacle, la visite de la Halle de La Machine vous invite à voyager à travers les contes et légendes de ces extraordinaires mécaniques.

Laissez-vous guider, embarquer, émerveiller par l'équipe des Véritables Machinistes, tous les jours à la manœuvre pour donner vie aux machines sous vos yeux.

Tarifs (réduit et normal)

Visite Halle de La Machine ou Voyage en Minotaure : 6,50 € - 9 €

Visite Halle de La Machine + Voyage en Minotaure : 11,50 € - 16 €

Ateliers (45 minutes avec une médiatrice de la Halle de La Machine) : 4 € - 6 € sur réservation

La Halle de La Machine

3, avenue de l'Aérodrome de Montaudran
31400 Toulouse

Ⓡ L8 (arrêt Piste des Géants),

Ⓡ 23 (arrêt Montaudran-Gare SNCF),

Ⓡ 80 (arrêt Aérodrome)

Tél. : 05 32 10 89 07

contact@halledelamachine.fr

halledelamachine.fr

• L'ENVOL DES PIONNIERS

Le berceau de l'histoire aéronautique à Toulouse.

Cent ans après son premier vol, redécouvrez la fabuleuse épopée de l'Aéropostale dans ses bâtiments historiques. Mécaniciens, chefs d'exploitation, entoileuses et pilotes parcourent les lieux pour partager leur expérience avec les visiteurs.

L'espace scénographique offre des dispositifs interactifs, audiovisuels et multimédias, des maquettes, jeux et manipulations.

L'Envol des pionniers

6, rue Jacqueline-Auriol

31400 Toulouse

Ⓡ 23 (arrêt Latécoère ou Montaudran-Gare SCNF),

80 (arrêt Latécoère)

Tél. : 05 67 22 23 24

lenvol-des-pionniers.com





SE CULTIVER, SORTIR

• HÔTEL DUMAY - MUSÉE DU VIEUX TOULOUSE

Fondé en 1907 par l'association des Toulousains de Toulouse, le musée du vieux Toulouse accueille les visiteurs dans le cadre prestigieux d'un hôtel particulier de la fin de la Renaissance. À seulement 100 mètres de la place du Capitole, le lieu surprend par son calme, propice à un voyage dans le passé de la cité. Le parcours, divisé en salles thématiques, permettra à chacun de trouver les réponses à ses interrogations sur l'évolution de la ville, ses anciennes institutions, les artistes toulousains, la vie artistique à la fin du XIX^e siècle, sans oublier des collections de faïences locales ou une présentation du costume et de la vie populaire au début du XX^e siècle.

Horaires

Ouvert d'avril à novembre,
du lundi au samedi de 14h à 18h
Fermé les dimanches et jours fériés
Visite guidée les mercredis et les
vendredis à 15 h sans supplément

Hôtel Dumay

7, rue du May
31000 Toulouse
Ⓜ A (station Capitole)
Tél. : 05 62 27 11 50
toulousains.de.toulouse@wanadoo.fr

• LES ABATTOIRS, MUSÉE D'ART CONTEMPORAIN (FONDS RÉGIONAL D'ART CONTEMPORAIN OCCITANIE TOULOUSE)

Les Abattoirs ouvrent en 2000 dans un bâtiment patrimonial du XIX^e siècle où sont proposées des expositions d'art moderne et des créations d'artistes contemporains. Le musée devient alors un acteur de la vie culturelle et artistique tout en s'affirmant sur la scène nationale et internationale. Les Abattoirs réunissent sur site des collections permanentes, une bibliothèque, une galerie des publics, des ateliers, un auditorium, une librairie et un restaurant, et diffusent dans toute la région Occitanie les collections de l'établissement et des productions d'artistes.

Les Abattoirs

76, allées Charles-de-Fitte
31300 Toulouse
Ⓜ A (station Saint-Cyprien République)

Horaires

Du mercredi au dimanche de 12h à 18h
Nocturnes les jeudis de 18h à 20h
(hors vacances scolaires)
Fermeture du musée le 25 décembre,
1^{er} janvier et 1^{er} mai de chaque année

Tél. : 05 34 51 10 60

lesabattoirs.org



SE CULTIVER, SORTIR

• MUSÉE GEORGES-LABIT

Le musée Georges-Labit accueille une des plus belles collections françaises d'art oriental (Japon, Chine, Asie du sud-est, Inde, Tibet-Népal) ainsi qu'une importante collection d'antiquités égyptiennes. Le musée est fondé en 1893 par Georges-Labit (1862-1899) pour abriter les collections de ce voyageur passionné d'ethnologie, d'histoire de l'art et d'histoire des religions.

Horaires

Ouvert tous les jours de 10h à 18h,
sauf le mardi.
Fermé le 1^{er} janvier, 1^{er} mai
et 25 décembre.
Tél. : 05 31 22 99 80

Musée Georges-Labit

17, rue du Japon - 31400 Toulouse
Ⓜ L7 > arrêt Demouilles
Ⓜ 44 > arrêt Jardin des Plantes
Ⓜ 27 > arrêt Passerelle
Vélô-Toulouse
> boulevard Monplaisir (station 114)
> allées des Demoiselles (station 98)

• MUSÉE PAUL-DUPUY

Fermé pour travaux jusqu'à l'été 2020

Le musée Paul-Dupuy accueille l'une des plus belles collections d'arts graphiques et d'arts décoratifs du sud de la France, dont notamment un ensemble unique de dessins languedociens et italiens et une collection d'horlogerie ancienne de rang international. Le musée est fondé au début du XX^e siècle par le collectionneur Paul Dupuy, dans l'ancien hôtel particulier du conseiller au Parlement Pierre Besson.

Musée Paul-Dupuy

13 Rue de la Pleau
31000 Toulouse
Tél. : 05 31 22 95 40



SE CULTIVER, SORTIR

• MUSÉE SAINT-RAYMOND, MUSÉE D'ARCHÉOLOGIE DE TOULOUSE

Bienvenue dans un Musée Joyeux. Il évoque Toulouse et sa région au temps des Gaulois et des Romains. De fabuleuses sculptures, véritables bandes dessinées de pierre, racontent les Douze Travaux d'Hercule.

Vous pourrez même marcher dans un ancien cimetière ! À chaque étage, des jeux sont proposés pour accompagner la visite.

L'entrée est gratuite pour les moins de 19 ans et les étudiants. Des soirées à thèmes et des visites décalées sont proposées régulièrement. Parmi les grands thèmes explorés par le musée, le rapport entre l'archéologie et la pop culture qui peut donner naissance à des expositions détonantes.

Horaires

Ouvert du mardi au dimanche de 10h à 18h.

Tél. : 05 61 22 31 44

msr.web@mairie-toulouse.fr

Musée Saint-Raymond, musée d'Archéologie

1 ter, place Saint-Sernin
31000 Toulouse

Ⓜ A (station Capitole)

Ⓜ B (station Jeanne d'Arc)

Vélô-Toulouse rue des Trois-Renards
(station 12)

• MUSÉE DES AUGUSTINS – MUSÉE DES BEAUX-ARTS DE TOULOUSE

Fermé pour travaux jusqu'au printemps 2020

Le musée abrite un fonds de sculptures médiévales, romanes et gothiques et une collection de peinture tout à fait remarquable. Installé dans un ancien couvent médiéval les différents bâtiments sont classés Monuments Historiques.

Musée des Augustins

21, rue de Metz

31000 Toulouse

Tél. : 05 61 22 21 82

augustins@mairie-toulouse.fr

Pus d'informations sur augustins.org

Pour suivre en temps réel les travaux retrouvez-nous sur facebook, instagram et twitter @museeaugustins

SE CULTIVER, SORTIR

• MUSÉE DE L'AFFICHE DE TOULOUSE, LE MATOU

Le Musée de l'Affiche de Toulouse (MATOU), anciennement centre de l'Affiche, est le seul musée en France spécialisé dans l'affiche, la carte postale et l'art graphique. Ses documents retracent l'histoire de l'iconographie et du graphisme populaire.

Horaires

Tous les jours de 10h à 18h, sauf le lundi.

Fermé le lundi et 1^{er} janvier,

1^{er} mai et 25 décembre.

Tél. : 05 81 91 79 17

musee.affiche@mairie-toulouse.fr

MATOU

58, allées Charles-de-Fitte
31300 Toulouse

Ⓜ A (station Saint-Cyprien)

Vélô-Toulouse place Intérieure
Saint-Cyprien (station n°78, 14)

• LA CITÉ DE L'ESPACE

Se promener sur la Lune, embarquer à bord de la station Mir, contempler la fusée Ariane 5, rêver la tête dans les étoiles. La Cité de l'Espace propose 2 500 m² d'expositions interactives pour devenir incollable sur la terre et l'univers.

Ses jardins abritent des répliques grandeur nature d'engins spatiaux, une coupole d'observation du ciel et de l'espace, un cinéma IMAX®, un planétarium interactif et de nombreuses animations qui rendent le voyage spatial ludique.

Cité de l'Espace

Parc de la Plaine

Avenue Jean-Gonord
31506 Toulouse

Ⓜ 37 (arrêt Cité de l'Espace),
L1 (Collège Vernant)

Tél. : 05 67 22 23 24

cite-espace.com





SE CULTIVER, SORTIR

• LE COUVENT DES JACOBINS

Construit aux XIII^e et XIV^e siècles, il constitue un témoignage exceptionnel de l'architecture gothique méridionale. D'aspect austère et massif à l'extérieur, son église surprend par la légèreté de ses voûtes soutenues par le fameux palmier à 28 m de hauteur. Les peintures murales se mêlent avec poésie aux reflets de ses vitraux. On découvre le cloître et ses 160 colonnettes de marbre puis le réfectoire, la salle capitulaire et la chapelle Saint-Antonin.

Couvent des Jacobins

Place des Jacobins
Entrée par l'église
31 000 Toulouse
Tél. : 05 61 22 21 92
jacobins@mairie-toulouse.fr

Ouvert toute l'année du mardi au dimanche de 10h à 18h

Tarifs

- du 1^{er} juin au 30 septembre : 5 € / 3 €
- du 1^{er} octobre au 31 mai : 4 € / 2,50 €
- Gratuit pour les -18 ans

jacobins.toulouse.fr

• MUSÉE AEROSCOPIA

Installé à deux pas des immenses hangars où l'on assemble l'A380 à Blagnac, Aéroscopia est un musée dédié à l'aéronautique. Sous une halle monumentale, on découvre une impressionnante collection d'avions qui retrace l'histoire de l'aviation.

Horaires

Tous les jours de 9h30 à 18h (de 9h30 à 19h pendant les congés scolaires)

Tarifs

- Adultes : 12,50 €
- Tarifs réduits* : 10 €

*Tarifs réduits : mineurs, étudiants, demandeurs d'emploi, personnes handicapées.

Musée Aéroscopia

6, rue Roger-Béteille (accès autocars)
Allée André-Turcat (accès véhicules légers)
31 700 Blagnac

musee-aeroscopia.fr



SE CULTIVER, SORTIR

• FONDATION BEMBERG

La Fondation Bemberg est un musée privé. Elle présente une collection de tableaux, bronzes et objets d'art réunis par Monsieur Bemberg au sein d'un des plus beaux monuments de la Renaissance à Toulouse : l'hôtel d'Assézat. La peinture y occupe une place privilégiée avec des œuvres de la Renaissance, du XVII^e et du XVIII^e siècle. Le second étage accueille les principaux courants de la peinture moderne : Impressionnisme, Pointillisme, Fauvisme... L'art de Bonnard y est aussi évoqué de manière magistrale avec un ensemble unique de 30 toiles. Elle propose de nombreuses activités à destination du jeune public.

Hôtel d'Assézat

Place d'Assézat
31000 Toulouse
05 61 12 06 89

fondation-bemberg.fr et
bemberg-educatif.org

> L'ANIMATION SOCIOCULTURELLE

• LES CENTRES CULTURELS

Structures culturelles d'envergure dans les quartiers, les centres proposent une offre variée d'ateliers et stages pour les jeunes dans diverses disciplines : arts de l'image, danse, musique, théâtre et cirque.

QUARTIER	CENTRE CULTUREL	ACCÈS	CONTACT
Bellefontaine	Alban-Minville	Ⓜ A > Bellefontaine Ⓡ 14	1, place Martin-Luther-King 05 67 73 87 60 accueil.a.minville@mairie-toulouse.fr
Centre	Bellegarde	Ⓜ B > Jeanne d'Arc Ⓡ L1, 15, 23, 38, 42, 44, 70, 71	17, rue Bellegarde 05 62 27 44 88 accueil.bellegarde@mairie-toulouse.fr
Bagatelle	Henri Desbals	Ⓜ A > Bagatelle Ⓡ 13	128, rue Henri-Desbals 05 36 25 25 73 accueil.desbals@mairie-toulouse.fr



SE CULTIVER, SORTIR

QUARTIER	CENTRE CULTUREL	ACCÈS	CONTACT
Minimes	Théâtre des Mazades	(M) B > Minimes Claude-Nougaro (BUS) 27	10, avenue des Mazades 05 31 22 98 00 accueil.mazades@mairie-toulouse.fr
Bonnefoy	Espace Bonnefoy	(M) A > Marengo SNCF (Médiathèque) (BUS) L9, 38, 42, 44 : Arago	4, rue du faubourg Bonnefoy 05 67 73 83 60 accueil.bonnefoy@mairie-toulouse.fr
Saint-Cyprien	Espace Saint-Cyprien	(M) A > Saint-Cyprien- République	56, allées Charles-de-Fitte 05 61 22 27 77 accueil.stcyprien@mairie-toulouse.fr
Sept Deniers	Espace Job	(BUS) 70, L1 : Soleil d'or	105, route de Blagnac 05 31 22 98 72 espacejob@mairie-toulouse.fr
Argoulets	Le Lido	(M) A > Argoulets	14, rue de Gaillac 05 36 25 22 20 accueil.lido@mairie-toulouse.fr

TOUS DIFFÉRENTS, TOUS BIENVENUS



Les bâtiments des centres culturels suivants sont accessibles aux personnes en situation de handicap : centres culturels Alban-Minville, Bonnefoy, Mazades, Espace JOB.



SE CULTIVER, SORTIR

• LES CENTRES D'ANIMATION

Structures de proximité et de lien social, les centres d'animation accueillent les jeunes lors d'ateliers et stages en arts de l'image, danse, musique et théâtre.

QUARTIER	CENTRE D'ANIMATION	ACCÈS	CONTACT
Empalot	La Brique Rouge	(M) B > Empalot	9, rue Maria-Mombiola 05 36 25 20 61 labriqueroUGE@mairie-toulouse.fr
Les Izards	Chamois	(M) B > Trois Cocus (BUS) 41, 61	11, rue des Chamois 05 61 57 99 28 accueil.chamois@mairie-toulouse.fr
Lalande	Lalande	(M) B > la Vache (BUS) 29, 60, 69	239, avenue de Fronton 05 36 25 28 23 accueil.lalande@mairie-toulouse.fr
Reynerie	Reynerie	(M) A > Reynerie	Place André-Abbal 05 31 22 99 21 accueil.reynerie@mairie-toulouse.fr
Rangueil	Maison de quartier Rangueil	(M) B > Rangueil (BUS) 27, 34	19, rue Claude-Forbin 05 61 25 49 26 accueil.rangueil@mairie-toulouse.fr
Saint-Simon	Saint-Simon	(BUS) 87 > Charpy 53 > Arrêt Liffard	10, chemin de Liffard 05 31 22 96 81 accueil.stsimon@mairie-toulouse.fr
Soupetard	Soupetard	(M) A > Roseaie (BUS) 19 > Arrêt Dinertard	63, chemin de Hérédia 05 31 22 99 70 accueil.soupetard@mairie-toulouse.fr
Pradettes	Pradettes – Bordeblanche	(BUS) 18, 87 > Pradettes	Place des Pradettes 05 61 40 40 98 accueil.pradettes@mairie-toulouse.fr



SE CULTIVER, SORTIR

ET AUSSI

Les centres culturels et d'animation ont également une offre de spectacles et d'expositions. Les programmes sont édités de

manière semestrielle et publiés sur le site **toulouse.fr**.

TOUS DIFFÉRENTS, TOUS BIENVENUS

Les bâtiments des centres d'animation suivants sont accessibles aux personnes en situation de handicap : la Brique Rouge, Soupetard, Pradettes-Bordeblanche.



• LES CENTRES SOCIAUX

Le centre social est un équipement de proximité à caractère généraliste qui favorise les rencontres, la solidarité et renforce les liens entre les générations. À Toulouse, il existe des centres sociaux

gérés par la Caisse d'allocations familiales de Haute Garonne, d'autres par la Mairie de Toulouse ou bien encore associatifs. Ils concernent aussi les jeunes ! **toulouse.fr**

CENTRES SOCIAUX DE LA MAIRIE	ADRESSE	OUVERT LE
Rangueil	Maison de quartier 19, rue Claude-Forbin 05 61 25 49 26	Du lundi au vendredi
Soupetard	12, rue Charles-Garnier 05 31 22 95 15	Mardi et mercredi
Jolimont	11, rue de l'Observatoire 05 31 22 94 84	Lundi, jeudi et vendredi
Bellefontaine – Lafourquette	3, impasse Foulquier 05 62 27 44 20	



SE CULTIVER, SORTIR

• LES MJC ET ASSOCIATIONS D'ÉDUCATION POPULAIRE

En complémentarité avec les centres culturels et d'animation, un réseau de structures d'éducation populaire vient enrichir l'offre municipale en matière d'activités de pratiques artistiques, sportives et de bien-être à l'attention des jeunes.

Pont des Demoiselles	63 bis, avenue Saint-Exupéry 05 61 52 24 33 contact@mjcpondesdemoiselles.fr	31400
Jacques Prévert	292, route de Seysses 05 61 41 56 30 secretariat@prevert31.org	31100
Croix Daurade	141, chemin Nicol 05 61 48 64 03 contact@mjccroixdaurade.fr	31200
Ponts Jumeaux	2, port de l'Embouchure 105, route de Blagnac 05 61 22 59 50 mjcponstjumeaux@orange.fr	31000 31200
Ancely	7, allées des Causses 05 61 49 05 74 contact@mjcancely.fr	31300
Toulouse Empalot	9, rue Maria-Mombiola 05 34 31 10 05 mjtoulouseempalot@gmail.com	31400
Roguet Saint-Cyprien	9, rue de Gascogne 05 61 77 26 00 mjcroguet@gmail.com	31300
Association sportive et culturelle de Montaudran	3, impasse Gaston-Génin 05 61 54 25 19 asc.montaudran@orange.fr	31400
Cercle Laique Jean-Chaubet	7, place Marius-Pinel 05 61 34 85 88 claique.jc@aliceadsl.fr	31500



SE CULTIVER, SORTIR

Centre culturel des Minimes	6, rue du Caillou gris 05 61 22 51 77 infos@centrecultureldesminimes.fr	31200
Foyer d'éducation populaire Étienne Billières	59, rue Vestrepain 05 61 76 18 76 fep.etiennebillieres@orange.fr	31100
Comité des Sports et Loisirs de Pouvoirville	4, impasse de Sarrangines 06 72 59 86 48 cslpcommunication@gmail.com	31400
Comité de La Terrasse	15, impasse Franz-Schrader 05 62 47 05 38 secretariat.emilie@comite-terrasse.org	31000

ET AUSSI

Les MJC et associations d'éducation populaire proposent également une offre de spectacles et expositions tout au long de l'année.

TOUS DIFFÉRENTS, TOUS BIENVENUS



Les bâtiments suivants sont accessibles aux personnes en situation de handicap : MJC Pont-des-Demoiselles, MJC des Ponts-Jumeaux (locaux route de Blagnac), MJC Toulouse-Empalot, Association sportive et culturelle de Montaudran, Cercle laïque Jean-Chaubet, Comité des sports et loisirs de Pouvoirville.

11

NUMÉROS, LIENS UTILES





NUMÉROS, LIENS UTILES

NOTES

> NUMÉROS, LIENS UTILES

Standard Mairie

05 61 22 29 22
Lundi au vendredi
8h30 - 17h

SAMU :

15

Pompiers :

18

Police :

17

Numéro d'urgence

européen :

112

Centre antipoison :

05 61 77 74 47

Drogues Info Service :

0800 231 313 (appel
anonyme et gratuit)

Alcool Info Service :

0980 980 930
7j/7 - 8h à 2h

Alcooliques anonymes :

0 820 32 68 83
(de 8h à 2h - 7j/7 - 24h/24,
coût de l'appel 0,12€/min à
partir d'un poste fixe)

Écoute Cannabis :

0 980 980 930
(7j/7, prix d'un appel local à
partir d'un poste fixe)

SIDA Infos Services :

0 800 840 800 (appel
anonyme, confidentiel et
gratuit)

08 victimes : victimes

de violences, vols,

agressions...

08 842 846 37
(Prix d'un appel local 7j/7
9h à 21h)
Violences conjugales Info
3919

Allô docteur

3966
(Coût d'un appel local
depuis un poste fixe)
Médecins à partir de 20h,
toutes les nuits, week-ends
et jours fériés

Pour déclarer ses impôts :

impots.gouv.fr

Pour l'assurance maladie :

ameli.fr

TOUS DIFFÉRENTS, TOUS BIENVENUS



Pour les formations et la vie à l'université pour les étudiants handi-
capés : handi-u.fr

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

MAIRIE DE TOULOUSE
Juin 2019

CRÉATION ET ILLUSTRATIONS
Atelier JamJam

IMPRESSION
Imprimerie Ménard

CRÉDITS PHOTOS
p. 27: ©Adobe stock: Gennadiy
Poznyakov / p. 50: P. Nin

UNIVERSITÉ, LOGEMENT, TRANSPORTS, SANTÉ, SPORT, CULTURE...

Pour tout ce qui
concerne votre vie
étudiante à Toulouse,
rendez-vous au



**WELCOME
DESK**

**Conseils, informations, cet espace
d'accueil vous met en contact avec
de nombreux organismes comme la CAF, le
Crous, la préfecture, la SNCF, le Crij, les asso-
ciations étudiantes...** Vous y trouverez les clés
de la vie toulousaine. Tout pour réussir dans la
ville rose !

TOUTES LES DÉMARCHES

SUR UN MÊME LIEU

EN UNE SEULE FOIS

UNIVERSITÉ FÉDÉRALE
TOULOUSE MIDI-PYRÉNÉES
41, allées Jules-Guesde
31000 Toulouse
welcomedesk@univ-toulouse.fr



Horaires d'ouverture : 9h - 17h
Horaires des permanences
de nos partenaires consultables sur :
welcomedesk.univ-toulouse.fr

MAIRIE DE  **TOULOUSE**

WWW.TOULOUSE.FR

Toulouse en grand !