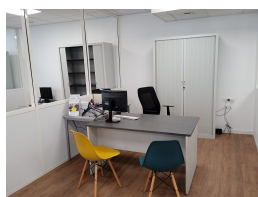


# Mai 2023 à la Maison de l'Avenir Comminges Pyrénées

## L'esprit Tiers-Lieu !

Un tiers-lieu peut se définir comme un espace ouvert où des individus peuvent se réunir pour travailler, s'approprier des savoirs et/ou des compétences, pour se rencontrer ou simplement échanger de façon informelle.

En préfiguration du fonctionnement du bâtiment "définitif" Maison de l'Avenir qui regroupera dès 2025 un grand nombre d'acteurs, **plusieurs structures se regroupent d'ores et déjà dans les nouveaux locaux de la MDA** au 57 avenue de Lisle: [BGE](#), le CIBC, Cap Emploi et l'[Appel Médical](#). Des locaux partagés, du matériel mutualisé, une complémentarité d'actions qui favorise une proximité d'acteurs :  
**c'est ça l'esprit Tiers lieu!!**



## Offre service civique

### La Maison de l'Avenir propose 2 missions en service civique :

- **Accompagner des usagers du Repar café**
  - Co-animer les ateliers du répar Café.
  - Programmer les ateliers en lien avec les intervenants.
  - Co-organiser et co-animer les ateliers hors les murs.**Pour en savoir plus et postuler → [c'est par ici](#)**
- **Sensibiliser à l'agriculture urbaine et à l'alimentation durable.**
  - Participer à l'animation des projets de l'écopole alimentaire du tiers-lieu : jardins partagés, animation de la communauté des jardiniers
  - Mise en place des ateliers cuisine et cuisine de rue.
  - Participer aux temps conviviaux de l'épicerie coopérative : communauté des mangeurs.**Pour en savoir plus et postuler → [c'est par ici](#)**



Pour plus d'informations, n'hésitez pas à nous contacter au [07 71 69 17 12](tel:0771691712) ou directement [par mail](#)

## Incubateur



### Les Frangines : Rencontres de Mai

- **Café Frangines : Mardi 02 mai**  
De 15h à 17h à la [Guérite](#), 1 grand rue de l'église à Martres-Tolosane.  
*Venez échanger avec d'autres porteuses de projets, entrepreneures, paysannes autour d'un bon gâteau. Possibilité de manger ensemble à la Guérite avant pour celles qui le souhaitent.*
- **Permanence pour les tâches administratives : Mardi 09 mai**  
De 14h à 17h à l'espace co-working de la Maison de l'Avenir à Saint Gaudens.  
*Retrouvez exceptionnellement la permanence*

des Frangines le 2eme mardi de mai.  
Venez avec vos tâches administratives ou de communication, ou simplement pour faire du co-working.  
Si vous souhaitez de l'aide sur une tâche en particulier ou faire un point, n'hésitez pas à le signaler en amont : [frangines@civam31.fr](mailto:frangines@civam31.fr)

- **Atelier "Maîtriser la rentabilité de son activité avec des tableaux de bords" : Mercredi 10 mai**

De 9h à 13h au [Tiers-lieu la Cafetière](#), 26 rue Saint Michel à Aurignac avec l'intervention de [BGE](#).

Cet atelier animé s'adresse aux entrepreneures déjà lancées ou porteuses bien avancées, ayant des tableaux de bords pour suivre son activité, ou souhaitant les mettre en place.

Inscription obligatoire via ce [formulaire](#)

[En savoir plus](#)

## BGE

- **Formation "Création / Reprise d'entreprise"**, démarrage le 22 mai 2023 à Tarbes.

Pour en savoir plus et postuler, [cliquez ici](#)

- **La BGE a déménagé !!**

Retrouvez-les dans leurs nouveaux locaux au **57 avenue de l'Isle**, 31 800 Saint-Gaudens

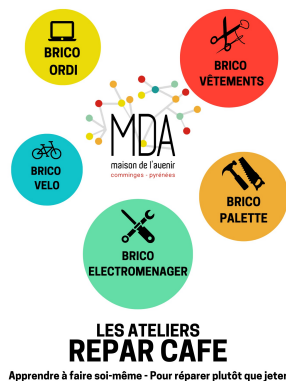
Plus d'informations au [05.61 61 45 15](tel:05.61.61.45.15) ou par mail en [cliquant ici](#)



[En savoir plus](#)

## Pouvoir D'agir

### Les ateliers Répar Café de Mai



- **Brico Vêtement "Réparation"**: Mardi 02/05 à 15h à l'espace jeunesse MJC
- **Brico Palette "Débutant"** : Mercredi 03/05 à 17h à l'atelier à coté d'Afidel
- **Brico Ordi** : Mercredi 10/05 à 17h à l'espace de co-working de la MDA
- **Brico Vêtement "Fabrication"**: Mardi 16/05 à 15h à l'espace jeunesse MJC
- **Brico Electroménager** : Mardi 30/05 à 16h à l'espace de co-working de la MDA

[En savoir plus](#)

## AFIDEL

### Actions d'accompagnement

- **VSI** : Démarrage le mardi 02 mai

- **Projet Pro** : Démarrage de la formation à Saint Gaudens le lundi 22 mai et Cazères le mardi 30 mai.
- **ACCELER'Emploi** : Entretien collectif le 30 mai.
- **Autres accompagnements** : Afidel propose des accompagnements spécifiques pour les bénéficiaires du RSA (Actipro) ou des ateliers Pôle Emploi sur l'accompagnement au retour à l'emploi (CV, entretiens d'embauche...)



Plus d'informations au [05 62 00 90 25](tel:0562009025).

[En savoir plus](#)

## Ecopôle Alimentaire

### POUR TOUTE LA FAMILLE ..... **CA POUSSE EN COMMINGES !**

Aux Jardins du Comminges à Huos  
de 10H à 18H

**SAMEDI 29 AVRIL 2023**



Ventes de plants potagers Bio  
Conseils en jardinage  
Visites des jardins  
Jeux, animations & tombola  
Marché de producteurs  
Atelier fabriquez votre pain  
Découverte Oasis Gourmande  
Repas bio  
Buvette, crêpes,  
gâteaux & barbes à papa !  
Concert

Entrée libre et gratuite

Informations : 05 61 89 04 87  
comminges@cocagnehaute-garonne.org



### Portes ouvertes des jardins de Cocagne

Avec l'arrivée du printemps et des beaux jours, [Cocagne Haute-Garonne](#) vous ouvre grand les portes de ses 4 Jardins :

- **Samedi 29 avril** aux [Jardin du Comminges](#) (Huos) - 05 61 89 04 87
- **Mercredi 10 Mai** aux [Jardins du Ricotier](#) (Fenouillet)
- **Samedi 13 Mai** aux [Jardins du Volvestre](#) (Salles s/Garonne)
- **Dimanche 14 Mai** aux [Jardins du Girou](#) (Gagnague) - 05 61 70 11 86

Plus d'informations en cliquant sur les liens ci-dessus ou en contactant Cocagne haute garonne via le bouton ci-dessous.

[En savoir plus](#)

### Inauguration Jardin du Soumès

Venez nombreux à l'inauguration du jardin partagé du Soumès, le **jeudi 01 juin à partir de 16h**.

#### Au programme

- **16h - 18h** : *Atelier jardinage*
- **A partir 18h** : *Inauguration du jardin partagé*

Informations au [07 71 69 17 12](tel:0771691712) ou par mail en [cliquant ici](#)



## Écopôle numérique

### Les ateliers numérique de la MJC

→ Le nouveau **programme des ateliers numérique** à Saint Gaudens **pour mai / juin est disponible !!**

Pour le consulter, [c'est par ici](#)

**Ateliers numériques** **GRATUIT**

Des ateliers conçus et animés par la MJC du Saint-Gaudinois et dispensés à La Cafetière pour acquérir les compétences numériques de base sur l'ordinateur et le smartphone !

<p><b>Ordinateur</b></p> <p>3 ateliers de 2h pour apprendre les bases d'un ordinateur sous Windows 11 !</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prise en main de l'ordinateur</li> <li>• Fichiers et traitement de texte</li> <li>• Internet en toute sécurité</li> </ul>	<p><b>ET/OU</b></p>	<p><b>Smartphone</b></p> <p>2 ateliers de 2h pour manipuler son smartphone et installer ses applications !</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Découverte de l'interface</li> <li>• Téléchargement et gestion de ses applications</li> </ul>
--	---------------------	---

**Inscription :** Directement à La Cafetière ou :  
• 05 61 79 70 16  
• lacafetiere.aurignac@gmail.com

**Dates :**

<b>Ordinateur :</b> 16, 23 et 30 mai 14h à 16h	<b>Smartphone :</b> 15 et 22 mai 14h à 16h
--	--

**Au menu :** Des initiations pour débutant sur ordinateur, internet et smartphone. Mais aussi pour niveau intermédiaire, l'apprentissage de la maintenance de son PC et la cybersécurité... Il y en a pour tous les goûts !

**Pour plus d'informations et inscriptions, contactez la MJC au [05 61 94 66 45](tel:0561946645) ou [par mail](mailto:par mail)**

→ La MJC viendra animer au [Tiers-lieu La Cafetière](#), durant le mois de mai, des **ateliers pour acquérir les bases** de l'ordinateur et smartphone à Aurignac

**Au programme**

- Ateliers smartphones : 15 et 22 mai de 14h à 16h
- Ateliers ordinateurs : 16, 23 et 30 mai de 14h à 16h

**Informations et réservations directement auprès de la Cafetière au [05 61 79 70 16](tel:0561797016) ou [par mail](#)**

**En savoir plus**

**Nos Coopérations**

**La Haute-Garonne de Ferme en Ferme**

Le [CIVAM 31](#) vous invite à la 16ème édition de "La Haute-Garonne De Ferme en Ferme" ce weekend, **les samedi 29 et dimanche 30 avril**

**Venez à la rencontre des paysans et paysannes de Haute-Garonne**, découvrez leur métier, leurs pratiques et leurs produits fermiers. Venez partager et échanger autour de l'agriculture locale et de l'alimentation durable d'aujourd'hui et de demain !

**Au programme :**

- Visites commentées et animations
- Petite restauration à la ferme
- Vente de produits fermiers
- Dégustations

Découvrez les fermes participantes et le programme des animations en cliquant sur le bouton ci dessous.

**En savoir plus**



**Les idées sont dans la Grange**

- **Fresque du climat Juniors : mercredi 03 mai de 15 à 17h.**

Votre enfant a entre 9 à 14 ans ?  
Faites-lui découvrir les causes à effet du dérèglement climatique de manière ludique et pédagogique à travers cet atelier-jeu.

[En savoir plus](#)

- **Troc Jardinage : samedi 13 mai de 12h à 18h.**

Portez vos plants, vos graines et vos outils de jardin, vous allez pouvoir les troquer !

[En savoir plus](#)

Ces évènements auront lieu au Tiers-lieu les [Idées sont dans la Grange](#) à Barbazan. Plus d'informations au [06 83 07 22 03](tel:0683072203) ou [par mail](#)

En savoir plus

## Alimentation durable



Venez écouter, échanger, réfléchir ensemble à une autre approche de l'alimentation !

- Une alimentation de qualité et durable pour toutes et tous.
- Des retours d'expériences innovantes, ou comment envisager des alternatives
- Du concret : des stands et ateliers pendant cette journée

Bien cordialement, l'équipe com Solidarités

L'association Graines d'Avenir participera à la journée sur l'alimentation durable organisée par le Conseil Départemental de la Haute-Garonne. **Le jeudi 1er juin au Pavillon République à Toulouse**, sur une journée d'échange sur l'alimentation « Changeons notre regard sur la solidarité alimentaire ».

N'hésitez pas à nous contacter au [07 71 69 17 12](tel:0771691712) pour en savoir plus sur cette action

En savoir plus



Maison de l'Avenir Comminges  
Pyrénées  
1, Rue de l'Avenir  
31800 SAINT GAUDENS  
[contact@maisondelavenir.eu](mailto:contact@maisondelavenir.eu)  
Tel : 07 71 69 17 12



Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }} Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur Maison de l'Avenir Comminges Pyrénées.

[Se désinscrire](#)

Envoyé par  
 sendinblue

