

Familles  
Adultes  
Séniors

# La Parenthèse

Animations du 13 Janvier au 15 février 2025

## Récré en Familles

(Entre parents/grands-parents et enfants de tous âges)

**Mercredi 23 janvier 10h - 11h30** : Initiation handball en famille dès 3 ans

**Mercredi 29 janvier 10h - 16h** : Sortie au Trampoline Park à Lattes - 7 €/Personne à partir de 3 ans

**Mercredi 5 février 13h30 - 17h** : Laser game zone 360 avec le club junior à partir de 6 ans - 10 €/Personne

## Animation de territoire

**Jeudi 13 Février de 14h à 17h** : Venez préparer le 30<sup>ème</sup> anniversaire au local de Viastels

**Samedi 15 Février à partir de 12h30** : Fête des 30 ans de l'association des Centres Sociaux au local de Viastels  
Animations, repas, Ü

OUVERT A TOUS

## Actions d'accompagnement à la Parentalité

Avec le Collectif Parentalité

**Samedi 25 janvier 9h-11h30** : Atelier parents-enfants de 3 à 6 ans  
Au Pôle Petite Enfance à Millau  
"Le Non aide t-il à grandir ?"

**Samedi 8 février 9h-11h30** : P'tit déj. Parentalité  
Au Pôle Petite Enfance à Millau  
"Le Non aide t-il à grandir ?" et "Thématique autour de la sexualité"

## A Petits Pas

Merci de venir 10 min avant le début de l'activité

(0-3 ans/parents/grands-parents)

NOUVEAU

**Lundi 13 janvier**

**9h30 à 10h30** : Accueil et partage d'un moment convivial en famille  
**10h30 à 11h30** : Initiation à la Langue des Signes autour de l'alimentation  
Avec *Virginie Lecaille* (au local du Centre Social, Bâtiment les Moineaux à Viastels)

**Lundi 20 Janvier**

**9h30 à 10h30** : Accueil et partage d'un moment convivial en famille  
**10h30 à 11h30** : Baby Yoga parents/enfants  
Avec *Céline Bonhomme* (au local du Centre Social, Bâtiment les Moineaux à Viastels)

**Lundi 27 Janvier**

**9h30 à 10h30** : Accueil et partage d'un moment convivial en famille  
**10h30 à 11h30** : Initiation à la gymnastique - Amener une serviette  
Avec *Sarah* (au local du Centre Social, Bâtiment les Moineaux à Viastels)

**Lundi 03 Février**

**9h30 à 10h30** : Accueil et partage d'un moment convivial en famille  
**10h30 à 11h30** : Initiation à la Langue des Signes autour des animaux  
Avec *Virginie Lecaille* (au local du Centre Social, Bâtiment les Moineaux à Viastels)

**Jeudi 06 Février**

**10h30 à 11h30** : Eveil musical  
Avec *Manon Capdevilla* (au Centre Social à Beauregard)

**Lundi 10 Février**

**10h30 à 11h30** : Raconte tapis sur l'hiver  
Avec *Carole Jager* (au local du Centre Social, Bâtiment les Moineaux à Viastels)

## Entr'Adultes

Pour les sorties, merci de venir 10 min avant le départ

**Jeudi 16 janvier**

**10h-18h** : Visite du musée du couteau de laguiolle et repas dans une brasserie  
Paiement du repas sur place

**Jeudi 23 janvier**

**9h-17h** : Confection, partage d'un repas et atelier mosaïque avec des adultes bénévoles - 6€/personne

**Jeudi 30 janvier**

**14h-17h** : Quine - 5€/personne

**Jeudi 6 février**

**13h30-14h45 ou de 14h30 à 15h45** : Activité Physique Adaptée à Solution Sport  
Projet « Séniors en mouvement »

**Stages sportifs**

\* **Vendredis sportifs : Zumba** (avec Silène) (suite)  
Le 17, 24 et 31 janvier et 7, 14 février de 9h à 10h  
9€ le stage au Lion Fitness

\* **Samedis sportifs : Danse latine** (avec Madeleine)  
Le 25 janvier et 1, 8 et 15 février de 10h30 à 11h30  
6€ le stage de 4 séances à l'école de Beauregard

**INSCRIPTIONS**  
Pour les activités « Entr'Adultes »  
A partir du Vendredi 10 janvier 15h30  
Pour Récré en Familles et A Petits Pas  
A partir du Samedi 11 janvier 9h

Afin de participer aux activités de 2025, il est obligatoire de prendre la carte d'adhésion familiale 2025 à 16€. (Sauf si activité ouverte à tous)

Les inscriptions doivent se faire directement au Centre Social.

Pour tout empêchement, veuillez prévenir le Centre Social Tarn. Toute absence non prévenue 48 heures avant l'animation ne sera pas mise en avoir.

## Centre Social Tarn

155 rue du Rec, Millau  
Avec le soutien de



www.centresocial-millaugrandscausses.fr



Centres Sociaux Millau



05.65.60.70.22 - 07.81.14.75.82



accueil.cstarn@gmail.com



web

