

Familles  
Adultes  
Séniors

# La Parenthèse - Animations du 17 Février au 7 Mars 2025

## Récré en Familles

Entre parents/grands-parents  
enfants/petits enfants de tous âges

**Mercredi 19 février à la Maladrerie  
et Samedi 1er mars à Peyre**

**13h30 - 17h** Prendre soin et se promener avec  
les Zalpagas  
Avec *Laurent S.*

*Si possible, rendez-vous sur place*

**Vendredi 21 février**

**8h15-18h15** Sortie neige à la station Prat Peyrot  
Mont Aigoual

7€/personne transport inclus

Prévoir pique-nique et goûter

Possibilité de prendre son matériel : luge, raquette, ski

Si location :

+5€ / luge

+7€/pers / raquette

+33 €/ Adulte et 25€/ Enfant si Ski (matériel + forfait)

Forfait ski seul : 21€/adulte et 13€/enfant

**Mardi 25 février**

**Après-midi** Cinéma de Millau. Choix selon la  
programmation

4€/Personne

**Mercredi 26 février**

**10h30 - 18h** Sortie Patinoire à Montpellier  
7,5 €/Adulte et 5 €/Enfant (à partir de 3 ans :  
pointure du 24 au 50)

Prévoir pique-nique et goûter

## A Petits Pas

0-3 ans/parents/grands-parents  
Merci de venir 10 min avant le début de l'activité

**Lundi 3 mars**

Dès 9h30 Accueil jeux libres, pause café, ...

**10h30 à 11h30** Initiation à la langue des signes :  
autour des vêtements Avec *Virginie Lecaille*  
(local du Centre Social, les Moineaux, Viastels)

**Jeudi 6 mars**

**10h30 à 11h30** Atelier motricité

Avec *Fanny De Corta*

(local du Centre Social à Beauregard)

## Maison des projets en famille

Ouvert à toutes les familles  
(parents/enfants) inscrites au projet

**Samedi 22 février**

**9h à 12h** Réunion avec le groupe séjour  
Disneyland (au local du Centre Social  
« Les Moineaux à Viastels »)

## Entr'Adultes

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

**Les Mardis 18, 25 février et 4 mars**

**10h - 12h** Stage d'art plastique : Peindre, Dessiner, Créer  
Avec *Sylvie L.*

NOUVEAU

**Jeudi 20 février**

**9h-17h** Confection, partage d'un repas et karaoké avec une adulte bénévole  
5€/personne

**Vendredi 21 février**

**8h15-18h15** Sortie neige à la station Prat Peyrot Mont Aigoual

7€/personne transport inclus

Prévoir pique-nique et goûter

Possibilité de prendre son matériel : luge, raquette, ski

Si location : +5€ / luge +7€/pers/ raquette+33 €/Adulte si Ski (matériel + forfait)

Forfait ski seul : 21€/adulte

**Jeudi 27 février**

**9h-18h30** Visite du musée Toulouse Lautrec et de la Cathédrale d'Albi

Prendre pique-nique

Projet « Séniors en mouvement »

**Jeudi 6 mars**

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

**Les vendredis 7, 14, 21 et 28 mars et les 4 et 11 avril**

**9h à 10h** Stage sportif : Cuisses Abdos Fessiers (avec Silène)

9€ le stage au Lion Fitness

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 seront possibles, dès la diffusion du planning, à l'accueil du Centre Social à Beauregard, auprès d'Arlette, selon les horaires d'ouverture.**

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

