

Familles
Adultes
Séniors

La Parenthèse Animations du 10 mars au 12 avril 2025



Récré en Familles

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

Mercredi 12 mars de 14h à 17h : Atelier mosaïque avec le club juniors 6-11 ans
Mercredi 9 avril de 14h30 à 17h30 : Préparation de l'assemblée générale des Centres Sociaux de Millau (cuisine et décoration) *(au local les Amandiers-Rue Paul Claudel)*

Animation de territoire

Ouvert à tous

Mercredi 2 avril de 14h à 17h : Chasses aux œufs géantes à la Maladrerie à partir de 1 an
Samedi 12 avril 9h à 17h : Vide grenier au stade Paul Tort
Inscription obligatoire au Centre Social Tarn

Maison des projets en famille

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

Mercredi 19 mars à 15h30 : Réunion projets familles

Vendredi 11 avril 9h à 12h et 14h à 17h : Préparation vide grenier

Information partenariale



Samedi 5 avril

10h à 17h30

Forum Familles
(3^{ème} Edition 0-15 ans)

Stands d'informations
Ateliers en famille

Salle des Fêtes de Millau
Entrée gratuite/goûter offert

Actions d'accompagnement à la Parentalité

Avec le Collectif Parentalité

Samedi 15 mars 9h-11h30 :

P'tit déj. Parentalité

Au Pôle Petite Enfance à Millau

«Le Non aide t-il à grandir ?»

«Mais où est passé mon enfant ? c'est un ado !»

Du 1er au 30 Avril :

**Mois d'actions autour de la Non Violence
Educatrice Ordinaire**

Voir programme



A Petits Pas

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

NOUVEAU!

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

Lundi 10 mars

Accueil dès 9h30 : Jeux libre, pause café, ...

10h30 à 11h30 : Baby Gym - Amener une serviette Avec Sarah bénévole Au local les Moineaux à Viastels

Lundi 17 mars

Accueil dès 9h30 : Jeux libre, pause café, ...

10h30 à 11h30 : Eveil au chant Avec Sana Essoufi (au local les Moineaux à Viastels)

Lundi 24 mars

Accueil dès 9h30 : Jeux libre, pause café, ...

10h30 à 11h30 : Atelier sensoriel : Fabrication de pâte à modeler (au local les Moineaux à Viastels)

Lundi 31 mars

10h30 à 11h30 : Baby yoga – Avec Céline Bonhomme (au local les Moineaux à Viastels)

Jeudi 3 avril

10h30 à 11h30 : Chasse aux oeufs au parc de la victoire
Rendez-vous devant le poulailler

Lundi 7 avril

10h30 à 11h30 : Langue des Signes autour des émotions Avec Virginie L. (au local les Moineaux à Viastels)

Mercredi 9 Avril à partir de 18h :

ASSEMBLEE GENERALE des Centres Sociaux de Millau à l'Ecole Jean Henri Fabre

Entr'Adultes

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

Jeudi 13 mars

10h-12h : Sophrologie - Avec Laurent S.

14h-17h : Confection d'une lessive et produit d'entretien bio / 3€/Personne

Jeudi 20 mars

13h30-18h : CARSAT « Séniors en mouvement » Balade au lac du Salagou

Jeudi 27 mars

10h-12h : Confection d'une lessive et produit d'entretien bio / 3€/Personne

14h-15h30 / 15h30-17h : Initiation au Hand Fit avec Valentin

Jeudi 3 avril

13h30-14h45 ou de 14h30 à 15h45 : CARSAT « Séniors en mouvement »

Activité Physique Adaptée - Rendez-vous à Solution Sport

Mercredi 9 avril

14h30 à 17h30 : Préparation de l'assemblée générale des Centres Sociaux de Millau (cuisine et décoration) *au local Les Amandiers-Rue Paul Claudel*

Jeudi 10 avril

13h30 à 18h30 : CARSAT « Séniors en mouvement »

Visite Temple Bouddhiste Lerab Ling

Mardi 22 avril à la journée

Sortie à Gaillac : Spectacle "Le petit Cabaret" et Repas

Menu : Verre de l'amitié, Salade Aveyronnaise, Dégustation de pâté,

Bœuf en croûte (omelette : pour les végétariens), Truffade, mijoté de légumes, Assiette de fromages,

Pâtisserie maison, Vin et café

40.50€/Personne (paiement possible en plusieurs fois)

Stages sportifs

* **Vendredis** : Cuisses Abdos Fessiers (avec Silène)

Le 14, 21 et 28 mars et 4, 11 avril de 9h à 10h Rendez-vous au Lion Fitness
9€ le stage

* **Samedis** : Yoga de Gasquet (avec Delphine)

Le 22, 29 mars et 5, 12 avril de 10h30 à 11h30 Rendez-vous à l'Ecole de
Beauregard
6€ le stage de 4 séances

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 avoïr.

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

