

AVRIL 2026

Mercredi 1^{er} avril

Création d'un épouvantail
+ goûter - Dès 6 ans
14h30 / 17h - Local jeune
à Cagnac-les Mines



Jeudi 2 avril

Les couleurs du bien-être
Découvrez comment les couleurs vous mettent en valeur et renforcent votre confiance en vous - Avec la Mutualité Française
14h / 16h - la CaSa



Vendredi 3 avril

La CaSa Mobile sur le marché de Carmaux
Accueil convivial autour d'un thé ou d'un café + présentation des aides au départ en vacances
8h / 12h - Camion jaune devant la salle
F. Mitterrand



Mardi 7 avril

Rencontre au jardin
Temps convivial avec les participant·es des ateliers cuisine et jardin de la CaSa autour d'un goûter
14h15 / 17h - Rdv au jardin de la CaSa (av. Neckarsulm Carmaux) ou départ de la CaSa à 14h



Mercredi 8 avril

Blind test + découverte

des animations musicales de Pollux Asso
Pour les 16/25 ans
14h30 / 16h30 - la CaSa



Jeudi 9 avril

Papotes entre parents
Petit déjeuner, temps convivial et infos sur les aides au départ en vacances
8h30 / 9h30 - École
Jean Moulin à Carmaux



Séance d'essai de sophrologie pour les aidants familiaux pour souffler et se ressourcer, avec perspective d'ateliers hebdomadaires - Avec Papailhau-Landel
Virginie, sophrologue
10h30 / 12h30 - la CaSa



Balade et légendes occitanes : au fil des ruelles, découvrez les textes de Jean Boudou + goûter et détente au bord du Viaur Avec la Médiathèque cantonale de Pampelonne
14h - rdv à Pont de Cirou ou navette à 13h15 depuis la CaSa



Ciné-débat : découvrir de nouvelles formes d'habitat pour les seniors - Avec le Collectif Bien Vieillir en Carmausin & Clap
Actions avec le CNAV
19h30 - Clap Ciné Carmaux



Lundi 13 avril

Présentation des aides au départ en vacances à Mirandol-Bourgnounac
> Pour les familles : 16h / 16h45 à l'école
> Pour tout le monde : 17h / 19h sur le marché



Mardi 14 avril

Pause entre parents
Petit déjeuner, temps convivial et infos sur les aides au départ en vacances
8h30 / 10h - École
Jean Jaurès à Carmaux



Présentation des aides au départ en vacances
> Pour les seniors et les personnes seules : 10h / 12h à la CaSa
> Pour les familles : 17h / 18h30 à la CaSa



Équipe prog'
Construisons ensemble les animations tout public de la CaSa de l'été
14h / 16h - la CaSa



Mercredi 15 avril

Sortie pêche : pique-nique (amener un plat à partager, barbecue possible), initiation puis concours de pêche Avec la Fédération de pêche du Tarn
10h / 16h30 - Lac des Homps à Cagnac-les-Mines



Jeudi 16 avril

Film « Mon vieux »
Un documentaire émouvant où, face à la maladie d'Alzheimer, Elie Semoun accompagne son père avec humour et tendresse Avec l'AGIRC ARRCO
14h - Clap Ciné Carmaux ou départ à 13h30 de la CaSa



Vendredi 17 avril

Goûter entre jeunes
à partir de 14 ans
15h / 17h - la CaSa

Karaoke : pas besoin de savoir chanter, juste de savoir s'amuser !
17h / 19h - la CaSa



Mardi 21 avril

Atelier créatif sur le thème du printemps + goûter
15h / 17h - la CaSa



Scrabblues ! De la musique blues et des jeux : cartes, scrabble, domino, tarot...
15h / 17h - la CaSa



Mercredi 22 avril

Création d'un épouvantail
+ goûter - Dès 6 ans
14h / 16h - la CaSa



Jeudi 23 avril

Équipe prog' famille
Construisons ensemble les prochaines sorties et balades en famille
14h / 16h - la CaSa



Mardi 28 avril

Pique-nique du printemps : jeux, ateliers nature, goûter dans le jardin
11h30 / 16h - Jardin partagé de la CaSa



Mercredi 29 avril

Atelier cuisine et repas
spécialités aveyronnaises
9h30 / 13h30 - la CaSa



Equipe prog' jeunes
Viens participer à la création de projets pour les jeunes : tournoi de foot, concours de talents...
Pour les 16/25 ans
15h / 16h30 - la CaSa



Jeudi 30 avril

Atelier cuisine
pour les 11 / 14 ans
14h / 16h30 - la CaSa



INFOS DU MOIS

APPEL À CONTRIBUTION

Pour ces ateliers créatifs, la CaSa collecte : pots de yaourts, filets, bouteilles en plastique, bouchons, ficelle, raphia, chutes de tissus et vieux vêtements (propres)... Déposez-les à l'accueil !



SPECTACLE « SARABANDE »

de la Scène Nationale d'Albi : 10€ / place



► MARDI 12 MAI À 20H30

Cap'Découverte - Le Garric
Cirque / Musique - Dès 8 ans

Places limitées à acheter à la CaSa avant le 6 mai



ANIMATIONS SUR INSCRIPTION :

05 63 36 14 40 | centresocial-cias@3c-s.fr

Animations familles

Animations tout public

Animations seniors

Animations jeunes

Navette gratuite proposée, sur inscription
* PRIORITÉ AUX PERSONNES NON VÉHICULÉES



Collation offerte lors de chaque animation



GRATUIT (sauf contre indication)



Adhésion à la CaSa obligatoire : 6€ / foyer / an



La CaSa : 32ter av. Boulouc Torcat à Carmaux