

# JANVIER 2025

## Mardi 7 janvier

### Pause entre parents

Discussion et échanges sur l'alimentation, astuces et conseils pour le goûter des enfants avec Stéphanie, diététicienne

8h30 / 10h30 - École Jean Jaurès à Carmaux

## Mercredi 8 janvier

**Blabathé :** temps convivial entre parents  
8h30 / 9h30 - École Augustin Malroux à Blaye

**Sorties en famille :** Parents, grands-parents, venez partager vos envies pour les prochaines sorties collectives pour les familles  
13h45 / 15h30 - la CaSa



## Jeudi 9 janvier

### Papotes entre parents

Temps convivial entre parents  
8h30 / 9h30 - École Jean Moulin à Carmaux

**Atelier décoration** de la vitrine d'accueil sur le thème de la neige : chalet, luge, bonhomme de neige...  
14h / 17h - la CaSa

## Vendredi 10 janvier

**Atelier Linguistique :** discussion en français  
14h30 / 16h - la CaSa

## Lundi 13 janvier

**Programmation des activités :** partagez vos idées pour les prochains ateliers (premier trimestre 2025). A vous de jouer !  
14h / 16h - la CaSa



## Mardi 14 janvier

**Escapade enchantée ?** Participez à l'organisation d'un séjour pour personnes seules (2 jours en Aveyron) suivi d'un repas partagé, galette offerte  
10h / 12h - la CaSa

**Atelier création :** Créez de jolies fèves en pâte Fimo !  
14h / 16h - la CaSa

**Parlot'âge :** Temps convivial autour de la galette pour les bénévoles qui rendent visite à des personnes isolées et celles et ceux qui sont intéressés par le projet  
14h / 16h30 - la CaSa

## Mercredi 15 janvier

**Itinéraire culinaire**  
Atelier cuisine de préparation de galettes des rois (dégustation le lendemain)  
9h / 12h - la CaSa  
14h / 17h - la CaSa



**Atelier créatif :** Crée ton autocollant ! Avec Vanessa Puig artiste-graphiste  
Dès 6 ans, goûter offert  
14h / 16h30 - la CaSa

**Butin'âge :** Associations, habitants, préparons ensemble la programmation 2025 - avec Unis-Cité et Les Voisins de Gourgatieu  
14h30 / 16h30 - la CaSa

## Jeudi 16 janvier

**Réparation de vélo**  
Apprenez à réparer votre vélo  
9h / 12h - la CaSa



**Rencontre de mémoires**  
Lectures de tranches de vies de nos aînés à l'EHPAD de Monestiés - goûter partagé  
14h / 16h30 - départ de la CaSa à 13h30

## Jeudi 16 janvier

**Goûter Galette** pour fêter la nouvelle année : dégustation des galettes réalisées lors de l'atelier du 15/01  
16h - la CaSa

## Lundi 20 janvier

**Atelier créatif :** Création de décoration en carton pour le char de la St Privat  
14h / 17h - la CaSa



## Paroles d'habitants des quartiers populaires

Venez partager votre quotidien ! Apéro-discussion en partenariat avec la Fédération des Centres Sociaux - FIGO  
17h30 / 19h - la CaSa

## Mardi 21 janvier

**Petit-déjeuner sucré-salé**  
Présentation d'un projet Alimentation saine et locale, anti-gaspi, petit budget avec les Restos du Cœur  
8h30 / 11h30 - Restos du Cœur (3 rue de la verrerie)



## Mercredi 22 janvier

**Atelier Nature en famille**  
Découverte de la biodiversité... des plus petits insectes aux plus jolies fleurs - avec Unis-Cité, goûter offert  
14h / 16h30 - la CaSa



## Jeudi 23 janvier

**Atelier créatif :** Création de décoration en carton pour le char de la St Privat  
14h / 17h - la CaSa

## Vendredi 24 janvier

**Initiation à la réflexologie plantaire** : apprenez à pratiquer en autonomie  
15h / 17h - la CaSa

## Mardi 28 janvier

**Écoute ton quartier**  
Exposition photos et sonore du projet *Qu'est-ce qu'être un homme ? Être une femme ?* à partir des paroles d'habitant·es recueillies par la Cie Cavaluna  
Pot convivial  
14h30 / 16h30 - la CaSa

## ANIMATIONS SUR INSCRIPTION :

05 63 36 14 40 | [centresocial-cias@3c-s.fr](mailto:centresocial-cias@3c-s.fr)

- **Collation offerte lors de chaque animation**
- **GRATUIT (sauf contre indication)**
- **Adhésion à la CaSa obligatoire : 6€ / foyer / an**
- **La CaSa : 32ter av. Bouloc Torcatis à Carmaux**

## Mercredi 29 janvier

**Sortie Butin'âge :** Balade à la découverte de Carmaux d'hier et d'aujourd'hui - Goûter offert  
14h / 16h30 - la CaSa



## BON PLAN

### ► PROFITEZ DE SPECTACLES À PRIX RÉDUITS

Tarifs conventionnés avec la Scène Nationale d'Albi-Tarn : 10€ (places limitées)

**EMPIRE** : mardi 11 février à 20h (danse) - *Inscription avant lundi 3 février*

**BÉABA** : mercredi 5 mars à 19h (danse) - *Inscription avant lundi 24 février*

**RÉMI** : mardi 25 mars à 20h (théâtre jeune public)  
*Inscription avant lundi 17 mars*