

# MARS 2026

## Mardi 3 mars



Journée découverte sportive : Jeux le matin, prévoir le pique-nique, pratique douce du rugby l'après-midi pour les 11/14 ans avec l'US Carmaux Rugby 9h45 / 16h - RDV au stade av. Neckarsulm à Carmaux ou départ de la CaSa à 9h30

## Les mardis au jardin



Le printemps arrive ! On reprend le chemin du jardin : visite printanière, jeux (*pour tous les âges*), goûter à croque-sel. Pour se détendre et passer un bon moment en plein air ! 14h15 / 16h30 - au jardin de la CaSa ou 14h départ de la CaSa

## Mercredi 4 mars



Soirée Pizza : on papote envies et projets autour d'une pizza faite maison. Tu peux même amener tes ingrédients préférés !

À partir de 15 ans  
18h / 20h - la CaSa

## Vendredi 6 mars

### La CaSa Mobile sur le marché de Carmaux :

Accueil convivial autour d'un thé ou d'un café au camion jaune ! Exposition « Toutes Présidentes »



dans le cadre de la Journée internationale des droits des femmes  
8h30 / 12h - Devant la salle François Mitterrand

## Mardi 10 mars

**Pause entre parents :**  
Petit déjeuner, moment convivial d'échanges et présentation des activités familles de la CaSa  
8h30 / 10h - École Jean Moulin à Carmaux

## Mercredi 11 mars

**Scrabblues !** De la musique blues et un scrabble pour un après-midi jeux réussi !  
15h / 17h - la CaSa



## Jeudi 12 mars

**À petits petons :** Atelier d'éveil et de partage pour les 0/3 ans et leurs parents Thème « ce qui m'entoure »  
10h / 11h30 - Pampelonne Médiathèque cantonale



## Mobilités solidaires

Présentation des résultats de l'enquête Mobilités avec un film et échanges autour du projet de covoiturage solidaire  
10h / 12h - la CaSa



## Vendredi 13 mars

**Papotes entre parents :**  
Petit déjeuner, moment convivial d'échanges et présentation des activités familles de la CaSa  
8h30 / 9h30 - École Jean Moulin à Carmaux



## Mardi 17 mars

**Balade en poésie**  
Petite balade ponctuée de lectures et autres créations par Giuseppe au fil du chemin des planquetttes de Moularès - Avec la Médiathèque cantonale de Pampelonne dans le cadre du Printemps des poètes  
14h / 17h à Moularès ou Covoiturage à 13h15 depuis la CaSa



## Mercredi 18 mars

**Répétition commentée du spectacle Résistantes 39-45.** Ces invisibles qui ont fait la France libre  
durée 1h15 - à partir de 14/15 ans. Suivie d'un goûter et d'un atelier créatif  
14h30 / 17h - la CaSa



## Jeudi 19 mars

**Mobilités solidaires**  
Présentation des résultats de l'enquête Mobilités avec un film et échanges autour du projet de covoiturage solidaire - en partenariat avec l'EVS l'Escale  
14h30 / 16h30 - Le Ségur



## Vendredi 20 mars

### Ciné-débat :

Découvrir de nouvelles formes d'habitat pour les seniors - *Gratuit - par le Collectif Bien Vieillir en Carmausin & Clap Actions en partenariat avec le CNAV*  
19h30 - Clap Ciné Carmaux



## Mercredi 25 mars

**Atelier Cuisine une escapade en Italie**  
Préparation puis dégustation - *avec la participation des jeunes de l'IME Bellevue - Places limitées à 4*  
9h15 / 12h45 - la CaSa



## Jeudi 26 mars

**Mobilités solidaires**  
Présentation des résultats de l'enquête Mobilités avec un film et échanges autour du projet de covoiturage solidaire  
17h30 / 19h30 - Moularès



Centre Social Carmausin-Ségalé

## Vendredi 27 mars

### Exposition

« Toutes présidentes » Visite guidée et quizz  
14h30 / 15h30 - la CaSa



## Mardi 31 mars

**Atelier créatif Parents**  
Fabrication de pierres apaisantes à base d'argile. Venez partager un moment de créativité et de répit entre parents  
14h / 16h - la CaSa



**Ciné-débat**  
« La solitude... Parlons d'elle »

Film réalisé par CaVaLuNa et des hommes du territoire, dont des adhérents de la CaSa, qui partagent leurs histoires et leur vision de la solitude aujourd'hui. Projection suivie d'un échange convivial autour d'un apéritif  
19h - la CaSa



## INFOS DU MOIS

### TRAVAUX

Des travaux sont en cours dans nos locaux à Carmaux pour améliorer l'accueil mais la CaSa continue de fonctionner normalement !

### EXPOSITION

Dans le cadre de la Journée internationale des droits des femmes, venez découvrir « Toutes présidentes » des portraits de tarnaises engagées - avec la Bibliothèque départementales du Tarn du 9 au 27 mars à la CaSa



## ANIMATIONS SUR INSCRIPTION :

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

### Animations réservées aux familles

### Animations intergénérationnelles

### 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. Bouloc Torcatis à Carmaux