

SEPTEMBRE 2025

Mardi 2 septembre

★ L'habitat partagé : parlons-en !

Participez à l'organisation de visites d'habitats partagés, pour seniors et intergénérationnels, présents en Carmausin-Ségala. Des visites conviviales, imaginées et co-construites avec un groupe d'habitants.

10h / 12h - la CaSa

Samedi 6 septembre

★ Journée des associations du Carmausin

Retrouvez la CaSa parmi les nombreux stands présents !

10h / 17h30 - Parc du Candou à Carmaux



Mercredi 10 septembre

★ Balade "la vallée du Viaur : histoire, biodiversité et défis contemporains"

Partez à la découverte de la vallée du Viaur aval, au niveau des Infournats : son histoire et les activités humaines passées et contemporaines qui ont con-

tribué à façonner le paysage. Avec l'Office de tourisme du Ségala Tarnais et l'EPAGE du Bassin Viaur

14h / 17h - Jouqueviel
RDV sur place ou navette * depuis la CaSa à 13h15 🚌

Jeudi 11 septembre

À petits petons

Atelier d'éveil et de partage pour les 0/3 ans et leurs parents sur le thème : des couleurs et des saisons

10h / 11h30
Médiathèque cantonale de Pampelonne



Visite de la résidence senior "Les Jardins de Pampelonne"

Découvrez un habitat pensé pour les seniors : présentation de la résidence, alternatives au domicile classique et initiatives favorisant le lien social dans le Carmausin-Ségala.

14h / 17h - 4 route de Prunet à Pampelonne
RDV sur place ou navette * depuis la CaSa 🚌

Jeudi 11 septembre

★ Réunion d'informations sur le nouveau projet de la Cie CaVaLuNa

Vous êtes un homme et vous avez envie de partager votre vécu ? Venez vous informer sur ce projet et rencontrer les professionnels qui réaliseront un documentaire sur vos expériences de vie.

17h30 - la CaSa



Mercredi 17 septembre

★ Journée portes ouvertes de la CaSa !

L'occasion de (re)découvrir les actions, les projets et la large palette d'activités proposées tout au long de l'année. Venez visiter les locaux, rencontrer l'équipe d'animation autour d'un goûter convivial et vous (re)inscrire aux ateliers hebdomadaires de la CaSa.

14h / 18h - la CaSa



Mercredi 24 septembre

★ Balade "à la découverte des arbres et arbustes de la vallée du Viaur"

Découvrez la richesse de la nature le long de la rivière avec Philippe Durand, de l'association Tarnaise de Sciences Naturelles. Petite randonnée accessible dès 6 ans

14h / 17h - site de Thuriès à Pampelonne
RDV sur place ou navette * depuis la CaSa à 13h30 🚌



Jeudi 25 septembre

★ Journée sécurité routière pour les seniors

Que vous soyez piéton, cycliste ou automobiliste, évaluez vos aptitudes et recevez des conseils pratiques pour circuler en toute sécurité. Au programme : simulateur de conduite, séances de con-

duite gratuites avec moniteur (inscription au 07 87 47 73 30), contrôle de la vue, prévention, aide administrative (carte grise, permis...), assurance, conférence, vélo à assistance électrique (aide + essai),...

9h / 12h - RDV à la CaSa



★ Journée de prévention santé femme

Venez prendre soin de vous et bénéficier d'examens et de conseils gratuits auprès de professionnels de santé : diététicienne, sage-femme... Avec Filieris

13h45 / 16h
RDV à la CaSa



LES ATELIERS HEBDOMADAIRES

(RÉ)INSCRIPTIONS À PARTIR DU 17/09

⚠️ Ateliers gratuits de septembre à juin, sur inscription auprès de l'accueil (places limitées) !

REPRISE À PARTIR DU 22/09

> **Mémoire**
 Le lundi de 14h à 16h30

> **Patchwork**
 Le lundi de 14h à 17h

> **Linguistique**
 Pour apprendre le français
 Le mardi de 14h à 17h
 Le jeudi de 10h à 11h30

> **Tricot**
 Le mardi de 14h à 16h45

> **Jardinage**
 Le jeudi de 8h30 à 10h30

> **Culture générale**
 Le jeudi de 14h à 16h30

> **Broderie**
 Le jeudi de 14h à 17h

> **Couture (initiation)**
 1 mercredi sur 2 de 9h à 12h ou de 14h à 17h



ANIMATIONS SUR INSCRIPTION :

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

📍 Animations réservées aux familles

★ Animations intergénérationnelles

📈 Animations Bien vieillir (+60 ans)

🚌 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. Boulloc Torcatès à Carmaux