

AVRIL - JUIN 2022

PROGRAMME DU CENTRE SOCIAL ARCE EN CIEL

&

DE L'ESPACE DE
VIE SOCIALE

ATELIERS | RENDEZ-VOUS | SORTIES | ANIMATIONS

Animations ouvertes à tous



**ANIMATIONS DU CENTRE
SOCIAL ARC EN CIEL**

P.5 à P.19

**ANIMATIONS DE
L'ESPACE DE VIE SOCIALE**

P.20 à P.27

ARC EN CIEL CENTRE SOCIAL DE LA CCGSTG

Ouvert à tout public, le centre social Arc en Ciel de la Communauté de communes GRAND SUD TARN & GARONNE (CCGSTG) est agréé par la Caisse d'Allocations Familiales de Tarn-et-Garonne. Il intervient sur l'ensemble des communes de la CCGSTG. Co-animé par les professionnels du centre social et l'association Trait d'Union,

il propose des actions qui répondent aux besoins des familles et des habitants. Il a pour mission de soutenir la fonction parentale et la vie associative, d'impulser des projets dans les domaines de la prévention santé et de la cohésion sociale, en favorisant la participation des habitants et des associations.

Vous y trouverez :

*un accueil, un lieu d'écoute et de convivialité,
des animations, des ateliers, des sorties.*

VOUS AVEZ DES IDÉES, DES PROJETS ?

Venez-nous en parler, ensemble nous verrons comment les réaliser.

LES TARIFS DES ATELIERS

Ateliers en présentiel

MULTIMÉDIA, CRÉA-TRUCS, RENDEZ-VOUS DES JARDINIERS, RÉCUP' DE PALETTES, TOUT FAIRE SOI-MÊME, A' TABLONS-NOUS, COUTURE, BOUGEONS EN FAMILLE, REMUE-MÉNINGES, BOUVILLON DE LECTURE, JOUONS TOUS ENSEMBLE, LE RENDEZ-VOUS DES PARENTS D'ADOS, LE CAFÉ DES PARENTS, ATELIER CUISINE EN FAMILLE. LECTURE À DOUBLE VOIX, ATELIER D'ÉCRITURE.



	Habitant GRAND SUD TARN & GARONNE (par personne)	Extérieur GRAND SUD TARN & GARONNE (par personne)
● 1 séance	1€	2€
● Carte 10 séances	9€	18€

ATELIERS GRATUITS

LES P'TITES BALADES, CAFÉ DES PARENTS,
ESPACE DE RENCONTRE PARENTS/ ENFANTS,
LE RENDEZ-VOUS DES PARENTS D'ADOS,
INFORMATIONS COLLECTIVES :
RÉNOVATION ÉNERGÉTIQUE,
DÉPARTS EN FAMILLE POUR L'ÉTÉ

EXCEPTIONNEL ! GRATUITS POUR LES ADHÉRENTS DE PLUS DE 60 ANS

«MON PARCOURS FORME» ET «LE RENDEZ-VOUS DES JARDINIERS»

Actions soutenues par la Carsat au titre de l'appel à projet inter régimes et Agence Régionale de Santé 2020-2021 et la conférence des financeurs 2021.

Nombre de places limitées par atelier, inscriptions obligatoires

ANIMATIONS DU CENTRE SOCIAL



POUR LA FAMILLE P.5 À 7



TOUT PUBLIC P.8 À 9



POUR LES ADULTES P.10 À 12



LES RENDEZ-VOUS DU BIEN ÊTRE P.13 À 15



SPÉCIAL VACANCES DE PRINTEMPS P.16 À 19



Café des parents

Le café des parents est un rendez-vous pour se retrouver, échanger entre parents, futurs parents, grands-parents... Vous y partagerez des idées, des informations, des repères parfois nécessaires dans la vie d'un parent.

POUR QUI ? Pour tous parents et grands-parents



Mardi 19/04 de 9h30 à 10h30
Mardi 24/05 de 9h30 à 10h30
Mardi 7/06 de 9h30 à 10h30



LABASTIDE-SAINT-PIERRE
France Services, 90 avenue Jean Jaurès



Mardi 10/05 de 9h30 à 10h30
Mardi 14/06 de 9h30 à 10h30



GRISOLLES
France Services, 9 rue Faugères

Places limitées ! Inscription obligatoire pour chaque date auprès de Vanessa 07 72 51 57 73.



Bougeons en famille Verdun-sur-Garonne

Atelier co-animé par le Centre social et l'Espace de Vie Sociale (EVS) de la CCGSTG

Ce sont des animations familles dédiées aux parents et aux grands-parents d'enfants de tous les âges (on s'adapte à chaque âge) désireux de partager des temps de rencontres et de participer à des animations collectives de loisirs : créatives, culturelles, artistiques, sportives.

POUR QUI ? Pour tous enfants accompagnés par ses parents, grands-parents, oncle, tante.

Atelier les p'tits scientifiques

ET SI ON ÉTAIT TOUS DE GRANDS SCIENTIFIQUES ?!!! Chacun fait découvrir l'expérience scientifique de son choix aux autres « p'tits scientifiques »



Mercredi 27/04 de 15h à 16h30



VERDUN-SUR-GARONNE
Communauté de communes GRAND SUD TARN
ET GARONNE, 302 route d'Auch

Places limitées ! Inscription obligatoire auprès de Vanessa 07 72 51 57 73.

POUR LA FAMILLE

Bougeons en famille « Jeu de piste en famille »

Atelier co-animé par le Centre social et l'Espace de Vie Sociale (EVS) de la CCGSTG

Animation famille dédiée aux parents et aux grands-parents accompagnés d'enfants âgés de plus de 3 ans. Vous aimez chercher des indices et répondre aux énigmes ? Partez à la découverte d'énigmes à résoudre en vous amusant et en découvrant le territoire entre villages, vignes et patrimoine.

Venez découvrir ce jeu de piste en famille.



Mercredi 25/05 de 15h à 17h



SAINT-SARDOS

Rendez-vous au 2 chemin de Naudin (parking de la cave de saint sardos)

Places limitées ! Inscription obligatoire auprès de Vanessa 07 72 51 57 73.

Bougeons en famille « Trouve mon galet »

Atelier co-animé par le Centre social et l'Espace de Vie Sociale (EVS) de la CCGSTG

Animation famille dédiée aux parents et aux grands-parents accompagnés d'enfants de tous les âges.

- Tu as une âme d'artiste? Viens peindre ton galet Pour après le cacher sur le chemin de l'île de Labreille !
- Faites-le en famille (enfants à partir de 4 ans) et arrêt à l'observatoire des oiseaux



Mercredi 22/06 de 15h à 16h30



VERDUN-SUR-GARONNE

Rendez-vous au Parc Garonne, rue du Guet

Places limitées ! Inscription obligatoire auprès de Vanessa 07 72 51 57 73.





Espace de rencontre parents - jeunes enfants

Un lieu de rencontre convivial entre parents et enfants pour les enfants de la naissance à 3 ans, accompagnés d'un parent ou d'un adulte référent.

Il permet de passer un moment agréable de détente et de convivialité ensemble petits et grands, de partager un temps d'échange et de jeu avec son enfant.

En toute simplicité et dans la bienveillance !

POUR QUI ? Pour les parents, et les enfants de moins de 3 ans



Jeudi 21/04 de **9h30 à 12h30**

Jeudi 19/05 de **9h30 à 12h30**

Jeudi 23/06 de **9h30 à 12h30**



LABASTIDE-SAINT-PIERRE

France Services, 90 avenue Jean Jaurès

Places limitées ! Inscription obligatoire auprès de Vanessa 07 72 51 57 73.

RÉSEAU
Parentalité 





Les Rendez-vous des jardiniers

Atelier co-animé par le Centre social et Antoine, bénévole de Trait d'Union.

Antoine propose un atelier pratique de jardinage. Venez apprendre à jardiner ou parfaire vos connaissances ! Il répondra à toutes vos questions.

Semis et rempotages légumes et fleurs de jardin !

- Boutures herbacées d'aromatiques .
- Plantation commune d'une planche de pomme de terre .
- Comment faire une rotation de culture sur un petit jardin ?



Mercredi 27/04 de 9h30 à 12h



LABASTIDE-SAINT-PIERRE
France Services, 90 avenue Jean Jaurès
Au jardin partagé de Labastide

- Pique-nique et barbecue au jardin pour ceux qui le souhaitent.
- Plantation de tomates (différents essais de taille et plantations).
- Plantation de notre lasagne mise en place en octobre 2021 ainsi qu'un carré de courges diverses et patates douces
- Comment attirer les insectes au jardin ?



Mercredi 11/05 de 9h30 à 12h



LABASTIDE-SAINT-PIERRE
France Services, 90 avenue Jean Jaurès
Au jardin partagé de Labastide

- Plantation d'un carré aromatique et semis, d'une parcelle de gazon et d'une prairie fleurie.
- Comment marcotter un arbuste ?
- Pourquoi faut-il pailler son jardin ?



Mercredi 25/05 de 9h30 à 12h



LABASTIDE-SAINT-PIERRE
France Services, 90 avenue Jean Jaurès
Au jardin partagé de Labastide

- Pique-nique et barbecue au jardin pour ceux qui le souhaitent.
- Lutter contre les maladies et les ravageurs d'une façon écologique.
- Faut-il tailler les tomates ?
- Entretien de nos cultures communes.



Mercredi 15/06 de 9h30 à 12h



LABASTIDE-SAINT-PIERRE
France Services, 90 avenue Jean Jaurès
Au jardin partagé de Labastide

Places limitées ! Inscription obligatoire auprès de Christine 06 85 52 73 71.





TOUT PUBLIC FAMILLE-SEUL-ENTRE AMIS

Atelier « récup » de palettes

Atelier co-animé par le Centre social et Philippe, bénévole de Trait d'Union.

Bricolage à partir de palettes de récupération

Apprendre à réutiliser les palettes jetables : créations en tous genres, jardinières, meubles...
Cet atelier évoluera en fonction de vos envies et de vos demandes.



Mercredi 27/04 de 14h à 17h

Mercredi 25/05 de 14h à 17h

Mercredi 22/06 de 14h à 17h



LABASTIDE-SAINT-PIERRE

France Services, 90 avenue Jean Jaurès

Places limitées ! Inscription obligatoire pour chaque date auprès de Christine 06 85 52 73 71.



Atelier créa-trucs

Fête du printemps

Venez réaliser une création sur le thème du printemps, de jolies fleurs en papier, animaux en carton, peinture de fleurs avec les mains...

POUR QUI ? Adultes seuls, familles, activités adaptées à tous les âges.



Mardi 26/04 de 14h à 17h



LABASTIDE-SAINT-PIERRE

France Services, 90 avenue Jean Jaurès

Places limitées ! inscription obligatoire auprès de Valérie 07 50 56 78 51 ou Christine 06 85 52 73 71.

Atelier couture

Atelier co-animé par le Centre social et Annie, bénévole de Trait d'Union.

Apprendre ou progresser en couture, créer des vêtements, des pochettes pour vos appareils multimédias ou customiser vous intéresse ? Rejoignez-nous seul ou en famille à cet atelier.

Créations selon le niveau de chacun.



Mercredi 6/04 de 14h à 17h

Mercredis 11 et 25/05 de 14h à 17h

Mercredis 8 et 22/06 de 14h à 17h



LABASTIDE-SAINT-PIERRE

France Services, 90 avenue Jean Jaurès

Places limitées ! Inscription obligatoire pour chaque date auprès de Christine 06 85 52 73 71.

POUR LES ADULTES

Atelier remue-méninges

Atelier co-animé par le Centre social et Véronique, bénévole de Trait d'Union.

Etes-vous prêt à relever des défis, à jouer avec votre logique, votre sens de l'observation et votre mémoire ?
Si la réponse est positive, cet atelier est pour vous !



Jeudi 14/04 de 10h30 à 12h
Jeudi 12/05 de 10h30 à 12h
Jeudis 2 et 16/06 de 10h30 à 12h



LABASTIDE-SAINT-PIERRE
France Services, 90 avenue Jean Jaurès

Places limitées ! Inscription obligatoire pour chaque date auprès de Christine 06 85 52 73 71.



Lundis 4 et 11/04 de 14h à 16h
Lundis 13, 20/06 de 14h à 16h
Lundis 9, 16, 23, 30/05 de 14h à 16h



GRISOLLES (Sous réserve du contexte sanitaire)
France Services, 9 rue Faugères
POMPIGNAN
Salle associative

Places limitées ! Inscription obligatoire pour chaque date auprès de Valérie au 07 50 56 78 51.



Atelier créa-trucs

Un atelier de loisirs créatifs où les talents de chacun sont les bienvenus.



Mardi 17/05 de 14h à 17h
Mardi 14/06 de 14h à 17h



LABASTIDE-SAINT-PIERRE
France Services, 90 avenue Jean Jaurès

Places limitées ! Inscription obligatoire pour chaque date auprès de Christine 06 85 52 73 71.



POUR LES ADULTES

Atelier multimédia

Vous avez des difficultés pour extraire vos photos de votre téléphone portable, envoyer des emails, rechercher des informations sur internet, utiliser les logiciels de votre ordinateur ou encore effectuer vos démarches administratives en ligne ? Rejoignez l'atelier multimédia du Centre social.



Judi 07/04 de 14h à 16h
 Judi 12/05 de 14h à 16h
 Jedis 9 et 23/06 de 14h à 16h



LABASTIDE-SAINT-PIERRE
 France Services, 90 avenue Jean Jaurès

Places limitées ! Inscription obligatoire pour chaque date auprès de Christine 06 85 52 73 71.

Atelier co-animé par le Centre social, Martine et Gérard, bénévoles de Trait d'Union

Mardis 12 et 19/04 de 14h à 16h
 Jedis 14 et 21/04 de 10h à 12h



Mardis 10, 17, 24 et 31/05 de 14h à 16h
 Jedis 12 et 19/05 de 10h à 12h



GRISOLLES
 France Services, 9 rue Fauçères

Mardis 7, 14, 21 et 28/06 de 14h à 16h
 Jedis 2, 9, 16, 23, 30/06 de 10h à 12h

Places limitées ! Inscription obligatoire pour chaque date auprès de Valérie 07 50 56 78 51.



Atablons-nous Atelier cuisine

Vous aimez cuisiner ? Rejoignez-nous pour découvrir de nouvelles recettes proposées par les participants !



Judi 14/04 de 14h à 16h
 Judi 19/05 de 14h à 16h
 Jedis 2 et 16/06 de 14h à 16h



LABASTIDE-SAINT-PIERRE
 France Services, 90 avenue Jean Jaurès

Chaque participant(e) amène ses ingrédients

Places limitées ! Inscription obligatoire pour chaque date auprès de Christine 06 85 52 73 71.



POUR LES ADULTES

Bouillon de lecture

Chacun a sa relation personnelle avec les livres, les histoires et les mots. Lire c'est voyager, imaginer. Vous avez une appétence pour la lecture ? Vous avez envie de faire découvrir une œuvre, un auteur ou votre passage préféré à un lecteur potentiel ? Alors, inscrivez-vous à cet atelier !



Mercredi 27/04 de **14h à 15h30**
Mercredi 1^{er}/06 de **14h à 15h30**



GRISOLLES
France Services, 9 rue Faugères

Places limitées ! Inscription obligatoire auprès de Valérie 07 50 56 78 51.



Atelier d'écriture

Atelier co-animé par le Centre social et la médiathèque de Grisolles

Vous êtes conviés à un moment de rencontre et de découverte autour de l'écriture sous la tonnelle de la médiathèque.

Un atelier d'écriture, qu'est-ce que c'est ?

C'est un moment pour jouer avec les mots. Nous vous proposons des jeux d'écriture, c'est-à-dire des petites consignes ludiques pour écrire des phrases ou des textes courts.

Le but de ces jeux est de se familiariser avec l'écriture, de s'amuser, de se laisser surprendre par les idées qui nous viennent, et de développer peu à peu une confiance en sa capacité d'écrire, grâce au plaisir partagé de jouer avec les mots.



Judi 02/06 de **14h30 à 16h**



GRISOLLES
Médiathèque Pascal Grousset, 27 rue Adrien Hébrard

Places limitées ! Inscription obligatoire auprès de Valérie 07 50 56 78 51.



LES RENDEZ-VOUS DU «BIEN-ÊTRE»

Les petites balades du Centre social

Envie de prendre l'air, de marcher tranquillement et régulièrement à plusieurs en toute convivialité, venez nous rejoindre seuls ou en famille ! Entre 1 et 3 kms de balade pendant une heure maximum, une fois par semaine.

Vendredis 1, 8 et 15/04 de **9h30 à 10h30**

Vendredis 6, 13, 20/05 de **9h30 à 10h30**

Vendredis 3, 10, 17 et 24/06 de **9h30 à 10h30**



GRISOLLES

Espace socio culturel, chemin du canal
(le long du canal)

Rendez-vous devant l'espace socio-culturel de Grisolles chemin du canal (au bord du Canal) à 9h30.

Places limitées ! Inscription obligatoire pour chaque date auprès de Christine 06 85 52 73 71.

Promenade co-animée par le Centre social et Philippe, bénévole de l'association Trait d'union

EXCEPTIONNEL À FABAS

Envie de prendre l'air, de marcher tranquillement et d'observer la nature pendant 1 heure.

Vendredi 29/04 de **10h30 à 11h30**



GRISOLLES

Espace socio culturel, chemin du canal
(le long du canal)

2 rendez-vous possibles :

10h à Grisolles à France services, 9 rue François Faugères

ou

10h30 à Fabas, place de la Mairie

Inscription obligatoire auprès de Christine 06 85 52 73 71 ou Valérie 07 50 56 78 51.





LES RENDEZ-VOUS DU «BIEN-ÊTRE»

Tout faire soi-même

Un atelier pour prendre soin de soi et de son intérieur en réalisant des produits cosmétiques et ménagers sains, écologiques et économiques.

- Nous réaliserons un dentifrice solide, des bonbons citron-propolis et une pierre d'argile nettoyante.



Mardi 12/04 de 14h à 16h



LABASTIDE-SAINT-PIERRE
France Services, 90 avenue Jean Jaurès

- Nous réaliserons un nettoyeur pour les sols purifiant et détartrant au savon noir et un fondant de douche



Mardi 31/05 de 14h à 16h



LABASTIDE-SAINT-PIERRE
France Services, 90 avenue Jean Jaurès

- Nous réaliserons un savon liquide et un liquide vaisselle



Mardi 28/06 de 14h à 16h



LABASTIDE-SAINT-PIERRE
France Services, 90 avenue Jean Jaurès

Places limitées ! Inscription obligatoire pour chaque date auprès de Christine 06 85 52 73 71.

NOUVEAUTÉ À GRISOLLES

- Nous réaliserons un sérum d'Aloe Vera repulpant et désaltérant, une pierre d'argile et une lotion démaquillante à la rose de Damas.



Vendredi 20/05 de 10h à 12h



GRISOLLES
France Services, 9 rue Faugères

Places limitées ! Inscription obligatoire auprès de Valérie 07 50 56 78 51.



PARCOURS 2 À LABASTIDE-SAINT-PIERRE

Un cycle d'ateliers pour se maintenir en forme.

Parcours 2

ATELIER FLEUR DE BACH. PARTIE 1

Mercredi 30/03 de 14h à 15h30

Pour le premier atelier : présentation du Dr Edward Bach, sa découverte des fleurs et leurs usages à des fins de gestion des émotions, leur système de « soin », leurs applications et leurs limites, le célèbre Remède de Secours Rescue et ses applications les 5 fleurs qui composent la première catégorie, « les Fleurs de Peur ». Enfin, la séance se terminera par de petits exercices pratiques.

Intervenant : Christophe CADENE (1)

Petit rappel : cet atelier est aussi pour les participantes du parcours forme 1.

1.ATELIER POSTURAL AFIN D'ÉVITER OU RÉDUIRE LE MAL DE DOS

Lundi 11/04 de 14h à 15h30

Conseils et exercices afin d'éviter d'avoir mal au dos.

Intervenante : Océane SANTIN(1)

2.ATELIER FLEUR DE BACH. PARTIE 2

Mercredi 13/04 de 14h à 15h30

À l'occasion de ce second atelier, MR CADENE vous fera un tour d'horizon complet des 38 quintessences florales qui permettra à chacun de détecter la ou les fleurs correspondantes à ses émotions du moment. Un petit quizz pratique vous sera proposé. Enfin, chaque participant apprendra à préparer une dilution et repartira avec un flacon spray personnalisé

Intervenant : Christophe CADENE (1)

Petit rappel : cet atelier est aussi pour les participantes du parcours forme 1.

3.ATELIER CARDIO

Lundi 09/05 de 14h à 15h30

Pour préserver son système cardio vasculaire. Prévoir une tenue de sport (joggings, baskets, petite bouteille d'eau et une serviette).

Intervenante : Océane SANTIN (2)

4.ALIMENTATION FORME

Mardi 10/05 de 14h à 15h30

Mieux manger pour être en forme.

Intervenante : Emilie RAYMOND (4)

5.SOPHROLOGIE ET SOMMEIL PARTIE 1

Mercredi 11/05 de 10h à 11h30

Des exercices pour faciliter le sommeil au moment du coucher ou en cas d'insomnies.

Intervenante : Sylvie MAURY (3)

6.SOPHROLOGIE ET SOMMEIL PARTIE 2

Mercredi 18/05 de 10h à 11h30

Des exercices pour faciliter le sommeil au moment du coucher ou en cas d'insomnies.

Intervenante : Sylvie MAURY (3)

7. ATELIER POUR PRÉVENIR LES CHUTES

Lundi 23/05 de 14h à 15h30

Exercices et Conseil pour l'aménagement de son habitat.

Intervenante : Océane SANTIN (2)

8.ALIMENTATION SOMMEIL

Lundi 24/05 de 14h à 15h30

Une diététicienne répondra à vos questions : existe-il des aliments qui aident à s'endormir ? Le dicton « qui dort dine » est-il vrai ? etc... **Intervenante : Emilie RAYMOND (4)**



LABASTIDE-SAINT-PIERRE

France Services, 90 avenue Jean Jaurès

(1) : Acupuncteur, conseiller en Fleurs de Bach (2) : Professionnelle d'activités physiques adaptées séniors 82 (3) : Sophrologue (4) : Diététicienne du Réso 82

Pour plus d'informations ou pour vous inscrire contactez Christine au 06 85 52 07 71.



VACANCES DE PRINTEMPS DU 23/04 AU 07/05

Atelier créa-trucs pour tous

Atelier co-animé par le Centre social, l'Espace de Vie Sociale (EVS) de la CCGSTG

Venez réaliser une mangeoire à oiseaux.

Il est temps de retrouver les beaux jours et d'inviter les oiseaux dans son jardin, sa terrasse ou sur le rebord de sa fenêtre !

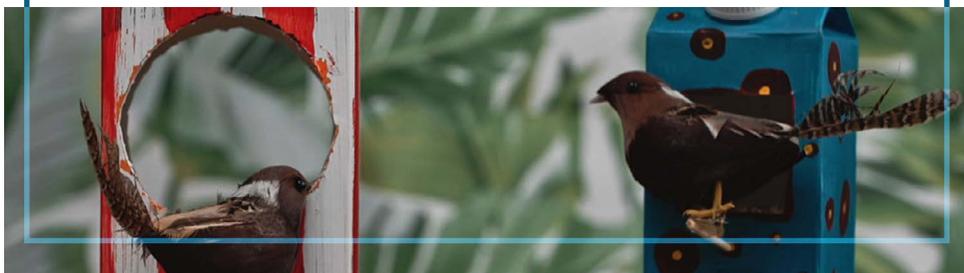


Vendredi 06/05 de 14h à 15h30



VERDUN-SUR-GARONNE
Communauté de communes GRAND SUD TARN
ET GARONNE, 302 route d'Auch

Places limitées ! Inscription obligatoire auprès de Vanessa 07 72 51 57 73.



Cuisine en famille

On réalisera un dessert gourmand, facile, et savoureux.

Recette choisie ou proposée par les participants
Les ingrédients vous seront fournis.



Vendredi 29/04 de 14h à 15h30



LABASTIDE-SAINT-PIERRE
France Services, 90 avenue Jean Jaurès

Places limitées ! Inscription obligatoire auprès de Vanessa 07 72 51 57 73.





VACANCES DE PRINTEMPS DU 23/04 AU 07/05

Atelier lecture à double voix en famille



Atelier co-animé par le Centre social et la médiathèque de Grisolles

Venez écouter de belles histoires lues à double voie par les animatrices de la médiathèque.



Jeu 28/04 de 9h30 à 10h15



GRISOLLES
Médiathèque P.GROUSSET, 27 rue Hébrard

Pour les parents /grands-parents et leurs enfants/petits-enfants âgés de 7-9 ans



Jeu 28/04 de 10h30 à 11h15



GRISOLLES
Médiathèque P.GROUSSET, 27 rue Hébrard

Pour les parents/grands-parents et leurs enfants/petits-enfants âgés de 3-6 ans

Places limitées ! inscription obligatoire auprès de Valérie 07 50 56 78 51.

Jouons tous ensemble - Pour petits et grands

Atelier co-animé par le Centre social, l'Espace de Vie Sociale (EVS) de la CCGSTG et la Ludothèque itinérante « Tour de Jeu »

Grands jeux en bois, jeux d'ambiance, coopératifs, de plateaux.

Amusons-nous tous ensemble! Cet atelier propose à toutes générations confondues de se retrouver pour jouer à de multiples jeux.



Mardi 3/05 de 14h à 17h



LABASTIDE-SAINT-PIERRE
France Services, 90 avenue Jean Jaurès



Mercredi 4/05 de 14h à 17h



GRISOLLES
France Services, 9 rue Faugères

Places limitées : inscription obligatoire pour chaque date auprès de Vanessa 07 72 51 57 73 ou de Christine 06 85 52 73 71.





VACANCES DE PRINTEMPS DU 23/04 AU 07/05

Atelier créa-trucs

Fête du printemps

Venez réaliser une création sur le thème du printemps, fleurs en papier, couronnes de fleurs, peinture d'oiseaux du printemps avec les mains, peinture d'un champ fleuri...

POUR QUI ? Adultes seuls, familles, activités adaptées à tous les âges



Mardi 26/04 de 14h à 17h



LABASTIDE-SAINT-PIERRE
France Services, 90 avenue Jean Jaurès

**Places limitées : inscription obligatoire auprès de
Valérie 07 50 56 78 51 ou de Christine 06 85 52 73 71.**



Les petites balades du Centre social

Promenades co-animées par le Centre social et Philippe de l'association Trait d'union.

Prendre l'air, marcher tranquillement et observer la nature pendant 1 heure.

EXCEPTIONNEL À FABAS



Vendredi 29/04 de 10h30 à 11h30



2 rendez-vous possibles :
- Grisolles à France services, 9 rue François Faugères à 10h.
- Fabas, place de la Mairie à 10h30.



Vendredi 29/04 de 9h30 à 10h30
Vendredi 6/05 de 9h30 à 10h30



GRISOLLES
Espace socio culturel, chemin du canal
(le long du canal)

Rendez-vous devant l'espace socio-culturel de Grisolles chemin du canal (au bord du Canal) à 9h30.

**Places limitées : inscription obligatoire pour chaque date auprès de
Valérie 07 50 56 78 51. ou de Christine 06 85 52 73 71.**



A VOS AGENDAS

Information Les départs en vacances pour l'été !

Réunion co-animée avec Cécile NANDJAYE, Chargée d'intervention sociale
CAF de Tarn et Garonne

EXCEPTIONNEL

Pour les familles : des séjours, en camping, en mobile home ou bien en centres de vacances, en villages vacances...

Pour les enfants : séjour en colonie de vacances, en camp ou centres de loisirs



Mardi 19/04 de 18h à 19h30



LABASTIDE-SAINT-PIERRE
France Services, 90 avenue Jean Jaurès



Mercredi 20/04 de 14h à 15h30



VERDUN-SUR-GARONNE
Communauté de communes GRAND SUD TARN
ET GARONNE, 302 route d'Auch



Vendredi 22/04 de 10h à 11h30



GRISOLLES
France Services, 9 rue Faugères

Places limitées : inscription obligatoire auprès de Vanessa 07 72 51 57 73

Information La rénovation énergétique

Réunion co-animée par le CAUE (Conseil d'Architecture, d'Urbanisme
et de l'Environnement)

EXCEPTIONNEL

Information collective sur la rénovation énergétique de vos maisons

Vous souhaitez améliorer le confort de votre habitation, soit en isolation, soit en acoustique, mais vous ne savez pas comment être accompagné dans cette démarche et vous ne connaissez pas les nombreuses aides existantes?

Venez à cette information collective. On répondra à vos questions.
Vous pourrez par la suite avoir un suivi individuel.



Mardi 7/06 de 18h à 20h



LABASTIDE-SAINT-PIERRE
France Services, 90 avenue Jean Jaurès

Places limitées : inscription obligatoire auprès de
Valérie 07 50 56 78 51 ou de Christine 06 85 52 73 71.

ANIMATIONS DE L'ESPACE DE VIE SOCIALE



POUR LES ADULTES P.22 À 23



POUR LA FAMILLE P.24



TOUT PUBLIC P.25



SPÉCIAL VACANCES DE PRINTEMPS P.26 À 27



Nouvel Espace de Vie Sociale à Verdun-sur-Garonne

La Communauté de communes GRAND SUD TARN & GARONNE (CCGSTG) propose aux habitants du territoire un nouveau lieu d'écoute, de convivialité et d'animation :

l'Espace de Vie Sociale (EVS) situé 302 route d'Auch, à Verdun sur Garonne.

Que vous soyez en famille ou seul, habitant de longue date sur le territoire ou nouvel arrivant, venez découvrir et participer à des ateliers co-animés par Manda, animatrice de l'EVS, et des bénévoles de l'association Trait d'Union. Vous y trouverez des ateliers parents-enfants, des animations pour les adultes, la causerie des habitants (lieu de discussion ouvert à tous), etc.

Vous avez envie de partager vos passions et vos talents lors d'un atelier ?

Vous avez des idées ou vous souhaitez participer à des projets collectifs pour favoriser le lien entre habitants ? Poussez la porte et venez nous rencontrer.

Pour plus d'informations, contactez Manda au 07 56 38 05 12

Ou rendez-nous visite à la Communauté de communes, 302 route d'Auch à Verdun-sur-Garonne

Lundi, Mardi : 9h - 17h

Mercredi : 9h - 17h30

Jeudi : 9h - 17h15

Vendredi : 9h - 16h

Ateliers en présentiel

CRÉA-TRUCS, LE RENDEZ-VOUS DES HABITANTS, ATELIER CROCHET, LES BALADES, TOUT FAIRE SOI-MÊME, LES P'TITS SCIENTIFIQUES, BOUGEONS EN FAMILLE, J'AIME SORTIR, INFORMATION COLLECTIVE.



	Habitant GRAND SUD TARN & GARONNE (par personne)	Extérieur GRAND SUD TARN & GARONNE (par personne)
● 1 séance	1€	2€
● Carte 10 séances	9€	18€



Atelier **crochet**

Création au crochet

L'atelier crochet est un joli moment pour papoter, passer un moment convivial tout en créant.

Vous êtes doué pour le crochet, le tricot ou vous avez toujours rêvé de savoir tricoter ou crocheter ? Vous êtes les bienvenus dans ce nouvel atelier ! Dans l'esprit d'échanges réciproques de savoirs, nous allons apprendre les techniques du crochet pour réaliser ce que vous avez envie. Place à votre imagination ! Des idées de confection : un bandeau de tête, une pochette, une écharpe, ... Venez à plusieurs ou seul pour découvrir ce nouveau rendez-vous !

Matériel : amenez vos pelotes de laine, vos crochets, vos aiguilles à tricoter (si vous en avez).



Mardis 05/04, 12/04, 19/04
de **14h15 à 16h**



Mardis 10/05, 17/05, 24/05, 31/05
de **14h15 à 16h**



VERDUN-SUR-GARONNE
Espace de Vie Sociale, 302 route d'Auch

Places limitées : inscription obligatoire auprès de Manda 07 56 38 05 12



POUR LES ADULTES

Tout faire soi-même

Création de sérum visage et liquide vaisselle

Un atelier pour prendre soin de soi et de son intérieur en réalisant des produits cosmétiques et ménagers sains, écologiques et économiques.

Nous réaliserons un sérum d'Aloe Vera repulpant et désaltérant et un liquide vaisselle au savon noir.



Jeudi 21/04 de 14h30 à 16h



VERDUN-SUR-GARONNE
Espace de Vie Sociale, 302 route d'Auch

Places limitées : inscription obligatoire auprès de Manda 07 56 38 05 12



Les balades pour tous

Seul, entre amis.

Venez prendre l'air, papoter, se rencontrer dans une ambiance détendue toutes les semaines pour une heure maximum !



Mercredi 13/04 de 10h30 à 11h30

Jeudis 14,21/04 de 10h30 à 11h30

Jeudis 5, 12 et 19/05 de 10h30 à 11h30

Mercredis 11, 18/05 de 10h30 à 11h30

Mercredis 8, 15, 22 et 29/06 de 10h30 à 11h30

Jeudis 2,9,16, 23 et 30/06 de 10h30 à 11h30



VERDUN-SUR-GARONNE

Rendez-vous au parking en face du restaurant
Mix et Thé (à droite après le pont de Verdun)
lieu susceptible de changer

Places limitées : inscription obligatoire auprès de Manda 07 56 38 05 12



Atelier les p'tits scientifiques

Atelier co-animé par le Centre social et l'Espace de Vie Sociale (EVS) de la CCGSTG

ET SI ON ÉTAIT TOUS DE GRANDS SCIENTIFIQUES ?!!!

A partir de 5 ans

« Les p'tits scientifiques » sont des ateliers d'expériences en tout genre, surprenants, amusants pour partager un moment de complicité entre grands-parents, oncle, tante, parents et bien sûr accompagnés des enfants. A prévoir ! Si tu peux, prépare chez toi une expérience scientifique de ton choix que tu montreras aux autres familles des petits scientifiques. Sinon, tu peux venir quand même !



Mercredi 27/04 de 15h à 16h30



VERDUN-SUR-GARONNE
Espace de Vie Sociale, 302 route d'Auch

Places limitées : inscription obligatoire pour chaque date auprès de Manda 07 56 38 05 12



Bougeons en famille « Jeu de piste en famille »

Atelier co-animé par le Centre social et l'Espace de Vie Sociale (EVS) de la CCGSTG

Activité adaptée à partir de 3 ans

Les familles ayant des enfants de différents âges sont les bienvenues

« Bougeons en famille » c'est le moment où toute la famille est réunie pour prendre l'air et s'amuser ensemble. Vous souhaitez participer ou vous voulez découvrir le jeu de piste? Vous aimez chercher des indices et répondre aux énigmes ? Partez à la découverte de notre territoire entre villages, vignes et patrimoine.



Mercredi 25/05 15h à 17h



SAINT-SARDOS
Rendez-vous au 2 chemin de Naudin
(parking de la cave de Saint Sardos)

Places limitées : inscription obligatoire pour chaque date auprès de Manda 07 56 38 05 12



TOUT PUBLIC FAMILLE-SEUL-ENTRE AMIS

Atelier créa-trucs

Atelier création, décoration, avec pliage de livres et marque-pages origami

A partir de 6 ans

« Créa-trucs » est un atelier de loisirs créatifs intergénérationnel.

Venez créer seul ou en famille avec vos enfants, de merveilleuses créations avec des livres ! Oui oui des livres ! Au programme : réalisation de vases, d'animaux grâce à la technique de pliage de livres et origami pour créer des marque-pages décoratifs et/ou rigolos.



Mercredi 13/04 de 15h à 16h30



VERDUN-SUR-GARONNE
Espace de Vie Sociale, 302 route d'Auch

Places limitées : inscription obligatoire pour chaque date auprès de Manda 07 56 38 05 12.



VACANCES DE PRINTEMPS DU 23/04 AU 07/05

J'aime sortir « Trouve mon galet »

Atelier co-animé par le Centre social et l'Espace de Vie Sociale (EVS) de la CCGSTG

A partir de 4 ans

Les familles ayant des enfants de différents âges sont les bienvenues ! Venez nous rejoindre seul ou en famille.

Tu as une âme d'artiste? Viens peindre ton galet pour après le cacher sur le chemin de l'île de Labreille !

Faites-le en famille (enfants à partir de 4 ans) et arrêt à l'observatoire des oiseaux.



Vendredi 06/05 de 14h à 15h30



VERDUN-SUR-GARONNE
Rendez-vous au Parc Garonne, rue du Guet

Places limitées : inscription obligatoire pour chaque date auprès de Manda 07 56 38 05 12.



VACANCES DE PRINTEMPS DU 23/04 AU 07/05

Atelier créa-trucs

Atelier co-animé par le Centre social et l'Espace de Vie Sociale (EVS) de la CCGSTG

A partir de 6 ans

Il est temps de retrouver les beaux jours et d'inviter les oiseaux dans son jardin, sa terrasse ou sur le rebord de sa fenêtre ! Venez confectionner seul ou en famille avec vos enfants, de merveilleuses mangeoires à oiseaux dans la bonne humeur et plein de créativité. Vous repartirez avec votre réalisation du jour.



Vendredi 06/05 de 14h à 15h30



VERDUN-SUR-GARONNE

Espace de Vie Sociale, 302 route d'Auch

Places limitées : inscription obligatoire pour chaque date auprès de Manda 07 56 38 05 12.

Jouons tous ensemble

Pour les petits et les grands

Atelier de loisirs intergénérationnels co-animé par le Centre social et l'Espace de Vie Sociale (EVS) de la CCGSTG

Le jeu sous toutes ses formes, est placé à l'honneur. Il y en aura pour tous les goûts, du plus petit au plus grand. La devise est de s'amuser et de rigoler !

A découvrir : de grands jeux en bois, des jeux d'ambiance, plateaux animés par la Ludothèque itinérante « Tour de Jeu ».



Mercredi 04/05 14h à 17h



GRISOLLES

France Services, 9 rue Faugères

Places limitées : inscription obligatoire pour chaque date auprès de Manda 07 56 38 05 12 ou de Vanessa 07 72 51 57 73.



LUDOTHÈQUE
itinérante





Information Les départs en vacances pour l'été !

Réunion co-animée avec Cécile NANDJAYE, Chargée d'intervention sociale
CAF de Tarn et Garonne

EXCEPTIONNEL

Tout savoir sur les départs en vacances

Pour les familles : des séjours, en camping, en mobile home ou bien en centres de vacances, en villages vacances...

Pour les enfants : séjour en colonie de vacances, en camp ou centres de loisirs



Mercredi 20/04 de 14h à 15h30



VERDUN-SUR-GARONNE

Espace de Vie Sociale, 302 route d'Auch

Places limitées : inscription obligatoire pour chaque date auprès de Manda 07 56 38 05 12.





CENTRE SOCIAL

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

FRANCE SERVICES

90 avenue Jean Jaurès 82370 LABASTIDE-SAINT-PIERRE

Ouverture : ● lundi 8h30-12h30
 ● mardi 13h30-17h
 ● mercredi 9h30-12h30 et 13h30-17h
 ● jeudi 14h-17h
 ● vendredi 8h30-12h15 et 13h-16h

FRANCE SERVICES

9 rue François Faugères 82170 GRISOLLES

Ouverture : ● lundi 14h-17h
 ● mardi 9h30-12h30 et 14h-18h
 ● mercredi 8h30-12h30 et 14h-17h
 ● jeudi 9h-12h30 et 14h-17h30

CONTACTS

✉ centresocial@grandsud82.fr

☎ Pour contacter le centre social composer :

- Direction : 05 32 09 53 41 ou 06 70 57 17 23
- Animation :
 Christine : 05 32 09 53 43 ou 06 85 52 73 71
 Vanessa : 05 32 09 53 48 ou 07 72 51 57 73
 Valérie : 05 32 09 05 89 ou 07 50 56 78 51



ESPACE DE VIE SOCIALE DE LA CCGSTG

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

RENSEIGNEMENTS

Communauté de communes - 302, route d'Auch 82600 VERDUN-SUR-GARONNE

Ouverture : ● lundi 09h - 17h
 ● mardi 9h - 17h
 ● mercredi 9h-17h30
 ● jeudi 9h-17h15
 ● vendredi 9h-16h

CONTACTS

☎ Pour contacter l'Espace de Vie Sociale :

- Direction : 06 70 57 17 23
- Animation : Manda : 07 56 38 05 12

