

CENTRE SOCIAL

PROGRAMME
D'ACTIVITÉS

Avril
à juillet

ATELIERS POUR TOUS

NOUVEAUTÉ !



CROCHET

Le crochet s'invite au centre social, monter une chaînette, crocheter des mailles serrées, des mailles coulées... Une histoire de maille !

jeudis 16h00 - 17h30

Venez avec votre matériel, Anne notre bénévole vous explique tout !

TRAVAUX D'AIGUILLES

Tous niveaux confondus
(animés par Catherine)

lundis 13h30-16h30

En autonomie

jeudis 14h00-17h00

CUISINE COOPÉRATIF

Vous êtes gourmands ? Vous souhaitez partager vos recettes et vos petits secrets de cuisine ? Inscrivez-vous auprès du CCAS pour confectionner et partager un repas ensemble.

vendredis 12 avril, 17 mai, 14 juin
10h00 - repas vers 12h30

Participation financière demandée.

NUMÉRIQUE POUR TOUS

2 groupes de niveau.

jeudis 9h00-10h30 et 10h45-12h15

• APPRENTISSAGE DU • FRANÇAIS

• **3 créneaux horaires en fonction**
• **des niveaux :**

• **mardis** 14h00-15h30

• **jeudis** 9h30-11h00

• **vendredis** 10h00-11h30

• "ART FLORAL"

• **Découvrez l'art de la création florale**
• **et faites votre propre composition**

• **animé par Isabelle Claude**

• **mercredi 24 avril, 29 mai et 26 juin**
• 10h00-11h30

• *La liste des fournitures est à retirer au CCAS avant chaque atelier. Limité à 10 personnes maximum.*

PARENTALITÉ



SORTIE FAMILLE À LA MER

C'est parti pour une journée à la mer, direction Narbonne Plage et ses activités ensoleillées !

Samedi 6 juillet

*inscription avant le 28 juin
avec participation financière •
Voyage en bus
Départ 7h15 • Retour vers 19h*

ATELIERS PARENTS/ENFANTS

**Ateliers Parents/Enfants
par "Marcher à 4 pattes" (-3ans)**

Chants et comptines

**lundis 22 et 29 avril, 13 et 27 mai,
10 et 17 juin**

au Relais Petite Enfance

Bien-être bébé

mercredis 15 et 5 juin

au Relais Petite Enfance

Bricolage/cuisine

"Mains de mômes"

mardis 2 avril, 7 mai et 4 juin

au Centre Social

à partir de 9h30

*inscription obligatoire auprès de
l'association 06.04.03.05.93*

ESPACE ECOUTE PARENTS

**Une question, vous rencontrez une difficulté, vous souhaitez échanger avec une psychologue ?
Beatrice FABRE vous reçoit en entretien confidentiel et gratuit.**

vendredis après-midi sur rendez-vous

VITALITÉ FAMILLE

Être parents aujourd'hui, venez échanger et partager les expériences autour d'un café

**mercredis 20 mars, 3 avril
et 15 mai**

9h30 - 11h30

PARTA JEUX !

Venez jouer en famille tous les mercredis et une fois par mois les experts de la Taverne de Gaal vous feront découvrir des nouveaux jeux de société !

mercredis 14h00 - 16h00



LE COIN DES AINÉS



ATELIER PRÉVENTION

Troubles de la mémoire : atelier destiné à aider les personnes à prévenir ou améliorer les troubles de la mémoire liés au vieillissement.

8 séances de 1h30/semaine (hors vacances scolaires)

ACTIVITÉ PLEIN AIR/RANDO

Journée nature, entre 12 et 17 kms de marche pour garder la forme !

vendredis à partir de 8h00

Rdv parking du centre social

ATELIER ÉQUILIBRE

Pour la prévention des chutes : dans un cadre bienveillant d'échanges et de conseils pratiques, des thèmes du quotidien seront abordés. Nul besoin d'attendre d'être au sol pour prendre soin de sa santé !

mardis 10h00-11h30

Places limitées

Inscriptions et adhésions obligatoires pour toutes les activités du programme.



CCAS /Centre social

19 rue des rossignols • 05.62.21.40.50

centre.social@mairie-beauzelle.fr