

L'ATELIER

ESPACE SOCIAL
ET CULTUREL
DE LAPANOUSE -
SAINT MARTIN
















NOVEMBRE 2022



7 Square Amiral Abrial – 81 000 ALBI
05 63 49 34 64
centre-social.lapanouse@mairie-albi.fr











CCAS **albi**
CENTRE COMMUNAL
D'ACTION SOCIALE

DU 7 AU 11 NOVEMBRE

HORAIRES	LUNDI 7/11	MARDI 8/11	MERCREDI 9/11	JEUDI 10/11	VENDREDI 11/11
9H - 10H	<p>Mieux  communiquer en Français</p>	<p>Le petit monde des Lucioles <i>Les livres signés</i></p> 	<p> Tous au jardin ! Atelier "Du blé au pain" 9h - 12h</p> 		
10H - 11H					
11H - 12H					
14H - 15H	<p> Échange de savoirs</p>	<p> Le médecin de la PMI est présent à l'Atelier !</p>	<p> Permanence du CAP</p>	<p>Atelier  couture</p> 	<p>Férialé <i>Le centre social est fermé</i></p>
15H - 16H					
16H - 17H					
17H - 18H	<p>Acc. à la  scolarité <i>Lundi sans cartable</i></p> 	<p>Acc. à la  scolarité</p> 		<p>Acc. à la  scolarité</p> 	
18H - 19H					

NOTE :

DU 14 AU 18 NOVEMBRE

HORAIRES	LUNDI 14/11	MARDI 15/11	MERCREDI 16/11	JEUDI 17/11	VENDREDI 18/11		
9H - 10H		Le petit monde des Lucioles <i>Gestion des émotions</i> 			* Mieux communiquer en Français * Gym 		
10H - 11H	Mieux * communiquer en Français		* Atelier informatique 				
11H - 12H							
14H - 15H	 Échange de savoirs	Renforcement & bien-être	 Permanence du CAP	* Atelier couture 			
15H - 16H							
16H - 17H							
17H - 18H	* Acc. à la scolarité Lundi sans cartable	* Acc. à la scolarité 		* Acc. à la scolarité 			
18H - 19H			* Spectacle Zugzwang 				

NOTE :











★ Spectacle à la Scène Nationale : "Zugzwang"

Jeudi 16 novembre à 19h30



* Activités sur inscription - RDV à l'accueil de l'Atelier

DU 21 AU 25 NOVEMBRE








HORAIRES	LUNDI 21/11	MARDI 22/11	MERCREDI 23/11	JEUDI 24/11	VENDREDI 25/11
9H - 10H		Le petit monde des Lucioles <i>Atelier danse, portage</i> 			Mieux communiquer en Français * 
10H - 11H	Mieux communiquer en Français *	Atelier informatique * 			
11H - 12H					
14H - 15H	 Échange de savoirs	Renforcement & bien-être	 Permanence du CAP	Atelier couture * 	 Spectacle Séniors
15H - 16H					
16H - 17H					
17H - 18H	Acc. à la scolarité * Lundi sans cartable	Acc. à la scolarité * 		Acc. à la scolarité * 	
18H - 19H					

NOTE :

Semaine "Les violences au sein du couple"
du 21 au 25 novembre



DU 28 NOVEMBRE AU 3 DECEMBRE

HORAIRES	LUNDI 28/11	MARDI 29/11	MERCREDI 30/11	JEUDI 1/12	VENDREDI 2/12			
9H - 10H	Mieux communiquer en Français *	Le petit monde des Lucioles Atelier alimentation du jeune enfant 			Mieux communiquer en Français *			
10H - 11H						Atelier informatique *		Tous à table 
11H - 12H								
14H - 15H	Échange de savoirs 	Renforcement & bien-être	Permanence du CAP 	Atelier couture *				
15H - 16H								
16H - 17H								
17H - 18H	Acc. à la scolarité * Lundi sans cartable	Acc. à la scolarité * 		Acc. à la scolarité *				
18H - 19H								

NOTE :

Tous à table - Cuisine à petit prix

Vendredi 2 décembre - 10h à 14h

Les Matinales

Samedi 3 décembre - 9h à 12h



MERCREDI 9 NOVEMBRE
DE 9H À 12H

JARDIN PARTAGÉ DE LAPANOUSE

Atelier du
blé au pain



SEMAINE DE
PRÉVENTION



ATELIERS
FORMATIONS
CINÉ DÉBAT

LES VIOLENCES AU SEIN DU COUPLE

22 > 25 NOV. 2022

ALBI RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS
MAISON DE QUARTIER-CENTRE
SOCIAL DE CANTEPAU :
05 63 49 10 95

Une organisation partenariale : Maison de quartier-centre social de Cantepau - Espace Adèle de Veyrières -
Atelier, espace social et culturel de Lapanouse - Espace de vie sociale Au Fil de Soi - Centre social et culturel de Saint-Juéry



Association
Judiciaire du Tarn



CCAS Albi
CENTRE COMMUNAL
D'ACTION SOCIALE



Albi
MA VILLE

MARDI 22 NOV.

**MAISON DE QUARTIER - CENTRE SOCIAL
de Contepau**

10h > 11h30
**Initiation à la
relaxation-méditation**
avec Caroline LAVAGNE
Salle de gym - 12 places

14h > 18h
**Sensibilisation
sur la prise en charge
des violences Intra-familiales
à destination des étudiants
et travailleurs sociaux**
par le BAVIP et l'Intervenante
Sociale en Commissariat
Salle de spectacle - 130 places

18h > 21h
**Ciné-débat : projection
du film « Dirty God »**
animé par le CIDFF et le BAVIP

MERCREDI 23 NOV.

**MAISON DE QUARTIER
du Castelveil**

10h > 12h
Initiation à la sophrologie
avec Arabella THOMAS
- 10 places -

JEUDI 24 NOV.

**CENTRE SOCIAL ET CULTUREL
de Saint-Juéry**

10h > 12h - 1^{er} atelier
Atelier « Estime de soi »
Comment s'aimer, s'accepter
et prendre soin de soi
- 10 places -

14h > 16h - 2^e atelier
Atelier « Estime de soi »
Conseils en image, prendre
plaisir à prendre soin de soi
- 10 places -



VENDREDI 25 NOV.

**Journée internationale de lutte contre
les violences faites aux femmes.**

**MAISON DE QUARTIER - CENTRE SOCIAL
de Contepau**

10h > 12h
Initiation au self-défense
avec Marc PAPEIX (club KMGL)
Salle de gym - 20 places

14h > 16h
Atelier « reconnexion à soi-même »
avec Richard TARDITI
Salle de gym - 12 places

TOUT AU LONG DE LA SEMAINE :

**Exposition d'affiches du CIDFF sur le thème des violences intrafamiliales
sur les panneaux numériques des maisons de quartier.**

Une organisation partenariale : Maison de quartier-centre social de Contepau - Espace Adèle de Veyrières -
Atelier, espace social et culturel de Lapanouse - Espace de vie sociale Au Fil de Saï - Centre social et culturel de Saint-Juéry

LE CCAS DE LA VILLE D'ALBI PROPOSE



Spectacle

Théâtre des Lices

Jeudi 24 novembre, dès 13h30

Glamard Prod
Tarif : 5€

INSCRIPTION AU CCAS DE LA VILLE D'ALBI
2, AVENUE COLONEL TEYSSIER - ALBI

mairie-albi.fr



CCAS **Albi**
• CENTRE COMMUNAL
D'ACTION SOCIALE

L'Atelier propose

Tous à table

Cuisine à petit prix



De 10 heures à 14 heures,
cuisinez et partagez un repas
pour cuisiner sainement et à
bas prix

VENDREDI 2 DÉCEMBRE

Gratuit - Atelier soumis à adhésion - Sur inscription

Les matinales
continuent la
couture !

SAMEDI

3/12

Atelier "Les Matinales"
09:00 à 12:00

L'ATELIER

ESPACE SOCIAL
ET CULTUREL
DE LA VILLOTTE -
SAINT MARTIN

LE

PETIT

MONDE

DES

LUCIOLES

LES MARDIS
DE 9H30 À 11H30
HORS VACANCES SCOLAIRES

Espace social et culturel "L'Atelier"
7, square Amiral Abrial - Albi

VENEZ DÉCOUVRIR
AVEC VOS ENFANTS DE MOINS DE 3 ANS
UN NOUVEL ESPACE D'ACCUEIL ET
D'ACTIVITÉS PARENTS- ENFANTS



mairie-albi.fr



CCAS **Albi**
• CENTRE COMMUNAL
D'ACTION SOCIALE