

ANIMATIONS SEPTEMBRE 2023

L'ESCAPADE

ACTIVITES FAMILLES, ADULTES, SENIORS et ANIMATION DE LA VIE SOCIALE

INSCRIPTIONS A PARTIR DU MARDI 12 SEPTEMBRE à 17h

Jeudi 14/09

Activ' Séniors

14h à 17h

Promenade au bord du Tarn
et goûter

Vendredi 15/09

Festi' Quartier Viastels

À partir de 18h

Apéro partagé

Mardi 19/09

Au Féminin *

14h15 à 15h30

Step/aérobic
1€/Pers



Jeudi 21/09

Activ' Séniors

9h à 14h

Sortie vélorail du Larzac
11€/Pers

Samedi 23/09

Récré' Familles

14h à 17h30

Promenons-nous et
goûter

Mercredi 20/09

Atelier des Petitous

Parents/enfants 0/6 ans

10h à 11h30

Boite à gâteau et banana
bread

Vendredi 22/09

Festi' Quartier Malhourtet

À partir de 18h

Repas de quartier
A déterminer

Mardi 26/09

Au Féminin *

14h15 à 15h30

Séance à la salle



Jeudi 28/09

Activ' Séniors

14h30 à 17h

"Vitalité +"

Activité physique adaptée
à solution sport



ANIMATIONS OCTOBRE 2023

L'ESCAPADE

ACTIVITES FAMILLES, ADULTES, SENIORS et ANIMATION DE LA VIE SOCIALE

INSCRIPTIONS A PARTIR DU MARDI 12 septembre à 17h

Mardi 3/10

Au Féminin *
14h15 à 15h45
Step/aerobic
1€/Pers



Jeudi 5/10

Activ' Séniors
14h à 17h
"Vitalité+"
Ma santé : Échangeons et
choisissons le prochain
repas ensemble ! *avec une
diététicienne*



Samedi 7/10

Récré' Familles
Sortie à déterminer

Mardi 10/10

Au Féminin *
14h15 à 15h30
Step/aerobic
1€/Pers



Jeudi 12/10

Activ' Séniors
10h30 à 18h
Balade en bateau aux écluses
de Fonsérannes à Beziers
8€/ pers

Samedi 14/10

Festi'Quartier
Viafels
A partir de 8h30
"Je p'tit déjeune
équilibré"

Mardi 17/10

Au Féminin *
14h15 à 15h30
Step/aerobic
1€/Pers



Mercredi 18/10

Atelier des Petitous
Parents/enfants 0/6 ans
10h à 11h30
« Raconte tapis » : c'est
l'automne

Jeudi 19/10

Activ' Séniors
10h à 15h
« vitalité+ »
Repas équilibré, avec
une diététicienne



Samedi 21/10

Festi'Quartier Malhourtet
A partir de 8h30 ou 9h15
"Je p'tit déjeune équilibré"
(Sur inscription)



Afin de participer aux activités, il est obligatoire de prendre la carte d'adhésion familiale 2023 à 15€ réduite à 7€50 de septembre à décembre. (sauf si activité ouverte à tous)

Prochaine inscription pour les vacances d'automne à partir du mardi 17 octobre à 17h.

Toute absence doit être prévenue au plus tôt. En cas de désistement non prévenu 2 jours à l'avance le paiement de l'activité ne sera pas mis en avoir.

*Activités programmées dans le cadre du programme de promotion de la santé porté par la ville et soutenu par l'ARS :



Centre Social Cause Les Amandiers rue Paul Claudel- BP 90121- 12101 Millau Cedex- Tel : 05.65.60.89.89

Email : accueil.cscause@gmail.com- Site : www.centresocial-millaugrandscausses.fr



Structure soutenue par :

