

Les ateliers réguliers

BOUG'EN SON

Tous les lundis
9h15-10h15

Venez nous rejoindre pour débiter la semaine par un réveil musculaire tout en douceur.

ATELIER THÉÂTRE

Tous les lundis et mardis
10h30 / 12h00

Découvrez le plaisir de jouer en utilisant le théâtre pour vous exprimer.

Salle MJC

Complet

BAIN DE LANGAGE

Les mardis
9h/10h30 et 10h30/12h

Les jeudis :
10h/11h30

Les vendredis
14h / 15h30

HYPNOSE

le lundi 13/04 de 18h à 19h30

Pause bien-être de 45 mn,
sur rdv, participation 5€

INFORMATIQUE

Tous les jeudis
de 14h à 16h

Aide et support informatique
personnalisé - sur RDV

MARCHE

Tous les mercredis
9h30 - 11h

"Balade papotage" au hasard
des rues et ruelles de la ville.

COUTURE/AIGUILLE

Le mardi 07/04
de 14h00 à 16h00

Pour apprendre les bases de la
couture ou du crochet et
partager vos savoirs-faire.

CAFÉ LECTURE

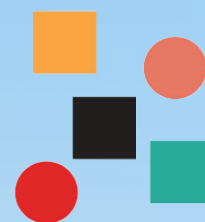
le vendredi 24/04
de 14h00 à 16h00

Partage ton livre ou film
préférés autour d'un café et d'un
gâteau.

SOPHROLOGIE

Tous les lundis
18h - 19h30

Un temps pour soi pendant
lequel on oublie tout.



mosaïque

centre social

LES ATELIERS D'AVRIL

ASSOCIATION LOU MERCAT

*Fondée sur les valeurs du respect de la
dignité humaine de la laïcité,
la solidarité, la mixité
et la participation.*

INFOS



Du lundi 14h - 17h
du mardi au Vendredi
9h-12h / 14h-17h



05.63.33.78.54 / 06 88 04 30 83



7, rue Marcellin Berthelot
81600 gaillac



animation.lou-mercat@orange.fr



www.lou-mercat.fr

Flashez-moi !



En Avril



VEN
3

Petit dej de Lou

9h15 - 10h30

Un petit café, du pain, de la confiture... passe un beau moment convivial !

MAR
7

Auberge Mosaïque

12h - 14h

Chacun amène sa spécialité. Inter-cultures, inter-génération, ouvert à tous, enfants bienvenus. Sur inscription - places limitées

MER
8

La Pause Parents

14h - 17h

Besoin d'échanger ? Marie, référente famille vous accueille. Thématique : le rythme du quotidien. A la Maison pour Tous

MAR
14

Parole aux habitants

14h - 16h

Réfléchissons ensemble sur tes envies et besoins, aux prochaines sorties et activités...

MER
15

Imagin Cinéma

13h30

Film au choix : Compostelle ou Super Mario Galaxy. 2€ par adulte, 1€ par enfant

Sur inscription, places limitées



VEN
17

Petit dej de Lou

9h15 - 10h30

Un petit café, du pain, de la confiture... passe un beau moment convivial !

Lien social et santé mentale

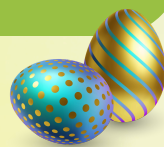
14h - 17h

Parlons santé mentale sans tabou : échanges, expression libre, découverte des ressources locales... et un goûter partagé convivial !

Soirée jeux

17h - 20h30

On joue, on rit et on partage nos petits plats ! Sur inscription - places limitées



Assemblée générale

14h - 16h

VEN
10

Des idées, des projets... on compte sur vous !

Curieux, futurs membres ou habitués : venez !

Et bien sûr, pot de l'amitié



Venez vous informer et préparer vos vacances : aides, sorties, loisirs, colonies !

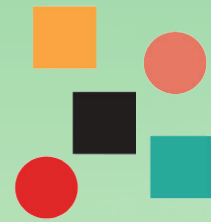
JOYEUSES Pâques



Défis des vacances:



Réalise un joli dessin de Pâques et viens l'accrocher sur le mur de ton centre social Mosaïque !



mosaïque
centre social

VACANCES SCOLAIRES
D'AVRIL

ASSOCIATION LOU MERCAT

Fondée sur les valeurs du respect de la dignité humaine de la laïcité, la solidarité, la mixité et la participation.



INFOS



Du lundi 14h - 17h
du mardi au Vendredi
9h-12h / 14h-17h



05.63.33.78.54 / 06 88 04 30 83



7, rue Marcellin Berthelot
81600 gaillac



animation.lou-mercat@orange.fr



www.lou-mercat.fr

Flashez-moi !



Carsat



En Avril



Pendant les vacances scolaires

LUN
20

Musée des Beaux Arts

14h - 16h30

Sorties parents/enfants

Explore le musée des Beaux-Arts autrement avec un jeu de l'oie ludique et interactif... suivi d'un goûter partagé convivial !
Sur inscription - places limitées



MAR
21

Atelier créatif

14h - 16h

Pour Adultes

Viens créer tes propres bijoux en perles et laisse parler ta créativité
Sur inscription - places limitées

Jeux de société/pizzas

19h - 22h

Parents/enfants + de 6 ans

Rires, défis et bonne humeur au rendez-vous... avant de partager une délicieuse pizza ensemble.
Sur inscription - places limitées

MAR
21

Atelier créatif

10h - 11h

Atelier parents/enfants (-6 ans)

Viens créer, bricoler et t'amuser ensemble pour un moment de complicité créatives !
Sur inscription - places limitées
Relais Parent Enfants
56 place d'Hautpoul - Gaillac

MER
22

Sortie à la forêt de Sivens

11h - 16h



Atelier Parents/Enfants

Envie de nature en famille ?
Petite balade, jeux, pétanque... et un repas partagé.
Sur inscription - places limitées

JEU
23

Atelier créatif

14H - 16H

Atelier Parents/Enfants

Thème : Pâques
Sur inscription - places limitées
Ecole Catalanis

VEN
24

Cuisine et repas partagé

9h30 - 14h

Cuisinons, apprenons, échangeons et partageons le repas du midi.
Sur inscription - places limitées



Atelier créatif

14h - 16h

Atelier Parents/Enfants

Thème : Pâques
Sur inscription - places limitées
Maison pour Tous



Petit rappel : pour que les ateliers parents-enfants soient un vrai moment partagé, la présence d'un adulte est indispensable.



LUN
27

Atelier créatif

14H - 16H

Parents/enfants

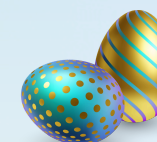
Thématique : Pâques
Sur inscription - places limitées

MAR
28

Atelier cuisine

14h - 16h30

Atelier parents/enfants
Enfile ton tablier, cuisine en famille et régalez-vous tous ensemble !
Sur inscription - places limitées



JOYEUSES Pâques

