

Interc' Mag

Loisirs Du 1/05/19 au 31/05/19
EN CARMAUSIN-SÉGALA

MAI A SEPTEMBRE 2019

Mercredi 1/05/19

Carmaux

Pêche à la truite

🕒 9h-17h 📍 Lac de la Roucarie

💶 Tarifs non communiqués.

La traditionnelle pêche du 1er mai se déroulera de 9h à 17h à la pisciculture de la Roucarie

☎ 06 85 06 02 52



© Pixabay

Du 1 au 31/05/19

Pampelonne

Exposition de peinture d'André Legallais

📍 Mairie de Pampelonne

💶 Gratuit.

La médiathèque de Pampelonne vous propose une exposition de peinture d'André Legallais

☎ 05 63 76 37 92

<https://www.pampelonne-tarn.com/>

Samedi 4/05/19

Cagnac-les-Mines

Premier festival des majorettes

🕒 10h-18h 📍 Salle sportive Jean François Blanc

💶 Gratuit.

Les majorettes de Cagnac les Mines vous proposent leur premier festival

☎ 06 26 02 81 30



Carmaux

Vide-greniers

🕒 8h-17h 📍 Centre de Loisirs Puech La Joie

💶 Gratuit. Gratuit pour les visiteurs Payant pour les exposants : 2€ le mètre linéaire.

La Calendreta de Carmaux Pic Aucel organise un vide-greniers au Centre de Loisirs Puech La Joie

☎ 06 68 13 76 11



© Pixabay

Le Ségur

Exposition artistes amateurs locaux - peintures et sculptures

🕒 13h30-18h 📍 Salle du temps libre

💶 Gratuit.

Cette exposition artistique présentera des peintures et des sculptures

☎ 06 76 94 40 38



© Association Cap et Cambas

Taix

Concert de Mai à Taix

🕒 20h30-22h30 📍 Eglise St Pierre

💶 Plein tarif : 7 €

Le FLEP de Taix organise un concert dans l'église du village, récemment ré-ouverte au public avec le groupe Swing Gospel

☎ 05 63 56 20 76 - 05 63 56 26 93

<http://flepdetaix.e-monsite.com/>



© FLEP de Taix

Dimanche 5/05/19

Cagnac-les-Mines

Vide jardin nature et exposition d'animaux

🕒 9h-18h 📍 Salle sports mairie

💶 Gratuit.

Le vide jardin sera accompagné d'une expositions d'animaux

☎ 06 19 93 45 23



© Pixabay

Le Ségur

Exposition artistes amateurs locaux - peintures et sculptures

🕒 10h-18h 📍 Salle du temps libre

💶 Gratuit.

Cette exposition artistique présentera des peintures et des sculptures

☎ 06 76 94 40 38



© Association Cap et Cambas

OFFICE DE TOURISME DU SÉGALA TARNAIS

+33(0)5 63 76 76 67 - accueil@tourisme-tarn-carmaux.fr

www.tourisme-tarn-carmaux.fr



Mardi 7/05/19

Valderiès

Initiation à l'informatique

🕒 14h-16h 📍 Association des centres sociaux du Ségala Tarnais

€ Gratuit.

Le centre social propose des stages d'initiation à l'informatique. Le programme sera élaboré en fonction des attentes du groupe (internet, mails, logiciels, jeux, sécurité, photos...).

☎ 05 63 56 55 88

www.cs-segalatarnais.org



Mercredi 8/05/19

Carmaux

Ségalez-Vous !

🕒 18h 📍 Devant le Point d'Accueil

Touristique de Carmaux

€ Gratuit.

Une fois par mois, l'Office de Tourisme du Ségala Tarnais vous invite à venir découvrir les produits du terroir au Point d'Accueil Touristique de Carmaux, place Gambetta.

☎ 05 63 76 76 67

<http://tourisme-tarn-carmaux.fr/>



© Office de Tourisme du Ségala Tarnais

Sainte-Croix

Randonnée pédestre à Sainte Croix

🕒 8h30-17h30 📍 Départ place de la halle

€ Tarifs non communiqués.

L'association "Expressions Saint-Cruciennes" vous propose une randonnée autour de Sainte-Croix

☎ 05 63 56 82 81



© Pixabay

Jeudi 9/05/19

Valderiès

Initiation aux tablettes tactiles

🕒 9h30-11h30 📍 Association des centres sociaux du Ségala Tarnais

€ Gratuit.

Le centre social propose des stages d'initiation aux tablettes tactiles. Le programme sera élaboré en fonction des attentes du groupe (internet, mails, applications, jeux, sécurité, photos...).

☎ 05 63 56 55 88

www.cs-segalatarnais.org



Du 10 au 11/05/19

Blaye-les-Mines

Représentation Théâtrale de l'Atelier Théâtre Blayais

🕒 20h-23h30 📍 Salle Guy-Pierre Fabre

€ Tarifs non communiqués.

L'Atelier de Théâtre Blayais vous propose une soirée théâtrale, salle des fêtes de Blaye Village

☎ 05 63 80 25 10



© Pixabay

Du 10 au 12/05/19

Tanus

Festival Atôme Crouzié

🕒 18h-21h 📍 Ferme de La Crouzié

€ Plein tarif : 9 / 11 €

Festival mélangeant de l'artisanat, des jeux et activités ludiques et familiales en journée et des spectacles théâtre, cirque et musique en soirée.

☎ 06 65 32 93 47

www.deboutlesyeux.com



© Léna Hamadou

Samedi 11/05/19

Carmaux

Prenez le temps d'une pause broderie !

🕒 14h-16h 📍 Mercerie Des Petits Boutons

€ Plein tarif : 29 €

Amoureuse, perfectionniste, badass, dilettante, vivante, optimiste, vorace, zen, indécise... quel est donc le petit mot que vous avez envie d'apprendre à broder ? A vous de choisir ! Elodie vous donne rendez-vous le samedi 11 mai de 14h à 16h.

☎ 05 63 36 60 15

<http://despetitsboutons.canalblog.com/>



© Mercerie Des Petits Boutons

Toute la lumière sur un film

🕒 14h30 📍 Centre culturel Jean-Baptiste

Calvignac

€ Gratuit.

Projection d'un film suivie d'une analyse filmique par Alice Vincens.

☎ 05 63 76 85 85

www.carmaux.fr



© Pixabay

Pampelonne

Scène ouverte et quizz musical

🕒 19h-10h30 📍 Jardin de Cantoperlic

€ Plein tarif : 3 / 5 €

Soirée scène ouverte et quiz musical. Musicien/nes, comédien/nes, poètes sont invités à faire découvrir leurs talents. Un quiz musical vous permettra de tester vos connaissances dans le domaine. Bar à tapas.

☎ 06 21 79 75 64



© Jardin de Cantoperlic

Dimanche 12/05/19

Blaye-les-Mines

Vide Greniers de l'Association des Parents d'Elèves de l'école Augustin Malroux

🕒 8h30-18h 📍 Salle Daniel Balavoine

€ Gratuit. Gratuit pour les visiteurs

Emplacements payants pour les exposants.

L'association des Parents d'Elèves de l'école Augustin Malroux vous propose un vide greniers en extérieur.

☎ 09 51 37 39 86



© Phabray

Carmaux

Expo-vente : véhicules anciens sportifs et prestigieux

🕒 10h-17h 📍 Salle François Mitterrand

€ Adulte : 2 €

Pour cette nouvelle édition, encore plus de youngtimers ! Les youngtimers, sportives ou d'exception, regroupent toutes les voitures emblématiques avec lesquelles nos générations et celles de nos parents ont appris à conduire et à se déplacer.

☎ 05 63 38 75 27



© Phabray

Atelier photo : Séance de base

🕒 14h-18h 📍 Annexe de la mairie

€ Plein tarif : 85 €

Vous aimez réaliser les photos mais la plupart du temps, vous n'êtes pas content du résultat ? Vous aviez pourtant acheté bien cher un bon appareil mais la photo ne rend pas l'ambiance que vous aviez vue et ressentie au moment de la prise de vue.

☎ 06 22 20 07 20

<https://jeromemiquelphotographe.fr/>



© miquelphoto.fr

Monestiés

6ème Troc de plantes

🕒 9h-17h 📍 Devant la salle des fêtes

€ Gratuit.

Nous vous donnons rendez-vous devant la salle des fêtes pour échanger vos plantes, graines et boutures.

☎ 06 75 07 42 80

<https://lezartsdanes.fr/2019/02/25/6eme-troc-de-plantes-12-mai-2019/>



© Lezarts d'Anes

Mardi 14/05/19

Carmaux

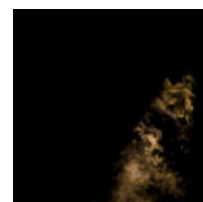
Lazare merveilleux (transport en bus)

🕒 19h 📍 Place Gambetta

€ Adulte : 15 €

Pour l'opération Ce soir on bouge !, un bus est affrété par la commission culture afin de découvrir ensemble un spectacle joué au grand théâtre de la scène nationale d'Albi. Une occasion unique de rêver en famille.

☎ 05 63 80 22 50



© Mairie de Carmaux

Cafés citoyens

🕒 20h 📍 Maison de la Citoyenneté

€ Gratuit.

Dans un esprit citoyen et un climat convivial venez-vous réunir autour de questions concernant notre société.

☎ 05 63 36 39 39



Valderiès

Initiation à l'informatique

🕒 14h-16h 📍 Association des centres sociaux du Ségala Tarnais

€ Gratuit.

Le centre social propose des stages d'initiation à l'informatique. Le programme sera élaboré en fonction des attentes du groupe (internet, mails, logiciels, jeux, sécurité, photos...).

☎ 05 63 56 55 88

www.cs-segalatarnais.org



Mercredi 15/05/19

Carmaux

Atelier Peinture

📍 Centre Culturel Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit.

Pinceaux, craies, crayons, tampons, collages... Tous les mois, une activité est proposée aux enfants pour découvrir, dessiner, jouer sous le regard de l'artiste qui propose des thèmes imaginatifs et originaux à chaque séance.

☎ 05 63 76 85 85

www.carmaux.fr



© Centre Culturel JB Calvignac

Jeudi 16/05/19

Carmaux

Stage Prévention Routière

🕒 8h-17h 📍 Maison de la Citoyenneté

€ Gratuit.

Ce stage gratuit de prévention routière vous est proposé par le Conseil Citoyen de Carmaux

☎ 06 23 38 31 80 - 06 27 56 12 71 - 06 26 09 17 86



© Pixabay

Valderiès

Initiation aux tablettes tactiles

🕒 9h30-11h30 📍 Association des centres sociaux du Ségala Tarnais

€ Gratuit.

Le centre social propose des stages d'initiation aux tablettes tactiles. Le programme sera élaboré en fonction des attentes du groupe (internet, mails, applications, jeux, sécurité, photos...).

☎ 05 63 56 55 88

www.cs-segalatarnais.org



Vendredi 17/05/19

Carmaux

Vernissage de l'exposition de printemps de l'Atelier Carmausin des Amis des Arts

🕒 17h30-19h30 📍 Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit.

L'Atelier Carmausin des Amis des Arts vous donne RDV salle Jacques Brel pour venir découvrir leur exposition de printemps lors de son vernissage.

☎ 06 25 06 44 62

<https://lesamisdesartsdecarmaux.jimdo.com/>



Samedi 18/05/19

Cagnac-les-Mines

Prélude à "La Nuit des Musées"

🕒 14h-18h 📍 Musée-Mine Départemental

€ Gratuit.

Avant La Nuit, le musée propose des animations singulières illustrées par des saynètes replaçant les femmes "au charbon".

☎ 05 63 53 91 70

<http://musees-departementaux.tarn.fr/index.php?id=mine-presentation>



© Collection Musée-mine départemental - Fonds-Armé Mailhettes

Carmaux

La cuisine du petit tajine : cours collectifs

🕒 9h-12h 📍 Maison de la Citoyenneté

€ Tarifs non communiqués.

Hanane vous propose : le tajine au lapin et amandes + gâteau aux dattes



Ludo Itinérante

🕒 14h30 📍 Centre Culturel Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit.

Jouez en famille et découvrez des jeux d'ici ou d'ailleurs, traditionnels ou d'auteurs, anciens ou nouveaux et toujours conviviaux !

☎ 05 63 76 85 85

www.carmaux.fr



© Pixabay

Cours yoga enfants et familles à Carmaux

🕒 16h-18h - de 16h à 17h : 7/11 ans de 17h30 à 18h : 3/6 ans 📍 Maison de la Citoyenneté

Dans un environnement calme, venez partager un moment de bien-être avec votre enfant et renforcer les liens qui vous unissent.

Au programme douceur, partage, joie, bienveillance et lâcher prise.

☎ 06 44 04 98 24

<https://www.bienetre-biengrandir.fr/>



© Association Bien Être Bien grandir

Nuit Européenne des Musées

🕒 20h-0h 📍 Musée/Centre d'Art du Verre

Pour cette nocturne, vous pourrez (re)découvrir l'exposition "Aujourd'hui et Demain" : une exposition consacrée à la jeune génération de créateurs verriers en France.

☎ 05 63 80 52 90

www.museeverre-tarn.com



© MNCMV Carmaux

Monestiés

Cours de yoga enfants et familles à Monestiés

🕒 10h-12h - de 10h à 10h30 : 2/3 ans de 11h à 12h : 7/11 ans modifications possibles - se renseigner 📍 Mairie de Monestiés

Dans un environnement calme, venez partager un moment de bien-être avec votre enfant et renforcer les liens qui vous unissent.

Au programme douceur, partage, joie, bienveillance et lâcher prise.

☎ 06 44 04 98 24

<https://www.bienetre-biengrandir.fr/>



© Association bien être bien grandir

Dimanche 19/05/19

Carmaux

Vide Greniers

🕒 9h-18h 📍 Place sainte Cécile

Grand Vide-Greniers organisé par l'Association des Parents d'Élèves du groupe scolaire Jean Baptiste Calvignac de 9 à 18h, 2€ le mètre, restauration et buvette sur place. Venez nombreux ! Convivialité et bonne humeur assurés !

☎ 06 74 96 52 80



Monestiés

Foire de Printemps de Monestiés

🕒 8h-18h

€ Gratuit.

Le dimanche 19 mai, la foule de chineurs en quête de détente dans le cadre verdoyant d'un des plus beaux villages de France, est attendue dans la petite cité médiévale pour la traditionnelle foire de printemps organisée par le comité des fêtes.

☎ 05 63 76 15 89



© Pixabay

Mardi 21/05/19

Valderiès

Initiation à l'informatique

🕒 14h-16h 📍 Association des centres sociaux du Ségala Tarnais

€ Gratuit.

Le centre social propose des stages d'initiation à l'informatique. Le programme sera élaboré en fonction des attentes du groupe (internet, mails, logiciels, jeux, sécurité, photos...).

☎ 05 63 56 55 88

www.cs-segalatarnais.org



Mercredi 22/05/19

Carmaux

L'heure du livre et du conte

🕒 16h-17h 📍 Centre Culturel Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit.

Les enfants de 3 ans et plus, accompagnés d'un grand découvrent les livres lus par les conteuses. Ils écoutent des histoires soigneusement choisies et regardent les illustrations qui stimulent leur imagination.

☎ 05 63 76 85 85

www.carmaux.fr



© Pixabay

Jeudi 23/05/19

Valderiès

Initiation aux tablettes tactiles

🕒 9h30-11h30 📍 Association des centres sociaux du Ségala Tarnais

€ Gratuit.

Le centre social propose des stages d'initiation aux tablettes tactiles. Le programme sera élaboré en fonction des attentes du groupe (internet, mails, applications, jeux, sécurité, photos...).

☎ 05 63 56 55 88

www.cs-segalatarnais.org



Vendredi 24/05/19

Mirandol-Bourgnounac

Pierre Antoine en CONCERT à La Grange et L'Etable

🕒 19h19-22h19 - Ouverture des portes à 19h 19 spectacle à 20h 19; délivrance des places "encas-ardoises-tartines" et buvette proposés jusqu'à 5 mn avant le spectacle. 📍 La Grange et L'Etable

€ Plein tarif : 9 / 12 € - Tarif réduit : 7 / 9 €

Fraîcheur et textes puissants de cet auteur-compositeur interprète !

☎ 06 87 39 00 40

Du 24 au 25/05/19

Blaye-les-Mines

Représentation Théâtrale de l'Atelier Théâtre Blayais

🕒 20h30-23h30 📍 Salle Daniel Balavoine

L'Atelier de Théâtre Blayais vous propose une soirée théâtrale, salle Daniel Balavoine à l'Endrevié

☎ 05 63 80 25 10



© Pixabay

Samedi 25/05/19

Carmaux

Atelier d'écriture créative

🕒 10h15 📍 Centre Culturel Jean Baptiste

Calvignac

€ Gratuit.

Vous aimez écrire et échanger ? Vous avez envie de tester le travail d'écriture ? Cet atelier est fait pour vous ! Stéphanie Chaulot, auteure et éditrice vous permet d'améliorer votre style, de développer vos idées et de mener à bien un projet d'écriture.

☎ 05 63 76 85 85

www.carmaux.fr



©neaby

Stage de danses traditionnelles

🕒 13h30-17h30 📍 Maison de la Citoyenneté

Le Cercle Occitan de Carmaux vous donne rendez-vous, salle Carlos Gardel à la Maison de la Citoyenneté pour des stages de danses traditionnelles tout public : débutants ou confirmés

☎ 06 15 80 40 11



Le Garric

Concert Les Enfoiros / Quel Festival

🕒 20h30-23h 📍 Maison de la Musique

€ Adulte : 15 €

80 étudiants, élèves ingénieurs de l'INSA de Toulouse seront sur scène pour présenter leur spectacle placé sous le thème des fêtes estivales.

☎ 06 11 01 13 73

www.enfoiros.org/



©Les Enfoiros

Pampelonne

Soirée Latino et jazz Manouche avec la famille ROITERO

🕒 19h-11h 📍 Jardin de Cantoperlic

€ Plein tarif : 12 / 15 €

Soirée repas (Grillades, salade, frites et dessert) et concert Latino et jazz Manouche avec la famille ROITERO

☎ 06 21 79 75 64



©Sakia Cluaba

Sainte-Gemme

Les puces savantes - Deux secondes

🕒 18h30 📍 Salle des Fêtes des Farguettes

Les puces savantes : Compagnie des Petits Miracles

Deux Secondes : Compagnie du Petit Monsieur

☎ 05 63 38 55 56

https://www.sn-albi.fr/spectacle.php?nav=0&id_spectacle=746



Valderiès

Ateliers bien-être en famille !

🕒 10h 📍 Association des centres sociaux du

Ségala Tarnais

€ Gratuit.

Vous vous sentez parfois dépassé, fatigué par les pleurs, les colères, les émotions de votre enfant ? Vous aspirez à plus de sérénité, de joie, de complicité au sein de votre famille ?

☎ 05 63 56 55 88

www.cs-segalatarnais.org/



Jeudi 30/05/19

Blaye-les-Mines

Concours d'Echec

🕒 8h-19h 📍 Salle Les Pilotis

€ Tarifs non communiqués.

Le club d'échecs de Blaye les Mines vous donne rendez-vous pour son grand concours d'Echecs

☎ 05 63 36 84 89



©neaby

Carmaux

Dialogues de comptoirs

🕒 20h30-22h30 📍 Annexe Mairie

€ Gratuit.

Penser par soi-même, en dehors de tout esprit de chapelle, de clan ou de parti. C'est l'esprit des dialogues. Le respect de l'autre et de sa parole nous animent.

☎ 06 11 84 14 17



©neaby

> A VOIR JUSQU'AU...

... 4/05/19

Monestiés

Stage de voile en optimist

🕒 14h-17h 📍 Canitrot -Riou Del Bosc

Ce stage de voile de 3 à 5 demi-journées s'adresse aux jeunes de 7 à 14 ans

☎ 05 63 36 71 14

<https://www.uscvoile.fr/>



©Phebay

... 27/10/19

Monestiés

Exposition - Etre Femme au Moyen Age

📍 Chapelle Saint Jacques

Venez découvrir l'exposition « Etre femme au Moyen Age », composée de panneaux explicatifs et de costumes médiévaux prêtés par l'Atelier de la Costumerie du Comité du Grand Fauconnier,

☎ 05 63 76 19 17

<https://www.monesties.fr/>



Exposition Musée Bajèn - Vega

📍 Musée Bajèn-Vega

Au travers de la thématique « Cultur'elles », découvrez la femme par Francisco Bajèn, déclinée en portraits, nus, dans des postures tour à tour traditionnelles et modernes... Par Martine Vega, souvent femmes de types méditerranéennes au regard profond.

☎ 05 63 76 19 17

<https://www.monesties.fr/>



©Mairie de Monestiés

Parcours éphémère "Caméléones" à Monestiés

📍 Place de la Mairie

€ Gratuit.

Au détour des ruelles de la cité médiévale, Monestiés vous propose un parcours éphémère composé de portraits de femmes investies dans la vie du village.

☎ 05 63 76 19 17

<https://www.monesties.fr/>



©Mairie de Monestiés

... 9/11/19

Mirandol-Bourgnounac

Expositions individuelles ou thématiques à La Grange et L'Étable

🕒 15h19-22h19 - selon programme 📍 LA

GRANGE ET L'ETABLE

€ Gratuit.

Expositions individuelles ou thématiques au sein de La Grange ou L'Étable, tout au long de l'année - Exposition collective estivale des artistes locaux (et d'ailleurs)-résidences artistiques- Spectacles et animations

☎ 06 87 39 00 40



... 6/12/19

Cagnac-les-Mines

Exposition "Des femmes à la mine"

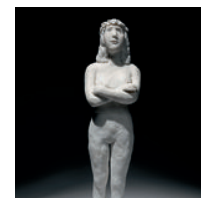
📍 Musée-Mine Départemental

€ Gratuit.

Cette exposition s'attache à présenter les divers visages des femmes à la mine : travailleuses, femmes au foyer, épouses, mères, veuves, femmes engagées dans la lutte...

☎ 05 63 53 91 70

<http://musee-mine.tarn.fr>



©Jean-Louis Lasi

ET AUSSI...

TOUS LES LUNDIS

Carmaux

Toute l'année

Activités du foyer 3ème âge

🕒 13h30-17h30 - Vendredi ouvert

13:30-18:00 📍 Foyer du 3ème âge

Venez vous retrouver et passer du temps avec les gens du foyer 3ème âge.

☎ 0563364849 - 0620612958



©Phebay

TOUS LES MARDIS

Carmaux


Du 11/09/18 au 25/06/19

Cours hebdomadaires de yoga à Carmaux


- Carmaux tous les mardis de 18h30 à 19h30 : cours ados et adultes dès 12 ans Carmaux



©Association Bien Être bien grandir

tous les Jeudis de 10h à 11h : cours adultes  Maison de la Citoyenneté


L'association Bien-être, bien grandir propose des séances yoga-sophrologie pour les enfants, les ados et les adultes qui souhaitent mieux gérer le stress et les émotions, développer la concentration, l'estime de soi, améliorer les résultats scolaires.

 06 44 04 98 24


Du 23/01 au 4/07/19

Cours yoga sophro Adultes et ados

 18h30-19h30  Maison de la Citoyenneté

 Tarifs non communiqués.

Pour mieux gérer le stress et les émotions, mieux dormir, améliorer l'estime de soi, se relaxer, prendre un temps pour soi, être heureux.

 06 44 04 98 24

<https://www.bienetre-biengrandir.fr/>




©Association Bien-être bien grandir

Valderiès

Du 23/01 au 28/06/19


L'espace des habitants

- Mardi de 9h30 à 11h30 Vendredi de 14h à 17h30  Centre social & Médiathèque du Ségala

 Gratuit.

Un espace d'accueil pour les habitants tenu par des habitants.

Un lieu convivial, ouvert à tous où l'on peut se rencontrer, discuter, bricoler, échanger, venir boire un café, participer à des ateliers d'échange de savoir-faire ou en proposer...

 05 63 56 55 88

www.cs-segalatarnais.org



©Phabry

TOUS LES MERCREDIS


Monestiés

Du 11/09/18 au 25/06/19

Cours de yoga enfants à Monestiés

 10h30-11h  Mairie de Monestiés

L'association Bien-être, bien grandir propose des séances yoga-sophrologie pour les enfants.

 06 44 04 98 24

<https://www.bienetre-biengrandir.fr/tarifs/>




©Association Bien-être bien grandir

TOUS LES JEUDIS


Carmaux

Du 11/09/18 au 25/06/19

Cours hebdomadaires de yoga à Carmaux

- Carmaux tous les mardis de 18h30 à 19h30 : cours ados et adultes dès 12 ans Carmaux tous les Jeudis de 10h à 11h : cours adultes  Maison de la Citoyenneté

L'association Bien-être, bien grandir propose des séances yoga-sophrologie pour les enfants, les ados et les adultes qui souhaitent mieux gérer le stress et les émotions, développer la concentration, l'estime de soi, améliorer les résultats scolaires.

 06 44 04 98 24



©Association Bien-être bien grandir

TOUS LES VENDREDIS

Carmaux


Toute l'année

Marché hebdomadaire Carmaux

 8h-13h  Place Gambetta

 Gratuit.


Le marché hebdomadaire du vendredi matin à Carmaux est un rendez-vous incontournable. A vous de remplir vos paniers avec les bons produits du terroir.

 05 63 80 22 50




Toute l'année

Activités du foyer 3ème âge

 13h30-17h30 - Vendredi ouvert

13:30-18:00  Foyer du 3ème âge

Venez vous retrouver et passer du temps avec les gens du foyer 3ème âge.

 0563364849 - 0620612958




©Phabry

Valderiès

Du 23/01 au 28/06/19


L'espace des habitants

- Mardi de 9h30 à 11h30 Vendredi de 14h à 17h30  Centre social & Médiathèque du Ségala

 Gratuit.

Un espace d'accueil pour les habitants tenu par des habitants.

Un lieu convivial, ouvert à tous où l'on peut se rencontrer, discuter, bricoler, échanger, venir boire un café, participer à des ateliers d'échange de savoir-faire ou en proposer...

 05 63 56 55 88

www.cs-segalatarnais.org



©Phabry