

ACTIVITÉS TOUT PUBLIC

😊 : activités pendant les vacances scolaires

	PERMANENCE DES IMPÔTS : les agent-e-s répondront à vos questions fiscales et vous aideront à compléter votre déclaration de revenus.	Mardi 3 mai - 14h/17h Association Séga'liens - Valdériès	😊 Gratuit, sur RDV au : 05.63.56.55.88
	BALADE FLORALE : profitez du printemps pour vous promener en nature et partir à la découverte des plantes et fleurs du Ségala sur les chemins de Lédas et Penthiès. Un goûter gourmand sera offert en fin de balade.	Jeudi 5 mai - 11h30/16h30 Rdv place de la mairie - Tanus ou navette depuis Carmaux à 11h	😊 Gratuit, sur inscription. Prévoir pique-nique.
	FESTIVAL ATÔME CROUZIÉ : venez participer à la fresque collective du centre social lors de ce festival organisé par l'association <i>Debout les yeux</i> . Au programme : jeux en bois, initiations aux arts du cirque, marché aux plants, démonstrations de métiers artisanaux, buvette...	Dimanche 8 mai - 11h/15h La Crouzié - Tanus	😊 Accès libre.
	LA MORT, PARLONS EN ! : animé par Sharon, animatrice et thérapeute venez vous exprimer librement sur le thème interculturel : « repose en paix ».	Lundi 9 mai - 16h/18h La Maison Bleue 2 rue du Moulin - Carmaux	😊 Gratuit, sur inscription.
	ATELIER BRICO RÉCUP : faites du neuf avec du vieux et venez bricoler dans la bonne humeur ! Le matériel sera fourni.	Vendredi 20 mai - 14h/17h Salle sous le restaurant - Valdériès	😊 Gratuit, sur inscription.

ACTIVITÉS FAMILLES

	GRAINES D'EXPLORATEURS : - Balade détente en poussettes, en portes bébés ou main dans la main, promenez-vous au bord du lac (<i>prévoir pique-nique</i>). - Aventure créative avec Clémentine Pujol, artiste plasticienne.	- Mardi 3 mai - 10h 😊 Lac de la Roucarié - Lundi 16 mai - 10h/11h30 Association Séga'liens - Valdériès	😊 Gratuit, sur inscription. Pour les 1/3 ans.
	PETIT DÉJ' DES IDÉES : autour d'un petit déjeuner, venez partager vos envies et vos idées de sorties, d'ateliers, pour construire ensemble la programmation des activités familles de cet été. Espace prévu pour les tout-petits.	Jeudi 5 mai - 10h/11h30 La Maison Bleue 2 rue du Moulin - Carmaux	😊 Gratuit, sur inscription.
	ATELIER BALLE À GRAINES & JEUX : lors de cet atelier, à la fois ludique et écoresponsable, venez réaliser vos balles à graines. Des petits jeux nature viendront ponctuer l'après-midi.	Jeudi 5 mai - 15h/17h30 Parc de l'Endrevié Blaye les Mines	😊 Gratuit, sur inscription. Goûter offert. À partir de 3 ans.
	TARTINES CRÉATIVES : réveillez votre esprit créatif ainsi que vos papilles lors de cet atelier cuisine inventif. Dégustation des créations préparées pour le goûter. Des petits jeux autour de l'assiette et des espaces pour les tout-petits seront prévus.	Vendredi 6 mai - 14h30/17h30 Salle communale - Rosières	😊 Gratuit, sur inscription. À partir de 3 ans.
	SÉSAME ÉPICÉ : un atelier créatif à partir d'une boîte magique où se trouvent une histoire à découvrir, du matériel créatif et un petit trésor !	Mercredi 11 mai - 10h/12h Médiathèque - Pampelonne	😊 Gratuit, sur inscription. À partir de 5 ans.
	PETITS BATEAUX SUR L'EAU : en empruntant le sentier des Planquettes, direction la rivière, où sont attendus les enfants avec leurs parents et/ou grands-parents pour fabriquer, à partir de matériaux de récupération, un bateau qui voguera sur l'eau.	Mercredi 25 mai - 15h/17h30 RDV devant la mairie - Moularés ou navette depuis Carmaux à 14h30	😊 Gratuit, sur inscription. À partir de 5 ans.

ACTIVITÉS SÉNIORS

	BOUGEZ VOTRE CORPS : restez en forme avec ces séances d'activités physiques adaptées et ludiques animées par Cap Atout Âge.	Lundis 9 et 30 mai - 14h15/15h15 Salle polyvalente - Monestiès	😊 Sur inscription
	ACTIVITÉS PHYSIQUES POUR AIDANT-E-S / AIDÉ-E-S : adaptées aux capacités de chacun-e, les séances sont proposées aux aidants familiaux mais aussi en parallèle aux personnes aidées. Animées par le CDOS du Tarn et Maisons Sport Santé.	Les jeudis de 14h45-15h45 (hors vacances scolaires) Carmaux - Lieu à venir	😊 Gratuit Sur inscription : 06.12.31.24.14