

Les rendez-vous réguliers



Lundi

6

Italien

Adultes
9h30-11h

27

Massage bébé

Parents enfants
(de 0 à 1 an)
10h - 11h30

27

Balade

Lac de Birazel
POUR TOUS
14h30-16h

Mardi

7 et 14
21* et 28*
Motricité libre

0-3 ans
9h30 - 11h30
DOJO

7-14-21-28

Autour du fil

Couture et tricot
Adultes
9h15-11h15

Mercredi

8-15-22
Gym cérébrale

+ de 60 ans
9h30-10h30
11h-12h

Nouveau

8-15-22-29

"Comme à la maison"
accès libre, venez quand vous voulez
entre 14h30 et 17h

Jeudi

9* 16-23-30

Jeux

Adultes
14h - 16h

16

Rencontre
lecture

Adultes
10h-11h

16

Anglais

Adultes
14h30-16h

23

Atelier Cuisine

Adultes
10h-14h

Nouveau

30

Cuisine, sortie de
marché

3€/ personnes
Adultes
9h30-14h

Vendredi

17 et 31
Atelier écriture

Adultes
9h30-11h

10

Atelier
développement
durable

+ de 60 ans
14h - 16h

17

Boîte à outils

Pâte à sel

0-3 ans
9h30 - 10h30

17

Pause bien-être

Adultes
14h30 - 16h

Samedi

25

CARNAVAL

Défilé dans les rues
de Plaisance

Départ 15h
place du Bicentenaire

Prêt de jeux
De nouveaux jeux
sont arrivés.
Pourquoi ne pas
les tester !!



Atelier Carnaval

Toutes les semaines

Tous les 15 jours

1 fois par mois

* 9/03 présentation de jeux avec Pauline

* 21/ 03 en partenariat avec la PMI (Protection maternelle infantile)

* 28/ 03 en partenariat avec le Relais Petite Enfance

Les événements :

Nouveau Comme à la Maison

Dès le mois de mars, nous vous proposons un nouveau temps de rencontre au centre Sésame : « Comme à la maison ». Le principe est aussi simple que le titre ... faite comme à la maison, tous les mercredis après-midi !

Des professionnels seront là pour vous accueillir et passer un moment avec vous. Vous avez une idée, une envie ? venez la proposer lors de ces temps de rencontres. Ouvert aux petits et aux grands, vous pourrez en profiter pour boire un café, discuter, patienter, échanger et apprendre !

- Le jeudi 23 et vendredi 24 de 9h30 à 12h au local du Carnaval

• Groupe de Paroles Aidants Familiaux

L'association ASA, propose l'intervention d'une psychologue pour offrir un espace d'échange et de soutien aux proches aidants. L'objectif de ces séances bimensuelles, est d'apporter des témoignages, aborder des thématiques proposées par le groupe, créer du lien entre aidants, échanger et partager.

Ouvert à tous (adhérent ou non adhérent), parlez-en autour de vous.

- 1 fois par mois de janvier à juin. Ce mois-ci le mardi 7 mars de 14h à 16h

• Carnaval

Depuis janvier, les adhérents du centre social Sésame et les bénévoles du service animation urbaine de la ville se sont lancés dans la création d'un char sur le thème : "Charlie et la chocolaterie".

Le défilé du carnaval aura lieu le 25 mars dans les rues de la ville.

Rejoignez nous pour finaliser le char avant l'événement !

- Le jeudi 23 et vendredi 24 de 9h30 à 12h au local du Carnaval

Nouveau Cuisine: Sortie de Marché

À chaque saison son lot de merveilles à découvrir. Que diriez-vous de parcourir les allées du marché de Plaisance du Touch puis revenir au centre préparer ensemble un délicieux menu de saison !

On commence par un café, un thé à 9h30 dans nos locaux. On se pose pour réfléchir aux recettes, puis nous partons arpenter les étals du marché pour y dénicher les plus beaux fruits, légumes, poissons, fromages, volailles et autres trésors de saison. Une seule contrainte le respect du budget.

Nous retrouvons l'espace cuisine pour finaliser le repas que nous partagerons.

- Jeudi 30 Mars de 9h30 à 14h Atelier payant : 3€/ personne

• Journée Petite Enfance

Le Centre Sésame est partenaire de cet événement dédié aux familles. Des espaces d'animations, des stands d'information, un spectacle...font de cette manifestation organisée par le centre petite enfance un rendez-vous à ne pas manquer. La thématique retenue pour cette année est le " bien-être pour les enfants comme pour les parents".

Un spectacle clôturera cet événement, vous pouvez vous inscrire: <https://bit.ly/Lonyxbetesrencontres>

- vendredi 31 mars de 16h à 19h et samedi 1er avril de 9h30 à 12h

Le Centre Social Sésame

