

JUILLET-AOÛT 2021

# PROGRAMME ARC DU CENTRE SOCIAL EN CIEL

ATELIERS | RENDEZ-VOUS | SORTIES

*Animations ouvertes à tous*





## ARC EN CIEL CENTRE SOCIAL DE LA CCGSTG

Ouvert à tout public, le centre social Arc en Ciel de la Communauté de Communes GRAND SUD TARN & GARONNE (CCGSTG) est agréé par la Caisse d'allocations familiales de Tarn-et-Garonne. Il intervient sur l'ensemble des communes de la CCGSTG. Co-animé par les professionnels du centre social et l'association Trait d'Union, il propose des actions qui

répondent aux besoins des familles et des habitants. Il a pour mission de soutenir la fonction parentale et la vie associative, d'impulser des projets dans les domaines de la prévention, santé et de la cohésion sociale, en favorisant la participation des habitants et des associations.

### Vous y trouverez :

*un accueil, un lieu d'écoute, de convivialité,  
des animations, des ateliers et des sorties.*

## VOUS AVEZ DES IDÉES, DES PROJETS ?

Venez-nous en parler, ensemble nous verrons comment les réaliser.



## LES TARIFS DES ATELIERS

### Ateliers en présentiel

MULTIMÉDIA », « CRÉA TRUCS », « RENDEZ-VOUS DES JARDINIERS »,  
« TOUT FAIRE SOI-MÊME », SORTIES



	Habitant GRAND SUD TARN & GARONNE (par personne)	Extérieur GRAND SUD TARN & GARONNE (par personne)
● 1 séance	1€	2€
● Carte 10 séances	9€	18€
● Activité avec transport demi-journée	3.5€	7€
● Sortie tout public	5€	10€

## ATELIERS GRATUITS

RENCONTRE THÉCAFÉ,  
BOUGEONS EN FAMILLE, JE PAUSE,  
LES P'TITES BALADES  
DU CENTRE SOCIAL



**EXCEPTIONNEL ! GRATUITÉ POUR LES ADHÉRENTS DE PLUS DE 60 ANS**

Atelier «Estime de soi : découverte de l'aromathérapie» , « Multimédia » et les p'tites balades.

Actions soutenues par la Carsat au titre de l'appel à projet inter régimes et Agence Régionale de la Santé 2020  
et la conférence des financeurs 2021

Nombre de places limitées par atelier, inscriptions obligatoires  
LES LIEUX ET DATES SONT SUSCEPTIBLES D'ÊTRE MODIFIÉS

Sur inscription  
Places limitées  
au 06.85.52.73.71

## Bougeons en famille

Animations Parents-Enfants pour toute la famille et tous les âges, autour d'activités culturelles, artistiques, de loisirs à faire ensemble.

L'idée est de partager des moments privilégiés en famille.

**POUR QUI? :** pour tous

### Spectacle pour enfants à Port Canal Montauban



Mercredi 07/07  
15h00-18h30 (en bus)



16h : Frederick en concert / Spectacle pour enfants dès 4 ans - Durée : 50 min, balade au bord du canal et **pensez à apporter votre propre goûter !**



Lieu de départ et retour  
LABASTIDE-SAINT-PIERRE  
France Services, 90 avenue Jean Jaurès

### Détente, jeux et loisirs au parc Bravin de Labastide-Saint-Pierre



Vendredi 09/07  
9h00-12h00



Parc situé à l'angle de la rue de la Bouyre et de la rue de la révolution.  
Fabrication d'un herbier et de jeux collectifs en plein air adaptés aux envies.



Lieu de départ et retour  
LABASTIDE-SAINT-PIERRE  
France Services, 90 avenue Jean Jaurès



### Les p'tits scientifiques ! Et si on était tous de grands scientifiques !!!



Mardi 20/07  
14h00-17h00



Diverses expériences scientifiques à faire en famille ! **Pensez à apporter votre propre goûter !**



LABASTIDE-SAINT-PIERRE  
France Services, 90 avenue Jean Jaurès



Sur inscription  
Places limitées  
au 06.85.52.73.71

## Bougeons en famille

Animations Parents-Enfants pour toute la famille et tous les âges, autour d'activités culturelles, artistiques, de loisirs à faire ensemble.

L'idée est de partager des moments privilégiés en famille.

**POUR QUI?** : pour tous

### **Après-midi ludique en famille à la ludothèque de Grisolles** (adultes accompagnés d'enfants à partir de 6 ans)



Mardi 03/08  
14h00-17h00



- Espace jeux symboliques (jeux de rôle et de mise en scène)
- Espace jeux de règles (jeux de société)
- Espace de jeu en plein air



GRISOLLES  
Ludothèque, 11 rue de la Campadou

### **Balade familiale autour du lac de NOHIC** (adultes accompagnés d'enfants à partir de 3 ans)



Vendredi 06/08  
09h30-12h00



Venez réaliser un tableau ART LAND collectif et nous poursuivrons par des jeux collectifs en plein air



NOHIC  
Chemin des lacs

### **Matinée ludique en famille à la ludothèque de Grisolles** (adultes accompagnés d'enfants de moins de 5 ans)



Mercredi 11/08  
10h00-12h00



Espace ludique où se pratique le jeu sur place. Des espaces de jeux adaptés à différentes tranches d'âge :

- espace jeux d'éveil et de motricité
- espace jeux symboliques (jeux de rôle et de mise en scène)
- espace de jeu en plein air



GRISOLLES  
Ludothèque, 11 rue de la Campadou

### **Fabrication du bonhomme gazon et découverte du jeu** **« des émotions et sentiments »**

(adultes accompagnés d'enfants à partir de 5 ans)



Vendredi 13/08  
09h30-12h00



VERDUN-SUR-GARONNE  
Pôle de Verdun-sur-Garonne, route d'Auch



## Promenades découvertes

### Jeux et détente à VERDUN sur GARONNE



Vendredi 16/07  
10h00-14h00



VERDUN-SUR-GARONNE  
Rue grande allée (stade)



Une envie de se retrouver, de partager un agréable moment en se baladant le long de la Garonne, s'y rafraîchir les pieds. Nous pique-niquerons tous ensemble avant de se quitter sur les nombreuses tables ombragées.

**Pensez à apporter vos propres pique-niques.**

- Aire de jeux et de pique-nique XXL : le paradis des enfants !
- Jeux nature en bois, balançoire nid, tyrolienne, piste roller, city-stade et autres activités.

### Jeu de piste pour tout public « randoland »



Vendredi 23/07  
10h00-14h00



Partez à la découverte des énigmes à résoudre en s'amusant et en découvrant le territoire entre village, vignes et patrimoine. Balade ludique avec des énigmes à résoudre ! 2 H 15 et 3,8 KM. Pique-nique au bord du lac de St Sardos sur 2 aires aménagées et ombragées.

**Pensez à apporter votre propre pique-nique !**



**ST SARDOS**

Rendez-vous à 10h, 2 chemin de Naudin (la découverte débute du parking de la cave de Saint-Sardos)

### Balade et pique-nique à FINHAN



Vendredi 30/07  
10h00-14h00



Visite de Finhan. Balade facile le long de la Garonne avec découverte de sa plage et de son lac.

**Pensez à apporter votre propre pique-nique !**



**FINHAN**

Mairie, 1 rue Pierre Teissie Solier

### Promenade des sens à BOURRET



Mercredi 04/08  
10h00-14h00



Vous souhaitez changer d'air, découvrir le village de Bourret en flânant, en utilisant vos sens. Petite balade ombragée le long de la Garonne. Rejoignez-nous ! Cette découverte commencera tranquillement par la promenade des saules, non loin du centre village et se poursuivra jusqu'au pont fermé de Bourret. Mais si certains, certaines préfèrent profiter de l'ombre, il sera possible de se reposer.

Afin de poursuivre ce moment de convivialité, nous pique-niquerons le long de la Garonne.

**Pensez à apporter votre propre pique-nique !**



**BOURRET**

Rendez-vous à 10h, place de la poste



## ATELIER TOUT PUBLIC (FAMILLE-SEUL-ENTRE AMIS)

Sur inscription  
Places limitées  
au 06.85.52.73.71

### Tout faire **Soi-même**

Un atelier pour prendre soin de soi et de votre intérieur.  
Vous réaliserez des produits cosmétiques et ménagers sains, écologiques et économiques.  
Réalisation d'une pierre d'argile, un fondant de douche et une huile pour les mains et les ongles.



Mardi 13/07 de 14h00 à 16h00



LABASTIDE-SAINT-PIERRE  
France Services, 90 avenue Jean Jaurès



### Atelier **Créa-trucs**

Un atelier créatif où vous fabriquerez des objets décoratifs  
ou encore des bijoux avec des capsules de café.



Jeudi 15/07 de 10h00 à 12h30



LABASTIDE-SAINT-PIERRE  
France Services, 90 avenue Jean Jaurès



### Décoration **pot de fleurs**

Vous aimez la décoration, les plantes et la peinture, alors venez exprimer votre créativité  
dans cet atelier de peinture de pots de fleurs.



Mercredi 18/08 de 10h00 à 12h30



GRISOLLES  
France Services, 9 rue Faugères

**PROGRAMME SUSCEPTIBLE D'EVOLUER SELON L'EVOLUTION DE LA SITUATION SANITAIRE.**

Sur inscription  
Places limitées  
au 06.855.27371

## Atelier multimédia

A l'ère où le numérique est omniprésent, voici l'atelier pour vous aider à vous familiariser avec les nouvelles technologies.



Les mardis 13, 27/07 de 14h00 à 16h00



GRISOLLES

France Services, 9 rue Faugères



## Les Rendez-vous des jardiniers

Antoine propose un atelier pratique de jardinage.

Venez apprendre à jardiner ou parfaire des connaissances ! Il répondra à toutes vos questions.



Lundi 26/07 de 9h30 à 12h00

Mercredi 25/08 de 9h30 à 12h00



LIEU À DÉFINIR (NOUS CONTACTER)





Sur inscription  
Places limitées  
au 0685527371

## Atelier découverte de l'aromathérapie

### **Les huiles essentielles pour l'été. Intervention de Valérie Bessière, naturopathe**

Vous avez peut-être assisté à l'atelier « Découverte de l'Aromathérapie au travers des saisons : le printemps » ? Dans la continuité de cet atelier, avons le plaisir de vous proposer le prochain atelier sur l'été. Nous découvrirons les vertus et utilisations de 5 huiles essentielles et leurs eaux florales pour aborder cette saison en toute fraîcheur et légèreté.



Judi 1<sup>er</sup>/07  
14h00-16h00



LABASTIDE-SAINT-PIERRE  
France Services, 90 avenue Jean Jaurès

## Les petites balades du centre social

Envie de prendre l'air, de marcher tranquillement et régulièrement à plusieurs en toute convivialité, venez nous rejoindre seul ou en famille ! 1, 2, 3 kms au maximum, 1h au plus et une fois par semaine.



Judis 1-8-22/07 et 26/08,  
09h30 - 10h30



GRISOLLES  
Espace socioculturel, chemin du canal  
(au bord du canal)





## Sorties au lac de Saint-Ferréol (31)



Mercredi 21/07  
7h30 - 20h15



**Départ de Saint-Sardos** : 7h30 - 20h15

Rendez-vous au parking du parc de loisirs,  
avenue du lac

**Départ de Labastide-Saint-Pierre** devant les  
locaux de la CCGSTG (120 avenue Jean Jaurès) :  
8h15 - 19h30

Au programme : bordé d'arbres et doté d'un barrage  
en terre, ce lac historique est propice aux pique-  
niques, promenades et à la baignade.

**Pensez à apporter votre propre pique-nique !**



SAINT-FERRÉOL



**Départ de Mas Grenier** à 7h45 (parking après la  
salle des fêtes : avenue Guillaume Augé (à côté du  
cimetière) - retour à 20h

**Départ de Grisolles** à 8h15 (espace socioculturel,  
chemin du canal), retour 19h30

Au programme : visite du musée du bois et de la  
marqueterie, centre d'art à Revel (31) et après-midi  
au lac de Saint-Ferréol

Bordé d'arbres et doté d'un barrage en terre,  
ce lac historique est propice aux pique-niques,  
promenades et à la baignade.

**Pensez à apporter votre propre pique-nique !**



SAINT-FERRÉOL

Sur place, possibilité de pratiquer des activités (hors tarif) : standup paddle,  
planche à voile, canoë kayak, pédalo, VTT, escalade, spéléologie,  
challenge multi-activités





Sur inscription  
Places limitées  
au 0685527371

## **Journée découverte et ludique à Montech**



**Lundi 26/07  
8H30 - 18H30**

**Départ de Verdun-sur-Garonne** à 8h30, retour à 18h30 : rue grande allée, à côté du stade de Verdun.  
**Départ de Campsas** à 9h00 et retour à 18h00 : salle des fêtes rue des platanes.

Balade ludique dans Montech, visite de la Pente d'eau et de sa péniche-musée et promenade botanique dans la forêt d'Agre.

**Pensez à apporter votre propre pique-nique !**

## **Sortie à Montauban avec la croisière découverte sur le Tarn et balade ludique à la Pente d'eau de Montech**



**Mardi 31/08  
8H00 - 19H00**



**Départ de Comberouger** 8h, retour à 19h : D 77, salle des fêtes.

**Départ de Monbéqui** à 8h30, retour à 18h30 : 455 Avenue de Bordeaux - sur le parking de l'ancien « Relais d'Aquitaine »

**Départ de Labastide-Saint-Pierre** à 9h00 et retour à 18h00 : devant les locaux de la CCGSTG, 120 avenue Jean Jaurès.



**Détail de la sortie PORT CANAL :**  
Départ à 10h30, croisière découverte sur le Tarn (1h30) par la Compagnie Fluviale du Midi.

> Déjeuner à Montech : pique-nique près du canal sur des tables à proximité des 2 aires de jeux pour les enfants (1-3 ans) et pour les plus grands

> L'après-midi, une balade ludique ombragée de 1,5 km aller-retour, qui démarre à l'ancienne papeterie, passe par la Maison Eclusière et nous conduit le long du canal de Garonne jusqu'à la Pente d'eau.

> Visite de la péniche-musée immersif à la découverte des secrets de cette fabuleuse machine avec inscription au préalable.

> Vous pourrez également profiter des 2 balançoires de l'aire de jeux du « Parc de la Machine » avant de reprendre la balade retour.

> Visite du site de l'ancienne papeterie : sa médiathèque, sa ludothèque et l'Office de Tourisme Intercommunal (exposition temporaire, boutique, espace infos...).

**Pensez à apporter votre propre pique-nique !**



<b>01/07</b>	Les petites balades du centre social	09h30-10h30	Labastide-Saint-Pierre
<b>01/07</b>	Atelier découverte de l'aromathérapie	14h00-16h00	Labastide-Saint-Pierre
<b>07/07</b>	Bougeons en famille / Spectacle pour enfants à port canal	15h00-18h30 (en bus)	Montauban
<b>08/07</b>	Les petites balades du centre social	09h30-10h30	Grisolles
<b>09/07</b>	Bougeons en famille / Détente jeux loisirs	9h00-12h00	Labastide-Saint-Pierre
<b>13/07</b>	Atelier multimedia	14h00-16h00	Grisolles
<b>13/07</b>	Tout faire soi-même	14h00-16h00	Labastide-Saint-Pierre
<b>15/07</b>	Atelier créa-trucs	10h00-12h30	Labastide-Saint-Pierre
<b>15/07</b>	Promenades découvertes / Jeux et détente	10h00-14h00	Verdun-sur-Garonne
<b>20/07</b>	Bougeons en famille / Les p'tits scientifiques !	14h00-17h00	Labastide-Saint-Pierre
<b>21/07</b>	Sorties tout public / Lac de Saint-Ferréol	07h30-20h15	Saint-Ferréol (31)
<b>22/07</b>	Les petites balades du centre social	09h30-10h30	Labastide-Saint-Pierre
<b>23/07</b>	Promenades découvertes / Jeu de piste « randoland »	10h00-14h00	Saint-Sardos
<b>26/07</b>	Rendez-vous des jardiniers	09h30-12h00	à définir
<b>26/07</b>	Sorties tout public / Journée découverte et ludique à Montech	08h30-18h15	Montech
<b>27/07</b>	Atelier multimedia	14h00-16h00	Grisolles
<b>30/07</b>	Promenades découvertes / Balade et pique-nique	10h00-14h00	Finhan
<b>03/08</b>	Bougeons en famille / Après- midi ludique à la ludothèque	14h00-17h00	Grisolles
<b>04/08</b>	Promenades découvertes / Promenade des sens	10h00-14h00	Bourret
<b>06/08</b>	Bougeons en famille / Balade familiale autour du lac	09h30-12h00	Nohic
<b>11/08</b>	Bougeons en famille / Matinée ludique à la ludothèque	10h00-12h00	Grisolles
<b>12/08</b>	Sorties tout public / Lac de Saint-Ferréol	07h45-20h00	Saint-Ferréol (31)
<b>13/08</b>	Bougeons en famille / Fabrication du bonhomme gazon	09h30-12h00	Verdun-sur-Garonne
<b>18/08</b>	Décoration pot de fleurs	10h00-12h30	Grisolles
<b>25/08</b>	Rendez-vous des jardiniers	09h30-12h00	à définir
<b>26/08</b>	Les petites balades du centre social	09h30-10h30	Grisolles
<b>31/08</b>	Sorties tout public / Croisière sur le Tarn et balade ludique	08h00-19h00	Montauban-Montech



# CENTRE SOCIAL INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

## FRANCE SERVICES

90 avenue Jean Jaurès 82370 LABASTIDE SAINT PIERRE

Ouverture : ● lundi 8h30-12h45  
● mardi 13h30-17h00  
● mercredi 9h30-12h30 et 14h00-17h00  
● jeudi 14h00 - 17h00

## FRANCE SERVICES

9 rue François Faugères 82170 GRISOLLES

Ouverture : ● lundi 14h00 - 18h00  
● mardi 9h30-13h00 et 14h00-18h00  
● mercredi 9h30 - 12h30 et 14h00 - 17h00  
● jeudi 9h30 - 12h30 et 14h00 - 18h00

## CONTACTS

📧 [centresocial@grandsud82.fr](mailto:centresocial@grandsud82.fr)

☎ 06 85 52 73 71

05 32 09 53 40 (centre social à Labastide saint Pierre)

05 32 09 53 43 (Christine-animatrice)

05 32 09 53 48 (Vanessa-référente famille)

05 32 09 05 89 (Valérie-animatrice)



Communauté de communes GRAND SUD TARN & GARONNE

120 avenue Jean Jaurès - 82370 LABASTIDE SAINT PIERRE

[www.grandsud82.fr](http://www.grandsud82.fr)