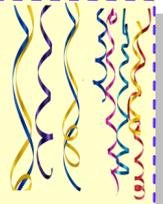


Agenda mensuel RESEAU PARENTS 81

RÉSEAU

PARENTS

81



Décembre 2020/ Janvier 2021/ Décembre 2020/ Janvier 2021



Le Territoire TARNAIS à la loupe Le Territoire TARNAIS à la loupe

Lancement appel à projets REAAP 2021 Webinaire le 11 janvier 2021 (invitation à venir)

RESEAU PARENTS 81
Permanences : Accompagnement dossiers REAAP 2021

NORD	SUD	OUEST
19 et 25 janvier 2021 De 9h30 à 17h30 UDAF – Bureau en rez-de-jardin 13 rue des Cordeliers 81000 Albi	20 et 26 janvier 2020 De 9h30 à 17h30 Centre Social de Mazamet Place de la Lauze 81200 Mazamet	21 et 27 janvier 2020 De 8h30 à 16h30 Communauté de Communes Tarn Agout - Gabor 81370 Saint Sulpice La Pointe

Contact et **inscription** auprès du Réseau Parents 81
reseauparents81.acepp@gmail.com
07.83.11.65.76

RESEAU PARENTS 81
Une permanence pour être à votre écoute

NORD **OUEST** **SUD**

Accompagnement de vos projets et sur « Elan »
RDV directement sur votre structure
du 1er au 18 février 2021
Demande d'inscription par @ uniquement

Contact et inscription auprès du Réseau Parents 81
reseauparents81.acepp@gmail.com
07.83.11.65.76

Association des Collectifs Enfants Parents Professionnels du Tarn

13 rue des cordeliers - 81000 ALBI - reseauparents81.acepp@gmail.com - www.reseauparents81.fr - 05.63.48.73.14 / 07.83.11.65.76

RÉSEAU

PARENTS

81

Agenda mensuel RESEAU PARENTS 81



Décembre 2020/ Janvier 2021/ Décembre 2020/ Janvier 2021



Le Territoire TARNAIS à la loupe Le Territoire TARNAIS à la loupe

LES CENTRES SOCIAUX DU CARMAUSIN SEGALA

Marionnettes et théâtre d'objets

Ateliers parents /enfants 3-6 ans

Proposés par la Cie Mains d'Argile / Théâtre
d'objets éphémères et l'association Ségal'iens

A Valdériès de 10h à 12h :
SAMEDI 7 ET 21 NOVEMBRE
SAMEDI 5 DECEMBRE
MERCREDI 9 DECEMBRE

GRATUITS,
SUR INSCRIPTION :
05.63.56.55.88

En partenariat avec les APE de Le Garric et de
Rosières - Ste Gemme - St Jean de Marcel



ASSOCIATION SÉGA'LIENS
Chemin de Musac - 81350 Valdériès
05.63.56.55.88 / accueillecs-segalatarnais.org
www.cs-segalatarnais.org



Ne pas jeter sur la voie publique.



café des parents

Être parent, c'est pas toujours facile !
Petits problèmes ou grands soucis, parlons-en !

9h à 11h
Les mardi suivants :

- 13 octobre 2020
- 3 novembre 2020
- 17 novembre 2020
- 1^{er} décembre 2020

entrée libre et gratuite
Renseignements :
09 51 14 92 71
epetarn@gmail.com

CENTRE SOCIAL DE CARMAUX
Maison de la citoyenneté
26 Avenue Boulloc-Torcatis
81400 Carmaux



Association des Collectifs Enfants Parents Professionnels du Tarn

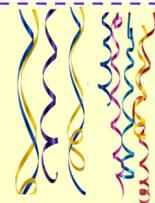
13 rue des cordeliers - 81000 ALBI - reseauparents81.acepp@gmail.com - www.reseauparents81.fr - 05.63.48.73.14 / 07.83.11.65.76

RÉSEAU

PARENTS

81

Agenda mensuel RESEAU PARENTS 81



Décembre 2020/ Janvier 2021/ Décembre 2020/ Janvier 2021



Le Territoire TARNAIS à la loupe Le Territoire TARNAIS à la loupe

LABRUGUIERE



Vous, vos enfants et les réseaux sociaux, **le 8 décembre en visio !**

Après le 1^{er} rendez-vous sur les écrans organisé le 17 novembre dernier en visio, le Pôle Multimédia de la MJC de Labruguière, propose, le mardi 8 décembre de 19h à 20h, dans le cadre de Parentillages, un second rendez-vous intitulé « Vous, vos enfants... et les réseaux sociaux ». Instagram, SnapChat,

Tik-Tok et les incontournables Facebook et Twitter... seront au programme. Mesures sanitaires obligent, ce rendez-vous animé par Sébastien Tailhades, animateur jeunesse et Multimédia à la MJC, aura lieu en visio. Moment d'échanges, gratuit, ouvert à toutes et à tous (enfants et parents)

Sur inscription par mail avant le lundi 7 décembre midi à mjclabruguiere multimedia@gmail.com .

Le lien de la visio sera envoyé en retour par mail après inscription.

D'autres rendez-vous seront programmés dans les prochains mois.

Informations auprès de la MJC de Labruguière au 05 63 73 33 50 ou sur mjclabruguiere.fr



Décembre 2020/ Janvier 2021/ Décembre 2020/ Janvier 2021



Le Territoire TARNAIS à la loupe Le Territoire TARNAIS à la loupe

LABRUGUIERE

Les matinales de PARENTILLAGES

Besoin d'une parent - thèse?

Marre de répéter tous les jours les même choses à vos enfants??

Vous vous posez des questions sur l'éducation de vos enfants?

PARENTILLAGES vous propose un atelier de "coaching parents" gratuit les mardi 8, 15 Décembre 2020 5, 12 et 19 Janvier 2021 de 8h30 à 10h30 au nouveau Pôle Enfance

Action menée dans le respect des mesures sanitaires (m2 par participants, effectif limité sur inscription, port du masque)

Gratuit, sur inscription avant le 03/12:
parentillages81@orange.fr
09 67 17 61 87

SOR ET AGOUT

Lieu d'Accueil Enfants Parents

Espace convivial ouvert aux enfants de 0 à 4 ans accompagnés d'un parent ou d'un adulte référent.

- ▲ Jeux libres pour les enfants
- ▲ Espace de parole et de rencontre pour les parents
- ▲ Lieu de sociabilité pour l'enfant

Accueil gratuit et sans inscription
 Tous les vendredis (hors vacances scolaires)
 De 9h30 à 11h30
 Pour les habitants de la C.C.S.A
 10 enfants maximum

- Protocole COVID-19 :
- Port du masque obligatoire pour les adultes

Réouverture à partir du 4 septembre 2020

L.A.E.P • Maison de l'enfance • Espace loisirs "Les étangs" • 81710 SAÏX
 06.98.28.80.86 • laep@communautesoragout.fr

Temps d'accueil et de rencontre enfants / parents

Autour de la motricité libre

- Au Relais d'Assistants Maternels • Espace loisirs "les étangs" à Saix

Pour les enfants de 18 mois à 3 ans

Les 2^{èmes} samedis de chaque mois
 De 10h00 à 11h30

- 12 septembre
- 10 octobre
- 14 novembre
- 12 décembre

Le port du masque est obligatoire pour les adultes

ateliers gratuits

- Inscription nécessaire
- 8 enfants maximum par atelier
- Pour les enfants habitant sur le territoire

Relais d'Assistants Maternels "L'enfant d'eau" - 05.63.59.59.51 / ram@communautesoragout.fr

Intervenante : Céline RIGUET (psychomotricienne)

Agenda mensuel RESEAU PARENTS 81

RÉSEAU

PARENTS

81



Décembre 2020/ Janvier 2021/ Décembre 2020/ Janvier 2021



Territoire NORD Territoire NORD Territoire NORD Territoire NORD

REALMONT / LOMBERS

**QUESTIONS DE PARENTS
PARLONS D'ENFANTS**
Tous thèmes, toutes questions : sommeil, alimentation, autorité, colères...

LES LUNDIS:
○ 19 OCTOBRE 2020
○ 21 DECEMBRE 2020
○ 15 FEVRIER 2021
○ 19 AVRIL 2021
○ 05 JUILLET 2021

9H30 - 11H30
**REALMONT
MÉDIATHÈQUE**
2 bis Blvd Carnot

**GRATUIT
ET OUVERT A TOUS**
Vos enfants
sont les bienvenus !
2 animatrices présentes

VENEZ PASSER UN MOMENT CONVIVAL
entre parents & grands-parents
autour d'un café
Animé par des professionnels
du CMP de Graulhet.

Plus d'infos :
Association LA PASSERELLE
bureau.lapasserelle@gmail.com

Centre
Café
Espace
Jeunesse

L'association **LA PASSERELLE**, animée par des parents bénévoles, qui gère la crèche et le centre de loisirs de LOMBERS, vous propose votre prochaine rencontre :

"QUESTIONS DE PARENTS-PARLONS D'ENFANTS "

le **LUNDI 21 DECEMBRE** de 9h30 à 11h30

à la Médiathèque de REALMONT, 2 bis Blvd Carnot (81120)

Il sera demandé aux **adultes et aux enfants de se laver les mains à leur arrivée à la médiathèque**, afin de respecter le protocole sanitaire en vigueur.

Deux personnes dans le domaine de la petite enfance seront présentes **pour garder vos enfants le temps des échanges** au sein de la médiathèque. Les enfants restent sous la responsabilité des parents étant sur le même lieu d'accueil.

Toutes les questions peuvent être abordées et la parole est libre. Vous serez accueilli(es) par les parents bénévoles autour d'une boisson chaude.

ALBI

Ateliers portage des bébés

- mardis 1er et 15 décembre
- mardis 5, 19 et 26 janvier

Ateliers signes bébé

- vendredis 4 et 18 décembre
- vendredis 8 et 22 janvier

Réunion allaitement, en présence d'une consultante en lactation

- mardi 15 décembre
- mardi 19 janvier

Atelier découverte des couches lavables

- samedi 5 décembre
- samedi 16 janvier

la chouette
du baobab

Retrouvez-nous sur [notre page facebook!](#) Et sur [notre blog](#) : lachouettedubaobab.blogspot.fr

ALBI



ATELIER DE GESTION EMOTIONNELLE

Animé par Sandrine CATHALA



(travail de respiration, écoute de soi, accueil des émotions et relaxation guidée pour apaiser le corps et l'esprit)

**SAMEDI 5 DECEMBRE
DE 10H A 11H30**

Dans nos locaux : pôle d'activités Val 81 - 81340 Valence d'Albigeois

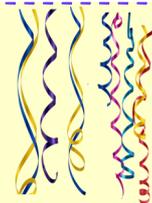
Gratuit et ouvert à tous - Nombre de places limité
Amener un tapis de sol, un plaid et un coussin
Respect du protocole sanitaire en vigueur

Renseignements et **inscriptions** : Véronique au 06 71 69 73 26 ou 05 63 53 48 67



Association des Collectifs Enfants Parents Professionnels du Tarn

13 rue des cordeliers - 81000 ALBI - reseauparents81.acepp@gmail.com - www.reseauparents81.fr - 05.63.48.73.14 / 07.83.11.65.76



Décembre 2020/ Janvier 2021/ Décembre 2020/ Janvier 2021



Territoire NORD Territoire NORD Territoire NORD Territoire NORD

ALBI

LE PADLET DES PARENTS

Même confiné, le centre social vous propose des activités : le Padlet de Parents regroupe des articles et des idées d'activités en famille.

Suivez le lien ...

<https://padlet.com/espaceadele/w4xkud323jw5530p>



**PROGRAMMATION
DECEMBRE 2020**

10, rue Françoise Dolto - ALBI
Tél : 05.63.48.39.92
Mail : cc-voiesieres.caf@bi@caf.fr

« Le Mercredi des parents »

*Groupe d'échanges par et pour les parents
Animés par Marie & Magali,*

Mercredi 9 décembre
Mercredi 16 décembre
De 9h30 à 11h30



Les ATELIERS - Parents/enfants

Au Centre Social sur inscription

« BRICOLAGE »

*Thème : vitrail de Noël
(décoration de fenêtres)*

Samedi 12 décembre - de 14h00 à 16h00
Mercredi 16 décembre - de 13h30 à 15h30
ou 15h30 à 17h30

Thème : chaussette de Noël

Mercredi 23 décembre - de 9h30 à 11h30
mercredi 23 décembre - de 13h30 à 15h30

Tél & Collect

*Des kits créatifs à disposition au Centre social pour les adhérents.
Pensez à réserver par téléphone*

Projet COUTURE décembre
Vous pouvez récupérer à partir du **15/12/20**

Projet DIY décembre
Création artistique « fabrique toi même »
Thème : boule de Noël
Vous pouvez récupérer vos kit à partir du **07/12/20**




« GESTES qui SAUVENT »

Samedi 19 décembre
De 14h00 à 16h30

Lundi 21 décembre
De 9h30 à 11h00

Mardi 22 décembre
De 9h30 à 11h00





Décembre 2020/ Janvier 2021/ Décembre 2020/ Janvier 2021



Territoire OUEST Territoire OUEST Territoire OUEST Territoire OUEST

GRAULHET

**Temps d'échanges
Parents d'Ados**
#

Les Ados & les écrans
Jeudi 10 décembre 2020
de 19h30 à 20h30
au Centre Social

Partage d'expérience(s) avec un professionnel
de la Maison des Adolescents de Graulhet

En collaboration avec le Thé Tranquille

Centre Social
Place du Languedoc - 81300 GRAULHET
05.63.34.58.14

- Les actions familles décembre 2020 et janvier 2021 -

Atelier parents/enfants touche à tout
Pour les enfants de 0 à 3 ans accompagnés de leurs parents
Les mardis et jeudi de 10h à 11h30 au Centre Social
Aussi **en visio** à 11h pour le « rendez-vous comptine »
Lien : <https://meet.jit.si/ActivitesParentaliteCSGraulhet>

Les vendredis des parents
Les vendredis de 9h30 à 11h30
Venez partager et échanger vos trucs et astuces de parents et
vous enrichir de l'expérience des chacun.e
En présentiel sur inscription (10p) et **en visio**
Lien : <https://meet.jit.si/ActivitesParentaliteCSGraulhet>

Vendredi 11 décembre 2020 de 9h30 à 11h30
« **Le burn out parental, comment le prévenir** »
Gratuit sur inscription (présentiel et visio)

Vendredis 8 et 22 janvier 2021
« **Le couple et la charge mentale** »
Gratuit sur inscription

Groupe de paroles « Parents d'ado, plus fort ensemble »
Jeudi 10 décembre 2020 « **Les ados et les écrans** »
de 19h30 à 20h30, et jeudi 28 janvier 2021
Gratuit sur inscription (voir affiches)

**Temps d'échanges
parents d'Ados**

Le jeudi 28 Janvier
De 19h30 à 20h30
Venez discuter avec d'autres parents
d'adolescents

Partager le fruit de ses expériences
Partager ses difficultés
Partager ses « ficelles », ses « trucs »

Au Thé Tranquille
5, place du Mercadier 81300 Graulhet
Inscription au 05 63 34 58 14 - theretranquille@cepp81.org

Centre Social
Place du Languedoc - 81300 GRAULHET
05.63.34.58.14

GAILLAC

PAROLES DE FEMMES



Rencontre à Thème
La résilience chez l'enfant

Rencontre animée par Dominique DE VILLOUTREYS, psychologue et bénévole à Paroles de Femmes

Le mot "résilience" est né en physique. Il désigne l'aptitude d'un corps à résister à un choc. En sciences sociales, il signifie "la capacité à réussir à vivre et à se développer positivement en dépit de l'adversité". Partageons pour mieux comprendre, accompagner ces enfants et faciliter ce processus de guérison.

Bienvenue à toutes
LUNDI 7 DECEMBRE 2020
de 14h00 à 16h00

Paroles de Femmes 8, rue de la Madeleine 81600 Gaillac



Paroles de Femmes

Tous les samedis de 11h00 à 12h15

Samedi 5 Décembre, Samedi 12 Décembre, Samedi 19 Décembre
Atelier d'Art Thérapie pour les Enfants



Animé par Isabelle Guérin
Plasticienne et Art-thérapeute

L'art-thérapie permet aux enfants d'exprimer autrement que par les mots, leurs problèmes, leurs peurs et leurs émotions difficiles. Par le jeu et la créativité, ils peuvent les transformer pour aller mieux. Par les formes et les couleurs, ils peuvent reconnaître leurs besoins et renforcer leur sécurité intérieure.

Merci de vous inscrire !
8 rue de la Madeleine
81500 Gaillac
parolesdefemmes81@gmail.com
www.parolesdefemmes81.fr
09 51 87 31 70

PAROLES DE FEMMES



Rencontre à Thème

Femme aux mille bras : être femme, être mère

Rencontre animée par Elisabeth FOURNIER, ancienne présidente de Paroles de Femmes

Bienvenue à toutes
LUNDI 21 DECEMBRE 2020
de 14h00 à 16h00

Paroles de Femmes 8, rue de la Madeleine 81600 Gaillac

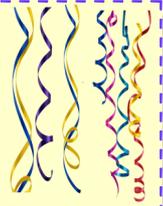


RÉSEAU

PARENTS

81

Agenda mensuel RESEAU PARENTS 81



Décembre 2020/ Janvier 2021/ Décembre 2020/ Janvier 2021



Territoire SUD Territoire SUD Territoire SUD Territoire SUD

CASTRES

Le CIDFF : Permanence d'information juridique.
Permanence juridique et psychologique
du service d'aide aux victimes de violences

Le CIDFF continue à vous informer sur vos droits (séparation, droits de visite et d'hébergement, contribution alimentaire, violences au sein du couple, agressions...). Des permanences sont organisées sur l'ensemble du département : Albi, Castres, Mazamet, Carmaux, Gaillac, Rabastens, Graulhet.

N'hésitez pas à venir vous informer, les services sont gratuits, confidentiels. Pour prendre rendez-vous contactez nous au 05-63-47-01-34 ou au 05-63-72-15-00."

« Temps d'expression pour parents et enfants exposés aux violences »

A travers le dessin, la musique, l'enfant peut exprimer ses émotions face à une situation ou un vécu qui a pu lui être difficile. Cette étape est importante afin qu'il se sente mieux et qu'il retrouve un sentiment de sécurité. Alors n'hésitez pas, contactez-nous.

05 63 72 15 00



CASTRES



Maman
Blues

Les prochains groupes de parole Maman Blues au sein de
l'Hôpital du Pays d'Autan à CASTRES

Jeudi 3 décembre 2020 à 10h00 à l'hôpital du Pays d'Autan
Et jeudi 3 décembre 2020 à 17h15 en visio
Jeudi 7 janvier 2021 à 17h15 à l'hôpital du Pays d'Autan

auront lieu les

Le nombre de places étant limité pour respecter les gestes barrières et la sécurité de chacun, une inscription est donc nécessaire à l'adresse mail suivante :

mamanblues81@gmail.com

Ce temps d'échanges mensuel est animé par Yolène et Marinette. Une écoute bienveillante et confidentielle afin de trouver un soutien, partage et informations quand la maternité ne se vit pas comme elle avait été imaginée.

Une grossesse psychologiquement difficile, un accouchement qui ne s'est pas déroulé comme imaginé, une césarienne mal acceptée, un mal être après la naissance, antécédents médicaux difficiles psychologiquement...

Mais aussi fatigue, troubles du sommeil, regrets, peurs, pleurs, attachement difficile au bébé ou au contraire excessif, angoisses, dépression pré ou post natale, déception, manque de soutien... tout questionnement en lien avec la maternité au sens plus large (PMA, fausses couches, désir d'enfant ou non...)

Retrouvez nous au RDC, près de la maternité en salle de préparation à la naissance (munie de votre masque personnel).

L'équipe est ravie de vous retrouver



Association des Collectifs Enfants Parents Professionnels du Tarn

13 rue des cordeliers - 81000 ALBI - reseaparents81.acepp@gmail.com - www.reseaparents81.fr - 05.63.48.73.14 / 07.83.11.65.76

RÉSEAU

PARENTS

81

Agenda mensuel RESEAU PARENTS 81



Décembre 2020/ Janvier 2021/ Décembre 2020/ Janvier 2021



Territoire SUD Territoire SUD Territoire SUD Territoire SUD

LABRUGUIERE



**VOUS
VOS ENFANTS
ET...**



...la place des écrans
MARDI 17 NOV 2020 / 19H>20H



...les réseaux sociaux
MARDI 8 DEC 2020 / 19H>20H



...le Cyber harcèlement
MARDI 19 JAN 2021 / 19H>20H



...les jeux vidéo
MARDI 9 FEV 2021 / 19H>20H



...les traces sur Internet
MARDI 16 MARS 2021 / 19H>20H

GRATUIT

**DISCUSSIONS
1H
ECHANGES**

INSCRIPTION PAR MAIL
mjclabruguiere@multimedia@gmail.com

1 AV VICTOR AVEROUS LABRUGUIERE
05 63 73 33 50 / mjclabruguiere.fr



**PÔLE
MULTIMÉDIA
MJC LABRUGUIÈRE**

MAZAMET



La MJC-CS propose un

« PETIT DEJ' PARENTS »



LUNDI 07 DECEMBRE 2020

DE 09 H 00 à 11 H 00

à MJC- CS de Mazamet
Place de la Lauze
81 200 MAZAMET

Animé par MME Anne Marie NEGRE

Retrouvons-nous 1 fois par mois autour d'un café ou d'un thé pour échanger, discuter sur les thèmes de la parentalité, nos enfants ...
Pour tout renseignement : 05 63 98 68 02 / 05 81 43 67 95



Prenez soin
de vous et
de vos proches.



Association des Collectifs Enfants Parents Professionnels du Tarn

13 rue des cordeliers - 81000 ALBI - reseaparents81.acepp@gmail.com - www.reseaparents81.fr - 05.63.48.73.14 / 07.83.11.65.76