

RÉSEAU

PARENTS

81

# Agenda mensuel RESEAU PARENTS 81

Février 2021/ Février 2021/ Février 2021/ Février 2021

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

SIDOBRE VALS ET PLATEAUX

L'Espace de Vie  
Sociale



**Landou 2.0**

*Lo camio'net @ votre service*



**Communauté de communes  
Sidobre Vals et Plateaux**

**UN NOUVEAU SERVICE  
POUR LES HABITANTS**

Espace d'initiatives

Espace ressources

Numérique

Soutien à la parentalité

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

Février 2021/ Février 2021/ Février 2021/ Février 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

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

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 15 février 2021 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.

## TREBAS

Les Ateliers  
parents-enfants  
de moins de 3 ans

Tous les vendredis  
De 10h à 11h30  
hors vacances scolaires

Eveil musical pour les tout-petits accompagnés de leurs parents ou de leurs nounous.

Moment convivial de plaisir, de partage et d'apprentissage autour de chansons enfantines, de parcours motricité et de jeux libres !

Places limitées,  
Réservations  
Conseillées.

**Au Dojo de Trébas,**  
pré fabriqué,  
près de la maison de retraite

Association Lubelline,  
route d'Albi, 81340 Trébas  
lubelline.asso@gmail.com / 06.37.86.19.84

Association Lubelline,  
route d'Albi, 81340 Trébas  
lubelline.asso@gmail.com /  
06.37.86.19.84

### Atelier Yoga Parent/Enfant

**Au Dojo de Trébas avec Lina**

Mercredi 27 Janvier, 3 Février et 10 Février 2021  
14h00 - 15h00 Maxiyoga (7 à 11 ans)  
15h30 - 16h30 Miniyoga (3 - 6 ans)

**Atelier Yoga Parent/Enfant:** Des chansons, des jeux, du mouvement, des histoires, des techniques de respirations, de la méditation...  
Venez partager un moment de complicité avec votre/vos enfants dans la joie et la paix.

Atelier ouvert à tous  
Adhésion à Lubelline 5€

RÉSEAU

PARENTS

81

# Agenda mensuel RESEAU PARENTS 81

Février 2021/ Février 2021/ Février 2021/ Février 2021

Territoire OUEST Territoire OUEST Territoire OUEST Territoire OUEST

## GRAULHET



\* Restons en lien !



En plus de nos ateliers sur place,

nous maintenons notre ligne téléphonique du lundi au vendredi de 15h30 à 17h30 au

06.46.10.76.79

- Atelier Parents enfants touche à tout : En visio les mardis et jeudis
- Les vendredis des parents : En visio les vendredis matin
- Groupe de paroles, parents d'ados : En visio jeudi 18 février de 19h30 à 21h30
- Les causeries nutritionnelles : En visio mercredi 10 février de 10h00 à 11h00

<https://meet.jit.si/ActivitesParentaliteCSGraulhet>

**Audrey, Camille, Cécile, Claudine, Hélène, Stéphanie vous répondront pour partager un sourire !**

## GAILLAC

Accueil individuel En accès libre ou sur RDV	GAILLAC 8 rue de la Madeleine*	LAVAU Maison du Département 5 allée Ferréol Mazas	GRAULHET Centre social Place du Languedoc	PUYLAURENS Maison du Département 53 avenue de Castres
<b>Lundi</b>	10h00 à 19h00 Suivis des enfants exposés aux violences 14h - 19h sur RDV	2 <sup>ème</sup> lundi du mois de 14h à 17h		
<b>Mardi</b>	10h00 à 17h30			
<b>Mercredi</b>	10h00 à 17h30 Suivis des enfants exposés aux violences 14h - 19h sur RDV			
<b>Jeudi</b>	10h00 à 17h30		3 <sup>ème</sup> jeudi du mois de 9h30 à 12h00	Un jeudi par mois sur RDV de 14h à 17h
<b>Vendredi</b>	9h30 à 17h00 Permanence administrative / emploi / logement 13h30 - 16h30 sur RDV			
<b>Samedi</b>	9h30 à 12h30	Le premier samedi du mois		

## PAROLES DE FEMMES

SOCIÉTÉ ET DISCUSSION



### RENCONTRE A THEME

Ouverte gratuitement à toutes les femmes qui souhaitent partager un moment de convivialité et d'intimité pour prendre le temps de parler et d'échanger.

ANIMÉE PAR DIFFÉRENTES INTERVENANTES

LUNDI UNE FOIS PAR MOIS DE 14H00 A 16H00

PAROLES DE FEMMES  
8 rue de la Madeleine 81600 Gaillac  
09 51 87 31 70

paroles  
de femmes

www.parolesdefemmes81.fr  
parolesdefemmes81@gmail.com  
09 51 87 31 70

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

Février 2020/ Février 2021/ Février 2021/ Février 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

- Groupe de parole en visio le 4/02 à 10h00 (pour le Tarn Nord)
- Groupe de parole en présentiel le 5/02 à 16h00 à l'hôpital du Pays d'Autan de Castres

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](mailto: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](mailto:reseaparents81.acepp@gmail.com) - [www.reseaparents81.fr](http://www.reseaparents81.fr) - 05.63.48.73.14 / 07.83.11.65.76

RÉSEAU

PARENTS

81

# Agenda mensuel RESEAU PARENTS 81

Février 2021/ Février 2021/ Février 2021/ Février 2021

Territoire SUD Territoire SUD Territoire SUD Territoire SUD

## LABRUGUIERE

PARENTILLAGES

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  
ECHANGES  
1H

INSCRIPTION PAR MAIL  
mjclabruguiere@multi-media@gmail.com

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

PORT DU  
MASQUE  
OBLIGATOIRE

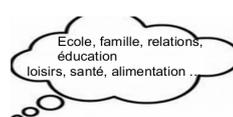
PÔLE  
MULTIMÉDIA  
MJC LABRUGUIÈRE

## MAZAMET

mit-us  
MAZAMET Centre Social

La MJC-CS propose un

« PETIT DEJ' PARENTS »



LUNDI 08 FEVRIER 2021

DE 09 H 00 à 11 H 00

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

Animé par Anne Marie NEGRE, Véronique BEAUVOIS et la référente famille Régine CATHALA

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



# 2021

*Pour commencer cette année, nous avons choisi d'écrire avec de la lumière... nous souhaitons que cette année soit lumineuse, joyeuse, éclairante et légère pour chacun de vous.  
Nous serons là, à vos côtés, avec de nouveaux projets, des idées à vous proposer et toujours autant l'envie de partager et de vous accompagner.*

*Ensemble, nous sommes plus forts !*

*L'équipe de l'ACEPP81*



ACEPP81

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

Février 2021/ Février 2021/ Février 2021/ Février 2021

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

LABRUGUIERE

  
PARENTILLAGES



**VOUS, VOS ENFANTS ET...**  
**...les JEUX VIDEO**

**MARDI 9 FEVRIER / 19H>20H**



**POUR TOUTE  
LA FAMILLE**

DISCUSSIONS  
**1H**  
ECHANGES

**EN VISIO !**

INSCRIPTION PAR MAIL  
[mjclabruguiere multimedia@gmail.com](mailto:mjclabruguiere multimedia@gmail.com)

1 AV VICTOR AVEROUS LABRUGUIERE  
05 63 73 33 50 / [mjclabruguiere.fr](http://mjclabruguiere.fr)

**PÔLE  
MULTIMEDIA@  
MJC LABRUGUIERE**

Association des Collectifs Enfants Parents Professionnels du Tarn

13 rue des cordeliers - 81000 ALBI - [reseauparents81.acepp@gmail.com](mailto:reseauparents81.acepp@gmail.com) - [www.reseauparents81.fr](http://www.reseauparents81.fr) - 05.63.48.73.14 / 07.83.11.65.76