

RÉSEAU

PARENTS

81

# Agenda mensuel RESEAU PARENTS 81

Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021

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

ASSOCIATION SEGA'LIENS - VALDERIES

**sésame,  
ouvre toi !**

*Une nouvelle aventure virtuelle et ludique à vivre en famille !*

Dans chaque boîte se cache une histoire à découvrir, une activité créative et un petit trésor...  
On récupère sa boîte puis, de chez soi, on se connecte et l'aventure commence !

**Mercredi 10 mars - 10h à 11h30**  
**sur inscription : 05.63.56.55.88**



**ASSOCIATION SÉGA'LIENS**  
Chemin de Musac - 81350 Valdériès  
05.63.56.55.88 / [accueil@cs-segalatarnais.org](mailto:accueil@cs-segalatarnais.org)  
[www.cs-segalatarnais.org](http://www.cs-segalatarnais.org)



Ne pas aller sur la voie publique

Association des Collectifs Enfants Parents Professionnels du Tarn

13 rue des cordeliers - 81000 ALBI - [reseuparents81.acepp@gmail.com](mailto:reseuparents81.acepp@gmail.com) - [www.reseuparents81.fr](http://www.reseuparents81.fr) - 05.63.48.73.14 / 07.83.11.65.76

RÉSEAU

PARENTS

81

# Agenda mensuel RESEAU PARENTS 81

Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021

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

## AEPH - CARMAUX



### COMMUNIQUÉ DE PRESSE

## Parents d'enfants en situation de handicap

**AEPH 81,  
une association  
à vos côtés**

Reconnue d'intérêt général, AEPH 81 est une structure de soutien aux familles et d'accompagnement éducatif de leurs enfants en situation de handicap.

Elle accueille des enfants reconnus par la MDPH (Maison départementale des personnes handicapées), bénéficiant d'une scolarité partielle ou au domicile à temps complet.

L'association propose un accompagnement éducatif autour de l'inclusion sociale, scolaire et professionnelle des personnes en situation de handicap, mais aussi du répit pour leurs familles, qui doivent trop souvent lutter contre la fatigue, le désarroi et l'isolement.

### Un lieu d'accueil bienveillant et adapté

L'AEPH 81 dispose de locaux équipés en matériels adaptés et inclusifs. Des espaces ont été conçus et aménagés pour limiter le stress, augmenter l'autonomie et faciliter les apprentissages.

Ces locaux comprennent notamment une salle de travail collectif, une salle de travail individuel et une salle multi-sensorielle, dédiée au calme et à la relaxation.

### Une équipe de permanents

AEPH 81 est une association Loi 1901 animée par un bureau et deux éducatrices spécialisées permanentes.

Elle offre aussi les services de prestataires extérieurs (psychomotricien, psychologue...), d'une enseignante spécialisée bénévole, et d'une sage-femme pour un accompagnement à la puberté sur demande des familles.

Le coût de l'adhésion est de 30 euros par an.

#### CONTACTS

AEPH 81  
8 Rue Littré 81400 Carmaux  
aeph81@gmail.com  
Carole Péroni : 06 11 28 11 33  
[www.aeph81.com](http://www.aeph81.com)

RÉSEAU

PARENTS

81

# Agenda mensuel RESEAU PARENTS 81

Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 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**  
**RÉALMONT**  
**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 19 avril 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,**  
pr éfabriqué,  
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€



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

Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021

Territoire NORD Territoire NORD Territoire NORD Territoire NORD

SAINT-JUERY

## Atelier Parents live

Une fois par mois, un groupe de parents se retrouve pour échanger, apprendre, partager ses expériences de parents.

Animé par Jean Batsère, médiateur familial et Caroline Cannata, formatrice en

**MERCREDI 17 MARS**  
**MERCREDI 21 AVRIL**  
**MERCREDI 19 MAI**  
**MERCREDI 16 JUIN**

**9H30 À 11H30**  
**CENTRE SOCIAL**  
**DE SAINT-JUERY**

Infos et inscriptions :

Centre social et culturel municipal de Saint-Juéry  
Espace Victor Hugo 81160 Saint-Juéry  
05 63 76 07 01 / [centre.social@ville-saint-juery.fr](mailto:centre.social@ville-saint-juery.fr)

Retrouvez-nous sur Facebook :  
@CSCSaintJuery



RÉSEAU

PARENTS

81

# Agenda mensuel RESEAU PARENTS 81

Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 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

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

Groupe d'échanges sur « LE SOMMEIL » avec intervenant : En visio les 3 et 17 mars de 9h30 à 11h30  
 Groupe d'échanges sur « LA SOPHROLOGIE » avec intervenant : En visio les 31 mars et 7 avril de 9h30 à 11h30  
 « Sur inscription à l'accueil du centre social »

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

## GAILLAC

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

## PAROLES DE FEMMES

EXPRESSION ET ENTRAIDE



### GROUPE DE PAROLE

Ouvert gratuitement à toutes les femmes ayant vécu dans le passé ou vivant actuellement des violences et qui souhaitent être aidées. Dans un climat d'écoute, d'échange, de respect et de confidentialité, elles ont la possibilité d'exprimer les difficultés rencontrées et les émotions ressenties, d'aborder les obstacles qu'elles doivent surmonter et les questions qu'elles peuvent se poser ainsi que d'arriver à trouver des solutions en soi et avec les autres.

ANIME PAR ELISABETH FOURNIER (ancienne présidente) ET MORGANE SPAY (bénévole)

UNE FOIS PAR MOIS DE 14H00 A 16H00

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



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

Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021

Territoire OUEST Territoire OUEST Territoire OUEST Territoire OUEST

## GAILLAC

### COMME AVANT!

**TOUS LES LUNDIS :**

9H15 - 10H30

Boug'en'son

Atelier Gym en Visio

Besoin  
d'accompagnement  
numérique ?

Vincent est là pour  
vous !

**TOUS LES MERCREDIS :**

9H30 à 11H

Atelier marche

**LES MERCREDIS :**

3/03 et 17/03

14H à 16H

**PARTA'JEUX**

Atelier Famille

**LE MERCREDI :**

10 MARS

Atelier d'écriture sur  
la poésie

**LE LUNDI :**

1ER MARS

Journée massage

**MARDI 16 MARS :**

14H à 16H

Jeux de société "Des récits  
et des vies"

Vous avez des idées ?  
Parlons en !

**MARDI 9 MARS :**

14H à 16H

Jeux du pti Bac

#### ATTENTION :

N'oubliez pas de nous appeler afin  
de vous inscrire au 05 63 33 78 54

**ASSOCIATION LOU MERCAT**  
1 AVENUE DU MARECHAL JUIN  
GAILLAC



**PARTA'JEUX**

**ATELIER  
FAMILLE**



**MERCREDI  
3 MARS  
14h - 16h**

**INSCRIPTIONS : 05 63 33 78 54**

ASSOCIATION LOU MERCAT  
1 AVENUE MARECHAL JUIN  
81600 GAILLAC



**A PARTIR  
DU 2  
JANVIER**

**PARTA'JEUX**



**ATELIER FAMILLE**



**14H00 À  
16H00  
UN MERCREDI  
SUR DEUX**

**ESPACE DE  
VIE SOCIALE  
LOU MERCAT**

1 AVENUE  
MARÉCHAL JUIN  
81600 GAILLAC

POUR PLUS  
D'INFORMATIONS :  
05 63 33 78 54

RÉSEAU

PARENTS

81

# Agenda mensuel RESEAU PARENTS 81

Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 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 mars à 10h00 (hors territoire sud)
- Groupe de parole en présentiel le 4 mars à 17h15 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



# Agenda mensuel RESEAU PARENTS 81

Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 2021/ Mars 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@multimedia@gmail.com

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

PORT DU  
MASQUE  
OBLIGATOIRE

**PÔLE  
MULTIMEDIA  
MJC LABRUGUIERE**

## MAZAMET

**mjc-81**  
MAZAMET

La MJC-CS propose un

« **PETIT DEJ' PARENTS** »

Ecole, famille, relations,  
éducation  
loisirs, santé, alimentation ...



**LUNDI 08 MARS 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



## LABRUGUIERE

PARENTILLAGES

**NOUVEAU!**

**P  
P**

**LA PARENTHÈQUE  
DE PARENTILLAGES**

**Emprunt gratuit de livres, jeux, DVD ...**

- 😊 A partager en famille
- 😊 Futurs parents
- 😊 Parentalité
- 😊 Adolescence
- 😊 Petite enfance
- 😊 Enfance

**Permanences Parenthèque (hors vacances scolaires) :**

➔ **1<sup>er</sup> mardi de chaque mois de 14h à 16h**