



## Vacances de février

**Pour les vacances de février, le secteur Éducation Jeunesse propose des activités aux filles et aux garçons de 12 à 17 ans.**

Les rendez-vous sont fixés à l'Aquoiboniste pour les départs et les retours sauf les sorties ski : rendez-vous gare Saint-Agne.

Des fiches descriptives pour les journées ski seront fournies à l'inscription.

Possibilité d'apporter son panier repas pour déjeuner entre 12 h et 14 h avec le personnel et l'équipe d'animation. Pour chaque activité à la journée, ne pas oublier son pique-nique et les affaires adaptées à la pratique. L'équipe d'organisation se réserve le droit d'ouvrir une soirée repas/ciné en fonction du programme.

	15/02 lundi	16/02 mardi	17/02 mercredi	18/02 jeudi	19/02 vendredi	22/02 lundi	23/02 mardi	24/02 mercredi	25/02 jeudi	26/02 vendredi
<b>M A T I N</b>	10h/12h Accueil Aquoiboniste	6h/20h Sortie à la journée ski/snow Bonascre 3 domaines 20 €	10h/12h Karting Montaudran 25 €	10h/12h Danse Hip/Hop Divers Gratuit Dojo Karben	10h/12h Danse Hip/Hop Divers Gratuit Dojo Karben	10h/12h Accueil Aquoiboniste	6h/20h Sortie à la journée ski/snow Super- bagnères 20 €	10h/12h Badminton Gratuit Gymnase Léo- Lagrange	9h/12h30 Bowling 5 €	10h/17h Billard sortie Toulouse 5 €
<b>A P R È S</b>	14h/17h Sports d'opposition Lutte Boxe Self- défense Gratuit Dojo Karben	14h/18h Ouverture Aquoiboniste	14h/17h Jeux : Fléchettes Baby-foot Ping-Pong Gratuit Aquoiboniste	14h/17h Sports-Co Hand Basket Foot Ultimate Gratuit Gymnase Léo- Lagrange	14h/17h Mini Foot en Salle Gratuit Gymnase Léo- Lagrange	14h/17h Sports d'opposition Boxe Self-défense Lutte Gratuit Dojo Karben	14h/18h Ouverture Aquoiboniste	14h/18h Mini-foot en salle Gratuit Gymnase Léo- Lagrange	14h/17h Jeux : Fléchettes Baby-foot Ping-Pong Gratuit Aquoiboniste	14h/18h Ouverture Aquoiboniste
<b>S O I R</b>		20h30/23h Ouverture Aquoiboniste	20h30/23h Soirée D.J. Aquoiboniste	20h30/23h Ouverture Aquoiboniste	20h30/23h Soirée casino Aquoiboniste		20h30/23h Ouverture Aquoiboniste	20h30/23h Ouverture Aquoiboniste	20h30/23h Ouverture Aquoiboniste	20h30/23h Soirée casino Aquoiboniste

**Renseignements/inscriptions :** secteur Éducation Jeunesse, place Jean-Jaurès - tél. : 05 61 00 32 16.

### Animations Couleurs & Rencontres

**Le centre social d'animation Couleurs & Rencontres propose les activités suivantes.**

Pour les 0 à 3 ans

- « La malle à jouer »

**Tous les vendredis de 10 h à 11 h 30**, un espace - rencontre autour du jeu permet aux parents, grands-parents ou assistantes-maternelles de partager une activité avec leurs enfants de 0 à 3 ans.

- L'atelier massage « parent-bébé »

Animé par une sage-femme, cet atelier permet aux parents de tisser des liens privilégiés avec leurs enfants, d'échanger conseils et informations entre parents et professionnelles, etc. Prochains rendez-vous : **vendredis 12 février et 26 mars 2010 de 10 h à 11 h 30** à la Maison communale de la solidarité.

Tout public

- Sortie à la neige au Domaine du Chioula en Ariège (le lieu pourrait être modifié en fonction de l'enneigement) : promenade, luges, raquettes et ski de fond possibles.

**Dimanche 14 février 2010**

Départ en bus (pl. Jean-Jaurès) à 8 h, retour à 18 h.

Participation à la sortie : 2 € adultes et enfants.

Prévoir son pique-nique et des vêtements chauds et adaptés.

Adhésion Couleurs & Rencontres : 5 € personne seule / 10 € famille

**Rens. :** Couleurs & Rencontres, Maison communale de la solidarité 18, place Marnac, 2<sup>ème</sup> étage (au-dessus du centre commercial)  
Tel. : 05 61 75 40 03

### Des seniors soucieux de leur santé

**Le pôle seniors du Centre communal d'action sociale propose à celles et ceux intéressés de constituer un nouveau groupe pour une 3<sup>ème</sup> session du programme intégré d'équilibre dynamique (PIED)**

Le programme s'articule autour de séances d'activité physique et de conseils de prévention destinés à limiter les chutes et les fractures. Les participant(e)s aux séances précédentes disent avoir acquis très rapidement plus de confiance dans leurs déplacements et ont moins peur de chuter. Les séances s'organisent sur un trimestre et ont lieu à raison de 2 séances hebdomadaires tous les lundis et vendredis dans la salle d'activités de la Maison communale de la solidarité.

Si vous vous sentez concerné(e), n'hésitez pas à nous rejoindre lors de la réunion d'information qui se tiendra : **lundi 8 février 2010 de 10 h 30 à 12 h** à la Maison communale de la solidarité

**Rens. :** Pôle seniors, Maison Communale de la Solidarité 18, place Marnac, 2<sup>ème</sup> étage (au-dessus du centre commercial)  
Tel. : 05 61 75 21 28