

**L'AGENDA**  
DE SEPT. À DÉC. 2023

**LES 1000**  
PREMIERS JOURS  
DE L'ENFANT SUR LE CABARDÈS

**FAMILLES  
PARENTS ET FUTURS  
PARENTS D'ENFANTS  
DE 0 À 2 ANS**

**CENTRE SOCIAL MICHEL-ESCANDE**

13 rue des Jardins - Alzonne

Gratuit - Ouvert à tou.te.s  
Renseignements et inscriptions

04 68 24 50 37 - [famille.escande@carcassonne-agglo-solidarite.fr](mailto:famille.escande@carcassonne-agglo-solidarite.fr)



+ d'infos :  
[carcassonne-agglo.fr](http://carcassonne-agglo.fr)



**carcassonne**  
AUDACE & SOLIDARITÉ **agglo**

## **CAFÉS PARENTS**

*« être parents, parlons-en ! »*

Les mercredis, tous les 15 jours, de 14h à 16h

13/09 - 27/09 - 11/10 - 8/11 - 22/11 - 6/12 - 20/12

**MÉDIATHÈQUE ALZONNE**

## **LE SOMMEIL DE BÉBÉ**

Mercredi 27 septembre de 9h30 à 11h30

**ESPACE FAMILLES**

## **DÉCOUVERTE DE LA SOPHROLOGIE**

Mardi 3 octobre de 9h30 à 11h30

**MÉDIATHÈQUE ALZONNE**

## **DÉCOUVERTE MASSAGE BÉBÉ**

Mercredi 4 octobre de 9h30 à 11h

**ESPACE FAMILLES**

## **CUISINE DES TOUT-PETITS**

Mercredi 11 octobre de 9h30 à 11h30

**SAF DE PEZENS**

## **BRADERIE GRATUITE AUTOMNE-HIVER**

Samedi 21 octobre de 9h à 13h et de 14h à 16h30

**CENTRE SOCIAL ALZONNE**

## **YOGA PARENTS-ENFANTS**

8/11 ; 15/11 ; 22/11 ; 29/11 de 10h à 11h

**ESPACE RENÉ DOUCE - VENTENAC CABARDÈS**

## **YOGA FEMMES ENCEINTES**

8/11 ; 15/11 ; 22/11 ; 29/11 de 11h15 à 12h15

**ESPACE RENÉ DOUCE - VENTENAC CABARDÈS**

## **L'ÉVEIL MOTEUR ET SENSORIEL**

Samedi 2 décembre à partir de 9h30

**ESPACE FAMILLES**

## **FORMATION PREMIERS SECOURS PSC1**

Jeudi 30 novembre de 9h à 17h

**CENTRE DE SECOURS D'ALZONNE**

## **ESPACE DE GRATUITÉ**

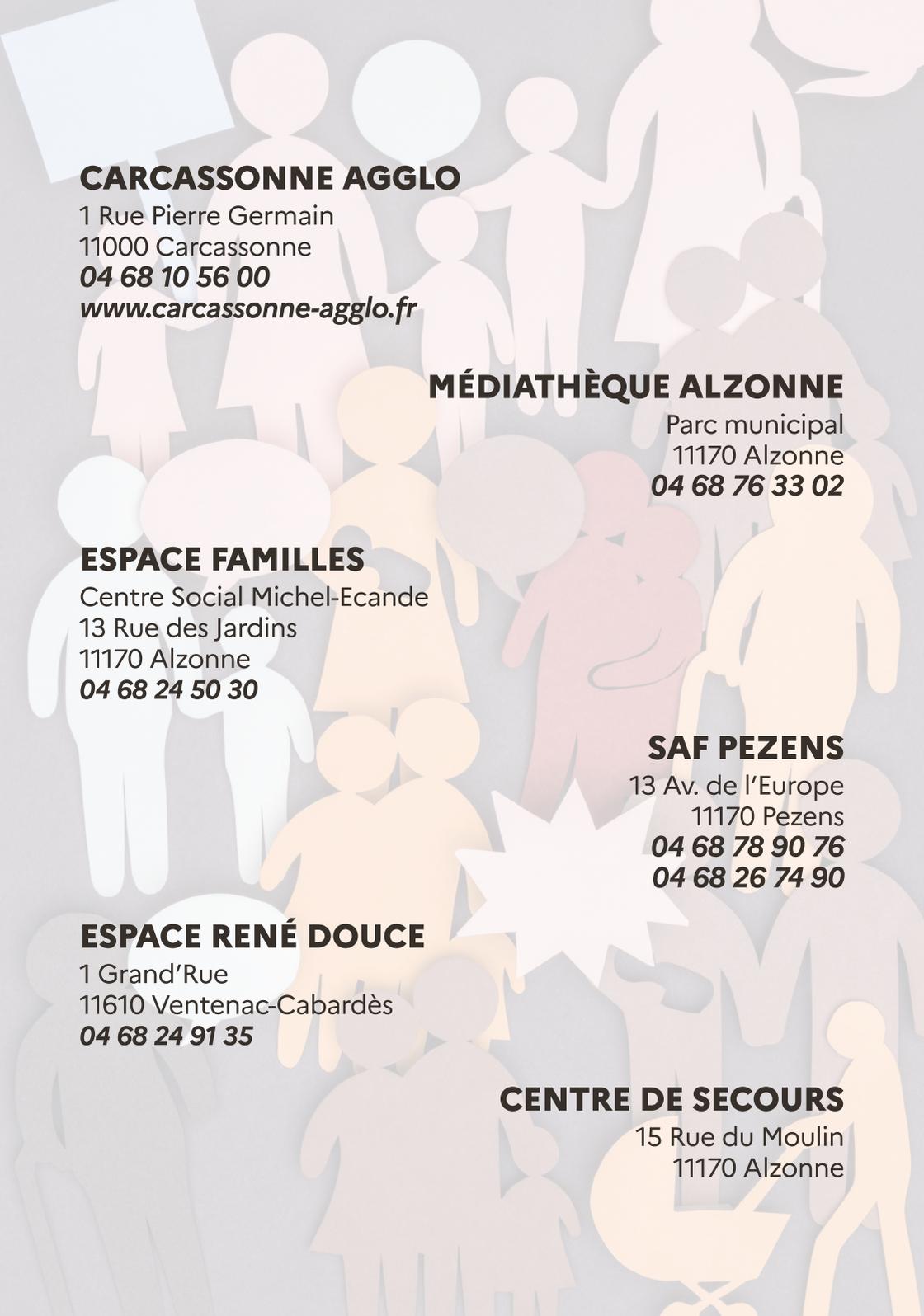
*«Vêtements, puériculture, jeux, ...»*

Les mardis de 13h30 à 16h30

les jeudis de 9h à 12h

**CENTRE SOCIAL ALZONNE**

*\* Gratuit, sur inscription auprès de l'Espace Famille.*



## **CARCASSONNE AGGLO**

1 Rue Pierre Germain

11000 Carcassonne

**04 68 10 56 00**

*[www.carcassonne-agglo.fr](http://www.carcassonne-agglo.fr)*

## **MÉDIATHÈQUE ALZONNE**

Parc municipal

11170 Alzonne

**04 68 76 33 02**

## **ESPACE FAMILLES**

Centre Social Michel-Ecande

13 Rue des Jardins

11170 Alzonne

**04 68 24 50 30**

## **SAF PEZENS**

13 Av. de l'Europe

11170 Pezens

**04 68 78 90 76**

**04 68 26 74 90**

## **ESPACE RENÉ DOUCE**

1 Grand'Rue

11610 Ventenac-Cabardès

**04 68 24 91 35**

## **CENTRE DE SECOURS**

15 Rue du Moulin

11170 Alzonne