

## VACANCES EN FAMILLE

**MARDI 5 FÉVRIER** à 17H30 à l'association Energies de la Piège à Salles-sur-l'Hers, réunion d'information sur le dispositif « vacances en famille ». Chaque année, le Centre social et culturel a la possibilité de soutenir des familles allocataires de la CAF de l'Aude (et de la MSA à compter de cette année) dans l'organisation de leurs futures vacances d'été. Cet accompagnement se traduit par des temps de préparation adaptés aux souhaits de chacun et par un soutien financier à hauteur de 80% des frais de séjour dans une des nombreuses structures agréées VACAF (camping, appartement...). Réunion ouverte à tous, participation ne tenant pas lieu d'engagement.

Renseignements auprès de la référente familles du centre social et culturel.

☺ 04 68 60 38 98 ou [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

## ATELIERS ART NUMÉRIQUE

**LES MERCREDIS 6 et 20 FÉVRIER** au coworking rural de Salles-sur-l'Hers, 16, Grand rue, venez apprendre à créer avec un logiciel libre de gestion d'image. Participez au groupe « Art numérique » du Cowork'Hers. Gratuit mais ordinateur portable nécessaire. Adhésion à l'association du Coworking vivement encouragée.

☺ Inscription et information : Jean Michel Ferradini, 04 68 94 03 79 ou 06 48 45 28 32, [ferradinijm@yahoo.fr](mailto:ferradinijm@yahoo.fr)

## ASSISTANTE SOCIALE

**LES JEUDIS 7 et 14 FÉVRIER** à partir de 9h30 au centre social et culturel EDP, présence de Véronique VISENTIN, assistante sociale au Centre Médico-Social du Département de l'Aude à Castelnaudary, sur rendez-vous.

☺ Centre Médico-social, Véronique Visentin, 04 68 23 55 82

## CLUB DU PREMIER ÂGE

Dans le cadre de sa mission de soutien à la parentalité, le centre social et culturel Energies de la Piège vous propose « Le club du 1er âge », qui est un lieu de rencontres et d'échanges ouvert aux enfants âgés de 0 à 4 ans accompagnés d'un parent, grand-parent ou de leur assistante maternelle.

**SAMEDI 9 FÉVRIER** entre 10h et 12h à la salle des fêtes de Mezerville, le club du 1er âge propose un atelier de cuisine intergénérationnelle.

**MARDI 19 FÉVRIER** de 9h30 à 11h30 à l'association Energies de la Piège, atelier Transvasements.

Arrivées et départs en fonction des souhaits et disponibilités de chacun, dans les horaires indiqués, participation libre sans inscription et gratuite, accueil convivial autour d'un café assuré.

☺ 04 68 60 38 98 ou [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

## MISSION LOCALE

**LES LUNDIS 11 et 25 FÉVRIER** la mission locale assure une permanence pour les jeunes de 16 à 25 ans dans les locaux de la Maison de Service Au Public, à l'association Energies de la Piège ; 9, rue des Rosiers à Salles-sur-l'Hers. Sur rendez-vous uniquement. « La mission locale, une garantie pour les jeunes ».

☺ MLOA, 04 68 23 67 49

## L'HEURE DU CONTE

**SAMEDI 16 FÉVRIER** à 11H, à la médiathèque de Salles sur l'Hers. À partir de 3 ans. Entrée libre.

☺ Médiathèque de Salles-sur-l'Hers ; 04 68 60 57 80 ou [mediathequesalles@cccla.fr](mailto:mediathequesalles@cccla.fr)

## CONCERT BAROQUE

**SAMEDI 16 FÉVRIER** à 18h, à l'église de St Michel de Lanès, concert de l'ensemble Vita Brevis, octuor de chanteurs, viole de gambe et clavecin. Morceaux de Schütz, Vivaldi, Haendel. Entrée 8 euros, gratuit pour les donateurs et adhérents.

Renseignements, possibilité de don, adhésions.

☺ Les amis de l'orgue de Saint Michel-de- Lanès, 06 31 12 43 47

## COMITÉ D'USAGERS CLUB DU 1<sup>er</sup> AGE

**MARDI 19 FEVRIER** à 20h30 à l'association Energies de la Piège à Salles-sur-l'Hers, premier comité d'usagers du club du 1er âge.

Dans le cadre de ses missions de soutien à la parentalité, le centre social et culturel propose depuis plus de 10 ans un espace de rencontres parents-enfants. Que vous soyez parent, grand-parent ou assistante maternelle, si vous avez participé à une ou plusieurs rencontres au cours des deux dernières années, votre avis nous intéresse. Vous êtes invités à venir partager vos idées pour faire évoluer cette action autour d'un thé ou d'un café.

☺ Energies de la Piège, 04 68 60 38 98 ou [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

## CAFÉ DES PARENTS

A partir du mois de février, le Centre social et culturel de l'association Energies de la Piège met en place un groupe de parole ouvert aux parents et à toutes personnes qui souhaitent améliorer leur façon de communiquer, en famille ou en société, dans la bienveillance et le respect de chacun.

A raison d'une fois par mois, un cycle de cinq rencontres est prévu pour apprendre à écouter, éviter les sources de conflit et développer l'estime de soi.

Les rencontres pourront se dérouler le jeudi matin, le vendredi en fin de journée ou le samedi matin en fonction des disponibilités des participants. Première rencontre prévue **entre les 21 et 23 FÉVRIER**. Rencontres animées par Doris Braun, éducatrice spécialisée consultante en PNL (Programmation Neuro-Linguistique).

Renseignements et inscriptions auprès de la référente familles du Centre social et culturel.

☺ Energies de la Piège, 04 68 60 38 98 ou [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org)

## MAISON DE SERVICES AU PUBLIC

Pour rappel, votre MSAP peut vous accompagner dans vos démarches administratives et fait le lien avec les différentes administrations ( CAF, CPAM, MSA, Service des impôts, Préfecture,...). Elle met à votre disposition un ordinateur connecté à internet qui est en libre accès aux heures d'ouverture. Vous pouvez également utiliser le visio-guichet pour des rendez-vous en direct avec des conseillers de certaines administrations (CAF, ADIL).

☺ Energies de la Piège, 04 68 60 38 98 ou [accueil@energiespiege.org](mailto:accueil@energiespiege.org).

## ATELIER PHOTO

L'atelier photo de l'association Énergies de la Piège reprend avec un atelier théorique et un atelier pratique par mois.

☺ Renseignement et inscription auprès de Benoit Rancoul, 06 60 20 17 44