

On vous attend nombreux !

## Horaires

De 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h00

## Lieux d'accueils

### Accueil du Centre-Ville

04.90.67.73.20

68 Rue du Refuge

cv.loutricadou@gmail.com

### Accueil du Pous du Plan

06.18.35.86.12

Bâtiment de l'Entracte – 142 Rue Jacques Cartier

Pdp.loutricadou@orange.fr

### Accueil des Amandiers / Eléphant

04.90.60.27.72

302 Boulevard de la Treille

Ae.loutricadou84@gmail.com

## Nos partenaires



CARPENTRAS  
Capitale du Comtat Venaissin



santé  
famille  
retraite  
services



The flyer features a colorful winter-themed border with snowflakes and brushstrokes. At the top right is the logo for 'Lou Tricadou CENTRE SOCIAL & CITOYEN Agir avec Vous !' with three stylized house icons above the text. Below the logo, the word 'CARPENTRAS' is printed. The main title 'PROGRAMME Familles FÉVRIER & VACANCES D'HIVER' is displayed in large, bold, black and orange letters. To the right of the title, contact information is provided: 'Référente familles Bouchra 07.68.32.22.38'. At the bottom, it says 'Inscriptions et renseignements auprès des accueils' and provides the website 'www.loutricadou.org'.

# Programme Familles - Février 2020

## Activités Adultes :



### Activité adultes :

#### « Activ'pour elles »

Les lundis 2, 9 et jeudi 5, 12 de 9h à 10h

Au Foyer de l'AMITIE au Pous du Plan - 5 places par quartier

Participation : 2€/par séance **payable au trimestre**

Inscriptions auprès des accueils

**ATTENTION les cours démarrent aux horaires indiqués**



### Atelier adultes :

#### Atelier partage de savoir « Msemen »

**Lundi 9 février de 13h30 à 16h30**

Inscription auprès des accueils - 5 places/quartiers

Lieu : Pous du Plan, Espace cuisine du Tricadou



#### Atelier couture

#### Les lundis à 13h30 (hors vacances scolaires)

Dans l'Espace Crédou - Nombre de personne 15 places - Groupe complet

### Sortie adultes :



#### Stand up de la troupe du Jamel Comedy Club

**Le vendredi 6 février**

10 places/quartier - Tarif : 10€

#### Rendez-vous devant le Cabaret à 20h

Inscription auprès des accueils jusqu'au 27 janvier. En autonomie, places à récupérer le vendredi 6 février au plus tard 11h - Sous réserve de disponibilités

### Pauses-café dans nos quartiers

**Mardi 3 février** à 13h45 aux **Amandiers / Éléphant** à l'Accueil

**Jeudi 5 février** à 13h45 au **Pous du Plan** à l'Entracte

**Vendredi 6 février** à 14h au **Centre-Ville** au Siège

Intervenant : service prévention de la COVE



## Activités Familles :



### Atelier parents enfants

#### Ateliers « sensoriels » des tout petits 0/3 ans

**Jeudi 19 février 9h30 (en autonomie et gratuit)**

Espace Crédou aux Amandiers - 1 place/qrt. Inscription auprès des accueils

### Sortie Familles et Alsh :

#### Théâtre forum interactif

#### Mieux communiquer avec son ado

**Vendredi 13 février à 18h**

Au foyer Bonnet aux Amandiers

Buffet offert. Transport sur inscription auprès des accueils

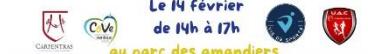


#### Défis sportifs

#### Parents/enfants

**Samedi 14 février de 14h à 17h**

Au parc des Amandiers  
Avec le club d'athlétisme de Carpentras



### Activité familles et Alsh :

Pendant les vacances, viens chaque jour dans ton accueil découvrir le nouveau carnet de jeux sur le **MONDE POLAIRE**  
Jeux, histoires et recettes à partager en famille t'y attendent...  
**Chaque jour, récupère une image dans ton accueil et repars avec ton bonbon !**



## *Programme Familles - Février 2026*

--	--