

Les Petitous de Najac

Programme du Petit Lieu avril à juin 2023

**Des activités pour
les enfants, les adultes
et des ateliers
parentalité.**

9 avenue de la gare, 12270 Najac

Inscriptions ►

www.lespetitousdenajac.com



ÉVÈNEMENTS

Salon du Goût 2023. Crée ton animal-fromage et ton kit pâtisserie.

Le Petit Lieu en fête, le 1er juillet

page 1

ATELIERS SPÉCIAUX

Atelier décorations de Pâques, 4-13 ans

Atelier couture dès 6 ans

page 2

LA SANTÉ DE VOTRE ENFANT

Consultation PMI mensuelle

page 3

ATELIERS PARENTALITÉ

SOPHROLOGIE, mon corps, mes émotions

Questions libre à votre ORTHOPHONISTE

Atelier parents-enfants PSYCHOMOTRICITÉ

page 4

ACTIVITÉS ADULTES ET ADOS

Conversation anglaise

Tango

L'instant fitness

page 5

ACTIVITÉS ENFANTS 3-13 ans

Peinture

Éveil musical

Guitare et chant

Acrobaties et théâtre clown/arts plastiques

Equitation découverte

Cirque

pages 6 - 7

STAGE ENFANTS et JEUNES

La radio est à vous 8-14 ans. Crée ton émission de radio

Cirque aérien (trapèzes et tissus) 4-17 ans

Séjour nature en bivouac et itinérance 9-15 ans

page 8

STAGE ADULTES

La radio est à vous : nos campagnes avant-après.

Chant

Cirque aérien (trapèzes et tissus)

page 9



ÉVÈNEMENTS

Salon du Goût de Najac

à la Salle Omnisport, ZA du Puech, 12270 Najac

« Fromage, fromage, quel est ton animal ? »

Viens créer ton animal fromage totem avec les elfes Sybille et Pétronille.

Samedi 1er avril

14h30-17h

Prix libre

Prépare ton kit pâtisserie avec Chef Maïté

Samedi 1er et 2 avril, après-midi

Gratuit

La Fête du Petit Lieu

**C'est l'été au Petit Lieu :
des ateliers surprises et des animations pour les
enfants et les adultes !**

Suivez le programme détaillé sur notre site web

➡ www.lespetitousdenajac.com

Samedi 1er juillet

ATELIERS SPÉCIAUX

Décoration de Pâques pour les 4-13 ans

Animé par Christiane Rigal.

Samedi 8 avril

14h30-16h30

5€



Couture dès 6 ans

Animé par Cindy Verdier, de l'atelier O Fil Des I DèS.

Mercredi 3 mai (pendant les vacances)

10h-12h

5€





LA SANTÉ DE VOTRE ENFANT

Consultation mensuelle de la PMI. Gratuit.

avec une infirmière puéricultrice

9h30-12h30

(Tous les 2e mercredis du mois)

Prochaines dates :

Mercredi 12 avril

Mercredi 10 mai

Mercredi 14 juin



Inscriptions ➤

www.lespetitousdenajac.com

petitlieunajac.gestion@gmail.com

ou 06 63 85 27 37 (SMS)

Pour tous conseils de la conception d'un enfant à ses 6 ans : grossesse, accouchement, pesée du bébé, allaitement, portage, motricité, alimentation, sommeil, gestion des émotions, rapport aux écrans...



ATELIERS PARENTALITÉ

SOPHROLOGIE, mon corps, mes émotions.

Petits jeux pour apprendre à connaître son corps et mieux gérer ses émotions.

Atelier parents-enfant 5-10 ans. Prix libre.

Animé par Muriel Segonds, sophrologue caycedienne.

Mercredi 19 avril

10h-11h30

Questions libres à votre ORTHOPHONISTE

Ouvert à tous. Prix libre.

Animé par Emeline Saint Pierre, orthophoniste.

Samedi 13 mai

10h-12h

PSYCHOMOTRICITÉ, attention, inhibition, flexibilité, mémoire de travail.

Atelier parents-enfant. Ouvert à tous. Prix libre.

Animé par Elizabeth Langlais, psychomotricienne.

Mercredi 15 juin

10h-11h30





ADULTES ET ADOS

10€/cours ou 90€ la carte de 11 cours

Cours de conversation anglaise

Avec une enseignante anglaise

Tous les mardis.

18h15-19h15

(En parallèle du chant-guitare 7-13 ans)



Tango, en solo ou en couple

Les mercredis. **Tous les 15 jours**

12 avril / 17-31 mai / 7-21 juin

10h-12h

(En parallèle des ateliers enfants 3-13 ans)



L'Instant Fitness

Tous les samedis.

10h30-11h30

ENFANTS

Carte de 10 ateliers au choix : 42€

A l'unité : 5€/cours

Cirque : 7€/cours

Equitation : 19€/cours

Lundis, tous les 15 jours

Peinture 3-13 ans

15 mai / 12-26 juin

17h15-18h30



Tous les mardis

Éveil musical 3-6 ans

17h15-18h00



Chant-guitare 7-13 ans

18h05-19h00

(En parallèle du cours de conversation anglaise adultes-ados)





ENFANTS

Tous les mercredis

**Acrobaties
et clown ou arts plastiques 3-13 ans**

10h00-11h45

(En parallèle du tango adultes-ados)

Équitation découverte

A la Ferme Équestre de Daoudou (Najac)

12 avril / 10-24 mai / 7-21 juin

14h30-17h30 (8-13 ans)

5-19 avril / 17-31 mai / 14-28 juin

15h30-17h30 (4-7 ans)

Cirque dès 7 ans. 1 fois/mois

A la Salle des Fêtes de Najac

5 avril / 31 mai / 14 juin

16h15-18h15



STAGE ENFANTS et JEUNES

La radio est à vous !

8-15 ans

« Ton sac ados ».
Crée ton émission de radio / podcast.

Samedi 1er avril

10h-17h

25€ / 20€ (tarif réduit)



Cirque aérien (trapèze et tissu)

4-7 ans / 7-11 ans / 12-17 ans

Avec Colline Caen et Anna Loviat

Samedi 10 juin (à la Salle des Fêtes de Najac)

14h-15h15 pour les 4-7 ans

15h30-17h30 pour les 7-11 ans et 12-17 ans

8€ (4-7 ans)

12€ (7-17 ans)



STAGE ADULTES

La radio est à vous !

« Nos campagnes, avant-après »
Venez créer votre podcast / émission radio.

Animé par une anthropologue et productrice radio.

Samedi 8 et 22 avril

10h-17h

45€ les 2 jours (35€ tarif réduit) / 25€ une seule journée

Cirque aérien

Samedi 10 juin (à la Salle des Fêtes de Najac)

10h-12h30

Animé par Colline Caen et Anna Loviat, enseignantes et artiste de cirque aérien.

Découvrir les joies du trapèze et tissu aérien !

12€ les 2h30

Chant choral

Samedi 17 juin

14h30-17h30

Animé par Anaïs Raphel, chanteuse et musicienne (entre autre)

Découvrir des polyphonies du monde et d'ailleurs pour le plaisir de vibrer en chœur !

12€ les 3h

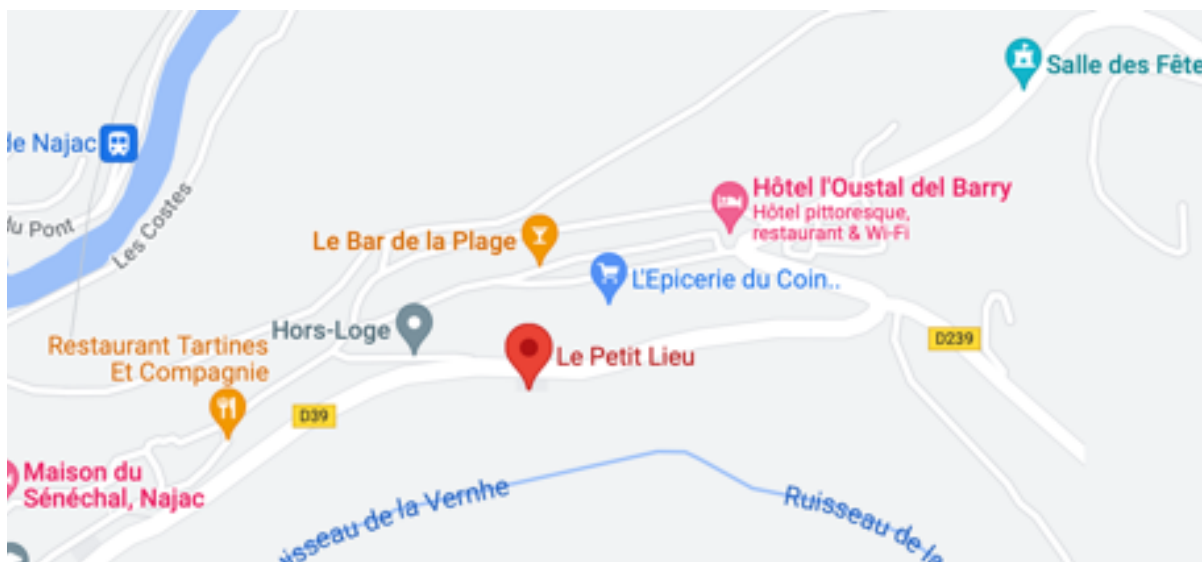
Le Petit Lieu, qu'est-ce que c'est ?

Le Petit Lieu est un lieu ouvert à tous.es, professionnels et habitants amateurs, désireux·ses de proposer des activités, rencontres, animations à destination des enfants de 0 à 17 ans, de leurs parents et des adultes de tous âges.

Pour proposer une activité, n'hésitez pas à nous contacter.

Où ça se trouve ?

9 avenue de la gare, 12270 Najac



Nous contacter :

petitlieunajac.gestion@gmail.com

06 63 85 27 37

Notre site web ➡ www.lespetitousdenajac.com

Nous rencontrer :

Tous les lundis/mardis 9h30-18h30 et pendant les heures d'activités.

Les +

La **FRIPERIE** vous propose des vêtements enfants de 0 à 8 ans, des chaussures, bonnets, chapeaux... à tous petits prix ! Ouverte tous les lundis/mardis 9h30-18h30 et pendant les heures d'activités.

La **PETITE CAFÈT** vous accueille pendant les temps d'activités et vous est ouverte tous les jours pour vos réunions, échanges...

Café, thé, jus en auto-gestion.

Jeux pour enfants, jeux de société et magazines sont à votre disposition.