

Thème	Date	Descriptif	Lieu	Inscription/Renseignement	Tarif
Ateliers GYMNIQUES	Mardi 2 juin 9-10h jeune maman 10h-11h étirements/relaxation	Gymnastique douce pour femmes enceintes (certificat médical obligatoire), jeunes mères, jeunes mère et leurs bébés. Pour plus de renseignements et inscription contactez l'animatrice sportive B. Chifflet.	Mende Gymnase La Vernède Salle de danse	Béline Chifflet 06.99.41.73.40 Jocelyne Bargues 04.66.31.96.68. Inscription obligatoire	Adh: 5€ Non adh.: 8 €
Papote THE ou CAFE ?	Mardis 2 & 16 juin 9h-11h - Passage libre !	Echanges autour des thèmes qui vous intéressent, présence de la BIBLIOTHEQUE. Nouveau lieu : ancien centre de loisirs (Intermarché)	Mende 1 rue pont Notre Dame	Fanny Lallemand 04.66.45.56.95. Coralie Arnal 06.84.49.09.42.	Gratuit !
Permanence mensuelle Grossesse/ Naissance	Mercredis 3 juin & 1^{er} juillet 15h-18h30 - Passage libre	Accueil des futurs et jeunes parents: partage et échange sur la grossesse et la naissance, informations et bibliothèque disponible.	Mende 1 rue pont Notre Dame	Dora Sarazin 04.66.45.46.65. Catherine Perret 04.66.45.75.12.	Gratuit !
Ateliers GYMNIQUES	Mardi 9 juin 9-10h jeune maman 10h-11h maman-bébé	Voir descriptif du 2 juin	Mende Gymnase La Vernède Salle de danse	Béline Chifflet 06.99.41.73.40 Jocelyne Bargues 04.66.31.96.68. Inscription obligatoire	Adh: 5€ Non adh.: 8 €
Atelier en famille COMPTINES EN PARTAGE	Judi 11 juin 15h	Comptines en partage : chaque famille fait découvrir aux autres ses comptines préférées (vous pouvez venir avec des CD)	Ispagnac à la bibliothèque	Catherine Perret 04 66 45 75 12 Claire Herrgott 04.66.44.74.18.	Gratuit !
PORTES OUVERTES Activités gymniques	Samedi 13 juin 10h – 12h30	Portes ouvertes autour des activités gymniques : Informations, présentation des cours proposés en vidéo, photos... Nous répondrons aux questions des personnes intéressées et présenterons le programme 2009/2010.	Mende 1 rue pont Notre Dame	Béline Chifflet 06.99.41.73.40.	gratuit
Atelier LISON ENSEMBLE	Lundis 15, 22+29 juin 10h - 11h	Pour les enfants de 0 à 3 ans. Venez avec votre enfant lire une histoire, partager une comptine, toucher un livre... En partenariat avec l'association « CONTE LICOT ».	Mende (Fontanilles) Salle Polyvante	Mélanie Coërchon 04.66.31.98.87. Coralie Arnal 06.84.49.09.42.	Gratuit !
Ateliers GYMNIQUES	Mardi 16 juin 9-10h maman & bébé 10h-11h étirements/relaxation	Voir descriptif du 2 juin	Mende Gymnase La Vernède Salle de danse	Béline Chifflet 06.99.41.73.40 Jocelyne Bargues 04.66.31.96.68. Inscription obligatoire	Adh: 5€ Non adh.: 8 €
Réunion ALLAITEMENT	Mercredi 17 juin 16h - 18h	Espace d'écoute et d'information à propos de la préparation de l'allaitement, du démarrage, de la diversification et du sevrage (dans le respect du projet des parents).	Mende 1 rue pont Notre Dame	Angèle Baril 04.66.48.08.62. Véronique Dussap 04.66.47.14.10.	Gratuit !
Balade en famille VÉLO POUR TOUS !	Samedi 20 juin 12h pique-nique tiré du sac 14h rdv balade 16h30 goûter tiré du sac	Des itinéraires adaptés de 0 à 99 ans ! 3 Circuits VTT balisés pour les 3-5 ans, les 5-8 ans et plus et petite promenade en forêt destinée aux plus petits, portés en écharpe ou à pieds (1h environ). Enfants sous la responsabilité exclusive de leurs parents pendant les différents parcours.	Causse de Mende RDV buvette de l'accrobranche « Mimat' aventure »	Mélanie Coërchon 04.66.31.98.87. Coralie Arnal 06.84.49.09.42.	Gratuit!
Ateliers GYMNIQUES	Mardi 23 juin 9-10h jeune maman 10h-11h étirements/relaxation	Voir descriptif du 2 juin	Mende Gymnase La Vernède Salle de danse	Béline Chifflet 06.99.41.73.40 Jocelyne Bargues 04.66.31.96.68. Inscription obligatoire	Adh: 5€ Non adh.: 8 €
BALADE & Pique-Nique	Judi 25 juin RDV à 12h	Pique-nique et balade dans les environs d'Ispagnac. En cas de pluie, rdv à la bibliothèque. Pour plus d'informations, contactez Claire Herrgott ou Catherine Perret.	Ispagnac Parking du pont de Quézac	Catherine Perret 04 66 45 75 12 Claire Herrgott 04.66.44.74.18.	Adh: gratuit
Après-midi PAPOTE	Vendredi 26 juin 15.30-18.30 - Passage libre!	Échange autour de thèmes qui vous intéressent...infos allaitement, portage en écharpe, naissance. Possibilité d'emprunter des livres à la BIBLIOTHEQUE.	Monrodat Salles de la mairie	Nancy Garrigues 06.60.84.96.42. Céline Mallet 04.66.32.21.62.	Gratuit !
Atelier PORTAGE	Vendredi 26 juin 9h30 -11h30	Comment porter son bébé en écharpe ? Mise en pratique des différentes techniques	Mende 1 rue pont Notre Dame	Corinna Morvan 04.66.31.95.65. Dora Sarazin 04.66.45.46.65.	Adh. Gratuit Non adh. 5 €
Papote THE ou CAFE ?	Mardi 30 juin 9h-11h - Passage libre !	Echanges autour des thèmes qui vous intéressent, présence de la BIBLIOTHEQUE.	Mende 1 rue pont Notre Dame	Fanny Lallemand 04.66.45.56.95.	Gratuit !
Ateliers GYMNIQUES	Mardi 30 juin 9-10h jeune maman 10h-11h maman-bébé	Voir descriptif du 2 juin	Mende Gymnase La Vernède Salle de danse	Béline Chifflet 06.99.41.73.40 Jocelyne Bargues 04.66.31.96.68. Inscription obligatoire	Adh: 5€ Non adh.: 8 €