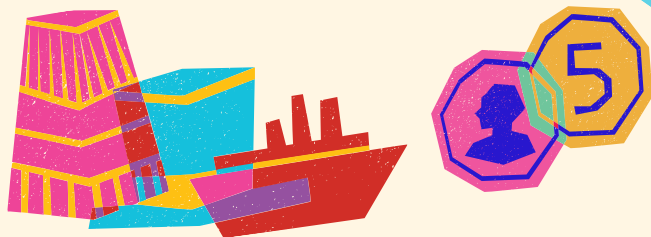


Grand Défi
Vivez Bougez

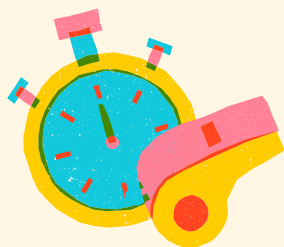


DU 11 AU 18 AVRIL 2026

SEMAINE , SANS ÉCRANS

POSE TON ÉCRAN, RÉVEILLE TON ÉNERGIE !

POUR LES 3-17 ANS

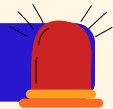


CHAQUE MOUVEMENT COMPTE :
GAGNE DES CUBES ÉNERGIE POUR PROPULSER TON ÉCOLE AU SOMMET !



Les activités sportives (🎲) proposées dans ce programme comptent pour le Grand Défi Vivez Bougez auquel tu participes avec ton école ou ton collège.

SAMEDI 11 AVRIL



- Rugby** - Saint-Amans-Soult - 10h à 12h - de 5 à 9 ans 🎲
- Carnaval** - Labastide-Rouairoux - départ 14h du parc Simone Veil - dès 3 ans
- Visite du Musée départemental du Textile** - Labastide-Rouairoux - 15h30 - dès 5 ans 🚶



LUNDI 13 AVRIL

- Pétanque** - Labastide-Rouairoux - 17h à 18h - de 11 à 15 ans 🎲
- Judo** - Saint-Amans-Soult - 17h30 à 18h30 - de 4 à 6 ans 🎲
- Judo** - Saint-Amans-Soult - 18h30 à 19h30 - de 6 à 12 ans 🎲

MARDI 14 AVRIL



- Tennis** - Saint-Amans-Soult - 16h45 à 18h - de 3 à 17 ans 🎲
- Pâtisserie : confection d'un tiramisu** avec l'association culturelle Saint-amantaise - Saint-Amans-Valtoret - 17h à 18h - dès 8 ans
- Pétanque** - Labastide-Rouairoux - 17h à 18h - de 11 à 15 ans 🎲
- Tennis de table** - Lacabarède - 17h à 18h30 - dès 7 ans 🎲



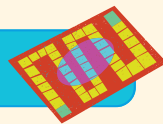
MERCREDI 15 AVRIL

- Visite du Musée départemental du Textile** - Labastide-Rouairoux - 15h30 - dès 5 ans 🚶
- Lecture d'un kamishibai (conte imagé)** avec la médiathèque - Saint-Amans-Valtoret - 15h à 17h - de 3 à 10 ans

Les déplacements vers les lieux d'activités sont à la charge des familles.

🚶 Les enfants doivent obligatoirement être accompagnés par un adulte pour ces activités.

JEUDI 16 AVRIL



- Visite du Musée départemental du Textile** - Labastide-Rouairoux - 17h - dès 5 ans
- Couture : réalisation d'un sac ou d'un chouchou** avec l'association culturelle Saint-amantaise - Saint-Amans-Valtoret - 17h à 18h - dès 8 ans



VENDREDI 17 AVRIL

- Pétanque** - Labastide-Rouairoux - 17h à 18h - de 11 à 15 ans
- Tennis de table** - Lacabarède - 17h à 18h30 - dès 7 ans
- Carnaval** - Albine - départ 17h de l'ALAE - dès 3 ans
- Judo** - Saint-Amans-Soult - 17h30 à 18h30 - de 4 à 6 ans
- Judo** - Saint-Amans-Soult - 18h30 à 19h30 - de 6 à 12 ans
- Soirée ados : jeux de coopération** avec la MJC - Saint-Amans-Soult - 18h à 20h - de 11 ans à 17 ans
- Soirée ados : cuisine pour ta soirée jeux de société** avec l'ALAE d'Albine - Albine - 17h à 21h - de 11 à 17 ans

SAMEDI 18 AVRIL



- Atelier loisirs créatifs : gelli plate avec explications en anglais** avec l'association Tea Time - Saint-Amans-Valtoret - 10h à 11h - dès 8 ans
- Visite de la caserne des pompiers** - Labastide-Rouairoux - 10h à 12h
- Rugby** - Saint-Amans-Soult - 10h à 12h - de 5 à 9 ans
- Olympiades inter-écoles en famille** avec l'Entr'Actes (goûter offert) - Autour du lac d'Albine - 14h à 16h - enfants de 4 à 11 ans avec leurs parents
- Spectacle de danse contemporaine "Fibre" par la Cie Dakipaya Danza au Musée départemental du Textile** - Labastide-Rouairoux - 17h à 17h40 - dès 5 ans

JOUEZ CHEZ VOUS !

Empruntez des jeux à l'ALAE d'Albine, à l'ALAE de Saint-Amans ou à la MJC Saint-Amans/Albine (consultez la liste et les informations de réservation via le QRcode ou sur www.cc-thoremontagnenoire.fr)



GRATUIT SUR INSCRIPTION OBLIGATOIRE



ctg@cc-thoremontagnenoire.fr



06 73 57 03 14

UNE AVENTURE COLLECTIVE !

La Semaine sans écrans, c'est avant tout un événement du Projet de Territoire Éducatif Rural, porté par le collège de la Vallée du Thoré de Labastide-Rouairoux, le réseau des écoles de la Vallée du Thoré et la Communauté de communes Thoré Montagne Noire, en partenariat avec des associations locales.

Au programme : des animations variées, sportives, culturelles ou créatives qui permettent de gagner des *cubes énergie* pour le "Grand Défi Vivez Bougez".

Une belle occasion de déconnecter pour mieux se reconnecter à soi-même, aux autres et à son environnement !

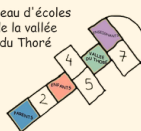


Direction des services départementaux
de l'éducation nationale
du Tarn

Collège Vallée du Thoré

LABASTIDE-ROUAIROUX

Réseau d'écoles
de la vallée
du Thoré



ANIMATIONS GRATUITES SUR INSCRIPTION



✉ ctg@cc-thoremontagne noire.fr

☎ 06 73 57 03 14

Le lieu de rendez-vous sera communiqué lors de l'inscription.

Merci aux associations pour leur participation à cet événement : la Boule bastidienne, la MJC St Amans/Albine, le Thoré Rugby Club, Tea Time, l'association culturelle St-Amantaise, le tennis club st-amantais, le club de judo de St-Amans, le FLEP de Lacabarède, l'EVS l'Entr'Actes, le Musée départemental du Textile, l'ALAE d'Albine, l'ALAE l'Interligne, la médiathèque Le Trait d'union et la caserne des pompiers de Labastide-Rouairoux