

## AU PROGRAMME ...

TOUS AU JARDIN  
JEUNES ENFANTS  
ATELIERS CUISINE  
SORTIES THEATRE  
SOIREE JEUX DE SOCIETE  
COUTURE  
MONALISA

## ET AUSSI TOUTE L'ANNÉE...

...c'est aussi du yoga, du qi gong, du tai chi chuan, du pilate, du chant, du théâtre, du dessin, des ateliers créatifs : terre, collage, tricot, cartonnage, des ateliers numériques ...

Appelez-nous !

## CENTRE SOCIAL ET CULTUREL LE RIONET

46600 - Le Vignon-en-Quercy



C'est quoi un centre social et culturel ?

- un équipement de proximité qui veille à l'accueil des personnes, des familles et qui veille à la mixité sociale.
- un lieu de rencontres et d'échanges entre les générations, un lieu d'animation de la vie sociale locale.
- un équipement qui favorise l'initiative des habitants et l'implication de ses usagers dans ses dynamiques de développement social.
- une équipe d'animation composée de professionnels, de bénévoles engagés dans les actions et dans la gouvernance du projet associatif.

## RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS

05.65.37.20.74

rionet@rionet.fr

www.rionet.fr



@rionetcazillac

## PROGRAMME DES ANIMATIONS

JANVIER

FEVRIER

MARS

2023

# LE RIONET

Le Rionet



# JANVIER 2023

**sam 7** **Atelier parents/enfants à partir de 18 mois**  
Cressensac, 10h à la crèche. Atelier cuisine avec Vanessa. Au programme : galette des rois. Gratuit, sur inscription. 10 places maximum.

**mer 11** **Atelier art floral**  
Lasvaux, 14h30 à la salle de la mairie. Réalisez vous-même votre composition florale, avec les conseils avisés d'Anne-Marie. Matériel fourni. 17€ la séance. Inscription la semaine précédente. Ouvert à tous.

**ven 13** **Soirée Jeux de société**  
Les Quatre-Routes, 19h30, au point d'accueil du Rionet. Venez avec un jeu que vous souhaitez faire découvrir ou avec l'envie de partager un moment de rire... ou de concentration! Avec Camille et Mathieu. Gratuit. Apéro partagé. Tous âges, ouvert à tous.

**sam 14** **Atelier parents/enfants de 3 à 8 ans**  
Cazillac, 10h à la crèche. Atelier Yoga parents/enfants. Gratuit, sur inscription. 8 places maximum avec 1 parent.

**sam 14** **Atelier couture**  
Lasvaux, 9h30 à la salle de la Mairie. Premier pas pour découvrir les bases en couture. Apporter son matériel. Gratuit, sur inscription. 6 places maximum.

**sam 14** **Atelier tous au jardin**  
Cazillac, 10h à la Maison de l'Enfance. Moment de partage avec les bénévoles de la commission autour de l'osier, distribution et échange de boutures. Gratuit. Ouvert à tous.

**sam 21** **Atelier cuisine**  
Cazillac, 10h, Maison de l'Enfance. Participez à un moment de convivialité autour d'une recette "Polenta crémeuse et colombo de poulet" avec Françoise. Gratuit, sur inscription. Ouvert à tous.

**ven 27** **Permanence numérique**  
Les Quatre-Routes, au point d'accueil du Rionet. Avec Flore, conseillère numérique du département. Chaque 4ème vendredi du mois, Flore vous propose un accompagnement individuel d'1h30. Gratuit, sur inscription. Ouvert à tous.

**lun 30** **Café papote**  
Les Quatre-Routes, à 14h30, au point d'accueil du Rionet. Un moment entre bénévoles et seniors pour partager un café, un jeu, une lecture ou une discussion et lutter contre l'isolement des aînés. Chaque dernier lundi du mois. Transport possible sur inscription. (Les nouveaux bénévoles sont les bienvenus). Gratuit.

# FEVRIER 2023

**sam 4** **Atelier parents/enfants à partir de 18 mois**  
Cressensac, 10h à la crèche. Atelier créatif avec Emma. Gratuit, sur inscription. 8 places maximum.

**ven 10** **Soirée jeux de société**  
Les Quatre-Routes, 19h30, au point d'accueil du Rionet. Venez avec un jeu que vous souhaitez faire découvrir ou avec l'envie de partager un moment de rire... ou de concentration! Avec Camille et Mathieu. Gratuit. Apéro partagé. Tous âges, ouvert à tous.

**mer 15** **Atelier art floral**  
Lasvaux, 14h30 à la salle de la mairie. Réalisez vous-même votre composition florale, avec les conseils avisés d'Anne-Marie. Matériel fourni. 17€ la séance. Inscription la semaine précédente. Ouvert à tous.

**sam 11** **Atelier parents/enfants de 4 à 8 ans**  
Cazillac, 10h à la crèche. Atelier nutrition ludique avec Maryline Bressy, diététicienne. Possibilité de venir avec un tablier. Gratuit, sur inscription. 8 places maximum.

**sam 18** **Atelier cuisine**  
Cazillac, 10h, Maison de l'Enfance. Participez à un moment de convivialité autour d'une recette proposée par notre bénévole, Françoise. Sur inscription. Ouvert à tous. Tarif 5€.

**ven 24** **Soirée "Globe Trotter"**  
Les Quatre-Routes, 19h30, au point d'accueil du Rionet. Au programme l'Inde, vue par Maguy. Le concept : un voyageur nous fait le retour de ses expériences et découvertes à travers le monde : Photos, vidéos, musiques et échanges.

**ven 24** **Permanence numérique**  
Les Quatre-Routes, au point d'accueil du Rionet. Avec Flore, conseillère numérique du département. Chaque 4ème vendredi du mois, Flore vous propose un accompagnement individuel d'1h30. Gratuit, sur inscription. Ouvert à tous.

**lun 27** **Café papote**  
Les Quatre-Routes, 14h30, au point d'accueil du Rionet. Un moment entre bénévoles et seniors pour partager un café, un jeu, une lecture ou une discussion et lutter contre l'isolement des aînés. Chaque dernier lundi du mois. Transport possible sur inscription. (Les nouveaux bénévoles sont les bienvenus). Gratuit.



Sortie cinéma à Vayrac, 1 vendredi par mois. Sur inscription. Transport à partir de Cazillac 1.50€  
Consulter le programme sur notre site

# MARS 2023

**mer 8** **Atelier art floral**  
Lasvaux, 14h30 à la salle de la mairie. Réalisez vous-même votre composition florale, avec les conseils avisés d'Anne-Marie. Matériel fourni. 17€ la séance. Inscription la semaine précédente. Ouvert à tous.

**ven 10** **Soirée jeux de société**  
Les Quatre-Routes, 19h30, au point d'accueil du Rionet. Venez avec un jeu que vous souhaitez faire découvrir ou avec l'envie de partager un moment de rire... ou de concentration! Avec Camille et Mathieu. Gratuit. Apéro partagé. Tous âges, ouvert à tous.

**sam 11** **Atelier parents/enfants à partir de 12 mois**  
Cressensac, 10h à la crèche. Atelier autour du livre avec Vanessa. Module "premières pages", livre sur le 1er bonjour. Gratuit, sur inscription. 12 enfants maximum.

**sam 18** **Atelier Tous au Jardin**  
Cazillac, 10h Maison de l'Enfance. Moment de partage avec les bénévoles de la commission autour d'une visite de jardin. Gratuit. Ouvert à tous.

**sam 18** **Sortie théâtre de l'usine de Saint-Céré**  
Saint-Céré, 20h30 (transport collectif inclus au départ de Cazillac). Au programme, "En cas de péril imminent" par Jérôme Rouger et La Martingale. Maître de l'humour absurde allié à une cinéaste de talent et un musicien de jazz, ils explosent les frontières du réel et du virtuel. Tarif adulte : 18€, -18ans : 7€

**ven 24** **Permanence numérique**  
Les Quatre-Routes, au point d'accueil du Rionet. Avec Flore, conseillère numérique du département. Chaque 4ème vendredi du mois, Flore vous propose un accompagnement individuel d'1h30. Gratuit, sur inscription. Ouvert à tous.

**sam 25** **Atelier parents/enfants de 3 à 8 ans**  
Cazillac, 10h à la crèche. Atelier Yoga parents/enfants. Gratuit, sur inscription. 8 places maximum avec 1 parent.

**lun 27** **Café papote**  
Les Quatre-Routes, 14h30, au point d'accueil du Rionet. Un moment entre bénévoles et seniors pour partager un café, un jeu, une lecture ou une discussion et lutter contre l'isolement des aînés. Chaque dernier lundi du mois. Transport possible sur inscription. (Les nouveaux bénévoles sont les bienvenus). Gratuit.

Ce programme est soumis à modification, n'hésitez pas à nous appeler au 05.65.37.20.74