PERMANENCE NUMERIQUE



MARDI
3 NOV.
2026

9H30
>
11H30

au Centre Social Decazeville Communauté

Un mardi par mois de 9h30 à 11h30 au Centre Social:
Besoin d'aide dans l'utilisation de votre tablette, portable ou ordinateur?
Charles animateur multimédia de la médiathèque vous accompagne.

GRATUIT

CENTRE SOCIAL
DECAZEVILLE COMMUNAUTÉ

4 place Cabrol - 12300 DECAZEVILLE
Tel. 05 65 47 96 73

ALLOCATIONS FAMILIALES
Caf de l'Aveyron

ATELIER PARENTS-ENFANTS



MERCREDIS
NOVEMBRE

2026

10H>11H

Annexe du Centre Social (Maison Emploi Formation)

Un moment tout en douceur, pour les parents ou futurs parents,
un temps pour prendre soin de son enfant
(bébés et enfants de - de 4 ans), un temps d'échange et de partage.

> Merc. 4 nov. : Prévention des accidents domestiques (PMI)
> Merc. 18 nov. : Eveil corporel avec Sandrine L.
> Merc. 25 nov. : Jeux d'éveil psychomoteur avec Nathalie R.

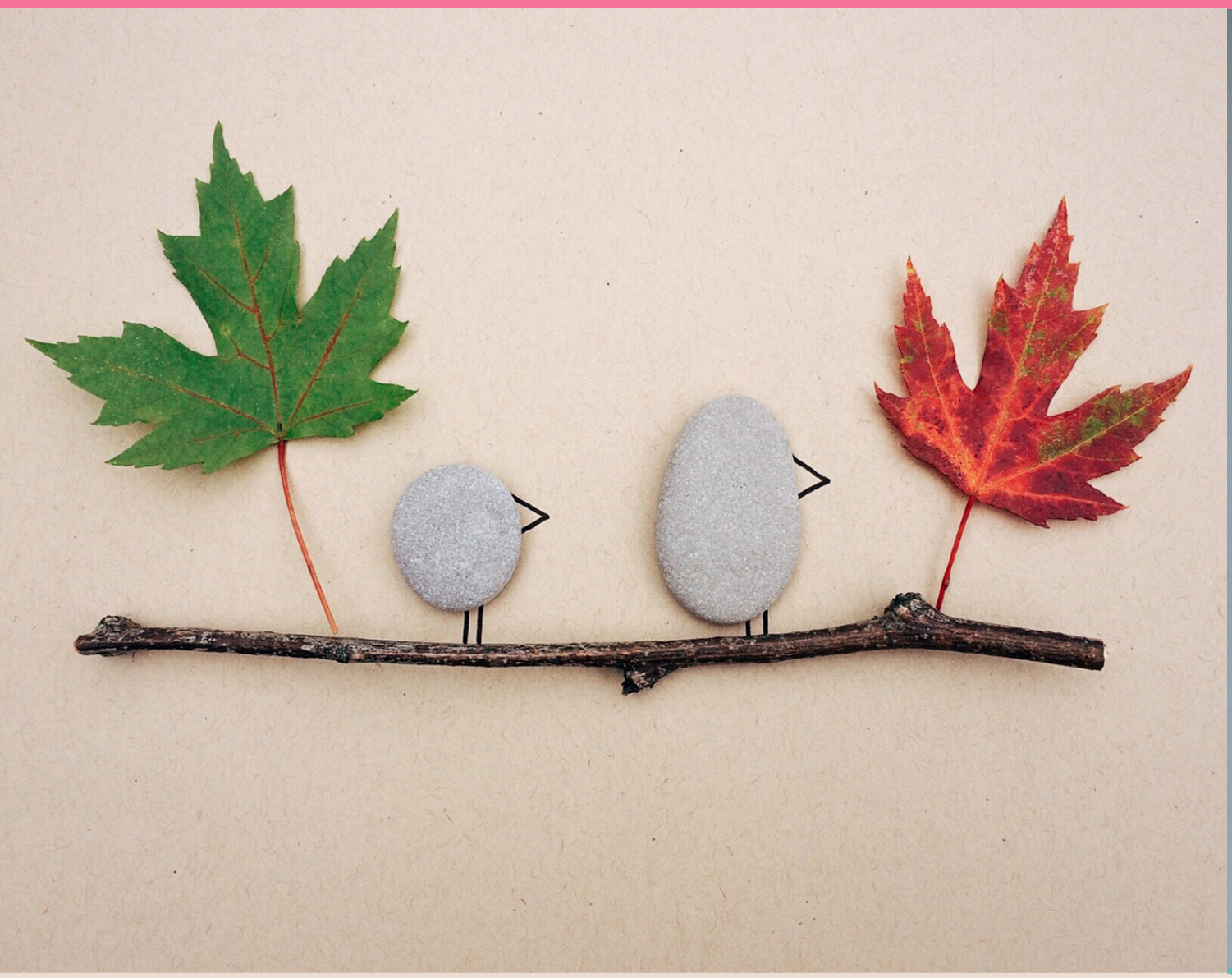
GRATUIT - SUR INSCRIPTION

CENTRE SOCIAL
DECAZEVILLE COMMUNAUTÉ

4 place Cabrol - 12300 DECAZEVILLE
Tel. 05 65 47 96 73

Réseau parents en Aveyron
AVEYRON LE DÉPARTEMENT
ALLOCATIONS FAMILIALES Caf de l'Aveyron

LES MERCREDIS RÉ-CRÉATIFS



MERCREDIS
OCTOBRE
2026

15H>17H

Annexe du Centre Social (Maison Emploi Formation)

Un temps de loisirs intergénérationnel à partager autour d'une activité ludique et d'un goûter.

> 4 nov. : Cuisine : Dessert aux fruits d'automne (au centre social)
> 18 nov. : Marqueterie de Paille avec Alexia D.
> 25 nov. : Fabrication d'un calendrier de l'Avent

GRATUIT - SUR INSCRIPTION

CENTRE SOCIAL
DECAZEVILLE COMMUNAUTÉ

4 place Cabrol - 12300 DECAZEVILLE
Tel. 05 65 47 96 73

Réseau parents en Aveyron
AVEYRON LE DÉPARTEMENT
ALLOCATIONS FAMILIALES Caf de l'Aveyron

PARLOTTE ET POPOTE



JEUDI

5 ET 19 NOVEMBRE

2026

10H < 14H

Cransac, salle A. Requi, le 5 novembre
Bouillac, pavillon de service le 19 novembre

Mitonner des petits plats simples, partager trucs et astuces de cuisine, apprendre de nouvelles recettes. Pour des plats équilibrés et économiques. Un temps de cuisine, d'échanges, de partage en toute simplicité et dans une ambiance conviviale ! Repas partagé à la fin de l'atelier.
Transport possible au départ de Decazeville.

SUR INSCRIPTION - PARTICIPATION 8€

CENTRE SOCIAL
DECAZEVILLE COMMUNAUTÉ

4 place Cabrol - 12300 DECAZEVILLE

Tel. 05 65 47 96 73

CRANSAC Les Thermes

BOUILLAC
Porte de l'Aveyron sur la Vallée du Lot.

ALLOCATIONS FAMILIALES
Caf de l'Aveyron

SPORT ADAPTÉ



JEUDI

5 ET 19 NOVEMBRE

2026

14H> 15H30

5 novembre à la Salle A. Requi de Cransac
19 novembre à la Salle des fêtes à Bouillac

Pour tous les retraités de 60 ans et +
Une séance d'activités physiques, conçue de manière pédagogique pour améliorer sa condition physique et renforcer ses muscles et sa souplesse, retrouver le plaisir de bouger et bénéficier de conseils adaptés.
Animé par Armelle de Coach pour Tous

CENTRE SOCIAL
DECAZEVILLE COMMUNAUTÉ

4 place Cabrol - 12300 DECAZEVILLE
Tel. 05 65 47 96 73

CRANSAC Les Thermes
BOUILLAC Porte de l'Aveyron sur la Vallée du Lot
AVEYRON LE DÉPARTEMENT
POINT INFO SENIORS
Commission des financeurs Prévention de la perte d'autonomie Aveyron

LES JEUDIS ZEN



JEUDI

5 ET 12 NOV..

2026

14H À 15H30

Annexe du Centre Social (Maison Emploi Formation)

Un temps pour soi, pour découvrir une pratique Zen chaque mois.
Des ateliers qui favorisent un bon équilibre entre le corps, le mental et les émotions.
En novembre, Sylvie vous initie à la réflexologie faciale

2 €/ MOIS - SUR INSCRIPTION-PLACES LIMITEES

CENTRE SOCIAL
DECAZEVILLE COMMUNAUTÉ

4 place Cabrol - 12300 DECAZEVILLE
Tel. 05 65 47 96 73

ALLOCATIONS FAMILIALES
Caf de l'Aveyron

LIEU D'ACCUEIL ENFANTS-PARENTS (LAEP)



LES
VENDREDIS SCOLAIRES
2026

DÈS 9H

Annexe du Centre Social (Maison Emploi Formation)

C'est dans un cadre bienveillant et convivial que les enfants de 0 à 3 ans sont accueillis, accompagnés d'un adulte référent. C'est en toute simplicité, dans ce lieu cocon et partagé que les familles sont invitées à se poser, découvrir, papoter, rencontrer et partager, se sentir écouté, se rassurer, jouer et grandir... On y vient quand on veut, le temps que l'on veut, et aussi souvent que l'on veut !

GRATUIT

CENTRE SOCIAL
DECAZEVILLE COMMUNAUTÉ

4 place Cabrol - 12300 DECAZEVILLE

Tel. 05 65 47 96 73

Réseau parents en Aveyron

ALLOCATIONS FAMILIALES
Caf de l'Aveyron

MARCHE BIEN-ÊTRE



LES VENDREDIS 2026

A 9H30

départ du Centre Social

Bien dans son corps, bien dans sa tête.
De la marche et des exercices physiques adaptés à tous et des conseils pour se maintenir en forme.

Animé par Armelle de Coach pour tous.

GRATUIT - SUR INSCRIPTION

CENTRE SOCIAL
DECAZEVILLE COMMUNAUTÉ

4 place Cabrol - 12300 DECAZEVILLE

Tel. 05 65 47 96 73

AVEYRON
LE DÉPARTEMENT

POINT INFO SENIORS