



CENTRE SOCIAL & CULTUREL BIARS/CÈRE

Robert Doisneau



[janvier, février et mars 2026]

agenda des animations

animations | spectacles | ateliers | balades
projections | conférences | lectures



94 avenue de la République
46130 Biars-sur-Cère
Tél : 05 65 38 03 79
Site : www.cere-dordogne.fr
Facebook : Centre social et
culturel Robert Doisneau

Centre Social et Culturel Robert Doisneau

MÉDIATHÈQUE

- . 15 000 ouvrages adulte et jeunesse, livres-cd et cdroms à emprunter.
 - . Diverses animations à destination des adultes et des enfants.
 - . Espace adapté pour les plus petits.
- Mail : mediathequebiars@cauvaldor.fr*

CINÉMA

- . Capacité de 194 places, salle climatisée, accessibilité public handicapé.
 - . Projection en qualité numérique et 3D
 - . Classé Art et Essai - Label Jeune Public.
- Mail : cinemabiars@cauvaldor.fr*

CONTRAT LOCAL D'ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ (CLAS)

- . Aide les enfants et les jeunes à acquérir des méthodes et des approches culturelles, contribue à l'égalité des chances et à la prévention de l'échec scolaire.

FRANCE SERVICES

- . Simplifie vos démarches administratives.
 - . Accompagnement individuel sur rdv.
- Mail : cauvaldorservices-biarssurcere@cauvaldor.fr*

LUOTHÈQUE

- . 1700 jeux de société et 40 grands jeux en bois disponibles au prêt et jeux sur place.
 - . Animations thématiques pour tous et pour tous les âges.
- Mail : ludothequebiars@cauvaldor.fr*

POINT NUMÉRIQUE

- . 10 PC, 1 scanner HD et 1 imprimante.
 - . Ateliers d'initiation et de perfectionnement à l'outil informatique.
 - . Accompagnement des associations, des écoles...
 - . Ouverture au public.
- Mail : pointnumeriquebiars@cauvaldor.fr*

SERVICE FAMILLES INTERGÉNÉRATIONNEL

- . Souhaite améliorer la vie quotidienne des familles et des seniors par une offre adaptée de services et d'équipements.
 - . Propose des actions favorisant le lien social afin de lutter contre la solitude et l'isolement.
 - . Favorise les relations d'échanges entre parents, parents-enfants...
- Mail : famillesbiars@cauvaldor.fr*

AGENDA

JANVIER 2026

1	J
2	V
3	S
4	D
5	L
6	M MARCHÉ DU MARDI
7	M MANIPULATION FICHIERS (1/2)
8	J PRISE EN MAIN ORDINATEUR (1/4)
9	V CAFÉ SÉNIORS
10	S
11	D
12	L ATELIER CARTERIE
13	M DICTÉE GÉANTE
14	M MANIPULATION FICHIERS (2/2)
15	J PRISE EN MAIN ORDINATEUR (2/4)
16	V INITIATION AU YOGA
17	S
18	D
19	L QUIZZ GÉANT
20	M MARCHÉ DU MARDI DICTÉE GÉANTE
21	M YOGA ENFANTS MANIPULER DU TEXTE NUMÉRIQUE
22	J PRISE EN MAIN ORDINATEUR (3/4) ATELIER ÉQUILIBRE
23	V ATELIER CUISINE NUIT DE LA LECTURE
24	S
25	D
26	L
27	M CERCLE DE LECTURE
28	M LES P'TITES Z'OREILLES CONTES & BRICOLE TRAITEMENT DE TEXTE (1/3)
29	J PRISE EN MAIN ORDINATEUR (4/4)
30	V
31	S SORTIE AU SKI

FÉVRIER

1	D
2	L
3	M MARCHÉ DU MARDI
4	M TRAITEMENT DE TEXTE (2/3)
5	J CYCLE INTERNET (1/4)
6	V ATELIER UFC QUE CHOISIR
7	S
8	D
9	L
10	M
11	M TRAITEMENT DE TEXTE (3/3)
12	J CYCLE INTERNET (2/4)
13	V ATELIER CUISINE
14	S
15	D
16	L
17	M MARCHÉ DU MARDI
18	M MONTAGE PHOTO
19	J CYCLE INTERNET (3/4)
20	V SOIRÉE JEUX
21	S
22	D
23	L YOGA ENFANTS
24	M EVEIL MOTEUR JEUX DE CONSTRUCTION CLUB DE LECTURE
25	M LES P'TITES Z'OREILLES CONTES & BRICOLE SORTIE CENTRE AQUATIQUE
26	J EVEIL MOTEUR
27	V DISCUSSION AU JARDIN SOIRÉE JEUX
28	S

1	D
2	L STAGE CRÉA JEUX VIDÉO
3	M ÉVEIL MOTEUR
4	M FÊTE HOLI
5	J ÉVEIL MOTEUR APRES-MIDI ANIMATIONS
6	V JOURNÉE BIEN-ÊTRE
7	S
8	D
9	L ATELIER CARTERIE
10	M MARCHE DU MARDI DICTÉE GÉANTE
11	M LE TABLEUR (1/3)
12	J
13	V ATELIER MÉMOIRE
14	S ATELIER D'ÉVEIL CORPOREL
15	D
16	L
17	M
18	M PETITS JEUX POUR PETITES MAINS LE TABLEUR (2/3) YOGA ENFANTS
19	J LES BASES DE LA MESSAGERIE
20	V ATELIER CUISINE
21	S
22	D
23	L
24	M MARCHE DU MARDI CLUB DE LECTURE
25	M LES P'TITES Z'OREILLES CONTES & BRICOLE LE TABLEUR (3/3)
26	J BILAN DE SANTÉ MAÎTRISER VOTRE MESSAGERIE

27 V INITIATION AU YOGA
MARCHE NATURE

28	S
29	D
30	L

Directeur de la publication :
Président Communauté de Communes Cauvaldor

Sortie du prochain numéro :

Fin mars 2026

Illustration couverture :

Le blog d'amandine

MARCHE DU MARDI Curemonte

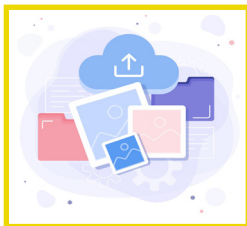


**MARDI 06 JANVIER - Place Germaine Moreau à Bretenoux
13h30 ou parking du Prat Cardaillat à Curemonte à 14h**

Découvrez Curemonte et la vallée de la Sourdoire. Notre itinéraire emprunte quelques-uns des nombreux sentiers de la commune et nous permet de voir le village sous tous les angles. Randonnée de 7 km / 120m dénivelé avec Florent, accompagnateur en montagne.

Tout public - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

MANIPULATION DES FICHIERS INFORMATIQUE Point numérique



MERCREDIS 07 ET 14 JANVIER - Point numérique de 16h30 à 18h

Que ce soient des photos ou des documents, venez apprendre à transférer, copier et classer vos fichiers afin de toujours les retrouver et sauvegardez les sur disque externe, sur clé USB ou tout autre support. Cycle de 2 séances.

Public : Tout public avec un niveau intermédiaire en informatique - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

PRISE EN MAIN DE L'ORDINATEUR Point numérique



JEUDIS 08, 15, 22 ET 29 JANVIER - Point numérique de 14h à 15h30

Cycle de 4 séances dédiées à la prise en main de l'ordinateur, appréhension de l'environnement Windows, du système de fenêtres et manipulation de fichiers.

Public : Débutant en informatique - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79 - D'autres dates sont proposées au point numérique de St-Céré.

CAFÉ SÉNIORS Partage d'idées



VENDREDI 09 JANVIER - Centre social et culturel dès 14h30

Et si on discutait du quotidien et de vos envies d'animations ? Autour d'une boisson chaude, venez discuter des sujets importants pour vous. Ensemble, nous pourrions tester des jeux de société ! De quoi passer une bonne après-midi.

Public : Adulte / seniors - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79



LUNDI 12 JANVIER - Centre social et culturel à 14h

En compagnie de Nathalie Fayet, venez réaliser un cadre en carton à l'aide d'outils tels que la cricut. Minuterie et convivialité sont au programme de ce rendez-vous.

Public : Adulte - Tarif : 4€ - Sur inscription : 05 65 38 03 79

INITIATION AU YOGA

Découverte



VENDREDI 16 JANVIER - Centre social et culturel à 15h

Agnès Vinerier, professeur de Yoga, dispense ses cours au sein du centre social et culturel depuis des années. Durant une heure, Agnès propose de vous faire découvrir sa pratique. Prévoir une tenue confortable.

Tout public - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

JE JOUE ENTRE ADULTES ET SÉNIORS

Quiz Géant



LUNDI 19 JANVIER - Ludothèque à 14h30

Avec Nicole, bénévole, rejoignez-nous pour un Quiz « Tour du monde » en version XXL. Un jeu qui va vous faire voyager tout en restant installé confortablement sur votre chaise ! À partir de photos, trouvez le pays d'origine... 12 pays sont à découvrir.

Public : Adulte/séniors - Gratuit - Plus d'infos : 05 65 38 03 79

MARCHE DU MARDI

Reygade



MARDI 20 JANVIER - place Germaine Moreau à Bretenoux 13h30 ou devant l'église de Reygades à 14h10

Des noyers, des pommiers et des fraisiers : on se croirait déjà dans le Quercy sur cette petite boucle entre Reygades et le moulin de Jassoux. Randonnée de 5,5km /170m de dénivelé avec Florent, accompagnateur en montagne.

Tout public - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79



MARDI 20 JANVIER - Médiathèque à 18h

Dans le cadre de la 10^{ème} édition des Nuits de Lecture, Etienne teste vos connaissances de la langue française en proposant une dictée sur la thématique Villes et campagnes. Soirée ludique et conviviale garantie.

Tout public - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

YOGA ENFANTS

Parent'aise



MERCREDI 21 JANVIER - Centre social et culturel de 14h30 à 15h15

Que diriez-vous de combiner la magie d'une histoire et les bienfaits du yoga ? En suivant une histoire contée, cette séance de yoga permet aux enfants de se recentrer, s'apaiser, prendre conscience de leur corps, leur respiration et de se familiariser aux postures du yoga. Avec Isabelle Gontier, venez-vous détendre et vous amuser.

Public : 6-10 ans - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

MANIPULER DU TEXTE NUMÉRIQUE

Point numérique



MERCREDI 21 JANVIER - Point numérique de 16h30 à 18h

Que vous rédigez un email ou une lettre, que vous écrivez un texte ou renommez un dossier, le texte numérique obéit toujours aux mêmes règles ; que ce soit sur ordinateur, tablette ou smartphone, n'importe quel système informatique, n'importe quelle interface. Venez apprendre à créer, gérer, manipuler et mettre en forme du texte, mais aussi à maîtriser votre clavier.

Public : Niveau intermédiaire - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

ATELIER ÉQUILIBRE

Atelier seniors



TOUS LES JEUDIS DU 22 JANVIER AU 16 AVRIL - Centre Social et Culturel de 10h à 12h

Les caisses de retraite s'engagent dans une démarche de prévention en proposant un programme de 12 séances animées par des professionnels spécialistes de l'activité physique. Au travers de ces rendez-vous, améliorez votre équilibre, travaillez votre coordination, entraînez votre forme musculaire et bien plus encore... En s'inscrivant ; le participant s'engage à suivre l'ensemble des séances. Pas d'atelier le jeudi 22/02/24.

Public : Retraités de 60 ans et + - Gratuit - Renseignements au 06 86 64 15 64 (Michèle Durand, animatrice) et inscription au 05 65 38 03 79

CUISINE LAOTIENNE Atelier cuisine



VENDREDI 23 JANVIER - Centre social et culturel à 14h
Avec Mme Nivanh, usagère du centre social et culturel originaire du Laos, venez découvrir la cuisine Laotienne.

Tout public - Tarif : 2€ - Inscription : 05 65 38 03 79

NUIT DE LA LECTURE Littérature



VENDREDI 23 JANVIER - Médiathèque à 18h30

A l'occasion des Nuits de la Lecture, la médiathèque vous propose de déguster une bonne soupe maison et de vous installer confortablement pour écouter de belles histoires. La lumière s'éteint et la lampe de poche fait danser les images, c'est la nuit... chut, on lit ! Et pour les adultes, des lectures qui relient les villes et les campagnes, des jeux, des surprises...

Tout public - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

CLUB DE LECTURE Littérature



MARDI 27 JANVIER - Médiathèque à 18h

Et si chaque mois, on se partageait nos lectures ? Venez parler de vos dernières découvertes littéraires avec Etienne, tous genres confondus !

Public : Adulte - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

LES P'TITES Z'OREILLES : CONTES AU PIED DU TABLEAU



MERCREDI 28 JANVIER - Médiathèque à 10h30

Le rendez-vous des bébés lecteurs où les tableaux deviennent des histoires à écouter.

Public : Enfants 0-3 ans - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

Lecture
jeune
public

CONTES & BRÏCOLES : CONTES AU PIED DU TABLEAU



MERCREDI 28 JANVIER - Médiathèque à 10h30

Ecoutez une histoire inspirée d'un tableau et créez un bel objet tiré de l'histoire.

Public : A partir de 4 ans - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

Lecture
jeune
public

TRAITEMENT DE TEXTE Point numérique



MERCREDIS 28 JANVIER, 04 ET 11 FÉVRIER

Point numérique de 16h30 à 18h

Cycle de 3 séances pour apprendre le traitement de texte avec Word. Saisie et mise forme, utiliser les paragraphes, colonnes, puces et numéros, insérer des formes, des images et gérer la mise en page. Vous saurez produire tout type de documents !

Public : Niveau intermédiaire - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

SORTIE AU LIORAN Sortie famille



SAMEDI 31 JANVIER - Sortie au Lioran

Partons pour la journée au Lioran ! Chacun fait ce qu'il lui plaît : luge, ski, patinoire, balades, raquettes, dégustation de crêpes... Pour ceux qui prennent le repas, nous mangeons au chalet des Galinottes qui propose des accueils de groupes. Sortie en partenariat avec l'association du Rionet.

Tout public - Transport en bus, départ à 8h de Biars-sur-Cère / départ du Lioran à 17h30 - Tarifs : adultes (+14 ans) avec repas : 28€/ sans repas : 15€/ enfants (- de 14 ans) avec repas : 23€/ sans repas : 14€. Paiement obligatoire à l'inscription. Sur inscription : 05 65 38 03 79.

FÉVRIER

MARCHE DU MARDI Bétaille



MARDI 03 FÉVRIER - place Germaine Moreau à Bretenoux à 13h30 ou au grand parking à Bétaille sur la D803 à 13h50

Depuis le vieux bourg restauré de Bétaille gagnons les hauteurs de la commune et le hameau de Plagne par des chemins boisés. Sur le retour, traversons les nombreuses parcelles de noyers autour des Ségalas. Randonnée de 7km/150m dénivelé avec Florent, accompagnateur en montagne.

Tout public - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79



JEUDIS 05, 12, 19 FÉVRIER ET 04 MARS - Point numérique de 14h à 15h30

Cycle de 4 séances vouées à internet. Utiliser un navigateur, se repérer sur un site et comprendre le web plus généralement, savoir faire des recherches pertinentes, créer une collection de sites utiles.

Public : Niveau débutant en informatique - Gratuit

Sur inscription : 05 65 38 03 79 - D'autres dates sont proposées au point numérique de Saint-Céré.

UFC QUE CHOISIR Atelier information



VENDREDI 06 FÉVRIER - Centre social et culturel à 14h30

Je passe à la loupe les aliments enrichis ou allégés : «Riches en fibres», «sources de vitamines»... Ne nous laissons pas abuser par des arguments publicitaires !

Tout public - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

ATELIER CUISINE Saint-Valentin



VENDREDI 13 FÉVRIER - Centre social et culturel de 14h à 16h30

Pour célébrer la fête des amoureux, venez partager un moment gourmand et convivial autour d'un atelier cuisine placé sous le signe de la douceur

Tout public - Tarif : 2€ - Sur inscription : 05 65 38 03 79

MARCHE DU MARDI Mayrinhac-le-Francal

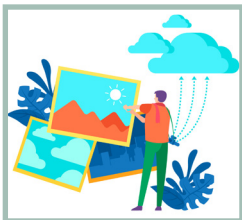


MARDI 17 FÉVRIER - Place Germaine Moreau à Bretenoux à 13h30 ou devant l'église de Mayrinhac-le-Francal à 14h15

En partant du bourg, partons à la découverte des nombreuses sources et fontaines qui entourent le village. Notre itinéraire suit les combes bordées de forêts de chênes et nous fait découvrir ce petit bout de causse à l'extrémité nord du Parc Naturel des Causses du Quercy. Randonnée de 7 km / 190m dénivelé avec Florent,

accompagnateur en montagne.

Tout public - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79



MERCREDI 18 FÉVRIER - Point numérique de 16h30 à 18h

Combiner des photos entre elles, créer des images étonnantes, poétiques ou hilarantes ! Venez-vous initier aux infinies possibilités du montage photo.

Public : Niveau intermédiaire en informatique - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

SOIRÉE JEUX

La ludothèque s'amuse !



VENDREDI 20 FÉVRIER - Centre social et culturel dès 20h

Venez partager une soirée conviviale placée sous le signe du jeu ! Jeux de société en tout genre (n'hésitez pas à ramener votre jeu préféré pour le faire découvrir), espace jeux vidéo pour petits et grands mais aussi, pour les 7-11ans, un escape game est prévu. Venez aider Ferdinand à retrouver sa mémoire perdue. Rires, défis et bonne humeur garantis !

Tout public - Gratuit - Plus d'infos : 05 65 38 03 79

YOGA ENFANTS

Parent'aise



LUNDI 23 FÉVRIER - Centre social et culturel de 14h30 à 15h15

Que diriez-vous de combiner la magie d'une histoire et les bienfaits du yoga ? En suivant une histoire contée, cette séance de yoga permettra aux enfants de se recentrer, s'apaiser, prendre conscience de leur corps et respiration et de se familiariser aux postures du yoga. Avec Isabelle Gontier, venez-vous détendre et vous amuser.

Public : 6-10 ans - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

EVEIL MOTEUR

Relais petite enfance

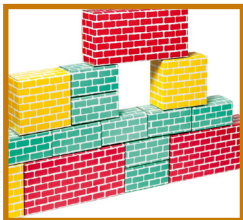


MARDI 24 ET JEUDI 26 FÉVRIER - Dojo du complexe sportif à 10h

Laisser au petit le temps de découvrir l'espace et de faire ses propres expériences. Voici le maître-mot de la matinée. Tapis, tunnels, toboggans... Tout est fait pour que l'enfant puisse explorer son environnement en toute liberté. Prévoir une tenue propice aux mouvements et une bouteille d'eau. Accueil des participants de 9h45 à 10h ; atelier de 10h à 11h15.

Public : enfants marchant à 4 pattes jusqu'à la fin de la petite section de maternelle - Gratuit - Sur inscription : 06 07 30 52 41

JEUX DE CONSTRUCTION Animation ludothèque



MARDI 24 FÉVRIER - Ludothèque à partir de 14h30

Un après-midi pour créer, imaginer et expérimenter ! les enfants pourront bâtir, empiler, assembler... et même déconstruire pour mieux recommencer. L'occasion de s'improviser architecte le temps d'un après-midi.

Tout public - Gratuit - Plus d'infos : 05 65 38 03 79

CLUB DE LECTURE Animation littéraire



MARDI 24 FEVRIER - Médiathèque à 18h

Et si chaque mois, on se partageait nos lectures ? Venez parler de vos dernières découvertes littéraires avec Etienne, tous genres confondus !

Tout public - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

LES P'TITES Z'OREILLES : CONTES AU PIED DU TABLEAU



MERCREDI 25 FÉVRIER - Médiathèque à 10h30

Le rendez-vous des bébés lecteurs ! Venez découvrir des histoires lues au pied d'un tableau.

Public : Enfants 0-3 ans - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

Lecture
jeune
public

CONTES & BRICOLES : CONTES AU PIED DU TABLEAU



MERCREDI 25 FÉVRIER - Médiathèque à 10h30

Venez découvrir des histoires lues au pied d'un tableau !

Public : A partir de 4 ans - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

Lecture
jeune
public



MERCREDI 25 FÉVRIER - Sortie à Brive à 13h

Venez-vous détendre à la piscine, seuls, en famille ou entre amis dans un espace aquatique aménagé avec un bassin ludique, des lignes d'eau pour nager, une pataugeoire, un pentaglisse. Possibilité aussi de réserver pour l'espace bien-être et aquabike à réserver sur place en fonction de la place dans le bassin. Sortie en partenariat avec le centre social de St Céré. Prévoir une pièce de 1€ pour le casier.

Tout public - Tarif : 8€/adulte ; 4€/enfant (de 4 à 18 ans) ; accès à l'espace bien-être 16€- Réservation et paiement Aquabike sur place (30 mn : 4€)- Transport en bus, retour 18h- Inscription : 05 65 38 03 79

DISCUSSION AU JARDIN

Atelier seniors



VENDREDI 27 FÉVRIER - Jardin du centre social à 14h30

L'équipe de médiateurs en santé du Lot vous invite à une initiation à la vie du sol et son fonctionnement. Si vous vous intéressez à comment développer la fertilité d'un milieu floral/potager ou d'un verger sans grands efforts ou produits chimique ; ce moment de jeux et d'échanges au jardin du centre culturel est pour vous !

Public : seniors - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

SOIRÉE JEUX

Une rencontre ludique près de chez vous



VENDREDI 27 FÉVRIER - Quart Lieu à St Céré dès 20h

Venez passer un moment chaleureux autour de jeux variés : classiques, découvertes, jeux d'ambiance... N'hésitez pas à ramener votre jeu préféré pour le partager et le faire découvrir. Une belle soirée conviviale en perspective

Tout public - Gratuit - Plus d'infos : 05 65 38 03 79

MARS

STAGE CRÉA' JEUX VIDÉO

Atelier numérique



DU LUNDI 02 AU VENDREDI 06 MARS - Point numérique de 14h à 18h

Vous souhaitez vous initier à la création de jeux vidéo sur de vrais moteurs graphiques ? Alors venez créer votre propre univers 3D, jouable sur PC ! Pour clôturer le stage : sortie au festival de la Prad'Games à Pradines, l'occasion de faire tester votre création aux visiteurs du festival.

Public : 12 à 99 ans - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79



MARDI 03 ET JEUDI 05 MARS - Dojo du complexe sportif à 10h

Laisser au petit le temps de découvrir l'espace et de faire ses propres expériences. Voici le maître-mot de la matinée. Tapis, tunnels, toboggans... Tout est fait pour que l'enfant puisse explorer son environnement en toute liberté. Prévoir une tenue propice aux mouvements et une bouteille d'eau. Accueil des participants de 9h45 à 10h ; atelier de 10h à 11h15.

Public : enfants marchant à 4 pattes jusqu'à la fin de la petite section de maternelle

Gratuit - Inscription : 06 07 30 52 41

FÊTE HOLI

Les couleurs d'ici et d'ailleurs



MERCREDI 04 MARS - Centre social et culturel de 14h30 à 17h

Pour clôturer le projet *Les couleurs d'ici et d'ailleurs*, célébrons les couleurs et l'arrivée du printemps ! Au programme : découvrez le carnet multicolore réalisé grâce aux photos et cartes que vous avez pu nous partager depuis un an, activités créatives autour des couleurs du monde. A 16h30 : fêtons « Holi », une fête Indienne pleine de joie, de fraternité et de rire où le but principal est de recouvrir les autres participants de poudre colorée. Habillez-vous de vêtements blancs ou de vêtements pas neufs, et n'hésitez pas à prendre des lunettes de soleil !

Tout public - **Gratuit** - **Plus d'infos :** 05 65 38 03 79

ATELIER - CUISINE/LECTURE/ESCAPE GAME

Animation



JEUDI 05 MARS - Médiathèque 14h30

Embarquez avec nous au cœur de la forêt de Bellecorce afin d'y retrouver les merveilleux personnages du roman de Mickael Brun-Arnaud « Les mémoires de la forêt ». A cette occasion nous vous invitons au salon de thé de madame Pétunia afin de réaliser une de ces délicieuses recettes : La tarte au potiron et aux fruits d'automne. Pour patienter avant la dégustation laissez-vous tenter

par un escape game tiré du roman.

Public : Enfants à partir de 6 ans accompagnés d'un adulte - **Gratuit** - **Sur inscription :** 05 65 38 03 79



VENDREDI 06 MARS - Centre social et culturel à 14h30

Une après-midi, deux temps pour prendre soin de vous, de votre corps et votre esprit. Francine Montant anime un atelier socio-esthétique et une sage-femme est présente pour répondre à vos questions et vous accompagner. Vous avez un doute sur votre santé, sur un frottis ou un dépistage manquant ? Prenez rendez-vous !

Tout public - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

ATELIER CARTERIE

Activité manuelle



LUNDI 09 MARS - Centre social et culturel à 14h

Un atelier proposé avec Nathalie Fayet, afin de réaliser un cadre que vous ramèneriez chez vous. Un bon moment créatif et convivial.

Public : Adulte - Tarif : 4€ - Sur inscription : 05 65 38 03 79

MARCHE DU MARDI

Miers



MARDI 10 MARS - Parking de la Cère à Bretenoux à 13h30 ou au hameau de Bouyrisac à Miers à 13h50

Cette balade sur les chemins forestiers bordés de chênes noueux vous emmènera à la rencontre d'un espace caussenard typique. Découvrez le monde agricole qui s'y est développé, ses cultures, ses aménagements.... Randonnée de 7,5km/100m dénivelé environ avec Florent, accompagnateur en montagne.

Tout public - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

DICTÉE GÉANTE

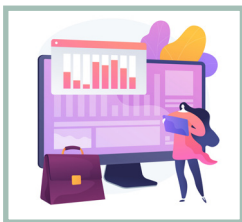
Animation Littéraire



MARDI 10 MARS - Médiathèque à 18h

Sous la dictée d'Etienne, venez tester votre connaissance de la langue française au cours d'une soirée ludique et conviviale !

Tout public - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79



MERCREDIS 11, 18 ET 25 MARS - Point numérique de 16h30 à 18h

Cycle de 3 séances pour apprendre à utiliser les tableurs sous Excel. Créer des plannings, des tableaux d'organisation, gérer des budgets, automatiser des calculs... Le tableur est un outil très puissant qui permet de créer des outils adaptés aux besoins. Venez découvrir ses possibilités et son utilisation.

Public : Niveau intermédiaire en informatique - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

ATELIER MEMOIRE

La mémoire à long terme



VENDREDI 13 MARS - Centre Social et Culturel à 14h30

Testons notre mémoire à long terme avec plusieurs jeux autour de nos sens. Pour terminer cette belle après-midi, profitons d'un petit goûter.

Public : adulte/sénior - Gratuit - Sur inscription : 05.65.38.03.79



ATELIER D'EVEIL CORPOREL ET SENSORIEL

Le Tout-petit Festival



SAMEDI 14 MARS - Médiathèque à 10h30

Atelier mené par Mélissa Cornu, danseuse et professeure de yoga.

Une parenthèse mouvementée pour habiter son corps et son environnement. Cet atelier propose une exploration ludique et sensorielle autour de l'élément eau et de la rondeur. Les enfants et leurs parents s'engagent dans des jeux de mouvement, de toucher et de découverte, utilisant balles, ballons ou bulles pour stimuler les sens, favoriser la communication et

renforcer le lien parent-enfant. Cet atelier s'appuie sur une approche globale du corps, mêlant les outils du yoga à ceux plus ludiques du théâtre ou de la danse.

Premières Pages est une opération nationale qui sensibilise les familles à la lecture dès le plus jeune âge. Dans le Lot, la Bibliothèque départementale du Lot et la CAF du Lot, avec le soutien de la MSA, s'associent pour offrir un livre à tous les bébés lotois nés ou adoptés en 2025. Cauvaldor développe et accompagne le dispositif en finançant des spectacles et ateliers dans les bibliothèques, les crèches et les relais petite enfance dans son domaine. Il s'agit du Tout Petit Festival !

Public : 18 mois à 4 ans (avec les parents) - Gratuit - Durée : 40 min - Sur inscription : 05 65 38 03 79

PETITS JEUX POUR PETITES MAINS Activité jeune public



MERCREDI 18 MARS - Ludothèque à partir de 10h30

Une activité dédiée aux petites mains, pour passer un moment avec votre enfant et créer des petits jeux à ramener à la maison.

Public : 2-4 ans - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

YOGA ENFANTS Parent'aise



MERCREDI 18 MARS - Centre social et culturel à 14h30

Que diriez-vous de combiner la magie d'une histoire et les bienfaits du yoga ? En suivant une histoire contée, les enfants se recentrent, prennent conscience de leur corps et se familiarisent aux postures du yoga. Avec Isabelle Gontier, venez-vous détendre et vous amuser.

Public : 6-10 ans - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

LES BASES DE LA MESSAGERIE Point numérique



JEUDI 19 MARS - Point numérique de 14h à 15h30

La messagerie mail, incontournable moyen de communication de nos jours. Vous n'avez pas de boîte mail, nous pourrions en créer une ensemble. Vous apprendrez ensuite les bases de l'utilisation de la messagerie internet.

Public : Niveau débutant - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

L'ÉCOSSE Atelier cuisine



VENDREDI 20 MARS - Centre social à 14h

Partez à la découverte des saveurs authentiques de l'Ecosse lors de notre atelier cuisine dédié à cette gastronomie riche et chaleureuse.

Tout public - 2€ - Sur inscription : 05 65 38 03 79

MARCHE DU MARDI La-Chapelle-aux-Saints



MARDI 24 MARS - Parking de la Cère à Bretenoux à 13h30 ou devant la mairie de La-Chapelle-aux-Saints à 13h50 (19120)

Au fil de la Sourdoire découvrez quelques « belles pierres » laissées par nos anciens et vous mènera jusqu'à l'église du XII^e siècle récemment restauré vous découvrirez aussi le nouveau musée de l'Homme de la Chapelle-aux-Saints, à proximité immédiate de la grotte de Bouffia-Bonneval. Randonnée de 7,5km /100m dénivelé

environ avec Florent, accompagnateur en montagne.

Tout public - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

CLUB DE LECTURE Printemps des Poètes



MARDI 24 MARS - Médiathèque à partir de 17h30

A l'occasion du printemps des poètes, l'auteure Nelly Duploux sera présente pour présenter son livre *Déjà la vie giflée... et puis...* récit intime et bouleversant sur l'adolescence.

Tout public - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

LES P'TITES Z'OREILLES Le tout-petit Festival



MERCREDI 25 MARS - Médiathèque à 10h30

Le rendez-vous des bébés lecteurs ! Dans le cadre du Tout-petit Festival, venez découvrir des histoires sur la thématique de l'eau.

Public : Enfants 0-3 ans - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

CONTES & BRICOLES Le tout-petit Festival



MERCREDI 25 MARS - Médiathèque à 10h30

Venez découvrir une histoire et participez à un atelier créatif sur la thématique du livre *Encore un plouf!* d'Isabelle Ricco.

Public : A partir de 4 ans - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

BILAN DE SANTÉ Rendez-vous



JEUDI 26 MARS - Sortie à Cahors, départ 6h45

Alexia et Patricia conseillères sociale France services - CIAS vous emmènent faire un bilan de santé complet à la CPAM de Cahors. Cet examen médical est aussi un moment d'échange avec des professionnels de santé et si nécessaire un accompagnement dans les démarches d'accès aux soins et à la santé. Dossier à retirer au centre social et culturel.

Tout public - Gratuit - Transport en bus depuis le centre à 6h45 - Sur inscription : 05 65 38 03 79

MAÎTRISER VOTRE MESSAGERIE Point numérique



JEUDI 26 MARS - Point numérique de 14h à 15h30

Vous utilisez une messagerie mail mais vous souhaitez être plus à l'aise et savoir ajouter des pièces jointes, en télécharger, gérer vos listes de contacts, classer vos emails... cet atelier est pour vous.

Public : Niveau intermédiaire en informatique - Gratuit
Sur inscription : 05 65 38 03 79

INITIATION AU YOGA Atelier



VENDREDI 27 MARS - Centre social et culturel à 15h

Agnès Vinerier, professeur de Yoga, dispense ses cours au sein du centre social et culturel depuis des années. Durant une heure, Agnès propose de vous faire découvrir sa pratique. Prévoir une tenue confortable.

Tout public - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

MARCHE NATURE Atelier seniors



VENDREDI 27 MARS - Centre social et culturel à 14h30

L'équipe de médiateurs en santé du Lot vous invite à une marche en pleine nature ponctuée de moments d'exercices physiques adaptés à tout public. C'est une occasion d'en apprendre plus sur les écosystèmes qui nous entourent et les services qu'ils nous rendent, tout en partageant un moment dynamique et convivial avec d'autres habitant(e)s du territoire.

Public : seniors - Gratuit - Sur inscription : 05 65 38 03 79

LES ATELIERS

PROPOSÉS PAR LE CENTRE SOCIAL
ET CULTUREL ROBERT DOISNEAU
INFOS/INSCRIPTION : 05 65 38 03 79

AQUARELLE

TOUS LES MARDIS

Centre social et culturel de 9h à 12h

Vous rêvez de plonger dans la couleur et devenir aquarelliste ! Annick Laloy vous donne des conseils pour vous lancer ou pour vous perfectionner.

Public séniors - 5 € la séance - Sur inscription.

ARCHITEXTE

TOUS LES MARDIS (sauf pendant les vacances) - Centre social et culturel de 14h30 à 16h30

En compagnie de Pascale, écrivez, expérimentez et jouez avec les techniques littéraires.

Public : adulte - Gratuit.

CARTONNAGE

TOUS LES MARDIS - Centre social et culturel de 14h à 17h

Colette Delphin vous invite à réaliser des boîtes, à couture à tiroir, porte-documents... Apportez vos ciseaux et le papier de votre choix.

Public : adulte - Tarif : 2€/séance, gratuit la 1^{ère} séance - Sur inscription.

CLUB DE CRÉATION JEUX VIDÉOS

TOUS LES MARDIS

Point numérique de 17h à 20h

Viens créer et inventer ton propre jeu en compagnie de Sylvain. 2025 sera l'année des jeux de plateformes. Ce club nécessite d'être présent tous les mardis.

Public : 12-18 ans - Gratuit - Sur inscription.

ANIMATIONS

NOUVEAU

SÉNIORS AVEC L'ADMR

MARDIS 13 ET 27 JANVIER, 10 ET 24 FÉVRIER, 10 ET 24 MARS - Centre social et culturel de 13h30 à 16h30

Des animations construites avec et pour les séniors. Au programme, des jeux, des échanges, de la marche.. en fonction de vos envies.

Public : séniors - Gratuit - Sur inscription
auprès d'Emmanuelle (ADMR) : 06 07 75 97 14

ATELIER CROCHET

TOUS LES JEUDIS - Centre social et culturel de 14h30 à 16h30

Corinne vous accompagne pour apprendre et créer des objets au crochet à partir de laines, tee-shirts... récupérés. Ambiance conviviale assurée

Tout public - Sur inscription.

ATELIER GÉNÉALOGIE

JEUDIS 15 JANVIER, 12 FÉVRIER ET 12 MARS - Centre social et culturel de 15h30 à 18h

En compagnie de Jean-Claude Mazot, bénévole, découvrez la généalogie et faites connaissance avec vos ascendants.

Public : adultes débutants - Tarif : Gratuit sous condition d'adhésion à l'association « Généalogie en Corrèze » 15€/an ou 30€/an si adhésion à la revue trimestrielle, sur inscription.

ATELIER COUTURE

NOUVEAU

TOUS LES VENDREDIS - Centre social et culturel de 14h à 16h

Cathy et Odile, bénévoles, vous aident à créer, inventer, innover, échangez autour de la couture dans une ambiance très chaleureuse.

Tout public - Gratuit - Sur inscription.

ATELIER VANNERIE

VENDREDIS 23 ET 30 JANVIER, 13 ET 20 FÉVRIER, 13 ET 20 MARS - Centre social et culturel de 14h30 à 16h30

Avec Jim et Mireille, découvrez l'art du tressage et de la vannerie.

Tout public - Sur inscription.

DISPOSITIF LECTIO

Vous connaissez des personnes (françaises ou étrangères) qui ont besoin d'apprendre ou d'améliorer le français, n'hésitez pas à les diriger vers des ateliers qui ont lieu au centre social et culturel. Dispositif financé par la région Occitanie. Gratuit pour les participants.

S'adresser à l'accueil du centre social et culturel - Participation possible après mise en relation avec les personnes référentes de la formation.

Public : adulte - Gratuit - Sur inscription

Le saviez-vous ?

Le centre social et culturel Robert Doisneau est un lieu d'animation de la vie sociale locale, qui prend en compte l'ensemble des besoins et des envies de la population.

. Vous avez une compétence que vous souhaitez partager ?
Venez nous en parler !

. Vous souhaitez voir un atelier spécifique se mettre en place dans nos locaux ?
Venez nous en parler !

On vous donne rendez-vous !

Mardi 03 février de 15h à 16h au centre social et culturel pour parler du programme avril, mai, juin 2026.

Quelles sont vos envies ?
Avez-vous des hobbies que vous souhaiteriez partager ?

A partir de petits jeux et autour d'un goûter, échangeons ensemble.

Tout public

LES ASSOCIATIONS HÉBERGÉES AU SEIN DU CENTRE SOCIAL ET CULTUREL

ÉVEIL AUX ARTS GRAPHIQUES

avec Marie Thoisy du
Repaire des Arts Cornac
Tél : 05 65 10 86 28

MÉDITATION

avec Pascale Antoine
de l'association Eole
Tél : 06 63 61 98 14

PATCHWORK

avec Michèle Peyral
Tél : 05 55 91 17 50

PILATE

avec Coralie de l'Ecole
de danse Cécile Verdier
Tél : 06 75 10 33 51

POINT DE CROIX

avec Bernadette Secache
Tél : 06 85 23 50 32

SOLFÈGE, PIANO ET GUITARE

avec l'Ecole de musique de
Saint-Céré / Bretenoux /
Biars-sur-Cère
Tél : 06 87 27 85 69

YOGA

avec Agnès Vinerier
Tél : 06 89 72 34 58

YOGA DE L'ÉNERGIE

avec Isabelle Gontier
Tél : 07 49 24 52 47

LES PERMANENCES PROPOSÉES DANS LE CADRE DE FRANCE SERVICES

FRANCE SERVICES

Patricia et Alexia vous accompagnent dans vos démarches administratives : formation, emploi, retraite, santé, logement, justice...

Lundi :

8h30 à 12h - 14h à 17h

Mardi :

8h30 à 12h - 14h à 20h

Mercredi : 8h à 18h

Jeudi : 14h à 17h

Vendredi :

8h30 à 12h - 14h à 17h

Prise de rdv au 05 65 38 03 79

CAR ITINÉRANT FRANCE SERVICES

Les services publics viennent à vous ! Les conseillers sociaux France Services-Cias vous accueillent sans rendez-vous dans :

Alvignac, Calès, Carennac,
Carlucet, Couzou, Floirac,
Gintrac, Lacave, Le Bastit,
Loubressac, Mayrinhac-
Lentour, Meyronne, Miers,
Montvalent, Padirac Pinsac,
Puybrun, Rocamadour,
Saignes, St-Sozy, St-Jean
Lagineste, Tauriac.

*Dates de passage et prise de
rdv : 06 49 22 13 65 / 06 49 22
13 64*

AGENCE DÉPARTEMENTALE D'INFORMATION SUR LE LOGEMENT (ADIL)

Avec un agent de l'ADIL

1^{er} jeudi de chaque mois de
13h30 à 16h30. *Prise de rdv
au 05 65 35 25 41*

IMPÔTS

Avec un agent des finances
publiques

Les mercredis et vendredis
de 14h à 17h

Prise de rdv au 05 65 38 03 79

DÉFENSEUR DES DROITS

Le lundi 12 janvier, lundi 09
février et lundi 09 mars

Prise de rdv au 05 65 38 03 79

NOTES

A FAIRE

FRANCE SERVICES

Horaires d'ouverture

Lundi : 8h30 à 12h et de 14h à 17h

Mardi : 8h30 à 12h et de 14h à 20h

Mercredi : 8h à 18h

Jeudi : 14h à 17h

Vendredi : 8h30 à 12h et de 14h à 17h

POINT NUMÉRIQUE

Horaires d'ouverture

Planning variant selon les ateliers.

*Horaires consultables en ligne ou
à l'accueil du centre social et culturel.*

CENTRE SOCIAL ET CULTUREL ROBERT DOISNEAU

94 avenue de la République

46130 Biars-sur-Cère

Tél : 05 65 38 03 79

 Centre social et culturel Robert Doisneau

Site : www.cere-dordogne.fr

Mail : accueilscbiars@cauvaldor.fr

Horaires d'ouverture de l'accueil :

Lundi : 9h à 12h et de 14h à 18h

Mardi : 9h à 12h et de 14h à 20h

Mercredi : 9h à 12h et de 14h à 18h

Jeudi : 9h à 12h et de 14h à 18h

Vendredi : 9h à 12h et de 14h à 17h

CINÉMA

MÉDIATHÈQUE / LUDOTHÈQUE

Horaires d'ouverture

Lundi : 14h à 18h

Mardi : 14h à 20h

Mercredi : 10h à 12h et de 14h à 18h

Jeudi : 14h à 18h

Vendredi : 14h à 17h

SERVICE FAMILLES / INTERGÉNÉ- RATIONNEL

ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ