

# LES P'TITES NOUVELLES

CENTRE SOCIAL  
ET CULTUREL

R.E.I.S.S.A.



*Le centre social et culturel  
REISSA vous souhaite une  
très belle année 2026*

## Aide au départ en vacances

Depuis plusieurs années la CAF du Lot propose des aides au départ en vacances l'été pour les familles ayant un quotient familial inférieur ou égal à 800 €. Cette année, les démarches sont différentes en fonction de votre situation familiale, c'est pourquoi le centre social et culturel vous invite dès maintenant à vous rapprocher de la référente familles pour en savoir plus.

## Proposition de séjour balade d'Éric en avril

Éric vous emmène en séjour de 3 jours et 2 nuits pour le week-end de Pâques, soit du samedi 4 au lundi 6 avril, à La Roque-Gageac (Dordogne). Information et fiche d'inscription au bureau du centre social et culturel avant le 20 janvier.

## Aide à la pratique sportive

Le CDOS nous a informé-es qu'il restait encore des coupons d'aide à la pratique sportive disponibles dans le nord du département. Nous vous invitons à nous contacter au plus vite si vous êtes intéressé-e.

## Jeunes et parents, et si on se connectait ?

**Vendredi 30 janvier** à la yourte de REISSA à partir de 19 h 15. Vous avez l'impression de ne pas parler la même langue avec votre jeune et notamment autour d'internet et des réseaux sociaux ? Pas de panique ! Nous vous proposons un moment d'échange entre parents et jeunes à partir de 11 ans. Ce rendez-vous a été conçu afin de vous apporter des connaissances supplémentaires et de faciliter le dialogue sous un format de partage d'expériences, mais aussi un apport d'outils et une confrontation d'opinions entre adultes et jeunes. Les Francas et la CAF nous accompagnent sur ce temps en lien avec Promeneurs du Net.

## Les vendredis de janvier : Atelier prévention de 14 h 30 à 15 h 30 à la yourte à Assier.

Venez passer un moment convivial et ludique pour découvrir comment préserver votre équilibre.

Nous aborderons les différents risques de chutes et les gestes simples pour les éviter, le tout dans une ambiance agréable et interactive pour mieux comprendre et agir pour votre bien-être. Chaque séance s'inscrivant dans une logique de prévention et de cohérence pour votre santé, il est important d'assister à tous les ateliers (ce projet est entièrement financé par la Carsat (Caisse d'assurance retraite et de la santé au travail) et donc gratuit). Transport possible sur demande.

Les samedis 10 et 24 : Atelier d'orthographe\* de 10 h à 12 h à la yourte à Assier avec Philippe. Programme de ce mois : les règles typographiques (dans les domaines géographique, historique, etc.). Rens. au 06 52 18 13 34.

## Samedi 10 : Café tricot le Maillabar\* de 14 h 30 à 17 h à la yourte à Assier.

Venez partager, échanger vos savoir-faire autour des mailles (tricot, crochet...) ou simplement vous initier. Petit plus : pour celles et ceux qui le souhaitent le café tricot se déplace aussi à l'heure de l'apéro les mercredis à partir de 18 h au Caf'cause ! Venez tricoter, crocheter ou simplement papoter autour d'un verre et du tricot... Renseignements auprès des « Françoise » au 06 72 39 63 33 / 06 38 02 86 43.

## Les lundis 12 et 26 : Caf'écriture\* de 17 h à 19 h (possibilité d'arriver à 18 h) à la yourte à Assier.

Anne-Sophie vous fait découvrir comment jouer avec les mots. Que vous ayez l'habitude d'écrire ou que vous pensiez ne pas savoir le faire, cet atelier ouvert à tous et toutes vous permettra d'expérimenter l'expression des sentiments, l'observation, l'imaginaire, les jeux de mots et les sonorités. Un moment convivial ! Prévoyez... de quoi écrire ! Inscription conseillée au 05 65 40 57 43.

## Mercredi 14 : Mercredi à la yourte : Les p'tits cuistots à 14 h 30 à la yourte à Assier.

Viens cuisiner une galette des rois avec tes parents ou grands-parents puis profite du lieu, intérieur comme extérieur ! Ouvert à toutes et tous à partir de 15 h 30, le café sera ouvert ! Places limitées, inscription recommandée au 05 65 40 57 43 ou par sms au 06 98 73 49 17.

## Dimanche 18 : Balade d'Éric suivi d'un repas \*

Patrice vous propose une marche de 10 km environ du côté de Vialans à Assier, suivi d'un repas pâté bourbonnais préparé par Éric et Jacques. Rendez-vous à 9 h 15 à la yourte à Assier pour un départ à 9 h 30. Tarif repas : 10 € ; réservation avant le jeudi 15 janvier et inscription au 05 65 40 57 43.

## Mercredi 21 : Itinérance\* à partir de 14 h à la salle des fêtes de Durbans.

L'accueil de loisirs d'Assier se déplace et vient à la rencontre des habitants ! Nous vous proposons de cuisiner et partager une galette des rois. Rejoignez-nous en famille ! Delphine vous accueille avec le thé et le café pour papoter.

## Lundi 26 : Parlons livres\* de 17 h à 18 h à Issepts.

Nous échangerons nos points de vue sur deux romans emblématiques de l'œuvre de Pierre Michon : *Vies minuscules* et *Les Deux Beune*. Renseignements : Annie au 06 83 17 31 11.

## Mardi 27: L'art d'être un retraité heureux : atelier cuisine \* à partir de 9 h 30 au bureau du CSC REISSA.

Mar, diététicienne, vous propose de faire le point sur les matières grasses (gras saturé, insaturé et oméga 3) ; vous cuisinerez ensemble un parmentier de sardines avec ses légumes, salade verte et en dessert de la poire au chocolat noir. Tarif cuisinier-ère 5 €, repas : 8 €, repas hors adhérent 10 €. Inscription jusqu'au 10 octobre par sms au 06 98 73 49 17. Transport possible.

## Mercredi 28 : Mercredi à la yourte : Les p'tits bricolos à 14 h 30 à la yourte à Assier.

Viens fabriquer une boule de graisse à partir de pommes de pin avec tes parents ou grands-parents (si tu peux, apporte des pommes de pin) puis profite du lieu, intérieur comme extérieur ! Ouvert à toutes et tous à partir de 15 h 30, le café sera ouvert ! Places limitées, inscription recommandée au 05 65 40 57 43 ou par sms au 06 98 73 49 17.

**Chaque mercredi**, le café associatif ouvre en horaire afterwork de 18 h à 20 h 30.

Les bénévoles vous accueillent dans ce lieu atypique pour discuter, partager, se rencontrer ou simplement savourer une boisson en bonne compagnie. Pour celles et ceux qui le souhaitent le café tricot se déplace aussi à l'heure de l'apéro ! Venez tricoter, crocheter ou simplement papoter autour d'un verre et du tricot...

### **Mardi 13 janvier : Soirée-débat Céléwatt à 20 h 30**

« *Est-il encore possible d'investir dans les énergies renouvelables ?* » Le prix du kWh joue au yoyo, Donald Trump veut plus de forages, nos élus temporisent... Comment maintenir le cap de la transition énergétique et développer des projets citoyens ? La rencontre sera introduite par Bertrand Delpuch, administrateur d'Enercoop, et suivie d'un débat avec l'équipe CéléWatt, qui construit un parc citoyen à Livernon.

### **Samedi 17 janvier : Concert - ISKERA à 20 h**

Duo de piano – Jazz moderne

Iskera, c'est l'histoire d'une princesse aux allures de méduses qui n'aime pas ce qu'elle représente. Elle décide alors de tout quitter pour vivre la vie qu'elle aura choisie. Chaque morceau du duo raconte ainsi une des péripéties vécues par la princesse. Un beau récit musical avec deux talentueux pianistes.

### **Mercredi 21 janvier : Vernissage Varda Schneider à 18 h**

De la pensée au pinceau, libérant le geste et multipliant les tentatives de représentations de ce que nous pourrions qualifier « d'objets sans sujets » (vaisselle, vêtements etc.), Varda invite et incite le spectateur à éprouver et questionner sa perception de la surface peinte. Varda Schneider est née à Cahors, a fait les Beaux-Arts de Valence (26), vit et travaille à Larnagol (46)

### **Samedi 24 janvier : Concert – LA BANCHE à 20 h 30**

Adaptation musicale de roman

La Banche adapte le roman 77, de Marin Fouqué, raconté sous forme de concert, ou comment traduire une œuvre littéraire de manière musicale. Le trio donnera vie au texte par la voix, la clarinette, la guitare et autres instruments.

### **Mercredi 28 janvier : Soirée jeux à 18 h**

Profitons de l'ouverture du café pour jouer ensemble à différents jeux de société. Faites-nous découvrir vos jeux et nous en mettrons aussi à disposition. Vous pouvez apporter de quoi grignoter si vous souhaitez manger sur place.

### **Samedi 31 janvier : Concert – EL LOCUTORIO ITINERANTE à 20 h 30**

Musique hispanique et d'ailleurs

El Locutorio Itinerante posera à Assier ses valises remplies de paysages sonores d'ici et d'ailleurs pour le plaisir de vos oreilles. Un projet à la fois poétique, politique et historique, car le voyage se fait aussi bien dans le temps, l'espace et les mots. Le duo vous offrira un voyage en territoire musical où les frontières n'existent pas.

## PETITE ENFANCE

---

### **La ronde des sons**

Viens découvrir la musique avec Emmanuelle ! Réveille ton corps en dansant sur des histoires et des musiques. À destination des enfants de 1 an à 3 ans accompagnés de leurs parents. Tarif adhérent 5 €/enfant, non adhérent 8 €/enfant. Possibilité d'ouvrir la yourte à partir de 8 h 45 sur demande. Sur inscription au 05 65 40 57 43.

### **RPE (Relais petite enfance itinérant)**

**Patricia**, de L'Ilot Câlin, vous accueille **tous les mercredis à Reyrevignes** de 9 h 45 à 11 h 45.

**Sandrine**, des Petites Mains, vous accueille **les vendredis 9 et 23 janvier** à la salle culturelle d'Assier de 10 h à 11 h 30.

Dans un souci d'organisation, le RPE Les Petites Mains demande de vous inscrire par téléphone au 06 30 30 30 80 ou par mail à [lespetitesmains46@gmail.com](mailto:lespetitesmains46@gmail.com) au plus tard la veille de l'itinérance et ceci avant 12 h.



L'année 2025 s'est terminée à l'ALSH par une journée Noël avec un spectacle, *Boule de neige*, créé par Emmanuelle, de la compagnie Amuz'art, pour les plus jeunes, et un film pour les plus grands. Le tout suivi par un goûter festif et la visite inattendue d'un monsieur vêtu de rouge...

Les enfants ont bien apprécié ces moments, la bonne ambiance était au rendez-vous.

## ESPACE JEUNES



Les ados se sont réunis une dernière fois pour 2025 autour d'un moment festif avec gourmandises, santa secret, blind test et karaoké.

L'année 2026 s'annonce riche en projets (grimpe d'arbre ou encore le graff de ferme en ferme) ainsi qu'un temps « chill » comme la soirée film/pizza à la yourte le

16 janvier.

Les jeunes vous souhaitent une belle année 2026.

## ACTUALITES DES INTERVENANTS

### Fleur de Vie 46

À partir du 5 novembre, l'association FLEUR DE VIE 46 propose aux lycéens et étudiants en préparation d'examen ou en période de stress des séances de Qi Gong Santé et de relaxation gratuites les mercredis de 18 h 30 à 19 h 45. Conditions et inscription préalable auprès de Fernanda au 06 12 52 72 38.

### Danse néo'trad

Nous vous transmettons ci-dessous le texte de Baptiste Delaunay, intervenant à REISSA en danse néo'trad, qui vient de quitter Assier et à qui nous souhaitons bonne route.

« Merci, Merci, Merci

Ça fait déjà huit ans que l'association REISSA me permet d'animer chaque semaine un atelier de danse néo'trad. Huit ans que des personnes, hommes et femmes, jeunes et moins jeunes, viennent découvrir ou pratiquer les danses du bal d'aujourd'hui. Je remercie chaleureusement toutes les personnes qui sont venues danser, apporter leur énergie, leur curiosité aux ateliers que j'ai animés. Pour une séance ou pendant plusieurs années, votre envie de danser m'a donné celle de revenir animer la fois suivante. C'était une telle joie de voir les débutant-e-s s'émerveiller en vivant la convivialité des danses, et un grand plaisir d'accompagner les moins débutant-e-s dans leur exploration de ce vaste répertoire. Je remercie aussi l'association REISSA, en particulier Delphine, pour avoir permis cette aventure.

Si je vous dis ça aujourd'hui, c'est que cette page se tourne : ma vie personnelle m'entraîne à Die, dans la Drôme ! Oui, c'est très loin, je transmets donc l'animation des ateliers à deux amies : Raphaëlle Corre et Carole Bertrand. Je suis certain qu'elles mettront le même enthousiasme que moi à vous faire danser, je vous invite donc à les rejoindre chaque mardi soir à Reyrevignes ! Quant à moi, je repasserai de temps en temps par le Lot, par exemple pour aller danser au Grand Bal des Chaudoudoux en février au Vigan. Merci beaucoup.

Baptiste Delaunay »

## ASSOCIATIONS ADHÉRENTES ET PARTENAIRES

Samedi 17 : **Cinéma** à 20 h 30 à la salle Sabatié à Saint-Simon.

Le comité d'animation de Saint-Simon et CinéLot vous proposent une séance de cinéma avec le film *L'Incroyable Femme des neiges*. Tarif : 6 € adultes et 4 € enfants.

Samedi 17 : **Chroniques du pays chevelu** à 18 h 30 à la salle des fêtes, Ladignac, Durbans.

Les Soirées Culturelles & Causse-nardes de Durbans vous présentent cette pièce de théâtre avec **JEAN PAULY & CHRISTELLE MARIN** ou quand les mots se mêlent à la musique pour mieux raconter le Causse, ses paysages, ses hommes et ses femmes qui l'habitent. Ce spectacle est tiré du livre « Sortie 56 – Chroniques du Pays Chevelu », écrit par Jean Pauly, rythmé par des chansons de sa composition, interprétées par Christelle Marin. Les Causse-nards, natifs ou d'adoption, ne manqueront pas de se reconnaître dans ces anecdotes, poétiques, drôles et même parfois ironiques. Ouverture du bar à 18 h. Tarif : 7€