

Rappel du code couleurs

Atelier FAMILLE

Atelier SENIORS

Atelier POUR TOUS

(1) atelier salle Joseph Bon

Lundi 6/10

- 10h-11h30 **Petits petons**  
Parcours de motricité
- 13h30-14h45 **Informatique**  
Niveau débutant
- 15h-16h15 **Informatique**  
Niveau intermédiaire
- 16h30-17h45 **Informatique**  
Niveau confirmé

Mardi 7/10

- 9h30-11h30 **Couture**  
Confection vêtement
- 14h30-16h **Atelier créatif**  
Préparation marché de Noël

Mercredi 8/10

- 10h-12h **Café papote**
- 14h30-16h **Récréajeux**  
Jeux sportifs au bois de Bayler

Jeudi 9/10

- 9h-12h **Promenade (4-5km)**  
15 sols
- 9h30-12h **Sensibilisation au français**
- 14h-16h **Café numérique**  
Tous niveaux
- 14h30-17h **Groupe de discussion**

Vendredi 10/10

- 9h30-11h **Couture**  
Atelier en fonction de vos besoins
- 14h30-16h **Qi Gong<sup>(1)</sup>**

Lundi 13/10

- 10h-11h30 **Petits petons**  
Arts plastiques
- 13h30-14h45 **Informatique**  
Niveau débutant
- 14h30-16h30 **Soft-Golf**  
à Bouconne
- 15h-16h15 **Informatique**  
Niveau intermédiaire
- 16h30-17h45 **Informatique**  
Niveau confirmé

Mardi 14/10

- 9h30-11h30 **Couture**  
Confection vêtement
- 14h30-16h **Atelier créatif**  
Préparation marché de Noël

Mercredi 15/10

- 10h-12h **Café papote**
- 14h30-16h **Family Gourmet**  
Atelier cuisine et jeux de société

Jeudi 16/10

- 9h30-12h **Sensibilisation au français**
- 14h-16h **Café numérique**  
Tous niveaux
- 14h30-17h **Groupe de discussion**

Vendredi 17/10

- 9h30-11h **Couture**  
Atelier en fonction de vos besoins
- 14h30-16h **Qi Gong<sup>(1)</sup>**

Lundi 20/10

- 10h-11h30 **Petits petons**  
Cuisine : roses des sables

Mardi 21/10

- 9h30-11h30 **Couture**  
Confection vêtement
- 14h30-16h **Atelier créatif**  
Préparation marché de Noël

Mercredi 22/10

- 10h-12h **Café papote**
- 14h30-16h **Récréajeux**  
Origami

Jeudi 23/10

- 9h-12h **Domaine du Gazania**  
Sortie à la serre exotique
- 14h-16h **Café numérique**  
Tous niveaux
- 14h30-17h **Groupe de discussion**

Vendredi 24/10

- 9h-18h **Formation premiers secours**

Lundi 27/10

- 10h-11h30 **Petits petons**  
Jeux de construction

Mardi 28/10

- 9h30-11h30 **Couture**  
Confection vêtement
- 14h30-16h **Atelier créatif**  
Préparation marché de Noël

Mercredi 29/10

- 10h-12h **Café papote**
- 14h30-16h **Récréajeux**  
Masques d'halloween

Jeudi 30/10

- 9h-12h **Promenade (4-5km)**  
Daux
- 10h30-17h30 **Sortie à ANIMAPARC**
- 14h30-17h **Groupe de discussion**

Vendredi 31/10

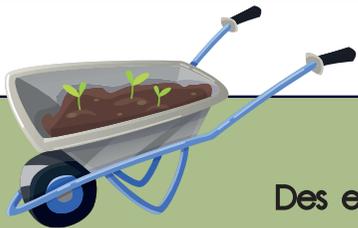
- 9h30-13h **Atelier cuisine**



## Devenez bénévole à la Distribution Alimentaire

Vous souhaitez vous investir pour la Distribution Alimentaire? Quelles que soient vos disponibilités (lundis après-midi, mardis après-midi, les vendredis matin), nous sommes à la recherche de bénévoles pour compléter notre équipe et venir en aide aux plus fragiles d'entre nous.

Que ce soit pour l'approvisionnement auprès de la Banque Alimentaire, la réception des denrées, le rangement ou la distribution, nous serions ravis de vous compter parmi nous pour enrichir un peu plus encore cette aventure humaine.



## Des envies de jardiner ?

Des parcelles sont mises à disposition des Mervillois qui n'ont pas la chance d'avoir un jardin. Ce retour à la terre vous permettra d'avoir accès au plaisir du jardinage et de subvenir au besoin de votre foyer en faisant vos propres cultures maraichères. Par ailleurs, les jardins de Merville se veulent être un lieu de rencontres, d'échanges, de convivialité, d'entraide et de solidarité.

N'hésitez pas à prendre contact avec nous pour avoir des renseignements.

## Contact

CCAS | Centre social de Merville  
50, rue du 19 mars 1962 - 31330 Merville

05 62 13 40 95

ccas@merville31.fr

# Planning activités du Centre social

Centre social du CCAS de Merville  
Espace d'animation et participatif

## OCTOBRE 2025

