



SE FAMILIARISER AVEC L'INFORMATIQUE

CCAS

575 Avenue des résistants
24 110 Manzac-sur-Vern

Téléphone :

07.48.83.02.11

Site internet

www.manzacsurvern.fr

Assistants sociaux :

Conseil Départemental

Mme L. SAFONOFF

CMS de St Astier

05.53.02.06.42

Mutualité Sociale Agricole

M. F AZNAR

05.53.67.77.77

Grand Périgueux

Autonomie

05.53.54.76.70

Les Restos du Cœur

Saint Astier

07.55.61.74.72

ad24.stastier@restosducoeur.org

Les missions locales

Grand Périgueux

05.56.06.68.20

Ribéraçois vallée de l'Isle

05 53 02 42 96

Ma mutuelle ma santé

05.53.90.64.68

La Conciergerie D'Ici

05.53.67.78.42

Atelier
Numérique

Et si on se connectait ?

EXERCICES POUR SE FAMILIARISER AVEC LES NOUVELLES TECHNOLOGIES
DÉMARCHES ADMINISTRATIVES
CONSEILS POUR ÉCHANGER AVEC SES PROCHES
CONVIVIALITÉ ET PARTAGES D'EXPÉRIENCES

GRATUIT Pour les **+ 55 ans** **6 SÉANCES collectives** Contact : 05.53.02.68.66
www.asept-perigord-agenais.fr

A COMPTER DU **JEUDI 6 NOVEMBRE 2025**
de 14h30 à 16h30
Salle du Conseil de la Mairie
24110 MANZAC-SUR-VERN

Sur inscription.
Les places sont
limitées.



**REGISTRE DES PERSONNES VULNÉRABLES
CANICULE**

A partir de 65 ans
Inscrivez-vous en mairie

VIE DU CCAS

Le Conseil d'Administration du CCAS de la commune poursuit son engagement pour 2025 dans les différentes missions qui lui ont été confiées : dans le cadre du programme Amelia pour la rénovation énergétique et d'adaptation à hauteur de 2 400 €. Il maintient son budget de 5 000 € pour le repas des anciens et leur cadeau de fin d'année. Les aides pour le centre de loisirs, l'aide alimentaire, mobilité, téléassistance et la rentrée scolaire pour 2 400 € sont maintenues.



REPAS DES AINES

Le dimanche 13 avril, nos aînés ont été invités à assister à leur traditionnel repas. Dans une belle ambiance, les Croquants d'Escornabiou les ont invités à accompagner leurs chants et leurs danses.

SITES DÉPARTEMENTAUX DE LOISIRS ET DE BAINNADE

BASE DE LOISIRS DE ROUFFIAC

GRAND ÉTANG DE LA JEMAYE

GRAND ÉTANG DE SAINT-ESTÈPHE

LAC DE GURSON

DORDOGNE
PÉRIGORD 2025



**Du 7 JUILLET au
29 AOÛT 2025**

Un évènement

Dordogne

PÉRIGORD

LE DÉPARTEMENT dordogne.fr



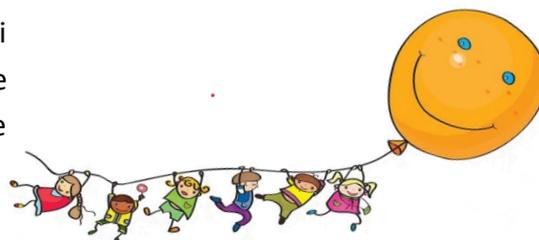
Abonnez-vous dès maintenant au TER, et voyagez en illimité tout l'été !



L'été, tous les détenteurs d'un Pass Abonné annuel ou d'un Pass TER + Urbain annuel voyagent en illimité à bord des TER sur toute la Nouvelle-Aquitaine du 1er juillet au 31 août 2025 inclus. C'est l'offre Privilège Solo/Duo ! Vous voyagez gratuitement en Région Nouvelle-Aquitaine dans la limite de 300 km seul ou accompagné de la personne de votre choix tous les samedis, dimanches et jours fériés du 1er juillet au 31 août 2025 inclus. **Abonnez-vous dès maintenant pour profiter de l'offre Privilège Solo/Duo.**

AIDE DU CCAS - CENTRE DE LOISIRS

Le CCAS de Manzac a signé une convention avec le CCAS de Coursac. Elle permet à tous les enfants de notre commune qui fréquentent le centre de loisirs de Coursac de bénéficier d'une prestation directement déduite de la somme à payer. Elle s'élève à **2€ par jour pour une journée complète avec repas.**



La recette du pain (2)

de Quentin

Les ingrédients :

- 150 g de levain frais
- 380 g de farine T110 ou T80
- 3 à 4 g de sel
- 1 cuillère à soupe d'huile végétale
- 300 ml d'eau

Vous pouvez ajouter des graines à l'envie.

Préparez la pâte, à la cuillère, dans l'ordre des ingrédients.

Puis verser la préparation dans un moule à cake de 30 cm huilé, fariné et laissez reposer à température ambiante entre 8 et 10 heures.

Cuisson : 40 mn à 170°.