

# OUVERTURE

LUNDI 14h00-18h  
MARDI 8h30-12h et 18h30-20h  
MERCREDI 14h-18h  
JEUDI 8h30-12h  
VENDREDI 8h30-12h

## BÉNÉVOLAT: TRAVAIL ET PLAISIR !

S'épanouir et renforcer l'estime de soi

Défendre une cause, des valeurs

Transmettre un savoir-faire

Rencontrer des personnes

Selon vos disponibilités

Se sentir utile

## DEVENEZ ADHÉRENTS

ADHÉSION 2024 : 32€/an

Une seule carte pour toute la famille.

Accès à toutes les activités et services proposés par le réseau FAMILLES RURALES partout en France.

Le montant de votre adhésion ouvre à une réduction d'impôt sur le revenu égale à 66%.

Espèces / Chèques - Encaissement en janvier 2024



## UN ESPACE DE VIE SOCIALE?

C'est une structure agréée par la CAF qui permet de :

- Vous informer sur les démarches administratives,
- Défendre les intérêts des familles,
- Créer des projets autour de l'aide à la parentalité,
- Informer et transmettre des informations sur les différentes prestations et services présents sur le territoire,
- Donner des informations sur les formations BAFA, BAFD,
- Participer, animer, organiser des manifestations sur le territoire.

Participez aux projets, rejoignez l'équipe!



Familles rurales  
Vivre mieux!

ASSOCIATION DE CHAVANAY

25 rue des remparts  
42410 Chavanay  
04 74 87 04 13  
afrchavanay@gmail.com

ESPACE DE VIE SOCIALE

# ACTIVITÉS ET SERVICES 2023-2024

<https://www.famillesrurales.org/chavanay/>



SITE INTERNET



PAGE FACEBOOK

# ACTIVITÉS ADULTES

**CLUB DE MARCHÉ**  
MARDI tous les 15 jours à 13h15  
Rendez-vous au parking de la Tour  
Inscription auprès  
d'Agnès GARAN 04 74 87 26 41

**COURS D'ANGLAIS "INTERMÉDIAIRE"**  
MERCREDI de 18h30 à 19h30  
Salle de l'ADAC - 185€/an  
Inscription auprès de  
Karine ROBINSON 06 21 53 83 27

**COURS D'ANGLAIS "CONFIRMÉ"**  
JEUDI de 9h à 10h ou de 10h à 11h  
Salle de l'ancienne cure - 205€/an  
Inscription auprès de  
Candida SAULNIER 09 62 08 51 07

**HATHA YOGA**  
LUNDI de 9h à 10h30 ou de 10h45 à 12h15  
MERCREDI de 18h à 19h30 ou de 19h45 à 21h15  
Salle du judo - 245€/an  
Professeuse diplômée de l'EFYARA  
Inscription auprès de  
Valérie ESSERTEL 06 70 38 89 90

**GYM DOUCE ASSOULISSEMENT**  
MERCREDI de 9h à 10h  
Salle du judo - 190€/an  
Professeuse diplômée d'état :  
Océane CHABOT  
Inscription auprès de l'AFR

**LIA - STRETCHING**  
MARDI de 19h à 20h  
Salle de la serve - 255€/an  
Sandrine GOMEZ  
Inscription auprès de l'AFR

**RENFO. MUSCULAIRE - PILATES**  
MARDI de 18h à 19h ou de 20h à 21h  
Salle de la serve - 255€/an  
Sandrine GOMEZ  
Inscription auprès de l'AFR

# ACTIVITÉS ENFANTS ET ADOS

**BÉBÉ RÉCRÉ ENFANT NON SCOLARISÉ**  
LUNDI ou VENDREDI de 9h à 11h  
Salle de la Serve  
20€ la carte de 10 séances/enfant  
Inscription auprès de l'AFR

**COURS D'ANGLAIS**  
CP/CE1 : LUNDI de 17h à 18h  
CE2/CM1/CM2 : MARDI de 17h à 18h  
Collège : MERCREDI de 17h15 à 18h15  
Salle de l'ADAC  
135€ - 20 séances de novembre à mai  
Inscription auprès de  
Karine ROBINSON 06 21 53 83 27

**AIDE AUX DEVOIRS ENFANT SCOLARISÉ**  
LUNDI ou JEUDI de 16h45 à 17h45  
Salle de l'ADAC  
Dès 30€. Tarif suivant quotient familial  
Inscription auprès de l'AFR

**EVEIL DANSE CONTEMPORAINE 4 À 6 ANS**  
MERCREDI de 11h à 11h45  
Salle du judo - 145€/an  
Professeuse diplômée d'état :  
Océane CHABOT  
Inscription auprès de l'AFR

**DANSE CONTEMPORAINE 7 À 11 ANS**  
MERCREDI de 10h à 11h  
Salle du judo - 155€/an  
Professeuse diplômée d'état :  
Océane CHABOT  
Inscription auprès de l'AFR

# SERVICES

## RÉSEAU VOISINEURS

### ROMPRE L'ISOLEMENT

Rendre visite ou recevoir, retrouver du lien social.  
Partager un moment convivial.

Nous contacter pour plus de renseignements.

**ADHÉSION OBLIGATOIRE**

## FORMATION AUX GESTES QUI SAUVENT

Dispensée par les Sapeurs Pompiers de Chavanay.  
3 sessions dans l'année.

A partir de 10 ans - Durée 2h.

**ADHÉSION NON OBLIGATOIRE**

**GRATUIT**



## RELAIS CAF

### AIDE DANS LES DÉMARCHES CAF

Mercredi de 14h à 16h.

Prise de RDV par téléphone ou courriel.

**ADHÉSION NON OBLIGATOIRE**

**GRATUIT**



## POINT MÉDIATION NUMÉRIQUE

### ACCOMPAGNEMENT AUX USAGES DU NUMÉRIQUE

### AIDE AUX DÉMARCHES ADMINISTRATIVES EN LIGNE

Prise de rdv obligatoire.

**ADHÉSION NON OBLIGATOIRE**

**GRATUIT**



**Loto des familles**

**Semaine Bleue**

**7/10/23**

**Portes ouvertes Bébé Récré**

**8/9/23**

**Bric à Broc Bébé**

**du 2 au 7/10/23**

**1/10/23 et avril 2024**

**Festival des Matrus**

**Mars 2024**



L'adhésion AFR 2024 est obligatoire pour accéder aux activités proposées.