

# ÊTRE ADHÉRENT

Adhérer, c'est...

- Créer des relations humaines et du lien social
- Manifester sa solidarité avec les autres familles et répondre aux besoins de chacun
- Participer à l'animation de la vie locale
- Soutenir l'association

ADHÉSION  
32€/an\*

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

# ÊTRE BÉNÉVOLE

S'épanouir et renforcer l'estime de soi

Transmettre un savoir-faire

Rencontrer des personnes

Selon vos disponibilités

Participer aux projets

Se sentir utile

# FESTIVAL DES MATRUS

18 AU 22  
MARS 2026

10  
ANS

Pendant 5 jours. Au cœur du village.  
Pour les scolaires, centres aérés,  
crèches et les familles.  
Des spectacles, des ateliers, une  
librairie jeunesse.

[www.billetweb.fr/festival-des-matrus-2026](http://www.billetweb.fr/festival-des-matrus-2026)



LUNDI &  
VENDREDI  
9H à 11H



## BÉBÉ RÉCRÉ

Activité ludique et éducative pour parents et enfants de -3 ans.  
Lieu d'accueil et d'échanges autour de la parentalité.  
Rompre l'isolement parental et sociabiliser l'enfant.



santé  
famille  
retraite  
services



Liberté  
Égalité  
Fraternité

## DATES À RETENIR

5/9/25 - Portes ouvertes Bébé Récré

14/9/25 et avril 2026 - Bric à Broc Enfants

4/10/25 - Loto des Familles

Automne 2025 - Sortie SENNAS à St Étienne

Mars 2026 - 10 ans du Festival des MATRUS

# ESPACE DE VIE SOCIALE



## ACTIVITÉS ET SERVICES 2025 – 2026

## HORAIRES

Lundi Mardi Mercredi Jeudi Vendredi

8h30-12h00

Les après-midi sur rdv

## CONTACT

04 74 87 04 13

afr.chavanay@gmail.com



## ACTIVITÉS ADULTES

L'adhésion AFR 2026 obligatoire  
1 cours d'essai gratuit

### CLUB DE MARCHÉ

MARDI TOUS LES 15 JOURS À 13H15  
Rendez-vous au parking de la Tour

### ANGLAIS "INTERMÉDIAIRE"

MERCREDI DE 18H30 À 19H30  
Salle de l'ADAC - 160€  
20 séances à partir de Janvier 2026  
Karine ROBINSON

### ANGLAIS "CONFIRMÉ"

JEUDI DE 9H À 10H OU DE 10H À 11H  
Salle de l'ancienne cure - 210€/an  
Inscription : 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 - 295€/an  
Inscription : Valérie ESSERTEL 06 70 38 89 90

### GYM DOUCE - ASSOUPLISSEMENT

MERCREDI DE 9H15 À 10H15  
Salle du judo - 215€/an  
Charlotte Soulier

### COURS DE PILATES *NOUVEAU*

MARDI DE 16H À 17H OU DE 17H15 À 18H15  
Salle de la Chorale - 315€/an  
Sandrine GOMEZ

### RENFO. MUSCULAIRE - STRETCHING - RELAXATION

MARDI DE 18H30 À 20H  
Salle de la serve - 380€/an  
Sandrine GOMEZ

### RENFO. MUSCULAIRE - CARDIO

MARDI DE 20H À 21H  
Salle de la serve - 265€/an  
Sandrine GOMEZ

## ACTIVITÉS ENFANTS

L'adhésion AFR 2026 obligatoire  
1 cours d'essai gratuit

### THÉÂTRE

CE2 AU CM2

GROUPE 1 : LUNDI DE 17H À 18H30  
GROUPE 2 : VENDREDI DE 17H À 18H30  
Salle de la serve - 200€/an  
Nathalie FOLLÉZOU

1H30

### BÉBÉ RÉCRÉ

PARENTS / ENFANTS DE 0 À 3 ANS

LUNDI OU VENDREDI DE 9H À 11H  
Salle de la serve  
20€ la carte de 10 séances/enfant  
Inscription : Morgane et Alexie 06 79 67 25 14

### COURS D'ANGLAIS

CE1/CE2 LUNDI DE 17H À 18H  
CM1/CM2 MARDI DE 17H À 18H  
Salle de l'ADAC - 150€  
20 séances à partir de Janvier 2026  
Karine ROBINSON

### AIDE AUX DEVOIRS

NIVEAU ÉLÉMENTAIRE  
JEUDI DE 16H45 À 17H45  
Salle de l'ADAC  
De 40€ à 60€ suivant quotient familial

### MOVING' DANCE

*NOUVEAU*  
7 À 11 ANS MERCREDI DE 10H15 À 11H15  
190€/an  
4 À 6 ANS MERCREDI DE 11H15 À 12H  
180€/an  
Salle du judo  
Charlotte SOULIER

## SERVICES AUX HABITANTS

Tous publics

### ESPACE NUMÉRIQUE

#### ACCOMPAGNEMENT NUMÉRIQUE

Prise en main, messageries, photos

Démarches administratives en ligne

Bureautique (Word, Excel, PowerPoint, Canva)

Rapport de stage, reliure, CV, courrier

Ordinateur en libre service, photocopies

Prise de RDV auprès de l'AFR

### FORMATION AUX GESTES QUI SAUVENT

En partenariat avec

les Sapeurs Pompiers de Chavanay

3 sessions dans l'année

A partir de 10 ans - Durée 2h

Inscription auprès de l'AFR

### RÉSEAU VOISINEURS

#### ROMPRE L'ISOLEMENT DES AINÉS

Retrouver du lien social

Partager un moment convivial

Nous contacter pour plus de renseignements



ESPACE NUMÉRIQUE