



Fonctionnement des activités socioculturelles SAISON 2022-2023

Afin que les cours puissent se dérouler dans les meilleures conditions et que la vie de l'association puisse évoluer positivement, une certaine discipline est indispensable tant pour les participants que pour les parents. Nous demandons également aux parents de respecter le règlement intérieur ci-dessous et de nous faire part éventuellement de toute remarque, critique ou désaccord avec le fonctionnement mis en place. Nous vous en remercions par avance.

1. CONDITIONS D'INSCRIPTION

- ✓ Etre adhérent à une association FAMILLES RURALES
- ✓ Avoir rempli une fiche d'inscription par famille ;
- ✓ Ne pas avoir d'arriérés de paiement de plus de deux mois au sein de l'association, toutes activités confondues.

ATTENTION ! Il n'existe pas de reconduction tacite d'inscription ! Nous avons constaté que des participants intègrent des cours, sans avoir effectué de démarche préalable. Cela nous pose des problèmes dans le suivi des effectifs et des dossiers.

Vous devez **impérativement** faire les démarches administratives **avant** de vous rendre au 1^{er} cours (même si vous avez déjà pratiqué l'activité la saison précédente). Les intervenants ne gèrent aucune inscription.

2. FONCTIONNEMENT DES ACTIVITES

Public	Consignes particulières	Cotisation annuelle ¹	Nb de séances	Durée des séances	Jour et lieu
NOUVEAU !!! YOGA DU RIRE					
adulte	<p>Le rire fait du bien au corps et au cerveau : il libère les hormones du bien-être, ça fait travailler les muscles du corps et puis ça fait baisser le rythme cardiaque.</p> <p>Le Yoga du rire se pratique sous forme de jeux qui vont nous permettre de déconnecter notre mental, lâcher prise, sans besoin de se parler... On va rire « volontairement », on va choisir de rire.</p> <p>Mais alors pourquoi « yoga » ? Eh bien parce que, comme dans le yoga, on fait des petits exercices (simples) d'étirements du corps et des exercices de respiration.</p> <p>En résumé, rire, c'est bon pour la santé, c'est accessible à tout le monde, pas besoin d'apprendre... Et puis, c'est communicatif ! DONC le Y☺, c'est comme une gym facile, en groupe, avec des exercices de rire, et ça fait du bien au corps et à l'esprit ☺</p>	70€	10	1h00	Mardi soir 20h00-21h00 à Etalans (salle de motricité de l'école)
NOUVEAU !!! ZUMBA ADOS					
ado	<p>La Zumba est un programme d'entraînement physique complet, alliant tous les éléments de la remise en forme : cardio et préparation musculaire, équilibre et flexibilité. Les chorégraphies s'inspirent principalement des danses latines.</p>	180€	31	1h00	Créneau non défini à ce jour. Plus d'info à la rentrée.
RELANCE DE LA POTERIE !!! Avec Bernadette !					
Adulte	Découverte et pratique de cette activité manuelle, accessible quel que soit votre niveau de pratique.	160€	28	1h30	Mardi soir 20h00-21h30 à Charbonnières (ancienne école)
NOUVEAU !!! MEDITATION					
adulte	Plus d'informations à la rentrée.	A définir	A définir	A définir	A définir
NOUVEAU !!! ATELIERS CREATIFS COUTURE A THEME					
Ado / Adulte	L'idée est de proposer tout au long de l'année des cycles courts sur des thématiques précises. Si intéressé(e), vous aurez l'occasion à la permanence de rentrée de préciser vos attentes.	Selon la durée du cycle	Ateliers de 2 à 3 séances	3h	Les samedis matins ou en soirées

¹ Chaque année, les inscriptions arrivent de plus en plus tardivement et posent de nombreux problèmes d'organisation et de gestion. Il a donc été décidé que chaque activité sera désormais majorée de 10 € pour toute inscription effectuée après le 10 septembre.

ARTS PLASTIQUES					
Enfant (à partir de 6 ans) et adulte	Equipement nécessaire : un tablier, chemise ou tee-shirt long, afin de protéger les vêtements, un chiffon.	185 €	30	1h30	Vendredi soir, à Etalans (Caf' des Talents)
COUTURE					
Adulte	Activité collective, qui a pour objectif de faire découvrir aux participants le plaisir de ce loisir et d'être réunis autour d'un café. Séances encadrées par une intervenante professionnelle.	230 €	30	2h00	Lundi AM, à Etalans (salle de convivialité)
DANSE MODERNE					
Enfant (à partir de 4 ans)	Tenue sportive adaptée. Les cheveux doivent impérativement être attachés.	135 € à 170€	31	40min 55min	Mercredi AM, à Etalans (Espace Douge, 1 ^{er} étage)
EVEIL SPORTIF					
Enfant (entre 3 et 8 ans)	Tenue sportive adaptée. Chaussons de gymnastique ou baskets réservés uniquement à cet usage. Petite bouteille d'eau ou gourde, pour habituer l'enfant à se désaltérer au cours d'une activité sportive	120 €	32	40min	Mercredi fin après-midi, à Etalans (salle de motricité du groupe scolaire)
ACTIVITES FORME « MIX »					
Ado et Adulte	Fournir un tapis de sol. 1 séance de renforcement musculaire 1 séance découverte par cycle (zumba, step, aerobic, ...) 1 séance de stretching ou pilates	150 €	31	60min 45min 30min	Jeudi soir, à Etalans (Espace Douge, 1 ^{er} étage)
MARCHE SPORTIVE					
Adulte	Renouer avec l'activité physique n'est jamais évident : manque de souffle, perte de souplesse, crainte de la blessure... Ces angoisses n'ont pas cours dans la marche sportive, car cette activité a la particularité de ménager votre corps.	10€	Illimitée, selon la motivation du groupe !	2h00 environ	Lundi soir, un départ à 18h00, un départ à 20h00 Mercredi matin un départ à 9h00.
GUITARE / PIANO					
Enfant (à partir de 8 ans) et adulte	Cours individuels. Une certaine discipline et un travail sérieux est indispensable tant pour les élèves que pour les parents. En cas d'annulation d'un cours par le professeur, le cours sera rattrapé ultérieurement. Mais en cas d'annulation d'un cours par l'élève, le cours ne sera pas rattrapé. Pour la guitare, les élèves âgés entre 8 et 10 ans, les cours sont collectifs (2 à 3 élèves). Pour les élèves âgés de plus de 10 ans, les cours sont individuels	420 €	30	25min	Mercredi AM (piano) et vendredi AM (guitare), à Etalans (Espace Douge, salle de musique)

SCRABBLE DUPLICATE					
Adulte	Le Scrabble Duplicate est une variante du Scrabble qui permet de mettre tous les joueurs sur un pied d'égalité. Chaque joueur possède les mêmes lettres. Chaque tour dure un temps délimité pendant lequel le joueur doit essayer de trouver le meilleur mot (celui comptant le plus de points).	10€	32 séances	Entre 2h30 et 3h00	Mardi après-midi, à Etalans (Caf' des Talents)
YOGA ENFANTS ET ADOS					
Enfant (dès 5ans)	Aujourd'hui, nos enfants sont confrontés à des sollicitations de toutes parts. Le yoga pour enfants et adolescents a pour objectif de permettre à l'enfant de retrouver un rythme plus « naturel ». La pratique va lui permettre de connaître toutes les possibilités de son corps, de s'entraîner à la pratique de l'attention, de prendre conscience de sa respiration, de gérer ses émotions, d'être plus à l'écoute des autres et de la nature, de se relaxer voire de méditer...	80€ le cycle	12 séances de sept. à déc.	1h00	Lundi soir, à Etalans (salle de motricité du groupe scolaire)
YOGA					
Adulte	Les séances se composent d'exercices de respiration et de concentration, ainsi que de postures. Le yoga permet d'apprendre à mieux se connaître et donc d'accéder à une meilleure maîtrise de son corps et de ses émotions. C'est une expérience à vivre qui implique les diverses composantes de notre être, chacun se l'approprie à sa manière.	260€	28	1h15	Mardi soir, 20h00-21h15, à Etalans (salle de motricité du groupe scolaire)

IMPORTANT ! Les 4 premières séances de l'année sont des séances de découverte. Elles sont payables à l'inscription (forfait incluant les séances et le traitement du dossier) et seront encaissées quel que soit le nombre de séances réalisées. Si vous êtes incertain(e) de pouvoir suivre ces séances découverte (pour raisons professionnelles ou familiales), nous vous conseillons de ne pas vous inscrire tant que l'incertitude n'est pas levée.

Passé ce délai, l'association s'engage auprès de chaque intervenant sur un volume horaire annuel qui ne sera plus modifié. C'est pour cette raison que toute inscription est ensuite définitive pour l'année scolaire entière. En cas de désistement d'un participant en cours d'année, aucun remboursement ne sera effectué (excepté sur raison médicale, sur présentation d'un justificatif)

L'intervenant est responsable de ses élèves uniquement pendant la durée des cours.

ATTENTION ! En cas d'annulation d'un cours, nous ne pouvons pas nous engager à prévenir tous les participants. Dans la mesure du possible (selon les disponibilités des membres de l'association sur l'instant), nous envoyons un courriel aux familles l'ayant transmis en début de saison.

👉 **Il est primordial que chaque parent s'assure de la présence de l'intervenant avant de laisser son enfant.**

Si certains cours sont complets, les critères de sélection des participants sont les suivants :

1. Inscriptions enregistrées au soir des permanences d'inscription
2. Priorité aux habitants des communes de L'Hôpital du Grosbois, Etalans et Fallerans²
3. Pour les habitants extérieurs, priorité aux adhérents de Familles Rurales Association La CLEF Verte ;
4. Ordre d'arrivée des inscriptions

3. MODALITES DE PAIEMENT

Le jour de l'inscription, un règlement de 35 € par activité (correspondant aux 4 premières séances découverte) est effectué³, ainsi que le règlement de 20 € pour l'adhésion Familles Rurales 2023⁴.

Puis, pour le solde de la cotisation, deux possibilités de paiement :

1. la totalité du solde, réglée en une seule fois, et transmise à l'inscription. Le solde sera encaissé dès la 5^{ème} séance.
2. si la somme est trop importante, possibilité de régler la totalité du solde, en plusieurs fois. Une autorisation de prélèvement bancaire automatique doit alors être remplie et un relevé d'identité bancaire doit être transmis.

Afin d'éviter les manipulations inutiles, l'intervenant ne prendra **aucun** règlement. Ils pourront être acceptés en chèques bancaires, chèques vacances ou espèces. Pour tout règlement en espèce ou chèques vacances, un reçu est obligatoirement émis. En cas de litige, ce reçu reste votre seul justificatif de paiement.

4. SURVEILLANCE MEDICALE :

Le certificat médical ne se justifie que s'il a une raison médicale. Réduire le nombre de certificats médicaux, c'est laisser du temps au médecin pour soigner ses patients.

C'est pour ces raisons que ce document n'est plus exigé. Par ailleurs, il est nécessaire de renseigner le professeur sur l'état de santé général de l'enfant (problèmes liés à la croissance, asthme, . . .).

Le professeur dispose d'un droit d'appréciation en ce qui concerne l'admission ou le renvoi d'un enfant présentant des symptômes de maladie, d'un état sanitaire inquiétant ou d'un non-respect de la tenue réglementaire.

5. ASSURANCES :

Nous rappelons aux parents, comme pour les activités scolaires, qu'il est important d'être assuré en responsabilité civile et individuel accident pour les activités extrascolaires. La responsabilité protège votre enfant sur les dommages qu'il pourrait causer à autrui et l'individuel accident protège votre enfant s'il est victime d'un accident sans qu'une responsabilité ne soit engagée.

² Pour les activités piano et guitare, la priorité est donnée aux élèves de la saison précédente.

³ Exception pour les activités suivantes :

- Piano et guitare : 70€ pour les 4 séances d'essai
- couture, éveil musical et poterie : l'intégralité de la cotisation est à régler à l'inscription. Le règlement n'est encaissé qu'après 4 séances, si le participant continue.

⁴ Règlement encaissé en janvier 2023.