

FAMILLES RURALES C'EST QUOI ?

Nous avons la volonté de

Répondre aux besoins des habitants, animer la vie locale
Promouvoir les droits de la famille
Susciter de nouvelles initiatives

**Vos suggestions, vos envies, votre savoir-faire, votre enthousiasme
sont une chance pour tous.**

Nos valeurs

Accueil, écoute, rencontres, échanges
Ouverture vers l'extérieur, respect des différences
Intergénération
Solidarité, participation, initiatives, autonomie
Proximité, convivialité

Venez partager ces valeurs avec nous !

Adhésion
32€

par famille pour l'année

L'adhésion à LA FEDERATION NATIONALE familles rurales est obligatoire.

Réductions chez les commerçants

de Pouilly sous Charlieu

Bénéficiez de toutes les activités et services proposés
par le réseau des Associations Familles Rurales
partout en France.

Le montant de votre adhésion permet
une réduction d'impôt égale à 66%.

Nous contacter

Afr - 7 rue du 19 Mars 1962 - 42720 - Pouilly-sous-Charlieu

04 77 60 94 34 - afr42720@gmail.com

www.famillesrurales.org/pouilly-sous-charlieu



Nos partenaires



IPNS - Ne Pas Jeter Sur La Voie Publique

ASSOCIATION FAMILLES RURALES

2026-2027



POUILLY - SOUS - CHARLIEU

Horaires d'ouverture du Relais Familles
Du lundi au vendredi
9h à 12h - de 14h à 17h



ASSOCIATION
DE POUILLY-
SOUS-CHARLIEU

Vie sociale

Les espaces de vie sociale sont des lieux de proximité qui contribuent à l'enrichissement de la vie locale et au développement des actions collectives.

Un espace de vie sociale pour :

Accompagner les initiatives des habitants : sorties culturelles, activités sportives, séjours collectifs, etc...



Renforcer les liens et les solidarités entre les habitants et les générations : organisation d'événements fédérateurs, échanges de savoirs, ateliers, etc...

Soutenir la fonction parentale : ateliers parents/enfants, loisirs en familles, débats sur le thème de la parentalité, etc...

Être à l'écoute des habitants, développer des projets

Proposer une offre de service utile à la population : accompagnement à la scolarité, accueil enfants et jeunes, accès aux multimédias etc...

Date à retenir: Assemblée Générale le 30/04/2027

L'AFR vous propose :

Accompagnement
à la scolarité

Ateliers
parent/enfant

Point
Médiation
Numérique

Projets
mis en place
par et pour la
population

Nous sommes là pour vous accompagner, répondre à vos attentes et mettre en place des ateliers, des actions, des sorties.

Venez nous rencontrer et faites-nous part de vos idées !

QUI SOMMES-NOUS?

Membres bureau



Marie-Christine
DEFOUGERE



Gilles DUPIN
co-présidents



Danièle
MANIGAUD
trésorière



Vincent BECOUZE
secrétaire

Membres du conseil d'administration



Michèle
COMBES



Christiane
DEVILLE



Agnès
SALIN



Olga
DREVAL



Marie-Claude
CHASSIN



Annie
JONDET



Brigitte
LONGERON



Bogdan
BILOUS

Salariés de l'Association

Accueil

Laetitia PAVESI

Coordinatrice

Gisèle MUSTAPHA

Professeurs activités

Fabienne LAINE
Sandrine CARON
David PHILIPPE

Accueil de loisirs

Aude TRAMBOUZE
Sylvie LORIGNE
Mathilde AUBRET
Mélina BARLERIN

Agent d'entretien

Marina FRAVALO

Vacataire

J. Pierre QUEY



Relais Familiales

Nos services

A lire sur place

Espace documentation
Journaux locaux: Pays Roannais, Le Progrès...

Service photocopies

France Services

facilement aux services publics :



Accueil
information
et orientation

Accompagnement
dans vos démarches
administratives

Mise à disposition
d'outils informatiques
et aide à l'utilisation
des services numériques

Contacts :

Tél : 07.55.67.24.77 ou 06.29.15.87.47
Mail : france-services@charlieubelmont.com

Horaires permanences A l'AFR de Pouilly sous Charlieu

Lundi : 13 h 30 à 16 h 30
Mercredi et vendredi : 9 h à 12 h

Horaires permanences A la mairie de Belmont la Loire

Mercredi : 8 h 45 à 11 h 45



France
services



Charlieu-Belmont

COMMUNAUTÉ

Plaines de Nevers et Loire d'aval

Horaires permanences A la maison des services à Charlieu

Mardi & jeudi : 9 h 00 à 12 h 00
et 13 h 30 à 16 h 30
Vendredi : 13 h 30 à 16 h 30

PROCHE DE VOUS, PROCHE DE CHEZ VOUS



Partage de savoirs

Reprise la semaine du 7 septembre

Dictée

1er lundi de chaque mois
14h30-16h
Animé par le groupe

Participation
1€ par atelier

A la salle du relais

Balade partagée

2ème et 4ème mardi
de chaque mois
Départ 9h30 de l'AFR
En partenariat avec les Tamaris

Jeux mémoire

1er jeudi de chaque mois
15h-16h
Soutenir le développement de
la mémoire: un jeu d'enfant !
Animé par Agnès et Dominique

Club Aînés

1 jeudi sur 2
A partir du 3 septembre
14h-17h
Jeux...scrabble et belote

Echecs

Les mercredis matin
de 10h à 11h30
Enfants et adultes
(hors vac.scolaires)
Animé par Bogdan

Atelier Répar' toi-même

2ème vendredi de chaque mois
17h-19h
Animé par Bogdan
11/09: Répar'vélo

09/10: Electro-ménager
Apporter un objet en panne.
Ensemble, nous examinerons s'il
peut être réparé ou s'il vaut mieux
s'en séparer.

Auto-hypnose

1 x mois par mois
De novembre 2026 à mars 2027
Animé par Martine

Partage de savoirs

Point Médiation Numérique

Nos services

Reprise la semaine du 7 septembre
hors vacances scolaires

Participation
1€ par atelier

A la salle du relais



Couture

Mercredi 16h à 18h
Animé par Annie
et Gisèle
Apporter sa machine
et son matériel

Détente

Mercredi 14h30 à 16h
Programme à thème à définir
ensemble

Peinture

Vendredi en quinzaine
suivant planning
14h30 à 16h30
Animé par Christine
Apporter son matériel

Informatique

Lundi en quinzaine
suivant planning
10h à 11h30
Animé par Bernard
Apporter son matériel

Méditation

A l'accueil de loisirs

Animé par Charlotte
Lundi 18h30 à 19h30

La méditation Zen pour lâcher prise et se mettre à l'écoute.
Des effets positifs ont été mis en évidence par la science dans le
traitement de l'anxiété, des troubles du sommeil, de la nervosité...

VOUS TROUVEZ DANS NOS PERMANENCES

Un accès libre à l'équipement.

Un accompagnement individuel pour vos
démarches :

Première prise en main de l'ordinateur

Utilisation de sa boîte mail

Aide aux démarches administratives

Aide aux jeunes: CV, recherche job d'été...

Des ateliers thématiques et collectifs **"Je ne comprends rien
à l'informatique"**

Un bénévole vous accompagne
individuellement sur rdv
1€ la séance

"Au secours, les démarches administratives !"

Espace France Services GRATUIT
Cécile et Sandra
vous aident dans votre dossier
Impôts, MSA, Préfecture, retraite et +

"Apprendre à plusieurs c'est plus sympa!"

Cours d'informatique
les lundis en quinzaine
1€ l'atelier

"Je n'ai pas d'ordinateur !"

MATÉRIEL À DISPOSITION

Au relais, dans une salle dédiée, sont mis à disposition :

Un accès internet haut débit gratuit

Trois ordinateurs

Une imprimante

Un scanner



ENFANTS

Accueil de loisirs
3 à 15 ans

JEUNES

Adresse: 52 Rue des écoles
(derrière la mairie)

Mercredis de 7h30 à 18h
et Vacances scolaires

Toussaint, Noël les 21-22-23-24/12
Hiver, Printemps, Été
de 7h30 à 18h30 (Possibilité repas)
Journée ou demi-journée

Fermeture : 2 premières semaines d'août



Aides Mairie de Pouilly-sous-Charlieu
pour les familles de la commune
2,50€ à 4,00€ par jour suivant le quotient.

Repas à 4,80€ + goûter
(pour les enfants venant l'après-midi
ou en journée sans repas)

Les CHEQUES VACANCES, AIDES COMITE
D'ENTREPRISE et CESUS sont acceptés.



Quotient familial	Tarif à l'heure	Tarif à l'heure hors Com-Com
Jusqu'à 450€	0,70€/h	0,70€/h
De 451€ à 900€	0,75€/h	0,75€/h
De 901€ à 1100	1,10€/h	1,34€/h
De 1101 à 1300	1,30€/h	1,42€/h
De 1301 à 1500	1,40€/h	1,50€/h
1501 et +	1,50€/h	1,60€/h

Jardin partagé

Réunion le 1er septembre 2026
à 18h30 Salle du Relais

Nouveauté

Nouveau projet à construire ensemble!

Faire de ce jardin un lieu participatif ouvert à tous
Créer du lien social en proposant des rencontres
intergénérationnelles

Passer des moments agréables

Planter

Arroser

Apporter son savoir-faire

Désherber

Cueillir



Jardiner ensemble

Récolter ensemble

Partager

Apprendre le
jardinage

Inauguration
30 avril 2027
Troc plantes
17h à 18h

Vous êtes intéressé(e)s, venez nous rencontrer,
échanger en toute convivialité

ACTIVITES ADULTES

Reprise la semaine du 7 septembre

1 séance d'essai gratuite

A la salle Place du marché
pour toutes ces activités



Animé par D. PHILIPPE.

Lundi 18h30 - 19h45
Mardi 18h30 - 19h45

Yoga Yin

Réputé pour favoriser la relaxation, la flexibilité et la santé de l'organisme. Le Yoga Yin s'adresse autant aux débutants qu'aux expérimentés.

Jeudi 18h30 - 20h

Yoga Ashtanga

Pratique dynamique et relativement physique qui porte une attention au développement de la force et de l'endurance.

Mercredi 18h30 - 19h45

Yoga traditionnel

Basé sur une pratique approfondie des postures et du pranayama [la respiration yoguïque].

Animé par F.LAINE

Mardi : 10h - 11h15

TARIF Année 38 séances - 215€

Forfait 25 séances - 183€

Possibilité 3 chèques

GI GONG



Le Qi Gong est une pratique de mouvements lents, de postures ou de marches qui permet de se détendre, d'assouplir son corps et d'apaiser son esprit.

Ateliers en famille

Participation gratuite
sur inscription

Ouvert à tous

Ateliers cuisine

Samedis de 10h à 11h
19/09, 17/10, 28/11, 19/12/26

Avec Mathilde Rory



Au relais

Musique

Samedis de 10h à 11h
19/09, 17/10, 28/11, 19/12/26

Avec Marie Arnaud



Salle Place du marché

Danse

Samedis 10h30 à 11h30
12/09, 10/10, 7/11, 5/12/26

Dès 4 ans

Avec Sophie Katchadourian

Salle Place du marché

Détente Méthode 3C

Vendredis de 17h30 à 18h30
25/09, 16/10, 27/11, 18/12/26

Dès 4 ans

Avec Laetitia Pavesi

Salle Place du marché

Les grands-parents sont aussi les bienvenus.

Parentalité

Temps de jeux

Venez partager ce moment de jeux avec vos enfants mais aussi faire des rencontres et découvrir de nouveaux jeux.
Participation gratuite

Vendredi à partir de 17h

23/10, 4/12/2026
19/02, 16/04, 11/06/2027

A l'accueil de loisirs

Nous participons
au Salon de la
parentalité

7 novembre 2026
salle Carillon à St Nizier

Rejoignez-nous !

Accompagnement à la scolarité

Pour les enfants d'âge primaire
orientés par les enseignants

C'est un ensemble d'actions visant à offrir aux cotés de l'école l'appui et les ressources dont les enfants ont besoin pour réussir. L'accompagnement à la scolarité s'adresse aussi aux parents de façon à leur assurer le suivi de la scolarité de leurs enfants.

Les actions d'accompagnement ont lieu en dehors des temps de l'école et sont centrées sur l'aide aux élèves et à leurs parents pour optimiser la réussite scolaire.



PILATES

Animé par S.CARON

Vendredi: 19h - 20h



TARIF année : 35 séances - 214€
Forfait 25 séances - 183€
Possibilité 3 chèques

La Méthode Pilates vise à renforcer les chaînes profondes du corps.

ASSOUPPLISSEMENT DES FASCIAS

Animé par S.CARON

Vendredi: 17h45 - 18h45

Forfait 70€ les 10 séances ou 10€ la séance

Dates: 18/9 - 09/10 - 13/11 - 11/12 - 8/01 - 5/02 - 12/03 - 23/04 - 14/05 - 11/06

L'assouplissements des fascias, c'est redonner au corps sa fluidité naturelle et favoriser un mieux-être durable tant sur le plan physique que mental.



SPORT SANTÉ

Jeudi: 10h - 11h

Animé par J-P QUEY, diplômé sport santé



Possibilité de prise en charge par votre mutuelle ou autres organismes sur demande



TARIF année : 34 séances - 213€
Possibilité 3 chèques

Activités physiques adaptées à vos envies et vos capacités pour toute personne sédentaire et/ou atteinte ou non d'une pathologie chronique.

METHODE 3 C

Animé par L. PAVESI

Lundi: 10h30 - 11h30



TARIF année : 31 séances - 213€
Possibilité 3 chèques



La Méthode 3C (Concentration Calme Contrôle) est une pratique de bien-être qui vise au relâchement corporel et mental et permet d'entretenir mémoire et équilibre tout en cultivant le positif dans sa vie.

REMISE Pour les activités adultes

10% pour la 2ème activité, 20% pour la 3ème, 30% pour la 4ème

Toutes ces activités auront lieu en fonction du nombre de participants.

Esprit d'ouverture



Ateliers gratuits

CAUSERIES

À la bibliothèque

Avec Christian Chavassieux, auteur local
Thèmes et dates à venir

ATELIERS ALIMENTATION

À la Salle Place du marché

2 dates à venir
Avec Mathilde RORY

ATELIERS DECOUVERTE PLANTES SAUVAGES

À la Salle du Relais

Ouvert à tous, enfants adultes
Le samedi 3/10/2026 de 9h30 à 11h30
Le samedi 13/03/2027 de 9h30 à 11h30
Balade suivie d'un temps de cuisine et dégustation
Avec Charlotte LIMONNE



PERTURBATEURS ENDOCRINIENS

À la Salle du Relais

Le mercredi 07/10/2026 de 14h30 à 16h30
Mieux comprendre les enjeux liés aux perturbateurs
Identifier les principales sources d'exposition
Apprendre à repérer les produits concernés
Découvrir des gestes simples pour limiter leur exposition
Avec la CPAM



Manifestations

2026

Forum des associations

6 septembre 2025
9h-12h
Sur le marché

Marche Octobre rose

octobre 2026

Salon de la parentalité

7 novembre 2026
10h à 18h
A Carillon St Nizier s-C

Les Fêries

spectacle "Un mec cool"
de Guillaume Sentou
en 1ère partie
La famille Merdum du stage clown
19 novembre 2026
en soirée
A la salle des fêtes

Soirée Jeux

20 novembre 2026
16h30 à 21h
A la salle des fêtes



Téléthon

décembre 2026

2027

Vide grenier

4 octobre 2026
et le 2 mai 2027



Chasse à l'oeuf

27 mars 2027



Inauguration du jardin partagé

30 avril 2027



Les Férus

Juillet 2027
Place de l'Europe