

ASSOCIATION  
DE POUILLY-  
SOUS-CHARLIEU

# Sommaire



## Adultes

Pages 2 à 7

- Activités adultes
- Partage de savoir



## Jeunesse

Pages 8 à 10

- Activités enfants
- Accueil de Loisirs



## Vie Sociale

Pages 9 à 15

- Point médiation numérique
- Accompagnement à la scolarité
- Manifestations
- Espace France Services



Toutes ces activités auront lieu en fonction du nombre de participants



Pour toutes ces activités, il vous sera demandé soit un certificat médical soit une attestation sur l'honneur

Nous nous réservons le droit de modifier ou d'annuler les activités et manifestations, selon les conditions sanitaires ou autres qui pourraient s'imposer au cours de la saison.

# Nos Services

## Espace France Services



Sandra ✨

sandraafr42720@gmail.com  
07 55 67 24 77

Sandra et Cécile, nos deux accueillantes France Services sont à votre écoute pour vous aider dans vos démarches. Elles assurent du Lundi au Vendredi des permanences tenues à Pouilly-sous-Charlieu au 7 rue du 19 Mars 1962 et à Charlieu au 9 Boulevard Général Leclerc.

## Pour quels Services ?

Démarches administratives liées à la situation fiscale, la santé, la famille, la retraite ou l'emploi... Les espaces « France Services » permettent aux usagers d'accéder à un bouquet de services du quotidien. Dans chaque « France Services », il est possible de solliciter les services de **l'État ou de partenaires de l'État** :

- La Caisse des Allocations Familiales
- Le Conseil départemental
- La Caisse Primaire d'Assurance Maladie : CPAM
- Mission Locale
- Pôle Emploi
- Mutuelle Sociale Agricole: MSA
- Banque de France
- Finances Publiques
- Préfecture
- L'Assurance Retraite
- Le Ministère de la Justice
- CDAD



Cécile

Cecile.franceservices42@gmail.com

06 29 15 87 47



# 2022

## Manifestations



Participation aux fêtes Charlieu

Vide Grenier

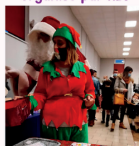


3 Octobre



Novembre

Participation au marché de Noël  
organisé par 'KEV'



Novembre

Veillée Jeux



18 Novembre

# 2023

Olympiade de Printemps



18 Mars

Représentations Théâtrales



Début Avril

Vide Grenier



7 Mai

Assemblée Générale



26 Mai

Gala de Danse



23-24 Juin

13

# Adultes



2

# Yoga



Description  
Horaires

## 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.

**Lundi : 18h30 - 19h45**  
**Mardi : 18h30 - 19h45**

## Yoga Ashtanga

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

**Jeudi : 18h30- 19h45**

## Yoga Traditionnel

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

**Mercredi : 18h30- 19h45**

À la Salle du Sornin animé par D. PHILIPPE.

Reprise à partir du lundi  
5 septembre

**TARIF 42 séances : 225€**

Pour septembre 21€ puis  
3 chèques de 68€

# Qi Gong



Reprise le 6 septembre

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.

**Horaires: Mardi : 10h - 11h15**

**TARIF: 39 séances - 205€**

Pour septembre 22 € puis  
3 chèques de 61€

À la Salle de l'accueil de loisirs animé par F.LAINE.



## Point Médiation Numérique

### CE QUE VOUS TROUVEZ DANS NOS PERMANENCES

- Un accès libre à l'équipement.
- Un accompagnement individuel pour vos démarches :
  - Première prise en main de l'ordinateur
  - Se servir de sa boîte mail
  - Aide aux démarches administratives en ligne ( CAF, pôle emploi, déclaration d'impôt, etc...)
  - Aide aux jeunes (CV, recherche job d'été...).
- Des ateliers collectifs sur demande spécifique pourront être programmés.

### MATÉRIEL À DISPOSITION

Une salle dédiée aux permanences avec à l'intérieur :  
 ▷ Un accès internet Haut débit gratuit  
 ▷ Trois ordinateurs  
 ▷ Une imprimante  
 ▷ Un scanner



## Accompagnement à la Scolarité

C'est un ensemble d'actions visant à offrir aux côtés 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 à la scolarité ont lieu en dehors des temps de l'école, sont centrées sur l'aide aux élèves et à leurs parents pour optimiser la réussite scolaire.





# Vie Sociale

## Vie Sociale

Les espaces de vie sociale sont des lieux de proximité qui contribuent à l'enrichissement de la vie locale et 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'évènements fédérateur, 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, développement de projets, Exemple : création d'un jardin partagé.
- Proposer une offre de service utile à la population : accompagnement à la scolarité, accueil enfants et jeunes, accès aux multi média etc...

### L'AFR vous propose :

Accompagnement  
à la scolarité

Cours de Français  
pour les familles  
Ukrainiennes

Le Point  
Médiation  
Numérique

Des projets mis  
en place par et  
pour la  
population

N'hésitez pas à nous faire part de vos propositions !

11

## Théâtre



Les Cabotins du Sornin et  
leur metteur en scène Sylvie Lorigné,  
ont le plaisir de vous annoncer leurs prochaines  
représentations en avril 2023

La troupe adultes est au complet  
pour la saison 22-23

## Peinture

**Horaires : Jeudi : 18h- 20h**

**TARIF 37 séances : 257€**  
Pour septembre 29 € puis  
3 chèques de 76€

**Reprise le 8 septembre**

Développer son potentiel créatif avec un  
accompagnement à l'initiation d'une  
technique de son choix : Crayons, Fusain,  
Pastel, Aquarelle, Acrylique, Huile...  
A PARTIR DE 15 ANS

À la Salle du Relais animé par F.ROBIN

## Pilates

**Reprise le 9 Septembre**

Le Pilates est une méthode qui vise à  
renforcer les chaînes profondes du  
corps.

**Horaires Vendredi : 19h - 20h**

**TARIF 34 séances : 190€**  
Pour septembre 22€ puis  
3 chèques de 56€

À la Salle de l'Accueil de Loisirs animé par S.CARON

4

Nouveau

# Jetez l'Encre

Atelier d'Ecriture

Horaires:

En Septembre le mardi 13/9 de 19h -20h 30  
le vendredi 16/9 de 18h30 - 20h

Puis calendrier de l'année à fixer avec  
l'ensemble du groupe

**TARIF 9 séances : 74€**

Oser, laisser courir sa plume...  
Se faire plaisir, prendre un temps pour soi  
et partager...  
Laisser libre cours à son imaginaire, sa  
créativité...  
Tenté(e) par l'aventure?  
Venez jeter l'encre le temps d'une  
parenthèse

À la Salle du Relais animé par Laurence Faisandier

# Couleurs d'Automne dans vos assiettes

Cuisine et Partage

Nouveau

Horaires: 18h30-20h30

les mardis

4 octobre (couleur d'automne) - 6 décembre  
(atelier foie gras) - 7 février -4 avril - 6 juin

Inscription à chaque atelier 10 personnes maximum

16€ la séance

**TARIF** Ingrédients fournis.

Foie gras non fourni  
pour l'atelier de décembre

Suivez Solène, en mettant " la main à la  
pâte" pour découvrir ses secrets  
culinaires et ses conseils diététiques,  
anti gaspi...puis dégustez ensemble vos  
préparations.

À la Salle du Relais animé par Solène Geoffroy

# Accueil de Loisirs

3 à 15 ANS

Les mercredis de 7h30 à 18h

Les vacances scolaires : Toussaint, Noël, Hiver,  
Printemps, Eté

de 7h30 à 18h30 (Possibilité repas)

Journée ou Demi- journée

Fermeture : 2 premières semaines d'août et  
1 semaine à Noël.

Quotient	Tarif à l'heure	Tarif à l'heure hors Com-Com
Jusqu'à 401€	0,70€/h	0,80€/h
De 401€ à 700€	0,91€/h	1,03
De 701€ à 900€	0,93€/h	1,08€/h
Supérieur à 901€	1,08€/h	1,18€/h

Repas+goûter à 4,24€ et goûter à 0,20€ (pour les  
enfants

venant l'après-midi ou en journée sans repas)

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



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

# Moderne Jazz

JAZZ

Reprise le 6 septembre

- Pour les 4-6 ans, Maternelle ( Gala en fin d'année).

TARIF	35 Séances
	150€

Pour septembre 18€  
puis 3 chèques de 44€

**Horaires:** Mardi : 16h45 - 17h30

À la Salle de l'Accueil de Loisirs par le professeur C.CARRENO

## Théâtre

Reprise le 6 septembre

Atelier d'expressions - Préparation d'un spectacle de fin d'année.

- Pour les 6-14 ans :

TARIF	33 Séances
	175€

Pour septembre 22€  
et 3 chèques de 51€

**Horaires:** Mardi: 18h - 19h30.

À la Salle des Fêtes par le professeur S.LORIGNE

## Zumba

Reprise le 6 septembre

- Pour les 6-12 ans : (Gala en fin d'année)

TARIFS	35 Séances
	150€

Pour septembre e 18€  
puis 3 chèques de 44€

**Horaires:** Mardi : 17h30 - 18h15

À la Salle de l'Accueil de Loisirs par le professeur C.CARRENO



9

# Nouveau Sport-Santé

REPRISE le 8 septembre

Activités physiques adaptées à vos envies et vos capacités pour toutes les personnes éloignées de la pratique sportive, sédentaires (à partir de 60 ans) et atteintes ou non d'une pathologie chronique.

**Horaires:**  
Jeudi 10h-11h

**TARIF 34 séances : 200€**  
Pour septembre 23€ puis  
3 chèques de 59€


À la Salle de l'accueil de loisirs animé par Jean-Pierre Quey

# Nouveau Dictée

**Horaires:**  
14h30-16h30

1° Lundi de chaque mois

1° dictée le 5 septembre

Venez vous amuser et retrouver votre âme d'écolier avec  la dictet, la dicté, la dictée..... et partager un goûter commun.

**TARIF**  
Participation de 1€ à chaque atelier

À la Salle du Relais lancé par Denise puis animé par le groupe .

6

# Partage de savoir

À la Salle du Relais

Participation de 1€  
à chaque atelier

Couture :



Reprise le 7 septembre  
apporter sa machine et son matériel



Mercredi : 17h - 19h

animé par Annie et Gisèle

Loisirs Créatifs :



Reprise le 7 septembre

Mercredi : 14h - 17h

Pastel / Aquarelle :



Reprise le 9 septembre

Vendredi : 14h30 - 16h30

animé par Christine.



Informatique

Reprise le 9 septembre

Vendredi en quinzaine

10h - 11h30

animé par Bernard

## Ateliers découvertes

au fil de l'année



Atelier Danse  
contemporaine et  
ou latine

Avec **Rosa Mario**  
Danseuse et chorégraphe  
professionnelle

Atelier créatif

Un atelier artistique,  
Exemple : Scrapbooking,  
décoration sur céramique  
avec **Françoise**.

Atelier plantes aromatiques

Un atelier bien être  
autour de plantes  
aromatiques avec  
**Sylvie**.

llll

DANSE MODERNE JAZZ

ZUMBA



THÉÂTRE

llll

ACCUEIL DE LOISIRS