

2019 – 2020



Activités enfants, adultes & familles

Adhésion

Une carte d'adhérent par famille ouvre droit à toutes les activités proposées par l'ensemble des associations Familles Rurales. Pensez à prendre votre carte pour bénéficier de nos animations. Adhérer c'est manifester votre soutien aux activités que nous organisons localement, au service des familles.

C'est une façon de vous engager auprès d'une association qui milite pour la promotion des personnes, des familles et de leur milieu de vie dans un esprit d'ouverture à tous.

Prix de la Carte 2019-2020 : 26 €

**Avec la carte d'adhérent, remises chez des commerçants partenaires
et places de cinéma à 7 € sur commande.**

PLUS DE RENSEIGNEMENTS : Vanessa Le Templier : 06 45 14 05 33

Mail : Famillesrurales.Arviu@gmail.com

Ateliers expression artistique

Ateliers artistiques adaptés et variés en fonction de l'âge. À partir d'une création jouée ou d'une matière proposée, **éveiller ses sens pour s'exprimer, improviser et créer !** À travers le corps (expression corporelle), la voix (expression vocale), la musique et le son, le conte (pour les enfants) et les couleurs (peinture, visuel scénique...).

F
A
M
I
L
L
E
S

Tranches d'âge (modifiables selon le nombre et les écarts d'âge)

De 0 à 3 ans, parents-enfants en couple. 1 heure, 15 € le couple

De 4 à 6 ans 1 heure 15, 11 €

De 7 à 11 ans 1 heure 15, 11 €

De 12 à 18 ans 1 heure, 10 €

Dès 18 ans 2h30 à 3 heures 30 €

Un mercredi par mois – Salle à déterminer

Proposé par Elodie Saleil, Artiste Chanteuse professionnelle depuis plus de 10 ans. Titulaire d'une maîtrise Sciences de la vie et de la santé mention Sciences du sport et du mouvement humain. La danse fait partie intégrante de son cursus. Formation en Art-Thérapie spécialisée chez l'enfant, l'adolescent et le public sensible. **Inscription auprès d'Elodie au 06 85 07 47 37**

Horaires et lancement de l'activité à voir en fonction du nombre d'inscription.

Journée d'essai le mercredi 25 septembre

Cours de musique

A
D
U
L
T
E
S

Pour adultes et enfants à partir de 7 ans. **Inscription pour l'année.**

Dates – horaires	Inscriptions	Tarifs
A déterminer lors de l'inscrip. Batterie Accordéon Guitare, basse	- Céline JEANJEAN 06 33 86 95 37 - Myriam SAINT 05 65 46 75 42 - Gaby 06 13 65 21 62	Accordéon et Batterie 27€/Heure ½ heure : 14€ Guitare : ½ h : 13€



E
N
F
A
N
T
S

Les professeurs

Rodolphe Girdali : cours particuliers de batterie le mercredi (à l'heure ou ½ heure)

Début des cours en octobre

Benjamin MALRIC : accordéon – lundi ou mardi après-midi – 1h/15jours

Début des cours le 23 septembre

Gaby : guitare, basse

Cours de Gym – méthode Pilates

A
D
U
L
T
E
S

La méthode Pilates est un système d'exercices physiques, puissant et doux à la fois, permettant de rééquilibrer tous les muscles du corps, gainant ceux qui sont faibles et décontractant ceux qui sont tendus, tout en tenant compte de l'alignement postural et du rythme respiratoire.

Avec Christian tous les mardis soirs de 20h00 à 21h00 à la salle R. Almès d'Arvieu.

Inscriptions suite à la séance d'essai gratuite mardi 10 Septembre.

Responsable Céline JEANJEAN – 06 33 86 95 37

Tennis

E
N
F
A
N
T
S

Cours pour enfants le vendredi soir ou le samedi

Contactez Céline JEANJEAN pour plus d'informations au 06 33 86 95 37

Cours de Couture

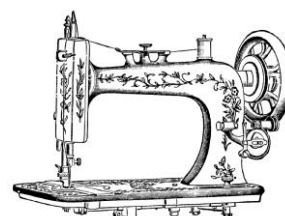
A
D
U
L
T
E
S

Atelier « couture » rapide à la machine (ourlets, pose de fermeture...). *Gratuit*

Rendez-vous une fois par mois, un vendredi. Début des cours en octobre

Si vous êtes intéressé.e.s merci de contacter

Cécile SAVY 05 65 74 71 07 – 06 30 64 00 30



Salé, sucré ou les deux ?

G
O
U
R
M
A
N
D
S

Vous avez la meilleure recette de blanquette du monde, vous êtes le (la) pro du couscous ou de la tarte au citron, chocolat etc....

Vous êtes d'accord de partager vos talents et avez envie de découvrir d'autres saveurs ?

Nous vous proposons de nous retrouver (6 personnes maximum) une fois de temps en temps, de cuisiner ET déguster ensemble le résultat.

Un moment de gourmandise en accord avec les produits de saison !

Si vous êtes intéressé.e.s , contactez Vanessa au 06 45 14 05 33

Activité gratuite

Les frais des denrées seront partagés entre les participants.

Lieu et dates à définir selon intérêt

Et le vin dans tout Ça ?

Comment différencier un Bordeaux d'un Bourgogne, découvrir les goûts des cépages principaux, les déguster à l'aveugle, savoir les choisir et les harmoniser avec votre menu.

À venir soirées œnologie. À suivre sur notre site Facebook !

Séances de jeux

F
A
M
I
L
L
E
S

Il n'y a pas que la télé et les jeux vidéo dans la vie !

Découvrons et partageons ensemble des jeux de société palpitants, amusants, originaux... Convivialité garantie !

Il n'y a pas d'âge pour s'amuser !

1/2 journée par période de vacances scolaires (hors été) est prévue.

Si vous voulez plus d'infos, contactez Vanessa : 06 45 14 05 33



* INFOS
en ligne

Des détails restent à régler, des dates sont à fixer, retrouvez tout au long de l'année, le moment venu, l'actualité et les précisions sur les activités de l'association Familles Rurales d'Arvieu sur le site de la commune et sur Facebook:

<https://www.facebook.com/arvieu.familles.rurales/>



Financée par la CAF de l'Aveyron et la mairie d'Arvieu

