

## Participer à la vie du Foyer rural

Le foyer rural est une association Loi 1901 animée par des bénévoles. Il forme un lieu de solidarité et d'entraide entre générations, et un espace de convivialité et de lien social. Ses activités reposent sur le financement et l'implication de ses adhérents.

Le foyer rural de Blaisy-Bas adhère à la fédération des foyers ruraux dont il partage le principe de laïcité et le respect des convictions de chacun en restant libre de toute pression politique ou religieuse.

Les activités du foyer sont réservées aux adhérents qui s'acquittent d'une cotisation annuelle. Cette cotisation est fixée pour la saison 2023/24 à :

- 12€ à titre individuel
- 26€ à titre familial (3 personnes et plus)

Le foyer rural est géré par un conseil d'administration élu chaque année par l'assemblée générale des adhérents qui définit ses orientations et fixe le montant de la cotisation.

En plus de participer aux activités proposées par l'association, les adhérents\* sont invités à prendre part à son AG annuelle.

\* Agés de 16 ans et à jour de ses cotisations depuis 6 mois

**Assemblée générale du Foyer rural**

**Vendredi 29 septembre 2023 à 20h**

**Salle des Fêtes**

## Le Foyer rural de Blaisy-Bas

vous propose un programme d'activités diversifiées pour la période du **3 octobre 2023 au 30 juin 2024** hors vacances scolaires

(sous réserve d'un seuil d'inscriptions suffisant).

Retenez bien la date des inscriptions

**Mardi 5 septembre 2023**

de 17h à 20h

**Salle des fêtes de Blaisy-Bas**

### **Au programme**

Des ateliers pour enfants et des ateliers pour adultes

Des activités culturelles et des activités de bien-être



Du développement personnel et de l'apprentissage collectif

De l'activité physique et de l'expression artistique



Saison 2023 / 2024

Programme

des activités



*De A comme Anglais...*

*...à Z comme Zumba*



<http://www.foyer-rural-blaisy.fr>

[foyer.rural.blaisy@sfr.fr](mailto:foyer.rural.blaisy@sfr.fr)

Pour en savoir plus sur les différentes activités proposées, flashez ce QR code.



# ENFANTS

## Atelier d'Anglais

Naomi Mathieu

06 78 12 70 99

Apprendre l'anglais de façon ludique, à travers des histoires, des chansons, des jeux d'apprentissage et des saynètes.

Un groupe des classes MS-GS-CP et un groupe des classes CE1/2-CM1/2.

Tarif annuel:  
120€

### Salle du Foyer

- **Mercredi** 16h à 17h (4/7 ans)
- **Mardi** 17h30 à 18h30 (7/11 ans)

## Théâtre Impro

### Le p'tit clou

Pour les 10 /14 ans.

Deux mercredis par mois

Tarif annuel : 60€

Emilie Bayet

06 82 79 56 40

Coraline Gallet

06 74 60 42 11

**Mercredi** 2 par mois

- 13h45 à 15h45

**Salle du Foyer**

## Danse contemporaine

Ana Chon

06 64 21 52 66

Ateliers ouverts aux enfants de 6 à 10 ans (CP au CM2)\*. Deux séances identiques, âges mélangés (groupes limités à 10 élèves). **Attestation de santé exigée.**

Tarif annuel : 120€.

\* Plus les élèves de maternelle ayant participé à l'atelier saison 2022/23.

**Mercredi**

- 9h45 à 10h45
- 11h à 12h

**Salle de l'école**

# ADULTES

## Atelier Crochet

Danielle Gutierrez

03 80 33 27 55

*Un crochet, une pelote de laine...*

De octobre à mars.

Tarif annuel : 30€

**Lundi** 20h à 21h30

**Salle du Conseil**

## Sophrologie

Caroline Vachey

06 81 50 02 73

*« Avoir confiance en soi, gérer ses émotions et son stress, se concentrer, se motiver et réussir... »*

Adultes et ados à partir de 12 ans. Ateliers de préparation mentale et d'amélioration du quotidien.

Tarif annuel : 100€

**Lundi** un sur deux  
(semaines impaires)

- 19h30 à 21h

**Salle du Foyer**

## Yoga

Cécile Darbon

06 80 96 65 72

*« Apprendre à vivre pleinement l'instant présent par la conscience du souffle dans la pratique de la relaxation, des postures et de la méditation »*

Tarif annuel : 120€.

**Certificat médical exigé.**

**Nouveauté : une séance de 2h30 le 3<sup>e</sup> samedi matin de chaque mois. tarif : 70€/saison.**

- **Mercredi** 14h30 à 16h
- et 18h30 à 20h
- **Samedi** 9h à 11h30

**Salle de l'école**

## Danse contemporaine

Ana Chon

06 64 21 52 66

Pour adultes (à partir de 18 ans) de niveau débutant.

**Certificat médical exigé.**

Tarif annuel : 130€

**Jeudi** 19h15 à 20h15

**Salle de l'école**

## Théâtre d'Impro

Coraline Gallet

06 74 60 42 11

[coralinegallet7@yahoo.fr](mailto:coralinegallet7@yahoo.fr)

*« Donnez-nous un mot, nous ferons une impro ! ».* Plusieurs spectacles annuels.

### Le Théâtre du Clou

A partir de 18 ans. Groupe limité à 12 participants. Tarif annuel : 120€

**Tous les jeudis**

- 20h à 22h

**Salle du Foyer**

## Chant choral

Cécile Coulomb

[cecile.coulomb@gmail.com](mailto:cecile.coulomb@gmail.com)

### Le Chœur de l'Oze

donne trois ou quatre concerts au cours de l'année.

Tarif annuel : 120€

**Mardi** trois sur quatre

- 20h à 22h

**Salle des Fêtes**

## Zumba Adultes et dès 12 ans

Delphine Thevenot

06 20 02 65 22

Tarif annuel : 130€

**Certificat médical ou attestation de santé (pour les mineurs) exigés.**

**Nouveauté : Activité cardio-fitness**

**Mercredi**

19h30 à 20h30

**Salle des Fêtes**