

FOYER RURAL BRAINE



ACTIVITES

SAISON 2023/2024



PRESENTATION

Le Foyer Rural culturel et social Jacques Pelletier est une association loi 1901 créée en 1970.

La palette des actions et activités menées par l'association est très variée. Le foyer rural propose des activités sociales, éducatives, culturelles, familiales pour répondre aux besoins et envies dans le territoire.

À ces ateliers ou activités, viennent s'ajouter de nombreuses actions culturelles : diffusion de spectacles de théâtre, soirées à thèmes, contes, lotos, brocante, animation fête de la musique, etc.

Le Foyer Rural propose également des activités sportives à ses adhérents, facteurs de l'animation et de la vitalité de la commune : sports loisirs, randonnées pédestres, danse, Zumba, judo, tennis, handball, Pilates, gym ...

Aussi, le Foyer Rural est agréé Centre Social par la Caisse d'allocation Familiale de l'Aisne, dans le cadre de ces missions, le centre social qui donne une place centrale aux habitants, développe des projets dirigés pour et avec les enfants et adolescents, des projets d'accompagnement à la réussite scolaire, de lutte contre le décrochage numérique, d'inclusion du handicap, d'accompagnement social, des projets en direction des familles, des seniors.

L'association accueille également de nombreuses permanences de service à la population comme la mission locale, le conseil régional, le réseau Guid'asso, les associations locales...

L'équipe de salariés apporte sa technicité au montage de différents projets, à l'accueil du public et au suivi de l'activité.

C'est avant tout une équipe de bénévoles très impliqués qui permet la mise en place de manifestations ou d'actions auprès du public.

Le foyer rural c'est un lieu créateur de lien pour tous.

Le foyer, ça se vit. Venez comme vous êtes, vous serez accueilli.e, écouté.e, vous y échangerez avec d'autres, vous nouerez des liens. Au foyer, ce qui prime, c'est l'accueil de toutes et tous : habitants, entreprises, associations...

Avec le foyer rural, cela se ne joue pas que dans les murs de la structure, mais aussi dans la rue, dans les parcs... dans vos lieux de vie !

Chers adhérents, chers usagers, le foyer rural fait de son mieux pour que chacun trouve sa place au cœur de notre maison. Pour mieux connaître les orientations et les projets de l'association, nous vous invitons à participer à l'Assemblée Générale annuelle.

ATELIERS ENFANTS

Le Café des petits pieds



Lieu pour jouer, se détendre, expérimenter, rencontrer d'autres enfants et apprendre en douceur la séparation avec les parents. Réservé aux enfants, de la naissance à 6 ans, accompagnés d'un adulte proche (parents, grands-parents, tuteur...).

Afin de pouvoir assurer la santé de tous :

- La capacité de la salle sera limitée à 15 personnes.
- Enfants et adultes devront se laver les mains avant d'entrer (gels hydroalcooliques pour les adultes, lingettes désinfectantes pour les enfants)
- La salle et les jouets seront désinfectés entre deux séances.

Quand ? Les mercredis et vendredis
(sauf vacances scolaires)

De 9h00 à 11h00

Où ? Au Foyer Rural

Tarif : Gratuit

Réouverture le mercredi 06 et vendredi 08 septembre

LES ATELIERS 2023/2024

MERCREDIS PERISCOLAIRE



L'accueil de vos enfants les mercredis fonctionne comme les centres de loisirs. Votre enfant sera accueilli entre 7h30 et 9h00 pour une journée ou demi-journée d'activités encadré par des animateurs qualifiés jusqu'à l'accueil du soir qui se fait entre 17h30 et 18h00.

Marie-Noëlle est là pour concocter de bons petits plats pour vos enfants. Les repas sont effectués en circuit court car nous avons un partenariat avec un maraicher local.

Quand ? Les mercredis
(sauf vacances scolaires)
De 7h30 à 18h00

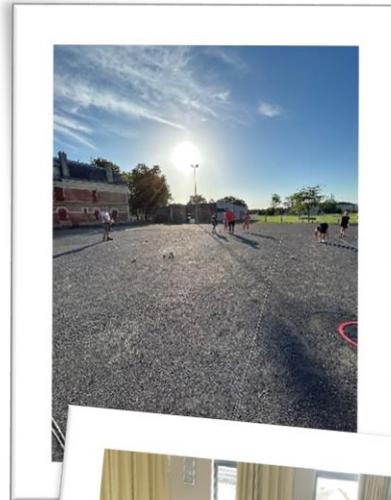
Où ? Au Foyer Rural

Tarifs : Journée avec repas : 12€80
Journée sans repas : 9€
Demi-journée : 4€50
Demi-journée avec repas : 8€80
(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

Reprise le mercredi 06 septembre

LES ATELIERS 2023/2024

CENTRE DE LOISIRS



L'accueil de vos enfants lors des centres de loisirs se fait entre 7h30 et 18h30. Le matin, les enfants sont accueillis entre 7h30 et 9h00 puis repartent le soir entre 17h30 et 18h00.

Si votre enfant est inscrit lors du repas du midi, ils seront accueillis dans l'enceinte de la cantine scolaire et les repas nous sont fournis par un prestataire (API restauration).

Quand ? Chaque période de vacances scolaires (*sauf Noël et jours fériés*)
De 7h30 à 18h00

Où ? Au Foyer Rural/Ecole élémentaire (*lors des vacances de juillet*)

Tarifs : Inscription à la journée lors des petites vacances (*octobre, février et avril*)
Inscription à la semaine lors des grandes vacances (*juillet et août*)

Journée avec repas : 12€80
Journée sans repas : 9€
(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

LES ATELIERS 2023/2024

BABY DANSE



L'atelier Baby Danse est encadré par Marie-Estelle P. dans la grande salle du Foyer Rural.

Les enfants de 4 à 6 ans (inclus) découvrent leur corps, la musique, l'espace et les copains copines tout en étant accompagnés par Marie-Estelle pour les aider à se développer avec et autour des autres.

L'atelier permet de développer l'écoute musicale de l'enfant et lui apprend à coordonner ses gestes en harmonie. Il devient libre de ses mouvements tout en gardant l'équilibre.

La petite troupe vous présentera une démonstration de fin d'année courant Juin 2023.

(Tenue de sport ou adaptée exigée)

Quand ? Les mercredis
(sauf vacances scolaires)
De 13h30 à 14h15

Où ? Au Foyer Rural

Tarifs : 70€/an
(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

Reprise le mercredi 13 septembre

LES ATELIERS 2023/2024

JUDO ENFANT



L'atelier Judo est encadré par Cédric T. dans le Dojo, nos petits judokas se familiariseront avec la discipline qu'impose ce sport tout en développant leur motricité et leur condition physique.

Le groupe + 6 ans déjà familiarisé avec la discipline qu'impose ce sport, pourra développer la technique, la condition physique et l'esprit, nécessaires pour devenir un vrai judoka.

Les groupes feront une démonstration courant Juin 2023 à l'occasion de la remise de ceinture.

Quand ? Les lundis

De 17h00 à 17h30 les bébés samouraï (1 et 2 ans)

De 17h30 à 18h30 pour les 3-4-5 ans

De 18h30 à 19h30 pré-poussins et poussins – 6 à 9 ans

Où ? Au Dojo de Braine

Tarifs :

Bébés samouraï : 61€

3/4/5 ans : 121€

6-9ans : 156 €

(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

Reprise le lundi 04 septembre



LES ATELIERS 2023/2024

THEATRE ENFANT



Encadré par Didier notre intervenant, les enfants vont pouvoir explorer toutes les dimensions créatives de l'art du théâtre. Les techniques théâtrales visent à rendre l'individu non seulement plus à l'aise dans son corps mais également dans le maniement de la langue : deux facteurs essentiels à sa réussite globale.

L'activité théâtrale ouvre chez l'enfant, des horizons multiples :

Possibilité de s'exprimer par le geste et la parole ; Découverte de situations nouvelles ; Expression de sentiments nouveaux ; Victoire sur la timidité mais aussi sur l'attitude inverse ; Meilleure connaissance des autres.

A travers des jeux interactifs, d'improvisations, de mimes, la mise en scène de saynètes nous allons exploiter tout l'univers du théâtre et développer nos capacités relationnelles.

Pour permettre à l'élève de montrer ses acquis et de travailler sur une scène dans les vraies conditions, un spectacle de fin d'année est prévu.

Un cours de théâtre est toujours plus qu'un passe-temps. Cela occupe pendant la semaine, on y pense, des liens se créent entre les participants qui se voient sous un autre œil parce qu'ils apprennent à se connaître différemment, plus sincèrement.

Les vrais rires, les vraies émotions que l'on vit en cours ne s'oublient pas facilement.

Quand ? Les mardis

(Sauf vacances scolaires)

Cours enfants – 6 à 12 ans : 17h30 à 18h30

Où ? Au Foyer Rural

Tarifs : 120€/an

(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

Début de l'atelier le mardi 12 septembre

LES ATELIERS 2023/2024

DANSE MODERNE



L'atelier de Danse Moderne est encadré par Marie-Estelle P. dans la grande salle du Foyer Rural Jacques Pelletier.

Dans une ambiance conviviale, les enfants pratiquent une activité culturelle tout en se dépensant sur des chorégraphies du moment.

La petite troupe vous présentera son spectacle de fin d'année courant Juin 2023.

(Tenue de sport ou adaptée exigée)

Quand ? Les mercredis
(sauf vacances scolaires)

1er cours – 7 à 11 ans : 14h30 à 15h30
2e cours - 12 à 16 ans : 15h30 à 16h30

Où ? Au Foyer Rural

Tarifs : 85€/an
(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

Reprise le mercredi 13 septembre

LES ATELIERS 2023/2024

BOXE éducative enfant



Nouveauté au foyer rural, Didier notre intervenant diplômé propose un atelier de boxe éducative pour les enfants de 07 à 12 ans.

La boxe éducative assaut est une forme de pratique ouverte à toutes et à tous (de 6 à 77 ans). Elle se différencie de la boxe amateur et professionnelle sur deux exigences fondamentales :

Ne pas nuire à son adversaire ;

Etre sanctionné pour tout comportement violent.

La logique de l'activité « Boxe » reste identique, quelles que soient les formes de pratique. Seule la puissance des touches les différencie. La puissance doit expressément différencier la boxe éducative assaut où l'on touche, des autres pratiques. Les élèves doivent s'imposer par leurs qualités techniques et tactiques, mais en aucun cas par la puissance des coups. La vitesse d'exécution n'est en rien modifiée, mais doit s'accompagner d'une maîtrise totale de l'impact sous peine d'être sanctionnée.

La BEA permet le développement chez l'élève de la vitesse, de l'endurance, de la souplesse et de l'élasticité. Elle permet également l'initiation de l'élève aux différentes techniques de boxe : l'attaque, la préparation d'attaque, la défense, la contre-attaque et le contre.

C'est une belle manière de mieux comprendre son corps, d'améliorer sa maîtrise de soi. C'est également un espace de défoulement et d'apprentissage de gestion de ses émotions.

Quand ? Les vendredis soir de 17h30 à 18h30

Tarif : 85€

Où ? au Dojo de Braine

(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

Début de l'atelier : le vendredi 15 septembre

Cours de dessin et de peinture



L'atelier est géré par Angélique Cotentin de l'Atelier de la Renaissance. Les enfants apprendront à dessiner et à peindre dans une ambiance conviviale et colorée !

Dans un premier temps, les enfants pourront se familiariser avec le matériel, le papier, dessin, la peinture... Puis, avec l'aide d'Angélique, ils pourront reproduire pas à pas des modèles au crayon pour ensuite les mettre en couleurs en aquarelle !

Par la suite, chacun pourra essayer, tester et proposer ses envies ou ses modèles à Angélique qui les accompagnera dans leurs propres créations.

Quand ? Les mercredis (1 semaine sur 2)

Cours enfants : 6 à 12 ans de 17h00 à 18h30

Où ? Au foyer rural dans la grande salle

Tarif : 10€ la séance

(+ adhésion annuelle au foyer)

Début de l'atelier le mercredi 13 septembre

LES ATELIERS 2023/2024

HANDBALL enfants



Dans une ambiance conviviale et encadrés par une personne qualifiée, les enfants vont découvrir le handball tout en s'amusant.

Cette activité ludique, sportive et complète permet d'aborder plus simplement les règles : l'enfant court, lance, saute et développe son sens de la coopération et de la décision.

Quand ? Les samedis

1er cours

10h/11h baby hand années 2020 / 2019/ 2018

60€

2eme cours

11h/12h30 école hand années 2017 /2016

80€

Où ? Au gymnase de Braine
(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

Reprise le samedi 09 septembre

LES ATELIERS 2023/2024

HANDBALL Loisirs adultes



Le handball loisirs, disponible à partir de 16 ans, permet au plus grand nombre de pratiquer l'activité Handball dans le plaisir et la convivialité. Débutants, anciens joueurs désirant reprendre l'activité mais sans les contraintes d'une compétition compétitive.

La pratique est le plus souvent mixte, faite essentiellement d'oppositions et de rencontres amicales avec d'autres clubs.

Quand ? Les vendredis
De 20h30 à 23h00

Où ? Au gymnase

Tarif : 85€/an
(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

Reprise le vendredi 08 septembre

LES ATELIERS 2023/2024

BOXE LOISIR ADOLESCENTS-ES/ADULTES



A partir de 12 ans, filles et garçons et pour les adultes, venez soigner votre direct pendant deux heures avec Didier notre intervenant diplômé et découvrir la boxe éducative et de loisir.

La boxe éducative assaut est une forme de pratique ouverte à toutes et à tous (de 6 à 77 ans). Elle se différencie de la boxe amateur et professionnelle sur deux exigences fondamentales :

Ne pas nuire à son adversaire ; Etre sanctionné pour tout comportement violent.

La logique de l'activité « Boxe » reste identique, quelles que soient les formes de pratique. Seule la puissance des touches les différencie. La puissance doit expressément différencier la boxe éducative assaut où l'on touche, des autres pratiques. Les élèves doivent s'imposer par leurs qualités techniques et tactiques, mais en aucun cas par la puissance des coups. La vitesse d'exécution n'est en rien modifiée, mais doit s'accompagner d'une maîtrise totale de l'impact sous peine d'être sanctionnée. La BEA permet le développement chez l'élève de la vitesse, de l'endurance, de la souplesse et de l'élasticité. Elle permet également l'initiation de l'élève aux différentes techniques de boxe : l'attaque, la préparation d'attaque, la défense, la contre-attaque et le contre.

C'est une belle manière de mieux comprendre son corps, d'améliorer sa maîtrise de soi. C'est également un espace de défoulement et d'apprentissage de gestion de ses émotions.

Quand ? Les vendredis soir de 18h45 à 20h45

Tarif : 160€

Où ? au Dojo de Braine

(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

(Tenue de sport exigée)

Début de l'atelier : le vendredi 15 septembre

METHODE PILATES



Le Pilates est une méthode d'entraînement physique qui s'inspire du yoga, de la danse et de la gymnastique.

Les exercices sont sportifs, mais doux : sans mouvements brusques et sans chocs d'impact. Ils ne doivent jamais causer de douleur, ni surtaxer un groupe musculaire.

Au contraire, ce programme complet d'exercices vise à mettre en action, en alternance, tous les groupes musculaires, parfois dans des combinaisons inhabituelles. L'atelier a lieu deux fois par semaine.

Quand ? Les mercredis
De 17h30 à 18h30 au dojo
De 18h45 à 19h45 au dojo

Où ? Au Dojo

Tarif : 160€/an
(+adhésion au Foyer Rural)

Reprise le mercredi 13 septembre

LES ATELIERS 2023/2024

GYM



Encadré par Philippe le lundi et le mercredi, 2 types de séances vous seront proposés.

Le lundi soir, Philippe proposera du cardio boxing ; du step et des cours de fitness.

Le mercredi soir, sur un rythme tonique et adapté, des exercices sur les articulations, les muscles, la respiration et les assouplissements sont au programme.

Quand ? Les lundis et mercredis
De 20h à 21h

Où ? Au Gymnase de Braine

Tarifs : 90€/an (1 séance / semaine) - 160€ /an (2 séances / semaine)
(+ Adhésion annuelle au Foyer Rural)

Reprise le lundi 04 septembre et le mercredi 06 septembre

(Tenue de sport et chaussures adaptées pour le gymnase exigée)

LES ATELIERS 2023/2024

GYM DOUCE



Encadré par Marie-Estelle P, cet atelier vous permet de vous maintenir en forme.

La gym douce, c'est pour tout le monde !

Elle est bien entendu recommandée aux personnes séniorees en bonne santé.

C'est une manière agréable et sans risques d'entretenir la forme et d'améliorer sa souplesse et de protéger ses articulations.

Quand ? Les mardis et vendredis
De 9h30 à 10h30

Où ? Au Foyer Rural

Tarifs : 90€/an (1 séance/ semaine / 160€ (2 séances / semaine)
(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

Reprise le mardi 12 septembre et le vendredi 15 septembre

LES ATELIERS 2023/2024

STRETCHING POSTURAL



Encadré par Marie-Estelle P., cet atelier vous permet de vous maintenir en forme.

C'est un mix entre le Pilates et le Yoga, permettant d'améliorer sa posture, sa souplesse, son équilibre, soulager le mal de dos, galber et affiner sa silhouette, mais également conserver son élasticité musculaire tout en raffermissant ses muscles.

C'est une redécouverte de son corps, une gymnastique douce basée sur la respiration, la détente, le renforcement et l'étirement des fibres musculaires et principalement des muscles profonds.

Quand ? Les mardis de 10h45 à 11h45

Où ? Au Foyer Rural

Tarifs : 90€/an (1 séance / semaine)
160€/ an (1 séance de gym douce + 1 séance de stretching)
(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

Reprise le mardi 12 septembre

LES ATELIERS 2023/2024

RANDONNEE



Dans une ambiance amicale et conviviale, le groupe de randonnée pédestre se retrouve tous les mardis au Foyer Rural pour parcourir les sentiers que propose le canton brainois.

Les deux minibus du Foyer Rural avec chauffeurs sont à disposition des groupes pour vous déposer au début des parcours et vous ramener à la fin de la balade.

Quand ?

Les lundis (5/6 kms)

A 14h00

Les mardis (8 kms et +)

A 14h00

Où ? Devant le Foyer Rural

Tarif : 40€/an

(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

Reprise le lundi 11 et le mardi 12 septembre

LES ATELIERS 2023/2024

PEINTURE



Animé par Martine Campobadal, l'atelier peinture vous accueille tous les jeudis après-midi. Échange de techniques, convivialité et passion sont au rendez-vous. N'hésitez pas à venir vous exprimer sur la toile !

Quand ? Les jeudis
De 14h à 17h30

Où ? Au Foyer Rural

Tarif : 15€/an
(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

Reprise le jeudi 07 septembre

LES ATELIERS 2023/2024

COUTURE



L'atelier couture vous accueille tous les vendredis après-midi dans une ambiance conviviale.

Le but de cet atelier est d'échanger sur diverses techniques et s'entraider tout en discutant.

Quand ? Les vendredis
De 14h à 17h

Où ? Au Foyer Rural

Tarif : 15€/an
(+adhésion au Foyer Rural)

Reprise le vendredi 08 septembre

LES ATELIERS 2023/2024

Compagnie de théâtre « des quatre vents »



Tout au long de l'année, « la compagnie des quatre vents » monte des nouveaux projets de pièces. A travers des propositions ludiques autour du corps, de la voix, de l'énergie et du texte, ils se retrouvent pour jongler avec les règles de la représentation, tous ensemble, parfois tous en même temps... mais aussi à s'écouter chacun.

Cette troupe de théâtre est, pour les novices ou les initiés, un joyeux et rigoureux laboratoire qui explore les thèmes principaux de l'art dramatique : composition du personnage, interprétation du texte, création dans l'espace...

Cette troupe est avant tout un terrain de construction et de jeu collectif pour des amateurs de tous âges qui se concrétisera par une ou des représentations locales.

N'hésitez pas à venir les rencontrer.

Quand ? Les mercredis (sauf vacances scolaires)

De 19h à 20h30

Où ? Au Foyer Rural

Tarif : 15€

(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

Reprise le mercredi 06 septembre

LES ATELIERS 2023/2024

ATELIER THEATRE jeunes et adultes



Le théâtre : Le meilleur moyen pour sortir de son quotidien !

Entrer dans un nouveau monde avec Didier notre intervenant en théâtre.

Cet atelier accessible à partir de 14 ans, c'est que du plaisir, des rencontres, c'est apprendre à jouer ce qui est le meilleur passe-temps pour toute personne qui souhaite travailler son corps, sa voix, son imaginaire, sa créativité en passant un bon moment dans un groupe avec des personnes qui partagent la même envie.

L'atelier de théâtre s'adressent à toute personne ressentant l'envie de faire des pas sur la scène. Le travail en atelier améliore la confiance en soi et permet de mieux s'exprimer, sur scène et dans la vie.

On apprend à construire une scène, à improviser, à placer sa voix, à donner, à être généreux, à mesurer ses actes, à creuser et rechercher, à revoir chaque moment.

Le but initial n'est pas nécessairement de devenir comédien, mais souvent simplement de s'amuser, de partager des bons moments ou de travailler sa timidité.

Quand ? Les mardis (sauf vacances scolaires)

De 18h45 à 20h45

Où ? Au Foyer Rural

Tarif : 140€

(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

Début de l'atelier le mardi 12 septembre

LES ATELIERS 2023/2024

JUDO ADULTES



Quand ? Les lundis (sauf vacances scolaires)

De 19h30 à 21h00

Benjamins/minimes/cadets/juniors/seniors

Taïso/Judo/ujitsu/kata/préparation au grade technique

Où ? Au Dojo de Braine + regroupement possible Dojo de Bucy le Long le Vendredi

Tarif : 186€

(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

Début de l'atelier le lundi 04 septembre



LES ATELIERS 2023/2024

YOGA



« Ce n'est pas la personne qui doit s'adapter au yoga, mais le yoga qui doit être soigneusement ajusté à la personne. » Krishnamacharya (1888-1989)

Diplômée de l'Ecole ETY Claude Maréchal, **Alice Reibel** transmet le VINIYOGA. Dans la tradition de Krishnamacharya et de son fils Desikachar, le Viniyoga propose de développer la vitalité tout en apaisant le corps et l'esprit. Grâce à un enchaînement de postures, de techniques respiratoires, à l'attention portée sur le corps et le souffle, le YOGA a des effets bénéfiques sur la santé physique et mentale.

La séance de yoga dure une heure. Aucun esprit de compétition ne règne, chacun étant concentré sur sa propre pratique. La recherche du VINIYOGA se situe dans « l'effort juste » : entre effort et relâchement. Le cours se termine soit par une relaxation, soit par un pranayama (respiration contrôlée) suivi parfois d'un petit temps de méditation.

Le viniyoga est un yoga qui peut être pratiqué à tous les âges. Dans le respect de la personne, de sa santé, de ses habitudes de vie et de ses aspirations, la professeure peut donner des aménagements pour les postures.

Matériel nécessaire : un tapis de sol antidérapant, une couverture légère ainsi qu'une tenue souple.

Quand ? Les lundis (sauf vacances scolaires)

De 18h30 à 19h30

Où ? Au Foyer Rural

Tarif : 160€

(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

Reprise le lundi 04 septembre

Cours informatiques



COURS INFORMATIQUES

Cours gratuits et ouverts à tous

A compter du 5 septembre 2023

MARDI ou JEUDI

10H30-12H00

10h00-11h30

Découverte de l'ordinateur
Utilisation d'internet
Gestion des mails
Rédaction de documents
etc



Renseignements et inscription au Foyer Rural -
Boulevard des Danois - 02220 Braine
03 23 74 11 60 - pole-numerique@frbraine.com



VAL DE L' AISNE
Communauté de communes



Carsat
Retraite
Santé
Solidarité



Repair Café



REPAIR CAFE

Foyer Rural de Braine



Réparons ensemble vos appareils :
ordinateurs, appareils électroménager, ...

Chaque 1er samedi du mois
de 9h00 à 12h00



Renseignements au Foyer Rural

2 Boulevard des Danois - 02220 Braine

03 23 74 11 60 - pole-numerique@frbraine.com

En savoir plus sur le Repair Café : www.repaircafe.org



LES ATELIERS 2023/2024

Audrey Dejongh, référente familles et seniors, organise régulièrement des activités pour les familles mais aussi pour les seniors. Voici quelques exemples d'ateliers pour chaque public :

Les ateliers familles

- Sorties culturelles (théâtre, visite d'exposition...)
- Ateliers d'activités manuelles
- Relaxation parents/ enfants
- Actions parentalité
- Sorties à la journée
- Ateliers cuisine



Les ateliers seniors

- Ateliers mémoire
- Relaxation senior
- Projets futurs et jeunes retraités
- Sorties culturelles
- Sorties à la journée
- Ateliers de sensibilisation et de prévention (premiers secours, alimentation...)
- Repas conviviaux



Accompagnement dans les démarches administratives

Vous rencontrez des difficultés dans la réalisation de vos démarches administratives en ligne ?

Audrey vous accompagne sur rendez-vous au foyer rural pour vous accompagner.

Pour prendre rendez-vous, contactez le 06.22.34.67.08.



ASSOCIATIONS

Club des Anciens



Le club des anciens vous propose au Foyer Rural, de se réunir et de partager tous les lundis après-midi de 14h à 17h un moment convivial autour de jeux de société et diverses activités.

Également organisation de sorties et un voyage annuel.

Quand ? Les lundis
De 14h à 17h

Où ? Au Foyer Rural

(Renseignements au Foyer Rural)

Reprise le lundi 04 septembre

ASSOCIATIONS

Le jeu d'échecs



Le cercle d'échecs US F.A.V. et le Foyer Rural vous proposent des séances sur le jeu d'échecs.

Quand ? Les mercredis
De 17h15 à 19h15

Où ? Au Foyer Rural
(Renseignements au Foyer Rural)

Tarif : 70€ (à partir de de 6 ans)
(+ adhésion annuelle au Foyer Rural)

Reprise le mercredi 06 septembre



 **USFAV**
UNION SPORTIVE FISMES ARDRE ET VESLE
CERCLE D'ECHECS

ASSOCIATIONS



 **Marie-Estelle POINTOUT**

06.07.47.36.10

Le jeudi de 20h00 à 21h00

Dans la grande salle du Foyer Rural

Boulevard des Danois

02220 BRAINE

1 séance d'essai gratuite

Tarifs pour l'année :

ZUMBA adultes et + de 16 ans : 160 €

De 10 à 16 ans (accompagné par un adulte) : 100 €

A la séance : 6 €

Ambiance de folie assurée !!!!!

Reprise des cours le jeudi 14 septembre

ASSOCIATIONS

Danse jeunes/Adultes

Avec 3C Danses, venez vous initier aux danses de salon. Mickael et Sara seront très heureux de vous faire partager leur passion.

A la suite de cette initiation vous pourrez vous inscrire afin de débiter les cours à l'année. Vous y verrez plusieurs danses de salon : Rock'n roll, salsa, valse, tango, chachacha, samba, Paso doble...

Chez 3C Danses c'est aussi la possibilité de prendre des cours de danses particuliers. Un cours en tête à tête avec vos professeurs afin d'avancer plus vite si vous le souhaitez, au sein du foyer rural de Braine où à votre domicile.

Une ouverture de bal pour les futurs mariés, une activité pour un enterrement de vie de jeune fille/garçon... n'hésitez pas à nous contacter pour toutes demandes.

CHA-CHA **ROCK**

Cours de Danse

BACHATA **SALSA**

TANGO **PASO-DOBLE**

INITIATION

LUNDI 11 SEPTEMBRE 2023

Tous les lundis **Au Foyer rural de BRAINE**

Débutant et Avancé
Dès 19h

2 Boulevard des Danois,
02220 BRAINE

3cdanses@gmail.com
06.87.05.46.89

ASSOCIATIONS



L'association « les patients de Braine » œuvre pour développer l'activité pêche sur notre beau territoire.

Partenaire régulier du Foyer Rural pour sensibiliser les enfants et les jeunes à cette belle activité de nature, l'association par l'intermédiaire de ses bénévoles engagés contribue à préserver notre environnement et perpétuer une pratique responsable de la pêche dans nos rivières et canaux.

Pour tous les pêcheurs amateurs, vous pouvez obtenir votre permis fédéral à l'accueil du Foyer Rural.

INFORMATIONS

Adhésion Au Foyer

La carte d'adhésion au Foyer Rural est obligatoire pour toute participation à un atelier.

Elle permet :

- D'avoir une assurance pour chaque activité pratiquée
- De bénéficier des activités du Foyer Rural à prix réduit
- De participer à l'assemblée générale annuelle de l'association

Tarifs pour l'année (du 1^{er} septembre au 31 août) :

Moins de 6 ans : 7€
De 6 à 18 ans : 9€50
De 19 à 59 ans : 17€50
Plus de 60 ans : 15€50

Modalité de règlement :

Pour toutes les activités, possibilité de régler en plusieurs fois.
Chèques ANCV/ Coupon sport sont acceptés.

Contact

Foyer Rural Jacques Pelletier
Boulevard des Danois
02220 BRAINE

Tél : 03.23.74.11.60

Mail : secretariat@frbraine.com



Jacques Pelletier Foyer Rural



foyer_rural_braine



<https://foyerruralbraine.centres-sociaux.fr>



Jacques PELLETIER
23 abonnés

Horaires :

Du Lundi au Vendredi

De 9h à 12h

Et de 14h à 18h

(Secrétariat fermé le Jeudi Matin)

