



## NOUVEAUTÉS

### PILATES

Martine CUTAÏA - Début le 13/09/22  
Mardis 19h30-20h30 - Salle des Fêtes ST PRIVAT  
20€/trimestre  
Contact: Catherine GALLIEZ - 06 75 48 84 00

### KRAV MAGA - SELF DÉFENSE

Olivier SIRI, Coach Educ. Sportif  
Second cours envisagé le vendredi - 20h-21h  
Salle des Fêtes ST JULIEN AU BOIS  
20€/trimestre  
Contact: Laëtitia DELATTE - 06 31 10 23 43

### PROJET SORTIE POUR ENFANTS EN COLLABORATION AVEC L'ALSH

### PROJET D'UNE SORTIE FAMILIALE

05 55 28 22 03

famillesrurales.xb@gmail.com  
f Familles Rurales Xaintrie Blanche



## COTISATION

### ANNUELLE DE 28€

#### PAR FAMILLE (Hors coût activité(s))

Adhérer à Familles Rurales, c'est permettre à tous les membres d'une même famille de participer à une ou plusieurs activités proposées par les associations Familles Rurales.

C'est partager des valeurs humaines, de solidarité, de citoyenneté, d'épanouissement personnel et collectif, de bénévolat.

Rejoignez-nous!



Depuis Janvier 2020,

la Caisse d'Allocations Familiales de la Corrèze a accordé l'agrément Espace de Vie Sociale à l'association Familles Rurales de la Xaintrie Blanche. Cette prestation de service pour l'animation locale permet de conforter et de développer les actions et par là même le lien social, avec une participation moindre des familles afin d'ouvrir les activités au plus grand nombre.

## PROGRAMME DES ACTIVITÉS

## EN XAINTRIE BLANCHE



2022 - 2023



## ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

### ARTEXTILE (Couture)

Eve LEROUX - Reprise le 17/09/22  
Samedis 10h-12h - Maison EDF DARAZAC  
20€/trimestre + fournitures  
Contact: Simone DUCROS - 06 48 25 71 74

### GYM DOUCE

Emmanuelle NASARRE, Prof. Sport - Reprise le 14/09/22  
Mercredis 14h30-15h30 - Salle des Fêtes ST PRIVAT  
20€/trimestre  
Contact: Monique ESCURE - 06 78 80 91 19

### KRAV MAGA - SELF DÉFENSE

Olivier SIRI, Coach Educ. Sportif - Reprise le 3/09/22  
Samedis 10h-12h - Salle des Fêtes ST JULIEN AU BOIS  
20€/trimestre  
Contact: Laëtitia DELATTE - 06 31 10 23 43

### MUSIQUE (Guitare)

Ghislain HENAFF  
Horaires à convenir avec l'intervenant  
Salle de l'association (écoles) ST PRIVAT  
Contact: Ghislain HENAFF - 06 37 64 47 97

### NUMÉRIQUE

Karyn VIDAL - Reprise le 14/09/22  
Mercredis 9h-10h30 - Salle de l'association ST PRIVAT  
20€/trimestre  
Contact: Huguette BONVENTI - 05 55 28 44 86

### RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Olivier SIRI, Coach Educ. Sportif - Reprise le 5/09/22  
Lundis 20h-21h - Salle des Fêtes SAINT PRIVAT  
20€/trimestre  
Contact: Régine BROCC - 05 55 91 97 61

### SOPHROLOGIE - RELAXATION

Sylvie BEDOUSSAC - Reprise le 15/09/22  
Jeudis tous les 15 jours 17h-18h  
Salle des Fêtes ST PRIVAT  
20€/trimestre  
Contact: Thérèse COUDERC - 06 41 38 35 70

### YOGA

May VASQUEZ - Reprise le 14/09/22  
Mercredis 17h-18h/18h15-19h15  
Salle des Fêtes ST PRIVAT  
20€/trimestre  
Contact: Nicole VIDAL - 05 55 28 42 08

### ZUMBA - FITNESS

Lindsay LETREN, Instruc. Zumba - Reprise le 14/09/22  
Mercredis 20h-21h - Salle des Fêtes ST PRIVAT  
20€/trimestre  
Contact: Régine BROCC - 05 55 91 97 61

### ACTIVITÉS SPORTIVES ENFANTS (5-10 ans)

Olivier SIRI, Coach Educ. Sportif - Reprise le 13/09/22  
Mardis 17h-18h - Salle des Fêtes ST PRIVAT  
20€/trimestre - 1 séance découverte gratuite  
Contact: Hélène PUYJALON - 06 74 69 43 63

### DANSE EN LIGNE

Éric MARTY - Reprise le 10/09/22  
Samedis 14h-15h30 - Salle des Fêtes ST PRIVAT  
15€/mois  
Contact: Sylvie CHAUMEIL - 06 28 34 80 95

### DANSE KIDS

Lindsay LETREN, Instruc. Zumba - Début le 14/09/22  
20€/trimestre - 1 séance découverte gratuite  
4-7 ans  
Tous les styles: Hip-Hop, Zumba, Contemporain...  
Mercredis 9h30-10h30 - Salle des Fêtes ST PRIVAT  
Contact: Christopher PLUMAUZILLE - 06 13 44 61 21  
8-11 ans

En fonction des choix: Hip-Hop, Zumba, Contemporain...  
Mercredis 10h30-11h30 - Salle des Fêtes ST PRIVAT  
Contact: Christelle GANE - 06 48 93 81 36

## ACTIVITÉS PONCTUELLES

### ATELIER DE NOËL

Encadré par les bénévoles de l'association  
En partenariat avec l'ALSH de St Privat  
Le 14 décembre 2022 - Salle des Fêtes SAINT PRIVAT  
1€/l'atelier  
Contact: Catherine GALLIEZ - 06 75 48 84 00

### BOURSE AUX VÊTEMENTS

En partenariat avec les associations Familles Rurales  
d'Argentat et de la Xaintrie Noire  
Automne/Hiver: 14 et 15 octobre 2022  
Printemps/Été: à définir  
Salle des Confluences ARGENTAT  
10% sur les ventes et les achats  
Contact: Maryse BELVEYRE - 05 55 28 46 94

### CARNAVAL

Encadré par les bénévoles de l'association  
En partenariat avec l'EHPAD de St Privat  
Date à définir  
Départ de la Salle des Associations SAINT PRIVAT  
1€/l'atelier  
Contact: Catherine GALLIEZ - 06 75 48 84 00

### VOISINEURS

Réseau de solidarité qui permet aux personnes âgées isolées d'avoir des visites de bénévoles, de partager des moments de convivialité.  
En partenariat avec l'ICAX de Saint Privat.  
Contact: ICAX de St Privat - 05 55 28 16 51

### POINT CONSEIL BUDGET

### POINT DE MÉDIATION NUMÉRIQUE

Permanences pour vous accompagner dans la gestion de votre budget ou dans vos démarches en ligne.  
Le 2e jeudi de chaque mois (en alternance avec Argentat)  
9h-12h - Maison du Département SAINT PRIVAT  
Gratuit - Sur rendez-vous  
Contact: Gaëlle MAURY - 05 55 26 86 49/07 88 56 52 76