



## NOUVEAUTÉS

### DANSE CONTEMPORAINE

Matthieu SPARMA

A partir de 15 ans

1e séance: 30/09 - 16h-19h

3 ateliers: 1/trimestre - Espace Tatiany ST PRIVAT

15€/séance

Contact: Catherine GALLIEZ - 06 75 48 84 00

### MARCHE NORDIQUE

Olivier SIRI, Coach Éduc. Sportif - 23/09/23

1e séance gratuite - 16h-19h

RDV Salle de l'association - ST PRIVAT

Poursuite de l'activité suivant le nombre de personnes intéressées

Contact: Catherine GALLIEZ - 06 75 48 84 00



### 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



2023 - 2024

05 55 28 22 03

famillesrurales.xb19@gmail.com

f Familles Rurales Xaintrie Blanche

# ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

## ARTEXTILE (Couture)

Eve LEROUX - **Reprise le 02/09/23**  
Samedis 9h30-12h - Maison EDF DARAZAC  
25€/trimestre + fournitures  
Contact: Simone DUCROS - 06 48 25 71 74

## GYM D'ENTRETIEN

Emmanuelle NASARRE, Prof. Sport - **Reprise le 13/09/23**  
Mercredis 14h30-15h30 - Espace Tatianny ST PRIVAT  
25€/trimestre  
Contact: Monique ESCURE - 06 78 80 91 19

## KRAV MAGA - SELF DÉFENSE

Olivier SIRI, Coach Éduc. Sportif - **Reprise le 02/09/23**  
Samedis 10h-12h - Salle des Fêtes ST JULIEN AU BOIS  
30€/trimestre  
Contact: Anna SIRI - 06 60 84 50 01

## MUSIQUE (Guitare)

Ghislain HENAFF - **Reprise 09/09/23**  
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 20/09/23**  
Mercredis 9h-10h30 - Salle de l'association ST PRIVAT  
25€/trimestre  
Contact: Huguette BONVENTI - 05 55 28 44 86

## RENFORCEMENT MUSCULAIRE - CARDIO

Olivier SIRI, Coach Éduc. Sportif - **Reprise le 04/09/23**  
Lundis 20h-21h - Espace Tatianny ST PRIVAT  
25€/trimestre  
Contact: Régine BROCC - 05 55 91 97 61

## PILATES

Martine CUTAÏA - **Début le 12/09/23**  
Mardis 18h15-19h15/19h30-20h30  
Espace Tatianny ST PRIVAT  
25€/trimestre  
Contact: Sylvie CHAUMEIL - 06 28 34 80 95

## SOPHROLOGIE - RELAXATION

Sylvie BEDOUSSAC - **Reprise le 14/09/23**  
2e et 4e jeudi de chaque mois 17h-18h  
Espace Tatianny ST PRIVAT  
20€/trimestre  
Contact: Thérèse COUDERC - 06 41 38 35 70

## YOGA

May VASQUEZ - **Reprise le 11/09/23**  
Lundis 17h-18h/18h15-19h15  
Espace Tatianny ST PRIVAT  
25€/trimestre  
Contact: Nicole VIDAL - 05 55 28 42 08

## ZUMBA - FITNESS

Lindsay LETREN, Instruc. Zumba - **Reprise le 13/09/22**  
Mercredis 20h-21h - Espace Tatianny ST PRIVAT  
25€/trimestre  
Contact: Régine BROCC - 05 55 91 97 61

## ACTIVITÉS SPORTIVES ENFANTS (5-10 ans)

Olivier SIRI, Coach Éduc. Sportif - **Reprise le 05/09/23**  
Mardis 17h-18h - Espace Tatianny ST PRIVAT  
20€/trimestre - 1 séance découverte gratuite  
Contact: Hélène PUYJALON - 06 74 69 43 63

## DANSE EN LIGNE

Éric MARTY - **Reprise le 16/09/23**  
Samedis 14h-15h30 - Espace Tatianny ST PRIVAT  
5€/séance  
Contact: Sylvie CHAUMEIL - 06 28 34 80 95

## DANSE KIDS

Lindsay LETREN, Instruc. Zumba - **Début le 13/09/23**  
20€/trimestre - 1 séance découverte gratuite  
En fonction des choix: Hip-Hop, Zumba, Contemporain...

## 5-7 ans

Mercredis 17h30-18h15 - Espace Tatianny ST PRIVAT  
Contact: Sarah CHAUZEIX - 06 78 54 73 86

## 8-11 ans

Mercredis 18h15-19h - Espace Tatianny ST PRIVAT  
Contact: Sarah CHAUZEIX - 06 78 54 73 86

## + DE 11 ans

Mercredis 19h-20h - Espace Tatianny ST PRIVAT  
Contact: Nadine CHAUMEIL - 06 33 57 99 83

# ACTIVITÉS PONCTUELLES

## ATELIER DE NOËL

Encadré par les bénévoles de l'association  
Le 20 décembre 2023 - Espace Tatianny ST 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: 13 et 14 octobre 2023  
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 ST 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