

BIEN VIVRE !

22 • 23

Claix
Mouthiers-sur-Boëme
Plassac-Rouffiac
Roulet-Saint-Estèphe
Sireuil
Trois Palis
Vœuil-et-Giget
Voulgézac





MAISON COMMUNAUTAIRE

3, route du Sergent Sourbé 16440 Rouillet-St-Estèphe

RPE • Relais Petite Enfance

05 45 21 80 19

EFFERVESCENTRE • Centre Social, Culturel et Sportif

05 45 67 84 38 • www.effervescentre.fr

Activités, Accueils de Loisirs, Relais Petite Enfance, Sports, Loisirs, Culture, Lien Social...

Vous avez une question ? Vous recherchez une activité ? Vous avez besoin de soutien ? Vous vous sentez seul(e) ?

Toutes les réponses à vos questions sont dans le "Bien Vivre".

Construit par le Centre Social Effervescentre et financé par l'EPCI du GrandAngoulême, "Bien Vivre", nous présente le dynamisme territorial et l'offre importante d'activités de loisirs ouvert aux habitants du territoire du GrandAngoulême et en particulier aux communes de Claix, Mouthiers-sur-Boème, Plassac-Rouffiac, Roullet-Saint-Estèphe, Sireuil, Trois-Palis, Vœuil-et-Giget et Voulgézac.

Bonne lecture



RELAIS PETITE ENFANCE

Le RPE « Les Petits Papillons » est un service gratuit du GrandAngoulême qui propose :

Pour les parents et futurs parents :

- Un espace d'information sur les différents modes d'accueil
- Un accompagnement à la recherche d'un assistant maternel
- Une information sur le cadre d'emploi et votre rôle d'employeur
- Un lieu d'écoute pour les questions relatives à l'éducation et au développement du jeune enfant

Pour les professionnels et futurs professionnels :

- Présentation de la procédure d'agrément, du statut et de la législation
- Un espace de rencontre et de partage (matinées jeux, sorties...)
- Un lieu de réflexion sur vos pratiques professionnelles (soirée, débat, conférence...)
- Médiation parents/assistants maternels

Pour les enfants :

- Participation à des temps d'éveil et de jeux collectifs, sorties, ateliers à thèmes, spectacles

Temps d'éveil de 9h à 12h

- Du lundi et vendredi (planning disponible auprès de l'animatrice)

Permanences téléphoniques au 05 45 21 80 19 ou au 06 32 00 46 57 et physiques, avec ou sans rendez-vous :

- **Le lundi de 13h à 18h**
- **Le mardi de 13h à 17h**
- **Le vendredi de 13h à 18h**

Contact : ramroulet@grandangouleme.fr

RPE • 5 rue du Sergent Sourbé 16440 Rouillet-Saint-Estèphe



RPE "Les Petits Papillons"

CRÈCHE MULTI ACCUEIL LES POUSSINS CHAMPNIERS • L'ISLE D'ESPAGNE

Établissement d'accueil collectif du jeune enfant géré par GrandAngoulême, au sein duquel chaque commune de l'agglomération dispose d'un nombre de places réservées.

Plus de renseignements en page 32.

Pour tout renseignement : 05 45 69 00 77

Contact : lespoussins@grandangouleme.fr

LES CRÈCHES

MOUTHIER-SUR-BOËME • LES P'TITS LOUPS

L'accueil (régulier ou occasionnel) des enfants de 3 mois à 3 ans se fait au domicile de l'assistante maternelle agréée, encadrée et conseillée par la directrice-puéricultrice de la crèche.

M^{me} Delphine Thibault • 05 45 67 84 88

MULTI-ACCUEIL LA COURONNE

La commune de Roullet-Saint-Estèphe est membre du multi-accueil intercommunal avec La Couronne et Nersac. C'est un accueil pour les familles résidentes à Roullet-Saint-Estèphe, Nersac et La Couronne.

Crèche familiale • Les Petites Frimousses

Une équipe d'assistantes maternelles à domicile à La Couronne, Nersac et Roullet-Saint-Estèphe, suivie par la directrice-puéricultrice.

Delphine Fescia • 05 45 23 26 03

Crèche collective • L'île aux Enfants

Une équipe professionnelle encadre votre enfant dans toutes les activités ludiques et éducatives au quotidien.

Pascale Richard • 05 45 23 25 69

LES ASSOCIATIONS D'ASSISTANTES MATERNELLES

CLAIX • LES P'TITS BOUTS DE CLAI

Ateliers manuels, sorties, organisation d'événements... Rencontres le mardi matin de 8h45 à 11h15 au préfabriqué. Adhésion : 16€/an.

Emilie Daunas • 06 60 98 72 97

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE • NOS PETITS GALOPINS

Association qui regroupe des assistantes maternelles indépendantes. Rencontres les vendredis de 9h30 à 11h30, salle des Glamots

(sauf vacances scolaires). Cotation demandée.

Magali Rougier • 06 43 67 77 16

TROIS-PALIS • PATACHOU

Rencontres le lundi, mercredi et vendredi de 9h30 à 11h30 dans le local situé à la Mairie. Adhésion: 10€/an et par famille.

Sandra Bouchet • 06 67 73 28 46

VÈUIL-ET-GIGET • BOULE DE GOMME ET COMPAGNIE

Rencontres : jours et horaires variables, dans le local situé à la salle polyvalente.

Adhésion: 20€/an par famille ou 25€/an par assistante maternelle.

Céline Seguin • 06 66 21 05 40 ou Cathy Le Hanaff • 06 33 33 33 99

ENFANCE • JEUNESSE CENTRE SOCIAL EFFERVESCENTRE

Les accueils périscolaires et extrascolaires sont des temps d'accueil et d'animation hors temps scolaires : les matins, les soirs, durant les TAP (Temps d'Activités Périscolaires), les mercredis et pendant les vacances. Ils sont pensés en articulation avec les projets d'écoles et les projets éducatifs du territoire.

ACCUEILS PÉRISCOLAIRES EFFERVESCENTRE MOUTHIER-SUR-BOËME, ROULLET-SAINT-ESTÈPHE, SIREUIL, TROIS-PALIS ET CLAI.

ACCUEILS DU MATIN ET DU SOIR

Ce sont des moments d'animation mais aussi de détente pour les enfants, avant et après l'école, encadrés par des animateurs et des agents communaux qualifiés.

Fonctionnement : Inscription préalable nécessaire (voir p.7).

Tarification : Elle se fait à la présence et suivant le quotient familial (voir p.7).

PAUSE MÉRIDIDIENNE

SIREUIL, ROULLET, SAINT-ESTÈPHE ET MOUTHIERS-SUR-BOËME

Les cycles d'ateliers proposés permettront aux enfants de participer à des activités de bien-être, de calme, de repos, de concentration, en petit groupe répondant aux objectifs suivants :

- ▶ Permettre aux enfants de vivre des temps d'animation en petit groupe,
- ▶ Assurer la continuité éducative sur la journée de l'enfant,
- ▶ Donner accès aux enfants à un temps d'apaisement entre deux temps d'apprentissage.

Ces animations sont proposées sur 3 communes :

- ▶ SIREUIL : lundi, mardi, jeudi et vendredi pour les élémentaires de 12h à 13h30
- ▶ ROULLET : lundi, mardi, jeudi et vendredi pour les élémentaires de 12h30 à 13h15
- ▶ ROULLET : mardi et jeudi pour les maternelles de 12h à 13h
- ▶ ST-ESTÈPHE : jeudi et vendredi de 12h45 à 13h15
- ▶ MOUTHIERS : lundi, mardi, jeudi et vendredi pour les élémentaires de 12h à 14h

TEMPS D'ACTIVITÉS PÉRISCOLAIRES (TAP)

SIREUIL

Activités complémentaires des temps scolaires. Ces activités seront proposées sur la commune de Sireuil. Les plannings d'activités seront diffusés sur les panneaux d'affichages de la commune et sur le site www.effervescentre.fr

Fonctionnement : Inscription préalable (voir p.7). Les TAP ne sont pas obligatoires, les enfants non-inscrits devront être récupérés par leurs familles à la sortie de l'école. L'inscription vaut engagement pour l'année.

Tarifcation : 1€ par enfant + l'adhésion individuelle (3€) ou l'adhésion famille (6€) pour l'année 2022/2023 (attention l'adhésion au Centre Social est obligatoire pour les enfants étant inscrit sur les TAP).

LES MERCREDIS

MOUTHIERS-SUR-BOËME, ROULLET-SAINT-ESTÈPHE, CLAIK, SIREUIL, TROIS-PALIS, VŒUIL-ET-GIGET, PLASSAC ET VOULGÉZAC.

Les programmes sont disponibles dans les points d'accueil,

au siège de l'association, situé au 3 route du Sergent Sourbé à Roulet-Saint-Estèphe et sur www.effervescentre.fr. Ils seront aussi distribués dans les cartables des enfants tous les trois mois.

MOUTHIERS-SUR-BOËME

- ▶ Accueil des enfants de Mouthiers, Vœuil-et-Giget à l'école Les Tilleuls
 - ▶ Transport des enfants de Vœuil-et-Giget sur Mouthiers
- Contact** : Muriel Langlois • Directrice de Mouthiers
Pour tout renseignement : 05 45 61 13 68 ou 06 74 71 72 20 ou 05 45 67 84 38 (CS Effervescentre)

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

- ▶ Accueil des enfants de Roulet-St-Estèphe et Claix à l'école M. Pagnol
 - ▶ Transport des enfants de Claix sur Roulet
- Contact** : Amélie Chassaing • Directrice de Roulet
Pour tout renseignement : 05 45 66 30 46 ou 07 70 14 82 28 ou 05 45 67 84 38 (CS Effervescentre)

SIREUIL

- ▶ Accueil des enfants de Sireuil et Trois-Palis situé à l'école Jean Zay
 - ▶ Transport des enfants de Trois-Palis sur Sireuil
- Contact** : Emmanuelle Chasseloup • Directrice de Sireuil
Pour tout renseignement : 05 45 20 17 70 ou 06 74 71 06 33 ou 05 45 67 84 38 (CS Effervescentre)

ACCUEILS DE LOISIRS

MOUTHIERS-SUR-BOËME, ROULLET-SAINT-ESTÈPHE, CLAIK, SIREUIL, TROIS-PALIS, VŒUIL-ET-GIGET, PLASSAC ET VOULGÉZAC

Le Centre Social, Culturel et Sportif Effervescentre accueille les enfants de 3 à 11 ans sur chaque période de vacances scolaires.

Programmes : Ils sont disponibles dans les points d'accueil, au siège situé au 3 route du Sergent Sourbé à Roulet-Saint-Estèphe et sur www.effervescentre.fr. Ils seront aussi distribués dans les cartables des enfants tous les trois mois.

LES PETITES VACANCES ET LES VACANCES D'ÉTÉ

- Vacances d'automne du lundi 24 oct. au vendredi 4 nov. 2022**
 L'accueil de loisirs a lieu sur la commune de Mouthiers-sur-Boëme
- Les enfants de 3 à 11 ans sont accueillis sur ce site de 7h30 à

18h30 • Permanences d'accueils et transports sont assurés par nos soins à partir des autres communes : Vœuil-et-Giget, Rouillet-Saint-Estèphe, Claix, Sireuil et Trois-Palis.

Vacances de Noël du 19 au 30 décembre 2022 (lieu à déterminer)

Les enfants seront accueillis sur un même site de 7h30 à 18h30 • Une seule permanence d'accueil sera assurée sur Rouillet.

Vacances d'hiver du lundi 6 au vendredi 17 février 2023 et vacances de printemps du mardi 11 au vendredi 21 avril 2023

L'accueil de loisirs a lieu sur la commune de Rouillet-St-Estèphe • Les enfants de 3 à 11 ans sont accueillis sur ce site de 7h30 à 18h30 • Permanences d'accueils et transports sont assurés par nos soins à partir des communes de Vœuil-et-Giget, Mouthiers-sur-Boëme, Claix, Sireuil et Trois-Palis.

Vacances d'été à partir du lundi 10 juillet 2023

Les enfants sont accueillis à Mouthiers et Rouillet en juillet et sur une autre commune en août • Des permanences d'accueils et des circuits de transports sont assurés par nos soins à partir des communes de Vœuil-et-Giget, Mouthiers-sur-Boëme, Rouillet-St-Estèphe, Claix, Sireuil et Trois-Palis.

LES MODALITÉS D'INSCRIPTIONS À EFFERVESCENTRE

TARIFICATION À COMPTER DU 1^{ER} JUILLET 2022

TARIFICATION 3/11 ANS • PÉRISCOLAIRE						
QF	0 449	450 699	700 899	900 1200	1201 1800	> 1800
MERCREDI 1/2 JOURNÉE SANS REPAS	1,01 €	1,52 €	2,83 €	3,84 €	5,15 €	5,96 €
MERCREDI 1/2 JOURNÉE AVEC REPAS	3,13 €	5,56 €	6,87 €	7,88 €	9,19 €	10,00 €
MERCREDI JOURNÉE ENTIÈRE	5,15 €	7,58 €	8,89 €	9,90 €	11,21 €	12,02 €
PÉRISCOLAIRE MATIN	0,51 €	0,91 €	1,11 €	1,31 €	1,52 €	1,62 €
PÉRISCOLAIRE MERCREDI MIDI	0,51 €	0,91 €	1,11 €	1,31 €	1,52 €	1,62 €
PÉRISCOLAIRE SOIR*	0,81 €	1,21 €	1,52 €	1,82 €	2,12 €	2,22 €
PÉRISCOLAIRE MATIN ET SOIR*	1,01 €	1,82 €	2,33 €	2,83 €	3,34 €	3,54 €

Elle est calculée en fonction des ressources du foyer. Contactez-nous pour plus de renseignements !

*Le goûter est compris dans le tarif « Soir » et « Matin et Soir ».

Participation des familles au TAP : 1€ par enfant + Adhésion au Centre Social

TARIFICATION 3/11 ANS • EXTRASCOLAIRE						
PETITES ET GRANDES VACANCES						
QF	0 449	450 699	700 899	900 1200	1201 1800	> 1800
1/2 JOURNÉE SANS REPAS	1,01 €	1,52 €	2,83 €	3,84 €	5,15 €	5,96 €
1/2 JOURNÉE AVEC REPAS	3,13 €	5,56 €	6,87 €	7,88 €	9,19 €	10,00 €
JOURNÉE	5,15 €	7,58 €	8,89 €	9,90 €	11,21 €	12,02 €
FORFAIT SEMAINE	23,18 €	34,09 €	40,00 €	44,54 €	50,45 €	54,09 €
SÉJOUR	EN FONCTION DU SÉJOUR ET DU QF					

Les communes suivantes participent aux journées centre de loisirs des mercredis et des vacances scolaires à hauteur de :

COMMUNES	MONTANT DE LA PARTICIPATION DES COMMUNES	COÛT SUPPLÉMENTAIRE POUR LES FAMILLES
ROUILLET-SAINT-ESTÈPHE	7,60 €	0 €
SIREUIL	7,60 €	0 €
CLAIX	7,60 €	0 €
TROIS-PALIS	7,60 €	0 €
VŒUIL-ET-GIGET	7,60 €	0 €
PLASSAC-ROUFFIAC	7,60 €	0 €
VOULGÉZAC	7,60 €	0 €
MOUTHIER	4 €	3,60 €
CHAMPMILLON	6 € LA JOURNÉE ET 3 € LA DEMI-JOURNÉE	1,60 € LA JOURNÉE ET 4,60 € LA DEMI-JOURNÉE
AUTRES COMMUNES	0 €	7,60 €

ADHÉSION AU CENTRE SOCIAL

DU 01/09/2022 AU 31/08/2023

FAMILLE	6 €
INDIVIDUELLE	3 €
ASSOCIATIVE	15 €

ADHÉSION À EFFERVESCENTRE

Cette adhésion associative permet de bénéficier de l'ensemble des services de Effervescentre (périscolaire matin et soir, accueils des mercredis et des vacances, école de sports...). Elle est valable pour l'ensemble de la famille.

Règlements à réception des factures émises par Effervescentre (y compris le TAP).

Moyens de paiement :

- ▶ Chèque à l'ordre de Effervescentre
- ▶ Espèces uniquement au centre social
- ▶ Virement avec n° de facture et nom (RIB à télécharger sur notre site)

PROCÉDURE D'INSCRIPTION 2022/2023 AUX ACTIVITÉS DU PÔLE ENFANCE ET JEUNESSE D'EFFERVESCENTRE

pour permettre à vos enfants de participer aux activités organisées par le centre social Effervescentre : TAP, Périscolaire du matin et du soir, les mercredis, vacances et secteur jeunes.

Attention, à compter du 22 août 2022, tous les accès à l'espace Famille seront bloqués pour l'année scolaire 2021/2022 et à partir du 1^{er} octobre 2022, tout enfant non inscrit sur l'espace famille se verra refusé au périscolaire du matin et du soir.

POUR ACCÉDER À L'ESPACE FAMILLE POUR LA PÉRIODE SCOLAIRE 2022/2023, IL FAUT :

- 1 • Remplir la **fiche d'information** sans oublier de la signer (distribuée dans les cartables début juillet et envoyée par mail courant juillet) et la transmettre soit à l'accueil d'Effervescentre, soit par mail : inscription@effervescentre.fr
Cette fiche d'information est obligatoire pour pouvoir vous donner accès à votre "espace famille". La signature obligatoire de cette fiche doit être uniquement manuscrite !
- 2 • Le Pôle administratif donnera alors accès à l'espace famille
- 3 • Remplir les documents obligatoires suivants :
 - Fiche sanitaire de liaison
 - Autorisation de droit à l'image datée et signée
- 4 • Transmettre via l'espace famille les documents obligatoires :
 - Fiche sanitaire de liaison complétée, datée et signée de votre nom et prénom
 - Autorisation de droit à l'image complétée datée et signée de votre nom et prénom
 - Scan des pages des vaccins du carnet de santé de l'enfant
 - Attestation de Quotient familial de la CAF ou de la MSA
- 5 • Après vérification de la conformité de ces documents, le Pôle Administratif donnera accès aux Inscriptions sur les activités
- 6 • Inscrire puis réserver

GESTION ET FACTURATION

- ▶ **Effervescentre** 3, route du Sergent Sourbé 16440 Rouillet-St-Estèphe
05 45 67 84 38 ou contact@effervescentre.fr
- ▶ **Informations inscriptions/facturation**
05 45 67 84 38 ou inscription@effervescentre.fr

ACCUEILS ET ANIMATIONS JEUNESSE CENTRE SOCIAL EFFERVESCENTRE 11 À 17 ANS

EN PÉRIODE SCOLAIRE *

MARDI SOIR DE 17H À 19H AU LOCAL JEUNES DE ROULLET *

- ▶ Transport possible depuis les collèges de La Couronne, St-Michel et Blanzac.
- ▶ Projet autour des outils numériques (réalité virtuelle, création jeux vidéos...)

MERCREDI DE 12H À 18H AU LOCAL JEUNES DE ROULLET *

- ▶ Transport possible depuis les collèges de La Couronne, St-Michel, Blanzac et la commune de Sireuil.
- ▶ Nombreux projets : mobilité européenne, court métrage, échanges avec d'autres secteurs jeunes.

VENDREDI SOIR DE 18H À 21H AU LOCAL JEUNES DE MOUTHIERIS *

- ▶ Accueil libre, montage de projet.
- ▶ Discussions, échanges, animation, rencontres...
C'est ici que ça se passe !

VACANCES SCOLAIRES

MOUTHIERIS-SUR-BOËME, ROULLET-SAINT-ESTÈPHE, CLAIX, SIREUIL, TROIS-PALIS, VŒUIL-ET-GIGET, PLASSAC ET VOULGÉZAC

- ▶ Le secteur jeunes est ouvert pendant les vacances à Roullet, au local de la ferme des Glamots. Des permanences d'accueils et des circuits de transports sont assurés par nos soins à partir des communes de Vœuil-et-Giget, Mouthiers-sur-Boëme, Roullet-Saint-Estèphe, Claix, Sireuil et Trois-Palis.
- ▶ Chaque trimestre, ce secteur vous propose une soirée le vendredi et une sortie le jeudi (bowling, concert, événement...
Donne-nous tes idées !

ANIMATIONS AUX COLLÈGES

LA COURONNE, BLANZAC ET SAINT-MICHEL

Les animateurs jeunesse interviennent aussi dans les collèges afin de proposer des activités entre 12h et 14h : activités créatives, jeux de société...

PROJETS INITIATIVES JEUNES

Les animateurs jeunesse sont à l'écoute pour aider les jeunes à organiser des projets de toute sorte, depuis les simples vacances entre amis jusqu'à l'aide humanitaire, en passant par un tournoi sportif ou une manifestation culturelle. Certains projets peuvent bénéficier d'un financement.

RENSEIGNEMENTS

- ▶ Parlez-en aux **animateurs** : **Delphine** ou **Kévin**
- ▶ Contact : 05 45 67 84 38 et 07 70 14 67 53 ou jeunes@effervescentre.fr
- ▶ **f** Secteur Jeunes Effervescentre
- ▶ **@** Secteur Jeunes Effervescentre

Coordinatrice Enfance/Jeunesse : Marion Dunet

- ▶ Contact : 05 45 67 84 38 ou 07 70 14 67 66
- ▶ Courriel : enfancejeunesse@effervescentre.fr

TARIFICATION 12/17 ANS • SECTEUR JEUNES						
QF	0 449	450 699	700 899	900 1200	1201 1800	> 1800
FORFAIT SEMAINE VACANCES	3,03 €	5,05 €	6,06 €	7,07 €	9,09 €	10,10 €
FORFAIT ANNUEL HORS VACANCES	9,09 €	15,15 €	18,18 €	21,21 €	27,27 €	30,30 €
PARTICIPATIONS ACTIVITÉS	En fonction de l'activité et du QF					
SÉJOURS	En fonction du séjour, des activités et du QF					

* Tarifs d'accès aux locaux jeunes : adhésion à l'association - voir page 13

PARTAGE, SOLIDARITÉ, ÉCHANGES, EMPLOI... CENTRE SOCIAL EFFERVESCENTRE

Pour vous aider dans vos démarches de vie quotidienne, vous soutenir dans votre rôle de parents, favoriser les rencontres et les échanges, découvrir des activités, trouver des réponses à vos difficultés... :

Elsa Auxire, responsable du Pôle Familles/Social est à votre écoute :
05 45 67 84 38 • Courriel : social@effervescentre.fr

NOUVEAUTÉS



Espace France Service. Besoin d'aide pour vos démarches administratives : Pôle Emploi, CAF, MSA, CPAM, dossier retraite, sites gouvernementaux.. Si vous ne pouvez pas vous déplacer, une permanence peut être assurée sur votre commune.

FAMILLES/PARENTALITÉ

Contactez-nous pour connaître le planning des animations en famille.

REAAP (RESEAU D'ÉCOUTE D'APPUI ET D'ACCOMPAGNEMENT DES PARENTS) ET ACTIONS COLLECTIVES FAMILLES

Le REAAP est un dispositif coordonné par Effervescentre permettant d'accompagner et de soutenir les parents dans leurs fonctions parentales. Sorties, débats, écoute, échanges... N'hésitez pas à venir rejoindre ce réseau. En tant que Parent, votre avis est important ! Temps fort de la rentrée 2022 : Mise en place de café des parents sur le territoire.

ATELIER ENTR'AIDE COLLECTIF

Au programme de cet atelier : café, échanges, sorties, projets collectifs... Venez-nous rejoindre tous les MARDIS après-midi à partir de 13h30 pour un moment de convivialité
Si vous ne pouvez pas vous déplacer, un transport peut être assuré.

LES RENDEZ-VOUS DU NUMÉRIQUE

Au sein d'un petit groupe, venez découvrir à votre rythme les bases

de l'outil informatique et son maniement pour être autonome sur un ordinateur. Au programme, découverte de l'outil informatique, navigation et recherche sur internet, créer sa boîte mail, traitement de texte, découverte des services en ligne : CAF, MSA, Ameli, ANTS... ou sur thématiques (traitement photo, réseaux sociaux...).

Le vendredi de 13h15 à 15h15. Cycle de 8 heures (4 séances de 2 heures), sur inscription et dans la limite des places disponibles. Tarifs : 20€/cycle + 3€ d'adhésion.

Vous êtes bénéficiaires des « Pass numériques », venez les utiliser lors de cet atelier.

Pour plus de renseignements, contactez la référente Famille.

VACANCES COLLECTIVES FAMILLES

La référente famille vous accompagne dans la construction du séjour et sera présente sur place. Ce projet est basé sur une démarche collective : choix de la destination, le mode d'hébergement, les activités et le transport. Les décisions se prennent en groupe, lors de réunions et chaque idée est la bienvenue. Nous accompagnons les familles participantes dans la recherche d'aides financières permettant de réduire le coût du séjour.

1^{re} rencontre le jeudi 26 janvier 2023 à 18h
Salle Papillon dans les locaux d'Effervescentre

INTERGÉNÉRATIONNEL : BIEN VIEILLIR / BIEN-ÊTRE MOUV'SENIOR

Activités physiques adaptées pour prévenir les chutes, maintenir votre équilibre et apprendre les postures clés pour rester en bonne santé.

Le mercredi de 14h à 15h au Dojo Tanaka à Roulet et
le jeudi de 10h à 11h salle COQ à Mouthiers sur Boeme
Accessible aux personnes autonomes,

à partir de 55 ans et éloignées de la pratique sportive
Reprise le 21 septembre 2022

Tarif : 72€/an + 3€ d'adh. ou 30€/trimestre + 3€ d'adh.
Animatrice sportive : Léa ROGER

SENIOR, LA ROUTE ENSEMBLE

En partenariat avec l'association prévention MAIF, des actions ponctuelles autour de la prévention routière sont proposées sur le terri-

toire. Au programme : Atelier code de la route et rappel des règles de sécurité, tester sa vue et son audition avec ECOUTER/VOIR, mise en situation de conduite... Les prochaines dates et lieux de ces actions seront disponibles sur le site internet : www.effervescentre.fr

BIEN VIVRE ENSEMBLE

LA SEMAINE SOLIDAIRE (RÉVEILLON SOLIDAIRE)

Nous vous proposons de nous retrouver le mardi 6 septembre 2022 pour programmer ensemble cet événement festif, gratuit et ouvert à tous. Vous intégrerez le collectif de bénévoles afin d'organiser un événement festif, convivial et chaleureux : repas, animations, spectacles.

INSERTION SOCIALE ET PROFESSIONNELLE

ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

PERMANENCES EFFERVESCENTRE

Besoin d'un accompagnement dans le cadre de votre recherche d'emploi (CV, lettre de motivation, offre d'emploi) ? Venez rencontrer la référente Familles, sur rendez-vous au plus près de chez vous !

Cet accompagnement individuel est ouvert à tous.

Prise de rendez-vous par téléphone.

ATELIERS COLLECTIFS

PARTAGEONS, ÉCHANGEONS POUR L'INSERTION

Atelier ponctuel basé sur la transmission d'informations et l'accompagnement collectif vers l'emploi ou la formation. Interventions de partenaires sur ces actions : ATTJ, Mission locale, Pôle emploi, P.L.I.E... Des thématiques autour de la vie quotidienne pourront aussi être abordées (accès aux droits sociaux, santé, budget, logement, alimentation...). Atelier accessible aux demandeurs d'emploi et aux bénéficiaires du RSA.

1 fois par mois le mardi après-midi à partir de 14h.

Vous souhaitez rejoindre l'équipe de bénévoles ?

Contactez-nous !

SI VOUS SOUHAITEZ RECEVOIR LES INFORMATIONS CONCERNANT LES ACTIONS DU PÔLE FAMILLES/SOCIAL OU TRANSMETTRE VOS IDÉES DE SORTIES À LA RÉFÉRENTE FAMILLES, N'HÉSITÉS PAS À LA CONTACTER !

L'AIDE ET LE SOUTIEN À LA VIE ASSOCIATIVE LOCALE, CULTURELLE ET SPORTIVE



Un projet de création d'association ? Effervescentre vous soutient, vous conseille et vous oriente vers la structure d'accompagnement, au plus proche de chez vous. Vous êtes une association du territoire, pour 15€ d'adhésion par an, Effervescentre vous propose :

- Un accompagnement à la construction de vos projets (écriture du projet, plan d'action, subventions, formations...)
- La réalisation de vos supports de communication (affiche, flyer, banderole dépliant, etc.).
- Le prêt de matériel (sonorisation, éclairage) et de véhicules (minibus de 9 places).
- Un appui administratif (réglementations, gestion d'assemblée générale, statuts, règlement intérieur, création ou dissolution d'association)
- Une aide à la transition numérique (visioconférence, réseaux sociaux, ateliers collaboratifs)
- La co-animation de vos événements (festival culturel, manifestation sportive, atelier d'insertion)

N'hésitez pas à prendre contact avec Katia Antivilo, référente vie associative au centre social Effervescentre.

Effervescentre est labellisé "Guide Asso"

Contact : Katia Antivilo
vieasso@effervescentre.fr

LES ACTIVITÉS SPORTIVES ET CULTURELLES CENTRE SOCIAL EFFERVESCENTRE

Les activités physiques et sportives sont un moyen pour acquérir maîtrise de soi, confiance, capacité de décision, esprit d'équipe et entraide.

ÉCOLE MULTISPORTS INTERCOMMUNALE

L'école multisport propose aux enfants du CP au CM2, deux cycles d'activités encadrés par un éducateur sportif diplômé, pour découvrir deux activités sportives différentes sur l'année. Pour aider l'enfant dans son choix futur d'activité en lui proposant des cycles diversifiés pour éviter une spécialisation trop précoce. Ou pour étancher sa soif de curiosité et lui faire découvrir différentes activités sportives comme le roller, le judo, le tennis, l'escrime et bien d'autres.

Au Gymnase des Glamots à Rouillet-Saint-Estèphe.

Le lundi de 16h45 à 17h45 pour les CP, CE1.

Et le vendredi de 16h30 à 17h30 pour les CE2, CM1, CM2

Animatrice sportive : Léa ROGER • Tarif : 50€ + adhésion.

Créneaux horaires susceptibles d'être modifiés selon les disponibilités des salles.

ROCK SCHOOL à partir de 12 ANS

Jouer en groupe... Vous en rêvez ! Rejoignez-nous à Rouillet (Salle Henri Veaux) : guitare, basse, batterie, chant, piano. Il y a de la place pour tout le monde. Environ 60 heures sur l'année. 2 séances par mois • Moins de 20 ans : 170 € • Plus de 20 ans 220 € • Les stages de 3 jours (2h/j + concert) ont lieu durant les vacances de la Toussaint, d'hiver, de printemps et d'été. Les jours et les horaires seront définis selon les inscriptions. Vous êtes inscrits aux ateliers musiques de la MJC Jules Berry, l'Amicale Laïque de Sireuil ou l'ACDL : 12 € le stage ou 40 € pour ceux qui ne participent pas aux ateliers.

Contact : 05 45 67 84 38

Charlie Decadt : 06 42 08 84 00

Jean-Hugues Pailhou : 06 85 14 61 98

DES ACTIONS CULTURELLES

La culture est un espace de liberté, elle enrichit l'esprit, affine le goût et l'esprit critique, elle valorise la cohésion sociale et le développement des projets artistiques et culturels du territoire. Ces moments culturels invitent les rapports entre les habitants, les artistes et les acteurs locaux. Une nouvelle programmation culturelle 2022/2023 dynamique et riche en nouveautés artistiques : spectacles, concerts, expositions artistiques.

- Expositions artistiques d'octobre 2022 à mai 2023
- "Les rendez-vous d'Effervescentre" d'octobre 2022 à juin 2023 avec des thématiques diverses et variées, à Effervescentre au plus près de chez vous.
- "Si la bibliothèque m'était contée" de septembre 2022 à juin 2023 à Rouillet, Claix et Sireuil.
- Concerts à Claix, Rouillet et Sireuil sur l'année 2022/2023
- Le carnaval intercommunal avec thématique et médiation culturelle suivant le thème choisi, en mars 2023, sur les sept communes du territoire avec les partenaires associatifs, les écoles du territoire, les accueils de Loisirs et l'IME de Sireuil.
- Les Soleils de l'été 2023 avec une programmation festive, riche en rencontres artistiques, à découvrir en famille autour des randonnées spectacles ou de soirées spectacles en extérieur...

Contact : 05 45 67 84 38 • Courriels : cpdl@effervescentre.fr ; culture@effervescentre.fr ; sport@effervescentre.fr

ÉTÉ ACTIF ET SOLIDAIRE

Effervescentre est le partenaire privilégié de la mise en œuvre de l'Été Actif et Solidaire sur notre territoire, initié par le Département de La Charente.

Pour tous, parents, enfants, amis, voisins, touristes et tous ceux qui ne partent pas en vacances ! L'Été Actif est l'occasion de s'initier à de nouveaux sports, de participer à des moments festifs ou à des activités créatives. L'été actif se déroule tous les ans en juillet et août. Vous pouvez retrouver l'ensemble de la programmation ainsi que le bulletin d'inscription sur notre site internet : www.effervescentre.fr
Contact : 05 45 67 84 38 • Courriel : eteactif@effervescentre.fr

EFFERVESCENTRE, C'EST AUSSI...

Une association composée d'habitants, d'associations et de collectivités, qui facilite le vivre ensemble, la solidarité, la citoyenneté et la participation de chacun :

- ▶ **Elle propose des services utiles aux familles** (activités périscolaires, accueils de loisirs le mercredi et durant les vacances, accueils jeunes, découvertes sportives, soutien à la parentalité...) aux habitants (aide aux démarches administratives et à l'accès aux droits, orientation, soutien à l'insertion sociale...), et aux associations (soutien méthodologique, mise en relation, réalisation de documents de communication, prêt de matériel...)
- ▶ **Elle crée et accompagne les habitants et association à développer des activités** récréatives, culturelles, de services, accessibles au plus grand nombre : carnaval, les Soleils de l'été, réveillon solidaire, fêtes intergénérationnelles, programmation d'expositions, spectacles, création et accompagnement d'associations...

C'est une association d'éducation populaire, où chaque personne est invitée à participer, à construire des projets et à exprimer son **pouvoir d'agir**.

Agréé Centre Social par la Caisse d'Allocations Familiales, Effervescentre a des conventions de partenariat avec les communes de Mouthiers-sur-Boème, Plassac-Rouffiac, Rouillet-Saint-Estèphe, Sireuil, Trois-Palis, Claix et Voulgézac et la communauté d'agglomération de GrandAngoulême.

ADHÉRER À EFFERVESCENTRE

Pour participer aux activités et prendre part à la vie de l'association, l'adhésion est obligatoire.

L'adhésion est valable de septembre 2022 à août 2023

ADHÉSION AU CENTRE SOCIAL

DU 01/09/2022 AU 31/08/2023

FAMILLE	6 €
INDIVIDUELLE	3 €
ASSOCIATIVE	15 €

L'adhésion permet de voter à l'Assemblée Générale et d'être candidat au Conseil d'Administration et au Bureau, actuellement composé de *Valérie BOUTET, Annie POLIDORI, Sophie LALANDRE, Alexandre CUMINGE et Marie-Claude LANN.*



CONTACT ET RENSEIGNEMENTS

EFFERVESCENTRE • CENTRE SOCIAL, CULTUREL ET SPORTIF
3, route du Sergent Sourbé 16440 Roulet-Saint-Estèphe
05 45 67 84 38 • contact@effervescentre.fr
www.effervescentre.fr



ANIMATION VIE LOCALE**CLAIX**

Soutien aux associations en lien avec l'environnement, la nature et le bien-être. Accueil, animation et buvette.

Terre Nature • Julien Albert : 06 79 99 31 49

CLAIX

Organisation de Bric à Brac, participation aux événements de la commune. Organisation de compétitions.

Association sportive de Claix • Danièle Garcia : 06 73 51 92 44

MOUTHIER-SUR-BOËME

Préparation du Carnaval intercommunal d'octobre à mars avec les partenaires du territoire (APE, écoles) • Création de décors et de costumes, tous publics. L'évènement a lieu au mois de mars.

Carnaval • Frédéric Noël : 06 51 68 44 53

MOUTHIER-SUR-BOËME > MJC JULES BERRY

La Maison des Jeunes et de la Culture est ouverte à tous, sans discrimination, elle permet d'instaurer de la convivialité entre les habitants du territoire. Elle propose des activités sportives, de bien-être et culturelles, ainsi que des stages pendant les vacances scolaires, participe aux événements sur la commune et propose 2 séances/mois de cinéma le jeudi • Accueil le lundi et jeudi de 9h à 12h et de 14h à 18h • L'adh. est obligatoire et est valable du 1^{er} septembre au 31 août • Une seule adh. pour toutes les activités (assurance incluse) • Adh. jeunes de - 18 ans : 8€/an • Adh. adulte : 10€/an • Adh. familiale : 20€/an. Journées portes ouvertes : 17/09/22.

MJC Jules Berry

Anne-Marie Grandry : 06 13 21 36 81 • Sophie : 05 45 21 48 76

PLASSAC-ROUFFIAC

Le comité de fêtes organise des manifestations et propose des animations sur la commune.

S.C.A.L.P (Sport, Culture, Arts et Loisirs à Plassac)

scalp@plassac-rouffiac.fr • 07 82 66 17 47

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Participations au Téléthon, fêtes de fin d'année, organisation de Roulet en Fêtes, lotos, soirées dansantes et festives.

Comité des fêtes • Sébastien Papin : 06 23 60 50 30

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

L'Association Culturelle Détente et Loisirs est affiliée Maison des Jeunes et de la Culture (MJC), elle propose des activités artistiques, culturelles et sportives aux habitants du territoire, dans l'objectif de créer des rencontres humaines, sociales et intergénérationnelles, de développer l'engagement associatif et la volonté d'agir dans un but commun • Adh. valable du 01 sept. au 31 août • 1 seule adh. pour toutes les activités (assurance incluse) • Portes ouvertes : 3 sept. à partir de 14h (salle des fêtes) • Adh./pers. : 7€/an.

ACDL • Frédéric Favier : 06 84 23 78 24

www.acdlroullet.fr • ACDL Roulet

SIREUIL

Organisation "Happy run color 16" le 09/10/22, marche, course colorée de 5 km • Organisation de bric à brac et feu d'artifice le 13/07.

Comité des fêtes • Jérôme Bellanger : 06 48 74 06 92

SIREUIL

Depuis deux ans, nous intervenons dans les écoles de Sireuil. Nous avons une section arts créatifs gérée par M^{me} Vergnaud Danielle et M^{me} Lavergne Martine.

Amicale Laïque • Corinne Lamaison : 05 45 90 55 52

TROIS-PALIS > FOVER RURAL

Organisation de manifestations • 3 sept. : jeux de boules à partir de 13h30 sur le parking des écoles suivi d'une soirée grillade à 20h • 22 oct. : repas à thème à 20h30 • 9 déc. : AG à 20h30, salle sous la mairie.

Comité des fêtes • Claude Monnier : 06 88 55 82 13

VÈUIL-ET-GIGET

Organisation de manifestations et soirées festives au sein de la commune • 20/11/22 : bric à Brac • 11/12/22 : marché de Noël.

Vœuil en fêtes • Patrick Gogeon : 06 18 76 40 18

VÈUIL-ET-GIGET

Organisation d'activités et manifestations de loisirs, participation à l'animation de la vie communale • Adhésion par personne : 17€/an qui permet de participer à toutes les activités.

Club Amitié Partage (CAP) • Evelyne Chemier : 06 68 87 88 89

VOULGÉZAC

Organisation de la fête des voisins et méchoui annuel • Adh. 10€/an.
Amicale et loisirs • Dominique Charrier : 06 38 83 42 06

ANCIENS COMBATTANTS

MOUThIERS-SUR-BOÈME

Participation aux journées de commémorations annuelles • Ouvert aux jeunes combattants.

Anciens combattants FNACA • Yvon Rivet : 05 45 67 93 70

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Participation aux journées de commémorations annuelles.

Anciens combattants FNCR • Jacques Genty : 05 45 67 41 31

SIREUIL

Participation aux journées de commémorations annuelles • Impliqué dans la démarche du souvenir • Ouvert aux jeunes combattants.

Anciens combattants • Régis Rouyer : 05 45 90 69 08

VÈUIL-ET-GIGET

Participation aux journées de commémorations annuelles • Ouvert aux jeunes combattants étant intervenus dans tous les pays où la France a été en opération extérieure.

Anciens combattants • Patrick Gogeon : 06 18 76 40 18

BIBLIOTHÈQUE, MÉDIATHÈQUE

CLAIX

Mercredi de 15h à 17h • Samedi de 10h30 à 12h • Fermé en août.
biblio.claix@claix16.fr

MOUThIERS-SUR-BOÈME

Mardi et Jeudi de 9h à 12h30 • Mercredi de 13h30 à 18h • Vendredi de 16h à 18h • Samedi de 10h à 12h30 et de 13h30 à 16h30.

mediatheque@mouThiers-sur-boeme.fr • 05 45 67 89 47

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Mercredi de 15h30 à 17h30 • Vendredi de 17h à 18h30 • Samedi de 10h à 12h • Fermeture du 1^{er} août au 3 septembre 22.

papillonlectureroullet@outlook.fr • 09 66 43 38 75

SIREUIL

Période scolaire : lundi, mardi et jeudi de 17h30 à 18h30, samedi de 10h à 12h. Petites vacances : mercredi de 17h à 19h, samedi de 10h à 12h. Grandes vacances : mercredi de 19h à 21h. Fermé en août.

TROIS-PALIS

Mercredi de 17h30 à 18h30, samedi de 10h30 à 12h.

VÈUIL-ET-GIGET

Mercredi de 15h à 18h, samedi de 10h à 12h. Fermé en août.

HUMANITAIRE / SOCIAL

MOUThIERS-SUR-BOÈME > 57 RUE DE LA BOÈME (ANCIENNE CRÈCHE)

Intervention auprès des familles en difficultés sur indication des assistances sociales ou du secteur social d'Effervescence. Collecte de fonds avec la vente de vêtements, accessoires, vaisselle, livres... • Déballage, déstockage le 10/09, collecte alimentaire le 01/10 au local • Organisation du marché de Noël le 26/11 de 10h à 17h.

Comité Secours Populaire • Marie-Christine Hitier : 06 80 96 40 46

PLASSAC-ROUFFIAC

Actions menées au Burkina-Faso, avec les référents burkinabés, en soutien à l'enfance. Soutien à la scolarité et à l'alimentation. Organisation d'événements, récolte de fonds, randonnée solidaire le 8 octobre • Adh. : 40€/an.

Kambavenir • Muriel Quiras : 06 89 13 74 29

www.kambavenir.fr •  kambavenir16

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Échanges de courrier, envoi de container, colis humanitaire, nourriture et vêtements à destination du Burkina Faso. Collecte de fonds • Adhésion : 20€/an.

Fraternité IMASGO Sud Angoulême

Alfred Bourgoïn : 05 45 66 31 10

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Organisation d'événements afin de récolter des fonds au profit de la lutte contre le cancer pédiatrique • Adhésion : 10€/an.

Ma force, Mon combat • Thomas Metayer : 06 29 93 13 66

PARENTS D'ÈLÈVES

CLAIX > ape.claix16@gmail.com

MOUThIERS-SUR-BOÈME > ape.mouthiers@gmail.com

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > ape.roullet@gmail.com

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > asso.les.petits.poucets@gmail.com

SIREUIL > ape.sireuil@gmail.com

TROIS-PALIS > apetroispalischampmillon@gmail.com

VÈUIL-ET-GIGET > ape.voeuil@laposte.net

SANTÉ, MÉDICAL, ÉDUCATIF

MOUThIERS-SUR-BOÈME • LA COURONNE

Au service de tous, à tous les âges de la vie et partout dans le département, aide à domicile. Vous avez envie de vous rendre utile ? De lier des liens sociaux forts ? Devenez bénévole au sein de l'ADMR Charente. Mettez votre énergie, vos connaissances et votre bonne humeur au cœur de nos associations. Les bénévoles de notre réseau font vivre notre dimension sociale, solidaire et citoyenne, alors pourquoi pas vous ?

ADMR • Marie-Claire Elissalde : 05 45 67 95 55

MOUThIERS-SUR-BOÈME

Organisation de collectes de sang sur les communes de Blanzac-Porcheresse, Chadurie et Mouthiers-sur-Boème, 5 collectes par an, collation incluse • 15/09/22, collecte à Blanzac-Porcheresse de 16h30 à 19h30 à la salle des fêtes • 06/12/22, collecte à Mouthiers-sur-Boème de 16h30 à 19h30 à la salle des fêtes. Sur inscription sur le site internet : mon-rdv-dondesang.efs.sante.fr

Amicale des donneurs de sang

Marie-France Anicet : 05 45 67 92 75

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Organisation de collectes de sang sur les communes de Claix et Roulet-St-Estèphe, 5 à 6 collectes par an, collation incluse • 02/11 et 30/12, collecte à Roulet-St-Estèphe de 17h à 20h à la salle des fêtes. Sur inscription sur le site internet : mon-rdv-dondesang.efs.sante.fr

Amicale des donneurs de sang • Bernard Bouchere : 06 81 42 99 33

SOCIÉTALE

MOUThIERS-SUR-BOÈME

Pour la préservation du cadre de vie et de l'environnement.

Vent debout de la Boème • Karine Miguel : 06 63 22 38 34

ventdeboutboeme@gmail.com

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Délégation charentaise des officiers en activité et retraités, anciens élèves de l'école militaire de Saint-Cyr • Organisation de la commémoration de la bataille d'Austerlitz le 02/12 • Adhésion à Paris.

La Saint Cyrienne Charente • Michel Kreher : 06 82 00 81 73

SPECTACLE, CONCERT

MOUThIERS-SUR-BOÈME

Participation aux événements de la vie locale • Organisation festival de musique sur la commune.

Au son de la Boème • Nathanaël Calonne : 06 37 58 81 76

MOUThIERS-SUR-BOÈME

Compagnie de théâtre, création et diffusion de spectacles amateurs • Atelier théâtre pour adultes, stages pour enfants et adolescents, ateliers découvertes, lectures théâtralisées.

Compagnie Olive de Lux • Claude Coyrault : 06 14 58 40 40

olive2lux@gmail.com

MOUThIERS-SUR-BOÈME

Actions culturelles et festives, théâtre, chansons, humour • Adh : 5€/an.

L'Âge de Faire • Bertrand Malherbe : 06 76 76 54 51

TROIS-PALIS

Promotion du patois saintongeais, chants de Barbara, proposition de spectacles • 19 nov. : spectacle à Champmillon • Adh : 10€/an.

Le z'emits d'la nine • Danielle Cazenabe : 06 79 05 15 12

TROIS-PALIS

Soutien à la création musicale en milieu rural et périurbain, label discographique. Organisation de rencontres, échanges lors du festival Jazz à Trois-Palis du 16 au 18 septembre • Adh. : 10€/an.

L'affiche • Bruno Tocanne : 06 16 26 24 09

laffiche.imuzzic@free.fr

3^e ÂGE

CLAIX > PRÉFABRIQUÉ

Jeux de société (belote), 1 vendredi sur 2, à partir de 14h. Organisation de concours de belote • Marche à partir de 13h30 au préfabriqué à côté de la mairie (covoiturage possible) • Adhésion 13€/an.

Claix d'or • Martine Villechalane : 06 09 96 78 15

MOUTHIERS-SUR-BOËME

Accueil des retraités de Mouthiers pour partager des moments de convivialité. Chaque vendredi de 14h à 17h30, jeux de belote, Scrabble, rami... goûter offert • Organisation d'une sortie sur une journée dans l'année, participation à la journée de la santé et à la journée de l'amitié. • Adhésion 16€/an.

Génération Boème • Jacqueline Brouillet : 06 40 23 97 89

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Accueil des retraités de Roulet de 55 à 95 ans, pour des moments de convivialité et des activités sportives et culturelles • Pétanque, le lundi de 14h à 18h, au boulodrome des Glamots • Gymnastique, le mardi de 9h à 10h, aux Glamots salle Dojo (de septembre à fin juin) • Rencontre jeux (Belote, Tarot, Scrabble, Skip bo, Triominos..) 1 jeudi sur 2 de 14h à 18h, salle de spectacle des Glamots, goûter offert • Marche, le vendredi de la semaine intermédiaire, de 9h à 11h ou de 14h à 16h selon la saison • Cotisation supplémentaire pour la gymnastique (50€) • Adhésion de 13€/an (donne droit aux différentes activités du club) • Reprise le 01/09/22.

Club des Aînés • Martine Charbonnaud : 06 64 26 47 44

TROIS-PALIS > SALLE SOUS LA MAIRIE

Accueil des retraités de Trois-Palis le mardi de 13h30 à 18h, jeux de belote et tarot goûter offert • Organisation d'une sortie sur une journée dans l'année, repas trimestriel, concours de tarot • Adh. : 17€/an.

Club de l'amitié • Claude Monnier : 05 45 70 40 86

VŒUIL-ET-GIGET > SALLE DES HIRONDELLES

Café citoyen (débat autour d'un thème sociétal), un vendredi par trimestre, de 18h à 20h, suivi pour celles et ceux qui le souhaitent, d'un repas au restaurant de Vœuil-et-Giget. L'adhésion au Club

Amitié Partage de 17€/an permet de participer à toutes les activités.

CAP • Philippe Soulat : 06 08 54 71 61

VOULGÉZAC > SALLE DES FÊTES

Accueil des retraités de Voulgézac tous les mardis de 13h30 à 17h30, jeux de cartes et de société, participation au goûter 1€ • Organisation d'une journée pique-nique avec randonnée et jeux de cartes • Repas annuel au restaurant offert selon trésorerie • Reprise le 16/08 • Adh. 15€/an.

Club les gais lurons de Vouzat

James Reymonet : 06 15 06 71 71

ANIMAUX

MOUTHIERS-SUR-BOËME > LES GRANDS BOIS

Accueil d'animaux en souffrance, maltraités avec de gros traumatismes. Stérilisation. Adoption possible uniquement avec un suivi • Organisation de brocante, collectes dans les supermarchés, dons possibles • Sur réservation, à partir de 3 ans, promenade en calèche ou à poney sur des animaux sauvés de maltraitements.

Sauvetage animalier • Didier Picard : 06 30 40 37 02

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > PLAINE DES GLAMOTS

À partir de 10 ans, éducation canine, agilité, école du chiot • Le samedi de 9h à 12h30 • Tarif : 120€/an • Gratuit pour les moins de 14 ans.

Club canin • Marie Rolland : 06 45 90 94 85

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Pour tous, découverte et balades en attelage avec des chevaux de trait, dont le cheval de trait poitevin mulassier (espèces menacées), ou des ânes • Concours national les 3 et 4 sept. et en mars 2023.

Rouler à cheval • Patrick Le Pape : 06 08 73 14 30

SIREUIL

Élevage d'oiseaux exotiques, organisation sortie observation, réunion bi-mensuel, expositions • Adhésion : 35€/an.

Société de Protection et de Recherche Ornithologique (P.R.O)

Jean-Marie Treffandier : 05 45 90 65 20

ARTS DU CIRQUE

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > SALLE DES FÊTES

Jonglage, manipulation d'objets, équilibre au fil tendu pédalier, rouleau américain, monocycle... • Pour les 4/6 ans, le mardi de 17h à 18h • Pour les 6/10 ans le mardi de 18h à 19h • Reprise le 06/09/22 • Tarif : 120€/an + adhésion ACDL 7€/an.

ACDL • David Mappa : 06 30 13 82 54

ART FLORAL

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > PARADIS VÉGÉTAL

Reprise des cours enfants : mercredi 12 oct. de 15h à 16h30 • Reprise des cours adultes : mercredi 5 oct. de 15h à 16h30 • Cours d'octobre à juillet, sauf mai • Tarifs enfants (7 ans à 14/15 ans) : 20€/cours + adh. ACDL 7€/an • Tarifs adultes : 35€/cours + adh. ACDL 7€/an • Dates sur le site www.paradisvegetal.com. Réservation par email : earl.paradis.vegetal.bg@gmail.com

ACDL • Paradis Végétal - Blandine Gaudin : 05 45 66 44 93

BATTERIE, PERCUSSIONS

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > SALLE HENRI VEAUX

Junior'percu 4 à 7 ans, tambourins, bongos, claves le mercredi après-midi • Tarif : 90€/an + adhésion ACDL 7€/an • Reprise le 21/09 à 14h • Batterie, percussions, cours tous âges et tous niveaux le mercredi et le jeudi • Tarif 275€/an (-20 ans) et 335€/an (+20 ans) + adhésion ACDL 7€/an • Réunion d'information le 08/09 à 18h.

ACDL • Paul Seitz : 06 86 72 61 63 et Arnaud Millet : 06 72 01 05 58

BILLARD

SIREUIL > SALLE DES TANNERIES

Club de billard, organisation de manifestations sportives, compétitions, entraînements le mercredi à partir de 18h et le dimanche à partir de 14h, pour tous les âges, prêt de matériel possible • Adhésion : 10€/an.

Cagouillard 8 Pool • Gérald Mousset : 06 76 66 54 30

CALLIGRAPHIE

VŒUIL-ET-GIGET > SALLE DES RAINETTES

Cours de calligraphie tous niveaux : mise en page et réalisation • Travaux individuels et collectifs • Le mercredi selon calendrier trimestriel de 14h à 18h. Reprise en septembre • Tarif : 50€/trimestre.

Annie Bouyer • anniebouyer@yahoo.fr - 06 13 51 29 32

CHANT ET CHORALE

MOUTHIERS-SUR-BOËME > MJC JULES BERRY

À partir de 18 ans • Chaque membre est invité à une rencontre musicale un dimanche par mois de 14h à 18h, pendant dix mois pour étudier un répertoire avec le concours d'une équipe d'intervenants constituée de deux chefs de chœur, d'une formatrice vocale et de deux pianistes. Nul besoin de connaissances musicales. Les objectifs sont multiples, dont le perfectionnement musical collectif et individuel, le travail de la respiration, l'amélioration de la maîtrise vocale. L'activité a pour but de déboucher sur plusieurs concerts en Charente et au-delà • Tarif 160€/année scolaire + adhésion à la MJC • Réunion d'information le 10/09 à 10h.

Coups d'Chœur en Charente • Aurore Garcia : 06 82 91 03 86
ou coupdchœurencharente@gmail.com

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > SALLE DE SPECTACLE DES GLAMOTS

Chorale : jazz, gospel et chanson française jazzy • Tous les jeudis de 20h à 21h30 • Inscription et cours découverte le 08/09/22 à 20h • Tarif : 100€/an + adhésion ACDL de 7€/an.

ACDL • Sandy Dairain (cheffe de chœur) : 06 83 60 31 36

SIREUIL > SALLE DES TANNERIES • MALAVILLE > SALLE DES FÊTES

Chants diversifiés : variétés, gospel, classique • 2 concerts par an. Organisation de Festi'chorales au printemps 2023 • Répétitions 1 mardi sur 2 de 20h30 à 22h15, soit à Sireuil soit à Malaville • Reprise le 06/09/22 à Malaville, co-voiturage possible • Adhésion : 20€/an.

Accords et à chœur • Odile Michaud : 06 42 15 49 16

VÈUIL-ET-GIGET > MAIRIE

Chorale pour tous. Interprétation de chants populaires, variétés françaises • Le lundi de 14h à 16h30 • Adhésion 30€/an.

Chorale Le chant des Eaux Claires

Damien Barbier • 06 71 30 67 96

COLLECTIONS

MOUTHIERS-SUR-BOËME > SALLE DE LA MAIRIE

Échanges d'objets de mêmes collections et de trouvailles. Participation à des bourses d'échanges/jouets anciens. Expositions des collections, salon. Sorties vieilles voitures : 1 fois/mois le lundi à 20h15 • Adhésion à la MJC qui permet de participer à toutes activités • Reprise de l'activité le 05/09/22

MJC Jules Berry • Jean-Paul Adam • 06 35 49 35 96

ÉVEIL MUSICAL

MOUTHIERS > ÉCOLE MATERNELLE (SALLE DE MOTRICITÉ)

Moyenne section et grande section (4/5ans) • Le mercredi de 17h à 17h30 • Cette activité ne prétend ni à l'apprentissage des instruments, ni à la théorie musicale. Mais en proposant jeux et manipulations, elle permet d'appréhender les grandes notions de la musique. Styles, courants, compositeurs, chant, créativité, sont autant de tiroirs magiques que l'on ouvrira • Tarif 80€/année scolaire + adhésion à la MJC • Réunion d'information le 14/09/22 à 17h • Reprise le 21/09/22.

MJC Jules Berry • Jean-Luc Cibard Normand • 05 45 67 84 38

GUITARE

MOUTHIERS-SUR-BOËME > MEZZANINE MJC

Guitare acoustique et électrique, à partir de 7 ans. Le mardi et le jeudi à partir de 16h30. Les cours de guitare s'adressent à tous les niveaux, débutants et confirmés, et à tous les styles musicaux • Tarif : 210€/année scolaire + adhésion à la MJC • Reprise des cours le 13/09 et le 15/09.

MJC Jules Berry • Charlie Decadt • 06 42 08 84 00

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > SALLE HENRI VEAUX

Guitare classique, électrique et basse, initiation et perfectionnement à partir de 8 ans • Tarif : 245€/an (-18 ans et étudiants) et 305€/an (+18 ans) + adhésion ACDL de 7€/an • Tous âges et tous niveaux les lundis et vendredis • Réunion d'organisation des cours le 12/09/22 à 19h.

ACDL • Jean-Hugues Pailhou • 06 85 14 61 98

INFORMATIQUE / NUMÉRIQUE

PLASSAC-ROUFFIAC

Promouvoir l'utilisation des réseaux sans fils dans le respect de la législation et de la réglementation en vigueur.

Wifi Plassac Rouffiac • 06 70 48 23 24

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE - EFFERVESCENTRE

Les rendez-vous du numérique • Au sein d'un petit groupe, venez découvrir à votre rythme les bases de l'outil informatique pour être autonome sur un ordinateur : découverte de l'outil informatique, navigation et recherche internet, créer sa boîte mail, traitement de texte, découverte des services administratifs en ligne. Le vendredi de 13h15 à 15h15. Tarif : 20€/cycle de 4 séances.

Effervescentre • Margaux Ebel • 05 45 67 84 38

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > SALLE HENRI VEAUX

Club informatique, atelier d'initiation et de perfectionnement à l'informatique (internet, multimédia...), le mardi de 14h à 16h • Reprise des cours et inscriptions le 06/09/22 à 14h • Tarif 35€/an + adhésion à l'ACDL de 7€/an.

ACDL • Georges Pagnucco • 06 20 69 96 45

JARDINAGE

SIREUIL

Création d'animation autour d'atelier, événement autour du jardinage naturel, de la préservation de la biodiversité, de la santé, de l'éducation, du bien-être • Organisation du salon "Zen'ergie nature et bien-être" le 1^{er} et 2 octobre 2022 • Adhésion : 20€/an.

D'Âme Nature • Bernadette Lhuillier 06 88 12 76 42

JEUX DE SOCIÉTÉ, DE CARTES

MOUTHIERS-SUR-BOËME > SALLE DE RÉUNION MJC

Le Scrabble permet une amélioration de son orthographe, un plus grand vocabulaire à sa disposition, une amélioration de sa grammaire, une meilleure faculté de conjugaison, l'opportunité de travailler ses calculs mentaux et une formidable façon de faire travailler sa mémoire • Tous âges, débutants et confirmés • Le jeudi de 14h à 17h • Reprise le 15/09/22 • Tarif : 30€/année scolaire + adhésion à la MJC.

MJC Jules Berry • Bernard Gervais : 06 77 94 54 65

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > SALLE HENRI VEAUX

Club de tarot le vendredi à 20h30 à partir du 09 sept. • Tarif : 20€/an + adh. ACDL de 7€/an.

ACDL • Stéphane : 06 74 56 43 74

VŒUIL-ET-GIGET > SALLE DES HIRONDELLES

Jeux de société (Rumikub, Scrabble, Triomino...) • Tous les mardis de 14h à 17h30 • Carte sur table et jeux de cartes uniquement • 1 vendredi sur deux, hors vacances scolaires de 20h30 à minuit • Adh. au Club Amitié Partage de 17€/an (permets de participer à toutes les activités).

CAP • Jeux de société - Evelyne Chemier : 06 68 87 88 89

Jeux de cartes - Christian Raynaud : 06 29 04 72 29

LANGUES ÉTRANGÈRES, CONVERSATIONS ET ÉCHANGES

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > ESPACE JACQUES LACROIX

Conversation en anglais, reprise le 05 sept. de 14h30 à 16h • Tarif 16€/an + adh. ACDL de 7€/an.

ACDL • Dominique Valade : 06 52 60 02 48

MOUTHIERS-SUR-BOËME > ÉCOLE DE MOUTHIERS

Ateliers ludiques en langue Anglaise permettant dès le plus jeune âge de s'ouvrir aux langues étrangères et de s'initier à la pratique de l'Anglais • Le mercredi de 17h à 17h45 • Reprise le 21/09 • Tarif : 210€/an + adhésion à la MJC.

MJC Jules Berry • Katie Chabriere : 06 84 42 88 30

LOISIRS CRÉATIFS

MOUTHIERS-SUR-BOËME > SALLE D'ACTIVITÉ MJC

Loisirs créatifs : petites décorations, cartonnage, broderie, couture, travail du fil et du papier. Le jeudi de 14h à 17h, adultes tous niveaux

• Reprise le 15/09/22 • Tarif : 60€/année scolaire + adhésion MJC.

MJC Jules Berry • Catherine Riché : 05 45 67 88 54

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > SALLE HENRI VEAUX

Couture, les lundis et vendredis de 14h à 17h • Reprise et inscription le 05/09/22 à 14h • Tarif : 52€/an + adhésion à l'ACDL de 7€/an.

ACDL • Jeannette Lebraud : 06 25 82 82 28

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > SALLE HENRI VEAUX

Peinture sur porcelaine le jeudi de 14h à 17h • Reprise et inscription le 06/10/22 à 14h • Tarif : 135€/an + adhésion à l'ACDL de 7€/an.

ACDL • Christiane Beaudoin : 06 84 91 41 01

Dominique Ervais (2 fois/mois)

SIREUIL > SALLE DES TANNERIES

Loisirs créatifs, peinture sur tout support, à partir de 12 ans • Le lundi de 14h30 à 17h • Reprise le 05/09/22 • Possibilité de cours de pastel environ 1 fois par mois avec participation financière • Adhésion : 10€/an.

Amicale Laïque • Martine Lavergne : 06 69 48 04 72

ou Marie-Hélène Lapeyre : 06 60 10 28 79

SIREUIL > SALLE DES TANNERIES

Loisirs créatifs et tricot (aiguilles et crochets) • Les lundis et vendredis de 15h à 17h. Adhésion : 10€/an.

Amicale Laïque • Nadine Monpeix : 06 13 11 48 44

VŒUIL-ET-GIGET > SALLE DES HIRONDELLES

Peinture sur porcelaine, art décoratif • Organisation d'une exposition par an. Cours le jeudi de 14h à 17h • Reprise le 01/09 • Adh. : 20€/an.

Art et déco sur porcelaine - Boinaud Arlette - 06 07 34 83 70

MINIATURE / MODELISME

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Club de passionnés de modélisme naval, entraînement sur un plan d'eau privé à St-Estèphe, organisation d'une course en septembre (Trophée de France), entraînement aux championnats, pour tous les âges, échanges et aide à la fabrication des modèles • Adhésion loisir : 58€/an • Adhésion compétition : 70€/an (licence + adhésion).
Espadons Charentais • Didier Baynaud : 06 87 03 08 45

PATRIMOINE

MOUTHIERS-SUR-BOËME > MJC JULES BERRY

Recherches historiques, collectes de témoignages, visites, expositions, randonnées... 1 mardi sur 2 • Adhésion 6€/an.
Boème patrimoine • Philippe Soulard : 06 89 11 01 44

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > MAISON POUR TOUS

L'association RSE Patrimoine a pour but, la découverte, le recensement, la sensibilisation, la mise en valeur et l'animation du patrimoine matériel et immatériel • Organisation de randonnées gourmandes, d'événements lors des journées européennes du Patrimoine et journées du Patrimoine de Pays et des Moulins, de soirées musicales festives, conférences • Projet médiéval avec les écoles pour 2023 • Adh. : 8€/an.

RSE Patrimoine • Patricia Charles : 06 80 41 34 19
rsepatrimoine@gmail.com

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > ESPACE JACQUES LACROIX

Mémoire locale, partager des souvenirs, raconter des anecdotes, écrire pour transmettre • Un vendredi sur deux de 14h15 à 16h • Reprise et inscriptions le 23/09 à 14h15 • Tarif : 16€/an + adh. 7€/an ACDL.

ACDL • Isabelle Kurek : 06 46 64 40 66

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Mission en collaboration avec la municipalité, travaux de restauration de l'intérieur de l'église. Recherche de dons et mécénat.
Association de l'aménagement et la sauvegarde de l'église de Roullet-Saint-Estèphe • Michel Kreher : 06 82 00 81 73

PIANO

MOUTHIERS-SUR-BOËME > SALLE DE DANSE MJC

A partir de 6 ans, débutants et confirmés • Apprentissage du piano et du langage musical avec un répertoire classique, jazz et variétés. Préparation pour de petits concerts. Cours collectif de 2 élèves par 30 minutes ou individuel tous les 15 jours. Le jeudi de 15h à 20h30 et le samedi de 9h30 à 13h30 • Reprise le 15/09 • Tarif : 310€/année scolaire + adhésion MJC.

MJC Jules Berry • Catherine Opic : 06 06 41 49 25

PEINTURE

CLAIX > PRÉFABRIQUÉ

Peinture à l'huile, le lundi de 18h à 20h et le mercredi de 14h à 16h • Exposition annuelle, organisation d'un événement culturel le 5 et 6 novembre 2022 • Reprise le 19/09 • Adhésion 10€/mois.

Claix aux peintres • Martine Sanchez : 05 45 64 04 70 ou sangallais@yahoo.fr

VÈUIL-ET-GIGET > SALLE DES RAINETTES

Dessin, aquarelle, acrylique, huile, encaustique et pastels • Le jeudi de 14h à 20h • Participation au marché de printemps et marché de Noël • Adhésion 30€/an (assurance comprise).

Palette et chevalier • Chantal Navarro : 06 65 48 51 49 ou louisnavarro@sfr.fr

RADIO

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Radioamateur de la Charente au service de la sécurité civile, recherche de balises, journées rencontre et sécurité avec les enfants des écoles, vérification du matériel tous les ans • Pour adhérer : connaissances en cibi ou radioamateur avec examen obligatoire • Adhésion 20€/an.

ADRASEC 16 • Edgar Martin : 05 45 66 31 58

THÉÂTRE

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > SALLE DE SPECTACLE DES GLAMOTS

Jeux d'expression, création ludique... • Pour les 7/10 ans le mercredi de 14h à 15h. Pour les 11/13 ans, le mercredi de 15h à 16h • Réunion d'information le 14/09. Reprise des cours le 21/09 • Tarif 7/11 ans : 80€/an • Tarif 11/13 ans : 90€/an + adh. ACDL 7€/an.

ACDL • Jean-Luc Cibard Normand : 05 45 67 84 38

VOYAGES ORGANISÉS, JOURNÉES DÉCOUVERTES

MOUTHIERS-SUR-BOËME

Programme d'échanges en cours d'organisation • Tous âges confondus • Jumelage avec la ville de Petite Rosselle en Moselle en mémoire de l'exode de 1940 • Adhésion : 5€/pers - 10€/famille.

Comité de jumelage • Mareille Lochon : 06 23 57 60 41

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Programme d'échanges en cours d'organisation • Tous âges confondus • Adhésion 10€/an.

Comité de jumelage • Anne-Marie Devige : 06 85 05 08 67

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Organisation de journées gourmandes, croisières fluviales, voyage d'une semaine en Europe • Tarif sur demande + 7€/an d'adh. ACDL.

ACDL • Jeannette Lebraud : 06 25 82 82 28

ARTS MARTIAUX

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > SALLE DOJO TANAKA DES GLAMOTS

École d'Arts Martiaux Traditionnels Japonais Aïki-jujutsu Takeda-Ryu Maroto-Ha • Art du Samouraï, techniques de self défense japonaises, cours ouverts à partir de 14 ans • Instructeur diplômé 3^e Dan Aïki-Jujutsu Takeda Ryu Maroto Ha • Le lundi de 18h15 à 19h45, Aïki-Jujutsu (techniques à mains nues) • Le vendredi de 19h15 à 21h15 Aïki-Jujutsu + armes (Iaido, jodo, Ken-Jutsu) • Inscription toute l'année, premier cours gratuit • Tarif : 160€/an (adhésion annuelle + licence + carte de grade) + 7€/an d'adhésion à l'ACDL • Reprise des cours et inscription le 05/09/22 à 18h15.

ACDL • Stéphane Lampe : 06 43 76 48 95

accg.takedaryu@gmail.com

ATHLÉTISME

MOUTHIERS > SALLE GILLES PLOQUIN • STADE MUNICIPAL

Apprentissage de tous les agrès et de toutes les disciplines, tout en étant ludique pour les enfants • Enfants de 4 à 11 ans, le lundi de 18h15 à 19h30 • Reprise le 26/09/22 • Tarif : 50€/an + adh MJC. MJC Jules Berry • Betty Breaud-Matrat : 06 10 53 50 90

BABY LUDO GYM

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > SALLE DOJO TANAKA DES GLAMOTS

Éveil corporel et sportif pour enfants de - 3 ans, le mercredi de 11h à 11h45 • Baby Gym pour enfants de 3 à 5 ans, le mercredi de 10h à 10h45 • Reprise le 21/09 • Tarif : 90€/an + 7€/an d'adh. ACDL.

ACDL • Léa Roger : 05 45 67 84 38

BADMINTON

CLAIX > SALLE OMNISPORTS

A partir de 14 ans, tous niveaux • Entraînements et matchs, ateliers pour perfectionnement • Le lundi de 18h30 à 21h et le mercredi de 19h à 21h • Reprise le 05/09 • Cotisation 40€/an (assurance comprise).

Le Volant Claibertin • Jonathan Gomes : 06 77 53 36 91

Dominique Saumon : 06 68 17 94 74

levolantclaibertin@laposte.net •  Le Volant Claibertin

MOUThIERS-SUR-BOËME > SALLE OMNISPORTS

Sous tutelle de la Féd. Française de Badminton, accueil de tous les joueurs souhaitant pratiquer le badminton en loisir ou en compétition

• Enfants à partir de 8 ans (-8 ans, nous contacter) et ados, école de badminton le jeudi de 19h15 à 20h30 puis jeu libre jusqu'à 23h30 (reprise le 15/09) • Adultes, entraînement spécifique le mardi de 20h à 21h puis par équipe jusqu'à 23h30 • Jeu libre le jeudi de 20h30 à 23h30 • Manifestations et rencontres sportives le vendredi à partir de 20h15 (reprise le 20/09) • Jeu libre pendant les vacances scolaires pour tous • Cot. pour les mineurs : 60€/ année scolaire (adh. comprise), dispositif Pass'sport • Cot. pour les majeurs : 80€/année scolaire (adh. comprise).

Badistes de la Boème • Rémi Lacressonniere : 07 81 71 26 15

contact@badistesdelaboeme.fr •  Badistes de la Boème

CLAQUETTES

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > SALLE DES FÊTES

Le jeudi de 17h30 à 20h30 • Reprise le 08 septembre à 17h30 • Tarif adulte : 100€/an - Tarif enfants (à partir de 8 ans) : 80€/an + 7€/an adh. ACDL.

ACDL • Françoise Jaugin : 06 03 03 50 45

COUPÉ DÉCALÉ

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > SALLE DE SPECTACLE DES GLAMOTS

Pour les enfants à partir de 9 ans, les ados et les adultes, le mardi de 19h30 à 20h30 • Réunion d'information, inscriptions et reprise le 06/09 à 18h15 • Tarif enfants : 130€/an • Tarif ados/adultes : 150€/an + adh. ACDL 7€/an.

ACDL • Parfait : 06 09 35 33 93

COURSE À PIED

MOUThIERS-SUR-BOËME > STADE

Entraînements tous les mardis soirs de 18h30 à 20h au stade de Mouthiers, encadrés par notre coach : Alain Couturier. Échauffement, gammes (montées de genou, talon-fesse, pas chassé, etc.), accélérations, fractionné court ou long, travail de côtes, pyramides, fartlek... En début d'année, footing de 30 à 45 minutes, suivi d'une série d'accélérations ou côtes. Le test de VMA a lieu vers la Toussaint.

Programmes personnalisés conçus par Alain pour ceux qui souhaitent préparer une course spécifique (marathon, semi, trail,...) • Adh. : 20€/an • Les rapid's de la Boème et Christophe Moreau organisent l'Ekiden Trail de la Boème fin avril. Courses proposées : Ekiden Trail sur 45km en relais à 6, 2 trails, Marche Nordique, course enfant et circuit de randonnée pédestre. Repas festif en soirée animé par une Banda.

Les Rapid's de la Boème • Damien Bœuf : 06 61 64 17 49

 Les Rapid's de la Boeme • lesrapidsdelaboeme.fr

Ekiden Trail • Christophe Moreau : 06 61 64 17 49

SIREUIL

Organisation de 2 manifestations : Triathlon du Pont le 28/08/22 et les Foulées du Brin d'Aillet le 1^{er} mai.

Association sportive de Sireuil • Christian Révolte : 06 81 02 94 74

Triathlon du Pont • Jean-Luc Martial : 06 73 42 82 14

Trail - Foulées du brin d'aillet • Thierry Mouette : 06 33 10 42 27

CHASSE / PÊCHE

CLAIX

Société de chasse • Eric Raffenaud : 07 71 12 33 32

MOUThIERS-SUR-BOËME

Organisation de lâchers 1 fois/mois et concours de pêche. Participation aux événements de la commune • Carte d'adh. 20€/an.

Tourbières et loisirs • Bernard Sauvet : 06 65 08 10 02

MOUThIERS-SUR-BOËME

Société de Chasse • Jean-François Germon : 06 86 60 24 44

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Amicale des chasseurs • Laurent Chaillot : 06 08 67 72 54

SIREUIL

Organisation de repas de chasse : sanglier à la broche et civet.

Société de chasse • Joël Larapidie : 06 84 04 10 71

VËUIL-ET-GIGET

Société de chasse • Frédéric Couteau : 06 87 53 62 86

CYCLISME

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Cyclisme sur route, pour adultes, sorties les mardis, samedi et dimanche à partir de 13h30 • Lieu de rendez-vous : La Couronne ou Nersac • Affilié UFOLEP, organisation d'une compétition en juin à Rouillet • Cot. cyclotourisme : 55€/an • Cot. compétitions : 85€/an.

Roue Libre • Jean Boussiquet : 06 35 22 05 37

DANSE COUNTRY

MOUTHIERS-SUR-BOËME > SALLE GILLES PLOQUIN

Danse country line et couple, ouvert à tous à partir de 12 ans (-10 ans avec parent), tous niveaux • Cours le jeudi, débutant : 18h30 à 19h45. Novices et intermédiaires : 19h45 à 21h • Reprise le 15/09 • Adh. adulte 25€/an • Tarif 1 cours/sem. : 50€/an • Tarif 2 cours/sem. : 85€/an • Tarif réduit pour -16 ans.

Country Cheyenne 16

Florencio Pla : 05 45 67 83 90 ou 06 31 00 54 83

VŒUIL-ET-GIGET > SALLE DES FÊTES

Danse country line, tous niveaux, tous âges, débutants et intermédiaires • Cours le lundi de 19h à 20h30 • Reprise le 13 sept. • Tarif : 120€/an payable en 3 fois • Les 3 premières séances sont gratuites.

Viens danser • Yvonne Decadt : 06 67 96 34 50

DANSE

MOUTHIERS-SUR-BOËME > SALLE DE DANSE MJC

Danse création, en empruntant à des influences culturelles et contemporaines un langage gestuel juste et libéré. Il s'agira de trouver sa propre danse dans une expression adaptée au corps de chacun. Cet atelier de danse est basé sur l'écoute et la création • À partir de 16 ans, le ven. de 19h30 à 21h • Reprise le 09 sept. • Tarif : 220€/an + adh. MJC (min. 9 pers.).

MJC Jules Berry • Valérie Chauvet : 06 98 11 02 30

ROULLET-ST-ESTÈPHE > SALLE DOJO TANAKA DES GLAMOTS

Danse, pour les enfants de 6 à 9 ans le jeudi de 17h30 à 18h30 • Reprise le 22/09/22 • Tarif : 120€/an + 7€/an d'adhésion à l'ACDL.

ACDL • Léa Roger : 05 45 67 84 38 • f ACDL Rouillet

FOOTBALL

CLAIX ET ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Le football Entente Claix Rouillet (ECR) rassemble les enfants des deux communes • Éveil footballistique : U6/07 enfants nés en 2017/2016 et U8/U9 enfants nés en 2015/2014 • Entraînement le mercredi au stade de Claix, de 14h45 à 16h30 • Plateau de matchs le samedi matin à 10h30 tous les 15 jours • Jeu à 8 demi-terrain : U10/U11 enfants nés en 2013/2012 et U12/U13 enfants nés en 2011/2010 • Entraînement le mercredi au stade de Claix, de 16h45 à 18h30 • Plateau de matchs des U10/U11 le samedi matin à 9h et matchs des U12/U13 le samedi après-midi à 15h • Cot. licence (chaussettes de match fournies par le club) • Cat. U6/U7/U8/U9 : 55€/saison • Cat. U10/U11/U12/U13 : 60€/saison.

École de foot AS Claix • Greg Durand : 06 68 20 47 45

Football Club Rouillet • Olivier Reveau : 06 74 08 57 65

MOUTHIERS, BLANZAC, CLAIX ET ROULLET-ST-ESTÈPHE

Le Groupement des Jeunes MBCR (Mouthiers, Blanzac, Claix et Rouillet) rassemble les enfants des 4 communes afin de proposer du jeu à 11 • Catégories : U14/U15 enfants nés en 2009/2008 (2 équipes district) et U16/U17 enfants nés en 2007/2006 (1 équipe district Niv1) • Entraînement le mercredi de 18h45 à 20h45 et le vendredi de 18h45 à 19h45, au stade des Glamots à Rouillet • Match le samedi à 15h au stade de Monplaisir à Rouillet. Cotisation licence (chaussettes de match fournies par le club) • Catégories U14/U15 : 65€/saison • Catégories U16/U17/U18/U19 : 80€/saison.

Réfèrent administratif • Vincent Goupilat : 06 77 84 47 67 - Sporting Club Football Mouthiers • Pierre Desvages : 06 08 48 72 16

École de foot AS Claix • Greg Durand : 06 68 20 47 45

Football Club Rouillet • Olivier Reveau : 06 74 08 57 65

MOUTHIERS-SUR-BOËME > STADE MUNICIPAL

École de foot, le mercredi de 14h30 à 20h selon cat. • Sénior, le mardi et le jeudi de 19h à 21h • Reprise le 07 sept. • Tarif : contacter le club.

Football Club Rouillet • Alain Combeaud : 06 95 14 78 54

Pierre Desvages : 06 08 48 72 16

Foot loisir • Richard Borredon : 06 87 13 88 38

scm.footeo.com • f SC Mouthiers Football

SIREUIL > STADE MUNICIPAL

A partir de 6 ans • Entraînement le mercredi après-midi (jeunes), le mardi et jeudi soir (sénior) • Cot. jeunes : 30€/an et séniors : 60€/an.
Jeunesse sportive de Sireuil • Guy Burbaud : 06 83 33 39 11
www.jssireuil.fr •  **JS Sireuil Officiel**

VŒUIL-ET-GIGET > STADE MUNICIPAL

2 équipes de séniors • Entraînement le mardi et le jeudi, de 19h15 à 20h45 • Cotisation séniors : 60€/an.
AM.S Vœuil et Giget • Fabrice Jousseau : 06 30 67 46 19
ams-voeuil.footeo.com

GYMNASTIQUE / GRS / STEP / PILATE

CLAIX > SALLE OMNISPORTS

Gym santé, cette séance en douceur vous permettra d'aborder une activité sportive qui respecte votre corps, animé par un coach sportif diplômé • Le vendredi de 9h30 à 10h30, reprise le 16/09, 1 séance découverte offerte • Adh. : 120€/an • Cardio Fit, cette activité permet d'amincir votre silhouette et de tonifier votre corps tout en développant votre endurance. Différents paliers dans les exercices vous permettent d'effectuer cette activité tout en respectant votre niveau. Vous pourrez également mesurer vos progrès très rapidement, animé par un coach sportif diplômé • Le jeudi de 20h à 21h, reprise le 15/09, 1 séance découverte offerte • Adh. : 80€/an • Zumba, le lundi de 20h à 21h, reprise le 19 sept. • Adh. : 100€/an • Remise de 10€ dès la 2^e activité.

Les Claix de la Gym • Séverine Maillat : 07 82 37 53 89

MOUTHIERS-SUR-BOËME > SALLE DE DANSE MJC

Culture physique, tous publics et tous niveaux, le mardi et le vendredi de 18h à 19h30. Renforcement musculaire (bras, jambes, abdominaux, fessiers, dos, cervicales), étirements et assouplissement • Reprise le 13 sept. • Tarif : 60€/an + adhésion MJC.

MJC Jules Berry • Martine Boutin : 06 86 02 53 32

MOUTHIERS-SUR-BOËME > SALLE GILLES PLOQUIN

Circuit Training, renforcement musculaire avec ou sans matériel, encadré par un coach diplômé sport santé, accessible à tous • Adultes à partir de 16 ans • Le mercredi de 18h30 à 19h30 • Début de l'activité

le 07/09 • Tarif : 180€/an+ adhésion à la MJC.

MJC Jules Berry • Sophie Rabeau : 06 84 65 63 74

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > SALLE DE SPORTS

Activités sport santé et de bien-être (affilié FFEPGV) • Step move : activité fitness chorégraphiée avec marche de step, le lundi de 18h30 à 19h30 • Gym tendance : séances de gym variées avec renforcement musculaire, gliding, pound, boxing energy, le mercredi de 18h30 à 19h30 • Tous niveaux à partir de 16 ans • Cotisation : 90€/an (licence comprise) • Certificat obligatoire valable 3 ans.

So'Gym Rouillet • Mariel : 06 27 89 27 99

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > SALLE DOJO TANAKA DES GLAMOTS

Cours pour adultes • Gym, aérobic salsa le lundi de 20h à 21h et le vendredi de 18h à 19h • Stretching yoga le mercredi de 19h à 20h • Fessiers abdos et séances pilates avec ballons le vendredi de 11h à 12h • Pilate thérapeutique le vendredi de 16h30 à 17h30 • 1^{er} cours d'essai gratuit, inscription et séance découverte le 2, 5 et 7 septembre • Certificat médical obligatoire, chaussures propres exigées • Enseignant diplômé d'état • Tarif 1 cours : 90€/an • Tarif 2 cours : 135€/an • Tarif 3 cours : 180€/an • Tarif 4 cours : 235€/an • + 7€/an d'adh. ACDL.

ACDL • Bernard Zitouni Chanedieras : 06 41 39 01 88

SIREUIL > SALLE DES TANNERIES

A partir de 15 ans, tous niveaux • Travail en statique, debout et couché, gymnastique traditionnelle et postures de yoga, animé par un coach sportif diplômé, spécialisation sport et santé • Le lundi de 19h à 20h, reprise le 05 sept. • Tarif : 80€/an.

Les Amis de la Gym • Annie Gelder : 05 45 90 53 86 - 06 34 98 92 64

VŒUIL > SALLE DES FÊTES (1) OU SALLE DES HIRONDELLES (2)

Pour adultes, tous niveaux • Stretching (1), le lundi de 17h45 à 18h45. Step (2), le lundi de 19h à 20h • Gymnastique volontaire (1), le mardi de 19h à 20h • Gym douce (1) (sénior), le mercredi de 10h45 à 11h45 • Pilate, places limitées à 20 personnes, le mardi de 18h à 19h à la salle des sports • Tarif par activité : 80€/an.

Sports Loisirs Culture • Christine Berbesson : 07 70 01 96 72

MOUTHIERS > SALLE OMNISPORT • SALLE GILLES PLOQUIN

GRS (Gymnastique Rythmique et Sportive) • Tous niveaux à partir de 4 ans • Je(ux) Gym, 4/5 ans le mercredi de 16h45 à 17h30 Salle Gilles Ploquin • La GRS offre aux jeunes une pratique de loisirs ou de compétition basée sur l'utilisation d'engins légers (corde, cerceau, ballon, massue, ruban). Les engins sont utilisés en liaison avec le rythme, la musique, l'espace, les échanges d'engins et la recherche chorégraphique dans les enchaînements individuels et en équipe. Le travail corporel basé sur les disciplines de la danse et de la gymnastique est une dominante de l'activité présente à chaque séance • 6 ans le mardi de 17h à 18h à la salle Gilles Ploquin • 7/8 ans le lundi de 18h à 19h à la salle de danse de la MJC et le mercredi de 15h30 à 16h30 à la salle omnisports • 9/10 ans, le mercredi de 16h30 à 18h et le vendredi de 17h à 18h à la salle omnisports • 11 et 12 ans le mercredi et le vendredi de 18h à 20h à la salle omnisport • 13/14 ans, le mercredi et le vendredi de 18h à 20h à la salle Omnisports • 15 ans et plus le mercredi de 18h à 20h et le vendredi de 19h à 21h salle omnisports • En fonction des effectifs, les horaires sont susceptibles d'être modifiés • Reprise le 21/09/22 • Tarifs : 1 séance 140€ pour l'année + adhésion MJC • 2 séances 160€ pour l'année + adhésion MJC.
MJC Jules Berry • Aurore Chatenet : 06 60 70 31 37
grs.mouthiers16@gmail.com

HANDBALL**ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > GYMNASSE DES GLAMOTS**

Entraînements adultes le lundi, le jeudi et le vendredi à partir de 19h, reprise le 22 août • Entraînements enfants 10 à 15 ans, le mercredi à 16h, reprise le 07 sept. • Entraînements enfants 3 à 9 ans le samedi de 10h à 12h, reprise le 09 sept. • Affiliée à la Fédés. Française de Handball • Cot. baby (3 à 6 ans) : 40€/an • Cot. enfants (-13 ans) : 80€/an • Cot. enfants (-15 ans) : 100€/an • Cot. ados/adultes : 140€/an.

Sporting Handball Roulet

Isabelle Portier : 06 80 51 39 49 • Marie Desousa : 06 84 96 96 71

JUDO**ROULLET-ST-ESTÈPHE > DOJO DÉP. DE JUDO DES GLAMOTS**

Le judo est un art martial dont la pratique permet à chacun d'apprendre à gérer des situations, à développer et entretenir ses capacités physiques, à améliorer son mental, à partager les valeurs de son code moral • Vous avez envie de découvrir la pratique d'un art martial reconnu de tous pour ses valeurs • Venez rejoindre un club dynamique et innovant, où la convivialité est aussi une volonté forte de l'équipe • Ouvert à tous à partir de 5 ans • Enfants de 5 à 14 ans, le mardi et vendredi de 18h30 à 19h30 • Cot. enfants 5 à 7 ans : 90 €/an + licence 40 € (2 cours/sem.) • Cot. enfants 8 à 14 ans : 100 €/an + licence 40 € (2 cours/sem.) • Ados et adultes le mardi et vendredi de 19h45 à 21h15 • Cot. ados adultes : 100 €/an + licence 40 € (2 cours/sem.).

Judo Club de Roulet • Gilles Bertin : 06 50 15 97 93
judo-club-roulet.webnode.fr

MARCHE, RANDONNÉE**CLAIX**

Randonnées pédestres sur claix et communes limitrophes, les 1^{ers} et 3^e dimanche du mois • Organisation d'une marche nocturne annuelle avec repas offert • Adhésion : 20€/année scolaire.

Foyer rural • Jean-Claude Bonnin : 05 45 66 33 74

MOUTHIERS-SUR-BOËME

Marche Nordique, Cette activité sportive fait travailler 80 à 90 % des muscles du corps, c'est une mise en forme complète du corps et de l'esprit. La marche nordique est une marche dynamique qui nécessite une technique qui s'apprend mais qui est à la portée de tous • Tarif : adhésion UFOLEP + adhésion MJC • Réunion d'information le 8 sept. à 18h30.

MJC JULES BERRY • Aurore Garcia : 06 82 91 03 86

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Organisation de sorties en 4x4, participation au Téléthon.

Randonneurs tout terrain charentais (RTTC)
Jacques Lefrançois : 06 16 33 21 30

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > MAISON POUR TOUS

Randonnée 1 fois/sem. le mardi ou le jeudi à 14h • Reprise le 8 sept. à 14h • Tarif : 16€/an + 7€/an d'adhésion à l'ACDL • Inscription le 3 sept.

ACDL • Annick Brouillet : 06 05 27 84 65

VEUIL-ET-GIGET > SALLE DES HIRONDELLES

Marche pour tous, parcours adapté aux possibilités des participants, tous les 2^e dimanche de chaque mois • Organisation de sorties hors département et voyage début juin sur 1 semaine • Adh. : 15€/an.

Club des marcheurs • Philippe Soulat : 06 08 54 71 61

VOULGÉZAC

Organisation d'une marche le 2^e week-end du mois d'août, suivi d'une collation, départ de Voulgézac à 18h (nocturne) • Adhésion : 10€/an.

Nos chemins de Voulgézac et ses environs

Florence Guegan : 05 45 67 94 88

MOTRICITÉ & ÉVEIL CULTUREL

MOUThIERS > SALLE G. PLOQUIN - BIBLIO. ÉCOLE MATERNELLE

Pour les enfants de 3 ans (PS), encadrés par plusieurs animateurs spécialisés, "Je(ux) grandis" participe au développement de la motricité de votre enfant et à l'éveil de sa sensibilité artistique, rythmique et musicale • Le jeudi de 17h à 17h45 • Reprise le 22 sept. • Tarif 80€/an + adh. MJC. Réunion d'informations le 14 septembre 2022 à 17h.

MJC Jules Berry • Elisabeth Lebecque : 06 10 45 11 11

MULTISPORTS / LOISIRS

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > SALLE DES GLAMOTS

Jeux de raquette (badminton, tennis de table) et sports collectifs (hand, basket, foot, hockey, flag...), à partir de 16 ans, le vendredi à 20h45, reprise le 2 sept. • Adhésion : 30€/an.

Multisports loisirs • Sylvain Chollet : 06 78 99 11 03

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE - GYMNASSE DES GLAMOTS

École multisports, découverte de différents sports, afin de développer la motricité et d'appréhender le corps dans l'espace • CP/CE1 le lundi de 17h à 18h • CE2/CM1/CM2 le vendredi de 16h30 à 18h30 • Tarif : 50€/an + adh. Effervescentre • Reprise le 23 sept.

Effervescentre • Léa Roger : 05 45 67 84 38

PÉTANQUE

CLAIX > CHEZ JALLET

Tous niveaux et tous âges, entraînement le vendredi à 20h • Adh : 10€/an.

Boule Claibertine • Mathieu Michel : 07 86 87 81 15

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE

Tous niveaux et tous âges, entraînement le mercredi à partir de 14h30 • Adhésion : 50€/an (adhésion + licence).

Pétanque Club • Xavier Egron : 06 25 62 74 16

SIREUIL > CLUB HOUSE TENNIS

Pour tous, entraînement le mardi et le vendredi de 14h à 18h.

Pétanque Loisir • Christian Révolte : 06 81 02 94 74

TENNIS

CLAIX > CHEZ JALLET

Tous niveaux, pratique du tennis en loisir • Adhésions adultes : 50€/an • Adhésions enfants (jusqu'à 18 ans) : 35€/an.

Tennis Club de Claix • Yann Dauge : 06 23 87 34 85

tcclaix16@gmail.com

MOUThIERS > SALLE OMNISPORTS ET COURTS EXTÉRIEURS

Initiation et perfectionnement, école de tennis, entraînement adultes, championnat par équipe, tournoi interne, tournoi Open... • A partir de 6 ans, tous niveaux • Entraînement le lundi et le mardi de 17h à 20h, le mercredi de 13h30 à 15h30 et le samedi de 10h à 12h30 • Reprise le 12/09/22 • Tarif licence jeunes : 45€/an • Tarif licence adultes : 80€/an • École de tennis, cours 1h/sem 45€/an, cours 1h30/sem 55€/an.

Tennis Club Mouthiers • Yannick Pougeard : 06 22 48 01 72

tcmouthiers@gmail.com

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE >**SALLE DES GLAMOTS, CLUB HOUSE ET COURTS EXTÉRIEURS**

Tous publics et tous niveaux à partir de 5 ans • Du lundi au vendredi à partir de 17h, la journée du mercredi et le samedi matin, également cours hors vacances scolaires • Inscription au club house du tennis le samedi 3 sept. de 10h à 17h et le mercredi 06 sept. de 14h à 18h, certificat médical obligatoire • Licence jeunes : 65€/an - Licence adultes : 85€/an • Mini tennis (5-6 ans) cours 1h/sem 85€/an • Cours jeunes (à partir de 7 ans) : 1h/sem - 110€/an • 1h15/sem - 130€/an • 1h30/sem - 150€/an • Cours adulte : 1h15/sem - 170€/an.

Tennis Club Rouillet • Philippe Bouton : 06 14 39 55 98

SIREUIL > CLUB HOUSE

Le Tennis Club vous accueille pour la pratique du tennis en compétition ou pour le loisir • Cours collectifs le lundi et le jeudi avec un moniteur pour enfant et adultes • 2 tournois dans l'année, sorties tout au long de l'année, week-end ski, VTT, soirée Beaujolais, animations pour enfants • Licence adulte : 65€/an • Licence enfant : 35€/an.

Tennis Club • Frédéric Richard : 06 15 59 93 51

VÈUIL-ET-GIGET > SALLE DE SPORTS ET COURTS EXTÉRIEURS

A partir de 5 ans, tous niveaux, loisirs et cours enfants et adultes le mercredi sur la journée et le jeudi soir (jour pouvant évoluer selon demande) • Licence jeunes : 30€/an • Licence adultes : 75€/an • Jeunes cours moins de 11 ans : 1h/sem - 90€/an • Jeunes cours de 12 à 18 ans 1h - 120€/an • 1h30 - 160€/an • Adultes cours 1h/sem - 160€/an • 1h30 - 185€/an • Inscription au club house du tennis le samedi 27 août • Reprise le 01 sept. • A partir du mois de mai, adh. sans compétitions : 30€/an • Adh. avec compétitions : 50€/an.

Tennis Club Vœuil • Jean-Marie Pailloux : 06 89 12 74 27
tc.vœuil@gmail.com

TENNIS DE TABLE**CLAIX > SALLE OMNISPORTS****SIREUIL > SALLE OMNISPORTS**

Loisirs ou compétitions, tous niveaux, à partir de 10 ans • Le mardi de 18h à 20h, le vendredi de 20h à 22h et le samedi à Claix de 10h à

11h30 • Toute l'année sauf la semaine du 15 août et entre Noël et 1^{er} de l'an • Licence loisirs : 30€/an • Licence promo : 40€/an • Licence compétition : 95€/an.

Tennis de table • Pascal Agard : 05 45 66 48 79 - 06 22 65 05 47

Johanna Agard Garcia : 07 60 40 15 54

Thomas Agard : 06 46 72 95 41

ZUMBA**MOUTHIERS-SUR-BOËME > SALLE GILLES PLOQUIN**

Strong by zumba, le mercredi de 19h30 à 20h30 • A partir de 16 ans • Cours alliant cardio-training, entraînement physique et renforcement musculaire pour permettre de devenir plus fort et plus endurant sur le long terme • Reprise le 7 sept. • Tarif : 180€/an+ adhésion à la MJC.

MJC Jules Berry • Sophie Rabeau : 05 45 21 48 76

GYM DOUCE

MOUTHIERS-SUR-BOËME > SALLE DE DANSE MJC

Qi-Gong, en attente d'une confirmation d'un animateur ou d'une animatrice.

MJC Jules Berry • 05 45 21 48 76

MÉMOIRE

MOUTHIERS-SUR-BOËME > SALLE DE DANSE MJC

Atelier de stimulation cognitive (max. 10 personnes), pour entretenir ses fonctions cognitives (mémoire, concentration) afin de conserver de bonnes capacités d'autonomie dans la vie de tous les jours. Renforcement du lien social et de l'estime de soi • Reprise le 14 sept. • le mercredi de 10h à 11h30 • Tarif : 160€/an + adhésion MJC.

MJC Jules Berry • Anne-Marie Zinsius : 05 45 21 48 76

SOPHROLOGIE

MOUTHIERS-SUR-BOËME > SALLE DE DANSE MJC

Sophrologie, apprendre à lâcher prise, gérer le stress, apprendre des techniques corporelles pour mieux dormir, positiver sa vie (relaxation, respiration, équilibre, calme mental). Adultes, le lundi de 10h à 11h, le mardi de 18h30 à 19h30 • Reprise le 12 sept. • Tarif 160€/an + adh. MJC.

MJC Jules Berry • Jean-Philippe Callais : 06 78 88 10 05

YOGA

MOUTHIERS-SUR-BOËME > SALLE DE DANSE MJC

Yoga, le mercredi à 19h et le vendredi à 10h • Une pratique de yoga respectant les possibilités de chacun, alliant postures, respiration et méditation dans une progression graduelle • Reprise le 14 et 16 sept. • Tarif : 90€/an + adh. MJC + adh. Asso IFY Poitou-Charentes : 17,50€/an.

MJC Jules Berry • Sylvie Hyenne : 06 76 04 44 01

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > SALLE DES SPECTACLES AUX GLAMOTS

Yoga et relaxation accessibles à tous, séance de Hatha Yoga le lundi de 18h à 19h15. Ouverture en novembre d'un créneau pour du Yin Yoga (contacter Laurence pour plus d'informations) • Reprise le 05 sept. • 1 séance offerte, après prise de contact avec Laurence • 10% de remise à partir de 2 personnes de la même famille et pour les demandeurs d'emploi sur justificatif • Tarif : 280€/an + 10€ d'adh. **Yogâme** • Laurence Lemaire Hennequin : 06 89 18 23 06 anjalmudrayoga16@gmail.com

MOUV'SÉNIOR

MOUTHIERS-SUR-BOËME > SALLE LE COQ (EHPAD)

Activité physique adaptée pour prévenir les chutes, maintenir votre équilibre et apprendre les postures clés pour rester en bonne santé • Accessible aux personnes autonomes, à partir de 55 ans, 8 personnes maximum • Le mercredi de 14h à 15h • Reprise le 21 sept. • Tarif : 50€/an + adhésion Effervescentre.

Effervescentre • Léa Roger : 05 45 67 84 38

ROULLET-SAINT-ESTÈPHE > SALLE OMNISPORTS DES GLAMOTS

Activité physique adaptée pour prévenir les chutes, maintenir votre équilibre et apprendre les postures clés pour rester en bonne santé. Accessible aux personnes autonomes, à partir de 55 ans (8 personnes maximum). Le mercredi de 9h30 à 10h30, reprise le 28 sept. • Tarif : 72€/an + adhésion Effervescentre.

Effervescentre • Léa Roger : 05 45 67 84 38

CRÈCHE LES POUSSINS CHAMPNIERS • L'ISLE D'ESPAGNAC

Établissement d'accueil collectif du jeune enfant géré par GrandAngoulême. La crèche propose des modes d'accueil en contrat régulier, en contrat occasionnel ou d'urgence selon les disponibilités d'accueil. Cette structure offre 98 places réparties sur deux sites, l'un à Champniers, rue de l'Entrait dans la zone des Montagnes et l'autre à l'Isle d'Espagnac, avenue du Maréchal Juin. Chaque site peut recevoir jusqu'à 49 enfants. Elle est ouverte de 7h30 à 18h30 aux enfants âgés de 3 mois à 3 ans dont les parents habitent l'une des 38 communes du GrandAngoulême et/ou bénéficient des modalités de partenariat avec « Crèche pour tous ».

Pour tout renseignement : 05 45 69 00 77
Contact : lespoussins@grandangouleme.fr

L'ALSH ALVEOLE DE GRANDANGOULÊME DIRAC

ALVEOLE (Accueil de Loisirs Vallée de l'Echelle Ouvert, Ludique et Educatif) est un Accueil de Loisirs Sans Hébergement, ouvert à tous, résidant ou non sur le GrandAngoulême, pour les enfants âgés de 3 (ou 2 ans et demi si scolarisés) à 17 ans.

Contact : 09 66 89 59 18 / 06 09 30 96 42 / 06 09 30 28 11
alveole@grandangouleme.fr • jeunesse-vde.asso-web.com

RPE « LES PETITS PAPILLONS » • ROULLET RPE « petit à PETIT » • DIGNAC

Les Relais Petite Enfance de GrandAngoulême sont des services gratuits qui s'adressent aux familles, parents employeurs et professionnels.

Les assistant.e.s maternel.le.s sont accompagné.e.s dans leurs pratiques au travers de temps d'animations et d'échanges. Des temps d'information sont proposés aux familles ainsi qu'aux professionnels (recherche d'un mode d'accueil, droit du travail...).

Contact :
Relais Petite Enfance « Les Petits Papillons »
05 45 21 80 19 / 06 32 00 46 57
ramroullet@grandangouleme.fr
📍 Relais Petite Enfance GrandAngoulême

Relais Petite Enfance « petit à PETIT »
05 45 66 29 49
ram.dignac@grandangouleme.fr
📍 Relais Petite Enfance GrandAngoulême



ALSH ALVEOLE

LAEP « petit à PETIT » DIGNAC

Un Lieu Accueil Enfants Parents (LAEP) accueille les familles accompagnées d'un enfant de moins de 6 ans. C'est un lieu de jeux, de paroles et d'échange. La libre fréquentation est basée sur le volontariat. L'accueil est anonyme et confidentiel. Les parents, futurs parents et grands-parents viennent avec leur enfant partager un moment de convivialité dans un cadre adapté aux tout petits.

Contact : 05 45 66 29 49
laep.dignac@grandangouleme.fr

NAUTILIS • CENTRE AQUATIQUE ET PATINOIRE SAINT-VRIEIX-SUR-CHARENTE

Le centre NAUTILIS associe une patinoire et un centre aquatique avec bassins sportifs, bassins ludiques couverts, installations aquatiques extérieures (rivière, piscine à vagues, pentaglis...).

Contact : 05 45 95 50 00
nautilus@grandangouleme.fr
www.nautilus.fr

CENTRE SPORTIF DES MONTAGNES CHAMPNIERS

Le Centre Sportif est une structure ouverte à tous, qui propose du squash, du tennis et du badminton. Il se compose de 3 courts de Squash, 4 terrains de Tennis couverts et 3 terrains de Badminton.

Contact : 05 45 69 31 95
centresportif@grandangouleme.fr
www.grandangouleme.fr

CENTRE ÉQUESTRE DE GRANDANGOULÈME LA COURONNE

Accueil dès l'âge de 2 ans et demi, du débutant au Galop 7, pour le loisir ou la compétition, dans des infrastructures exceptionnelles qui vous permettent de pratiquer l'équitation quelle que soit la météo. Accueil de groupes scolaires, IME, Seniors, EPHAD...

Contact : 05 45 61 25 20



L'ALPHA. MÉDIATHÈQUE DE GRANDANGOUÛME ANGOULÊME

Lieu de médiations culturelles et de toutes les rencontres, la médiathèque L'Alpha se déploie sur quatre niveaux, du jardin à la terrasse du dernier niveau, en passant par les mondes « Imaginer », « Créer » et « Comprendre ».

Contact : 05 45 94 56 00
mediatheque@grandangouleme.fr
www.lalpha.org

LA NEF ANGOULÊME

La Nef est une salle de spectacles dédiée aux musiques actuelles amplifiées. Ouverte au public depuis 1993, La Nef s'impose comme un lieu de référence en termes de diffusion, d'accompagnement et de pratique des musiques actuelles.

Contact : 05 45 25 97 00
info@lanef-musiques.com
www.lanef-musiques.com

RÉSEAU PAPIILLON LECTURE MOUTHIER-SUR-BOÛME

Le réseau Papillon-Lecture est composé des bibliothèques de Mouthiers-sur-Boême, Sireuil, Claix, Trois-Palis, Vœuil-et-Giget et Roullet-Saint-Estèphe. Elles proposent tout type de ressources documentaires et d'accès à internet, avec un catalogue et des ressources numériques en ligne.

Contact : 05 45 67 89 47
papillonlecture@grandangouleme.fr
www.papillon-lecture.fr

SERVICE PAYS D'ART ET D'HISTOIRE DE GRANDANGOUÛME ANGOULÊME

Le service Pays d'art et d'histoire gère le label national Pays d'art

et d'histoire de l'Angoumois. Tout au long de l'année, l'équipe de médiatrices de l'architecture et du patrimoine élabore des actions de valorisation des patrimoines, de l'architecture, du paysage et du cadre de vie du territoire de GrandAngoulême, à destination de tous les publics (visites, conférences, ateliers, expositions...).

Contact : 05 45 38 60 60
pah@grandangouleme.fr
www.grandangouleme.fr/programme-pah
📍 Grandangoulême pays d'art et d'histoire

LE CONSERVATOIRE GABRIEL-FAURÉ ANGOULÊME

Votre enfant souhaite jouer de la musique, du théâtre ou danser ? Le conservatoire vous propose de nombreuses disciplines à lui faire découvrir.

Contact : 05 45 95 21 69
conservatoire@grandangouleme.fr
www.conservatoire-grandangouleme.fr

L'ÉCOLE D'ART DE GRANDANGOUÛME • 3 SITES Angoulême/centre-ville • Angoulême/Basseau • Dirac

L'école d'art vous propose des ateliers publics hebdomadaires de pratiques artistiques mais aussi des ateliers de théâtre en partenariat avec le Conservatoire Gabriel-Fauré.

Contact : 05 45 94 00 76 ou 05 45 63 05 67
ecole.dart@grandangouleme.fr
www.ecole-art-grandangouleme.fr





Responsable de la publication « Bien Vivre ! »

David Denis • Directeur d'Effervescentre

Création graphique et coordination de la publication « Bien Vivre ! »

Christophe Coussy

Photographies

Christophe Coussy (p.2 et p.13)

Gérard Truffandier (p.4 et p.30)

GrandAngoulême • William Denizet (p.31 et 33)

Freepik (p.1 et p.12)

Impression

Imprimerie Valantin

05 45 95 11 25



MAISON COMMUNAUTAIRE
3, route du Sergent Sourbé 16440 Rouillet-Saint-Estèphe

RPE • Relais Petite Enfance

05 45 21 80 19

EFFERVESCENTRE • Centre Social, Culturel et Sportif

05 45 67 84 38 - www.effervescentre.fr



CHARENTE
LE DÉPARTEMENT

