

Le P'tit Bulletin
de l'Association Familiale
de Saint Germain du Corbéis



ANNÉE 2025 / 2026



Centre d'animation culturelle et de loisirs

2, rue de l'Elan
61000 SAINT GERMAIN DU CORBÉIS
☎ 02.33.32.87.62



afsg61000@gmail.com

INSCRIPTIONS

Ateliers 2025/ 2026

dans nos locaux : 2 rue de l'Élan
salle de dessin ou bureaux à côté de la bibliothèque

- **Toutes activités** : - samedi 6 septembre 2025 de 10h à 12h
- samedi 13 septembre 2025 de 10h à 12h

- et tous les samedis restants de 11h à 12 h
aux permanences hors vacances scolaires

IMPORTANT

si vous désirez envoyer vos inscriptions et règlements
par courrier ou dans notre boîte à lettres blanche
avant le 4 septembre, à

L'Association Familiale 2, rue de l'Élan 61000 St Germain du Corbéis

n'hésitez pas à le faire en précisant bien

l'activité,

le nom du professeur,

l'horaire,

votre adresse postale,

votre numéro de téléphone et

adresse mail

afin de valider votre place à l'atelier de votre choix, cours et jour que vous désirez. Cela vous évitera l'attente à l'accueil le jour des inscriptions.

***Attention* : faire vos chèques par activité et par professeur à l'ordre de Association Familiale**

A NOTER :

Les activités sont calculées en tenant compte des vacances scolaires. Si vous venez à manquer un ou plusieurs cours pour une raison qui vous est personnelle, nous ne sommes pas tenus de procéder à un remplacement de ce cours (dans la plupart des cas, jusqu'ici, nous avons agi au mieux des intérêts de tous).

Infos pratiques

✖ L'adhésion

L'adhésion est obligatoire pour pouvoir participer aux différentes activités proposées par l'Association Familiale.

Son prix est fixé à **10 Euros pour l'année et par famille**, elle n'est pas remboursable.

✖ La cotisation aux activités

La cotisation est annuelle, mais vous pouvez régler en 2 ou 3 chèques au moment de l'inscription, qui seront encaissés en octobre et février et mai (détail selon l'activité dans les pages suivantes).

Le premier chèque devra englober la cotisation de 10 €.

Les chèques sont à établir à l'ordre de : **Association Familiale.**

Vous avez également la possibilité de régler en chèques vacances.

Pour des soucis de trésorerie il faut éviter le règlement en espèces.



Une aide de 50 € pour les jeunes corbenois

Comme l'année dernière, la Municipalité et le Centre Communal d'Action Sociale soutiennent l'activité associative en accordant une prise en charge forfaitaire de 50 €, à tout jeune Corbenois de moins de 18 ans, pour une inscription dans un club sportif, une association culturelle, artistique, sociale.

La démarche est simple, le jeune se rend dans un club sportif ou une association de la commune et demande son inscription.

L'association déduit 50 € du montant de l'inscription ou de la licence et demande à la Mairie le remboursement de 50 €. Si la discipline ou l'activité n'existe pas à Saint-Germain-du-Corbéis, comme l'escrime, le rugby, la photographie, la natation..., l'aide sera également accordée.

- ✖ **Une équipe à votre écoute, une permanence tous les samedis de septembre à décembre, de 11h à 12h sauf pendant les vacances scolaires**

Composition du bureau :

- ***Françoise ROQUES Présidente : accueil et coordination de toutes les activités, rédaction du petit bulletin***
- ***Brigitte GALLIENNE Trésorière : comptabilité jusqu'au bilan et mise en page du petit bulletin***
- ***Josiane CITEAU Secrétaire***

Trois numéros de téléphone avec répondeur

02.33.32.87.62 ou 02.33.27.10.44 ou 07.78.26.68.83

adresse internet : afsg61000@gmail.com

réponse assurée

Toutes les activités reprendront pour la plupart la semaine du lundi 15 septembre 2025 et cesseront le samedi 21 juin 2026.

A RETENIR :

- ✓ **Assemblée Générale de l'Association (salle de dessin) :**
le mardi 14 octobre 2025 à 18 h **avec bon pour pouvoir ci-joint à compléter et nous retourner**
- ✓ **2 expositions annuelles des activités de l'Association (salle des Pommiers) :**
 - Dessin-Peinture : samedi 22 et dimanche 23 novembre 2025
 - Dessin-Peinture, Encadrement et Tapisserie d'Ameublement :
le samedi 28 et dimanche 29 mars 2026



à découper et à donner à
l'inscription ou à remettre dans la boîte à lettres de l'Association au plus tard le samedi 18
octobre 2025 :

POUVOIR

Je soussigné (prénom/nom) :

adhérent pour l'activité :

et demeurant au (adresse),

donne, par la présente, pouvoir à (prénom/nom),

pour accomplir en mon nom les actes qui suivent :

***d'assister à l'ASSEMBLEE GENERALE ANNUELLE de
l'ASSOCIATION FAMILIALE***

de St Germain du Corbéis le mardi 14 octobre 2025 à 18h

dans la salle de dessin au 2, rue de l'Elan

***de signer tout document nécessaire lors de l'assemblée
(feuille de présence...),***

de voter, requérir tout document nécessaire, etc..

Fait à (lieu)

le (date)

Signature

Signature

bon pour pouvoir

pouvoir accepté

Rentrée scolaire :
le lundi 1er septembre 2025



Vacances de la Toussaint :
du samedi 18 octobre au lundi 3 novembre 2025

Vacances de Noël :
du samedi 20 décembre 2025 au lundi 5 janvier 2026

Vacances d'hiver :
du samedi 14 février au lundi 2 mars 2026

Vacances de printemps :
du samedi 11 avril au lundi 27 avril 2026

Pont de l'Ascension :
du jeudi 14 mai au lundi 17 mai 2026

Vacances d'été :
à partir du samedi 4 juillet 2026

Jours fériés :

Toussaint : samedi 1^{er} novembre 2025
Armistice 1918 : mardi 11 novembre 2025
Noël : jeudi 25 décembre 2025
Jour de l'an : jeudi 1^{er} janvier 2026
Pâques : dimanche 5 avril et lundi 6 avril 2026
Fête du travail : vendredi 1^{er} mai 2026
Victoire 1945 : vendredi 8 mai 2026
Ascension : jeudi 14 mai 2026
Pentecôte : dimanche 24 mai et lundi 25 mai 2026

Responsables des bourses aux vêtements :
Brigitte GALLIENNE et Denise FRANCOIS

téléphone : 07 78 26 68 83



Coudre un carré de tissu de 8 cm sur 8 cm environ en indiquant en haut la nature du vêtement (ex : jupe verte T.42) et le reste vous sera indiqué par les personnes qui enregistreront.

Ne seront acceptés que les vêtements de saison en parfait état de propreté et non démodés. 40 articles seront acceptés par famille.

Pour les jouets, les peluches ne sont pas acceptées.

● **Bourse aux vêtements d'hiver à partir de 2 ans (salle de la Prairie) :**

Dépôt des vêtements : le mardi 23 septembre 2025 de 14h à 18h30

Vente à tout public : du jeudi 25 au dimanche 28 septembre 2025

● **Bourse aux jouets et matériel puériculture (salle de la Prairie) :**

Dépôt des jouets : le mercredi 29 octobre 2025 de 14h à 18h30

Vente à tous : du vendredi 31 octobre au dimanche 2 novembre 2025

● **Bourse aux vêtements de printemps à partir de 2 ans (salle de la Prairie) :**

Dépôt des vêtements : le mardi 14 avril 2026 de 14h à 18h30

Vente à tout public : du jeudi 16 au dimanche 19 avril 2026



Important : il est retenu 10% à chaque client qui achète et 10% au déposant qui vend, afin de couvrir les frais

L'Association décline toute responsabilité en cas de vol

Dessin - Peinture - Techniques variées

Ateliers animés par **Véronique LESAGE**

qui vous guidera à travers plusieurs techniques sans vous en imposer, afin d'exprimer votre personnalité artistique et avoir du plaisir :

- **1^{er} trimestre** : fusain, pastel sec, pastel à l'huile
- **2^{ème} trimestre** : acrylique, huile
- **3^{ème} trimestre** : aquarelle, encre et modelage



le lundi de 18h à 20h

le mardi de 14h à 16h

TARIFS :

200 € pour l'année ou

2 chq de 100 €

Aquarelle

Ateliers animés par Daniel BAZILLE

il vous guidera avec sa technique sur un sujet proposé mais toujours avec la vision de liberté d'expression et choix des couleurs

1^{er} cours le lundi de 13h30 à 15h30 tous les 15 jours : 17 cours de 2h
2^{ème} cours le lundi de 15h45 à 17h45 tous les 15 jours : 17 cours de 2h
3^{ème} cours le lundi de 15h à 17h30 tous les 15 jours : 14 cours de 2h30

selon calendrier établi à la rentrée



TARIFS :

150 € l'atelier ou

2 chq de 75 €

Dessin - Peinture

Enfants

Ateliers animés par **Samuel GUILLET**

ENFANTS et ADOS

Cet atelier propose aux enfants, à partir de 10 ans, des cours de dessin/illustration pour apprendre à créer des personnages de BD/manga, ou à les dessiner d'après modèle. En fonction de leurs préférences, les élèves apprennent à dessiner des personnages, dans le style graphique du manga, de la BD, du cartoon, du comics en abordant également les éléments de décor, paysage, objets, véhicules, bâtiments, dans le but d'avoir des notions d'espace, de profondeur, de volume, de 3D.

Un autre atelier pourra être mis en place pour apprendre à travailler à partir de modèles pour construire le dessin étape par étape à partir de mesures, de repères afin d'obtenir les proportions, pour ensuite travailler sur les ombres et la matière.

Les sujets sont l'anatomie, corps humain et animal, nature morte, dessin d'objets.... et quelques notions de perspectives.

- le vendredi de 17h à 18h30 pour les enfants à partir de 10 ans



TARIFS :

Cours enfants 150 € ou 2 chq de 75 €

Dessin académique - Peinture

Adultes

Ateliers animés par **Franck HUCHER « Erekosé »**

ADULTES

Atelier de techniques contemporaines et d'expressions artistiques et modèle libre

- ❖ lundi : approche sur la théorie des couleurs : rapport couleurs – effets de matières, relief, collage, incrustation, monochromie, technique du couteau et de l'éponge, peinture en trompe l'œil.
- ❖ vendredi : initiation et perfectionnement de la pratique des différentes techniques classiques du dessin (approche de l'utilisation des crayons, fusain, pastels)
Franck accompagne ses élèves en travaillant par séances de 2 heures sur des sujets académiques tels que le paysage, le portrait, le nu, la nature morte, le trompe l'œil
 - le lundi de 9h15 à 11h15 : peinture
 - le vendredi de 14h à 16h : dessin académique



TARIFS :

200 € pour l'année ou 2 chq de 100 €

Dessin - Peinture

huile - aquarelle - pastel sec

Cours dirigés par **Xavier KOSMALSKI**
pour un atelier de 10 adultes
avec un sujet imposé

le jeudi de 9h30 à 11h30 : peinture à l'huile

le jeudi de 14h à 16h : aquarelle

le jeudi de 17h à 19h : pastel sec et à l'huile alterné tous les 15 jours

premier cours le jeudi 25 septembre



TARIFS :

200 € pour l'année ou 2 chq de 100 €

Encadrement

Atelier pour les très très confirmé(e)s

Pour mettre en valeur gravures, photos, dessins, peintures, ou cartes postales anciennes...
Un savoir-faire et certaines techniques : biseau anglais, biseau fantaisie, perroquet ou inversé, bayadère, ouverture chantournée, treillage, entre deux verres, lavis...



le mercredi de 14 h à 17 h

salle des jeunes

selon calendrier

TARIFS :

Cotisation 20 € l'année + carte d'adhérent

Club Damistes

Activité encadrée par **Guy RIVIERE**

Enseignement, pratique et promotion du jeu de dames

Découverte, rappel et application des règles

Initiation, approfondissement des connaissances. Animations hebdomadaires sous forme de problèmes.

Organisation et participation à des compétitions et tournois.

Dans tous les cas, vous souhaitez mettre à l'épreuve vos capacités de concentration, de logique, de mémoire visuelle, de maîtrise de soi, d'anticipation, de repérage dans l'espace, d'esprit de décision, de respect de l'adversaire : le jeu de dames est fait pour VOUS.

(scolaires et adultes – débutants ou expérimentés).



le lundi de 16h30 à 18h30

premier rendez-vous de rentrée : lundi 1er septembre 2025

salle des jeunes

TARIFS :

Cotisation annuelle 10€ + carte d'adhérent

Tapisserie d'ameublement

Atelier animé par **Morgane GERARD**
artisan tapissier

Fauteuils, chaises, poufs, banquettes, cabriolets, bergères, fauteuils-club..., tout peut se restaurer à partir du moment où vous possédez la technique traditionnelle de tapisserie d'ameublement.

Afin de réaliser vous-même une remise en état de qualité, venez nous rejoindre au sein de cet atelier passionnant et valorisant.



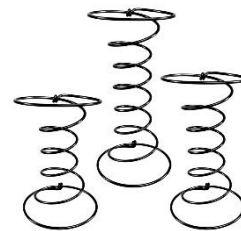
le lundi de 9h à 13h
le mardi de 14h à 18h
le jeudi de 9h à 13h
le samedi de 8h30 à 12h30

} selon calendrier établi

reprise des cours à partir du **lundi 22 septembre 2025**



salle des jeunes



TARIFS :

25 € la séance de 4 heures
forfait minimum de 180€

Marqueterie de paille

Atelier animé par **Juliette SAGOT**
artisan ébéniste

C'est une technique d'Extrême-Orient importée au XIIème siècle en Europe où la paille remplace le bois.

Les thèmes les plus courants sont des formes géométriques, des étoiles, des motifs floraux. Vous pouvez ainsi habiller cadres, miroirs, dessus de table, plateaux, portes de petits meubles...selon votre imagination.

L'année se composera de séances d'apprentissage de nouvelles techniques et de séances d'accompagnement sur des projets personnels Cela peut aller du décor d'une boîte au décor d'une table basse ou encore à la création d'un tableau.

Il y a plein de possibilité de support pour la marqueterie.



le mardi tous les 15 jours
de 9h à 13h

de 18h à 20h30

selon calendrier établi

salle de dessin



TARIFS :

25 € la séance de 4 h
15€ la séance de 2h30

Patchwork traditionnel

Venez partager votre passion pour le patchwork traditionnel ou revisité de façon plus contemporaine. Les confirmées ou débutantes de cet art pourront s'exprimer en approfondissant ou en découvrant de nouvelles techniques par des ouvrages individuels ou en commun dans une ambiance conviviale.



le lundi de 14h à 16h30

Maison des Associations

TARIFS :

20 € de participation + carte d'adhérent

Anglais



Pour les initiés, **Simone COURTNEY** vous aidera à progresser à travers la conversation.

- anglais confirmé et conversation : **le lundi de 16h30 à 17h30**

le lundi de 17h30 à 18h30

cours selon votre niveau, à définir au moment de l'inscription

TARIFS :

150 € pour l'année la séance de 1h

ou 2 chq de 75€

Théâtre



Ateliers animés par **Luc CHURIN**

A partir de textes ou d'improvisations, cet atelier se propose de travailler la voix, le jeu corporel, les déplacements, la psychologie...
Il est toujours prévu un spectacle en fin d'année par atelier.



Salle des Pommiers

Pour les enfants de 8 à 12 ans :

- le mardi de 17h30 à 19h

TARIFS :

Enfants et collégiens : 170 € pour l'année

ou 2 chq de 85 €

Sophrologie

Animé par **Jocelyne BARON**

Sophrologie Caycédienne

La Sophrologie vise le développement harmonieux du corps et de l'esprit. Sa pratique permet :

- de mieux gérer son stress au quotidien
- de renforcer la confiance en soi
- de dynamiser ses énergies et retrouver son équilibre
- de renforcer son endurance physique et mentale
- de lutter efficacement contre les maladies
- d'accroître ses capacités d'apprentissage, développer son potentiel intellectuel
- d'accéder à une vie pleine de sens...

Avec des exercices simples, la relaxation dynamique vise :

- une détente profonde du corps et de l'esprit
- une prise de conscience de sa corporalité
- une prise de conscience de ses propres ressources positives et leur dynamisation



le mardi matin salle des bureaux de l'Association

- **9h à 10h15**
- **10h30 à 11h45**

TARIFS :

200 € pour l'année ou 2 chq de 100 €

Qi Gong

Cours animés par

Estelle BEUNEU le lundi soir

ou

Liri CHALUMEAU le mercredi matin

Le **Qi Gong** (se prononce Tchi Kong) : ✨ **QI** signifie souffle, énergie,
 ✨ **GONG** le travail, la maîtrise, le but

C'est une discipline plurimillénaire qui fait partie de la Médecine Traditionnelle Chinoise au même titre que l'acupuncture, les massages, la pharmacopée et la diététique.

Les exercices naturels, doux, lents et détendus sont destinés à entretenir la vitalité.

Cet art énergétique qui est l'ancêtre du Tai Chi Chuan est basé sur des mouvements associés à la respiration, des postures et des enchaînements qui sont reliés aux trajets des méridiens et agissent précisément sur les organes du corps et leurs fonctions.

Le Qi Gong est un terme générique qui désigne des exercices et des méthodes diverses (mouvements, respiration) dont la pratique quotidienne et régulière permet de retrouver et de conserver l'équilibre sur les plans physiques et psychiques.



le lundi soir salle des Pommiers avec Estelle de 18h30 à 19h

le mercredi matin salle n°2 avec Liri de 10h à 11h

TARIFS :

**200 € pour l'année par professeur
ou 2 chq de 100 € par professeur**

Yoga

Cours dirigés par
Christine LALONG

Le yoga vous permettra non seulement d'acquérir de la souplesse, de l'équilibre, une meilleure capacité respiratoire et des organes en meilleure santé, mais aussi de vous relaxer et de prendre soin de votre bien-être intérieur, psychologique et mental. L'objectif est de partager la pratique pour aider à vous retrouver.

Christine partagera sa philosophie de vie avec passion et bienveillance. Elle vous propose une pratique adaptée à vos besoins, qui tient compte de votre histoire personnelle et résonne avec votre personnalité. Les séances durent 1h15. Elles commenceront toujours par un moment de relaxation et de recentrage dans la pleine conscience de l'instant présent, suivi d'exercices de respiration (pranayama) et de postures (asanas) pour terminer par une relaxation.

Conseils pratiques :

Il est préférable de porter des vêtements amples et confortables et d'arriver 10 minutes en avance pour avoir le temps de vous installer et de vous relaxer avant le début du cours.



le lundi de 10h30 à 11h45

salle des Pommiers

TARIFS :

200 € pour l'année ou 2 chq de 100 €

Pilates

Cours animés par

Christine RONDEAU

Pourquoi faire du Pilates ?

- pour prendre conscience de sa force, son agilité et de ses limites
- permet de gagner en force par l'entraînement des muscles profonds qui supportent la colonne
- le travail profond associé à la respiration permet de masser les organes internes, favoriser la fonction respiratoire et la circulation sanguine. Le travail intestinal et la digestion sont améliorés, le sommeil plus régulier.

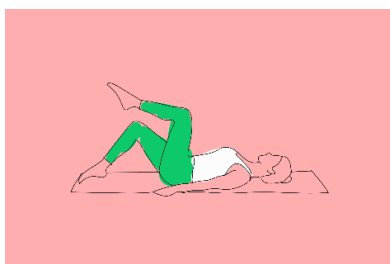
Notre professeure de Pilates est certifiée et passionnée. Elle vous offre un encadrement de qualité, en veillant à ce que chaque exercice soit réalisé correctement et en toute sécurité. Elle est à votre écoute pour adapter les exercices à vos besoins spécifiques et vous aider à atteindre vos objectifs.

Bienfaits reconnus du Pilates :

- Renforcement musculaire global et équilibré
- Amélioration de la posture.
- Soulagement des maux de dos.
- Flexibilité et mobilité accrues de la colonne vertébrale.
- Développement de la concentration et connexion corps-esprit.
- Diminution du stress et apaisement mental.

le mardi matin de 8h45 et 9h45

salle N° 2



TARIFS :

**200 € pour l'année cours de 1h15 ou
2 chq de 100 €**

Musique



➤ PIANO, à partir de 6 ans et adultes

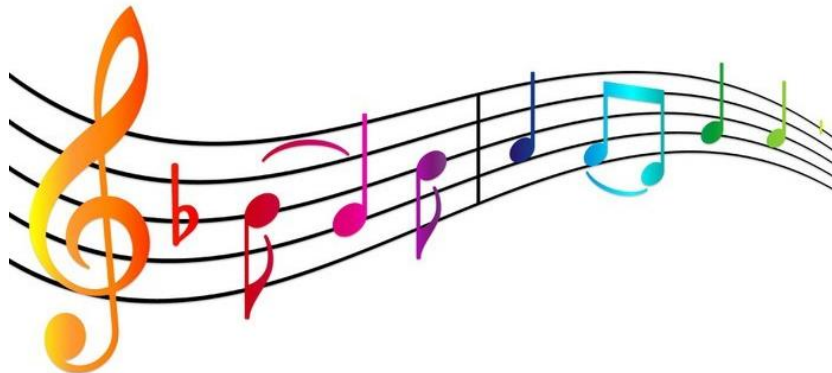
- avec

Pascal POLO

- le lundi de 14h à 19h
- le mardi de 15h à 19h30
- le vendredi de 14h à 19h

David GARCIA

- le mercredi de 10h à 20h
- le jeudi de 12h à 20h
- le samedi de 9h à 12h



➤ GUITARE avec Patrick-Franck OBREGON



- le mardi à partir de 16h30

TARIFS :

Guitare – Piano numérique – Piano

Enfants = 280 €

Adultes = 380 €

1 chq de 100 € + 2 chq de 90€ pour les enfants

1 chq de 120 € et 2 chq de 130 € pour les adultes

