



# Espace de Vie Sociale FOYER RURAL de la TERRE DE PEYRE

saison  
2023  
2024



« Participer à l'épanouissement des habitants en développant l'écoute, la rencontre, le soutien, l'implication par des actions socio-culturelles et éco-responsables sur le territoire. »

permanences au 1<sup>er</sup> étage de la  
Maison de la Terre de Peyre  
avenue du Languedoc, Aumont-Aubrac  
48130 PEYRE EN AUBRAC

04 66 42 87 09  
foyer.rural.aumont@orange.fr

[terre de peyre](#)

[peyre.en.aubrac.fr/foyer-rural/](http://peyre.en.aubrac.fr/foyer-rural/)

association Loi 1901  
n° RNA : W482000597 - SIRET 33443968400021



## PERMANENCES DU BUREAU

MAR / MER  
14 h ▶ 18 h

JEU / VEN  
13 h 30 ▶ 17 h

## CARTE D'ADHÉSION

1/9/2023 ▶ 31/8/2024

Tarif annuel unique 10 €

- ▶ ateliers annuels : 1 séance d'essai gratuite
- ▶ ateliers ponctuels : adhésion « 8 jours » 4€

2<sup>ème</sup> édition du 15/09/23 | A3-23-4\_v2

- i Les ateliers réguliers se déroulent hors vacances scolaires jusqu'en juin.
- ! Une adhérente ne sera couvert par l'assurance du F.R. qu'une fois l'inscription et adhésion réglée.

## ÉCHANGES DE SAVOIRS

### RENCONTRES & SAVOIR-FAIRE



Isabelle BOUDOT (Le Fil de Chrysalide)  
▶ créations en papier et feutrine  
▶ créations avec éléments naturels  
▶ tricot, crochet, tissage, feutrage laine.  
▶ séances clôturées par une petite collation partagée

1<sup>ère</sup> date ▶ 18 septembre

hebdo adultes

LUNDI

14h - 16h

2 h

Centre socio-culturel

63 € / an

### COUTURE



Fidela TROITTINO  
▶ initiation aux techniques de la couture, fabrication de patrons, assemblage de vêtements, de sacs, etc.  
▶ séances clôturées par une petite collation partagée

1<sup>ère</sup> date ▶ 3 octobre

hebdo adultes

MARDI

14h - 16h30

2 h 30

Centre socio-culturel

63 € / an

### ARTS PLASTIQUES enfants



« Les Sansonnets » - Sophie PALISSON  
▶ thème 2023-24 « Air et Eau pour créer »  
▶ découverte des techniques artistiques avec ces éléments en tant que matière, effets ou symboles.  
▶ clôturé par des goûters partagés

1<sup>ère</sup> date ▶ 20 septembre

hebdo 4 - 12 ans

MERCREDI

14h - 16h00

2 h

Maison Terre de Peyre

78 € / an

### ARTS PLASTIQUES ados-adultes



Sophie PALISSON  
▶ atelier « L'oeil et la main »  
▶ bases du dessin académique  
▶ expérimentation de techniques spécifiques : encre, aquarelle, peinture acrylique, argile crue (matériel fourni)

1<sup>ère</sup> date ▶ 27 septembre

mensuel

MERCREDI

16h30 - 18h30

2 h

Maison Terre de Peyre

70 € / an

## ANGLAIS ados

Jean-Marc OBERTI

- ▶ renforcement écrit et oral en anglais
- ▶ par groupe de niveau (6<sup>ème</sup> - 5<sup>ème</sup> ; 4<sup>ème</sup> - 3<sup>ème</sup> ; ...)
- ▶ groupe de 3 ados minimum

1<sup>ère</sup> date ▶ en octobre

hebdo 11 - 16 ans

MERCREDI 1 h

14h-15h / 16h15-17h15

Mairie Aumont-Aubrac

35 € / trimestre

## ANGLAIS adultes

Jean-Marc OBERTI

- ▶ renforcement en compréhension orale
- ▶ tous niveaux en anglais
- ▶ groupe de 3 adultes minimum

1<sup>ère</sup> date ▶ en octobre

hebdo adultes

MERCREDI 1 h

15h-16h

Mairie Aumont-Aubrac

55 € / trimestre

## ECHECS

Pierre ESTEVENON

- ▶ pratique des échecs tous niveaux
- ▶ discipline qui développe concentration, rigueur et mémoire
- ▶ matériel fourni

1<sup>ère</sup> date ▶ 20 septembre

bi-hebdomaire tout public

MERC. & SAMEDI

M.14h15-16h15 | S.10-12h

2 h

C. Socio C. / Mairie Aumont-A.

23 € / an

## ATELIER CRÉATIF

Isabelle BOUDOT

- ▶ automne ▶ art du cartonnage, pot à crayons
- ▶ hiver ▶ petits objets en laine feutrée
- ▶ printemps ▶ « tataki-zomé » : martelage de fleurs fraîches sur tissu

dates ▶ automne - hiver - printemps

trimestriel tout public

SAMEDI

14 h - 16 h

2 h

Centre socio-culturel

6 € / atelier \*

(\*) non-adhérent : + 4 €

## FAIT MAISON

Hélène ARMANET

- ▶ fabrication de produits naturels : savons, baumes, déodorants, dentifrices, démaquillants, lessives, etc.
- ▶ matériel fourni, réalisations emportées

dates ▶ 2 dates dans la saison 2023-2024

trimestriel tout public

SAMEDI

14 h - 16 h

2 h

Maison Terre de Peyre

6 € / atelier \*

(\*) non-adhérent : + 4 €

## CULTURE

### ATELIER D'ÉCRITURE

Sophie PALISSON

- ▶ prose, rimes, SLAM et jeux de mots
- ▶ création de textes individuels à partir d'une trame ou contrainte commune
- ▶ lecture partagée avec le groupe

1<sup>ère</sup> date ▶ 20 septembre

mensuel ados - adultes

MERCREDI

16h30 - 18h30

2 h

Maison Terre de Peyre

70 € / an

### THÉÂTRE initiation à la scène

Sophie PALISSON

- ▶ s'initier à la scène dans la bonne humeur
- ▶ le corps, la voix, le jeu, l'espace, ...
- ▶ utiliser l'improvisation et la gestuelle pour transmettre des émotions

1<sup>ère</sup> date ▶ 4 octobre

mensu. ados-adultes

MERCREDI

16h30 - 18h30

2 h

Centre socio-culturel

60 € / an

### CIRQUE

École de cirque « France D Prod »

- ▶ acrobatie, jonglage (massues, balles, cerceaux, assiettes, foulards, ...), équilibre et voltige (fil, boule, trampoline, trapèze, tissu aérien, échasses, ...), danse
- ▶ 3ans<sup>1/2</sup> - 6ans : cirque le matin
- ▶ 7-17 ans > danse et / ou cirque
- ▶ vendredi soir : spectacle de clôture

dates ▶ du 8 au 12 avril 2024

stage annuel 2024 enfants - ados

LUNDI au VENDREDI

10h-12h et/ou 14h-17h

2 h à 5 h / jour

Maison Terre de Peyre

58 à 124 €

### SPECTACLES

SPECTACLE pour les enfants de la commune

- ▶ pour regrouper les écoliers des 4 écoles, les enfants en instruction en famille, les enfants avec leurs aides maternelles

DÉCEMBRE 2023

Centre socio-culturel

gratuit

### FESTIVAL CONTES & RENCONTRES

▶ avec la FDFR48 ▶ Festival organisé depuis 33 ans ▶ saison 2024 du 10 au 18 février en Lozère ▶ choix de l'artiste en cours !

tout public

VEN. 16 FÉVRIER 2024 (date à confirmer)

Maison Terre de Peyre

# SPORT

## REMISE EN FORME



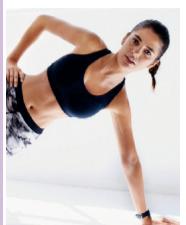
Valérie QUIOT

- atelier dédié à la gym d'entretien
- travail sur tapis
- possibilité de pratiquer le lundi (1h) ou le vendredi (1h) ou les deux (2h)
- 1<sup>re</sup> date ► lundi 18 / vendredi 22 septembre
- (!) exceptionnellement : les vend. 22/9 et 13/10 ça se passe au centre socio-culturel, rue du Barry.

hebdo    adultes

- 1 LUNDI et/ou VENDREDI  
9h30 - 10h30  
1h  
Maison Terre de Peyre  
1h : 60 €/an ◆ 2h : 89€

## GYM FITNESS



Valérie QUIOT

- cardio,
- renforcement musculaire,
- stretching
- en musique et dans la bonne humeur !

1<sup>re</sup> date ► 21 septembre

hebdo    ados - adultes

- 1 JEUDI  
20h30 - 21h30  
1h  
Maison Terre de Peyre  
60 € / an

## GYM douce préventive



Manon NEMETH (Gym volontaire 48)

- travail sur l'équilibre
- exercices adaptés pour la souplesse et la musculation articulaire
- non-inclus la licence « Gym volontaire » obligatoire (23€ déduct. des impôts à 66%)

1<sup>re</sup> date ► 22 septembre

hebdo    adultes

- 1 VENDREDI  
16 h - 17 h  
1h  
Centre socio-culturel  
60 € / an

## SKI au Lioran



Animateurs + volontaires + E.S.F

- initiation au ski de piste
- départ en car d'Aumont ou St-Chély
- pause pique-nique tiré du sac
- groupes de niveau, matériel fourni
- 2 h de cours avec moniteurs E.S.F
- 2 h avec animat. + parents volontaires

1 semaine ► 19 au 23 Février 2023

stage annuel    8 - 16 ans

- 1 LUNDI au VENDREDI  
9 h 45 - 19 h  
5 journées  
Station du Lioran  
tarifs 2024 annoncés en déc. / janv.

# BIEN-ÊTRE

## YOGA sur chaise



Manon NEMETH (Gym volontaire 48)

- exercices respiration et étirements doux, progressifs ► détente corps & esprit
- non-inclus licence « Gym volontaire » obligatoire (23€ déduct. des impôts à 66%)

1<sup>re</sup> date ► mardi 19 septembre

hebdo    adultes

- 1 MARDI  
10 h - 11 h  
1h  
Centre socio-culturel  
60 € / an

## SOPHROLOGIE



Noëlle BOUSCAYROL , Cathy BOUSCAYROL

- centrage de l'attention sur l'état de conscience entre veille et sommeil
- accroître ses capacités et conforter son bien être
- 2 animatrices en alternance

1<sup>re</sup> date ► 21 septembre

hebdo    ados-adultes

- 1 JEUDI  
18 h 30 - 20 h 00  
1 h 30  
Mais. Terre de Peyre  
75 € / an

## RENDEZ-VOUS BIEN-ÊTRE



SOPHROLOGIE - Noëlle BOUSCAYROL

► 14 octobre

YOGA - Olivier COUAVOUX

► 11 novembre - 11 mai

YOGA - Florence PICHOT

► 10 Février

QI GONG - Martine SEVILLA

► 9 décembre - 9 mars - 8 juin

laHochi - Cathy BOUSCAYROL

Technique énergétique transmise par apposition des mains

► 13 janvier - 13 avril

mensuel    ados-adultes

- 1 2<sup>ème</sup> SAMEDI du mois  
14 h 30 - 16 h  
1 h 30  
Maison Terre de Peyre  
8 € / séance \*  
clôturées par une infusion offerte  
(\*) non-adhérent : + 4€

## Créez votre atelier !

► Vous avez un talent, un savoir-faire, une passion et vous souhaitez les partager dans un esprit de rencontre et d'échanges ? L'Espace de Vie Sociale du Foyer Rural de la Terre de Peyre peut vous aider à créer une proposition d'atelier si les conditions le permettent.

► N'hésitez pas à contacter l'Espace de Vie Sociale du Foyer Rural de la Terre de Peyre pour en discuter.

# ENVIRONNEMENT

## CLUB NATURE

N

hebdo    bi-mensuel

8 - 11 ans



Alexandre BURTIN ( Un rêve de Balbu )

- ateliers d'observations de la nature à l'œil et aux jumelles, croquis, dessins...
- créations et actions au sein de la commune (fabrication installation de nichoirs, signalétiques naturalistes... )
- sorties thématiques en minibus : champignons, oiseaux, empreintes, mares, loutre, insectes, pêche, ...
- 10 Février - sortie journée dans un site

1<sup>re</sup> date ► 7 octobre - tél. 07 85 04 50 65

## CLUB PÊCHE / CAMP PÊCHE

hebdo    mensuel

12 - 17 ans



Alexandre BURTIN ( Un rêve de Balbu )

- initiation, perfectionnement aux différentes approches et techniques de pêche
- pêche en eau douce, en "No Kill" (on relâche tous les poissons).
- sorties en minibus vers lacs locaux
- carte pêche annuelle non incluse
- optionnel : 14-17 avril > camp multi-pêche au bord d'un lac (coût suppl.)

1<sup>re</sup> date ► 7 octobre - tél. 07 85 04 50 65

## vidéObrac « nature »

sur l'année

enfants - ados



Florent DUBREUIL / Michel QUIOT

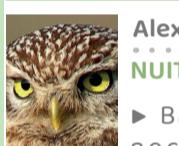
- réalisation d'un mini-documentaire naturaliste sur les milieux naturels de Peyre en Aubrac et ses alentours
- sorties sur certains lieux du tournage, lecture des paysages, observations naturalistes, initiation vidéo

1<sup>re</sup> date ► automne 2023

## SORTIES NATURE

3 sorties

tout public



Alexandre BURTIN

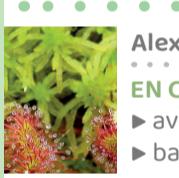
NUIT DE LA CHOUETTE

- Balade de sensibilisation aux rapaces nocturnes

1 SAMEDI 2 MARS

18 h 30 - 19 h 30

gratuit



Alexandre BURTIN

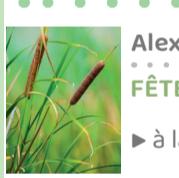
EN CHEMIN J'AI RENCONTRÉ

- avec le soutien de la Fédé. des Foyers Ruraux
- balade à la découverte d'un biotope local

1 DIMANCHE printemps

9 h - 12 h

gratuit



Alexandre BURTIN

FÊTE DES MARES

- à la découverte des mares et leurs richesses

1 DIMANCHE fin MAI

14 h - 17 h

gratuit



École lozérienne de la vannerie

- organisé par le Réel-CPIE 48
- fabrication de petits abris pour la faune sauvage, paniers, tontines pour plantes grimpantes
- chaque participant repartira avec son objet tressé

UN SEUL ATELIER ► 7 octobre 2023

1 SAMEDI 7 OCTOBRE

14h - 17h

3h

Maison Terre de Peyre

gratuit  
(sur inscription)

## I'E.V.S. recrute !

- Le Foyer Rural de la terre de Peyre vient de renouveler jusqu'en 2027 sa convention d'agrément E.V.S. (Espace de Vie sociale) avec la CCSS-CAF48.
- Le nouveau projet social 2023-27 renouvelle le financement par la CAF de notre structure et il tient compte des nouvelles directives, ce qui conduit à recruter un-e « Coordinateur-trice Sociale-e ». Ce nouveau poste dans l'E.V.S. du Foyer Rural doit nous permettre d'analyser les attentes et ressources locales pour mettre en mouvement la population et les acteurs locaux en matière de développement collectif.
- Nous lançons le recrutement de cette personne mi-septembre, alors si vous connaissez un-e diplômé-e en matière sociale, n'hésitez pas à lui transmettre nos coordonnées .

CHÈQUE-VACANCES

LE PASS SPORT

Pass'Jeunesse

anCV  
COUPON SPORT



BULLETIN D'INSCRIPTION  
DANS VOS ATELIERS  
ou téléchargeable sur la page web du foyer rural :  
peyreenaubrac.fr/foyer-rural/