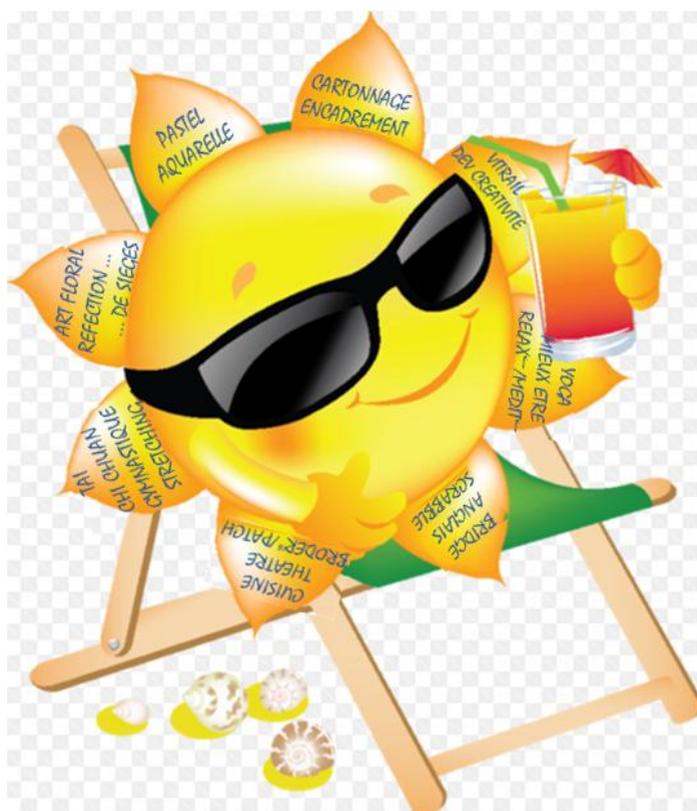


# C.A.L.I.O.P

Centre Animation Loisirs Inter-Âges Orvault Praudière

## Livret d'accueil

### ACTIVITÉS 2018/2019



Salle ELIA - 40 rue de la Mulonnière - 44700 – ORVAULT

Téléphone : 02 40 63 67 44/ 06 86 58 99 57

<http://activitescaliop.jimdo.com>

# ACTIVITÉS "ARTS CRÉATIFS"

## AQUARELLE

Animatrice : Catherine - Tél : 02 40 63 92 08

Un mardi sur 2 de 9h30 à 11h30. (15 cours par an)

Deux groupes en alternance.

Tarif annuel : 150 €

## ART FLORAL

Animatrice : Claire - Tél : 07 71 73 59 67

Deux groupes un mercredi par mois de 14h à 16h et de 16h à 18h.  
(8 cours par an)

Activité nécessitant l'achat de fleurs à chaque séance. Prévoir de 10 à 12 € par séance en plus du tarif.

Tarif annuel : 80 €

## BRODERIE/PATCHWORK

Animatrice : Sophie – Tél : 06 73 97 26 22

Le mardi 09h30-12h00 / 15 cours par an.

Tarif annuel : 150€

## CARTONNAGE et ENCADREMENT

Animatrice : Chantal - Tél : 06 21 45 09 52

Le lundi de 9h30 à 12h, 9 fois par an.

Tarif annuel : 72 €

Le lundi de 9h30 à 12h, 15 fois par an

Tarif annuel : 120 €

Le jeudi de 9h30 à 12h, 15 fois par an

Tarif annuel : 120 €

Le jeudi de 14h à 16h30, 15 fois par an

Tarif annuel : 120 €

Le vendredi (stages) de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30

1 stage à 9 stages par an. Le stage :

Tarif / stage : 20 €

## CUISINE

Animatrice : Elisabeth - Tél : 06 26 37 32 35

7 séances par an le mercredi ou le jeudi de 14h à 16h30

L'activité a lieu dans la très grande cuisine de l'animatrice à la Chapelle sur Erdre par groupe de 6 à 7 personnes.

Tarif annuel : 96 €

## **DESSIN / PASTEL**

Animatrice : Sabine - Tél : 06 73 62 60 91

Le mardi de 15h à 17h - 15 fois par an

Tarif annuel : 150 €

## **ENCADREMENT**

Animatrice : Joëlle - Tél : 02 40 16 27 64

Le jeudi de 14h à 16h30, 9 fois par an :

Tarif annuel : 72 €

## **MANDALA**

Animatrice : Amandine – Tél : 06.71.65.93.20

Le jeudi : 14h00-16h00, 4 fois par an :

Tarif : 29€ la séance

## **RÉFECTION DE SIÈGES**

Animatrice : Nathalie - Tél : 02 40 25 50 38

Le jeudi : 9h30-12h30 et 13h30-16h30, 8 fois par an

Le vendredi : 9h30-12h30 et 13h30-16h30, 8 fois par an

Tarif annuel : 210 €

## **VITRAIL**

Animateur : Jean-Louis - Tél : 02 40 76 63 73

Tous les vendredis de 9h à 12h, 30 fois par an

Tarif : gratuit

# ACTIVITÉS "SPORT et BIEN ÊTRE"



## Certificat médical\*

Obligatoire pour toutes les activités sportives.

Il devra être remis à l'animatrice dès le premier cours.

\*Pour ceux qui l'ont fourni l'an dernier, ils pourront remplir un questionnaire de santé.

## DÉVELOPPEMENT de la CRÉATIVITÉ

Animatrices : Amandine et Sabine

Tél : 06 71 65 93 20 et 06 73 62 60 91

Les mardis de 15h à 18h - 4 fois par an.

Objectif : développer la confiance et l'estime de soi.

Tarifs de l'atelier :

- si engagement sur les 4 dates (29 € x 4 = 116 €/an)      Tarif : 29 €
- si participation pour une date et adhérente              Tarif : 35 €
- si participation pour une date et non adhérente          Tarif : 39 €

## GYMNASTIQUE



Animatrice : Véronique - Tél : 06 75 56 67 48

### **Gymnastique douce**

Tous les lundis de 13h45 à 14h45

Tarif annuel : 105 €

### **Gymnastique dynamique**

Tous les lundis de 20h30 à 21h 30

Tarif annuel : 105 €

### **Gymnastique Pilates**

Tous les jeudis de 20h30 à 21h30

Tarif annuel : 135 €

## MIEUX ÊTRE

Animatrice : Sylvie - Tél : 06 67 35 60 49

Le mardi de 18h à 19h30 - 1 fois par mois (10 cours)

Atelier permettant d'améliorer sa qualité de vie et comprenant une

partie théorique et une partie pratique. 1<sup>er</sup> cours découverte : 10 € +

engagement forfaitaire..... Tarif annuel : 120 €

## **RELAXATION / MÉDITATION**

Animatrice : Amandine - Tél : 06 71 65 93 20

Atelier utilisant des techniques visant à maîtriser ses émotions, à diminuer le stress et procurant une sensation de bien-être.

Tous les mardis de 13h00 à 13h45

Tarif annuel : 135 €

## **STRETCHING**

Animatrice : Colette - Tél : 02 40 59 40 80

Tous les mercredis de 19h à 20h

Tarif annuel : 90 €

## **TAI CHI CHUAN**

Animatrice : Amandine - Tél : 06 71 65 93 20

- 1ère année le lundi et le mercredi de 9h30 à 10h30 à la Gobinière - Salle du Parc

2ième année le lundi et le mercredi de 10h30 à 11h30 à la Gobinière -

Salle du Parc.

Tarif annuel : 150 €

Animatrice : Monique - Tél : 06 63 06 45 26

Les 2èmes et 3èmes année le lundi de 18h15 à 19h30 - Salle Stevin à la Bugallière

- les "Avancés" le lundi de 19h30 à 20h45 - Salle Stevin à la Bugallière

Tarif annuel : 150 €

## **YOGA**

Animatrice Geneviève - Tél : 06 20 61 50 72

3 groupes tous les lundis de 15h30 à 16h45 ou de 17h à 18h15 ou de 18h30 à 19h45

Tarif annuel : 140 €

# ACTIVITÉS "CULTURELLES"

## ANGLAIS

Animatrice : Servane - Tél : 06 52 19 16 24

Les mardis, 30 cours par an, de 14h à 15h30 ou de 15h30 à 17h

Les mercredis, 30 cours par an, de 9h à 10h30 ou de 10h30 à 12h

4 groupes de différents niveaux (2 groupes niveau conversation et  
2 groupes : niveau faux débutant). Tarif annuel : 160 €

## BRIDGE

Animatrice : Monique - Tél : 02 40 76 09 32

Tous les mardis de 14h15 à 18h00

Tarif : gratuit

## BUREAUTIQUE/INFORMATIQUE

Animateur : Nicolas

Les mercredis de 18h00 à 19h30 Périodicité et Tarif : à définir

## SCRABBLE

Animatrice : Annie - Tél : 02 40 40 79 38

Tous les vendredis de 14h à 16h

Tarif : gratuit

## THEATRE

Coordinatrice : Nadine - Tél : 02 40 77 88 77

Tous les mardis de 20h à 22h

Tarif : gratuit

## AUTRES MANIFESTATIONS

### LA TROUPE DE THÉÂTRE : OR'VAUDEVILLE

La troupe « Or'vaudeville », activité théâtre de CALIOP, réunit chaque mardi une douzaine de femmes et d'hommes dans la bonne humeur.

Objectif : se faire plaisir et en donner chaque année le maximum à son fidèle public.

Prochain rendez-vous aux dates suivantes :

- les 15 -16 - 17 - 23 - 24 mars 2019.

Responsable de la troupe : Nadine - 02 40 77 88 77

Site internet : <http://www.caliop-theatre.fr>

## LES GRANDS MOMENTS DE L'ASSOCIATION

L'association CALIOP fonctionne grâce à des bénévoles. Comme dans toute association, il y a des moments de rencontre avec les adhérents.

### L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Elle est obligatoire au regard des statuts. C'est l'occasion de faire le point sur le fonctionnement de l'association.

Les adhérents peuvent, à cette occasion, découvrir son organisation et rencontrer les membres du bureau.

Prochaine Assemblée Générale : jeudi 15 novembre 2018 à 17h00.

### LA GALETTE

Rencontre traditionnelle de début d'année pour créer un lien social entre les adhérents. C'est un moment festif important pour se distraire et déguster la galette. Elle aura lieu le vendredi 18 janvier 2019.

## CONDITIONS D'INSCRIPTION

<p><b>Cotisation familiale</b> <b>22 € pour les orvaltais, 25 € hors commune.</b> Elle sert au fonctionnement de l'association. Elle est obligatoire pour pratiquer une activité.</p> <p><b>Conditions de règlement</b> Les règlements se font lors de l'inscription à une activité : 1 chèque pour la cotisation débité en octobre et 1 à 3 chèques pour l'activité débités en octobre, janvier, mars. Tous les chèques sont établis à l'ordre de CALIOP.</p> <p><b>Conséquences du règlement</b> En principe, la cotisation n'est pas remboursable. L'inscription à une activité ne peut être partielle sauf inscription tardive (après Noël). Les remboursements, très exceptionnels, se font sur justificatifs examinés par les administrateurs de l'association.</p> <p><b>Règlement intérieur</b> Il a été établi un règlement intérieur qui peut être remis sur demande auprès des membres du Bureau de CALIOP</p>	<p><b>Certificat médical</b> Obligatoire pour toutes les activités sportives. Il devra être remis spontanément à la personne qui anime l'activité dès le premier cours.</p> <p><b>Droit à l'image</b> Des photos peuvent être prises pendant les ateliers ou lors des activités annuelles et diffuser sur les supports d'information interne à l'association (journaux, site internet,.....). En aucun cas, ces photos ne pourront être transmises sur un site grand public. En conséquence, l'adhérent inscrit autorise CALIOP à utiliser ces images si nécessaire.</p> <p><b>Modification des ateliers</b> L'ouverture des activités est soumise à un nombre d'inscriptions minimum dans chaque atelier. CALIOP peut donc décider de fermer une activité si ce nombre n'est pas atteint. Un remboursement des sommes versées sera effectué.</p> <p><b>Règle de vie</b> Dans le cadre des activités de l'association, nul n'est autorisé à promouvoir des opinions politiques ou religieuses</p>
---	---

## INSCRIPTIONS

### Salle ELIA : 40 rue de la Mulonnière à ORVAULT

Lors de l'exposition des 9 et 10 juin 2018 de 10h à 17h

### Au forum des associations à la Frébaudière

Le samedi 1er septembre 2018 de 14h à 18h

### Lors de la soirée d'inscriptions salle ELIA

Le mardi 4 septembre 2018 de 18h à 20h