

POUR VOUS RENDRE À FROVILLE



Je m'inscris à l'Université Rurale des Foyers Ruraux le 17 Mars 2018 à Froville

Nom : _____ Prénom : _____ Age : _____

Adresse : _____

Courriel : _____

Téléphone : _____

Je souhaite participer à l'atelier : Je réserve repas x 7 € = €

- | | | |
|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> Art du Clown | <input type="checkbox"/> Une année au FR matin | <input type="checkbox"/> Bar à Mar'Mots |
| <input type="checkbox"/> Compta matin | <input type="checkbox"/> Une année au FR après-midi | <input type="checkbox"/> Jardin |
| <input type="checkbox"/> Compta après-midi | <input type="checkbox"/> Qi Gong | <input type="checkbox"/> Arts plastiques |
| <input type="checkbox"/> Colo Nombre d'enfants : Précisez les âges : | | |

A retourner rapidement, accompagné de votre règlement (si repas) à :
 FDFR54 - 5 Rue Victor Hugo 54770 Bouxières aux Chênes - 03 83 31 10 35

Inscription possible par internet : <http://foyersruraux54.org>
 ou par mail : contact@foyersruraux54.org



DÉCOUVRIR, APPRENDRE, RENCONTRER ... ET PLUS ENCORE !



FOYERS RURAUX Meurthe et Moselle

FROVILLE / 17 MARS 2018

UNIVERSITÉ RURALE DE PRINTEMPS

L'Université Rurale, c'est LE rendez-vous pour tous les adhérents des Foyers Ruraux

Des rencontres régulières pour apprendre de nouvelles techniques,
 rencontrer d'autres bénévoles, échanger des idées, acquérir de nouvelles
 compétences à réinvestir dans son village.



Accueil dès 09h
 Ateliers 09H30/12h et 14H30/17h30
 Restauration sur place à midi
Inscrivez-vous rapidement !

CULTURE

L'ART DU CLOWN (15 personnes maxi)

" Il s'agira de toucher du doigt la pratique de l'art du clown. Le travail se fera sur l'écoute de soi, de l'autre, du public, la mise en résonance de ses propres émotions au service d'une technique de jeu, l'improvisation sensible et une ouverture sur sa propre créativité et son univers imaginaire.

En fonction de la maturité artistique du groupe, nous pouvons mettre l'accent sur une des facettes du clown et approfondir un point précis de ce travail."



Francis ALBIERO

ARTS PLASTIQUES

Créer des silhouettes en fil, en bois, en tissu, en papier... support à l'expression, la communication...

agir

COMPTABILITE

MATIN : Ensemble, à partir de vos expériences et de vos questions, nous aborderons les points suivants :

-> Rôle et fonctions du trésorier du Foyer Rural

-> Organiser, présenter et expliquer la comptabilité du Foyer à l'Assemblée Générale

-> Construire un budget prévisionnel avant les manifestations

-> Utiliser un logiciel de comptabilité.

APRES-MIDI : Utilisation du logiciel compta des Foyers Ruraux. Que vous soyez débutants ou initiés, nous plongerons dans vos comptabilités pour répondre à vos questions et résoudre les problèmes que vous rencontrez.

Apportez votre ordinateur portable. (Si vous n'en avez pas, merci de nous prévenir pour que nous puissions nous organiser). Pensez à sauvegarder vos comptabilités sur une clé.

UNE ANNEE AU FOYER RURAL

MATIN : Une matinée pour découvrir les 5 règles indispensables pour bien faire vivre son Foyer Rural : **FAIRE MOUVEMENT / S'ORGANISER / AGIR / GERER / VIVRE**

Ensemble, parcourons les choses à savoir pour bien fonctionner tout au long de l'année. Un atelier indispensable pour les nouveaux présidents, trésoriers et secrétaires des Foyers Ruraux !

APRES-MIDI : Une après-midi pour aller plus loin et répondre directement à vos besoins.

Au travers d'exemples, de situations concrètes et de fiches pratiques, nous aborderons plus en détail vos questions liées aux adhésions et assurances, statuts, assemblée générale, conseil d'administration, vie d'équipe, organisation et réglementation des activités, gestion, subventions et agréments, vie de secteur et Fédération...



SPORT

QI GONG : Souffle et Énergie (14h30/16h30)

Le Qi Gong permet d'entretenir son énergie, de préserver sa santé, de libérer son esprit des pensées encombrantes. Sa pratique rend le corps plus résistant, et stimule l'organisme en améliorant toutes ses fonctions.

Un atelier animé par Jeannine et Agnès, du Foyer Rural de Froville.

JeUNESse

UNE COLO À LA JOURNÉE

À partir de 3 ans, les enfants de moins de 12 ans des participants sont accueillis toute la journée par des animateurs expérimentés et plein d'imagination. Une bonne raison pour venir en famille ! Prévenez-nous simplement par téléphone ou par mail.

FaiRe

LE BAR A MAR'MOTS

(10 personnes maxi, à partir de 12 ans)

Les 24 et 25 juillet 2018 prochains, se déroulera la seconde édition du Festival des Mar'Mots à Haussonville.

Une présentation du festival sera faite à l'apéro.

Les plus petits aussi ont le droit de boire des cocktails tout en mangeant des bonbons, nous vous proposons de construire un bar en palettes et des mange-debout.... mais à taille réduite !

Venez apprendre à transformer de vieilles palettes en meubles utiles pour vos manifestations.

LE JARDIN EN TROU DE SERRURE (10 personnes maxi)



Dans le courant de la permaculture et du jardiner autrement, nous vous proposons de fabriquer un jardin en trou de serrure. Ce dispositif allie paysagisme, compostage, production légumière et florale. Loin des contraintes productives, venez expérimentez un jardin prétexte à la rencontre et à l'échange.

INTERVENTION DE 14h à 14h 30

MOTS D'ELLES

Des femmes qui créent

Des femmes qui s'expriment

Des femmes qui s'engagent

Une action qui permet à des femmes qui vivent en milieu rural de porter leur message dans l'espace public à travers une expression poétique et artistique

