



Association
Culturelle
Rugloise

La Fenderie 27250 RUGLES

☎ 02.32.35.07.38

✉ acr6@wanadoo.fr

🌐 associationculturellerrugloise.fr

L'association Culturelle Rugloise est un acteur d'animation et de développement du "vivre ensemble". Elle agit avec les habitants, les associations locales, les élus de Rugles et des 12 communes qui l'entourent (le territoire de l'ancienne 3CR).

L'ACR a pour objectif de faciliter l'accès à la culture, de lutter contre l'isolement, d'aider à l'intégration de chacun, d'agir sur le bien-être des habitants, de développer la citoyenneté de proximité pour impliquer les personnes dans la vie sociale et l'animation de leur environnement.

L'ACR souhaite favoriser les initiatives individuelles ou collectives, comme la mise en place de nouveaux ateliers en journée ou en soirée, des sorties, des événements... toute occasion d'échanges et de partage permettant de réunir et de renforcer les liens entre les habitants de toutes générations.

Elle a pour vocation de promouvoir, d'encourager, de développer la vie culturelle de Rugles et des environs. N'hésitez pas à venir découvrir les animations de l'Espace de Vie Sociale : le projet « Tous ensemble avec les livres » avec les soirées « soupes et contes » et le « Salon de la jeunesse » notamment, le projet « Cuisine et patrimoine » avec « La marmite partagée », « Le potager partagé », « Les paniers solidaires »... mais aussi « l'antenne du Transport solidaire »...

Venez nous rejoindre et participer à construire notre "vivre ensemble" et suivez notre actualité sur notre site internet et nos comptes Facebook et Instagram !

ATELIERS 2021-2022

Ateliers	Jour et horaires	Lieu	Coût
Tai-Chi Adultes	Lundi de 9h45 à 11h	Gymnase de Bois Arnault	Adhésion à l'ACR
Aiguilles et papotage Ados/Adultes	Lundi de 17h30 à 19h ou Vendredi de 17h à 18h30	Au 2 ^{ème} étage de La Fenderie à Rugles	Adhésion à l'ACR
Cours d'Anglais Ados/Adultes	Lundi de 18h à 19h	Au 1 ^{er} étage de La Fenderie à Rugles	10€ / an + Adhésion à l'ACR
Yoga Ados/Adultes	Mercredi de 16h15 à 17h45 ou de 18h à 19h30	Gymnase de Bois Arnault	185€ / an + Adhésion à l'ACR
Théâtre Adultes	Mardi de 17h à 18h30	Au 2 ^{ème} étage de La Fenderie à Rugles	30€ / an + Adhésion à l'ACR
Informatique Ados/Adultes	Mercredi (1 ^{er} et 3 ^{ème} du mois) de 10h à 11h30	Au 2 ^{ème} étage de La Fenderie à Rugles	Adhésion à l'ACR
Chansons Adultes	Jeudi (1 ^{er} et 3 ^{ème} du mois) de 14h30 à 17h	Au 2 ^{ème} étage de La Fenderie à Rugles	Adhésion à l'ACR
Dessin Enfant de + de 10 ans	Jeudi de 18h à 19h30	Au 2 ^{ème} étage de La Fenderie à Rugles	150€ / an + Adhésion à l'ACR
Cours d'Espagnol Ados/Adultes	1 vendredi/2 de 10h à 11h30	Au 2 ^{ème} étage de La Fenderie à Rugles	10€ / an + Adhésion à l'ACR

Adhésion annuelle : mineurs 5€ / Adultes 10€ / Familles 12€

	<p>Tai-Chi</p> <p>Le tai-chi chuan est une discipline corporelle qui fait partie de la médecine traditionnelle chinoise. Masako vous accompagnera dans cette pratique qui s'inscrit entre méthode de relaxation et art martial, le tai-chi est une gymnastique énergétique globale.</p>
	<p>Aiguilles et papotage</p> <p>C'est dans une ambiance « cocooning » que chacun partage ses savoir-faire : tricot, crochet, point de croix...</p> <p>Aurore vous accueillera avec douceur et bienveillance...</p>
	<p>Cours d'Anglais</p> <p>Cet atelier d'initiation à l'anglais, animé par Dorothy, vous permettra de découvrir ou de renforcer les bases pour tenir une conversation.</p>
	<p>Théâtre</p> <p>Edith, metteuse en scène depuis plus de 20 ans, anime un atelier théâtre pour les adultes depuis 2017. Edith accompagne les adultes, débutants ou initiés, pour jouer la comédie...</p>
	<p>Chansons</p> <p>Phelix vous invite à partager un temps de convivialité autour des chansons de toutes générations confondues. Venez prendre du plaisir à essayer votre voix sur les musiques qui vous ont ému(e) et partager vos souvenirs avec d'autres ... Un groupe chaleureux et dynamique vous accueillera...</p>
	<p>Yoga</p> <p>Animé par Jacqueline, le yoga se compose d'exercices physiques et d'exercices de respiration. Débutants ou initiés vous serez accompagnés par la voix rassurante de Jacqueline. Il permet de s'assouplir, d'atténuer ses douleurs mais aussi d'agir contre l'anxiété et l'angoisse. On y apprend à relâcher ses tensions et à se recentrer sur soi.</p>
	<p>Dessin</p> <p>Sophie vous accompagnera dans vos réalisations graphiques, que vous soyez novices ou confirmés, vous aurez pleinement votre place dans ce cours. Dessin aux feutres fins en noir et blanc ou en couleurs. Alors venez prendre du temps pour vous, pour le plaisir de créer de ses propres mains...</p>
<p>HABLA ESPAÑOL?</p> 	<p>Cours d'Espagnol</p> <p>Cet atelier de découverte de la langue espagnole animé par Salva, originaire de Salamanca, vous permettra d'appréhender quelques notions élémentaires de la langue hispanique par le biais de mise en situation d'échanges, d'apprentissage de vocabulaire...</p>
	<p>Informatique</p> <p>Ludivine vous accompagnera dans l'utilisation de votre matériel (ordinateur, tablette, smartphone...) Vous apprendrez à effectuer les mises à jour, à gérer vos photos, à réaliser vos démarches administratives en ligne, à gérer votre compte sur les réseaux sociaux... Vous pourrez également découvrir la tablette ARDOIZ mise à disposition</p>