

	Adhésion Familiale Septembre à Août	Forfait A la séance		Forfait Carte de 10 séances	Forfait A l'année			
		CDC	Hors CDC		CDC	Hors CDC		
Famille - Parentalité	10 €	2 €	2,50 €		75 €	90 €		
		Forfait pour une assistante maternelle à l'année :				35 €	45 €	
		Gratuit						
		En fonction de l'activité						
Enfance et Jeunesse		5 €						
Sport - Bien-être	10 €	6 €		60 €				
		6 €		60 €				
						130 €		
						130 €		
						280 €		
Prévention Santé Seniors (En partenariat avec l'ASEPT)	10 €	Gratuit						
		20 € le cycle de 7 séances						
		20 € le cycle de 10 séances						
		20 € le cycle de 10 séances						
		20€ le cycle de 7 séances						

\* Matinées d'Eveil : Tarif par famille

Forfaits à la séance : à payer le jour même

\*\* Gym Senior + Gym Douce : 170€ les 2 cours

Forfaits à l'année : paiement en plusieurs fois possible

\*\*\*\*\* APPEL A BENEVOLAT \*\*\*\*\*

Vous venez d'adhérer à PoCLi.

L'association emploie 3 salariés à temps partiel : Emeline, coordinatrice ; Anne Michèle, animatrice pluridisciplinaire et Tania, animatrice des soirées thématiques. Elle est gouvernée uniquement par des bénévoles.

Vous pouvez vous aussi apporter votre aide, partager vos compétences, vos connaissances et de vos idées. Ponctuellement ou plus assidument, les besoins en bénévoles sont variés.

Si vous souhaitez nous aider à mener à bien le projet, merci de compléter la fiche ci-dessous en cochant les actions pour lesquelles vous pouvez vous impliquer :

**Logistique**

- mise en place, rangement lors des manifestations (bourse aux jouets, journée festive....)
- tenue de stand, buvette, caisse
- entretien et réparation du matériel (des matinées d'éveil et de la gym)
- nettoyage du matériel

**Informatique**

- entretien de l'ordinateur, mises à jour des logiciels

**Communication**

- distribution, pause d'affiches et flyers
- gestion du site internet
- création d'affiches et de flyers

**Comptabilité**

- tenue de compte, suivi de trésorerie
- conseils sur la législation et les règles comptables

**Ressources humaines**

- législation, appui juridique

**Autres compétences que vous pouvez nous à apporter**

.....

**Instances dirigeantes**

- Intégrer le bureau (1 réunion par mois maximum)
- Intégrer le conseil d'administration (2 à 3 réunions par an)
- Intégrer une commission de travail : budget, projets et développement, logistique (réunions ponctuelles en fonction des besoins)

Nom et prénom : .....

Mail : .....

Téléphone : .....

## Famille - Parentalité

### **Matinées d'Eveil :**

Temps de rencontres et de partage autour d'activités variées avec son enfant de 0 à 3 ans  
9h - 11h, Salle des fêtes de St Quentin de Baron

### **Soirées Thématiques :**

Echanges d'expériences autour de thèmes sur la parentalité  
1 mercredi par mois, 20h - 22h, Salle des associations à Espiet

### **P'tit Café des Parents :**

Conférence-débat sur la parentalité  
Ponctuellement sur les écoles du territoire

### **Parent'Aise :**

Temps de détente autour d'une activité sportive ou culturelle  
1 fois par trimestre

### **Part'Age :**

Temps de rencontre intergénérationnelle autour d'une activité  
9h-11h, mardi et jeudi, pendant les vacances

## Sport - Bien-Etre

### **Zumba :**

lundi 20h - 21h, Salle des fêtes de St Quentin de Baron

### **Fitness :**

Jeudi 20h45 - 21h45, Salle des fêtes de St Quentin de Baron

### **Gym Senior :**

Mardi 11h15 - 12h15, Salle des fêtes de St Quentin de Baron

### **Gym Douce :**

Jeudi 18h30 - 19h30, Salle de l'école de St Quentin de Baron

### **Sophrologie :**

nous contacter

### **Zumba 6 - 12 ans :**

1 samedi par mois 11h15 - 12h, Salle des fêtes du territoire

## Prévention - Action Sociale

### **Visites aux personnes isolées :**

Sur la commune de St Quentin de Baron.

### **Ateliers Prévention Santé Seniors**

(en partenariat avec l'ASEPT)

Sur demande :

- Réunion de sensibilisation
- Conférence débat
- Ateliers Form'Bien-Etre
- Ateliers du Bien Vieillir
- Ateliers Mémoire
- Atelier Nutrition
- Atelier Form'Equilibre

Des activités diversifiées et attractives,  
Pour tous : enfants, adultes, familles, seniors,  
Pour créer des liens entre les personnes du territoire.

## Partage

Convivialité

Rencontres

Sur la communauté de communes du brannais



Siret n° 508 213 808 00027

Pour toute information  
07 64 15 27 11

PoCli est agréée  
Espace de Vie Sociale

## Nos partenaires :



www.cdc-brannais.fr



Famille - Parentalité

Sport - Bien Etre

Prévention - Actions Sociales

pocli.asso@gmail.com

07 64 15 27 11