

Amicale 05 45 95 64 03  
ALA  
Laique d'Angoulême



Hello!  
Grüß dich!

# Programme des activités 2024 / 2025



Maintenant,  
il n'y a plus  
qu'à choisir!



14 rue Marcel Paul - 16000 ANGOULÊME

Tél. : **05 45 95 64 03** - Email : [alaique@wanadoo.fr](mailto:alaique@wanadoo.fr)

Site : [www.amicale-laique-angouleme.fr](http://www.amicale-laique-angouleme.fr)

# L'Amicale Laïque d'Angoulême

**...est une association à but non lucratif qui a été créée en 1953 pour affirmer les valeurs de laïcité, liberté, égalité et fraternité en proposant à ses adhérents (enfants, adolescents, adultes) des activités éducatives, culturelles, sportives, manuelles, sociales, touristiques ou de loisirs.**

Elle promeut une société respectueuse des choix individuels dans les domaines philosophique, religieux et politique.

Elle est ouverte à tous et elle milite contre le racisme, contre toute ségrégation et contre toutes les formes de discriminations.

Elle s'efforce d'œuvrer pour plus de justice sociale et pour plus de solidarité.

L'Amicale Laïque d'Angoulême a donc l'ambition de contribuer à construire une société plus juste et plus humaine, en favorisant l'accès à la culture, à l'éducation, au sport et aux loisirs et en développant la vie associative.

L'Amicale Laïque adhère à l'**UFOLEP** et à la **Ligue Française de l'Enseignement et de l'Éducation Permanente** par le canal de la F.C.O.L. (Fédération Charentaise des Œuvres Laïques).

## Une équipe au service de l'association et de ses projets :

### Membres actifs :

M. Buisson, N. Domin, J. Guibert, H. Beauregard, L. Benoit, M. Camus, J-P. Favard, N. Longueville, D. Suet, P. Marchand, P. Soliveau, G. Piney, Lysiane Lemaire, Lysiane Jollivet, Jacky Renaud, Geneviève Nomfoux

### Membres honoraires :

J. Bouleau, C. Prouzat, R. Baptiste, G. Texier, I. Tiffonnet

### Secrétaire-comptable :

Valérie Delacroix

### Animatrice permanente :

Brigitte Hardy

### Les partenaires financiers :

Conseil Départemental, Direction Départementale de la Cohésion Sociale et de la Protection des Populations, Mairie d'Angoulême, Caisse d'Allocations Familiales, Centre Communal d'Action Sociale, Mutualité Sociale Agricole.

### Autres partenaires :

Associations et clubs sportifs, CIDF, CIJ, Espace Franquin, CIBDI.



# Adhésion

## → L'adhésion

L'adhésion annuelle est de 25 €. Elle donne accès à toutes les activités. Elle vous permet de participer à l'Assemblée Générale et vous donne droit à l'assurance responsabilité civile en cas de problèmes.

## → L'adhésion jeunes

5 €

## → La licence

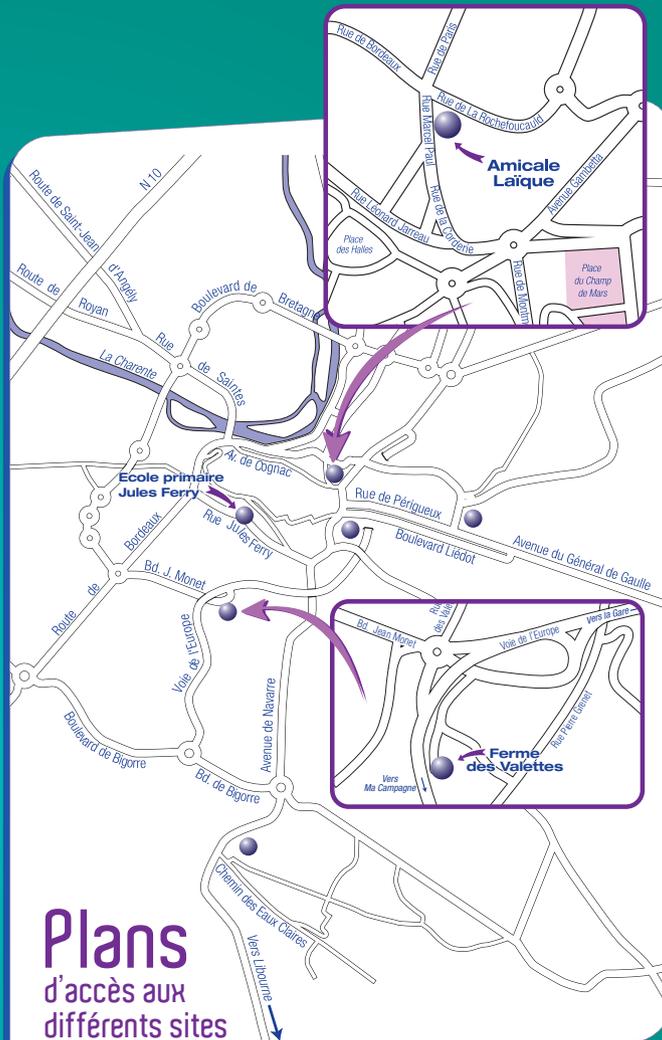
Elle est nécessaire pour la pratique d'une activité sportive.  
Licence R1 : 22 € - Licence R2 : 26 € -  
Licence UFOLEP.

## → La participation financière

Elle est en fonction de l'activité.

## → Les inscriptions

Elles se font au siège de l'association. Les personnes intéressées par un atelier peuvent venir découvrir l'activité en participant à une séance avant l'inscription définitive. Il n'y a pas d'ateliers durant les vacances scolaires.



Plans  
d'accès aux  
différents sites

# Adresses

## → Amicale Laïque d'Angoulême

14, rue Marcel Paul - 16000 Angoulême

Tél. : 05 45 95 64 03

E-mail : [alaique@wanadoo.fr](mailto:alaique@wanadoo.fr)

Site : [www.amicale-laique-angouleme.fr](http://www.amicale-laique-angouleme.fr)

## → Accueil de loisirs

### La Ferme des Valettes

Rue Pierre Grenet - 16000 Angoulême

Tél. : 05 45 61 53 33 et sms : 06 08 51 97 20

E-mail : [c.l.valettes@wanadoo.fr](mailto:c.l.valettes@wanadoo.fr)

Pour les enfants de 3 à 6 ans

et les primaires de 6 à 11 ans

Ouvert de 7h30 à 18h30 pendant les petites et grandes vacances ainsi que les mercredis.

 [lafermedesvalettes](https://www.instagram.com/lafermedesvalettes)

# Une semaine avec l'Amicale Laïque d'Angoulême



## Lundi

### Sophrologie

→ 10h à 11h  
Tous les 15 jours  
Maison de quartier St-Martin

### Action pause méridienne

→ 11h45 à 13h45  
à l'école Jules Ferry  
et à la Ferme des Valettes

### Informatique

→ 14h15 à 16h15  
à l'Amicale Laïque

### ALSH du soir

→ 16h30 à 18h30  
à l'école Jules Ferry  
et à la Ferme des Valettes

### Chorale

→ 20h30 à 22h30  
à l'Amicale Laïque

### Marche Nordique\*

\* Matin ou après-midi.  
Tous les jours de la semaine suivant  
niveaux (santé, normal, soutenu).  
Voir tableau.

## Mardi

### Gym douce

→ 9h15 à 10h15  
Maison de quartier St-Martin

### Conversation allemande

→ 9h15 à 12h15  
à la Ferme des Valettes

### Yoga

→ 10h30 à 11h30  
Maison de quartier St-Martin

### Action pause méridienne

→ 11h45 à 13h45 - à l'école Jules  
Ferry et à la Ferme des Valettes

### Encadrement

→ 13h à 16h  
à la Ferme des Valettes

### Grec ancien

→ 14h à 15h30 (tous les 15 jours)  
à la Ferme des Valettes

### ALSH du soir

→ 16h à 18h30  
à l'école Jules Ferry  
et à la Ferme des Valettes

### Marche Nordique\*

## Mercredi

### ALSH maternel et primaire

→ 7h30 à 18h30  
à la Ferme des Valettes

### Marche Nordique\*

### Sophrologie

→ 18h30 à 19h30 - Tous les 15 jours  
Maison de quartier St-Martin

### Pilates

→ 17h30 à 18h30  
Maison de quartier St-Martin

### Culture, voyages, sorties

→ 14h30 - à l'Amicale Laïque

## Jeudi

### Atelier espagnol

→ 9h à 10h30 (débutants)  
→ 10h45 à 12h15 (conversation)  
à l'Amicale Laïque

### Time for a cup of tea (anglais)

→ 9h15 à 10h45 et 11h à 12h30  
à la Ferme des Valettes

### Respiration Consciente Active

→ 10h30 à 11h30  
Maison de quartier St-Martin

### Action pause méridienne

→ 11h45 à 13h45  
à l'école Jules Ferry  
et à la Ferme des Valettes

### Randonnées pédestres

→ 14h15  
Lieu précisé à chaque sortie

### Rencontres littéraires

→ 14h30 à 17h (1<sup>er</sup> jeudi de chaque mois)  
à l'Amicale Laïque

### ALSH du soir

→ 16h30 à 18h30  
à l'école Jules Ferry  
et à la Ferme des Valettes

### Œnologie

→ 19h à 21h (1 fois par mois)  
à l'Amicale Laïque

### Yoga du rire

→ 19h30 à 20h30 - Tous les 15 jours  
Maison de quartier St-Martin

### Marche Nordique\*

## Vendredi

### Peinture

→ 9h à 12h  
à la Ferme des Valettes

### Gym d'entretien

→ 11h à 12h  
Maison de quartier St-Martin

### Action pause méridienne

→ 11h45 à 13h45  
à l'école Jules Ferry  
et à la Ferme des Valettes

### Culture, voyages, sorties

→ 14h30 - à l'Amicale Laïque

### Broderie

→ 13h à 16h  
à la Ferme des Valettes

### ALSH du soir

→ 16h30 à 18h30  
à l'école Jules Ferry  
et à la Ferme des Valettes

### Kasàlà

→ 18h30 à 20h  
à la Ferme des Valettes

### Marche Nordique\*

## Samedi

### Chorale

→ 14h30 à 18h30 (1 fois par mois)  
à Chazelles

### Pêche "No kill"

→ 10h à 12h à Frégeneuil

### Marche Nordique\*

## Dimanche

### Marche Nordique\*

# Les activités

De nouvelles propositions diverses et variées pour cette saison 2024-2025.

Faites votre choix !

## Marche Nordique

Rentrée le lundi 02/09/2024

**Contacts** : Dominique Goueset et Sabine Menou

**Où et quand ?** Lieu précisé à chaque sortie suivant le niveau.

Matin ou après-midi toute la semaine.

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Matin	Mixte*		Mixte*		BungyPump	Mixte*	Santé*
Après-midi / Soir	Soutenu	Normale	Soutenu	Soutenu			

\* Niveaux (santé, normal, soutenu) ou sortie du dimanche en fonction des animateurs.

**Coût Annuel** : adhésion à l'A.L.A 25 € + 22 € licence « R1 » + 18 € de participation à l'activité.



## Compagnons du Temps Libre (C.T.L.)

*"Marcher pour son bien-être, pour une bonne santé, pour développer le lien social."*

**Randonnées pédestres**

Rentrée le jeudi 12/09/2024

Tous les jeudis à 14h15

Sorties programmées au trimestre

**Coût annuel** : adhésion à l'A.L.A 25 € + licence « R1 » 22 €.



## Broderie (points comptés)

*"Pour s'évader au fil des points et créer sans aucune limite."*

Rentrée le vendredi 13/09/2024

**Animatrice** : Elisabeth Foltz

**Où et quand ?** Ferme des Valettes  
Vendredi de 13h à 16h

**Coût annuel** : adhésion à l'A.L.A 25 € + 24 € de participation aux frais de l'activité.

**Blog** : → [petitesmainsdesvalettes.eklablog](https://petitesmainsdesvalettes.eklablog)



## Encadrement

*"Choix d'un document, plaisir de sa mise en valeur, de le personnaliser et de le préserver."*

Rentrée le mardi 24/09/2024

**Animatrice** : Anne Marie Andrieux

**Où et quand ?** Ferme des Valettes - Mardi de 13h à 16h

**Coût** : adhésion à l'A.L.A 25 € + forfait annuel 310 € de participation aux frais de l'activité.



## Peinture

*"Amitié, convivialité, s'accordent parfaitement avec huile, pastel ou aquarelle."*

Rentrée le vendredi 06/09/2024

**Animatrice** : Danielle Suet

**Où et quand ?** Ferme des Valettes - Vendredi matin de 9h à 12h

**Coût annuel** : adhésion à l'A.L.A 25 € + 20 € de participation aux frais de l'activité.



## Ensemble choral

*"Pour chanter en chœur."*

Rentrée le lundi 02/09/2024

**Animateur :** Georges Piney

**Où et quand ?** Siège de l'A.L.A - Lundi de 20h30 à 22h30,  
Samedi de 14h30 à 18h30 (une fois par mois, à Chazelles,  
avec l'Écho de la Tardoire)

**Coût annuel :** adhésion à l'A.L.A 25 €  
+ 33 € de participation aux frais de l'activité.



## Yoga

*"Améliorer la santé du corps et de l'esprit, renouer avec soi-même..."*

Rentrée le mardi 17/09/2024

**Animatrice :** Armelle Fougeras

**Où et quand ?** Salle de quartier St-Martin  
Mardi de 10h30 à 11h30

**Coût :** adhésion à l'A.L.A 25 € + licence « R1 » 22 €.

- Forfait Yoga 1<sup>er</sup> trimestre 85 € (payable à l'inscription)

- Forfait Yoga 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> trimestres 155 € (payable en janvier 2025)

(1<sup>er</sup> cours-découverte offert).



## Œnologie

*"Atelier mensuel ouvert à tous les curieux des odeurs, des vins, de la cuisine et de l'histoire."*

Rentrée le jeudi 19/09/2024

**Animatrice :** Isabelle Roberty

**Où et quand ?** Siège de l'A.L.A - Jeudi de 19h à 21h  
(une fois par mois)

**Coût annuel :** adhésion à l'A.L.A 25 €  
+ forfait 10 séances 270 € de participation aux frais de l'activité.



## Gym d'entretien

Rentrée le vendredi 13/09/2024

**Animatrice :** Carole Combes

**Où et quand ?** Salle de quartier St-Martin  
Vendredi de 11h à 12h

**Coût annuel :** adhésion à l'A.L.A 25 € + licence « R1 » 22 €  
+ forfait annuel 125 € de participation aux frais de l'activité.

(1<sup>er</sup> cours-découverte offert).

→ Minimum 10 personnes et maximum 20 personnes.



## Gymnastique douce, entretien corporel

*"Pour se maintenir en forme, garder ou retrouver mobilité, souplesse et détente, cette pratique est basée sur des mouvements et étirements doux, effectués en utilisant la respiration. Les exercices sont réalisés dans le respect du corps et conviennent à tous."*

Rentrée le mardi 10/09/2024

**Animatrice :** Pascale Dréano-Lavergne, formatrice en techniques corporelles

**Où et quand ?** Salle de quartier St-Martin - Mardi de 9h15 à 10h15

**Coût :** adhésion à l'A.L.A 25 € + licence « R1 » 22 €.

Forfait annuel 163 € payable à l'inscription. (1<sup>er</sup> cours-découverte offert).



## Pilates

Rentrée le mercredi 11/09/2024

**Animatrice :** Carole Combes

**Où et quand ?** Salle de quartier St-Martin  
Mercredi de 17h30 à 18h30

**Coût annuel :** adhésion à l'A.L.A 25 € + licence « R1 » 22 €  
+ forfait annuel 125 € de participation aux frais de l'activité.

(1<sup>er</sup> cours-découverte offert).

→ Minimum 10 personnes et maximum 20 personnes.



## Sophrologie

Rentrée le lundi 09/09/2024 et le mercredi 18/09/2024

**Animatrice** : Sylvaine Motard

**Où et quand ?** Salle de quartier St-Martin

- Lundi de 10h à 11h (tous les 15 jours)
- Mercredi de 18h30 à 19h30 (tous les 15 jours)

**Coût annuel** : adhésion à l'A.L.A 25 € + licence « R1 » 22 €  
+ 75 € au trimestre pour 5 séances, soit 225 € payable à l'année.  
(1<sup>er</sup> cours-découverte offert).

- 4 participants minimum.
- Il faut apporter un tapis de sol et un plaid.



## Kasàlà

"Poésie de votre vie"

Rentrée le vendredi 20/09/2024

**Animatrice** : Florence Ilboudo

**Où et quand ?** Ferme des Valettes  
Vendredi de 18h30 à 20h

**Coût annuel** : adhésion à l'A.L.A 25 €  
+ 210 € à l'année ou 70 € au trimestre.

- Prévoir crayon, cahier ou ordinateur.
  - Minimum 2 personnes.
- (1<sup>er</sup> cours-découverte offert).



## Respiration Consciente Active

*"Apprendre à mieux respirer, développer ou restaurer une respiration de qualité. Savoir utiliser des techniques respiratoires pour : Mieux gérer stress et tensions, augmenter la vitalité, améliorer les fonctions organiques, assouplir le corps..."*

Rentrée le jeudi 12/09/2024

**Animatrice** : Pascale Dréano-Lavergne

**Où et quand ?** Salle de quartier St-Martin  
Jeudi de 10h30 à 11h30

**Coût annuel** : adhésion à l'A.L.A 25 € + 163 € de participation aux frais de l'activité. (1<sup>er</sup> cours-découverte offert).



## Yoga du rire

Rentrée le jeudi 12/09/2024

**Animatrice** : Amélie Conca

**Où et quand ?** Salle de quartier St-Martin  
Jeudi de 19h30 à 20h30 (tous les 15 jours)

**Coût annuel** : adhésion à l'A.L.A 25 € + licence « R1 » 22 €  
+ 198 € de participation aux frais de l'activité  
ou forfait de 5 séances : 45 €, forfait de 10 séances : 95 €.

(1<sup>er</sup> cours-découverte offert).



## Atelier pêche à la carpe

"No kill"

Rentrée le samedi 14/09/2024

**Animateur** : Benoit Luzarraga

**Où et quand ?** Frégeneuil  
Samedi de 10h à 12h

**Coût annuel** : adhésion à l'A.L.A 25 € + forfait 10 séances 200 €  
de participation aux frais de l'activité.

- Pass pêche, appâts et matériel fourni.
- 4 personnes minimum et 8 personnes maximum.



# Culture, voyages, sorties...

## → Assemblée de rentrée à Franquin le mardi 17/09/2024

14h30 : conférence : Angoulême et New York  
de Florent Gaillard

16h30 : inscriptions aux activités de l'association.



## Conférences

### Où et quand ?

À l'Amicale Laïque, à 14h30, le mercredi ou le vendredi.

**Coût :** Adhésion à l'A.L.A 25 € + 5 € à chaque conférence.

Les adhérents sont prévenus par courrier ou par mail.



## Rencontres littéraires

*"De livres... en rêves.  
De rêves... en vies !"*

Rentrée le jeudi 03/10/2024

**Où et quand ?** Siège de l'A.L.A

Jeudi de 14h30 à 17h (premier jeudi de chaque mois)

**Coût annuel :** adhésion à l'A.L.A 25 € +  
17 € de participation aux frais de l'activité.



## Sorties et voyages culturels

Les adhérents sont prévenus des sorties et voyages culturels par courrier ou par mail.



## Informatique

Rentrée le lundi 30/09/2024

**Animateur :** Thierry Bourdeau

**Où et quand ?** Siège de l'A.L.A  
Lundi de 14h15 à 16h15

**Coût annuel :** adhésion à l'A.L.A 25 €  
+ 60 € de participation aux frais de l'activité.



## Atelier espagnol

*"Envie de pouvoir communiquer et dialoguer avec des amis et de la famille."*

Rentrée le jeudi 19/09/2024

**Animatrice :** Geneviève Bourrut Lacouture

**Où et quand ?** Siège de l'A.L.A

- Jeudi de 9h à 10h30 : débutants

- Jeudi de 10h45 à 12h15 : Conversation

**Coût annuel :** adhésion à l'A.L.A 25 € + 270 € de participation aux frais de l'activité, ou au mois 30€, au trimestre 90€.

(1<sup>er</sup> cours "découverte" offert).

→ Minimum 4 personnes inscrites.



## Time for a cup of tea (anglais)

*"Envie de pouvoir communiquer et dialoguer avec des amis et de la famille."*



Rentrée le jeudi 03/10/2024

**Animatrices :** Agnès Lamoureux, Sylvie Sargood

**Où et quand ?** Ferme des Valettes

Jeudi de 9h15 à 10h45 et de 11h à 12h30

**Coût annuel :** adhésion à l'A.L.A 25€ + forfait 17€ de participation aux frais de l'activité.

→ 15 places maxi par séance. Inscription définitive une fois le paiement effectué.

→ Date limite d'inscription fin octobre.

## Conversation allemande

*"Envie de pouvoir communiquer et dialoguer avec des amis et de la famille."*



Rentrée le mardi 01/10/2024

**Animatrice :** Henriette Beauregard

**Où et quand ?** Ferme des Valettes

Mardi de 9h15 à 10h45 et/ou 10h45 à 12h15

Confirmés. Pas de débutants. 1 ou 2 cours selon effectifs

**Coût annuel :** adhésion à l'A.L.A 25€ + 17€ de participation aux frais de l'activité. (1<sup>er</sup> cours "découverte" offert).

## Grec ancien

*"Pour découvrir la culture et la langue grecque."*



Rentrée le mardi 24/09/2024

**Animatrice :** Catherine Maillason

**Où et quand ?** Ferme des Valettes

Mardi (tous les 15 jours) de 14h à 15h30

**Coût annuel :** adhésion à l'A.L.A 25€ + 17€ de participation aux frais de l'activité

(1<sup>er</sup> cours "découverte" offert).

# Action éducative



## Modalités d'accueil à la Ferme des Valettes

Pour les enfants scolarisés de 3 à 11 ans

→ Le mercredi de 7h30 à 18h30  
Accueil ouvert toute la journée

→ Du lundi au vendredi pendant les  
petites et grandes vacances scolaires

Tél. : 05 45 61 53 33 - 06 08 51 97 20 (sms)

Email : c.l.valettes@wanadoo.fr



## Accueil et départ des enfants

Accueil échelonné le matin  
de 7h30 à 9h

Départ échelonné le soir  
de 16h30 à 18h30





## Repas

→ Pour ceux qui restent toute la journée ou le mercredi matin.

Le temps de restauration se fait sur le site de la **Ferme des Valettes** avec le personnel de la ville d'Angoulême mis à disposition.

*\* Aménagement si protocole sanitaire mis en place.*

### Les mercredis

Facturation en fin de mois envoyée par mail, suivant la venue de l'enfant, matin, après-midi ou journée.

### Les petites et grandes vacances

Inscription et règlement à la période au moment de l'inscription (forfait).

Mise à disposition des inscriptions 4 semaines avant les vacances (Toussaint, Noël, Février, Pâques...)

### Pause méridienne

1 € annuel demandé par la CAF.

École Jules Ferry et école Ferme des Valettes.

### Accueil du soir

Ferme des Valettes, école Jules Ferry : inscription début septembre et règlement du forfait en fonction du QF, de vacances à vacances, occasionnel possible.

Le règlement se fait avant chaque début de période.



## Tarifs

→ Ils sont calculés sur la base du **Quotient Familial CAF/MSA**.

## Inscriptions

→ **Inscription des mercredis pour la rentrée de septembre :**

En juin, la confirmation de la venue de l'enfant se fait obligatoirement une semaine avant par sms 06 08 51 97 20.

→ **Inscription des petites vacances :** 4 semaines avant la période (Toussaint, Noël, Février, Pâques).

→ **Inscription été :** les mercredis de juin à la Ferme des Valettes (maternelle et primaire).

→ **Accueil du soir :** début septembre à la Ferme des Valettes.

→ **Pause Méridienne :** Cotisation d'1 € par enfant et par an à verser pour les activités de la pause méridienne, dans les écoles de Jules Ferry et de la Ferme des Valettes.



## Documents à produire

→ Photocopie des certificats de vaccinations

→ Photocopie d'un justificatif de domicile pour les Angoumoisins

→ Numéro d'allocataire CAF / ou MSA

→ Bons de comité d'entreprise ou d'administration  
Les chèques CESU ou Chèques Vacances sont acceptés.

Sans justificatif, aucune déduction ne sera effectuée.



### Amicale Laïque d'Angoulême

14, rue Marcel Paul - 16000 Angoulême  
Tél. : 05 45 95 64 03 - sms : 06 08 51 97 20

Accueil de loisirs :  
La Ferme des Valettes



c.l.valettes@wanadoo.fr



lafermedesvalettes

Amicale  
ALA  
Laïque d'Angoulême



Angoulême

ufolep

la ligue de  
l'enseignement  
Libération, partage, des savoirs, des compétences

monenfant.fr

# Bonne saison à toutes et tous !



**LE JEUDI 12 JUIN 2025**

## Assemblée Générale de l'ALA 2025

À 18h - Plan d'eau de Saint-Yrieix  
Salle de l'école de voile

*Buenos días!*

*Hello!*

*Grüß dich!*



Ce document est établi à la date du 1<sup>er</sup> août 2024.

Toutes informations actualisées seront disponibles au secrétariat  
et publiées sur notre site Internet.

**05 45 95 64 03**

**[www.amicale-laique-angouleme.fr](http://www.amicale-laique-angouleme.fr)**