

# LE FOYER RURAL DE BOMBON

## vous propose de nouvelles activités

### Coup de pousse !



Un coup de pouce pour que ça pousse.

Beaucoup d'entre nous aimons le jardinage. Qu'il soit potager ou pour poser un transat, le jardin nous apporte bien souvent sérénité et détente. Mais il nécessite aussi d'y donner de l'énergie et du temps... dont nous manquons parfois.

« *Coup de pousse* » est une activité à mener par et pour les adhérents du Foyer Rural. Le principe est que ceux qui ont besoin d'un coup de main au jardin puissent se signaler pour recevoir un peu d'aide. Car faire ensemble sera plus aisé, plus sympathique et plus efficace. Et comme le jardin est un lieu de partage, cette activité sera aussi l'occasion d'échanger sur des techniques, des gestes, partager des savoirs ou des boutures, se prêter des outils, etc.

Bien entendu, jardiner signifie s'occuper de plantes, de terre et de toute la vie qui s'y cache. « *Coup de pousse* » se fera donc dans le pur respect de la biodiversité afin de la favoriser et de la protéger.

#### Comment ça se passe ?

- « *Coup de pousse* » se déroule durant 2 heures, sur un samedi ou un dimanche matin, entre 9 h 30 et 11 h 30. Une fois par mois entre septembre et février, deux fois par mois entre mars et juin.
- Ceux qui ont besoin d'un coup de main au jardin (= les *Accueillants*) se signalent par mail auprès du Foyer Rural ([fr.bombon@orange.fr](mailto:fr.bombon@orange.fr)) en me laissant leur numéro de téléphone. Je les contacte, nous discutons sur les besoins et les possibles et nous programmons une date. Attention, « *Coup de pousse* » n'est pas une alternative gratuite à une entreprise espaces verts.
- Ceux qui souhaitent participer à « *Coup de pousse* » (= les *P'tites mains*) se signalent et laissent leurs coordonnées mail sur le mail du Foyer Rural. Lorsqu'un « *Coup de pousse* » est possible, j'adresse à tous un mail pour donner la date. Les *P'tites mains* disponibles me font un retour. Nous nous limiterons à 6 personnes par « *Coup de pousse* », histoire de ne pas envahir. Les *P'tites mains* peuvent bien sûr être *Accueillants* et vice versa.
- Le jour J, les *P'tites mains* se rassemblent chez l'*Accueillant* et nous œuvrons ensemble, sans complexe ni chichi, juste pour le plaisir de jardiner paisiblement ensemble et dans la bonne humeur !
- A la moitié du temps, une petite pause est prévue et l'*Accueillant* aura préparé, en toute simplicité, une boisson et un petit gâteau à partager.
- Pendant le temps du « *Coup de pousse* », évidemment, on papote sur nos pratiques de jardinage !

Au plaisir de mettre la main à la terre avec vous. Pierre

**Siège du Foyer Rural de Bombon** : Mairie de Bombon

**Adresse de la Présidente** : Françoise Delvaux – 15 rue de l'Église – 77720 BOMBON

**E-mail Foyer Rural** : [fr.bombon@orange.fr](mailto:fr.bombon@orange.fr) - **Site internet** : <http://fr-bombon.org/>

**Facebook** : @foyrururbombon



# Activités « Scrapbooking »

L'atelier Scrapbooking du Foyer rural propose :



Un atelier « Scrap » pour les enfants à partir de 8 ans.  
Premier atelier le **Mercredi 13 octobre** de 14 heures à 16 heures.  
Possibilité de deux ateliers par mois en fonction du nombre d'enfants inscrits.

Tarif : 15 euros pour l'année + inscription au Foyer rural



Un stage découverte du « Scrap » pour adultes le mardi 12 octobre de 18 heures à 20 heures.

Tarif : 10 euros le stage + inscription au Foyer rural

Si vous êtes intéressé, merci de prendre contact avec Aline Saunier : 06.09.62.13.55

## Adhésion au Foyer rural de Bombon obligatoire pour les activités :

- 1<sup>er</sup> adhérent d'une famille : 15 euros
- A partir de la 2<sup>ème</sup> personne d'une même famille : 11 euros
- Enfant né à partir du 1<sup>er</sup> janvier 2012 : 6 euros
- Adhérent d'un autre Foyer rural : 6,50 euros

# Après-midis découverte

Nous proposons aux adhérents des après-midis découverte qui se dérouleront en semaine, une fois par mois environ.

Si vous êtes libre certains après-midis, vous pourriez partager avec nous des sorties enrichissantes, sportives, culturelles, etc.

Pour commencer, nous avons arrêté un programme qui pourra être poursuivi par les propositions que vous apporterez.

Il est nécessaire d'être adhérent au Foyer rural.

Conformément à la réglementation en vigueur, le passe sanitaire sera exigé jusqu'à nouvel ordre ainsi que le respect des gestes barrière.

Les transports s'effectueront en voiture individuelle, libre aux participants de se regrouper.

Certaines sorties seront payantes (si droit d'entrée) et d'autres gratuites.

Pour toutes informations, contacter le Foyer Rural : [fr.bombon@orange.fr](mailto:fr.bombon@orange.fr) et visiter le site Internet : [fr-bombon.org](http://fr-bombon.org) ou la page Facebook : [@foyerruralbombon](https://www.facebook.com/foyerruralbombon)



**Jeudi 30 septembre** de 14 h 15 à 15 h 45 environ : Musée de la Rose à Grisy-Suisnes. Entrée : 4 € par personne. Annulé si moins de 10 personnes car le musée ouvrira pour nous !  
Inscription avec paiement + cotisation Foyer rural avant le 27 septembre

**Lundi 18 octobre** : Sortie gratuite en forêt de Fontainebleau. Prévoyez une tenue adaptée (chaussures de marche, eau, vêtement de pluie si nécessaire, etc.). Le circuit proposé est d'une durée d'environ 1 h 30 et est un peu escarpé. Rendez-vous à 13 h 45 devant la mairie de Bombon. Retour vers 16 h 30.



**Mercredi 27 octobre** : Sortie familiale avec les enfants à partir de 6 ans (obligatoirement accompagnés d'un adulte) : Musée de la Préhistoire d'Ile-de-France à Nemours.

Durée : 1 h 30 - Tarif : 10 €. Sur inscription avant le mercredi 20 octobre.

Le passe sanitaire sera exigé à partir de 12 ans et 2 mois et contrôlé à Bombon puis au musée.

Départ de Bombon (parking de la mairie) à 13 h 30. Retour aux environs de 17 h.

La sortie sera annulée si moins de 10 personnes.

#### *De l'objet au geste*

*Cette visite des premières salles du musée est l'occasion de découvrir les plus anciennes périodes de la Préhistoire régionale et d'évoquer les méthodes de recherche qui permettent de comprendre les techniques mises en œuvre par les chasseurs paléolithiques. La visite est complétée par des démonstrations de techniques préhistoriques (au choix allumage du feu, tir au propulseur, taille du silex...).*

**Lundi 29 novembre** : Musée de la Gendarmerie à Melun (conditions non encore définies)



**Siège du Foyer Rural de Bombon** : Mairie de Bombon

**Adresse de la Présidente** : Françoise Delvaux – 15 rue de l'Église – 77720 BOMBON

**E-mail Foyer Rural** : [fr.bombon@orange.fr](mailto:fr.bombon@orange.fr) - **Site internet** : <http://fr-bombon.org/>

**Facebook** : @foherruralbombon

## INSCRIPTIONS AUX SORTIES\*

Les enfants doivent impérativement être accompagnés d'un adulte

NOM, Prénom : .....

Adresse : .....

Tél (portable si possible) .....

Sortie	Nombre de personnes	Tarif individuel	Total
<b>Jeudi 30 septembre</b> Musée de la Rose à Grisy-Suisnes		X 4 €	
<b>Lundi 18 octobre</b> Sortie en forêt de Fontainebleau		0 €	
<b>Mercredi 27 octobre</b> Musée de la Préhistoire d'Ile-de-France à Nemours		X 10 €	
<b>Lundi 29 novembre</b> Musée de la Gendarmerie à Melun			
<b>TOTAL</b>			

Déposez vos inscriptions et règlements à Bombon, soit chez Mme Delvaux, 15 rue de l'Église, soit chez Mme Raffin, 1 rue de Saint-Méry

\***Adhésion annuelle au Foyer rural en plus** : 15 € pour la 1<sup>ère</sup> personne d'un foyer ; 11 € à partir de la 2<sup>e</sup> personne (même adresse) ; 6 € par enfant né à partir du 01/01/2012 ; 6,50 € pour les adhérents d'un autre Foyer rural.

**Siège du Foyer Rural de Bombon** : Mairie de Bombon

**Adresse de la Présidente** : Françoise Delvaux – 15 rue de l'Église – 77720 BOMBON

**E-mail Foyer Rural** : [fr.bombon@orange.fr](mailto:fr.bombon@orange.fr) - **Site internet** : <http://fr-bombon.org/>

**Facebook** : @foyerruralbombon

