



Association FAMILLES RURALES du Pays de ColombeY





**Nous
sommes
ici**



Adresse

4, route de Moncel
54170 Colombey-les-Belles
(à côté du collège de Colombey-les-belles)

Le Relais Familles

Téléphone : 03.83.52.06.49

Nos horaires d'ouverture :

Lundi et Vendredi de 9h00 à 18h30

Mardi et Mercredi de 9h00 à 17h00

Jeudi et Samedi de 9h00 à 12h30

Mail : relaisfamilles.colombey@famillesrurales.org

Le Relais Petite Enfance

Téléphone : 03.83.50.55.71

Nos horaires d'ouverture :

L'animateur petite enfance vous accueille sur rendez-vous :
du lundi au samedi dans les locaux de l'association
et sans rendez-vous : les mardis et les jeudis de 14h à 16h.

Mail : ram.colombey@famillesrurales.org



Pages

Facebook : [AssociationFamillesRuralesduPaysdeColombey/](https://www.facebook.com/AssociationFamillesRuralesduPaysdeColombey/)

Site Internet : <https://www.famillesrurales.org/pays-de-colombey/>

France Services

Téléphone : 03.83.52.06.49

Nos horaires d'ouverture :

Lundi et Vendredi de 13h30 à 18h30

Mercredi de 13h30 à 17h00

Mardi, Jeudi et Samedi de 9h00 à 12h30

Mail : france-services.colombey@famillesrurales.org

Mobilité Solidaire

Téléphone : 09.77.76.23.40 - 06.95.12.61.91

Nos horaires d'ouverture :

Lundi et Vendredi de 14h00 à 18h00

Mercredi de 14h00 à 16h30

Mardi, Jeudi et Samedi de 9h30 à 12h00

Mail : mobilite.solidaire@famillesrurales.org

L'ASSOCIATION



L'association Familles Rurales du Pays de Colombey est un lieu d'accueil, d'écoute, d'information et d'orientation, anonyme et confidentiel, ouvert à tous.

De nombreuses actions et activités y sont proposées comme vous pourrez le constater en feuilletant ce livret.

Le cœur de métier du Relais Familles est de répondre aux besoins et aux envies des habitants. Chacun a la possibilité d'être accompagné pour développer des projets.

Être adhérent Familles Rurales

Si l'adhésion n'est pas obligatoire pour accéder à certaines activités, adhérer, c'est être solidaire d'un mouvement et soutenir une action associative locale d'intérêt général, élaborée et mise en œuvre pour les habitants, par les habitants eux-mêmes.

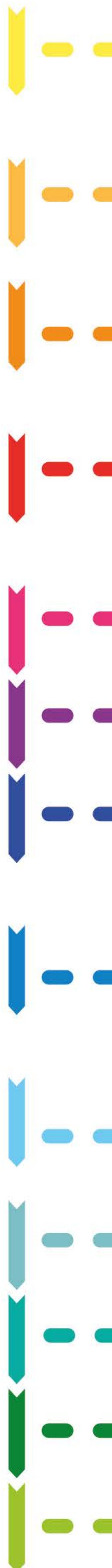
Ce projet est porté au quotidien par des bénévoles, adhérents comme vous, qui y consacrent du temps, et qui voient ainsi leurs efforts reconnus et encouragés par votre adhésion.

Montant annuel de l'adhésion par foyer : 23,00€



L'association défend des valeurs fortes :

- Être ensemble
- Respecter les autres
- Accepter les différences
- Construire et grandir
- S'épanouir



1. POINT INFO FAMILLE -
KIOSQUE INFO JEUNESSE
2. TEMPS D'INFORMATION
ET D'ÉCHANGES ENTRE PARENTS
3. ÉCRANS EN VEILLE,
TOUS EN ÉVEIL
4. UN TEMPS POUR SOI...
AVEC LES AUTRES
5. GROUPE MULTI-ACTIVITÉS
6. ESPACE D'INITIATIVES
7. FRANCE SERVICES -
ESPACE NUMÉRIQUE
8. ACCOMPAGNEMENT
à la scolarité
9. MOBILITÉ SOLIDAIRE
10. LA RÉCRÉ - LE LAPE
11. RELAIS PETITE ENFANCE
12. RÉSEAU DE VOISINEURS
13. PERMANENCES PARTENAIRES

Point info famille -
Kiosque info jeunesse

SANS
adhésion

De l'info sous toutes ses formes, venez :

- Poser des questions, nous avons la réponse !
- Emprunter des livres éducatifs
- Prendre soin de vous en participant à des ateliers alimentation
- Participer au mois sans tabac
- Consulter les offres de nos Opérations jobs d'été
- Farfouiller dans les prospectus des structures du territoire
- Et bien d'autres...

Alimentation
Allaitement
Énergie
Consommation
Budget
Civique
Scolarité
Emploi
Grossesse
Mobilité
Tabac
BAFA
Conduire
Accès
Drogues
Social
Enfants
Permis
Alcool
Sexualité
Droits
Parentalité
Économie
Séparation
Volontaire

SANS
adhésion

TEMPS d'INFORMATION ET d'ÉCHANGES ENTRE PARENTS

Qu'est ce que c'est ?

Ce sont des rencontres qui permettent aux parents d'être informés et d'échanger sur des sujets liés à la parentalité. Elles sont animées par un professionnel et sont gratuites.

Les enfants sont les bienvenus. Des animations et jeux leur sont proposés lors de ces matinées dans une salle attenante.

Quand ? Et où ?

Les **mercredis matins de 9h à 11h30** pendant les périodes de **vacances scolaires** (Octobre, Février et Avril). Dans les **locaux de l'association**. Et **en soirée** également tout au long de l'année.

Pour qui ?

Pour toute personne intéressée, concernée, ou souhaitant témoigner ou partager son expérience.

Qui contacter ?

Contactez **Stéphanie**
au **03.83.52.06.49**
ou au **07.81.38.90.74**
relaisfamilles.colombey@famillesrurales.org



ÉCRANS EN VEILLE, TOUS EN ÉVEIL

SANS
adhésion

Qu'est-ce que c'est ?

C'est un temps de sensibilisation des parents à la bonne utilisation des écrans par leurs enfants.

Qu'y fait-on ?

Que ce soit sous forme de conférences, d'après-midi jeux de société ou bien de formations autour des écrans, nous mettons en place des rencontres gratuites en partenariat avec NOOBA ainsi que les MJC et les foyers ruraux, la Communauté Professionnelle Territoriale de Santé du Sud Toulinois (CPTS) et la Communauté de Communes du Pays de Colombey et du Sud Toulinois (CCPST).



Pour qui ?

Ouvert à tous.

Quand ? Et où ?

Plusieurs fois dans l'année, **en après-midi ou en soirée**, dans différentes communes ou à l'association.

Qui contacter ?

Contactez **Stéphanie** au **03.83.52.06.49** ou au **07.81.38.90.74**
relaisfamilles.colombey@famillesrurales.org



SANS
adhésion

UN TEMPS POUR SOI... AVEC LES AUTRES

Qu'est-ce que c'est ?

Le groupe un temps pour soi permet de se changer les idées, de sortir de la maison, de rencontrer d'autres personnes et aussi de reprendre confiance en soi, dans la bienveillance et le partage.

Qu'y fait-on ?

Des activités manuelles divertissantes et des sorties diverses proposées par les participants en fonction de leurs envies.

Pour qui ?

Pour toute personne qui en éprouve le besoin et l'envie, orientée par un travailleur social.

Quand ? Et où ?

Le temps d'**un après-midi chaque semaine** de janvier à juin, et **chaque mois** d'octobre à décembre à la **salle paroissiale de Colombey-les-belles**.

Qui contacter ?

Contactez **Mélanie** au **03.83.52.06.49**
relaisfamilles.colombey@famillesrurales.org



GROUPE Multi-Activités

AVEC
adhésion

Qu'est-ce que c'est ?

Des personnes qui se retrouvent pour partager des bons moments en dehors de chez elles, pour apprendre les unes des autres car «chaque personne au monde sait quelque chose que je ne sais pas».

Qu'y fait-on ?

Le groupe se réunit afin de réaliser des activités variées, sur le principe de l'échange de savoirs (ex. : création de paniers en carton et tissu, mosaïque, ateliers cuisine...), des sorties, des balades...

Quand ? Et où ? Pour qui ?

A la **salle paroissiale de Colombey-les-Belles**,
ou bien **dans les locaux de l'association**
le **mardi tous les 15 jours de 14h à 16h**. Ouvert à **tous**.



Qui contacter ?

Contactez **Evelyne** au **03.83.52.06.49**
relaisfamilles.colombey@famillesrurales.org



SANS
adhésion

ESPACE D'INITIATIVES

Qu'est-ce que c'est ?

Un espace dédié aux habitants qui désirent développer des projets individuels ou collectifs.

Qu'y fait-on ?

C'est vous qui décidez !
Et si vous en ressentez le besoin, vous bénéficiez du soutien de l'équipe de salarié-e-s et bénévoles.



Quand ? Où ? Pour qui ?

Dans les **locaux de l'association** ou autre salle en fonction des besoins et **à tout moment** et ouvert à **tous**.

Qui contacter ?

Contactez le **Relais Familles** au **03.83.52.06.49**
relaisfamilles.colombey@famillesrurales.org



ESPACE FRANCE SERVICES

SANS
adhésion



**France
services**

*Liberté
Égalité
Fraternité*



France Services,
c'est en **un seul**
et même endroit
des **réponses** pour :



**CONTACTEZ
Elodie & Shona**

Tél. : 03.83.52.06.49 - 06.95.41.58.33

france-services.colombey@famillesrurales.org

Horaires : Les lundis et vendredis de 13h30 à 18h30

Les mercredis de 13h30 à 17h00

Les mardis, jeudis et samedis de 9h00 à 12h30

+ UN ESPACE NUMÉRIQUE AVEC UN CONSEILLER

- Accédez à des postes informatiques, imprimante-scanner, Internet, matériel de visioconférence...
- Apprenez et progressez grâce à nos ateliers numériques.

AVEC
adhésion

ACCOMPAGNEMENT à la scolarité

Qu'est-ce que c'est ?

C'est un Contrat Local d'Accompagnement à la Scolarité (CLAS) passé entre les élèves, les parents et l'association.

Qu'y fait-on ?

Un temps d'aide aux devoirs, pour

s'organiser dans son travail
s'avancer dans les devoirs
bien tenir ses cahiers
apprendre les leçons efficacement

Un temps d'ouverture culturelle pour

être curieux de tout
prendre confiance en soi
mieux s'exprimer
apprendre à respecter les règles
apprendre à respecter les autres
par le biais de jeux de société, ateliers scientifiques ou artistiques...

Des sorties familiales pour

partager un moment en famille
échanger avec d'autres parents
rencontrer les bénévoles de l'association
découvrir de nouvelles activités de loisirs

Quand ? Et où ?

Tous les mardis et les jeudis de 17h à 19h

au collège Jacques Grüber de Colombey-les-Belles

Pour qui ?

Pour 8 élèves de 6ème et 8 élèves de 5ème

Qui contacter ?

Appelez **Sandrine** au **03.83.52.06.49** ou au **07.83.56.68.04**
ou envoyez un e-mail à relaisfamilles.colombey@famillesrurales.org

MOBILITÉ SOLIDAIRE

AVEC
adhésion

Qu'est-ce que c'est ?

Mobilité Solidaire c'est une démarche citoyenne portée par des habitants qui permet à d'autres habitants de se déplacer tout en apprenant à se connaître et à créer du lien.

En bref, c'est joindre l'utile à l'agréable !

Quand ? Et où ?

Les déplacements sont possibles du lundi au vendredi de 9h à 18h dans la limite de 80km aller/retour.

Les permanences téléphoniques sont ouvertes :

Les lundis et vendredis de **14h00 à 18h00**

Les mardis, jeudis et samedis de **9h30 à 12h00**

Les mercredis de **14h00 à 16h30**

Pour qui ?

Pour les habitants des Communautés de Communes du Pays de Colombey et du Sud Toulinois et du Pays du Saintois, sous conditions de ressources.

Comment ça marche ?

Les déplacements sont organisés par l'association.

Si vous avez un peu de temps libre et que vous souhaitez le consacrer à une action d'entraide et de solidarité, vous pouvez devenir conducteur Mobilité Solidaire (vos kilomètres sont défrayés)

Qui contacter ?

Contactez **Elodie & Shona**

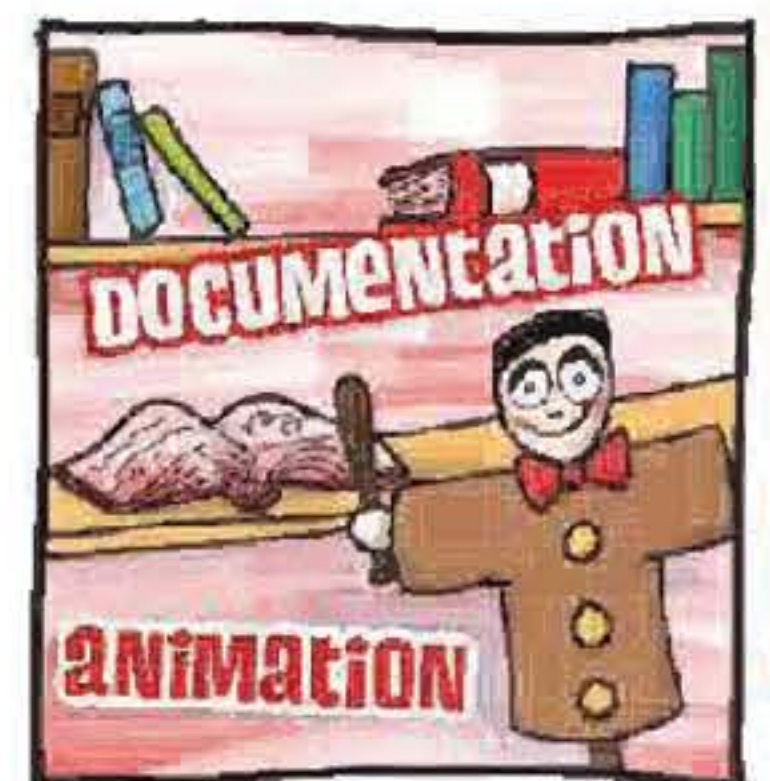
Téléphone **09 77 76 23 40** ou **06 95 12 61 91**

E-mail mobilite.solidaire@famillesrurales.org



SANS
adhésion

La RÉCRÉ - LE LAPE



COLOMBEY LES BELLES

Relais Familles - 4 route de Moncel
Les lundi et mercredi, de 9h à 12h

OCHEY

Salle polyvalente - 50, rue André David
Le jeudi, de 9h à 11h

BLENOD LES TOUL

Salle polyvalente - Chemin Puisat
Le mardi, de 9h à 11h

SAULXURES LES VANNES

Salle de la médiathèque - 3 rue St Martin
Le vendredi, de 9h à 11h

C'est pour qui ?

Pour les enfants de 0 à 6 ans
accompagnés des parents,
grands-parents ou bien
pour les futurs parents.

Qu'y fait-on ?

On échange, on joue,
On se documente...
On se prépare à l'école !

Qui contacter ?

Contactez **Stéphanie**
au **03.83.52.06.49** ou au **07.81.38.90.74**
E-mail : relaisfamilles.colombey@famillesrurales.org

RELAIS PETITE ENFANCE

SANS
ADHÉSION

Qu'est-ce que c'est ?

Le Relais Petite Enfance (ex RAM) est un lieu d'information, de rencontre et d'échange au service des parents, des assistant(e)s maternel(le)s et des professionnel(le)s de la petite enfance.

Pour qui ? Et qu'y fait-on ?

Parents et futurs parents :

Vous serez conseillés et informés gratuitement sur l'ensemble des modes d'accueil, de leur disponibilité sur le territoire, sur votre rôle et vos obligations d'employeur et tous sujets relatifs à l'accueil de l'enfant

Assistant-e-s maternel-le-s agréé-e-s ou en devenir, garde-s à domicile :

Vous serez accompagné-e-s dans l'exercice de votre métier, informé-e-s sur vos droits et obligations. Vous bénéficierez de conseils, de proposition de formations et de rencontres et d'échanges entre professionnel-le-s.

Les enfants :

Lors des animations et dans une ambiance chaleureuse, ils rencontreront d'autres enfants. Ils développeront leur créativité et leur imaginaire par des jeux attractifs et des ateliers ludiques

Quand ? Et où ?

- A Colombey-les-Belles où l'animateur vous accueille les mardis et jeudis de 14h à 16h dans les locaux de l'association (ou par téléphone), et sur rendez-vous du lundi au samedi.

- Lors des animations à Blénod-les-Toul, Colombey les Belles, Ochey, Saulxures les Vannes, Vannes le Châtel et Vicherey

Qui contacter ?

Contactez **Alexandre** au **03 83 50 55 71**

Mail : ram.paysdecolombey@famillesrurales.org



AVEC
adhésion

RÉSEAU DE VOISINEURS

Qu'est-ce que c'est ?

Il s'agit de l'organisation de rencontres entre habitants d'un même village ou de villages voisins.



Pour qui ?

Pour toute personne qui se sent isolée, qui n'a plus la capacité de sortir de chez elle, qui souhaite rencontrer d'autres personnes. Cette personne est appelée « le voisiné ».

La personne bénévole qui rend visite est formée et suivie par des professionnels de l'association. Cette personne est appelée « le voisinéur ».

Quand ? Et où ?

Les rencontres s'organisent **en fonction des disponibilités** du voisinéur et des envies du voisiné. Elles peuvent se dérouler une fois par mois, une fois par quinzaine, une fois par semaine **au domicile du voisiné.**

Le contenu des rencontres est décidé entre les deux personnes : discussions, échanges, jeux, ballades à pied...



Qui contacter ?

Pour devenir **voisinéur**, contactez **Sandrine** au **03.83.52.06.49** ou par mail : relaisfamilles.colombey@famillesrurales.org

Pour être **voisiné**, contactez les **Ergothérapeutes** de prévention du GCSMS Grandir et Vieillir en Pays de Colombey au **06.73.97.66.64**, ou bien par mail :

Charlotte BEAUREGARD - charlotte.beauregard@bienvieillir.biz

Bertrand MARCHESI - bertrand.marchesi@bienvieillir.biz

PERMANENCES PARTENAIRES

SANS
adhésion

Dans nos locaux, vous pouvez rencontrer, sur rendez-vous :

► Un éducateur spécialisé

- Le 1er mercredi du mois
- Vous avez besoin de conseils ou d'accompagnement pour l'éducation de vos enfants ou adolescents de 6 à 18 ans
- Contactez la Maison Départementale des Solidarités de Vézelize au 03.83.26.90.12

► Un agent des impôts

- Prenez RDV avec un agent des impôts depuis votre compte impots.gouv.fr
- Si vous avez besoin d'explications concernant vos déclarations d'impôts
- Un agent des impôts vous recontactera pour régler votre problème par téléphone ou sur rendez-vous dans nos locaux

► Un conseiller Mission Locale

- Le 2ème lundi matin de chaque mois
- Vous avez entre 16 et 25 ans, vous n'êtes plus étudiant et cherchez du travail, une formation, un stage...
- Contactez la Mission Locale au 03.83.64.57.57 pour rencontrer un conseiller.

► Une assistante sociale

- Les mardis et jeudis après-midi ainsi que le mercredi matin
- Vous avez des questions concernant vos droits sociaux, votre situation familiale
- Contactez la Maison Départementale des Solidarités de Vézelize au 03.83.26.90.12

► Une Conseillère Conjugale et Familiale

- Sur rendez-vous
- Vous avez des difficultés au sein de votre couple ou de votre famille (rupture, divorce, violence...)
- Contactez Catherine Mouchette à l'association au 03 83 52 06 49.
relaisfamilles.colombey@famillesrurales.org

Et bientôt...

► CPAM ► PARTEGO

► ARELIA



NOS PARTENAIRES

Communauté de communes



PAYS DU SAINTOIS
communauté de communes



ASSOCIATION DE CEINTREY-VOINEMONT



LA CONFÉRENCE DES FINANCEURS
DE LA PRÉVENTION DE LA PERTE D'AUTONOMIE

Grand Est
ALSACE CHAMPAGNE-ARDENNE LORRAINE



mission Locale
TERRES DE LORRAINE



VOS ENVIES...

Si vous voulez :

- Rencontrer de nouvelles personnes
- Sortir de chez vous, vous occuper
- Mettre à profit vos compétences ou en acquérir de nouvelles
- Gagner en expérience ou suivre des formations
- Faire des nouvelles découvertes

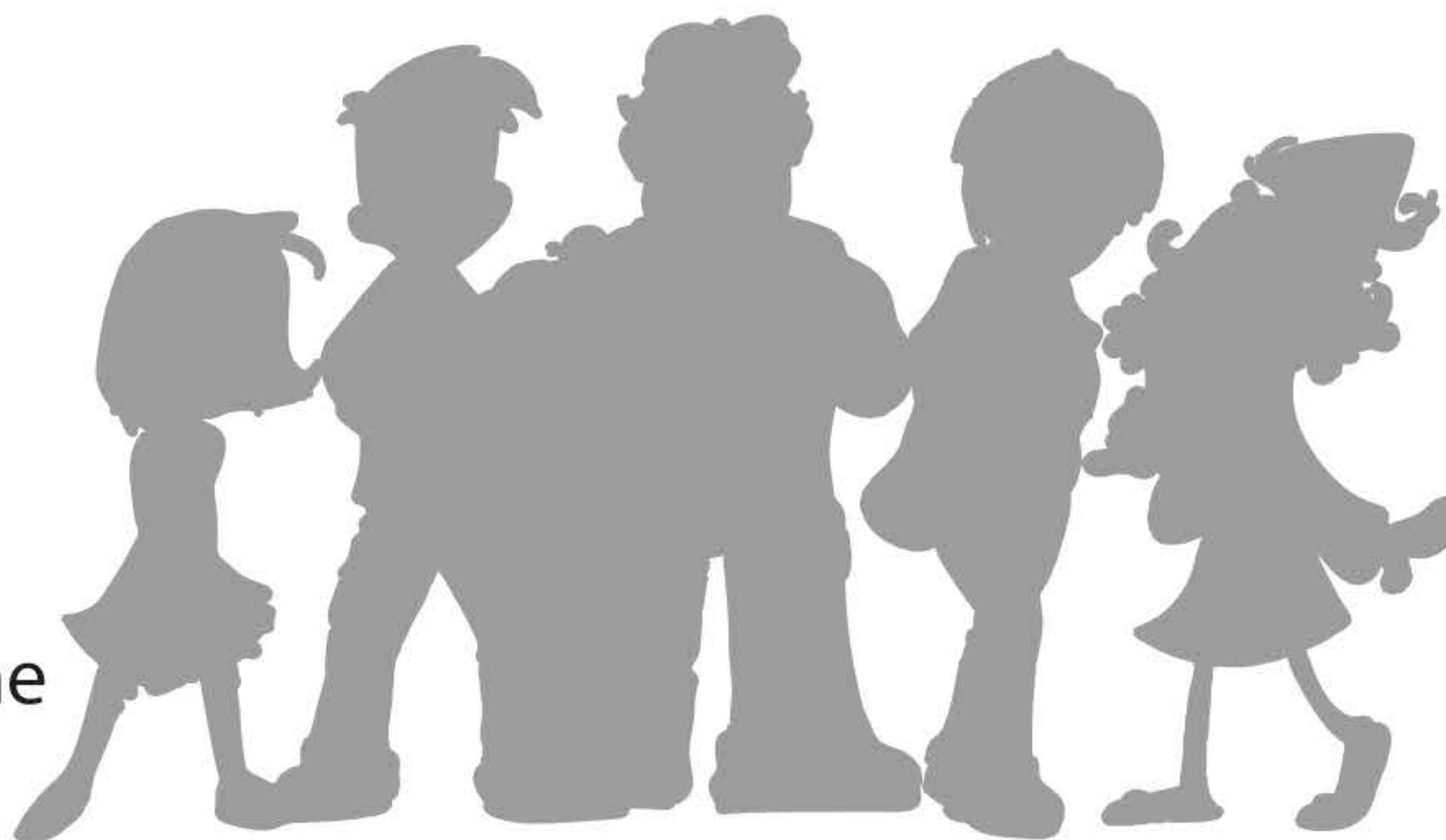
Vous trouverez forcément ce que vous cherchez chez nous !

Quand avez-vous du temps libre :

- Durant la semaine Durant le week-end
-

Avec quel public êtes-vous à l'aise :

- Bébé
- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Personnes âgées



A quel rythme :

- Plusieurs fois par semaine
 - De temps en temps
 - Une fois par mois
-

Qu'aimez-vous :

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Les activités manuelles | <input type="checkbox"/> L'informatique |
| <input type="checkbox"/> Conduire | <input type="checkbox"/> Transmettre mes connaissances |
| <input type="checkbox"/> Parler aux gens | <input type="checkbox"/> Développer des projets |
| <input type="checkbox"/> Avoir des responsabilités | <input type="checkbox"/> Faire partie d'une équipe |
| <input type="checkbox"/> Acquérir de l'expérience | <input type="checkbox"/> Bénéficier de formations |
-

Feuillet à découper et à nous retourner rempli par vos soins.