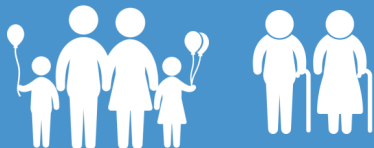


ASSOCIATIONS ET ACTIVITÉS DES ENTREMONTS

Le guide



Pour les jeunes et les moins jeunes



2018-2019

L'Arc en ciel des Entremonts !

Sportives, culturelles, sociales ou de loisirs, à destination **des jeunes, des aînés, des débutants ou des confirmés**,... les associations des Entremonts sont un véritable Arc-en-ciel : elles sont pleines de couleurs, de saveurs et proposent des activités pour tous les goûts !

Pour vous aider à vous y retrouver, ce guide recense les associations du territoire ainsi que la majorité des offres de loisirs proposées.

Et pour aider nos jeunes à bien grandir, ce fascicule rassemble aussi certains services qui leur sont destinés.

Alors à vous de jouer ! Adhérez, participez, soutenez, ou engagez-vous en tant que bénévole dans une (ou plusieurs) de ces nombreuses associations.

Bonne rentrée associative

L'association d'Animation pour le Développement des Entremonts en Chartreuse,

L'AADEC



Entremonts et Mômes

Lieu d'accueil Enfants-Parents : échanges, rencontres, jeux, éveil. Ouvert à tous les enfants de moins de 6 ans accompagnés d'un adulte : (futurs) parents, grands-parents, assistantes maternelles...

Salle en face de la Coopérative laitière à Entremont-le-Vieux.

Les mardi 9h-11h

Accueil gratuit et anonyme.

AADEC : 04 79 65 84 03



Relais Assistantes Maternelles

Accompagnement des parents et des assistantes maternelles. Lieu d'accueil et d'animation.

Entremont-le-Vieux, salle face à la coopérative

Vendredi 9h-11h30. l.galandrin@cc-coeurdechartreuse.fr

Permanences téléphoniques et RDV: lundi 8h-15 h, mardi 13h30 h-17h, jeudi 13h30-19h

Activités enfants : 06 59 77 73 56

Bébébus

Halte-garderie Itinérante

Maison Hermesende, **vendredi 9h-16h**

Enfants de 3 mois à 4 ans.

Communauté de Communes : 06 85 93 04 53

NOUVEAU

Auxi'Jeunes 3/11 ans

Centre de loisirs pour les 3-11 ans

Une offre de loisirs diversifiés: S'épanouir, vivre des temps ludiques et créatifs

Les petites vacances et l'été

Nouveauté ! 'AADEC accueille les enfants tous les mercredis de 8h30 à 17h30

Découverte du Sport ,de l'Art et de la Culture .

Tarifs selon les revenus de la famille

AADEC : 04 79 65 84 03

Activités jeunes 12 /18 ans

Activités, séjours, stages et accompagnement des projets des jeunes.

Rencontrez-nous **les vendredis, samedis, et vacances scolaires ...**

Service Jeunesse de l'AADEC 06 01 88 70 49
jeunesse@aadec.fr ou **04 79 65 84 03**

BAFA BAFD

Vous êtes jeunes et vous souhaitez passer le BAFA? L'AADEC vous accompagne dans votre formation : suivi de stage pratique, possibilité d'aide financière, embauche éventuelle dans le cadre du centre de loisirs Auxi'jeunes.

AADEC : **04 79 65 84 03**

Le centre AGLDC La Grenerie propose des formations via l'UFCV à Entremont-le-Vieux.

www.bafa.ufcv.fr - **04 79 65 85 18**

NOUVEAU!

PIJ : Point information jeunesse

Ouverture à l'automne dans les Entremonts et sur la Communauté de Communes Cœur de Chartreuse. Le PIJ a pour mission d'aider les jeunes de 16 à 25 ans à trouver des informations sur tous les sujets qui les concernent ou les intéressent : scolarité, formation, emploi, logement, loisirs, départ vers l'étranger,...

Vous trouverez en libre accès de la documentation, des revues, des ordinateurs, une imprimante au 1^{er} étage de la Maison intercommunale de Saint-Pierre-d'Entremont.

AADEC : **04 79 65 84 03** - www.aadec.fr
jeunesse@aadec.fr

... Et dans la vallée

Le PAJ : Pour l'Action Jeunes de 12 à 25 ans à Saint-Laurent du Pont.

paj.infos@gmail.com - **09 51 72 29 41**

Le Centre social des Pays du Guiers :

info@centresocialdespaysduguiers.fr

04 76 55 40 80



Mission locale jeunes

Informations et accompagnement personnalisés sur les thèmes de la formation, l'emploi, la santé et le logement.

Activités pour les 16-26 ans.

Permanences aux Echelles, "Le Forum"

Mercredi 14h-17h

Point Emploi Formation, rue Jean-Jacques Rousseau.

04 79 36 20 65

mlchambery@mlchambery.org

L'AADEC

C'est l'**Association d'Animation pour le Développement des Entremonts en Chartreuse**.

De la « Fête des Paysans et Artisans » au « Pucier », en passant par la « Passe Montagne », les festivals « Marmou't » et « Cultur'éco », l'AADEC organise plusieurs rendez-vous annuels incontournables.

Soutien aux associations locales, nous accompagnons aussi la vie associative via la réalisation de ce guide, le prêt de matériel ou l'aide à la réalisation de projets.

L'AADEC c'est aussi un centre de loisirs, Entremonts et Mômes, les mercredis culturels et sportifs, la salle Notre-Dame, le cinéma, le Petit Echo des Entremonts... Au travers de nos activités, un objectif : soutenir un développement social, culturel et économique durable via une équipe de salariés et de bénévoles qui **veillent, écoutent, analysent** les besoins de la population pour être en mesure de proposer ou d'accompagner **les services nécessaires aux évolutions de notre vallée**.



Maison intercommunale 73670 Saint-Pierre-d'Entremont
Du lundi au vendredi 9h-12h et le mardi 14h-17h

Adhésion individuelle : 7€
familiale : 13€ - association : 35€
04 79 65 84 03 - www.aadec.fr

Maison des adolescents

La MDA a pour mission d'accueillir, d'écouter, d'informer, d'orienter et d'accompagner de façon confidentielle et gratuite les adolescents et leurs familles. C'est une équipe pluridisciplinaire de professionnels de la santé, de l'éducatif et de la justice : art-thérapeute, assistante sociale, éducateur, infirmier, juriste, médecins-pédiatre, psychiatre, gynécologue, psychologue...

303, quai des Allobroges 73000 Chambéry

Secrétariat **ouvert du lundi au vendredi** 9h-12h15, mardi et mercredi 14h-18h30
jeudi et vendredi 13h30-16h30

04 79 60 52 18 - www.mda-savoie.fr

Théâtre à la salle Notre-Dame

Dans le cadre de sa programmation théâtrale, l'AADEC propose chaque année :

- **6 spectacles de théâtre professionnel**, dont 2 spectacles musicaux (concert...)

- **Un festival jeune public**

Des évènements plus ponctuels sont accueillis et participent à la diversification de l'offre de spectacles des Entremonts:

- **Des créations amateurs « locales »** : Compagnie Quasimodo,...
- **Des spectacles divers** : compagnies accueillies en résidence.

Retrouvez l'actualité de la salle sur le site :

www.sallenotredame.fr

Infos : **04 79 65 84 03**

Réservations : **04 79 65 81 90**



Cinéma à la salle Notre-Dame

Ce cinéma associatif classé « Art et Essai » vous propose une programmation de qualité pour un tarif adapté.

Depuis 1991, l'AADEC vous propose un **film tous les samedis** à 20h30 et **deux séances jeune public tous les mois à 17h30** grâce au circuit itinérant **Cinébus** pour que le 7^e art vive dans les Entremonts.



Vous êtes les bienvenus pour participer à la billetterie : gratuité de l'entrée en contrepartie.

Plein tarif non adhérent **5,5€**

Tarif réduit ou adhérent AADEC **4,5€**

Tarif enfants (moins de 14 ans) **3,5€**

www.sallenotredame.fr

accueil@aaec.fr - **04 79 65 84 03**

Mémoire des Entremonts

Sauvegarde du Patrimoine, pour toute personne intéressée par l'histoire, le patrimoine de la Vallée des Entremonts et le patois. Activités pour tout âge.

Individuel **11€**, Couple **16€**.

Chantal Pin **04 79 65 84 83** - memoiredesentremonts@gmail.com

www.memoiredesentremonts.wordpress.com

Bibliothèques

A SAINT-PIERRE-D'ENTREMONT

3500 documents enfants, ados et adultes en prêt soumis à cotisation.

Sur place consultation gratuite.

Saint-Pierre-d'Entremont, au sein de l'école.

Mardi 16h20-18h30 et samedi 10h-12h.

Activité tout âge.

Adhésion annuelle : famille **10€**, individuel **5€**

Gratuit pour tous les enfants de l'école.

04 79 26 28 33



A ENTREMONT-LE-VIEUX

Plus de 10 000 livres, BD, romans, CD et DVD. La bibliothèque d'Entremont-le-Vieux est un service municipal géré par des bénévoles.

Salle en face de la Coopérative laitière.

Mardi 17h-18h, mercredi 10h-11h30 et samedi 17h-18h30

Activité tout âge.

Adhésion annuelle : famille **10€**, individuel **5€**.

Chantal Pin : **04 79 65 84 83**

bibliotheque.entremont@gmail.com

APVECA

L'association pour la Protection et la Valorisation de l'Église de Corbel et l'œuvre d'Arcabas : organisation de conférences, de concerts...

apveca@laposte.net www.apveca.jimdo.com

Anthyllis

Avec l'association Anthyllis (Art, culture, éducation et santé) :

Pratique en groupe de sophrologie et méditation les mardis de 19h à 20h à Entremont-le-Vieux
Saint-Pierre d'Entremont

Contact Florence Ratat : 04 79 69 90 57
contact@floenceratat.com
asso.anthyllis@gmail.com

Ludothèque

Un lieu pour jouer sur place avec possibilité de prêt de jeux pour tout âge. Saint-Pierre-d'Entremont à la Maison Hermesende.

Samedi 11h-12h

Famille **12€**, individuel **7,5€**, professionnel **10€**.

Ariane Bicaïs : **06 52 13 86 11**

ariane.bicais@sfr.fr



Quasimodo

NOUVEAU

Atelier théâtre avec Luc Vernay

Ateliers de pratique le Jeudi 17 h 30 à 19 h à 21 h

Saint-Pierre-d'Entremont à la salle Notre Dame

- Collégiens
- Adultes
- Plus d'infos au Forum

Sculpture et arts plastiques

Dessin, techniques picturales, sculpture,

de façon ludique pour des créations personnalisées

Atelier à l'année (pause hivernale)

A la maison Hermesende : **lundi 16h20-18h** possibilité de récupérer les enfants après l'école. *Autres groupes possibles selon les demandes du public .*

Création à 4 mains:

Vendredi 10h-11h30 pour les enfants non scolarisés et les plus jeunes accompagnés d'un adulte.

Nathalie Beaufays Aretz : **06 30 83 06 77**

nathalie.beaufays@gmail.com

NOUVEAU

Musifolk

Découverte du folk traditionnel

Ateliers de découverte et de perfectionnement de **l'accordéon diatonique:**

Pour enfants tous les mercredis.

Pour adultes 2 vendredis par mois.

Ateliers de pratique de **danses traditionnelles**,
1 mercredi après midi et 1 vendredi soir par mois.
Stage de chants traditionnels, 3 dimanches par an.
Agenda, tarifs et inscriptions à la demande
sur : musifolk@gmail.com

Cirque

Découverte et perfectionnement aux arts du cirque. A l'EMA le mercredi.

16h45-17h30: atelier parents-enfants 3-5 ans

17h30-18h30: 6-9 ans

18h30-20h: 9-17ans perfectionnement

20h-21h: adultes (selon le nombre d'inscrits)
débutants **190€**, autres **225€**.

pedagogie@solfasirc.org - **06 41 68 30 56**

Enseignement musical

Découvrir et pratiquer la musique par l'écoute, le chant et le rythme.

Une approche ludique et spontanée, centrée sur l'enseignement collectif pour enfants et adultes.

Maison Hermesende, tarifs selon le cursus choisi.

Lundi 20h - 22h : piano et chorale adultes

Alexandre Guhéry : **06 81 06 64 14**

Vendredi : découverte et éveil musical, violon,
piano.

Sarah Vuarin : **06 21 81 33 81**

Office de tourisme Cœur de Chartreuse

L'Accueil Touristique des Entremonts vous accueille toute l'année. Nombreuses animations durant les vacances scolaires, expositions artisanales et temporaires.

Maison Intercommunale,
Saint-Pierre-d'Entremont

04 79 65 81 90

www.chartreuse-tourisme.com

Les aînés

A ENTREMONT LE VIEUX

Georges Danfloux : **04 79 71 05 19**

A SAINT-PIERRE-D'ENTREMONT

Violette Michallat : **04 79 25 34 42**

Amicale des sapeurs pompiers

Pour faire vivre le Centre de secours, améliorer le quotidien au sein de la caserne.

Centre de secours d'Entremont-le Vieux

amicale.chartreuse.nord@gmail.com

Badminton club des Entremonts

Créneau loisir et ado : dimanche de 19h à 21h Adhésion : 50€

Créneau compétition : jeudi 20h-22h Adhésion : 50€ et ~ 50€ pour l'affiliation à la fédération

Créneau jeune (7 - 13 ans) : mardi (hors vacances scolaires) de 18h15 à 19h30.
Séances encadrées. Adhésion : 20€ et ~ 35€ pour l'affiliation à la fédération

Contact : Emilie Janin 06 85 50 85 42 / Marine Geay 06 73 65 77 63



Aïkido

Neutraliser la violence : le principe fondateur de l'Aïkido

"Un ennemi que tu vaincs, reste ton ennemi;
un ennemi que tu convaincs devient ton ami."

Enfants de 8 à 13 ans :
vendredi 18h00-19h00

Adultes à partir de 13 ans :
lundi 19h30-21h30 et vendredi 19h00-20h30
prix de 100 € à 135 € (tarif dégressif si plusieurs personnes de la même famille)

04 76 66 80 52 - www.aikido-cartusiana.fr

Escalade

Dévers en Chartreuse, association d'escalade en salle et en milieu naturel.

Toute année pour les petits et les grands.

Chaussons obligatoires

Cours enfants : mardi 17h-18h, mardi 18h-19h30 et vendredi 17h-18h

Cours collégiens : vendredi 18h-20h

Cours perfectionnement mercredi 18h-20h.

Créneaux libres (adultes et enfants accompagnés) :
mardi 20h-23h, samedi 9h-12h et dimanche 16h-19h

contact@deversenchartreuse.fr

www.deversenchartreuse.fr

Adrien : **06 98 01 92 65**



Danse Africaine

Avec l'association l'envol de la marche, apprentissage de la danse malinké Mali-Guinée.

Maison Hermesende. jeudi 19h-20h30.

Activité adultes 8-10€ la séance

Serge Anagonou : 04 56 29 47 56

serge.anagonou@gmail.com

Tennis

Accès aux courts de tennis vers le stade de Saint-Pierre-d'Entremont

Le samedi, d'avril à fin septembre hors vacances scolaires, cours de tennis avec un professeur diplômé.

Activité dès 4 ans. A partir de 60€.

Pour la clé du terrain, s'adressez à Spar (ou à l'office de tourisme si le Spar est fermé).

Sabine Coste : 06 81 64 09 78

Futsal

Activité de l'association Sports et Loisirs Pratique du foot loisir en salle.

Vendredi 20h15-22h à L'EMA.

Tout public

Jean-Luc Courchet: **06 49 48 50 94**

Possibilité de pratiquer le futsal de compétition à partir de 18 ans, sous l'égide de futsal Saint-Pierre-d'Entremont le mercredi à l'EMA ou en extérieur. 21 h

Francis Gomes Dos Santos : **06 32 71 22 78**

BIODANZA

Contacter sa Vitalité, stimuler sa Joie d'Être, Épanouir son Identité,

Avec l'expression naturelle des potentiels humains, par la musique, la danse et le mouvement.

La Biodanza est une approche globale de l'être humain, dans sa dimension corporelle, relationnelle et universelle; un chemin de transformation...

Maison Hermesende **Mercredi de 19h à 21h**
150 euros le trimestre, **350 euros** l'année

Matthieu Tournoud: **06 76 60 89 93**

mtournoud@yahoo.fr

NOUVEAU!

Judo

Initiation, loisir et compétition. 155€ l'année

Salle de motricité, école de Saint-Pierre-d'Entremont

Activité dès 4 /5 ans, éveil : 2014/2013

Jeudi 17h -17h 45

Activité dès 6 ans :2012/2008

Jeudi 17h45-18h45

Aurélie Chardon : 06 59 00 98 09



Qi Gong

**Gymnastique traditionnelle chinoise de bien être,
de santé du corps et de l'esprit.**

**Rééquilibrer la circulation énergétique du corps et
des méridiens.**

Maison Hermes de (lundi soir et jeudi matin)

Activité adulte, à la portée de tous. Hors
vacances scolaires.

Céline Sèveran :06 84 61 26 46

celine@severan.fr



Gym douce - Gym Tonique

Salle de motricité, école de Saint-Pierre-
d'Entremont

Gym douce : **mercredi 18h30-19h30**

Gym tonique : **mercredi 19h30-20h30**

Activité adulte **75€** à l'année,

1h par semaine hors vacances scolaires.

Pilates

**Renforcement des muscles profonds et
posturaux, travail de force et de souplesse.**

Lundi: 8h45-9h45 et 9h45-10h45, Maison Hermes de

Mercredi: 20h30-21h30, salle de motricité, école de Saint-
Pierre-d'Entremont. Hors vacances scolaires.

Activité adulte : 150€ à l'année

200€ à l'année pour 2h (gym + Pilates).

Adeline Bertrand 07 81 48 23 54

Association Entr'Gym

Ski alpin de Compétition

Ski Club d'Entremont le Vieux

<https://www.facebook.com/Ski-Club-Entremont-Le-Vieux-893699090738266/>



Activités de ski de piste dès 5-6 ans. Encadrement par des moniteurs fédéraux bénévoles et/ou ESF sur les stations du massif de la Chartreuse (Le Désert – Le Planolet – St Pierre de Chartreuse) ou extérieures quand la neige manque.

Entraînements le samedi matin et mercredi après-midi de décembre à mars de 9h à 12h.

Trois à quatre séances supplémentaires durant les vacances scolaires de Noël et février. Début saison : vacances de Noël en fonction de l'enneigement.

Date des inscriptions (souvent dernière quinzaine de novembre) annoncée dans l'AADEC'OUVERTE.

Tarif indicatif saison 2017-2018 :

-10 ans : 253 euros (20 séances minimum)

- autres : 353 euros (25 séances minimum)

Contact : BRANCAZ Fernand

Tel : 06.85.24.06.20 ou fbrancaz@orange.fr

Ski alpin

Ski Club Saint-Pierre-d'Entremont

Inscriptions en novembre
lors de la bourse aux skis.

Station du Planolet.

Mercredi 14h45-17h

90€ l'année

Activité 4-16 ans

Anne Mayer : 06 83 44 39 79

Ski Nordique Chartrousin

Ski nordique Chartrousin,

section Entremonts, Ski de fond Biathlon.

Les 6 ans uniquement l'hiver,
les 7 ans et + toute l'année

Samedi et/ou mercredi après-midi,

adultes : **mardi soir**

Tarifs en fonction: hivernal ou année, loisir
115-155€, compétition 183-223€, adulte
loisir 78€, compétition 162€, option ski alpin
et préparation physique avec SNC 60€

Stéphanie Breyton : 06 75 13 24 66

fannyframboize@gmail.com

pour vous déplacer : Le bus ?

TARIFS : 4,30 € aller simple, 7,60 € aller/retour, abonnement mensuel à 43€



TOUTE L'ANNÉE	VACANCES	HORS VACANCES	TOUTE L'ANNÉE	DU 22/12 AU 10/03					
Samedi	Du lundi au samedi	Du lundi au vendredi	Mercredi samedi sauf du 22/12 au 10/03	Lundi mardi jeudi vendredi	Mercredi samedi		Lundi mardi jeudi vendredi	Mercredi et samedi	Du lundi au samedi
7.30	7.30	6.30	13.30	14.45	17.00	Saint-Pierre-d'Entremont	11.45	13.30	19.20
						Office du tourisme			
7.40	7.40	6.40	13.40	14.55	17.10	Entremont-le-Vieux	11.35	13.20	19.10
7.45	7.45	6.45	13.45	15.00	17.15	La Coche	11.30	13.15	19.05
7.50	7.50	6.50	13.50	15.05	17.20	Col du Granier	11.25	13.10	19.00
8.30	8.30	7.30	14.30	15.45	18.00	Chambéry Gare routière	10.45	12.30	18.20

TRANSPORTS

Le bus accepte vos vélos en soute!

Le covoiturage?

Avec MoveWiz, la plateforme de covoiturage : www.moveviz.fr



S'impliquer

Qu'est ce que le bénévolat?

Le bénévolat est une activité à *but non lucratif* et librement choisie pour *soutenir* des causes qui vous tiennent à cœur.

Sans rémunération, le bénévole, peu importe son âge, s'implique dans les activités de la structure et peut proposer ses compétences ou ses connaissances, ceci sur son *temps libre*.

Le bénévole peut s'engager auprès d'associations aux *horizons divers*: sport, culture, loisir, santé, action sociale, environnement, etc.

**POUR RÉSUMER, LE BÉNÉVOLAT C'EST
L'ART DE LA GRATUITÉ DU CŒUR, DU GESTE ET DU TEMPS.**



Comment devenir bénévole?

Répondez à ce petit questionnaire:

- Je veux donner un peu de mon temps
- Je veux partager mes compétences/connaissances

Un maximum de cases cochées:

Bravo, vous avez tout ce qu'il faut pour être bénévole! Contactez au plus vite votre association préférée!

Un minimum de cases cochées:

C'est vrai ? Vous n'avez pas quelques heures de libre dans la semaine? Et vous ne voulez pas partager ce qui vous rend meilleur ? Vous en êtes sûr de sûr ? Vraiment sûr ?



**CE GUIDE EST UNE ŒUVRE COLLECTIVE VOULUE LA PLUS COMPLÈTE POSSIBLE,
POUR LES INFORMATIONS TOUT AU LONG DE L'ANNÉE N'OUBLIEZ PAS :
L'AFFICHAGE PUBLIC, LE BOUCHE-À-OREILLE, LE FORUM DES ASSOCIATIONS
ET L'AADECOUVERTE, LA LETTRE D'INFO DIFFUSÉE DANS VOS BOITES AUX LETTRES .**

L'édition de cette brochure est rendue possible grâce à l'aide de
la Communauté de Communes Cœur de Chartreuse,
du Conseil Départemental de la Savoie,
de la Caisse d'allocations familiales.



à bientôt