

*Le programme*  
*Des* **VACANCES**  
*en famille*



**HIVER 2025**

**Des activités pour toute la famille  
à la MJC Centre Social de la Roche-sur-Foron**

[www.mjc-cs-larochesurforon.fr](http://www.mjc-cs-larochesurforon.fr)





## LE CAFÉ DES FAMILLES

Envie d'un moment de détente en famille ? Le **Café des Familles** vous ouvre ses portes pendant toutes les vacances ! Un espace chaleureux et accueillant où petits et grands peuvent souffler, échanger, jouer et partager ensemble.

### **Au programme chaque jour :**

Ateliers créatifs, animations ludiques, lectures, jeux de société... et bien plus encore avec des animations ponctuelles !

**Tous les après-midis**, un goûter offert et partagé pour savourer un moment gourmand en toute simplicité.

Sans inscription, libre et ouvert à tous !

*Venez quand vous voulez, restez le temps que vous souhaitez... Ici, on prend le temps de profiter en famille !*

### **HORAIRES :**

***Du Lundi au Vendredi 9h30 - 12h / 13h30 - 17h30***



## LA PAPOTHÈQUE : LE LIEU D'ACCUEIL ENFANT-PARENT

Pendant que le Café des Familles bât son plein, la Papothèque vous ouvre ses portes ! Un lieu convivial dédié aux parents et leurs enfants (0-6 ans) pour discuter, partager, jouer et souffler, en toute bienveillance.

Échanges autour de la parentalité, des petits et grands défis du quotidien, Rencontres avec d'autres parents et sociabilisation de vos enfants seront au rendez-vous !

Accès libre et sans inscription

*Venez comme vous êtes, avec vos questions, vos expériences... ou juste pour le plaisir d'un moment de pause !*

### **HORAIRES :**

***Lundi, Mardi, Jeudi et Vendredi 9h30 - 12h***



# LES ACTIVITÉS ET ATELIERS

Libre et sans inscription (sauf mention contraire)

Durant toutes les vacances, profitez d'ateliers parents/enfants et d'animations en famille adaptés à tous les âges ! Nos animateurs et animatrices sont impatients de vous proposer des jeux et activités en toute convivialité !

24/02 13h30 - 17h30	Parcours de motricité		Un espace ludique pour bouger, explorer et s'amuser en toute sécurité !
25/02 14h - 16h	Modelage en terre		Laissez libre cours à votre créativité en façonnant et sculptant avec vos mains
26/02 10h - 11h	Éveil musical	1-3 ans	Un moment joyeux pour les tout petits en découvrant sons, rythmes et instruments.
26/02 11h - 12h	Éveil musical	4-7 ans	Un moment d'éveil musical pour les un peu plus grand pour découvrir de nouveaux sons, rythmes et instruments
26/02 14h30 - 16h30	Mon herbier magique		Créez un carnet végétal unique en jouant avec textures et couleurs <i>Sur inscription à l'accueil</i>
27/02 9h30 - 12h	Initiation Claquettes		Découvrez le rythme et la danse avec les claquettes
27/02 13h30 - 17h30	Les bases de la couture en famille		Par l'association Ocre & Vert - Apprenez à coudre ensemble et créez des pièces uniques en famille
27/02 14h30 - 16h30	Dessine-moi une sculpture		Partagez votre imaginaire entre parents et enfants et expérimentez ! <i>Sur inscription à l'accueil</i>
28/02 10h - 11h30	Yoga en famille		Détente et complicité avec des postures adaptées pour petits et grands
28/02 14h30 - 16h30	Plantes courageuses		Découvrons les plantes ! Leurs formes et leurs textures <i>Sur inscription à l'accueil</i>

03/03 13h30 - 17h30	Parcours de motricité	Un espace ludique pour bouger, explorer et s'amuser en toute sécurité !
04/03 14h30 - 16h30	Arts créatifs : Fabrique un attrape-rêve	Créez votre propre attrape-rêves avec des matériaux colorés et une touche de magie !
04/03 13h30 - 17h30	Mardi Gras	Goûter spécial Mardi-gras, venez déguisé au café des familles !
05/03 9h30 - 12h	Parcours de motricité	Un espace ludique pour bouger, explorer et s'amuser en toute sécurité !
05/03 10h - 11h	Gym danse Parent/enfant	Partagez un moment de complicité en bougeant et dansant ensemble !
05/03 13h30 - 17h30	Frisbee-golf	Un jeu alliant adresse et précision à découvrir en famille !
06/03 13h30 - 17h30	Les bases de la couture en famille	Par l'association Ocre & Vert - Apprenez à coudre ensemble et créez des pièces uniques en famille

## AU CINÉMA LE PARC PENDANT LES VACANCES



POUR PLUS D'INFORMATIONS : 04 50 03 05 29



[www.mjc-cs-larochesurforon.fr](http://www.mjc-cs-larochesurforon.fr)

