

PROCHAINES ACTIVITÉS

2^e semestre 2020/2021 **La forêt mystérieuse**

Une balade, des jeux et des activités pour les enfants de 6 à 10 ans pour explorer la forêt, aller à la rencontre des arbres et de leurs histoires. De belles découvertes seront au rendez-vous ! Prenez votre loupe, de bonnes chaussures et de quoi boire et grignoter.

Samedi 1^{er} mai 2021 de 14h00 à 16h30 – Ferme des Troncs à Mézières.

Membres APE: gratuit. Non membres: CHF 15.00/enfant, CHF 10.00/enfant si 2 enfants ou plus de la même famille.
Inscription obligatoire jusqu'au 21 avril 2021 sur www.ape-jorat.ch ou au 079 578 05 40. Nombre de places limité !

 **Être un parent épanoui aujourd'hui, mission impossible ?**

Une conférence pour les parents animée par Isabelle Gattlen, consultante spécialisée en parentalité gémellaire et formatrice en éducation positive, qui donnera des clés pour se prémunir de l'épuisement parental, augmenter sa résilience et trouver un équilibre durable.

Mercredi 5 mai 2021 à 20h00 – UAPE Caban'Air à Servion (nouveau collège). Gratuit (membres et non membres), sans inscription, chapeau à la sortie. Conférence organisée en collaboration avec le Réseau APERO.

 **Cours d'autodéfense Fem Do Chi pour jeunes filles 9-11S**

Un cours enseigné par des femmes pour découvrir des outils concrets pour augmenter sa sécurité dans le quotidien et oser poser des limites: techniques physiques et verbales, augmentation de la confiance en soi, limitation des risques d'être choisie comme cible, information sur les divers types d'agressions et les démarches possibles en cas de problème.

Samedi 8 mai 2021 de 10h00 à 17h00 – Salle de gym verte du collège du Raffort à Mézières.

Membres APE: CHF 10.00/participante. Non membres: CHF 25.00/participante. **Prévoir un pique-nique !**
Inscription obligatoire jusqu'au 28 avril 2021 sur www.ape-jorat.ch ou au 079 606 83 92. Nombre de places limité !



Cours Pro Velo

Un cours destiné aux enfants de 6 à 12 ans accompagnés d'un parent pour apprendre, avec des moniteurs de Pro Velo Lausanne, à bien manier leur vélo et connaître les règles de la circulation afin de pouvoir se déplacer en toute sécurité.

Samedi 29 mai 2021 de 13h30 à 17h00 – Maison de commune à Forel, route de Vevey 1.

Membres APE : CHF 10.00 par famille. Non membres : CHF 30.00 par famille.

Chaque participant-e (enfant et adulte) doit venir avec son propre vélo. Casque obligatoire.

Inscription obligatoire jusqu'au 12 mai 2021 sur www.ape-jorat.ch ou au 079 473 52 06. Nombre de places limité !



Les « Rendez-vous des parents »

Des rencontres entre parents (anciennement « Jardins des parents ») pour partager vos doutes, vos tracas, vos petites victoires et vos grands bonheurs. Un moment pour souffler et être écouté-e, en compagnie d'une équipe d'animation expérimentée.

Les mercredis 5 mai et 2 juin 2021 – Selon la situation sanitaire : de 9h00 à 11h00 à l'UAPE Caban'Air à Servion (nouveau collège) ou de 20h00 à 22h00 par Zoom. Gratuit (membres et non membres), garde d'enfants de 0 à 6 ans gratuite pour les rencontres à l'UAPE. Possibilité de venir à l'une ou aux deux dates. Pour les rencontres Zoom, merci de vous inscrire sur www.ape-jorat.ch afin d'obtenir le lien.

Nous espérons de tout cœur que ces différentes activités puissent avoir lieu, mais des modifications de programme ne sont pas exclues selon l'évolution de la situation sanitaire. **Tenez-vous au courant des dernières informations sur notre site Internet, notre page Facebook ou par téléphone au 079 473 52 06.**

Les activités auront lieu dans le respect des prescriptions sanitaires en vigueur aux différentes dates prévues.

Pas encore membre ?

Adhérez en ligne sur www.ape-jorat.ch ou par e-mail à info@ape-jorat.ch.

Cotisation CHF 40.00 par année scolaire.

www.ape-jorat.ch | info@ape-jorat.ch