

Pour les familles

MISSION CHANTIER Biodiversité

MER. 21 OCTOBRE DE 10H À 16H

tout public - à partir de 8 ans accompagné d'un adulte
- à la ferme Agriz à St-Cyr-au-Mont-d'Or

Parce qu'un hérisson et un crapaud sont les meilleurs amis du jardinier. Venez réaliser des aménagements pour la biodiversité pour aider la ferme !

A prévoir : pique-nique, gants de jardinage pour petits et grands et une tenue adaptée selon la météo.

Gratuit

sur inscription auprès de leslie.favre@lpo.fr



Les horaires de la ludothèque DU 26 AU 30 OCTOBRE

LA LUDOTHEQUE				
PENDANT LES VACANCES D'AUTOMNE				
du 26 AU 30 OCTOBRE				
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
FERMÉ	OUVERTURE TOUT PUBLIC 9h - 12h	OUVERTURE TOUT PUBLIC 9h - 12h	OUVERTURE TOUT PUBLIC 9h - 12h	BALADE D'HALLOWEEN EN FAMILLE de 10 à 12h Tissons des liens ! AVEC :  et le soutien de la : 
	OUVERTURE TOUT PUBLIC 14h - 18h	OUVERTURE TOUT PUBLIC 14h - 18h	OUVERTURE TOUT PUBLIC 14h - 18h	

LA LUDOTHEQUE FERME LA PREMIÈRE SEMAINE DES VACANCES.

programme des vacances d'automne 2026 en famille

Pôle 9 - MJC Centre Social St Rambert, 4 rue Sylvain Simondan, Lyon 9
tel : 04.78.83.29.68
www.pole9.fr

 Pôle 9 - MJC Centre Social
 @pole9strambert

 agence nationale
de la cohésion
des territoires

 VILLE DE
LYON

 ALLOCATIONS
FAMILIALES

 **pôle 9**
MJC Centre Social

Pour les enfants/ados

Construis ton manoir hanté !

animé par Iris Jacquard, architecte et scénographe indépendante.

MER. 28 OCTOBRE DE 10H À 12H

pour les 6/12 ans - au Pôle 9

Pendant cet atelier créatif, les enfants vont imaginer et construire leur propre manoir hanté, peuplé de fantômes, de créatures mystérieuses et de recoins secret !

Tarif : 15 € (pour les adhérents)

sur inscription à l'accueil ou
scannez le QR CODE



Mon porte-clés d'Halloween

animé par Maeva Gribout, artiste plasticienne.

VEN. 30 OCTOBRE DE 14H À 16H

pour les 7/12 ans - au Pôle 9

Construis ton accessoire pour ton déguisement d'Halloween ! Que tu sois plus chat noir, citrouille ou petit fantôme, tu vas pouvoir laisser parler ta créativité pour créer ton porte-clé !

Tarif : 15 € (pour les adhérents)

sur inscription à l'accueil ou
scannez le QR CODE



Pour les adultes

Stage tabata

avec Dorian

LUN. 19 ET 26 OCTOBRE DE 20H À 21H15

Tarif : 10 € (pour les adhérents) - au Pôle 9

Ce programme propose des exercices de poids du corps intégrant cardio et renforcement musculaire permettant un travail profond des muscles de l'abdomen.

sur inscription à l'accueil ou
scannez le QR CODE



Stage fitness

avec Dorian

MER. 21 ET 28 OCTOBRE DE 18H30 À 19H45

Tarif : 10 € (pour les adhérents) - au Pôle 9

cette séance de Fitness, mélange body sculpt, renforcement musculaire de l'ensemble du corps, travail cardio-vasculaire et travail des muscles profonds de l'abdomen.

sur inscription à l'accueil ou
scannez le QR CODE



Stage renforcement musculaire

avec Dorian

VEN. 23 ET 30 OCTOBRE DE 19H À 20H15

Tarif : 10 € (pour les adhérents) - au Pôle 9

C'est une activité qui vise à travailler une chaîne musculaire bien précise en vue d'améliorer son efficacité, sa force, son endurance et sa résistance musculaire.

sur inscription à l'accueil ou
scannez le QR CODE

