

# Programme d'animations

## CAFF Porrentruy - Mai 2025

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
28	29	30  Jeux et goûter en forêt 14h30-16h30	1	2	3	4
Vacances de Pâques						
5	6  Accueil libre 14h-16h	7  Activité famille 14h-16h	8	9  Atelier auto-massage 14h-15h30	10	11
12  Visite des aînés 14h-16h	13  Art-thérapie 14h-16h	14  Activité famille 14h-16h	15	16	17	18
19	20  Art-thérapie 14h-16h	21	22 Français oral 9h-10h 	23	24	25
26	27  Art-thérapie 14h-16h	28  Atelier moins de sucre 14h-16h	29	30	31	1
Férié Ascension et Pont de l'Ascension						

# Jeux et goûter en forêt



## Goûter à la cabane de la Perche et jeux pour les enfants



Mercredi 30 avril, 14h30-16h30



Sans inscription



Rendez-vous au CAFF à 14h



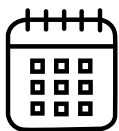
CHF 0.-



# Accueil libre



Participez librement à un moment  
d'échange ou de création



Mardi 6 mai, 14h-16h



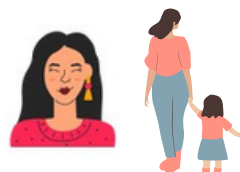
Sans inscription



CAFF, Porrentruy



CHF 0.-





CAFF

Centre d'animation  
et de formation  
pour femmes et familles

# Familles



Participez à une activité ludique  
en famille



Mercredi, 14h-16h



Sans inscription



Rendez-vous au CAFF



CHF 0.-



# Français oral



Venez parler français, tous niveaux



Jeudi 8 mai, 9h-10h

Jeudi 15 mai, 9h-10h

Jeudi 22 mai, 9h-10h



Sans inscription



Rendez-vous au CAFF



CHF 0.-





# Atelier d'auto-massage



Venez apprendre à vous auto-masser  
Un moment de détente rien qu'à vous!



Vendredi 9 mai, 14h-15h30



**Sur inscription au CAFF jusqu'au mercredi 7 mai**



Rendez-vous au CAFF à 14h



CHF 0.- / gratuit



Prendre: eau, tenue confortable, linge

# Visite des aînés



## Rencontre avec les personnes âgées des Bennelats de Porentruy



Lundi 12 mai, 14h-16h



Sans inscription



Rendez-vous au CAFF à 14h



CHF 0.-



# Art-thérapie



Venez créer pour apaiser les tensions,  
le stress et activer vos ressources



Mardi 13 mai, 14h-16h  
Mardi 20 mai, 14h-16h  
Mardi 27 mai, 14h-16h



Sans inscription



Rendez-vous au CAFF à 14h



CHF 0.-





# Atelier Moins de sucre



Venez découvrir comment réduire la consommation de sucre avec des recettes simples et bonnes pour la santé



Mercredi 28 mai, 14h-16h



Sans inscription



Rendez-vous au CAFF à 14h



CHF 0.-

