

# JOURNÉES EN FAMILLE

4<sup>E</sup> ÉDITION

**JEUDIS 10 JUILLET ET 7 AOÛT 2025**  
**AU PLAN D'EAU DE SISTERON**  
10H-21H

ATELIERS, ANIMATIONS  
JEUX, STANDS, MAQUILLAGE...  
VENEZ NOMBREUX !



VILLE DE  
SISTERON

ALPES DE HAUTE  
PROVENCE  
LE DÉPARTEMENT

GRATUIT

ORGANISÉES PAR LA VILLE DE SISTERON, EN PARTENARIAT AVEC LE DÉPARTEMENT  
DES ALPES DE HAUTE-PROVENCE ET LES STRUCTURES PARTENAIRES

## JEUDI 10 JUILLET 2025

### LE MATIN SEULEMENT :

**APPRIVOISER ONDES ET ÉCRANS EN FAMILLE** par des jeux collaboratifs sensibiliser les familles aux ondes invisibles électromagnétiques, apprendre à modérer son exposition pour mieux dormir, être plus attentif... par deux bénévoles de l'association Quiétude

### LE MATIN ET L'APRÈS-MIDI :

**ATELIER BÉBÉS SIGNÉS** « ou comment communiquer différemment avec son bébé en partageant un moment de complicité - venez jouer et chanter en apprenant quelques signes de bases » par trois professionnel.l.e.s des Centres Médico Sociaux de St-Auban et Sisteron

« **LES AVENTURIÈRES DU TEMPS PERDU** » : déambulations de deux comédiennes maquilleuses

**ATELIER INITIATION AU PORTAGE BÉBÉ** : faire découvrir aux parents comment porter leur bébé de manière physiologique par une professionnelle du Centre de Protection Maternelle et Infantile

**ATELIER CRÉATIF : SENSIBILISATION AUX LANGUES ÉTRANGÈRES PAR LES JEUX POÉTIQUES**  
par les bénévoles du collectif solidarité réfugiés de Sisteron

**ATELIER « BOUGEONS EN FAMILLE »** : parcours de psychomotricité pour toute les membres de la famille sous forme de défi, par deux professionnelles des centre médico sociaux de Barcelonnette et Sisteron

**ATELIER DE SENSIBILISATION POUR LA PRISE DE CONSCIENCE** parcours et défis d'une personne en situation de handicap, par un bénévole de l'association Apf France handicap

**ATELIER DÉCOUVERTE DE LA NATURE ET LECTURE** : activité ludique à la portée de tous, découverte de l'infiniment petit dans la nature environnante, par deux professionnelles du centre médico-social de Sisteron

**ATELIER CRÉATIF AVEC DES ACTIVITÉS MANUELLES** par l'association AGOC de Sisteron

**ATELIER PARENTS/ENFANTS OU PARENTS/ADOLESCENTS** pour apaiser ses émotions et renforcer les liens par une professionnelle de la Maison des Adolescents

**JEU DE LOIE COOPÉRATIF ET TÉMOIGNAGES** par des professionnelles de Coallia

**RECETTES ET DÉGUSTATIONS DE CUISINE BIO ET VÉGÉTARIENNE** par Ô végété du coin

### L'APRÈS-MIDI SEULEMENT :

**QUIZZ VIE AFFECTIVE ET IDENTITÉ** par l'association Manosqueer

**LA SCÈNE OUVERTE : VENEZ CHANTEZ, DANSEZ, VOUS PRODUIRE SUR SCÈNE !**  
avec un ingénieur son et du matériel professionnel

**À PARTIR DE 18H SPECTACLE TOUT PUBLIC** «Le Bal nomade» de la compagnie Rêvambule

### TOUT AU LONG DE LA JOURNÉE :

**STANDS : MISSION LOCALE 04, POINT D'ACCUEIL SOCIAL SISTERONNAIS (PASS), MANOSQUEER, APF FRANCE HANDICAP, LA MAISON DES ADOLESCENTS, ÉTABLISSEMENT FRANÇAIS DU SANG**

**L'ESPACE JEUX** avec l'association LUDONIRIQUE  
**GRATUITÉRIE**, venez déposer des affaires (vêtements, chaussures, affaires de puériculture, livres) et voir si quelque chose vous tente !

## JEUDI 7 AOÛT 2025

### LE MATIN SEULEMENT :

**APPRIVOISER ONDES ET ÉCRANS EN FAMILLE** par des jeux collaboratifs sensibiliser les familles aux ondes invisibles électromagnétiques, apprendre à modérer son exposition pour mieux dormir, être plus attentif... par deux bénévoles de l'association Quiétude

### LE MATIN ET L'APRÈS-MIDI :

« **LES AVENTURIÈRES DU TEMPS PERDU** » : déambulations de deux comédiennes maquilleuses

**ATELIER INITIATION AU PORTAGE BÉBÉ** : faire découvrir aux parents comment porter leur bébé de manière physiologique par une professionnelle du Centre de Protection Maternelle et Infantile

**ATELIER MESSAGES BÉBÉ** : discussion et initiation aux bienfaits du massage, par une professionnelle du Centre Médico-Social de Sisteron

**LA DÉCOUVERTE DU GOÛT À TRAVERS UN COCKTAIL** par une animatrice (CODES 04)

**ATELIER DÉCOUVERTE DE LA NATURE ET LECTURE** : activité ludique à la portée de tous, découverte de l'infiniment petit dans la nature environnante, par deux professionnelles du centre médico-social de Sisteron

**RECETTES ET DÉGUSTATIONS DE CUISINE BIO ET VÉGÉTARIENNE** par Ô végét du coin

**QUIZZ VIE AFFECTIVE ET IDENTITÉ** par l'association Manosqueer

### L'APRÈS-MIDI SEULEMENT :

**LA SCÈNE OUVERTE : VENEZ CHANTEZ, DANSEZ, VOUS PRODUIRE SUR SCÈNE !**  
avec un ingénieur son et du matériel professionnel

**À PARTIR DE 18H SPECTACLE TOUT PUBLIC** «Le Bal nomade» de la compagnie Rêvambule

### TOUT AU LONG DE LA JOURNÉE :

**STANDS** : MISSION LOCALE 04, POINT D'ACCUEIL SOCIAL SISTERONNAIS (PASS), MANOSQUEER, APF FRANCE HANDICAP, ÉTABLISSEMENT FRANÇAIS DU SANG, CODESS 04  
**L'ESPACE JEUX** avec l'association LUDONIRIQUE  
**GRATUITÉRIE**, venez déposer des affaires (vêtements, chaussures, affaires de puériculture, livres) et voir si quelque chose vous tente !

JOURNÉES ORGANISÉES PAR :

LA VILLE DE SISTERON

EN PARTENARIAT AVEC

LE DÉPARTEMENT DES ALPES DE HAUTE-PROVENCE

ET LES STRUCTURES PARTENAIRES



VILLE DE  
SISTERON

ALPES DE HAUTE  
PROVENCE  
LE DÉPARTEMENT



Mission Locale  
Alpes de Haute Provence  
Provence-Alpes Côte d'Azur

